

BİR İLETİŞİM ARACI OLARAK MÜZİK VE  
MÜZİKLE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

Haşmet ALTINÖLÇEK

(Doktora Tezi)

Eskişehir-1998

**T. C.**  
**ANADOLU ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**BİR İLETİŞİM ARACI OLARAK MÜZİK VE MÜZİKLE  
TEDAVİ YÖNTEMLERİ**

**Haşmet ALTINÖLÇEK /**

**(Doktora Tezi)**

**Danışman: Prof. Dr. Seçil BÜKER**

**ANADOLU ÜNİVERSİTESİ**  
**MERKEZ KÜTÜPHANESİ**

**Eskişehir - 1998**

## ÖZET

Müzik, insan yaşamının her döneminde önemli olmuş, eğitim, bilim ve kültür çalışmaları içinde yer almıştır. İnsanlar, müziğin sakinleştirici ve rahatlatıcı bir özelliğinin olduğuna inanmışlardır.

Müzik, kendine özgü dili ve anlatım öğeleriyle insanın duygu, düşünce ve davranışlarına seslenebilen bir iletişim sanatı ve aracı olmuştur. İnsanın, çevresindeki müzikleri algılayabilmesi, o müziklerdeki yapıları, yapıyı oluşturan öğeleri ve öğeler arasındaki ilişkiyi kavrayıp çözümleyebilmesine bağlıdır.

Müzik, yeni birtakım duygu, düşünce ve davranışları dinleyicide oluşturabilmektedir. Dinleyicinin kendisinde beliren bu etkilenimlerden kimi sonuçlara ulaşması, iletişim çerçevesinde müzik sanatının başlıca amaçlarından biridir.

Eski medeniyetlerin kendilerine göre uyguladıkları müzikle tedavi, günümüzde bilimsel ve metodik bir yöntem kazanmıştır. Psikiyatristler ve müzikle tedavi uzmanları, müziğin hastalara ve hastalıklara göre yardımcı bir tedavi olduğunu yaptıkları araştırmalarda belirtmişlerdir. Bu bağlamda müziğin, ruhsal sorunları olan insanlar üzerinde iletişim kanalı açarak tedavi edilebilme özelliği gösterdiği saptanmıştır.

## **ABSTRACT**

Being important in every period of human life music has taken its place in education, science and cultural events. And always believed that the music has a relaxing and calming speciality.

Music, with its unique language and narrative elements, has been a medium and an art of communication that address to human feelings, ideas and behaviors. Understanding music depends on ones ability to analyze musical structures, elements of those structures and interrelations of those elements.

Music is a capable of creating feelings, ideas and behaviors in audience (receiver). Achieving certain ends via such effects is the prime concern of music in communication context.

Musical therapy applied by ancient civilizations in varios forms has gained scientific and methodological aspects. Psychiatrists and musical theory specialists have stated that music is quite supportive to certain patients and illnesses. Therefore it is widely acceted that music has therapeutic effect on psychiatric patients by opening a channel of communication.

## İÇİNDEKİLER

ŞEKİLLER.....	ix
RESİMLER.....	x

## BİRİNCİ BÖLÜM

<b>GİRİŞ</b> .....	1
1. 1. Problem.....	1
1. 2. Amaç.....	3
1. 3. Araştırmanın Önemi.....	6
1. 4. Varsayımlar.....	7
1. 5. Sınırlılıklar.....	7
1. 6. Tanımlar.....	7
1. 7. Yöntem.....	8

## İKİNCİ BÖLÜM

<b>İNSAN VE MÜZİK</b> .....	11
2. 1. Müziğin Tanımlanması.....	12
2. 2. Müziğin Oluşumundaki Öğeler.....	14
2. 2. 1. Ritim.....	14
2. 2. 2. Melodi.....	16
2. 2. 3. Armoni.....	18

✗ 2. 3. Müziğin Algılanması.....	19
2. 4. Müzik Bir İnsan Davranışı Bilimidir.....	22
✓2. 5. İnsan Duyguları ve Müzik.....	24

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

<b>TEDAVIDE MÜZİK.....</b>	<b>28</b>
3. 1. Büyü ile İlgili Tedavilerde Müzik.....	29
3. 1. 1. Büyücü Hasta İlişkisi.....	32
3. 2. Antik Dönemde Dinsel Tedavide Müzik.....	34
3. 2. 1. Rasyonel Tedavide Müzik.....	41
3. 3. Hıristiyanlık Döneminde Tedavide Müzik.....	46
3. 4. Rönesans'dan 20.Yüzyıla Tedavide Müzik.....	50
✓3. 5. Türkler'de Tedavi-Müzik Tarihçesi.....	59
✓3. 5. 1. Türk-İslâm Medeniyetinde Müzikle Tedavi Merkezleri..	73
✓3. 5. 1. 1. Osmanlı Türkleri Döneminde Darüşşifalar.....	78

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

<b>MÜZİĞİN ETKİLERİ.....</b>	<b>87</b>
✓4. 1. Müziğe Fizyolojik Tepkiler.....	89
✓4. 2. Müziğe Fiziksel Tepkiler.....	91

## BEŞİNCİ BÖLÜM

<b>MÜZİK-TERAPİ VE PSİKİYATRİ BİLİMİNDEKİ ÖNEMİ.....</b>	<b>95</b>
✓5. 1. Müzik-Terapi ve Metodoloji.....	97

5. 2. Müzik-Terapinin Uygulanmasında Kullanılan Yöntemler.....	101
5. 3. Müzik-Terapistin Psikiyatride Yeri.....	105
5. 4. Müzik-Terapide Uygun Müzik Seçimi.....	106
5. 5. Müzik-Terapiye Yaklaşımlar.....	108
5. 5. 1. Fizikî Bozuklukların Tedavisinde Müzik.....	110
5. 5. 2. Zihinsel Hastalıkların Tedavisinde Müzik Grup ve Eğlence Faaliyetleri.....	113
5. 5. 3. Bireysel Müzik-Terapi Uygulaması.....	118
<b>SONUÇ.....</b>	<b>126</b>
<b>YARARLANILAN KAYNAKLAR.....</b>	<b>136</b>

**ŞEKİLLER****SayfaNo:**

<b>Şekil 1:</b>	Asklepios Kutsal Alanı'nın Görünüşü (H. Schleif'in Modeli).....	36
<b>Şekil 2:</b>	Asklepios Kutsal Alanı'nın Planı (O. Ziegenaus).....	37
<b>Şekil 3:</b>	Mâristan Nuri (Nureddin Hastanesi, Damaskus 1154).....	74
<b>Şekil 4:</b>	Kayseri Gevher Nesibe Tıp Medresesi.....	76
<b>Şekil 5:</b>	Fatih Darüşşifası, 1470 (Dr. S. Ünver'den).....	80
<b>Şekil 6:</b>	Enderun Hastanesi'nin Planı.....	85



## RESİMLER

Sayfa No:

- Resim 1:** Asklepieion (H.Schleif'in modeli)  
Sahne Binası ile Tiyatro.....38
- Resim 2:** Güneybatıdan Genel Görünüş (Foto  
Pergamongrabung Arşivinden).....38
- Resim 3:** Eski Türk Hekimlerinden Şu'ûrî Hasan  
Efendi'nin Ta'dilü'l-Emzice Adlı  
Yapıtında Müzikle Tedaviye İlişkin  
İlk Bölümler (Topkapı Sarayı Hazine  
Dairesi Kütüphanesi).....66
- Resim 4:** Türk Müziğinde Vuruşların Kalp  
Atışlarına Benzetilişi (Haşim Bey  
Mecmuası).....67
- Resim 5:** Burçlara Göre Makamların İnsan  
Vücudunda Etki Alanları (Haşim Bey  
Mecmuası).....67
- Resim 6:** Sivas, Keykâvus Darüşşifası.....77
- Resim 7:** Amasya Şifahanesi.....77
- Resim 8:** Bursa Yıldırım Şifahanesi.....78
- Resim 9:** Bursa Yıldırım Külliyesi'nin İçi.....79

<b>Resim 10:</b>	Edirne Darüşşifası.....	82
<b>Resim 11:</b>	Edirne Şifahanesi, Su Tedavisi Şadırvanı.....	83

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

İmza

Üye (Tez Danışmanı) :

Prof. Dr. Seril Büke

Üye :

Prof. Dr. Ögür Onaran

Üye :

Prof. Dr. B. İsmail Acaner

Üye :

.....

Üye :

.....

Hasmet ALTINÖZGEN'in "Bir İletişim Aracı Olarak  
Müzik ve Müzikle Tedavi Yöntemleri" başlıklı tezi  
19.06.1998 tarihinde, yukarıdaki jüri tarafından Lisansüstü Eğitim Öğretim ve  
Sınav Yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca, İletişim Bilimleri  
Anabilim / ~~Anasanat~~ dalında, Yüksek Lisans Doktora / ~~Sanatta Yeterlik~~ tezi olarak  
değerlendirilerek kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Emre ÖZKALP  
Enstitü Müdürü

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

### 1. 1. Problem

Sanat, sanatçının bireysel ve psikolojik işlevlerinin yanı sıra kimi toplumsal, kültürel ve ekonomik işlevlere de sahiptir. Sanatçı duygu, düşünce ve tasarımları sonucu oluşturduğu yarattığı kimi iletileri topluma ulaştırmak istegindedir. Bu nedenle sanatın, yalnızca bireyin yaratıcılığı olarak değil de, insanların birbirleriyle karşılıklı olarak bir düşünce, duygu ve özlem alış verişinde bulunabilmelerinin özgül bir “bağlayıcı kanalı” olarak ele alınması gerekir.

Sanatın temelinde “estetik iletişim” olgusu vardır. Bu süreç de çeşitli iletileri içermektedir. Bu nedenle sanatı bir iletişim aracı olarak düşünmek, onu ve onun dallarını bireysel bir anlatım ya da görünüm olarak ele almak gerekir.

İşitilebilir ya da görülebilir simgeler olmadan, iletişimin gerçekleşmesi düşünülemez. İletişim olmadan da öğrenme ve öğretme gerçekleşemez. Öğrenme ve öğretme temelde bir iletişim işidir. İnsan ilişkilerinin temelini de iletişim oluşturur.

Bütün sanatların, iletişim sürecinde belirli bir yeri ve önemi vardır. Bu açıdan bakıldığında müzik; insanlar arası birtakım duygu ve düşünceleri, insan sesi ya da çalgılar aracılığıyla bir uyum içerisinde iletmeyi amaçlayan bir sanat dalıdır. Bu sanat dalının yapısı ritim, melodi, armoni, vb. öğelerden oluşur. Etkinin yaratılmasında bu öğelerin etkisi yadsınamaz. Müzik de öbür sanat dalları gibi kişinin bunalımlarını, kaygılarını, çağın gerilimlerini yansıtabilir. Son yıllarda, müziğe, bu tür duyguları aktarma işlevinin yanısıra bunalımları, kaygıları giderme, sağaltma işlevi de verilmiştir.

Artık, yaşamından memnun, mutlu ve huzurlu insanların oluşturduğu sağlıklı bir toplumun varlığının, iyi seçilmiş bir müzik iletişimi ile olacağına inananların sayısı giderek artmaktadır. Çünkü gürültü, insan sağlığını ne denli bozmakta ise, insan ruhunu okşayan bir müzik de insanı o denli huzur ve esenliğe kavuşturmaktadır.

Bireyin, toplumun diğer üyeleri arasında kendini zayıf ve güçsüz görmesi, topluma uyum sağlamakta zorlanması, bireyin ruh sağlığı için önemli bir problemdir. Bu tür ruhsal bozukluk içinde yaşam mücadelesi veren bireyleri topluma yeniden kazandırma çabalarının müzik iletişimi ile gerçekleştirme düşüncesi günümüzde modern psikiyatride önemsenmeye başlanmıştır. Çünkü müzik, insanları etkilemektedir.

Dünya'da ve Türkiye'de her yıl milyonlarca iş kazası ve meslek hastalığıyla karşılaşmaktadır. Bu kaza ve hastalıkların oluş nedenleri incelendiğinde, bunlardan çoğunun yorgunluk, dalgınlık, sinirlilik, dikkatsizlik ve bıkkınlıktan kaynaklandığını görmekteyiz. Bu sayılanların büyük bir kısmını psikolojik olaylar ve durumlar oluşturur. İşte tarih

boyunca psikolojik rahatsızlıkların giderilmesi için kullanılan müzik tedavisi, çalışma yaşamında karşılaşılan rahatsızlıkların önlenmesinde önemli bir etken olabilir

Her geçen gün zorlaşan yaşam koşullarına paralel olarak, ruh hastaları sayısının gittikçe artması ve eldeki tedavi yöntemlerinin yetersizliği düşünülecek olursa, müzikle tedavinin önemi daha da iyi anlaşılır. Ancak belirtelim ki bu konu, son zamanlarda yeniden gündeme gelmiş ve önem kazanmıştır. Aslında müzikle tedavi ve bunun çeşitli uygulamaları, yeni bir buluş değildir. Belki çağdaş ve bilimsel anlamda olmasa da tarih şeridi içinde Pythagoras, Platon, Fârâbi, İbn-i Sînâ ve daha pek çok bilgin, müziğin insan psikolojisine etkileriyle ilgili araştırmalar ve yazılı eserler bırakmışlardır.

Biz bu çalışmamızda, bir iletişim aracı olarak müzik ve müzikle tedavi konusunu ele almak ve bu konuya dikkat çekmek istedik. Dileğimiz, bu çalışmayı başka çalışmaların izlemesi ve bir iletişim aracı olan müziğin ülkemizdeki ruh sağlığı hastanelerinde ve psikiyatri kliniklerinde, çağdaş ve bilimsel bir anlamda tedavide de kullanılmasının önemsenmesidir.

## 1. 2. Amaç

Bu çalışmanın amacı, bir iletişim aracı olan müziğin özellikle ruhsal hastalara ve hastalıklara göre tedavi niteliği olduğu konusunda elde edilen bulguların değerlendirilerek bunlardan sonuç çıkarılmasıdır. Bu amaçla, aşağıdaki sorular cevaplandırılmaya çalışılmıştır:

**A. Müziğin insan yaşamındaki yeri, önemi ve işlevleri neler olabilir?**

- 1. Müzik nasıl tanımlanmıştır ve müziğin oluşumunda etkili öğeler nelerdir?**
- 2. Bireyin müziksel algılaması nasıl oluşmaktadır?**
- 3. Müzik, insan davranışlarında değişiklik yaratabilir mi?**
- 4. İnsanın duygusal zenginliğini geliştirmesinde müzik etkili olabilir mi?**

**B. Tedavide müziğin uygulanması nasıl bir tarihsel gelişim izlemiştir?**

- 1. İlkel toplumların büyü ile ilgili tedavilerinde, müzik niçin önemliydi?**
- 2. Antik dönem insanı hastalığın tedavisinde müziğin gerektiğine inanmasındaki gerekçe neydi?**
- 3. Eski Yunanlılar rasyonel tedavide niçin müziğin önemi üzerinde durmuşlardır?**
- 4. Hıristiyanlık döneminde rahipler hastaların acılarını gidermesinde müziği niçin önemsemişlerdi?**

5. Rönesans döneminden itibaren, müziğin tedavide kullanılması ile ilgili araştırmaların artmasındaki etkenler neler olabilir?
6. Türkler’de müzikle tedavi nasıl bir tarihsel gelişim izlemiştir?
7. Türk-İslâm medeniyetinde hangi tedavi merkezlerinde müzikle tedavi uygulamaları yapılmıştır?

**C. Müziğin insanı etkilemesindeki önemli faktörler nelerdir?**

1. Müziğin fizyolojik tepkileri tedavide faydalı olabilir mi?
2. Müzik karşısında verilen fiziksel tepkiler tedavide önemli midir?

**D. Psikiyatrik sorunların çözümünde müzik-terapi etkili bir iletişim yöntemi olabilmekte midir?**

1. Müzik - terapi uygulamalarında belirli yöntemler oluşmuş mudur?
2. İyi bir müzik-terapist nasıl olmalı ve tedavideki müzik seçimini nasıl yapmalıdır?
3. Günümüzde ve çağlar içinde kavram ve pratikte müzik-terapi nasıl bir görünüm sergilemiştir?



4. Fiziksel engellilerin psikolojik tedavisinde müzik etkili olabilir mi?
5. Zihinsel hastaların grup çalışmalarında kullanılan müzikler, hastaları nasıl etkilemektedir?
6. Bireysel müzik-terapi uygulaması, hastanın tıbbi tedavisinde ne gibi katkı sağlayabilir?

### **1. 3. Araştırmanın Önemi**

Müzik, insanın duygu ve düşüncelerini anlatmasında vazgeçilmez bir iletişim aracı olmuştur. İşte, insan yaşamında böylesine etkili ve güçlü bir iletişim aracı olan müzik, yalnızca ruhsal yapının kötü olduğu durumlarda değil, iyi olduğu durumlarda da insanı etkilemektedir.

Günümüzde, modern psikiyatrinin en önemli konularından biri; problemlili kişileri topluma kazandırmak, gerçek yaşamla ilişkilerini sağlamaktır. Bu bağlamda müzikle tedavi, bir destek ve meşguliyet tedavisidir. Giderek büyük anlam ve önem kazanan müzik-terapi yöntemlerini araştırmak gerekli ve önemlidir. Tarih boyunca, psikolojik rahatsızlıkların giderilmesinde müziğin kullanıldığı, yapılan araştırmalarda ortaya çıkmıştır.

## 1. 4. Varsayımlar

Araştırmada;

Çağdaş müzik-terapinin, bilimsel gözlemlerden yola çıkılarak oluşturulacağı, müziğin insan bedenini etkileyici özelliğinin olması, ruhsal sorunların çözümünde yardımcı bir tedavi aracı olabileceği, müzikle tedavideki başarı oranı, bu alanda yapılacak bilimsel çalışmalara, iyi bir müzik kültürüne ve özellikle müzik terapistlerin gösterecekleri başarıya bağlı olduğu varsayılmıştır.

## 1. 5. Sınırlılıklar

Bu çalışmada konu ve yöntem açısından iki önemli sınırlılık vardır.

Bunlar;

Müziğin, diğer canlı varlıklara olan etkisi yapılan deneysel gözlemlerle saptanmıştır. Ancak bu araştırmamızda müziğin insanlar üzerindeki etkileri ele alınmıştır.

Müzik-terapi, modern psikiyatride ruh hastalarına yeni uygulanmaya başlanan bir tedavi yöntemi olması nedeniyle, bu konuda var olan uygulama yöntemleri ile sınırlıdır.

## 1. 6. Tanımlar

Araştırmada sık sık başvurulan çeşitli terimlerin karşılıkları şunlardır:

**Müzik-terapi (music - therapy):** Psikolojik temellere dayanan rahatsızlıkların, müzik- tedavi yöntemi ile giderilmesidir.

**Müzik-terapist (music-therapist):** Psikolojik temellere dayanan rahatsızlıkların giderilmesi için, müzikle tedavi yöntemini uygulayan kişi.

**Psikoterapi (psychotherapy):** Ruhsal bozuklukları düzeltmede uygulanan tedavi yöntemi olup, kişiliğin gelişmesine yardımcı olmaktadır.

**Psikoterapist (psychotherapist):**Ruhsal bozuklukları düzeltmek için özel eğitim görmüş kişi.

**Rehabilitasyon (rehabilitation):** Herhangi bir nedenle çalışma yeteneği azalmış bir uzvun egzersizlerle tedavi edilmesiyle, ona tekrar eski güç ve yeteneğini kazandırma.

## 1. 7. Yöntem

Araştırma, tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir. Müzik, bir iletişim aracı olarak, diğer sanat dallarından daha etkileyicidir. Ayrıca, ruhun çeşitli tepkilerini mükemmel bir şekilde ifade etmekle birlikte, doğrudan doğruya insanın ruhsal davranışlarını inceleyen psikoloji ile de doğal bir bağ oluşturmaktadır.

Araştırmanın çeşitli aşamalarında kendileriyle görüşmeler yapılmış olan konuyla ilgili uzman kişiler, araştırmanın genel karakteri ve çeşitli sorunları hakkında ayrıntılı bir görüşün oluşmasına katkıda bulunmuşlardır. Fikir ve görüşlerinden istifade ettiğim bu değerli kişiler arasında;

Çalışmamda beni yönlendiren ve büyük katkıları bulunan Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi, Prof. Dr. Seçil BÜKER,

Tezimin oluşmasında derin bilgi ve görüşleriyle önemli katkıları bulunan Ankara Siyasal Bilimler Fakültesi Öğretim Üyesi, Prof. Dr. Oğuz ONARAN,

Görüşleriyle önemli katkıları bulunan Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Öğretim Üyesi, Yrd. Doç. Dr. Bülent ALANER,

İstanbul Teknik Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı Öğretim Üyesi, Prof. Dr. Selâhattin İÇLİ,

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri ve İç Hastalıkları Öğretim Üyesi, Doç. Dr. İbrahim BALCIOĞLU,

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Deontoloji ve Tıp Tarihi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, Prof. Dr. Nil SARI,

Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, Türk Müziğini Araştırma ve Tanıtma Birimi TÛMATA Öğretim

Üyesi, Yrd. Doç. Dr. Rahmi Oruç GÜVENÇ,

Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Yüksek Hemşirelik Okulu Öğretim Üyesi, Yrd. Doç. Dr. Nurhan KÖMÜRÇÜ

sayılabilir.

Araştırma için taranan yazılı kaynaklar İngilizce, Fransızca, Almanca, İspanyolca, Osmanlıca ve Türkçe'dir.

Yazılı kaynaklara ulaşılmasında İstanbul Cerrahpaşa Tıp Fakóltesi Tıp Tarihi Anabilim Dalı Kütüphanesi, İstanbul Üniversitesi Merkez Kütüphanesi, Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Türk Müziğini Araştırma ve Tanıtma Birimi Kütüphanesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi Türk Musikisi Devlet Konservatuarı Kütüphanesi'nden yararlanılmıştır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### İNSAN VE MÜZİK

İnsanlar müziği, yaşama renk ve çeşni katan ve gönülleri eğlendiren bir araç olarak görmüş ve ruhsal rahatlama aracı olarak kullanmışlardır. Güzel sanatların, özellikle müziğin, insanı sakinleştirici ve huzur verici bir özelliğinin olduğuna inanmışlardır.

İnsan, müzik dinlerken duyduğu ahenge ve de bu müziğin uyandırdığı düşüncelere kendini tamamen bırakır. Dinlenen her müzik, ancak böyle bir anda bize sırrını ve büyüsunü hissettirebilir. Çünkü, müzikte gizli olan büyü, insanın zihnindeki bir çok anıyı uyandırmaktadır.

Gerçekten insanın çok defa kendini unutması, nereye ve niçin gittiğini bilmeden, başka bir aleme sürüklenmesi güzel bir duygudur ve müzik, nasıl olduğu bilinmeksizin insanı başka bir aleme götürmektedir.

Frieda Teller, “Musikgenuss und Phantasy” adlı makalesinde müzikal seslerin etkisini incelemiştir. Grebene'nin aktardığına göre Teller'in vardığı sonuçta müzikal seslerin en güçlü yanı, hoşça giden birtakım hayallerin şekillenmesinde etkili olan özendirme özelliğidir. Onun hayallerin şekillenmesindeki etkiyi açıklaması şöyledir: “Müzik, anlama bilincimizi esir eder. Bilincimiz, içerdiği bu ses akımı tarafından sürüklenir. Dış dünya ile

ilişkiler tamamen kesilir, kişi hayal ve anılarından kurulu bir dünyada yaşar ve mutlu olur” (Grebene,1978. 56).

İnsanların genetik ve kültürel gelişmesi, onları birbirleriyle daha yakın ilişkiler içine sokmuştur. Müzik, bütün insanlar arasında birliği ve kardeşliği yaratmakta yardımcı olmaktadır. İç dünyamızı yansıtan ve sesin biçimlendirilmesiyle yaratılan müzik, insanları ve toplumları etkileyebilmektedir. Genelde bütün müzikler, olumlu ilişkileri arttırarak insanı arkadaşlarına, aşka bağlılığa, dine, vatanseverliğe yaklaştırır. Popüler müzikleri, folk şarkılarını, sanat müziklerini, opera ve diğer müzik türlerini dikkate alırsak şu veya bu şekilde, hepsinde aşk konusunun işlendiğini görürüz. Kısaca müzik insana, insanlığın gereksinimi olan birçok olguyu sağlar. Örneğin; grup müziği insana bir şeye ait olduğu duygusunu verir. Kendi kültürümüzde olduğu gibi, diğer kültürlerde de müzik, bir iyi niyetin, diğer insanlara erişmenin bir ifadesidir. Müzik, insanların birbirine bağlılığının ve şevkatli heyecanların bir ifadesidir.

## 2. 1. Müziğin Tanımlanması

**Müzik** sözcüğü, **musica** sözcüğünden gelmiştir. **Musica** da Eski Yunanca'daki **mousike** ya da **mousa**'dan alınmıştır.

Mitolojiye göre, Yunanlılar'ın en büyük tanrısı Zeus'un kızları sayılan dokuz peri kızına da **Mousa (Müz)** adı verilirdi. Eski Yunanlılar, bu peri kızlarının tüm dünyanın güzelliklerini ve ahengini düzenlemekle görevli olduklarına inanırlardı. Bugün tüm dillerde var olan **müzik** sözcüğünün, **müz** kökünden türetilmiş olduğu kabul edilir.

Müzik konusunda genel bir tanım yapılmamıştır. İsa'dan önceki dönemlerden başlayarak günümüze kadar birçok bilim adamı, yazar ve pek çok kişi, müziğin değişik tanımlarını yapmıştır. Birkaç tanımı burada verebiliriz.

“Müzik, sesler aracılığıyla insanın ruhuna erdemli bir şekilde giren mükemmel bir eğitici sanattır”.

Platon (M.Ö.428-347)

“Müzik, sesleri kulağa hoş gelecek bir şekilde düzenleme sanatıdır.”

J.J.Rousseau (1712-1781)

“Müzik, sesler aracılığıyla birbirini izleyen güzel duygular ifade etmek sanatıdır.”

Kant (1724-1804)

“Müzik hem bir sanat ve hem de bir ilimdir. Sanat bakımından ses aracılığıyla güzelin ifadesidir. Fakat bu ifade ses kanunlarına ve belirli ölçü ve ritme dayanan bir ilimdir”.

Riemann (1849-1919)

“Müzik, ses değişimleriyle ruha hitabetme amacını güden bir sanattır”.

Becquerel (1873-1953)

“Müzik iyi düzenlenmiş seslerle belirli hisleri ifade eden sanattır”

Moser (1890-1960)



Teknik tanımıyla müzik, ses yüksekliği (diklik, perde) ve tartım (ritim) bağıntıları içinde düzenlenmiş seslerin sanatıdır.

Bu tanımlar müzik sanatını anlatmaya çalışmıştır.

## 2. 2. Müziğin Oluşumundaki Öğeler

Müziğin öğeleri ritim, melodi ve armonidir. Bu öğeler, bestecinin duygu, düşünce, esinlenme ve tasarımları sonucu ortaya çıkan yaratısının oluşmasını sağlarlar. Ayrıca bunlar, düşünce ve duygularımızı destekleyen, onları somutlaştıran öğeler olup, müziğin insan üzerinde yarattığı etkinin güçlenmesine katkıda bulunurlar.

Müzik, ruh hallerini ve duyguları hatırlatıcı ve canlandırıcı özelliğindedir. O andaki duyguları yansıtabilir veya bu duyguları varlığıyla değiştirebilir. Ayrıca gerçek ruh halini yükseltip doruk noktasına getirebilir ya da onu silip giderebilir. Müziğin bu özellikleri birer terapi faktörü olmaktadır.

Yapıcı bir müzik terapi çalışmasındaki ilerleme hastanın belli müzikal öğelere verdiği tepkilere dayanır. Şimdi, müziği oluşturan öğeleri tanıyalım.

### 2. 2. 1. Ritim

Ritim (Fr. rythme; İt. ritmo; İng. rhythme.), Bir eserin yapısındaki çeşitli zaman ve hız birimlerinin tümüdür. Tarih boyunca, insanın müzikte kullandığı en uygun ritim, insanın kalp atışlarının sayısına eşit olan, dakikada yetmiş ile seksen arasında değişen zaman birimidir.

Ritim, müziğin dinamik ve belirgin elemanıdır. Ritim aracılığıyla insanda oluşan değişimleri, isterik haller ve hareketlilik yarattığı gibi, hareketsizlik ve uyku gibi sonuçlar da yaratabilir. Devamlı tekrarlanan ritim, psikolojik olarak üzüntü ve sıkıntı yaratabilir. Özellikle bas seslerde yapılan devamlı tekrar, bu duyguları oluşturabilir. Tekrarlanan seslerdeki yavaşlama ögesi de insanlarda bilinç kaybına neden olabilmektedir. Enerjik olarak tekrar edilen ritimlerin de insana güç ve umut duygusu verdiği kanıtlanmıştır.

Ritim algılamasında iki temel öge vardır:

1. İşittiğimiz sesleri içgüdüsel olarak gruplandırma eğilimimiz
2. Bunu zaman ve vurgu açısından mükemmel olarak yapabilme yeteneğimiz.

Ritim algılaması temel olarak beş yeteneği gerektirir

1. Zaman duygusu
2. Yoğunluğu ayırt edebilme duygusu
3. İşitsel hayal gücü
4. Motor hayal gücü
5. Motor ritim güdüsü

Ritmin yararlarını şöyle sıralayabiliriz:

1. Algıyı destekler.
2. Dikkatin yoğunlaşmasını düzenler.
3. Denge duygusu verir.
4. Özgürlük, ferahlık duygusu verir.
5. Güç duygusu verir.

6. Heyecanlandırabilir ya da sakinleştirebilir.
7. Ritmik periyotlar içgüdüselidir.
8. Ritim, çeşitli çağrışımlar uyandırır.
9. Ritim üzerinde çalıştıkça daha karmaşık ritimler elde edilir.
10. Ritimde, kendini ifade etme ve oyun vardır.

Tarihin ilk dönemlerinden başlayarak ve tarih süreci içerisinde ritimler, giderek daha iyi düzenlenmiş ve sürekli yenilenecek şekilde tekrarlanmıştır. Bu yenilikler nesilden nesile, bestecilerin ritmik düşüncelerini de etkilemiştir.

## 2. 2. 2. Melodi

Melodi (Yun.), yükseklikleri belli olan seslerin, müziğin kurallarına uygun olarak ve birbiri ardından işitilecek şekilde düzenlenmesinden elde edilen ses çizgisidir. Müzikal bir parçaya çoğu zaman kısaca, melodi denir. Melodi, müziksel güzelliğin temel biçimidir.

Konuşma dilinde gelişigüzel sıralanan sözcükler bir anlam oluşturmuyorsa, müzik dilinde de sesleri birbiri ardına sıralamakla bir şey elde edilmez. Bunun için, her iki dilde de elimizdeki malzemeleri bir anlam oluşturacak biçimde düzenlememiz gerekir. Müzik dilinin konuşma dilinden ayrı olarak kendine özgü bir anlatım tarzı vardır. Bu açıdan baktığımızda konuşma dilindeki sözcük ve tümcelerini yerini müzik dilinde melodi ve ritim gibi öğeler alacaktır. İşte melodinin temel görevi de sözcükleri hazırlamak ve müzik dilini oluşturmaktır.

Yok

Melodinin var olabilmesi için gerekli olan koşullar şunlardır:

- a) Sesin varlığı
- b) Seslerin yüksekliklerinin belirginliği
- c) Belli bir düzenin gerekliliği
- d) Seslerin bu düzenin gereklerine uygun olarak ve birbiri ardından işitilmesiyle bir çizgi meydana getirmesi

Ses olmadığı zaman, müzik de olmaz. Seslerin yüksekliklerinin belli olması gerekmektedir. Çünkü, yükseklik belli olmadığında bu sesler, belli bir düzenin gereklerine uygun olarak birbiri ardından işitildiklerinden, yalnızca bir “vuruşlar zinciri” meydana gelmiş olur. Bu nedenle belli bir düzenin olması gereklidir. Seslerin, bu düzenin gereklerine uygun olarak birbiri ardına işitilmek üzere sıralanmaları koşulu, bizi sonuca ulaştıran koşuldur. Buna göre sesler bir düzenin gereklerine uygun olarak fakat, birbiri ardına değil, bir arada işitilecek olursa; daha önceki üç koşul yerine getirilmiş olsa bile, bu koşul yerine getirilmediğinden, melodi de oluşturulamaz.

Melodi inici, çıkıcı ve düz olmak üzere üç türlü devinimle elde edilir: Çıkıcı devinim, bir sesin kendisinden daha tiz; inici devinim, bir sesin kendisinden daha pes; düz devinim, bir sesin sesdaşına doğru gitmesinden meydana gelir.

Melodi, sesle beraber başlamış olup, ritme de sıkı sıkıya bağlıdır. Kaynağını, yaşam ve duyguların ifadesi olan insan ve hayvan haykırılarından almıştır. Ritim ve melodi, monodiyi (tekseslilik) meydana getirmiştir. Bu iki öge, yüzyıllar boyu müziği ifade etmeye yeterli olmuştur ki, bu kullanım tarzı müzik sanatının ilk dönemlerini oluşturur.

## 2. 2. 3. Armoni

Armoni (İt. armonia; Fr. harmonie), aynı anda çıkartılan ve duyulan birbirinden farklı -akor sesleri de dahil olmak üzere- seslerin, melodik tarzda birbirleriyle bütünleşmelerinden meydana gelir. Armoninin en belirgin niteliği, birbirinden farklı seslerin bir arada bulunmasıdır.

Armoni düşüncesi, XVII. yüzyılda ortaya çıkmıştır. Temel prensibi, akordur. Akor, birkaç sesin aynı anda işitilmesi demektir ki, bundan bir tonalite doğmuştur. Tonalite, bir gamı oluşturan prensiptir. Armoni, onu meydana getiren iki prensiple, yani akor ve tonalite ile modern sanatın başlangıcını oluşturmuştur.

Armoni düşüncesinin oluşmasının başlıca nedeni, kiliselerde ilahilerin ses ayırımı yapılmaksızın ünison (tek sesle) okunmasının yarattığı zorluğu ortadan kaldırma çabasıdır. Bu zorluğu ortadan kaldırmak için, armoni kurallarına göre yapılan müzik doğmuştur (Uzdilek, 1977.67). Çünkü insan sesleri (çocuk sesleri, kadın ve erkek sesleri), ince veya kalın oluşlarına göre, dört grupta toplanır:

Soprano (en üst ses): İnce ses. Kadın veya erkek sesi.

Alto (üst ses): Kalın ses. Kadın veya çocuk sesi.

Tenor (tutan ses): İnce ses. Erkek sesi.

Bas (alt ses): Kalın ses. Erkek sesi.

Daha ayrıntılı bir gruplandırma, bu ana gruplar arasında mezzo soprano, bariton vb. gibi ara gruplara da yer verir; ama bu ara gruplar, armonide genellikle uygun düştükleri ana gruplara dahil edilirler.

Çeşitli çalgılardan aynı anda birçok ses elde etmek mümkündür. Örneğin; piyano, arp gibi. Bunlar, armoniler meydana getirmeye uygun çalgılardır. Buna karşılık bazı çalgılarda öyle yapılmışlardır ki, bunlarla ancak birbiri ardına gelen sesler elde edilebilir. Örneğin; flüt, obua ve klarnet gibi. Bu tür çalgılar yalnızca ezgi meydana getirmeye uygundur.

Resim sanatı için perspektif ne kadar önem taşıyorsa, müzik sanatı için de armoni, o derecede önem taşımaktadır.

Büyük besteciler müziklerine armoni kurallarını uygularken çok büyük gayret göstermişlerdir. Özellikle eserlerin icrasında orkestradaki her çalgının ayrı seslerine rağmen, bu seslerin belli kurallarla birbiriyle çakışmaması ve çelişmemesi sağlanmış ve buna büyük özen gösterilmiştir. Örneğin; kemanlar bir melodi çalarken, viyola'lar ile viyolonsel'ler değişik notalara basar. Üflemeliler yalnız melodi olarak değil ritim olarak da farklı boyutlara sürüklenir; ama ortaya çıkan sonuç, muhteşem bir uyumdur, armonidir. Müzikteki derin uyum böyle sağlanır.

### **2. 3. Müziğin Algılanması**

Birey olarak insan, içinde bulunduğu çevrede “ titreşimler ortamı”nda yaşamının sürdürür. Bu ortamın en önemli öğelerinden biri “ses titreşimleri”dir. Kulağı uyaran titreşimler, herhangi bir cismin titreşmesinden doğarlar.

İnsan kulağı, ortalama olarak saniyedeki titreşim sayısı 20 ile 20 000 periyot (bir tam titreşimin tamamlanması için geçen saniye cinsinde süre) arasında olan sesleri duyabilmektedir. Kulağa gelen ses titreşimleri, kulaktan girip belli sinir yollarından geçerek beyne ulaşır ve böylece işitme süreci tamamlanmış olur. Bu fizyolojik sürenin bitiminde onunla birlikte algılamada oluşmaktadır. Algılama süreci beyinde gelişir. Algı, çevreden gelen uyarıların toplanma, organize edilme, anlaşılma ve değerlendirme sürecidir. Yani, beyne ulaşan uyarımlar kümeler halinde örgütlenerek bir anlam kazanır. Görülüyor ki, işitsel duyumlar, onlara dayalı algılamanın oluşmasını sağlayan fizyolojik oluşumlardır. “Ses” düzeyindeki bir işitsel uyarıcının başlıca özellikleri şunlardır: Yükseklik: (sesin pes ya da tiz olması hali), şiddet: (güçlü bir sesi zayıf bir sestem ayırmamızı sağlayan nitelik), tını: (sesin kendine özgü bir özelliği ve rengi ).

Yukarıda betimlenen “işitme” ve “algılama” süreçleri, daha karmaşık bir nitelik kazanarak, “müziksel uyarılar” ağı içinde yaşayan bireyin “müziksel işitme” ve ona bağlı olarak “müziksel algılama” sürecine dönüşür. Ancak, bu dönüşümün olabilmesi, bireyin içinde yaşadığı “müziksel çevresi”nden gelen müziksel uyarılara duyarlı duruma gelmesiyle gerçekleşir. Bu nedenle, “müziksel uyarılara duyarlı duruma gelme süreci”, insan yaşamının anlamlı süreçlerinden birini oluşturur. Bu süreç, birey ile müziksel çevresi arasında belirli bir etkileşimin oluşmasına bağlıdır.

Birey olarak insanın içinde yaşadığı çevresinde, etkileşimde bulunabileceği kaynağı, türü ve işlevi farklı olan çeşitli müzik seçeneği vardır. Bu seçeneklerden her biri kendine özgü bir “müziksel uyarıcı”dır.

Müziksel uyarıcılar insanın devinimsel yaşamına olan etkileri bakımından da sınıflandırılabilir. Bu öğelerde devingenleştirici (hareketleştirici) uyarıcılar ve durağanlaştırıcı uyarıcılar olarak açıklanabilir.

Her müziksel uyarıcı her yerde, her zaman, her birey için hep aynı derecede uyarıcı olmayabilir. Bir müziksel uyarıcının uyarıcılık derecesi ortama, zamana ve bireye göre değişebilir. Belli müziksel uyarıcıların, belli ortamlarda ve belirli bir zamanda belirli etkileri gözlemlenmiştir. Örneğin, “ninni” türündeki müzik parçalarının tüm dünyada, küçük çocukların yaşamlarındaki devingenliği azaltarak durağanlaştırmada ve giderek çocuğu uyutmak amacıyla kullanıldığı bilinmektedir. Bundan başka, marşlar, dans müziği, oyun müziği gibi değişik türden müzik türleri bireylerin yaşamlarındaki devingenliği arttırıcı uyarıcılardır. Burada üzerinde durulması gereken husus şudur: İnsanın devinimsel davranışlarının merkezi konumunda olan insan beynini etkileyen müziksel uyarıcılar, bu yöntemle insanın devinimsel yaşamını etkilemede önemli fonksiyonlara sahiptir.

Bir müziksel uyarıcının uyarıcılık derecesi, uyarılma ortamına, uyarılan bireyin niteliklerine ve uyarıcı müziğin etkileyici gücüne bağlıdır. Bu nedenledir ki; fizyo/biyo-psişik (canlı organizmada seyreden fiziksel olayların incelenmesi) fonksiyonları söz konusu olduğunda, genellikle belirli fonksiyonlar için belirli müzikler dinletilmeye çalışılır. Böyle bir uygulamanın, çok önceki dönemlerde yapılan büyüsel ve dinsel törenlerden süregeldiği, ilgili çevrelerde yaygın bir görüştür.



## 2. 4. Müzik Bir İnsan Davranışı Bilimidir

İnsanın nitelik dokusu da diyebileceğimiz kişiliğin geliştirilmesinde müziğin yeri büyük önem taşır. Nitelik özellikleri tamamıyla ruhî alanı ilgilendirir. Akli ve ruhî melekelerimizin oluşması ve gelişmesi; dış çevreden gelen algıların ve uyarıların anlaşılmasına, kaydedilmesine ve onlara gösterilen reaksiyonlara bağlıdır.

Müzik, ruhî sahada uyarmalarla insanın davranış ve tepkilerini şu duygu yönlerinde etkiler; neş'e, coşkunluk, huzur, durgunluk, kabalık, huzursuzluk, incelik, hiddet, çılgınlık, isyan v.b.

Müzik, insana özgü ve insanın doğasında bulunan bir davranış biçimidir ve güçlü bir etkisi vardır. Her tür müziğin, insan davranışlarında değişiklik yaratması, psikolojik etkilenmenin bir sonucudur.

Birey olarak insanın içinde yaşadığı müziksel çevrede kaynağı, türü ve işlevi değişik çeşitli müzikler vardır. Bu müzikleri şöyle sınıflayabiliriz:

1. Yaygınlık derecesine göre: Yerel (yöresel) müzik, ulusal müzik, evrensel müzik.
2. Yönelik olduğu toplumsal katmana göre: Halk müziği, yığın müziği, sanat müziği.
3. İçinde bulunduğu yerleşim biriminin niteliğine göre: Kırsal müzik, kentsel müzik.
4. Kültürel / coğrafi bölgelere göre: Batı müziği, Doğu müziği ve dünyanın çeşitli yörelerine ait olan müzikler.

5. Ait olduğu çağlara göre: Romantik müzik, klasik müzik, barok müziği vb.
6. Birlikte kullanıldığı etkinlik ya da konulara göre: Yürüyüş müziği, oyun müziği, dans müziği, film müziği, masal müziği.
7. Seslendirme takımının niteliğine göre: Bando müziği, orkestra müziği, koro müziği vb.
8. Ait olduğu dine göre: Çeşitli ulusların dini müzikleri.
9. Kullanıldığı seslerin ya da ses sistemlerinin niteliğine göre: Teksesli müzik, çoksesli müzik, pentatonik müzik.
10. Sözlü olup olmadığına göre: Sözlü müzik, sözsüz müzik.

Müzik teknolojisindeki yenilikler ve kitle iletişim araçlarının gelişip yaygınlaşmasıyla birlikte, insanın günlük yaşamında değişik türde müziklerin de yer almaya başladığı söylenebilir. Bu müziklerden her biri, kendine özgü bir “müziksel uyaran”dır.

Doğduğu çevrede müzikle etkileşim içinde olan birey, müzikle ilgili bazı davranışlar kazanır. “Dinleme”, “söyleme”, “çalma”, “beğenme”ve “beğenmeme” bu davranışlardan bazıları sayılabilir. Bu davranışlarla ilgili olarak ayrıca, “müzikle eğlence”, “müzikle çalışma”, “müzikle öğrenme”, “müzikle uyuma”, “müzikle spor”, vb. söyleyebiliriz.

Müziksel uyarıcılar, insanın,duyuşla ve devinişle ilgili davranışlarının merkezi konumunda olan beynini etkilemede önemlidirler. Hasta insanların davranışlarını değiştirmede, onlara yeni ve daha iyi bir davranış biçimi kazandırmada müzikten yararlanabiliriz. Müzik insanın bozulmuş olan ruhsal

dengesini yeniden kurabilen ve çevresine gereği gibi uyumunu tekrar sağlayabilen bir araçtır.

İnsanın müzikten etkilenmesi için, insanla müzik arasında bağlaşım gereklidir. Bağlaşım, müziğin insanı kavramasıyla ve insanın kendini müziğe kaptırmasıyla gerçekleşebilir. Müziğin insanı kavrayabilmesi; dinleyenin iç oluşum düzeyine seslenebilen müziklerin, buldukları tür açısından yeterli estetik olgunlukta sunulmasına bağlıdır. Kişinin kendini müziğe kaptırması, kendini o müzikte bulmasına bağlıdır. İnsan, içinde kendini bulduğu müziğe kendini kaptırabilir. Dolayısıyla davranışlarında değişiklik olur. İnsanla müzik arasında bağlaşım olmadan, müziğin fizyolojik ve psikolojik etkisi gerçekleşmez.

Müziksel davranışlar psikologlar, antropologlar ve sosyologlar tarafından analiz edilmektedir. Bu üç disiplin, davranış bilimleri adı altında toplanır. Bunlar, insan davranışlarıyla ilgilenir ve insan davranışlarını genelleştirmeye çalışırlar.

Davranış bilimleri, kısmen de olsa yeni gelişmeye başlamıştır. İnsanların müziğe karşı olan davranışlarını ortaya çıkarmada, müziğin terapi için kullanımında bilimsel çalışmalara gereksinim vardır.

## **2. 5. İnsan Duyguları ve Müzik**

İnsanın, duygusal zenginliğini geliştirmesinde müziğin önemli bir yeri vardır. Özenle seçilmiş bir müzik, duygusal davranışları etkileyebilir. Çünkü

müzik, büyük bir etkileme gücüne sahiptir. Etkinin yaratılmasında, müziğin yapısını oluşturan öğelerin (ritim, melodi, armoni vb.) etkisi yadsınamaz

İnsan, çevresinden gelen en basit bir bilgiye karşı bile, tamamiyle duygu ve beyni ile bağlıdır. Kısaca, beyin çevreyle ilişkiyi sağlayan tek organımızdır. Bu açıklamaların yapılmasının nedeni şudur; bir organizmanın duygusal gelişimi ne kadar fazla ise o organizmanın dış dünyası da o kadar zengindir. Bu anlamda müzik, insan yaşamını zenginleştirme yolunda, en önemli işlevi üstlenmiştir.

İnsan, yalnızca çevresinde bulunan şeylerden bir organize yapmamalıdır. Tersine, yeni tasarımlar geliştirmeli, kullanabileceği yeni yorumlar getirmelidir. Bu olay, insanın estetik duygularını ortaya çıkarıp geliştirecektir. Hiçbir kültür, yalnızca doğadan gelen seslerle yetinmemiştir. İnsan her zaman yeni sesler oluşturup, bunları bir sıra ve bir sisteme sokmuştur. Bu sesleri genellikle ritmik olarak düzenlemiştir. Herhangi bir kültür içinde doğan bir çocuk, önce o kültürün müziğini öğrenir ve bu müzik, kendi geleneklerinden birini oluşturur.

İnsan, estetik yapıların oluşumundan kaçamaz. Estetik deneyimi, kendi çevresini ayarlama ve bu çevreye uyumunda en önemli araçtır. Estetik deneyimi eksik olan bir kimsenin, insan olarak da bazı eksiklikleri vardır.

İnsanlığı anlamak için önce, insanlığın sağlığı ve mutluluğu için gerekli olanları anlamak gerekir. Müzik, insanlığın bir gereğidir. Bu, müziğin insan tarafından oluşturulmasından değil, insanın müzikle bir bağ oluşturmasından kaynaklanır.

Her kültürün kendine özgü bir dili olduğu gibi, bir de müziği vardır. Müzik, insan için gereklidir. Birçok kültürde, müzik ve din çok yakın ilişki içindedir. Topluca yapılan grup müziğinin, tek tek yapılan müziklere karşı daha büyük bir önemi vardır.

Müziğin, toplumlardaki bazı işlevlerine örnek olarak Aztek müziğini ele alalım. Aztek müziği danslarla süsleniyordu. Aztek müziği melodik değil, ritmikti. Din törenlerinde dans, önemli bir bölümü oluşturuyordu ve bunun en önemli işlevi, dansçılarla izleyenlerin Tanrı ile iletişim kurmalarını sağlamaktı.

Kolomp öncesi orta Amerika kültürlerinde dansın, şarkıdan daha önemli olmasının nedeni açıktır. Çünkü bu kültürlerde, sözleri olmayan melodilerle yapılan birçok dans çeşidi vardı ki, bu danslar da iletişim açısından kendi kendine yeterli ve kendi kendini açıklayıcı nitelikteydi. Devamlı tekrarlanan ve monoton olan ritmi, sürekli tekrarlanan dans hareketleri süslüyordu.

Bu, “Rock’n Roll” müziğinin monoton hareketlerine benzer. Bütün kültürleri incelersek, ritmin kültürler arasında neden bu kadar çok yayıldığını anlamak pek güç değildir.

Aztek kültüründe müzik ve dans bir grup oluşturularak gerçekleştirildi. Bu durum bizim toplumumuz için de geçerlidir. Grup müziğinin en önemli işlevi, insanları o gruba dahil edip, onlara kabul edildikleri duygusunu vermektir. Bu, insanın cesaret ve moralini yükseltici etki gösterir (Combarieu, 1920. 27-28).

Amerika' da en çok grup müziğinin gerçekleştirildiği zamanlar, pazar sabahlarındaki kilise ayinleridir. Bu müziğin en önemli işlevi, insanları bir araya toplamasıdır. Ritmik müzik insana, kendi kendine yeterli olduğu duygusunu verir.

Grup ritmi, grup dansı, grup şarkıları ve diğer müziksel grup hareketleri, oluşturulan müziğe katılanlar arasında ve katılanlarla izleyenler arasında özel bir iletişimin kurulmasını sağlar.

Müzik, daima içinde bulunduğu kültür ile şekillenmiştir. Müzik, bir insan davranışıdır. Her zaman ritmik olarak düzenlenmiş, kimi zaman melodik veya armonik olarak düzenlenmiştir. Müziğin yaşayabilmesi için, içinde bulunduğu kültürün insanları tarafından kabul edilmesi gerekir.

Bütün bu anlatılanlar, müzik-terapinin anlaşılması için gerekli ön bilgiyi sunmuştur. Birçok kültürde müziğin anlatımı, müziğin sosyal özelliğini ve ritmin önemini göstermiştir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### TEDAVİDE MÜZİK

Yüzyıllar boyunca insan, hastalıkların iyi edilebilmesi için çareler aramıştır. Birçok hastalığın nedenlerini bulmuş, kendi kültür sınırları içinde çeşitli tedavi yollarını denemiş, bilgilerinin ve inançlarının ışığında müziği de bu tedavi türlerinin arasına yerleştirmiştir. Bireyin hastalık kavramı ve hastalığa karşı almış olduğu tavır yüzyılların akışı içinde sürekli değişim göstermiş olmasına rağmen müzikal deneyimlere karşı reaksiyonları temelde aynı kalmıştır. Müziğin hastanın ruhu ve bedeni üzerindeki etkisi eski dönemlerden beri aynı gözlem ve neticeleri göstermiştir. Müzik, toplumların töre ve inançlarına göre büyü, din ve rasyonel düşünce sistemine bağlı olarak tedavide uygulanmıştır. Bu yöntemde, tedavi edenin kişilik ve yeteneği her zaman tedavinin sonucu üzerinde etkili olmuştur. Müziğin büyüsel gücü ile hastası arasında iletişim kurmaya çalışan terapist yüzyıllar içinde büyücü, rahip, hekim veya bir müzik uzmanı olarak değerlendirilmiştir. Sonuçta, çeşitli toplumlarda hastalığın tedavisi için çare aramak zorunda kalan birey, kendisini hastalığın nedenine karşı gücü elinde tutan uzman kişinin ellerine bırakmak zorunda kalmıştır. İkisi arasındaki sürekli ilişki uygulanması gereken tedavi yöntemine hastanın istekli olup olmamasına bağlı olduğu gibi, uygulanan tedavi biçiminin süresi içinde hastada oluşan tepkiler ile de ilişki kurulmasına bağlı kalmıştır.

Eski Mısır'da (M.Ö.15 y.y.) hastaları bu yöntemle tedavi etmeye çalışan büyücüler, tapınak rahipleri ve hekimler gibi üç tip sınıfın bulunduğu anlaşılmaktadır (Sigerist, 1962.133). Ayrıca yüzyılların akışı içinde bazı müzisyenlerin müzik-terapist olarak da değerlendirilmiş oldukları görülmektedir. Örneğin; kutsal kitabın "Eski Ahit" bölümünde Davud'un arp, Yunanlı Thimateus'un lir, Türk bilgini Fârâbi'nin ( M.870-950) ud ve kanun çalmış olduğu bilinmektedir.

Hastalarını bu yöntemle tedavi etme çabası içinde bulunan büyücüler, rahipler ve müzisyen-terapistler hastalarıyla bir tür iletişim kurma çabası içinde bulunmuşlardır. Kendi anlayış biçimlerine göre uygulamış oldukları yöntem ve inançlar, özellikle müzikteki hüner ve bilgileri bu konuda önemli bir rolü üstlenmiştir.

### **3. 1. Büyü ile İlgili Tedavilerde Müzik**

İlkel insan, evrenin esrarlı olduğuna, ruhlar veya doğüstü güçler tarafından yönetildiğine inanmıştır. Bu nedenle bu esrarlı güçlerle daima barışık olmak zorunda olan insan, kendi varlığını gelebilecek tehlikelerden koruyabilmek için büyü yöntemi ile doğüstü güçleri kontrol altına almak veya onlara üstünlük sağlamaya çalışmıştır. Doğa güçlerine büyü araçlarıyla hükmetme çabası yüzyıllar boyunca devam etmiştir. Günümüzde de büyü ile ilgili batıl inanç ve hurafelerin çeşitli biçimlerde varlığını sürdürdüğü görülmektedir.

Ruhların ve büyüünün egemen olduğu bir dünyada varlığını sürdürmeye çalışan ilkel insan, kendisini yakalayan hastalıkların metafizik güçlerin eseri



olduğunu, bu nedenle de yalnızca büyüñün yardımı ile bu dertlerden kurtulacağına inanmıştır. İnsan vücuduna giren ve dışarı çıkması gereken kötü bir ruhu hastalığın nedeni olarak düşünmüştür. Büyü ile şifaya kavuşturan bir şamanın (kutsal kişiliğe sahip) kötü ruhları kontrol eden gizli ve büyülü formülleri bildiği kabul edilmiştir. Şamanın doğaya dönük bitkisel ilaçlar, sular, özel ve karmaşık ayinlerle kötü ruhları kaçırdığına büyük bir inançla güvenilmiştir. Ritim, şarkı ve danslar ile tedavi ayinlerinde büyük bir rol oynayan şaman, gizemli ve büyülü olması nedeniyle müziği ruh ile iletişim kurma amacıyla kullanmıştır.

İlkel insan, hastalığın nedeni hiç bilememiştir. İlkel toplumlarda doktorun fonksiyonunu büyücü üstlenmiştir. Büyücü, şifalı bitkiler, danslar ve tütsüyle karışık ayinlerle hastanın bedenine girdiğine inandığı kötü ruhu uzaklaştırmaya çalışmıştır. Monoton bir ritim eşliğinde, hastanın bedenine girmiş olan kötü ruhun tepkilerine cevap olarak hızlı, yavaş, yumuşak veya sert melodilerle birlikte etkileyici tılsımlı sözlerin de eklenerek hastanın şifaya kavuşturulması müzikle tedavinin temelini oluşturmuştur (Alvin, 1966. 23-24 ).

Günümüzde Afrika'nın orta bölgelerinde yaşayan ilkel kabilelerde bu tür geleneklerin sürdürülmekte olduğu bilinmektedir. Zambia'da davul eşliğinde yapılan dansla tedavi gerçekleştirilmeye çalışılır. Bu yöntemde hastayı heyecanlandıran bir ortam oluşturulur. Davulun ritmi etkisiyle hastanın sinir sisteminde bir değişiklik yaratılmasına çalışılır. Bu ortamdan çıkan hasta, sonuçta büyük bir rahatlama duyarak kendini iyi hissetmektedir.

Kenya’da, Mola kabilesinde trans ayini (ritmik danslar, aşırı teneffüs, sıçrama, sallama) ile hastanın kendinden geçerek bayılması sağlanır. Hasta ayılınca iyileşmiş olur (Alvin, 1956. 18).

Eski Çin’de de müziğin etkilerine ilişkin örnekler vardır. Örneğin; Eski Çin’de, gür ses veren bir gong’un kötü ruhları, hastanın yanından kaçırdığı inancı vardı.

B.J. Holman A.B.D.nin kuzeyinde, Kızılırmak ile Ontorio arasındaki bölgeye yerleşmiş önemli kabilelerinden biri olan, Ojibwa yerlileri üzerinde yapmış olduğu bir araştırmada, bir yerlinin hastalıkla bedenini ele geçiren kötü bir ruh için, tadı kötü ruha tiksinti verecek, bitki köklerinden bir karışımı şarkı eşliğinde hazırladığından söz etmiştir (Combarieu, 1920. 23).

Ojibwa yerlilerinde “mide-wiwin “ adı verilen hekimlerden oluşan bir topluluk “manitu” adı verilen şamanların koruması altında bulunmaktadır. Hekimlerin büyülü şarkıları ve bu şarkılarla hastalara şifa vermeleri kabile içinde çok gizli tutulmaktadır.

Su ve şifalı otlar gibi doğal materyallerin çoğu yalnız büyücü tarafından ve onun tekelinde olan şarkıyla birlikte uygulandığı zaman etkili olabilmektedir.

İlkel tıp’ın önemli öğeleri olan şarkı, büyü ve çeşitli ayinler hasta üzerinde arzulanan güçlü fizyolojik ve psikolojik etkiler oluşturmuş olmalıdır.

Müzik, büyücü tarafından kötü ruhla iletişim kurmak ve onu kontrol altına alabilmek için bir aracı olarak kullanılmıştır. Müzik daima büyücünün irade gücünü ifade etmiştir. Büyü töreni esnasında söylenen şarkılar, kötü ruhun tepkisine göre şiddeti gittikçe yükselen veya alçalan, hızlanan veya yavaşlayan bir melodi üzerine kurulmuştur. Kötü ruhu ikna çabası veya tehdit içeren sözlerin görüldüğü melodilerde genelde basit ölçülerin kullanıldığı ve sınırlı aralıklarla işlendiği görülür (Alvin, 1966. 24 ).

### 3. 1. 1. Büyücü Hasta İlişkisi

Büyücünün kişiliği ve kabiledaki sosyal durumu onun hasta ile olan ilişkisine özel bir ayrıcalık kazandırmıştır. Her yönüyle alışılmamış biri olan büyücü, ruhlar dünyası ile ilişki kurabilme yeteneğine sahiptir. Bu nedenle büyücü, gücünden dolayı kutsal görülen ve çoğunlukla kendisinden korkulan birisi olarak görülmüştür. Bu konu hakkında Alman tarihçi Marius Schneider şöyle söz etmektedir:

“Büyücü toplum içinde kutsallaştırılan, özelde ise kendisinden sakınılan biridir. Topluluk onun gücünü ne kadar yoğun hisse derse, o kadar da onu tutmaya çalışır. Büyüçüye daima ihtiyacı olan toplum hiçbir zaman onu soyutlayamaz. Bundan dolayıdır ki; onu gizlice ve açıktan kabullenir” (Schneider, 1957. 41).

Büyücünün sahip olduğu gizli güç korku oluştursa da, kabile yaşamının kısır döngüsü, doğum-ölüm, hastalık-sağlık, savaş ve barış gibi durumlarda otoriteyi daima elinde bulundurmuştur. Kendisinden korkulan ve saygı duyulan büyücü kabile bireyleri tarafından hiç sevilmeyen biri olarak

görülür. Hasta ile kendisi arasında en küçük bir sevgi ve dostluk bağı oluşturmaz. Büyücünün müziği, büyülü sözlerden oluşan şarkılarla birlikte belli çalgıların sesiyle etkilemek istediği kötü ruha yönelik olurdu.

Hastanın büyücüye karşı tutumu daima korku olmuştur. Buna rağmen büyücünün yapacağı ayinin tedavi veya ferahlama getireceği inancı kuvvetli bir biçimde yerleşmiştir. Fransız müzikoloğu Jules Combarieu büyücünün bir seans anında, laboratuvarında çalışan modern bir bilim adamı gibi inançlı ve samimi olduğundan söz eder. Büyücü, şarkılar ve büyülü formüller olmadan tedavinin hiç bir sonuç vermeyeceği inancını taşır (Combarieu, 1909.18 ).

Bir büyücünün bu gücü nasıl elde ettiği konusunda çok az bilgi mevcuttur. Fakat ayininde kullanmış olduğu şarkıların doğaüstü güçlerden kendisine ilham edildiği burada söylenebilir.

Büyücünün çeşitli hastalıklar karşısında ayrı bir şarkı kullanmış olduğu bilinmektedir. Antropologlar (İnsan bilimi uzmanı) Amerika, Afrika ve Avrupa'da bu konuyla ilgili ilkel şarkıları toplamışlardır. Bu şarkıların bir kısmının tıbbî amaçlı olduğu görülür. Bunların içinde çoğu hızlı (dakikada 100 vuruşun üstünde) ritmik ve tekrarlı melodik özellik taşırlar. Bu melodilere bir de davul eşlik etmektedir (Alvin, 1966. 28 ).

Gizli güçlerle ve ruhlarla diyalog kurma yeteneğine sahip insanlara karşı duyulan korku yüzyıllar boyunca devam etmiştir. Bu duygu, hasta bireyin üzerinde büyücünün mutlak hakimiyet kurmasına neden olmuştur. Büyücü, müziği ve sihirli formülleri ile hastanın korkusunu daha da arttırmıştır. İlkelerde durum böyle iken, modern çağda müzik hastanın

korkusunu yenmesini, endişe ve sıkıntılarını gidermesi amacıyla uygulanan müzik-terapi'yi meydana getirmiştir.

### 3. 2. Antik Dönemde Dinsel Tedavide Müzik

Hastalık nedeninin kötü bir ruhun eseri olduğu düşüncesi antik dönemde oldukça yaygındı. Fakat bu düşüncenin antik dönemde farklı bir şekilde yorumlandığı görülür. İnsan, hastalığın kızgın bir ilâh tarafından, işlenen bir günahın bedeli, ya da şuurlu veya şuursuz olarak bir kuralın çiğnenmesi nedeniyle gönderildiğini düşünmüştür. Öncelikle hasta suçlu olduğunu, bu suçun bağışlanması için de tedavi öncesi tanrıları yatıştırması ve onları razı etmesi gerektiğine inanmıştır.

İnsan düşüncesinde yaratılmış olan antik dönemin tanrıları büyü ile yatıştırılacak basit ruhlar değildi. İnsani sıfatlara sahip bu tanrılar öfkelendiklerinde öc alan doğaüstü güçler gibi davranıyorlardı. Savaş, barış, tıp veya sanat gibi insan yaşamında aktif yer tutan olaylarda kontrol ellerindeydi.

Eski Yunanlılar, önemli müzisyen ve hekimleri olan Asklepios'u tanrılaştırdıkları gibi, Mısırlılar da hekimleri Imhotep'i tanrılaştırmışlardı. Konularında şöhret sahibi olan kişiler çoğunlukla ölümlerinden sonra ilâh seviyesine yükseltiliyorlardı (Singer, 1928. 7 ).

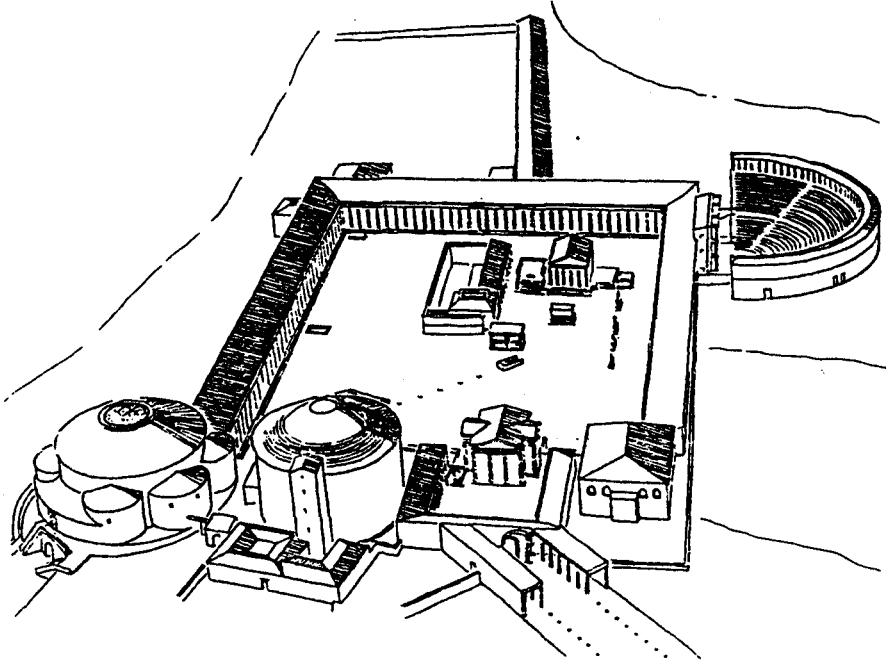
İsrail'in eski tarihinde anlatılan, Davut ve Saul'un hikâyesinde müziğin nevrotik (sinirsel) bir deprezyonun yatıştırılması için uygulandığı görülür. Saul kral olduğunda tanrının emirlerine uymak istememiş, bu nedenle

tanrının ruhu da ondan uzaklaşmıştı. Kendisi, melankoli (belirgin zihni bozukluk) nöbetleri ve kontrol edilemeyen öfke krizlerinden sıkıntı duymuştu. Bu konuyla ilgili Tevrat’da I.Samuel’in 16-23 satırlarında şöyle bir olay anlatılır: “Şeytan ruh, Saul’a hakim olunca Davut harpını eline alarak çalmaya başladı. Bunun üzerine şeytan ruh, ondan uzaklaştı ve Saul rahatladı” (Kitab-ı Mukaddes-Eski ve Yeni Ahit, 1958, 288-289). Bu olayda müziğin tedavi edici etkisi olduğu düşünülebilir.

Antik dönemde hastalığın öc alan bir tanrı tarafından gönderildiği inancı, hastalığa rasyonel yaklaşımı ortadan kaldırmıştır. Genellikle zihinsel hastalıklar, kötü bir ruhun hastaya sahip olmasına bağlanmıştır. Hastanın ruhsal sağlığına yeniden kavuşabilmesi için bu kötü ruhun hastanın vücudundan çıkartılması gerektiği düşünülmüştür.

Bir hastalığın tedavisi mümkün olsa da, tanrıların gönlü edilmeden hastalığın tedavisinin mümkün olamayacağı inancı geçerliliğini korumuştur.. İnsan, bu güçlü tanrıları memnun edebilmek ve onları yatıştırmak amacıyla tapınak rahipleri aracılığı ile sunmuş oldukları adak ve dualar ile şifa veren tanrılardan merhamet dilemişlerdir.

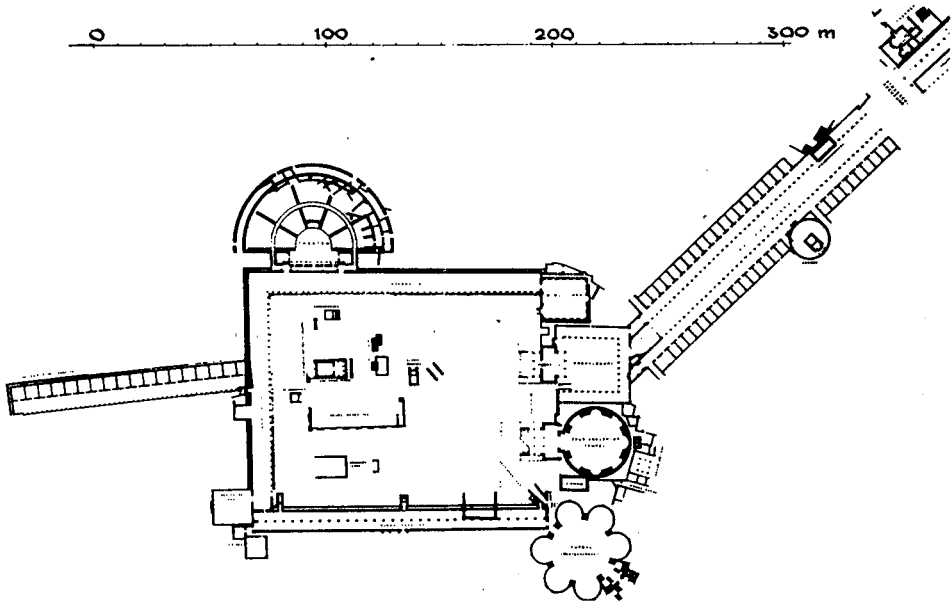
Antik dönemin sağlık tanrılarında biri olan Asklepios, M.Ö. 4. yüzyılda Yunanistan’da Epidaures’da bulunan Asklepieion gibi bir sağlık yurdunu Bergama’da kurmuştur (Şekil 1.). Bergama sağlık yurdu’nun hastalara uyguladığı tedavi yöntemlerini, özellikle M.S. II. yüzyılın ortalarında bu sağlık yurdunda onüç yıl kalmış olan hatip Aelius Aristeidis’in yazılarından öğreniyoruz.



**Şekil 1.** Asklepios Kutsal Alanı'nın Görünüşü (H.Schleif'in Modeli)

Asklepieion'un en parlak yıllarında Satyros ve Galenos gibi çağın en büyük hekimleri burada yaşamış ve ders vermişlerdir. Asklepieion'da genellikle telkin, fizyoterapi ve müzik-terapi'nin günümüzde halâ kullanılan çeşitli tedavi yöntemleri uygulanmıştır. Hastalara su ve çamur banyoları yaptırmak, masaj yapmak, bitkilerden hazırlanmış ilaçların hastalara uygulanması, perhiz kürleri, soğuk havalarda koşu düzenlenmesi, sağlık yurdunun bahçesinde bulunan ve kutsal olarak nitelenen bir kaynaktan hastaların bol bol su içmesi bu tedavilerin başında gelmiştir. Hastaların tedavisinde telkinin büyük önemi olduğu görülür. Hastaların sağlıklarına kavuşabilmeleri için kendilerine ne gibi bir tedavi yönteminin uygulanacağı,

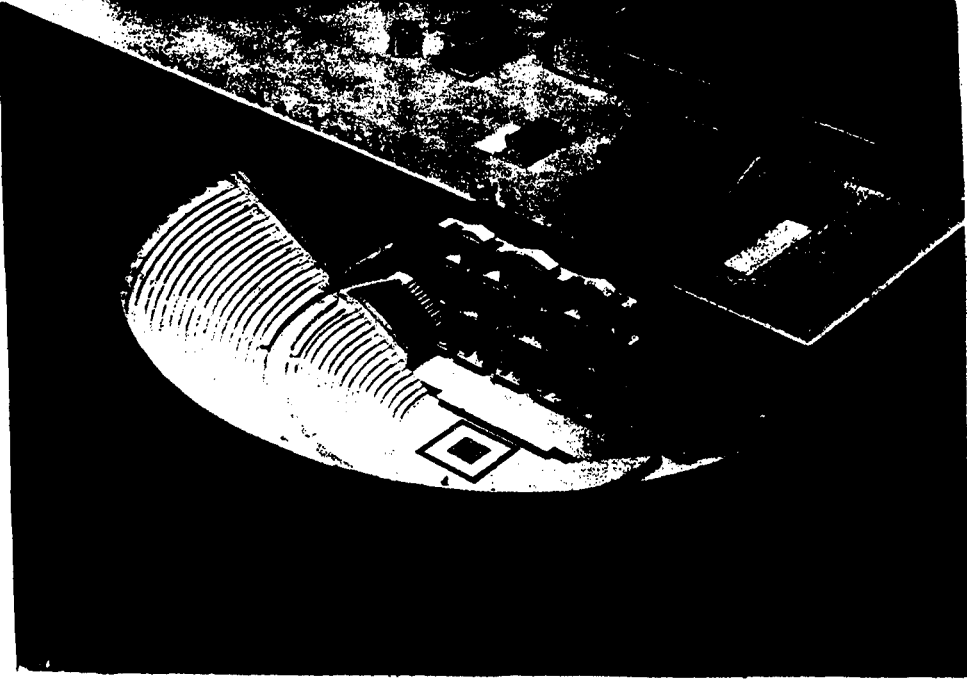
hastanın görmüş olduğu rüyaya göre değerlendirilir. Bu yöntemde, özel olarak yapılmış bulunan uyku odalarında hastaların güçlü telkinler yoluyla düş görmelerine çalışılmıştır (Şekil 2.). Ayrıca sağlık yurdunun yanında yer alan bir anfiteatro'da oynanan temsillerin yanında, müzik eşliğinde de hastalara ruhsal tedavi uygulanmıştır. Hatta, hastaların yatak odalarının altından geçen, özel olarak yapılmış bir kanaldan akan su seslerinin hastaların ruhsal tedavilerinde olumlu neticeler vermiş olduğu da bilinmektedir.



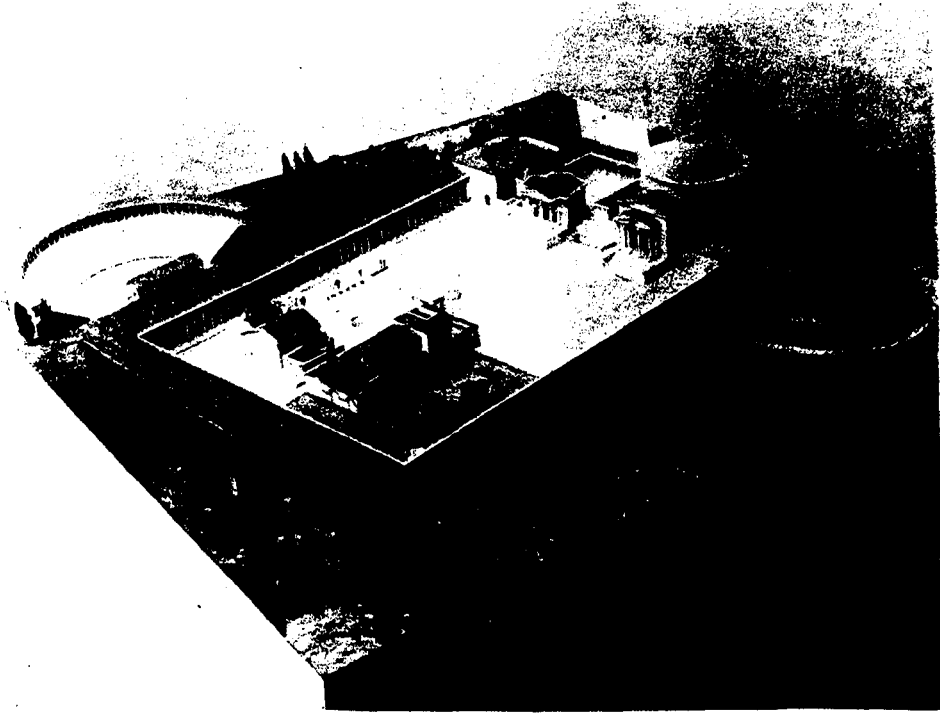
Şekil 2. Asklepios Kutsal Alanı'nın Planı (O. Ziegenaus)

Asklepieion'da şifanın Asklepios'tan geldiğine inanılıyordu (Resim 1.-2.). Bu nedenle, Asklepieion'daki her şeyin kutsal olduğu kabul ediliyordu (Cebeci, 1996).





**Resim 1. Asklepieion (H. Schleif'in modeli) Sahne Binası İle Tiyatro**



**Resim 2. Güneybatı'dan Genel Görünüş**  
(Foto Pergamongrabung arşivinden)

Hastalık durumlarında kendisinden yardım istenen tıp tanrısı Apollon müzik gibi bir sanatın kontrolünü elinde tutması nedeniyle, kendisine hitap edebilmeleri amacıyla lir adı verilen bir çalgıyı da insanlara armağan etmiştir. Tanrı Apollon'un lir çalarak insanların sıkıntılarını giderdiği antik dönemdeki inançlar arasındadır. Lir Apollon'un özel bir algısıdır. Alvin'in aktardığına göre: "Müzik yeteneği konusunda kiskan olan Apollon, keçi ayaklı orman cini olan Pan'ın fltn kendi lir'ine tercih ettiği için Kral Midas'a eşek kulaklarını vermişti" (Alvin, 1966. 30). Bu nedenle müzik tanrısı da olan Apollon'dan dilekte bulunmak isteyen bir paganın (ok tanrıya tapan) ibadetinde çalarken veya söylerken tanrının hoşnut olacağı bir melodiyi icra etmesi oldukça önem taşıymaktaydı.

Yunan mitolojisinde Apollon'un oğullarından ve eski Yunanistan'ın ünlü bir müzisyeni olan Orphee'nin de oldukça etkili şekilde lir çaldığı anlatılır. Mitolojide olay şu şekilde geçmektedir:

"Bir yılanın karısını sokarak öldürmesi zerine Orphee, onu aramak için cehenneme gittiğinde öylesine güzel bir şekilde lir çalmıştı ki, yılan saçlı ve kanatlı ölüm perileri Erinyeler ile cehennemin bekçisi üç başlı ve yılan kuyruklu canavar köpek Kerbelos dahi bu eşsiz müzik karşısında hareketsiz kalmıştı" (Can, 1963. 241).

Eski Yunanlılar, müzik ve algıları tanrıların kendilerine vermiş oldukları armağanlar olarak değerlendirmişlerdir. Bu nedenle müziği tanrılara hitap etmek ve onların öfkelerini dindirmek amacıyla kullandılar. Bu durum müziğin kişisel bir iletişim aracı olduğunu göstermektedir. Artık müzik doğauşt güçleri zorlamak veya onlara egemen olmak için bir tehdit aracı değildir. İnsan onu kendisi gibi duyarlı ve güzel bir tanrıyı ikna etme

aracı olarak değerlendirmeye başlamıştır. Antik tedavi ayinlerine eşlik eden ve tanrıya gönderilen müzik, hastayı dolaylı olarak gevşemiş, umutlu ve alıcı bir ruh durumuna koymuş olmalıdır. Müzik dinletileri rahipler tarafından yönetiliyor, büyülü formüller ve şarkılar tapınak rahip veya rahibeleri tarafından temin ediliyordu.

Bugün Kassel ve Atina yakınlarında bulunmuş olan bir mermer üzerinde bu şarkılar hakkında bize bilgi veren kitabeler bulunmaktadır. Müzik ile hastalığı tedavi etme düşüncesi, tümüyle bu ilahilerin söylenmesi ile gerçekleşiyordu ki, Paean, Eskulap, Kiron, Makaon, Podalir, Iaso, Akeso, Panase, Hygie gibi eski çağın hekimleri bu ilahilere başvurmuşlardır.

Tibbin babası sayılan Hippocrates (M.Ö.460-377) da, bazı hastalıkları tedavi için hastaları ilahiler eşliğinde tapınağa götürürdü (Adasal, 1955. 37).

Eski Yunan'da Poignio adı verilen neşeli havalar dertleri olanlara bir avunma ve hastalıklardan kurtulma şarkıları olarak kabul edilirdi. Orgi adı verilen (Şarap tanrısı Dionysos adına yapılan şölenler ) danslar ile pagan ayinlerinin doğrudan doğruya tedavi ile ilgili bir amaçları yoktu. Fakat bu ayinler büyük bir psikolojik boşalma sağarlardı. Yapılan bu ayinler rahibin sorumluluğu altında olup, onun yerine getirmek zorunda olduğu görevler arasındaydı (Alvin, 1966.31). Antik dönemin rahipleri, sağlık ve hastalık dahil bütün dinî törenlerden sorumluydu. Tanrılara yaklaşmak ve ulaşmak için gereken bütün formülleri bilen rahipler bu formülleri büyük bir titizlikle de korumaktaydılar. Yüzyıllar içinde, rahip topluluğun başı olarak baba mevkiine geçmiştir. Tanrılar tarafından seçilmiş olan baba konumundaki rahibin tanrılarla uyum içinde olduğu görülür. Rahip kendi toplumunda

güvenilir bir kişi olarak halkın içinde yaşar. Büyücüden farklı olarak toplumda saygın bir yer edinmiştir (Alvin, 1966. 32 ). Rahipler bütün dinî formülleri bildikleri gibi, ilâhilerin bir ritimle söylenmesi ve sıranın titizlikle takip edilmesi gerektiğine de büyük önem vermişlerdir. Bu şarkılardaki herhangi bir değişiklik tanrıya yapılan büyük bir küfür sayılır ve şiddetle cezalandırılırdı. Çünkü, bu tanrıları hoşnutsuzluğa iter ve toplumun güvenliğini tehdit ederdi. Bu yüzden rahipler, kutsal ayinlere dair herşeyi bütün detayları ile birlikte öğrenmek zorundaydılar. Bunlara salgın hastalıklara karşı kullanılan formüller de dahildi (Alvin, 1966.33 ). Rahipler bu bilgileri atalarından kalan ve büyük bir gizlilik içinde muhafaza edilen kitaplardan öğrenirlerdi. Onlar daima tanrıyı memnun etmek zorundaydılar, yoksa tanrı öfkelenebilir ve bir felaket meydana getirebilirdi.

Büyücü gibi rahip de hasta ile tanrı arasında bir aracı konumunda görünürler. Tedavi ayinlerinde, her ikisi de otoriteyi ellerinde tutmuş ve müdahaleleri dolaylı olmuştur. Yine de rahibin görevi büyüden oldukça farklı görünmektedir. Rahibin tanrılarla olan iletişimde tek amacı, sunmuş olduğu ilâhileri tanrılara beğendirmek olmuş ve ancak bu yöntemle tanrıların ihsan ve lûtuflarını elde edebileceğini düşünmüştür.

### **3. 2. 1. Rasyonel Tedavide Müzik**

Babil ve eski Mısır hastalığa karşı rasyonel tavrın doğuşunu görmüştür. Her iki medeniyette de tıbbın oldukça gelişmiş olduğu görülür. Eski Yunan'da bu yaklaşım daha da gelişmiş , oradan da Roma'ya geçmiştir. Yunanlılar, Charles Singer'in "bilimsel şuurluluk" dediği ilk düşünceye sahip bir millettir. Bu şuur onların medeniyetleri ile birlikte

ortadan kaybolmuştur (Singer, 1928. 7). Roma imparatorluğu'nun yıkılışının ardından geçen yüzlerce yıl Avrupa'da bilimsel anlamda tıp konusunda ciddi bir çalışma yapılmamıştır.

Eski Yunan'da büyü ve dinî inançlara dayanan tedavinin yanında, felsefi ve etik olduğu kadar bilimsel denilebilecek tedavi yöntemleri de görülmektedir. Yunan düşüncesi zamanının matematik, felsefe, tıp ve müzik gibi bilinen bilimlerini bir bütün haline getirdiğinden, müzik-terapi tarihinde yeri önemlidir. Apollon'un tıp ve müziğin tanrısı olması gerçeği, bu iki bilim arasındaki ilişkiyi sembolize ediyor olabilir.

Yunanlıların sağlık problemlerine yaklaşımlarında, genelde insanı etkilemesi nedeniyle müziğin önemi üzerinde durmuşlardır. Bu nedenle müziğin ruh ve beden üzerindeki etkileri üzerinde araştırmalar yapmışlar ve yeni teoriler ortaya koymuşlardır.

Platon (Eflatun M.Ö.400 ) ahenk ve ritim ile ruhun derinliklerine etki eden müziğin, kişiye bir hoşgörü ve rahatlık verdiğinden söz eder (Combarieu,1920.12). Böylelikle, Platon müziği tedavi edici özelliği olan bir çare olarak kabul etmekle birlikte, müzik olmaksızın hastaya uygulanan reçetelerin de hiç bir faydasının olamayacağı görüşünü savunmuştur.

Aynı konu hakkında Alvin'in verdiği bilgi şöyledir: "Platon'un öğrencisi ve Büyük İskender'in hocası Aritoteles (M.Ö. 384-322) de müziğin insan ruhu üzerindeki etkilerini araştırmış ve bu konudaki görüşlerini yazılarında belirtmiştir" (Alvin, 1966.39). Aristoteles müziğin

tıp'da önemli bir fonksiyonu olacağını savunmuştur. Duygularını kontrol edemeyen insanlar hakkında ise şunları söylemiştir: “Onlar ruhu coşturan melodileri dinledikten sonra kendi normal hallerine dönerler; sanki, tıbbî bir tedavi görmüş gibi olurlar” (Alvin, 1966. 39 ).

Yunan yaşamında duyguların boşalmasıyla oluşan rahatlama hissi zihin sağlığı açısından önemli bir süreçtir. Bu süreç genelde müzik ve drama gösterileri yoluyla oluşuyordu. Bu oluşumu farkedenden Asklepios'un ruhsal bozuklukları olan çocuklara müzik kürü uygulamış olduğu söylenmektedir (Stafford, 1971.22 ).

Yunanlılar, müziği ve unsurlarını analiz etmişlerdir. Ortaya koymuş oldukları teoriler daha çok matematiksel anlamda ve ses dizileriyle ilgilidir. Bir hekim ve matematikçi olan Phthagoras'ın (M.Ö. 585-500 ) ruhsal bozukluğu olan hastalarına müzik dinlettiği ve buna “müzikal tıp” adını verdiği görülür. O dönemde müzikal duygunun belki de Apollon'un insana armağanı olan lir'in sesleriyle ilişkili olan değişik gamlardaki seslerin belirli tepkileriyle oluşmuş olduğu söylenebilir. Yunan müziğinin toplum üzerindeki etkisinin önemli nedeni, müziklerindeki melodi aralıkları, ton, ve ritimidir.

Antik çağ milletleri arasında, en çok Yunanlılar'ın müziği hakkında bilgi sahibiyiz. Yunanlılar döneminden kalma yazılı eserler, anıtlar ve başka belgeler yardımıyla bu milletin müziği hakkında oldukça geniş bilgi edinilmiştir.

Yunanlıların müziği çeşitli gamlardan oluşmaktaydı. Bu gamlardan bazılarının etik değer taşıdığı, bazılarının da duygusal değerleri olduğuna inanılmıştır. Platon her gamın karakterinin dinleyicinin ahlâkı üzerinde farklı etkiler oluşturduğunu söylemiştir. Bu konuda Platon'dan daha az iddialı görünen Aristoteles de "Politika" adlı yapıtında karakter gelişiminde bir eğitim aracı olarak etik melodilerin ve onların armonilerinin kullanılması gerektiğini savunmuştur. Örneğin, yiğitlik ruhu taşıyan ve "mi-re-do-si-la-sol-fa-mi" seslerinden oluşan Dorien gamı ile "do-si-la-sol-fa-mi-re-do" seslerinden oluşan Lydian gamını küçük çocuklara öneriyordu. "Re-do-si-la-sol-fa-mi-re" seslerinden oluşan Phrygian gamına etik bir değer biçen Sokrat bu gamı çok fazla heyecan verici ve duygusal buluyordu (Alvin, 1966. 40 ). Bu gamlardan başka Aeolian ve Lonian gibi gamlar da vardı. Bunlardan birincisinin sinir hastalıkları tedavisinde olumlu sonuç verdiğine, ikincisinin ise zekâyı kuvvetlendirdiğine inanılıyordu.

Yunan müziğinin telli çalgılarından biri olan lir eşliğinde şarkılar söylenirdi. Nefesli çalgılardan özellikle flütün de insanın duyguları üzerindeki güçlü etkilerine dair pek çok göndermeler buluyoruz. Flütün tutkuları canlandırdığına ve rahatlık verdiğine de inanılmıştır. Aristoteles'e göre flüt etik bir karakterden çok güçlü ve heyecan verici özelliği olan bir çalgıdır. Bu çalgı sıkıntıların giderilmesini hedefleyen durumlarda kullanılmaktaydı (Flacelière, 1961. 133 ).

Yunanlılar müziğin birkaç salt fizyolojik etkisi ile birlikte uykusuzluk çekenlerin de müzik yardımıyla yeniden uyku sağlığına kavuştuğunu gözlemlemişlerdir. Ayrıca, lir ile çalınan uygun bir melodinin, sindirimi

kolaylaştırması açısından yemek esnasında çalınması da önerilmiştir (Alvin, 1966. 41 ).

İlk çağın bazı yazarları tarafından yapılan gözlemlerin çoğu, dinletilen müziğin insan ruhunda oluşturduğu etkileri üzerinedir. Aristoteles, tahripkâr çocukların enerjilerine bir çıkış sağlamak için müziğin kullanılması görüşünü savunmuştur (Welldon, 1888. 42 ). Fakat Yunanlıların genelde müzik-terapi kavramı müzik yapmanın aksine, müziği hastaya dinletmekle gerçekleştiriyordu. Sigerist, müzik dinleme sürecinin “vücudu ruh yoluyla etkileyen bir tür psikoterapi” olduğunu söyler (Sigerist, 1962.149 ). Böylece Yunanlı hekimlerin, müziğin tıp ile ilişkili olduğunu ve bilimsel anlamda araştırılması gerektiğine inanmış oldukları burada söylenebilir.

Yunanlıların tedavide müzik anlayışları ne büyüsel ve ne de dinsel değildir. Onlar kendi klinik düşünce ve görüşleri doğrultusunda müziği tedavide kullanmışlardır. Bu durum Roma döneminde de devam etmiştir.

Eski Roma’da Celsus ve Aretteus, müziğin ruhu yatıştırdığını ve ruh hastalarını iyileştirdiğini söylemiştir. Hatta, M.Ö.250-184 yılları arasında yaşamış olan Roma’lı şair Titus Maccius Platus, “Charmides” adlı şarkısının yaralara iyi geldiği görüşünü savunmuştur (Combarieu, 1920.12).

Roma imparatorluğunun da yıkılmasıyla birlikte ilk çağın bu iki büyük medeniyetinin bu alandaki bilimsel görüşleri ile birlikte rasyonel müzik-terapi kavramı da, karanlığa gömülmüştür.



### 3. 3. Hıristiyanlık Döneminde Tedavide Müzik

Hastalığın ilâhi bir güç ile tedavi edilebileceği düşüncesi, dinî inancın bir parçası olarak önem kazanmıştır. Bu inanç geçen yüzyıllardan günümüze kadar geçerliliğini korumuştur. Paganizmin hastalık ve sağlıkla ilgili ilahlarının yerini Hıristiyanlıkta hastalıklar için kendilerinden yardım istenen bir azizler ordusu almıştır. Örneğin veba için St. Sebastian, cüzzam için St. Lazarus, sara için St. Vitus ve boğaz hastalıkları için de St. Blaise gibi isimlerden çoğu burada sayılabilir (Alvin, 1966. 33-34 ). Tedavilerde, hastanın şifa bulma gayesi güden yakarışlarına eşlik eden ilâhiler büyük bir rol oynamıştır.

Roma imparatorluğunun yıkılışından sonra Batı Avrupa'da bu türden tıbbî uygulamalar hemen hemen kaybolmuştur. Ortaçağ boyunca az da olsa bu tür tıbbî tedavi uygulamaları dinî tarikatlar bünyesinde belli belirsiz varlığını sürdürmüştür. Manastır keşişlerinin hastalara karşı insanca yaklaşımları, bir dindarın hastalıklarla mücadele edebilecek şeklindeki inancı da güçlendirmiştir. Dindarlar dua ve ilâhilerle bu sorunu mümkün oldukça hafifletme yolunu denemişlerdir.

Tanrı tarafından seçilmiş kutsal kişiler ile hasta arasında insani ve sevgiye dayanan bir ilişki görülür. Rahip hastanın acılarını daima ilâhi ve insani yoldan gidermeye özen göstermiştir.

Ortaçağ'ın başlarında, rahipler müziğin ruh üzerindeki etkilerini, özellikle çeşitli hastalıklarda nasıl rol oynadığını çok iyi farketmişler ve bu nedenle inşa edilen kilise ve katedraller, heykeller ve dinî tasvirler ile

süslenmiştir. Bu tasvirlerde görülen müzikli sahneler -özellikle melekli sahneler- inanç sahiplerinin tanrıya daha da yaklaşmalarını, bir ümit ve teselli duygusu içinde ruhsal bir huzura kavuşmalarını sağlar görünmektedir. Rahipler özellikle böyle etkilere çok duyarlı kalmışlar ve bu etkileri kendi ruhban sınıfı ile paylaşmışlardır.

Ortaçağ müziğinin temelini İbranî ayînlerinden düzenlenmiş solo şarkılar oluşturmuştur. Dinsel bir nitelik gösteren bu solo şarkılar “antifonik” tarzındadır. Kısaca bu şarkılar ayîn esnasında soru-cevap şeklinde iki ayrı grubun oluşturduğu koro tarafından icra edilmekteydi (Holfmann, 1960. 280). Bu antifonik icra şekli ilk defa Hıristiyanlığın kutsal şehirlerinden biri olan Antakya’da ortaya çıkmış ve bütün Hıristiyanlık dünyasına yayılmıştır.

Büyük Gregorius 6. yüzyılın sonlarında tüm kilise ayînlerini tek bir biçim altında toplamış ve bu ayînlerde icra edilen eski doğu kökenli ilahilerde de değişiklik yapılmıştır. Bu dönemde bestelenmiş olan yeni ilâhiler günümüz Roma katolik ayînlerinin temelini oluşturmuştur.

Gregorius şarkıları, doğu ve Akdeniz ezgilerinin izlerini taşır. Her ezgi bir sekizli içindeki beş büyük ikili aralığı ile iki küçük ikili aralığının değişik sıralanmasından oluşmuştur. Örneğin, re-mi-fa-sol-la-si-do-re gibi (Sachs, 1965. 36 ).

Gregorius şarkıları dinsel bir inanç, manevî bir düşünce olarak coşturucu, basit ve güçlü düşüncelerin anlatımı şeklinde yorumlanabilir. Bu müziğin yayılmasında ruhban sınıfının büyük çabalar göstermiş oldukları

görülür. Hatta, tek sesli müzikten çok sesli müziğe geçişi başlatanlar da yine onlar olmuştur. Müzik bu dönemde org'un kullanılmasıyla birlikte daha soylu ve güçlü bir anlatım aracına kavuşmuştur.

Ortaçağ'da hastaları tedavi etme gücü yalnızca Tanrı'nın azizlerine özgü bir özellik olmamıştır. Bu karanlık dönemde, antik dönemde olduğu gibi hastaları tedavi eden hekimlerde görülmektedir.

Erken 16. yüzyılda ünlü bir hekim olan Ambroise Pera, hastasının sağlık raporu hakkında şu cümleyi kullanmış olması bizlere şaşırtıcı gelmemelidir. Singer'in aktardığına göre A. Pera: "Hastamın pansumanını yaptım ve sonunda Tanrı onu sağlığına kavuşturdu" demiştir (Singer, 1928. 38 ). Bu cümleden Pera'nın, çağının çok ilerisinde tıbbî bilim düşüncesine sahip bir kişi olduğu anlaşılmaktadır. Ancak; Pera hastalığın iyileştirilmesinde ilâhi bir yardım olmadan, tıbbî tedavinin de yeterli olamayacağı görüşünü önemle vurgulamıştır.

Pagan dönemde görüldüğü gibi, Hıristiyan dönemde de tıbbî tedavi ile ilgili yöntemler ne olursa olsun, hastalıklara şifa bulmak gayesiyle doğüstü güçlerden yardım istenmiştir. Fakat, zaman içinde kişisel şuurun artmasına paralel olarak, ilâhi yardıma karşı takınılan tavırda büyük değişimler görülür. Hıristiyan kendi ruhunun ebedî kurtuluşu ile ilgilendiği için, Tanrı ile olan ilişkisi çok defa kişisel ve mahrem bir ilişki olarak değerlendirilmiştir. Hıristiyan kendisini ifade vasıtası olarak müziği insanî duygular taşıyan bir araç olarak görmüştür.

İnsan, mükemmeli canlandırdığı, duyguları saflaştırdığı ve kişinin ruhuyla uyum sağladığı içindir ki, müziğin kendi ruhsal durumu üzerinde oluşturduğu gücün farkına varabilmiştir. Dinî tedavide, kötülöklere, hastalıklara ve acılara karşı mücadelede daima müziğin bu esrarlı gücü yardıma çağırılmıştır. Bu nedenle, müzik bir süre için acı veya sıkıntı duygularını bastırmak ve gidermek özelliğine sahip olduğu için ruhun rahatlamasını oluşturan bir ilâç olarak değerlendirilebilir.

Ortaçağ'da tarantizm (tarantul denilen iri örümceğin ısırmasından oluşan hastalık) hastalığına yakalananlarda, hastalığın hızlı müzik ve danslarla tedavisi, bazen paganların çılgın orgi ayinlerine benziyordu.

Müzik, bir böceğin veya örümceğin zehirindeki tüm kötü etkiyi kaldırmaya yetiyordu. Ancak, bu yöntem her zaman olumlu sonuç vermiyordu. Combarieu, benzer bir olaya tanık olan İtalyan Covarrubias'ın 1611'de yazdıklarını şöyle aktarır:

“Zehirli bir örümcek veya tarantula gibi zehirli bir böcek ısırıldığı zaman boğulma duygusu, kalpte kramplar, önlenemeyen titremeler olur; dişler birbirine çarpar, şiddetli ağrılar oluşur, kusma ve kendini kaybetme hali ortaya çıkar, eğer hayvan enseden ısırılmış ise paralizi belirtileri oluşur. Tüm bu yakınmaları hafifletmek için, hareket etmek gerekir; bu hareket de “taranteila” denilen ve insanı dans etmeye yönelten bir müzik ile elde edilir. Parça keman ile çalınır, bazen flüt veya gitar da kullanılabilir ve buna vurmali çalgılar da eklenir. Bu tip tedavi seansları, iki veya üç gün gece gündüz süregelirdi” (Combarieu, 1920. 64).

Tarantizm hastalığının tedavisinde kullanılan müziğin oldukça heyecan verici ve hızlı tempolu olduğu ve hastanın hareket halinde olması için, bu türden bir müziğin hastaya sürekli dans etme duygusunu hissettirdiği söylenebilir.

Müziğin esrarlı gücü ile ruhî tedaviye inanan toplumun bir çok bireyleri onun bir umut ve kurtuluş mesajı taşıdığına inanmışlardır. Bu görüş antik dönemlerden beri süre gelmiştir. L.Van Beethoven en gözde eserlerini yüce tanrıya bir bağlılık ve şükran duygularıyla yazmıştır. Bu büyük kompozitörün müziği “kalpten çıkıp, kalbe gitme”nin ötesindedir; “Kalpten çıkıp Tanrı’ya yani şifa verene, rahmet eden, acıyana gidiyordu” Ağır bir hastalıktan kurtulan birinin Tanrı’ya karşı minnettarlığı çok defa bütün teşekkürlerin en manevisi olan müzikte ifadesini bulmuştur. En güzel eserlerini sağrılığında yazmış olan Beethoven’in bu dönem eserlerinde Tanrıya bir yakarış, ondan biraz merhamet ve kaderine isyan duyguları sezilir.

### **3. 4. Rönesans’dan 20. Yüzyıla Tedavide Müzik**

Roma İmparatorluğunun yıkılmasından sonra tıp uygulamaları, Güney-Batı Avrupa’yı ellerinde tutan Araplara geçmiştir. Yunan tıbbî metinlerinin çoğu yüzyıllarca Avrupa manastırlarında saklı kalmış, Yunan ve Roma dünyasının tıp çalışmalarının yok olup uygulamadan kalkmasına neden olmuştur. Toplumun hastalık karşısında takındığı tutum Hıristiyan inançlarından çok etkilenmiştir. Hıristiyanlık döneminde rahip veya keşişler hastanın acılarını daima insani duygularla gidermeye özen göstermişlerdir.

Rönesans, insanlık tarihinin en dinamik ve yaratıcı dönemlerinden biridir. Bu dönem içinde hastalıklar üzerine yeni bilimsel görüşler önem kazanmaya başlamıştır. Rönesans çağının hekimleri ruh hastalıkları hakkında ileri sürülen eski hurafe ve inançları tamamen benimsememiş, hastayı kötü güçlerin etkisinde kalan ve onlarla diyalog içinde bulunan birisi olarak düşünmüşlerdir. Bu dönemde tüm yetkileri elinde tutan kilise, şeytanla işbirliği yaptıkları gerekçesiyle zavallıları acımasızca cezalandırarak ölüme mahkûm etmiştir.

Müzik ve tıp bu dönemde kendi alanlarında çok büyük ilerlemeler kaydetmiş, kendini keşfetmekte olan insanı oldukça etkilemiştir.

16. yüzyılda Andre Vésale (1514-1564) tarafından yeni bir bilim dalı olan anatomi (canlı organizmaların yapısını inceleyen bilim dalı) ortaya çıkmıştır. Tıp alanında büyük bir devrim yaratmış olan bu bilim dalı sonraki yüzyıllar içinde de büyük bir gelişme göstermiştir. Anatomi, insana vücut mekanizması hakkında gerçekleri görmesine imkan vermiş ve neden sonuç ilişkileri ile değerlendirilebilen olayların gözlemlenmesini sağlamıştır. Bu gelişme tıp dünyasında müziğin kullanımı dahil bütün tedavi yöntemlerini etkilemiştir.

Sanatın tüm dalları insanoğlunun duygusal tecrübelerinin bireysel bir dışa vurumudur. Tümü beşeri seviyede insandan insana bir iletişim aracı olmuştur. Bundan başka, insan, güzellik ve ahengi yeniden duyumsal bir tecrübe olarak yaşamaya başlamıştır.

Bilime ve müziğe karşı tavır dereceli olarak değişmiş, bu durumda müzik, insan öğelerinin gittikçe anlam ve önem kazandığı besteci, icracı ve dinleyici arasında bir iletişim bağı oluşturmuştur. Aynı zamanda müzik, bireysel olarak kendini ifade etme aracı haline gelmiş ve böylece insanlar birbirleriyle ortak bir duygu bağı yaratabilmişlerdir. Birçok doktor ve bilim adamı müziğe olan genel bir ilgiyi paylaşmışlar, çalarak veya söyliyerek icra ettikleri müzikten büyük bir zevk almaya başlamışlardır.

İngiliz filozof ve devlet adamı Francis Bacon (1561-1626), ölümünden sonra sekreteri tarafından yayımlanan “Sylva Sylvarum” adlı yapıtında, her gün müzik dinlemekle ruhunun canlandığını ve beslendiğini belirterek, “müzik, ruhun gıdasıdır” demektedir (Greben, 1978, 21 ).

Müziğin, insan ruhu üzerindeki etkisini en güzel belirten büyük İngiliz şairi Shakespeare’dir. Shakespeare, 1595’de yazdığı II. Richard “King Richard the Second” adlı trajedisinde, Kral Richard’ın ağzından; “Delileri iyi etmesine rağmen, beni çılgına çeviren, delirten bu müziği susturun” diyerek müziğin ruh hastalıkları üzerindeki etkisine değinmiştir (Çobanoğlu, 1962. 257-262).

Müziyen hekimlerden bazıları müziğin insanlar ve hayvanlar üzerinde oluşturduğu etkileri gözlemlemişlerdir. Eski Yunan ile kurulan aradaki bilimsel bağ ve geçmiş dönemin büyük hekimlerinin hipotezlerine duyulan saygı, Rönesans dönemi hekimleri tarafından müziğin tedavideki önemiyle ilgili araştırmalarını körüklemiştir. Fakat 17. yüzyıldan itibaren bu konuya ilgi gösteren hekimlerin konuya Yunan felsefesi ve etiği açısından değil, fizyolojik ve psikolojik kavramlarla bakmış oldukları görülmektedir.

Rönesans'dan sonra pek çok sayıda tıp adamı, müziğin hastalar üzerindeki etkilerini ve tıbbî tedavide uygulanması konusunda inceleme ve gözlemlerde bulunmuşlardır. Bunlardan biri olan Richard Brocklesby'nin (1722-1747) kullanmış olduğu teknik hastalar üzerinde farkedilen olumlu neticeleri göstermektedir. Brocklesby'nin uyguladığı tedavi yönteminde, önce hastalığın nedenleri üzerinde durulur. Hastanın müzikle ilgilendiği döneme gönderme yapılır; hastanın geçmişinde olduğu gibi bir müzik aleti çalması için kendisine müzik dinletilmiştir. Bu arada müzik geçmişi olan ve iletişim kurabilecek bir dinleyici topluluğu da hastaya sağlanır. Bu terapi çalışmalarından başarılı sonuçlar alınmıştır. Brocklesby bu olay hakkında şunları söyler:

“Hasta, savaşta iki oğlunu kaybeden bir İskoç beyefendisiydi. Bu durum onu derin bir melankoliye düşürmüştü. Bu nedenle zaruri gıdasını almayı ve insanlarla konuşmayı reddeder hale gelmişti. O'nun eskiden arp çalmaktan ne denli haz aldığı biliniyordu. Bunun için en yetenekli arp ustalarından biri tutuldu. Ancak hastaya bu yolla yaklaşmak olanaklı olabilirdi. Hastanın akrabaları bunu denemeye razı olmakta güçlük çekmediler. Birkaç parça çalınır çalılmaz hasta, zihninde ve bedeninde görülmedik bir rahatlık hissetti. Daha sonra hasta, hergün dinleyici topluluğuna arp çaldı. Bu durum derece derece hastanın sıradan ve olağan şeyler konuşmasına ve kısa süre sonra yiyecek ve durumu için gerekli ilaçlar almasına yardımcı oldu. Nihayet hasta, eski sağlıklı durumuna tamamen kavuştu” (Brocklesby, 1749, 34-35).

Pek çok hekim müziğin rahatlık verici olduğunu, saplantılardan veya dağınık düşüncelerden kişiyi kurtardığını kabul etmiştir. Bunlardan biri olan doktor Philip Barrough (1560-1590) zihinsel sorunlu hastaları hakkında



şöyle ifade bulunur. “Bırakın mümkün oldukça neşeli olsunlar, müzik aletleri çalsınlar ve şarkı söylesinler” (Barrough, 1963. 24). Bu sözleriyle doktor Barrough, hastalarının şarkı söyleyerek veya bir müzik aleti çalarak sıkıntılı, endişeli ve kederli düşüncelerinden kurtulabileceklerini düşünmüştür. Çünkü bu hastalık zihni karamsar ve kederli düşüncelerle dolduruyor ve bedenin faaliyetlerini ruhsuzlaştırıyordu.

18. yüzyılda müziğin insan ruhu üzerinde olumlu etkilerine ilişkin ilginç bir müzik terapi uygulaması yapılmıştır. Uygulamayı yapan ünlü İtalyan ses sanatçısı Farinelli (1705-1782) dir. Farinelli ne bir hekim ne de müzik aleti çalmaktadır. Onun tedavideki başarısı müzikal stili ve sesiyle ilgilidir. Burada Farinelli'nin başından geçen şu ilginç öyküyü anlatabiliriz.

İspanya kralı V. Phillip şiddetli melankoli hastalığına tutulmuştu. Haftalardır kral devlet işlerini ihmal ediyor bu durum ise tüm ülkenin durumunu kritik bir hale sokuyordu. Bu sorunun çözümü için kraliçe Farinelli'yi saraya davet etmişti. Kral perişan bir halde oturmakta olduğu odanın bitişiğindeki odada bulunan Farinelli'den şarkı söylemesini istedi. Belki müzik kralın içinde bulunduğu korkunç bunalımdan kurtulmasını sağlayabilirdi. Farinelli, kralın melankolik durumuna uygun düşen, anlamlı ve dokunaklı şarkılar seçip okudu. Sanatında başarılı olmuş görünen Farinelli, kraldan normal yaşamına dönmesini ve kraliyet görevlerini yerine getirmesini rica etti. Kral bu isteğini kabul etti ve haftalar sonra ilk kez traş oldu ve devlet işlerine döndü (Mancini, 1954. 200 ).

Hiçbir tıbbî tedavi yönteminin başaramadığı bu sorunu müziğin esrarlı gücü başarmış ve kralı bu korkunç depresif halinden kurtarmıştır.

Bundan sonra Farinelli kralın özel müzisyeni olarak sarayda göreve getirilmiş, Phillip V. in ölümüne kadar geçen on yıl boyunca aynı şarkıları her gece krala okumaya devam etmiştir. Bu şarkılardan ikisi kompozitör Hasse'a ait olan "Pallido il sole", ve "Per questo dolce amplesso"adını taşır(Alvin, 1966. 56). Kralın ruhsal kriz nöbetleri geldiğinde Farinelli'nin "Broschi" adlı şarkısını dinleyerek rahatladığı da oldukça ilginçtir (Grebene, 1978. 19). Farinelli'nin tedavideki başarısı, onun kendine özgü müzikal stil ve yeteneğine bağlıdır. Sanatı da tamamen insan sesiyle ilgilidir.

Yukarıda anlatılan bu küçük öyküde müzik terapi'de yer alan temel faktörleri buluyoruz. Bu faktörleri şöyle sıralayabiliriz: hastanın kişiliği, hastalığın türü, ses sanatçısının tedavide büyük fonksiyonu olan sanatındaki mükemmel hünere ve hastanın gerçek ruhî durumuna göre kendisine dinletilen müziğin ruhuna yansıyan etkileri olarak özetleyebiliriz.

Fransa'da sembolizmin öncülerinden olan Charles Baudelaire'de (1821-1867) en sıkıntılı bir anında, tesadüfen Wagner'in Tanhauser operasından "Akşam Yıldızı" adlı parçayı dinlemekle, intihardan vazgeçtiğini bir mektubunda belirtmektedir (Grebene, 1978. 21)

Dr. Marquet 1769 da " Nabızı iyi anlamak için tek yöntem " adlı eserinde melankoliyi tedavi etmek için gerekli olan tedavi yöntemini belirtmiştir. Ak'ın aktardığına göre:

"Önce sinirler uyandırılmalıdır. Tedavide kullanılan müziğin hafif hissedilir şekilde uygulanması gerekir. Bunun için basit, çeşitli ruhu okşayan bir müziğe başvurulmalıdır. Bu tür bir uygulama ile müzik

ruhu uyandırabilir. Ruh daha çok şenlenir, açılır ve yaşama faaliyeti daha iyi yapılır” (Ak, 1997. 34-35).

Bu açıklamalarında Marquet, hafif hissedilir şekilde uygulanan müziğin melankoliği iyileştireceği görüşündedir.

Aksine akut melankoliklerin tedavisi için ise şen coşkulu, güçlü, zinde ve çok çeşitli müzik dinletmek gerekir. Çünkü bu tür müzik sınırları uyandırmaya daha uygundur.

18. yüzyılda yazarlar müziğin fizyolojik etkilerinden söz ederler. Olaya daha bilimsel yaklaşan araştırmacılar ise insan nabızı ve müzikal ritm arasında ilginç ilişkiler keşfetmişler, solunum, kan basıncı ve sindirim sistemi üzerinde müziğin etkileri konusunda gözlemlerde bulunmuşlardır. Alvin’in aktardığına göre Richard Browne “Medicine Musica” adlı kitabında düşüncelerini şöyle belirtmiştir: “Şarkı söylemek kalbin temposunu, kan dolaşımını, sindirimi, akciğerleri ve solunumu etkilemektedir. Şarkı söylerken akciğerler üzerindeki hava basıncı, nefes verirken diğer normal zamanlardakinden daha büyüktür” (Alvin, 1966. 47).

18. yüzyıl sonlarında Pargeter (1760-1810) müziğin tedavide kullanımını kontrol edebilmek için özel bir müzik bilgisinin gerekli olduğunu belirten ilk hekimlerden biri olmuştur. Alvin, Pargeter’ın bu konudaki görüşlerini, şöyle aktarır:

“Eğer hastalıklarda müzik kullananlar o bilimin teorisini daha iyi anlarsa başarı şansları düşünülmeden yapılan bir uygulamadan

daha yüksek olacaktır...Önemli bir müzik bilgisi, o zaman, besteleri, çalgıları enstrümantal parçaların yeniden düzenlenmesi için bir gereklilik olacaktır” (Alvin, 1956.28 ).

Yukarıdaki açıklama Pargeter’in tavrı açısından anlamlı ve önemli olduğu gibi müziği de bir bilim olarak görmüştür.

Tüm bu özellikler konusunda aydınlanmış bir hekim, hastasına uygun gelen müzikleri ritimlerine dikkat ederek seçecek ve uygun çalgılara uyarlayacaktır.

Bir Fransız doktoru olan Louis Roger müziğin insan bedeni üzerindeki etkilerini anlatan kitabında bilimsel gözlem ve deneylerin önemi üzerinde durmuştur (Alvin, 1966. 47).

19. yüzyılda fiziki ve ruhsal bozuklukların tıbbî tedavisi konusuna duyulan büyük ilgi, doktorların tedavide büyük etkisi olan ve olumlu neticeler veren müzikle tedavi yöntemi konusunda ilgilenmelerine yol açmıştır. Dr. Hector Chomet 1846 da “ Müziğin sağlık ve yaşam üzerindeki etkisi” konulu incelemesinde, bu konuda yeterli bilgisi olan bir doktorun hastaya müzik seansı uygulayabileceğinden söz eder. Chomet bu konudaki görüşlerini şöyle açıklamıştır:

Hastalığın tedavisinde rahatlama, ferahlama için müzik uygulayacaksa, hastanın yaşam tarzı, karakteri, mizacı, alışkanlıkları ve tutkuları konusunda mutlaka bilgilenmiş olmalıyız. Tüm bu özellikler konusunda aydınlanmış bir hekim, en uygun müzikleri ritimlerine dikkat ederek seçecek ve uygun çalgılara

uyarlıyacaktır... Bestelerin uygun seçilmesi, uygulama için uygun anın tesbiti, hastanın bünyesinin doğru bir değerlendirilmesi, bu tedavi metodunun bütün sırrını özetler... Hünerli bir el tarafından yönlendirilirse bu müzik tedavisi başarılı olacaktır” (Chomet, 1875. 233 ).

Bu açıklamalarında Chomet, bilinçli bir hekim tarafından hastaya uygulanacak bu yöntemle, tedaviden olumlu sonuç alınacağını savunmuştur.

19. yüzyılda, bir tıp hekimi Benoit Mojan’la başlayan ve Alvin’in de katıldığı önerilere göre, hastalığın tedavisinde müzikten faydalanmak isteyen bir hekim şunlara dikkat etmek zorundaydı:

- a) Hastalığın niteliği hakkında hekim tarafından yapılması gereken ön araştırma
- b) Hastanın hoşlandığı müzikler
- c) Gürültülü müziğin hastalarda baş ağrısı ve kulak ağrısına neden olduğu için kaçınılması gerektiği
- d) Hastaya dinletilen müziğin derece derece yükseltilmesi ve müziğin çok uzun sürmemesi gerektiği (Alvin, 1966.40).

Mojan, hastanın müziğe olan duyarlılığının değerlendirilmesini önermiştir. Ayrıca, sesin yüksekliğinin kontrolünü ve kısa süreli dinletileri önerdiğini de burada söyleyebiliriz.

İlginç bir müzik-terapi uygulaması da 19. yüzyılın sonunda Londra’da yapılmıştır. Uygulamayı yöneten Canan F. K. Harford ayrıca iyi

bir müzisyendi. Onun düşüncesi arp ve kemanların eşlik ettiği küçük bir bayanlar korusu oluşturmaktı. Bu topluluk hastalara bitişik bir odadan müzik yapacaktı.

Canan Harford' un bu ilginç düşünceleri yüksek dozlu eleştirilere rağmen tıp dünyasında biraz ilgi görmüş olmakla birlikte, düşüncelerinin bazıları bugün de geçerliliğini korumuş ve uygulamaya konmuştur (Benenzon, 1991. 62).

Bu bir tıp hekimi tarafından değil de, bir müzisyen tarafından yapılan en erken müzikle tedavi yöntemi olabilir. Müzikle tedavi yöntemi 20. yüzyıla kadar tedavi metodları hakkında eğitim almamış müzisyenler tarafından değil, hekimler tarafından kullanılıyordu.

### **3. 5. Türkler'de Tedavi-Müzik Tarihçesi**

Türkler, müzikle tedavi yöntemini ruh hastaları üzerinde ilk defa uygulayan uluslardan biridir. Batı uluslarının, tedavi yöntemi olarak ruh hastalarına işkence yaptıkları Orta Çağ'da, Türkler ruh hastalarını hasta olarak kabul etmiş, ruh sağlığına, ruh hastalıklarına ve bunların tedavilerine büyük önem vermişlerdir.

Türkler'de ilk ciddi müzikle tedavi yöntemi, Osmanlı Devleti döneminde görülmekle birlikte, Orta Asya'da, İslâm öncesi dönemde "baksı" adı verilen Şaman müzisyenler tarafından çeşitli hastalıklara uygulanan tedavi çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmaları günümüzde de sürdüren baksılar, Orta Asya Türkleri arasında yaşamaktadırlar.

Müziğin yardımıyla transa geçerek hastalığın tedavisine çalışan baksılar, kopuz (dutar, dombra) denilen müzik aletini kullanırlar. Baksı'nın hastalığın tedavisinde uygulmuş olduğu müzik bir doğaçlama (improvizasyon) olayıdır.

Baksı, seans boyunca müzik eşliğinde dua, taklit ve dansı ustalıkla birleştirerek hastasını iyileştirmeye çalışır. Kendisinden tamamen geçtiğinde (trans ) özellikle yapmış olduğu dansın iyileştirici bir güce sahip olduğuna inanılır. Baksılar, hastaların tedavisinde beş sesli (pentatonik) müzik kullanırlardı.

Asya kökenli Türk Müziğinin özellikleri incelenecek olduğunda, en eski Türk Müziği ses sisteminin beş sesli (Pentatonik) sistem olduğu görülür. Günümüzde Asya Türklerinde kullanılan koray, sızızgı adı verilen üflemeli çalgılar ile dombra, dutar gibi telli çalgılar pentatonik müziğin icrasına uygun olan çalgılardır.

Tıp tarihinde, Türkler' in ruh hastalarını rehabilitasyon yolu ile tedavi ettiklerine ilişkin geniş bilgilere rastlamak olağandır.

M.S. 834-932 yılları arasında yaşamış olan müslüman Türk bilginlerinden Ebû Bekr Râzî, melankoliklerin, meşguliyet ile tedavi edilmeleri hakkında yazmış olduğu bir eserinde önce melankoliyi tanımlamış ve "...Melankolik hasta kesinlikle meşguliyetle tedavi edilmelidir..." dedikten sonra, meşguliyetle tedavinin nasıl uygulanacağını da anlatmıştır. Güvenç, Râzî' in bu konudaki görüşlerini şöyle aktarır:

“...Melankolik hasta, balık tutma veya avlanma gibi eğlenceli işlerden biri ile uğraşmalıdır. Mümkünse, çeşitli oyunlar araştırılmalı, huyunu, ahlakını, davranışlarını beğendiği ve sevdiği kimse ile buluşup görüşmeli, dostluk kurmalıdır. Müzik öğrenmeli, öğretmeli, özellikle güzel sesle okunan şarkılar dinlemelidir. Melankolik hastanın ancak bu şekilde sıkıntılarından, dertlerinden kurtularak iyileşme olanağı sağlanabilir” (Güvenç, 1991.13).

Büyük İslâm bilgini Fârâbi (870-950), Yunan felsefesini Arapça kaleme alarak, İslam dünyasına tanıtmasının yanında, kendine özgü bir felsefe okulunun da kurucusudur. Eski Yunan müziğini de Arapça olarak kaleme alan Fârâbi, “al-Madhal fi’l Mûsikî” (Kılıç Ali Paşa Kütüphanesi, no:674) adlı eserinde çalgılardan ve müzisyenlerden söz eder.

Makamların ruha olan etkileri, Fârâbi’ ye göre şöyle sınıflandırılmıştır:

1. Rast Makamı: İnsana sefa (neş’e, huzur) verir.
2. Rehavi makamı: İnsana bekâ (Sonsuzluk düşüncesi) verir.
3. Kûçek Makamı: İnsana hüzn ve elem verir.
4. Büzürk Makamı: İnsana havf (korku) verir.
5. Isfehan Makamı: İnsana hareket becerisi ve güven duygusu verir.
6. Nevâ Makamı: İnsana lezzet ve ferahlık verir.
7. Uşşâk Makamı: İnsana dihek (gülme) verir.
8. Zirgûle Makamı: İnsana nevm (uyku) verir.
9. Sâbâ Makamı: İnsana şecaat (cesaret,güç) verir.
10. Buselik Makamı: İnsana güç verir.
11. Hüseyinî Makamı: İnsana sulh (sükûnet, rahatlık) verir.



12. Hicâz Makamı: İnsana tevazu (alçak gönüllülük) verir.

(Kalender, 1987. 363).

Türkistan'da, Buhara yakınında Afşena'da doğan büyük İslam bilgini ve filozoflarından İbn-i Sînâ (980-1037), eserleriyle ve düşünceleriyle beş yüzyıl boyunca, İslam ve Batı dünyasına hakim olmuştur. Hemen tüm bilimlerde, özellikle felsefe ve tıp alanında uzun süre aşilamaz büyük bir otorite olmuştur.

İbn-i Sînâ'nın "Kanun" adlı eserinin 3. ve 4. kitaplarında akıl hastalıklarının incelendiği 17. bölümü, 1659 yılında P. Vattier tarafından Latince'ye çevrilmiştir (Terzioğlu, 1984. 260). 18.yüzyılda Tokatlı b. Ahmet tarafından Türkçe'ye çevrilmiş olan 'Kanun', Topkapı Sarayı, Bağdat Köşkü no: 342 ve Süleymaniye Kütüphanesi Hamidiye bölümü no: 1015 numaraya kayıtlı bulunmaktadır.

İbn-i Sînâ gerek çocuk, gerekse yetişkin akıl hastalarının meşguliyet, şok, telkin, müzik ve ilaçla tedavi edilebileceğini savunmuştur. Ayrıca, bugünkü modern psikiyatrinin kurucusu olmuştur.

İbn-i Sînâ bedenen ve ruhen sağlıklı çocukların yetişmesinde en büyük görevin annelere düştüğünü, bu nedenle çocuk psikolojisine verdiği önemin üzerinde özellikle durmuştur. Bunun için de çocukları yetiştiren annelerin bedenen ve zihnen sağlıklı olması gerektiğini, dolayısıyla sağlıklı çocuklar yetişebileceğini önemle vurgulamıştır.

İbn-i Sînâ, küçük çocukların bedensel ve ruhsal bakımdan daha sağlıklı bir şekilde büyümesi için, onların müzikle beden hareketlerine ve müzikle uyumaya alıştırmalarını önermektedir. Bu yöntemin ileride birincisini jimnastiğe, diğerini ise müziğe alıştıracağını; Jimnastiğin, çocuğun bedenine, müziğin ise ruh sağlığına yararlı olacağını ısrarla savunmaktadır (Sayılı, 1984. 26).

İbn-i Sînâ, müziğin tıpta oynadığı rolü şöyle anlatmaktadır: “...Tedavinin en etkili ve en iyi yollarından biri, hastanın aklî ve ruhî güçlerini artırmak, hastalıkla daha iyi mücadele etmesi için cesaret vermek, en iyi müziği dinletmek, ve onu sevdiği insanlarla bir araya getirmektir...”(Grebene, 1978. 26).

İbn-i Sînâ, Fârâbi'nin eserlerinden çok yararlandığını, hatta müziği de ondan öğrenerek tıp mesleğinde uygulamaya koyduğundan söz etmektedir. Arapça yazdığı, Kitabü'l-Şifa'daki 12 bölümü tümüyle müziğe ayrılmış olduğundan, Baron Rudolph D'éranger tarafından Fransızca'ya çevrilmiş ve “La Musique Arabe” adıyla yayımlanmıştır.

Ölümünden bir asır sonra, Gerhart von Cremona tarafından Latince'ye çevrilen “Al-Kanun Fi't-Tıbb” eserinin birinci, üçüncü ve dördüncü kitaplarında bulunan çocuk hastalıkları ve psikolojisi ile ilgili bölümleri, bu alanda sadece Türk-İslam hekimliğini değil, 17.yüzyıla kadar Avrupa hekimliğini de çok etkilemiştir (Sayılı, 1984. 258).

Mevlâna Celâleddin-i Rumî (1207-1273) kuşkusuz, müziğin insan ruhu üzerindeki etkilerini en iyi biçimde dile getiren ve bunun en güçlü yorumunu yapan kişidir.

Mevlâna'nın benimsediği tasavvuf anlayışına göre insan, bir sevgi varlığıdır. Bu sevgi, insanla Tanrı'yı birbirine yakınlaştıran, birleştirici bir güçtür. Sevgi, bütün insanları kardeşlik duyguları içinde barış sever olmayı sağlayan birleştirici bir güçtür.

Mevlâna'nın sağlığında yapılan özel törenlerin sonradan düzene konularak bir kurum niteliği kazanması, Mevlevi tarikatını oluşturmuştur. Bunu düzenleyen, biçimlendiren ve sema (dönüş) gösterisini özel bir törene dönüştüren Mevlâna'nın oğlu Sultan Veled'tir.

Mevlevi tarikatında, sema töreninin özelliği, bu konuda eğitim görmüş tarikat üyelerinin (semazenlerin) çalgı eşliğinde dönmesidir. Bu dönüşün kaynağı ise, Kuran'da geçen “ne yana dönerseniz Allah'a yönelirsiniz” anlamına gelen “feeynema tevellu fesemme vechullah” sözleridir. “Mevlevi” sözcüğü de “tevellu” sözcüğünden türemiş olup, dönen anlamındadır (Eyüboğlu, 1993. 224). Bu nedenle sema törenleri, Mevleviler için ayrı bir anlam taşır. Onlara göre göğün tüm katları Tanrı sevgisiyle döner, insanın da bu dönüşü uygulaması gerekir.

Mevlevi inancına göre, şiir ve müzik, insan ruhunu etkilemekte, bu nedenle de ilahi aşkı güçlendirmekte ve insanı Allah'a yaklaştırmaktadır.

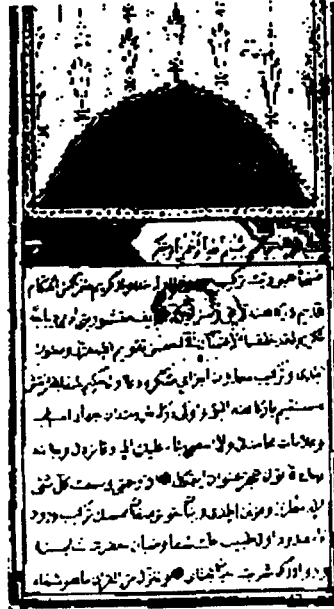
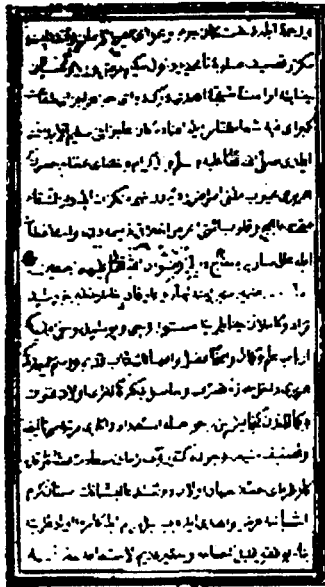
Mevlâna, yaşamı boyunca bilim yolunu seçmiş, cehaletle, taassupla savaşmıştı. Bundan dolayıdır ki, Mevlevî şeyhleri bilim ve irfan sahibi, aynı zamanda bestekâr kimselerdi. Mevlevî tekkeleri bir üniversite olduğu kadar müzik yönünden de bir konservatuardı.

1207 yıllarında doğmuş olan Hz. Mevlânâ'nın, babası Bahaeddin Veled ile beraber Anadolu'ya gelirken, Mevlevî kültürünü oluşturacak malzemeyi de beraberlerinde getirdikleri bilinmektedir. Mevlevîlerin çaldığı ney, rebab, çeng, kudûm, halile gibi belli başlı çalgılar orta Asya kökenlidir. Dinî motiflerle yoğrulmuş olan bu müzik, zamanla Mustafa İtrî Efendi, Hammamizâde İsmail Dede Efendi gibi dâhî bestecileri yetiştirmiştir. Dinî motifler, yavaş yavaş yerini sosyal konulara terketmeye başlayınca da Türk San'at Müziği, Mevlevî Müziğinin ve Asya-Anadolu Türk Müziğinin bir devamı olarak ortaya çıkmıştır. Hz. Mevlânâ özellikle rebab ve ney gibi çalgılara çok önem vermiştir. Müziğin ve dansın, insan ruhu üzerindeki güçlü etkisinin en iyi örneğini mevlevî ayinlerinde yapılan sema törenlerinde bulmaktayız.

Safiyüddin Urmevî (1224-1294), çeşitli makamlarda bestelenmiş olan eserlerin okunması sırasında insanlar üzerinde bıraktığı psikolojik etkileri incelemiş ve nevâ, buselik, uşşâk gibi makamların, insan ruhuna güç, cesaret ve ferahlık verdiğini belirtmiştir. Bu tür makamlarla bestelenmiş olan mehter müziğindeki eserlerin askere mânevi bir güç verdiği de burada söylenebilir.

Türklerin en eski tarihlerinden itibaren Selçuklular ve Osmanlılarda da görülen askeri müzik, savaşan askerin moralini, cesaretini, dinî ve millî duygularını yüksek tutmada oldukça etkiliydi.

Eski Türk hekimlerinden Şu'ûrî Hasan Efendi'nin "Ta'dilü'l Emzice" ( Resim 4. Millet Kütüphanesi no: 66, 67,68; Aşir Efendi Kütüphanesi no: 264; İbnül Emin Mahmut Kemal Kütüphanesi no:3174) adlı yapıtında, Şu'ûrî'nin müzik yöntemlerini bilmeyen bir hekimin tanı ve tedavilerde başarılı olamayacağı iddiası, bize eski Türk hekimlerinin tedaviye ne denli değer verdiklerini göstermektedir (Gökay, 1939. 35-36).

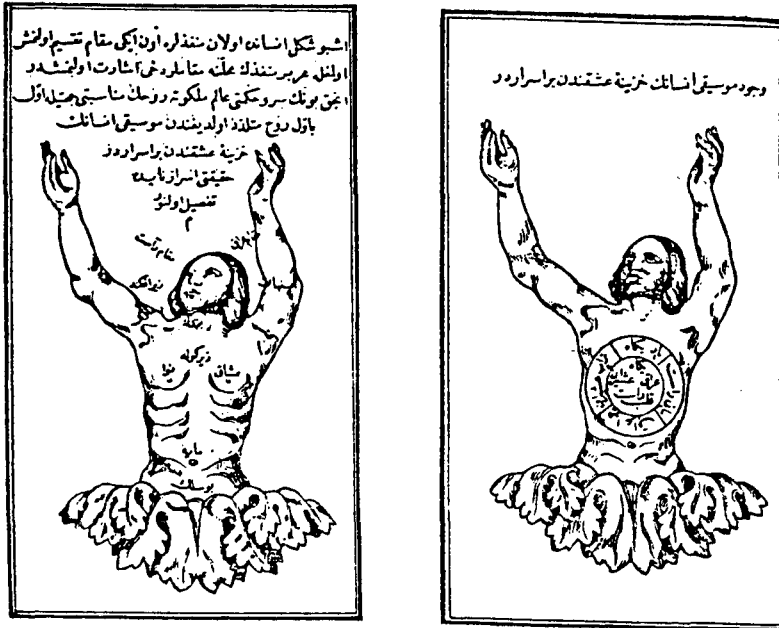


**Resim 3.** Eski Türk Hekimlerinden Şu'ûrî Hasan Efendi'nin Ta'dilü'l Emzice Adlı Yapıtında Müzikle Tedaviye İlişkin İlk Bölümler (Topkapı Sarayı Hazine Dairesi Kütüphanesi)



**Resim 4. Türk Müziğinde Vuruşların Kalp Atışlarına Benzetilişi**

(Haşim Bey Mecmuası, 1864. 22).



**Resim 5. Burçlara Göre Makamların İnsan Vücutunda Etki Alanları**

(Haşim Bey Mecmuası 1864, 24-25).

Şu'ûrî, Ta'dilü'l-Emzice adlı eserinde, belirli makamların, günün belirli zamanlarında etkili olduğunu belirtmektedir. Makamların, etkili oldukları zamanlara göre sınıflanlandırılışı da şöyledir:

1. Rast ve Rehavi Makamları: Seher zamanları etkilidir.
2. Hüseyini Makamı: Sabahleyin etkilidir.
3. Irak Makamı: Kuşlukta etkilidir.
4. Nihavent Makamı: Öğleyin etkilidir.
5. Hicaz Makamı: İki ezan arası etkilidir.
6. Buselik Makamı: İkinci zamanı etkilidir.
7. Uşşak Makamı: Gün batarken etkilidir.
8. Zengüle Makamı: Gruptan sonra etkilidir.
9. Rast Makamı: Gece yarısı etkilidir.
10. Zirefkend Makamı: Gece yarısından sonra etkilidir.

(Güvenç, 1991. 13).

İnsan, ruhî durumu gereği günün her saatinde aynı formu koruyamaz. Ayrıca bir takım dış tesirlerinde insan ruhu üzerinde olumlu ve olumsuz etkilerinin bulunduğu inkâr edilemeyen bir gerçektir. Kısaca belirtmek gerekirse insan, hayatın çalkantıları içinde yaşamını sürdürmektedir. İşte bu gerçeği çok iyi bilen Şu'ûrî, günün belli vakitlerinde rastgele makamların icra edilemeyeceğini ve bu vakitlerde belli makamların icrâ edilmesinin insan ruhunu dinlendireceği ve insanı huzura kavuşturacağı görüşünü savunmaktadır.

Şu'ûrî'ye göre, müziğin meclis adamlarına olan etkileri de birbirinden farklıdır: Ulema (alimler) meclisine, rast makamı; ümera (emirler)

meclisine, ısfahan makamı; dervişler meclisine, hicâz makamı; sofiler meclisine, rehâvi makamı etkilidir (Grebene, 1978. 33).

Makam ve fasılların, çeşitli uluslar üzerinde değişik etkileri olduğunu da kabul eden Türk hekimleri hüseyini makamını Araplar'a; irak makamını, Acemler'e; uşşak makamını Türkler'e; buselik makamını da Rumlar'a ve Frenkler'e; dinletirlerdi (Yiğitbaş, 1972. 312).

Eski Türk hekimleri korku, heyecan, kuşku ve ruhsal bunalım geçirenlerin nabız atışlarındaki değişme ve bunun meydana getirdiği ruhsal huzursuzluk üzerinde durur, hastalara çeşitli melodileri dinletir ve bu arada nabız atışlarını da kontrol ederek, hastaya uygun olan müziği bulur ve aynı hastalığı olanları bir araya getirerek, buldukları uygun şarkılarla tedavi ederlerdi. Yani bir çeşit grup terapisi yapılırdı. Ruh hastalarının hoşlanacakları şarkılar kadar, beğendikleri müzik aletleri de göz önüne alınarak hastalara ve hastalıklarına göre çeşitli müzik aletleri kullanılırdı.

İnsanların renkleri, giyimleri ve hatta huyları ile makamların yakından ilişkisi olduğunu kabul eden eski Türk hekimleri ve müzisyenleri, irak makamını esmerlere ve saldırgan hastalara; rast makamını ve içinde rast makamının özelliklerini taşıyan makamları sarışınlara, ağır ve sessiz huylu olanlara; kûçek makamını da soğuk ve sakin huylu, beyaz tenli olanlara dinletirlerdi (Gökay, 1939. 35).

Osmanlı Saray Hekimi Musa bin Hamûn'un Kanuni Sultan Süleyman'a sunduğu dış hekimliğine ait Türkçe eserde, dış hastalıklarının müzikle tedavisinden söz edilirken, çocuk psikiyatrisi bakımından müzik



tedavisinin önemini bilen eski hekimlerin, hükümdar çocuklarının beşikte müzikle uyutulmasını önerdiklerini belirtmesi, Türk çocuk psikiyatrisinin 16. yüzyıldaki parlak döneminin bir kanıtıdır.

19.yüzyıl başlarında yaşayan hekimbaşı Gevrekzâde Hafız Hasan Bin Ahmet'in "Emrâz-ı Rûhâniyyeyi, Nagamât-ı Mûsikiyeye ile Tedavi" (Topkapı Sarayı Hazine Kütüphanesi, H. 570 3b - 4a, H. 571 s.29) adlı risalesinde, akıl hastalarının müzikle tedavilerine ilişkin geniş bilgiler yer almaktadır.

Gevrekzâde bu eserinde, eski Türkler'de, akıl hastalarının müzikle tedavilerine büyük önem verildiğini ve uygulanan tedavi ile olumlu sonuçlar alındığından sözetmektedir. Gevrekzâde, müzikle tedavinin özellikle durgun, yaşama küskün ve çevreye karşı ilgisiz hastalar üzerinde etkili olduğuna işaret etmektedir.

Hekimbaşı Gevrekzâde Hafız Hasan Efendi'nin "Netîcetü'l-Fikriyye ve Tedbîr-i Velâdetü'l-Bikriyye" (İstanbul Üniversitesi Kütüphanesi, TY. 7092, s.94a, 104a) adlı eserinde de çocuk psikiyatrisi hakkında geniş bilgiler bulunmaktadır.

Hekimbaşı Gevrekzâde Hafız Hasan Efendi, "Netîcetü'l Fikriyye ve Tedbîr-i Velâdetü'l-Bikriyye" adlı eserinde, hangi müzik makamının hangi çocuk hastalığına iyi geldiğini belirtmektedir:

1. Rast Makamı: Havaleye ve felce iyi gelir.

2. Irak Makamı: Menenjit ve hafakan hastalığına yakalanan çocuklara iyi geldiği belirtilmiştir.
3. Isfahan Makamı: Zihin açıklığı sağlar. Soğuk ve ateşli hastalıklardan korur.
4. Zirefgend Makamı: Felce, sırt ağrısına, mafsalsal ağrılara iyi gelir.
5. Revahi Makamı: Baş ağrılarının tümüne, burun kanamasına, ağız çarpıklığına, felç ve balgamdan ileri gelen hastalıklarda etkilidir.
6. Büzürk Makamı: Kara sevdâyı gidericidir.
7. Zirgüle Makamı: Kalp hastalıklarına, menenjit hastalığına iyi gelir.
8. Hicaz Makamı: İdrar zorluğuna çok iyi geldiği ve cinsel gücü artırdığı bilinmektedir.
9. Buselik Makamı: İnsan bedenine etkisinin yanında, yorgun beyni dinlendirici etkisi de vardır.
10. Uşşak Makamı: Ayak ağrılarına iyi gelir.
11. Hüseyini Makamı: İnsanı ferahlatan bu makam, karaciğer, kalp, mide hararetine ve gizli hummaya iyi gelmektedir.
12. Nevâ Makamı: Gönül okşayan makam olup, insanın içindeki kötü düşünceleri yok edici etkisi büyüktür (Adıvar, 1943. 190).

Hekimbaşı Gevrekzade Hasan Efendi, bu eserini yazarken eski kaynaklardan ve özellikle İbn-i Sînâ'nın "Kanun" adlı kitabından yararlandığı görülmektedir.

Türklerin tıp tarihinde müzik-terapi uygulamalarındaki olaylara ait gözlem neticelerini bulmak zordur, ancak olaylardan daha çok genel tedavi

anlayışları, hangi hastalıklar için hangi makamların kullanılması gerektiği, makamların etkili olduğu zaman dilimleri gibi bilgiler bulunmaktadır.

Yakın zamanlardan 1964 yılı mayıs ayının ilk haftası, Ankara'da açılan Türkiye Yüksek İhtisas Hastanesi'nde müzik eşliğinde gerçekleştirilmiş olan ameliyat iyi sonuç verdiği için, bu ameliyattan sonraki ameliyatlarda da müzikle yapılması uygun görülmüştür.

Yemek borusunun büyük bir kısmı ile midesini ve pankreas kesesini kanser kaplayan, 49 yaşında ve dört çocuk babası olan Ahmet Erdal, her tarafı yeşil fayansla kaplı ameliyat salonuna girince, hafiften çalınan bir müzikle karşılaşmıştır. Ameliyatta hazır bulunan Prof. Op. Galip Burak, müzik eşliğinde yapılan ameliyatın yararları üzerine şunları söylemektedir:

“Biz cerrahlar, insan yaşamıyla uğraşırız. Büyük bir sorumluluk taşıdığımızdan, sinirlerimiz çok gergindir. Ameliyatta sınırlı bir operatörün başarılı olması ise pek güçtür. Hafif müzik, sinirleri yatıştırıyor. Cerrah sinir rahatlığı içinde ameliyat yapıyor. Hasta üzerindeki etkisi de çok olumlu. Hasta, ameliyatta çok acı duyacağını, ıstırap çekeceğini düşünür, ameliyatın sonucundan korkar. Onun da sinirleri bozuktur. Ameliyathane onun üzerinde, bir mezbaha etkisi bırakır” (Hürriyet Gazetesi, 29. 6. 1964).

Müzik eşliğinde ameliyat düşüncesini ortaya atan Op. Dr. Erdoğan Yalav, hastalara bilinmeyen bir müziğinin çalınması gerektiğini savunarak bu konudaki görüşünü şu cümlelerle desteklemektedir. “Bilinen şarkıların çalınması sakıncalıdır. Bilinen müzik, bilince seslenir ve doktoru şaşırtabilir.” (Hürriyet Gazetesi, 29. 6. 1964).

Hastaların, korku ve endişe içinde girdikleri ameliyat salonunda hafiften çalınacak bir müziğin, morallerinin düzeltilmesi bakımından etkili olabilir. Nitekim bununla ilgili şu denemeyi de göz önünde bulundurmalıdır.

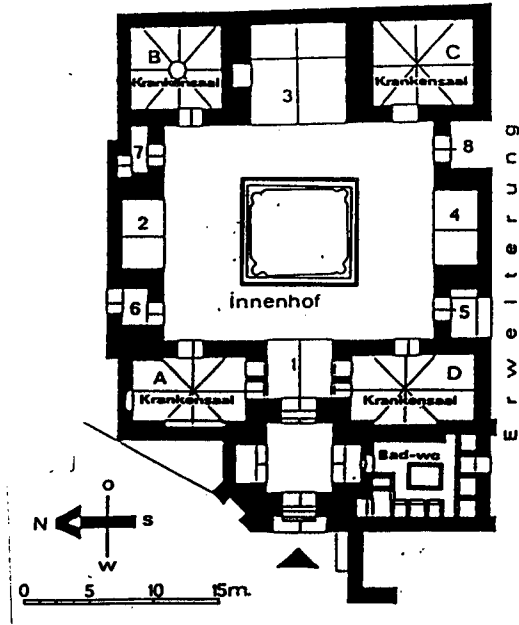
Kolombiya Presbyterian Üniversitesi'nde yapay kalp naklini gerçekleştiren tek operatör olan Öz, hastalarını ameliyata tasavvuf müziği dinleterek hazırlamaktadır. Öz bu konuda şu görüşü savunmaktadır:“Bu müzik, insandaki stresi atıyor ve kendilerini ameliyata hazır hissetmelerini daha kolay sağlıyor” (İridağ, 1995. 36).

Bu açıklamaların ışığında; tıp ile müziğin ortak yönleri olduğu anlaşılıyor. Çünkü insanların dertlerini ve acılarını hafifletmek için her iki alandan da yararlanılıyor. Belki de, bu nedenle birçok tıp bilgini ve doktor, müziğe ilgi duymuştur

### **3. 5. 1. Türk-İslâm Medeniyeti'nde Müzikle Tedavi Merkezleri**

Tarihi kayıtlar, akıl hastalarının müzikle tedavi edildiği “Aesculape Mabedleri”nden sonra, Selçuklu Türkleri'nde de bu tür tedavinin akıl hastalarına uygulandığını bildirmektedir. Selçuklu Türkleri, İslam aleminin pek çok kentinde bimarhaneler, mâristanlar ve darüşşifalar kurmuşlardır. Bunlardan biri, Nureddin Hastanesi'dir (Şekil 3.).

Günümüzden 900 yıl önce, Selçuklu Sultanı Nureddin Zengi tarafından Şam'da yaptırılan Nureddin Hastanesi'nde, müzik makamları tedavi amacıyla kullanılmıştır.



**Şekil 3.** Mâristan Nuri (Nurettin Hastanesi, Damaskus 1154)

Günümüze kadar yapısını muhafaza eden Nureddin Hastanesi, Türklerin en eski Tıp Fakültesi olması nedeniyle önemlidir (Şeşen, 1983. 239).

Bu tür tedavi merkezlerinden bir diğeri ise, Kalavun Hastanesi'dir. Memlûklü Sultanı Kalavun'un, Kahire'de 1284'te yaptırmış olduğu ve kendi adı ile anılan Kalavun Hastanesi'nde, erkek akıl hastaları ve kadın akıl hastaları için ayrı bölümler vardı. Bu hastanede, akıl hastaları müzikle tedavi edilmekteydiler.

Yine, Türkiye sınırları dışında kalan Halep'teki Ergun Mâristanı, akıl hastaları için 1351'de kurulmuş son Selçuklu hastanelerinden biridir. Halep'teki Ergun Mâristan'ı için Prof. Dr. Süheyl Ünver şunları yazmaktadır:

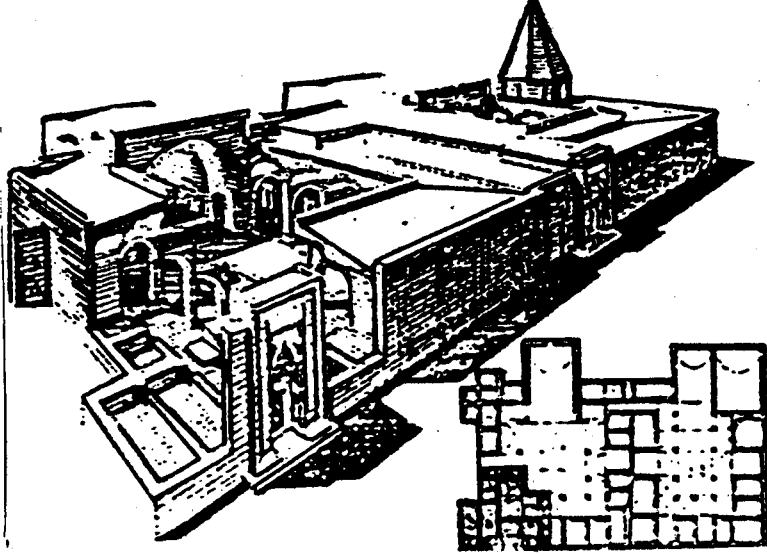
“...Halep’teki Ergun Mâristanı da oraya Selçuklu Türkleri’nin yerleşmesinden sonra yaptırılmış olan diğer hastanelerden en iyi kurulmuş olanıdır. Yapının girişinde, büyük ve herhalde hekimler için özel odalar, buradan sonra etrafında revaklar ve hasta odaları bulunan büyükçe ve havuzlu bir avlu ve buradan geçilince, dehlizlerle birbirine ulaşılabilen ve yekdiğerinden tamamen ayrı üç daireden oluşmaktadır. Her dairenin ortasında bir avlu ve her avluda da birer havuz vardır. Bu dairelerden bir tanesi, azgın akıl hastalarına özel olup, ayrıca etrafına çepeçevre kuşatan bir dehlizle diğer dairelerden ses bakımından da ayrılmıştır” (Ünver, 1938.17).

Beyinsel özürllüer için Halep’te kurulmuş olan bu mâristandan daha önceleri, Anadolu’da çeşitli kentlerde, müzikle tedavi yöntemlerini uygulayan şifahaneler kurulmuştur. Bunlardan biri Kayseri Şifaiyesi’ dir.

Çifte Medrese, Kayseri’de bulunan ilk Selçuklu eseridir. I. Gıyaseddin Keyhüsrev’in yaptırdığı tıp medresesiyle kız kardeşi Gevher Nesibe Hatun’un yaptırdığı şifaiyeden (Şekil 4.) oluşmaktadır (1205). Bina, birbirine bitişik açık avlu iki yapıdan oluşur. Birinin diğ erinden daha geniş olması dışında, her iki yapı da tipik medrese şemasına uygundur.

Gerek şifaiye, gerekse medrese, bir açık avlu çevresinde düzenlenen dört eyvanlı şemaya uygun olarak inşa edilmiştir. Şifaiye, dış ölçüleri 41x38,5 metre olan dikdörtgen biçiminde bir yapıdır. Dört köşe avlusunun bir kenarı 12,50 metre olup, üç yanı üç kemerli revaklarla çevrilidir. Ancak eyvanın önüne rastlayan dördüncü revak, tek açıklıkla yapılmıştır. Ama eyvanın iki yanına odalar konulmuş; bunlardan batıdaki, küçük bir oda;

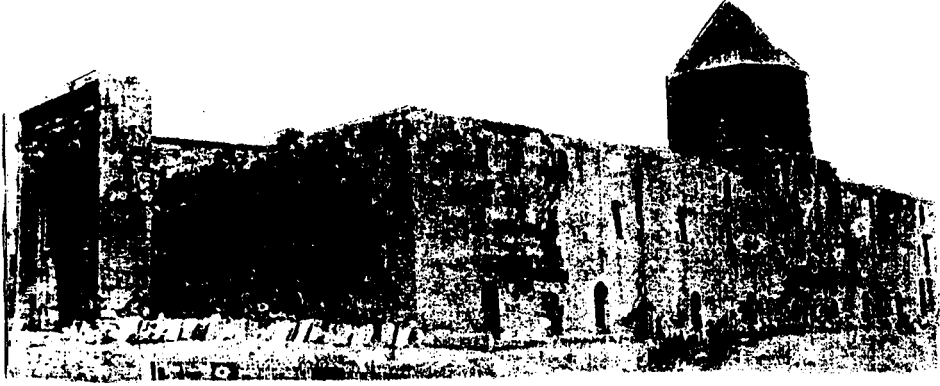
doğudaki ise birinden ötekine geçilen iki dikdörtgen oda şeklinde düzenlenmiştir (Tuğlacı, 1985. 208).



**Şekil 4.** Kayseri Gevher Nesibe Tıp Medresesi

Keykâvus Darüşşifası (Resim 6.), 1217 yılında 1. İzzeddin Keykâvus tarafından hastane olarak yaptırıldı. Sivas'taki eserlerin en eskisidir. Bina, dikdörtgen şeklinde olup, batıya bakan cephe kapısı, çok güzel oymalarla süslüdür. Binanın ortası boş, etrafı odalarla çevrilidir. Güney tarafındaki piramide benzeyen kubbeli yerde, İzzeddin Keykâvus'un mezarı vardır.

Şifaiye, o dönemin en büyük hastanesi ve sağlık okuluydu. Burada akıl hastaları müzikle tedavi edilmekteydiler. Kapı üzerindeki kitabede "darüşşifa" adı geçmekte ise de bina, 1768 yılında bir fermanla, medreseye dönüştürülmüştür. Yapı, Osmanlı İmparatorluğu döneminde birçok defa onarım görmüştür.



**Resim 6.** Sivas, Keykâvus Darüşşifası.

Amasya Darüşşifası (Resim 7.), 1308’de, İlhanlı hükümdarlarından Olcayto Hüdahende’nin karısı İlduş (Yıldız) Hatun adına, Anber bin Abdullah tarafından yaptırılmıştır. Plân bakımından, eyvanlı medrese tipine giren eser, gördüğü iş nedeniyle “bimarhane-timarhane” adını almıştır. Akıl hastalarının müzikle tedavi edildiği kuruluşlardan biri olan yapıyı Evliya Çelebi, “Miskinler Tekkesi” olarak adlandırır. Zamanında hem hastane, hem de tıp medresesi olarak kullanılan yapıda öğrenciler, hekimlik bilgilerini teorik olarak öğrenirlerdi. 1939 depreminde çok zarar gören yapı,1945’te onarılmıştır (Tuğlacı, 1985. 78).



**Resim 7.** Amasya Şifahanesi.



### 3. 5. 1. 1. Osmanlı Türkleri Döneminde Darüşşifalar

Osmanlı döneminde kurulmuş ilk hastane Bursa'da, Yıldırım Bayezit tarafından dört yılda yaptırılarak 1399 yılında hizmete açılan Yıldırım Darüşşifası'dır (Resim 8.).



Resim 8. Bursa Yıldırım Şifahanesi.

Tam teşekküllü bir hastane özelliğindeki bu darüşşifa, Bayezit İmaretı (Külliyesi)'nin bir parçasıydı. Yıldırım Darüşşifası için Evliya Çelebi, "Seyahatname"sinde şunları söylemektedir:

*"Merhum ve mağdur Bayezid-i Veli Vakıfnamesinde hastalara deva, dertlilere şifa, divanelerin ruhuna gıda ve def'i sevda olmak üzere on adet hanende ve sazende gulâm tahsis etmiştir ki, üçü hanende, biri neyzen, biri kemani, biri musikari, biri santuri, biri udi olup haftada üç kere gelip hastalara ve dertlilere musiki faslı verirler"* (Çelebi, 1944. 470).

Açıklaması:

"Duacı olduğumuz merhum Bayezid-i Vakıfnamesi'nde hastalara deva, dertlilere şifa, divanelerin ruhuna gıda ve sevdalıların derdini

azaltması için, on adet şarkıcı, biri neyzen, biri kemancı, biri kuzamcı biri santurcu, biri udi olup haftada üç kere gelip hastalara ve beyinsel özürlülere musiki faslı verirlermiş.”

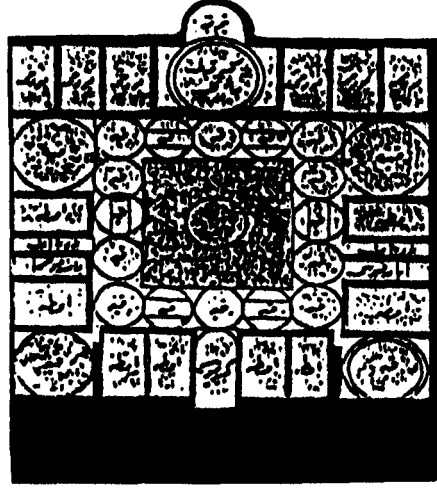
Yirmi odası olan ve kadrosunda biri başhekim olmak üzere üç hekim, bir cerrah ve bir de kehhâl (göz doktoru) bulunan darüşşifada, başlangıçta akıl hastaları için yalnızca bir bölüm bulunmaktaymış (Resim 9.). Daha sonra ise bütünüyle, yalnızca delilere ayrılmış olan bu hastane, 19.yüzyılın sonuna kadar, tam dört yüz yıl boyunca kullanılmıştır. (Samuk, 1980. 39).

Bursa Yıldırım Darüşşifası 1855 yılı depreminde hasar görmüş, bir süre baruthane olarak kullanılmıştır. Geriye, yıkık duvarları kalmıştır.



**Resim 9.** Bursa Yıldırım Külliyesi'nin İçi.

Osmanlı döneminde, Türkler'in akıl hastaları için yaptırdıkları ikinci hastane, İstanbul'un fethinden sonra Fatih Sultan Mehmet'in kendi adıyla anılan caminin güneydoğusunda bulunan ve meşhur külliyesinin bir parçası olan Fatih Darüşşifası'dır (Şekil 5.).



Şekil 5. Fatih Darüşşifası, 1470 (Dr. S. Ünver'den).

Bugün herhangi bir kalıntısı bile bulunmayan bu darüşşifa, 1470 yılında hizmete sunulmuştur. Evliya Çelebi, Seyahatname'sinde bu hastaneden şöyle söz etmektedir.

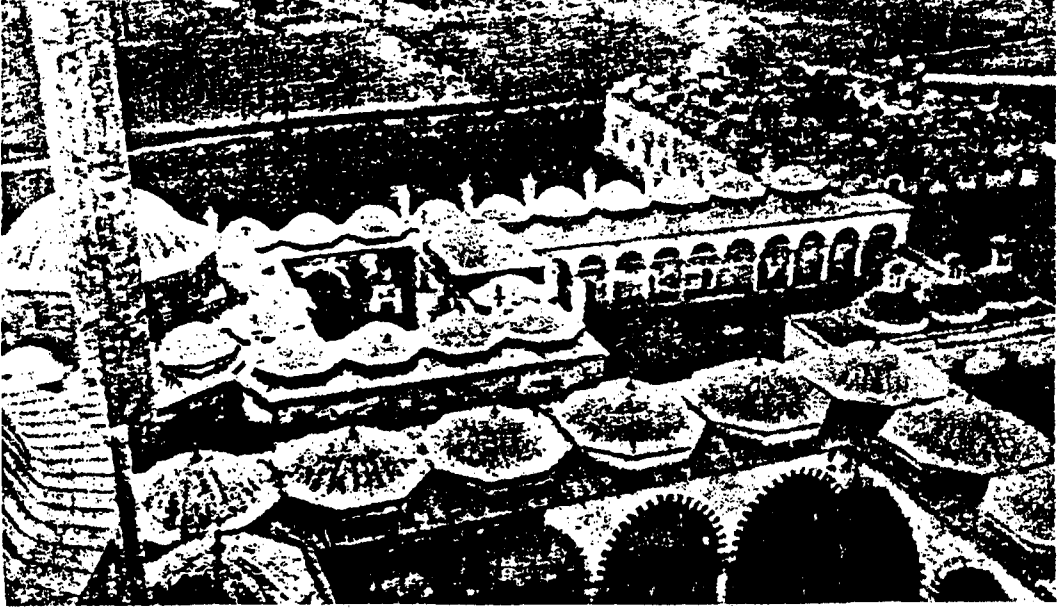
*“Evvela, Tımarhaneyi Ebûlfeth Sultan Mehmet 70 hücre, 80 adet kubbe ve 200 hüddâmı vardır. Dersiâm ve hekimbaşısı vardır. Ayende ve râvendagândan bir adam hasta olsa bimarhaneye götürüp ona hizmet ederler. Dibâ ve zibü zerbağ harir câme habları vardır. Her gün iki defa hastalara günâgün etimeyi nefise bezl olunur. Evkâfi o derece kavîdir ki vakıfnâmesinde: Eğer matbahda keklik, tarac ve süklüm kuşlarının eti bulunmaz ise bülbül, serçe ve kebüter pişüp hastalara bezl oluna, diye muharrerdir.*

*Hastalara, divânelere defî cünün için mutribân ve hânendegân tâyin edilmiştir. Avretler ve kefereler için dahi başka bir köşede tımarhâne vardır...”* Çelebi, 1962. 47).

Açıklaması:

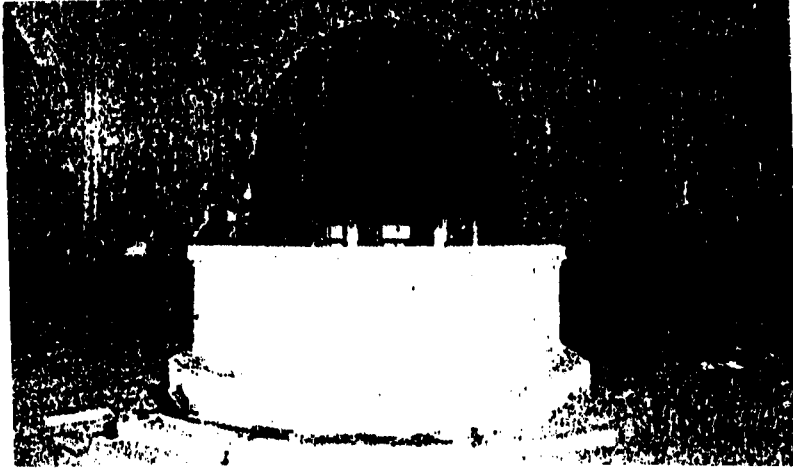
“Fatihlerin babası Sultan Mehmed’in tımarhanesinin 70 hücre, 80 tane kubbesi ve 200 yol göstericisi vardır. Öğretmeni ve başhe-kimi vardır. Eczacılıkla uğraşan biri hastalansa onu tımarhane-ye götürüp hizmet ederlerdi. Tımarhanede hastalar ipek çarşaflarda yatırılırdı. Her gün ve gün be gün hastalara hoşlarına gidecek şey-ler verilirdi. Vakıf o derece sağlam gelirlidir ki, vakıftan gelen belgede hastalara her zaman keklik, serçe gibi, eti lezzetli kuşların pişirilip verilmesi yazılmıştır. Hastalara ve delilere, deliliğin def e-dilmesi için sazende ve hanendeler gönderilmiştir. Ayrıca, kadın-lara ve müslüman olmayanlara bile bir köşede tedavi bölümü bulunmaktadır.”

Bugünkü Fatih Camii'nin güneydoğusunda, yaklaşık on bin metrekarelik bir alan üzerinde kurulmuş ve 1470 yılında hizmete girmiş olan Fatih Darüşşifası, birçok yangın ve zelzele felaketi geçirmiş; fakat tekrar tamir edilerek 1924 yılına kadar çalışmalarına sürdürmüştür (Samuk, 1980. 40). Bu yıldan sonra hastane, oda oda çeşitli kişilerin eline geçmiş, zamanla büsbütün yıkılmış ve yerine tahta barakalar yapılmıştır. Sonuçta, Sultan II. Mahmut tarafından, ancak çevre duvarları ayakta kalabilmiş olan hastanenin yeri, bir başka yangından sonra açıkta kalan demirci esnafına verilmiştir. Böylece, darüşşifa yok edilmiş ve temellerine kadar ortadan kaldırılmıştır.



**Resim 10.** Edirne Darüşşifası.

Osmanlılar döneminde, akıl hastaları için yaptırılmış hastanelerin, günümüze kadar yıkılmadan gelebilmiş olanı, Edirne’de Tunca nehri kenarında, Sultan II. Bayezid tarafından 1486 yılında kurulmuş olan Edirne Darüşşifası’dır (Resim 10.-11.). Güzel çiçekler, çeşmeli bahçeler ve avluların süslediği bu şifa evinde, Yunan filozof ve doktorları tarafından ileri sürülen tedavi yöntemlerinin uygulanması sağlanıyordu. Şifa evinin yanında, bir tıp okulu da kurulmuştu. Burada çeşitli kokular, çiçekler ve özellikle müzik aletleriyle güzel ve hoş melodiler çalınarak yatıştırıcı tedavi yöntemleri uygulanıyordu.



**Resim 11. Edirne Sifahanesi, Su Tedavisi Şadırvanı**

Bu darüşşifada hastalar, ücretsiz olarak yedirilip beslenir ve tedavi edilmeye çalışılırdı.

Tam teşekküllü bir hastane olan darüşşifanın zamanla sadece akıl hastalarına şifa verdiği bilinmektedir. Yine Evliya Çelebi'nin ifadesine göre:

*“Bazı hücrelerde evvel baharda, cümün mevsiminde, sevdazede uşşâk-ı emr-i hakim ile, bu timaristane getirerek altın ve gümüş zincirleri ile kayd ü bend idüp her bir arslan yatağında yatar gibi kükreyip yatarlar. Bahusus, bahar faslında divaneler zincir kırdıkları mahalde Edirne'nin cümle civanları divaneleri seyre gelip dururlar.*

*Merhum ve mağfur Bayezid-i Veli hazretleri Vakıfnâmesinde; hastalara deva, delilere şifâ, üzere on adet hânende ve sâzende gulâm tahsis etmiştir ki, üçü hânende, biri neyzen, biri ke-*

*mâni, biri musikari, biri santurî, biri çengi, biri çengsanturî, biri udî olup haftada üç kere gelip hastalara ve delilere musiki faslı verirler” (Çelebi, 1944. 470).*

Açıklaması:

“İlkbaharda sevdalanarak aklını yitiren kişiler, emir üzerine şifahaneye getirilip, altın ve gümüş zincirlerle yataklarına bağlanırlardı. Bunlar, arslanlar gibi kükrerlerdi. Yalnızca, bahar mevsimine ait günlerde delilerin zincirleri çözülür ve Edirne'nin bütün gençleri, beyinsel özürlleri seyretmeye, şifahanenin karşısına gelirlerdi.

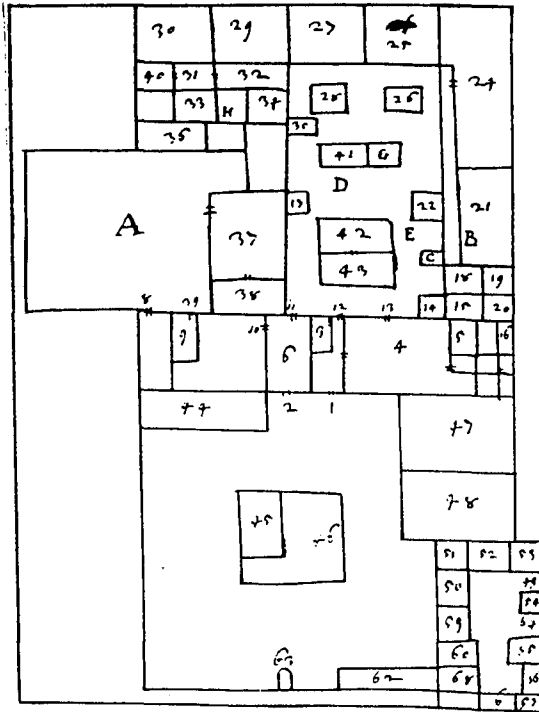
Duacı olduğumuz merhum Bayezid-i Veli Vakıfnamesi'nde hastalara deva, dertlilere şifa, divanelerin ruhuna gıda ve sevdalılarının derdini azaltması için, on kişi şarkıcı ve çalgıcı kulunu görevlendirmiştir ki, bunların üçü şarkıcı, bir neyzen, biri kemancı, biri kuramcı, biri santurcu, biri udi olup haftanın üç günü hastalara ve beyinsel özürllere musiki faslı verirlerdi.”

Uzun yıllar hizmet görmüş olan bu kurum, 1. Dünya Savaşı nedeniyle boşaltılmış ve oradaki akıl hastaları, Dr. Mazhar Osman tarafından darüşşifanın kapısına kilit vurularak alınıp, yine Edirne'nin Kıyık semtindeki Fransız hastanesine taşınmışlardır (Güvenç, 1996. 28). Bundan sonra darüşşifa, terk edilmiş ve oldukça tahribat görmüş; ancak son yıllarda onarılarak müze haline getirilmiştir.

Fatih döneminde (1451 - 1481) yapılan Topkapı Sarayı'nda yetenekli çocuk ve gençlerin yetiştirildiği Enderun denilen saray okulu vardı. Bu okul, Osmanlı İmparatorluğu'ndaki ileri bir eğitim kurumu olup, saray

hizmetleri için görgülü ve bilgili insanlar yetiştirmek amacıyla kurulmuştu . Müzik, güzel yazı, nakış, ciltçilik, tezhip ve minyatür sanatları derslerinin verildiği Enderun Okulu'nda bir de hastane bulunmaktaydı. Burada, genç yaştaki Enderun üyeleri müzikle tedavi edilirdi.

Enderun Okulu'nun konservatuar bölümünde okuyan Polonya asıllı Alberto Bobovio (Ali Ufki)'nun 1665'te yazdığı ve 1972'de İngiltere'de British Museum'daki Harleian Koleksiyonu'nda yer alan (Şekil 6.) İtalyanca elyazma eserinde Enderun Hastanesi'nin bilinen en eski planı yer almaktadır (Sayılı, 1984. 269).



49. Bahçe
50. Enderun Hastanesi (Tımarhane)
51. Hastanenin, "Tımarhane Ağası" denilen yönetici müdürünün dairesi
52. "Anneler" denilen yaşlı kölelere ait daire
53. Has'odaya (saray görevlilerine) ait hastane
54. Hazineye ait hasta odası
55. Büyük odaya ait hastane
57. Küçük odaya ait hastane
58. Hastane hamamı
59. Hadımağalar hastanesi
60. Enderun Hastanesi'ne giriş kapısı
61. Cindilere ait koğuş
62. Acemoğlanlarına ait koğuş
63. Bâb-ı Hümayun

**Şekil 6.** Enderun Hastanesi'nin Planı



Darüşşifalarda müziğin tedavi etkisi, ancak Türk müziğinin makam ve nağme zenginliği, ses aralıklarının insan sesine uygunluğu ile mümkün olmaktadır (Songar, 1982. 6).

Türkler, daha Selçuklular döneminden itibaren, akıl hastalarının tedavisi için bugün dahi çok ileri bir düzeyde sayılabilecek şifahaneler kurmuşlardır. Bu şifahanelerde dönemin çok ileri tedavi metodları uygulanıyordu.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### MÜZİĞİN ETKİLERİ

İlkçağlardan beri müziğin insan ruhunda bıraktığı izlenimler merak edilmiş ve gözlemlenmiştir. Müziğin etkisi nedeniyle gerçekleşen oldukça ilginç olaylarla karşılaşmış bir gözlemci bu olaylara cevap aramış, çeşitli görüşler öne sürmüştür. Müziğin insan ruhundaki etkileri ya çeşitli amaçlar için bir bütün halinde veya yalnızca estetik bir deneyim olarak kullanılmasyla kendini göstermiştir.

Müziğin fizyolojik ve psikolojik etkilerinin analizi oldukça güç olmuştur. Yüzyıllar içinde filozoflar, hekimler ve bu konu ile ilgilenen müzisyenler, müziğin tepkisini oluşturan unsurların hangi nedenlere bağlı olduğunu açıklamaya çalışmışlardır. Burada iki teori söz konusudur. Bunlardan biri, müziğin birinci derecede duygulara yapmış olduğu etki, İkincisi ise müziğin fizyolojik etkilerinden dolayı beraberinde oluşturduğu psikolojik etkidir. Aşağıda görülen vaka yaşlı nörotik dulun tipik durumunu yansıtmaktadır. Kendisi sesi kulaklarını tırmaladığı için trompetin sesini sevmediğini söylemektedir. Bu hakiki bir sinirsel tepkimedir. Fakat çok kötü ilişkileri olduğu kendi kocasının da trompet çaldığı ortaya çıkarılmıştır ve kendisinin buna şiddetli şekilde tepki gösterdiği anlaşılmıştır. Hanımın müzik aletinin sesine hoş olmayan şekilde karşılık vermesi ya aletin pirinçten yapılmış etkili ses tonu nedeni ile veya kendisinin hafızasına

kaydedilmiş acı veren çağrışımlardan kaynaklanmaktadır (Langer, 1951. 227).

Tarih boyunca insanın müzik karşısındaki tepkileri basit ve aynı faktörlerden etkilenmiş bir biçimde gerçekleşmiştir. Bunlar insanın ses karşısındaki fiziksel kavrayışı, müziğe karşı yaratılıştan veya sonradan kazanılan hassaslığı o dönemdeki anlayışa bağlı durumu olmuştur. Bu tepkilerde rol oynayan önemli faktörler de ön yargılar, çevre ve eğitimidir.

Birey kendi kültürünün müziğinden daha çok etkilenmektedir. Çünkü, kendi kültürünün müziği ile daha sağlıklı bir iletişim kurabilmektedir. Bireylerin müzik anlayışları yaşamış oldukları toplumun sosyal ve kültürel yapısına ve almış oldukları eğitime bağlı olarak çeşitlilik göstermektedir. Bireylerden bazıları sadece belirli türde bir müziği kendi kişisel veya sosyal ön yargıları nedeniyle kabul etmekte veya reddetmektedir. İyi dinleyiciler ya doğuştan veya yetiştirilmiş olarak oluşmaktadır; bunlar gerektiği gibi titizlik göstermezler. Bu faktörlerden birçoğu müzik terapistlerinin çalışmalarına yardımcı olan faktörlerdir. Hastalarıyla zevkli, eğlenceli ve etkili bir iletişimi sağlamaya çalışmak terapistin tedavide dikkat edeceği husustur. Tedavide hastaya kendi kültüründen seçilmiş müziklerin daha iyi sonuç verdiği düşünülebilir.

Bir başka açıdan incelenirse zihinsel veya sinirsel farklılık gösteren hastalar çoğunlukla müzik unsurları karşısında kendi dinamikleri, hassasiyetleri, duyguları ve beyinsel istekleri ile normal şekilde tepkime göstermektedirler. İnsanlar normal olarak “şen”, “kötü”, “çoşturucu”, veya

“dinlendirici” diye adlandırılan türde müzikler karşısında tepkime göstermektedirler.

İnsanın müziğe tepki vermesinin nedenlerini anlamak için müzik tedavisinin uygulanması vazgeçilmez bir husustur. Bu tedavinin konularından biri de hastanın belirli müziksel deneyimler karşısında tepkilerinin dikkate değer bulunmasıdır. Bu tepkiler hastalığın teşhisi veya tedavisine yardımcı olabilmektedir.

#### **4. 1. Müziğe Fizyolojik Tepkiler**

Müziğin şayet ruh hali üzerinde ve bireyin duyguları üzerinde gücü mevcutsa grup üzerindeki etkisi tek tek ortaya çıkmaktadır. Bu nitelik özellikle grup terapisinde kullanılan modern metodlar açısından özellikle ilgi çekicidir.

Zihinsel sağlık büyük ölçüde bir topluluk karşısındaki bağlılık ve bireysel özgürlüğün anlatımı arasındaki dengeye bağlı bulunmaktadır. Zihinsel rahatsızlıkların ana belirtilerinden biri de topluluğa uyma yeteneksizliği ve kendini ifade etmede bireysel araçların bulunma yetersizliğidir. Bu durumda müziğin önemi grup içerisinde duygusal bir dışa vurumu sağlamasındadır.

Müzik tüm sanat dallarının en fazla sosyal olanıdır ve bütün çağlarda ortak bir deneyimi oluşturmuştur. Sosyal bir fonksiyonun bir bölümü olarak insanı kendisi içinde veya bir katılımcı olarak veya bir gözlemci şeklinde etkilemiştir. Kendisi içinde müzik bir düzenleme duygusu, zaman ve

devamlılık duygusu eklediği ve verdiği herhangi bir fonksiyonu ile güçlü bir tamamlayıcı kuvvettir. Bunların dışında gruba yansıyan sesler herkes tarafından hiçbir şey görünmese de algılanmaktadır. Bunun sonucunda algılama mesafesi içerisindeki grup içindeki herkes müzikten etkilenmektedir.

Belirli müzikler grup içinde uyum ve düzenli davranışı oluşturmaktadır. Diğer müzik türleri genelde bir kontrol eksikliği ve düzensizlik konusunu teşvik etmektedirler.

Çoğunlukla, müzik bireyin duygularını anlatmamaktadır, fakat bir grubun duyguları ortaya konmaktadır. İlkel toplumlarda, Bowra'nın da ifade ettiği gibi müzik kabileye ait kafa yapısını anlatmaktadır ve belirli bir bilincin sesini yaymaktadır ( Alvin, 1966.88) . Bu durum çağlar boyu tüm dünyada devam etmiştir. Müzik günümüzde de eskiden olduğu gibi bir kültürün sembolik anlatımı veya bir grubun yaşam biçimidir. Günümüzde müzik özellikle folklorik müzik insanlara nostaljik duygusunu vermektedir. Bir ulusal milli marş ulusal bir topluluğun bütün üyelerine ait olan bir semboldür burada grup içerisindeki üyelerin ırkları, politik durumları veya inançları dikkate alınmamaktadır.

Müzik sözlü olmayan bir dil olarak aynı zamanda uluslararası bir karaktere de sahiptir. Müzik insanın diğer topluluklarla da iletişimini ve paylaşımını sağlamıştır. Uzaklıklar ve dil farklılığına rağmen insan daha geniş bir dünyada, grupların ve onların ihtiyaçlarının ötesinde müziği bir iletişim ve aktarma aracı olarak kullanmıştır. Böylece insan birçok yüzyıl ve birçok nesil sonrasında küçük çapta müziksel bir ortak miras oluşturmayı

başarmıştır bu aynı zamanda geçmişini günümüze ve insanı insana bağlamaktadır.

Müzik bireye bir grubun kontrolü içerisinde özgürlüğünü anlatma izni verdiği için, böyle bir grubun grup psikoterapisi için ideal bir araç olduğu konusunda fikir birliği mevcuttur.

#### 4. 2. Müziğe Fiziksel Tepkiler

Müziğin duygusal etkilerini bilimsel şekilde ölçmek mümkün olmamaktadır, fakat müziğin başlangıçtaki etkisinin fiziksel olması nedeni ile müziksel vurumlar karşısındaki fizyolojik cevapları ölçebilmekte veya miktarını tayin edebilmekteyiz. Bu miktar tayinleri müzik terapisinin uygulanmasında önem arz etmektedir.

Müzik karşısında verilen bazı fiziksel karşılıkların kendiliğinden kontrolsüz reflekslerden oluştuğu bilinmektedir. Biz kendimizi müzik dinlediğimizde aniden hızlanan bir pasaj sırasında nefes almamızın hızlandığını kaydedebiliriz. Bunlar arzu edilmeyen reflekslerdir.

Günümüzde belirli türdeki bilimsel aletler deri üzerindeki müziksel vurumların galvanik etkilerini ölçmemizi mümkün kılmaktadır. Deri dayanıklılığındaki değişiklikler müzik karşısında dinleyicinin tepkilerinin bir galvanometre üzerine elektrodlar aracılığıyla kaydedilmesi ile test edilmiştir. Podolsky ve Winold müziğin insan vücudunun elektriksel ileticiliğini reflekslerde açıkça gösterildiği gibi etkilediğini kabul etmektedirler (Winold, 1958. 188).

Belirli müzik aletleri sinir sistemimizi kesin olarak etkilemektedirler. Yüksek veya alçak ses ykseklęi bir sinirsel gerilim veya gevşeme şeklinde etkili olmaktadır ve bu etki daima müziğin genel karakterine bağlı olmaksızın gerçekleşmektedir. Keskin ve beklenmeyen disonans (uyumsuz ses ) lar ani duygu ve algı zıtlıklarında işitme organlarımızın hızlı bir biçimde ayarı gerekli olmaktadır. Aşırı hız veya ses yoğunluğu sinirlerin aşırı uyarılmasına neden olabilmekte ve fiziksel ağrılı bir durum da oluşturabilmektedir.

Fizik biliminde ses titreşimleri, desibel (dB) ile ölçülmektedir. Yaklaşık, 70-80 dB üzerine çıkan titreşimler çeşitli rahatsızlıklara örneğin; kulak ağrısı, sinir hücreleri rahatsızlıkları ve psişik rahatsızlıklara neden olmaktadır.

Müziğin duygusal etkileri hafif de olsalar belirli fizyolojik cevapları oluşturmaktadır. Örneğin, kan dolaşımında veya nefes alma sürecindeki değişiklikler burada söylenebilir.

Almanya'da 1880 yılında Rus doktor Dogiel tarafından yapılan uygulamada, duyu organlarının uyarımı sırasında kan dolaşımının değişimi incelendi.

Dogiel uygulama yapılacak birey için Cosso'nun pletizmoğraf (Venoğrafi, toplar damar grafisi) denilen cihazı kullandı. Çıkan sesin ykseklęine, şiddetine, perdesine ve aynı zamanda çalgının çeşidine göre kan dolaşımında değişiklikler gördü.

M. Daubresse “Musico-Therapie” adlı kitabında Dr. Dogiel’in uygulamalarındaki bulgulardan çıkan sonuçları şu şekilde açıklamıştır:

1. İnsanda ve hayvanda müzik kan dolaşımı üzerine etki eder.
2. Kan basıncı aralıklarla yükselme ve alçalma yapar.
3. Müzik seslerinin ve ısıklarının insan ve hayvanlar üzerine etkisi tamamen kalp kasılmalarının iyileşmelerine neden olur.
4. Kan dolaşımının değişikliği sesin yüksekliğine, şiddetine ve perdesine bağlıdır (Daubresse, 1908. 59-60).

Bazı bilimsel aletlerin kardiyak ve solunum sistemi faaliyetleri ölçülebilirliğinden beri bazı fizikçiler solunum sistemi veya kalp üzerindeki seçilmiş müziğin etkilerini araştırmakta başarılı olmuşlardır. Douglas Ellis ve Gilbert Brighouse müzik tarafından üretilen kalp atım oranlarında değişiklikler hususunda çeşitli deneyler yürütmüşlerdir. İlgi çekici bir deney ünlü müziksel otoriteler üzerinde yapılan icra edenin kalp atışları hususundaki bir denemedir. İcra edenin uzun bir pianissimo (çok hafif) çalışması sırasında çok yüksek sesle çalmasına nazaran kalbinin daha hızlı attığı bulunmuştur. Bu durum bilimsel şekilde elektrokardiografi ile teste tabi tutulmuştur. Kalp fonksiyonu duygusal faktörlerden derin bir şekilde etkilenen bir organdır ve bunların ölçülmesi çok kolay olmamaktadır (Alvin, 1966, 91).

Müziğin ritmi kas faaliyetlerini uyarmaktadır ve bedensel hareketleri uyarmaktadır. Belirli ilkel danslar örneğin Afrika savaş dansları gibi fiziksel enerjiyi arttırmakta ve geliştirmektedir.



Şarkı söylemenin her zaman solunum sistemine ve hatta sindirim fonksiyonlarına yararlı olduğu düşünölmüştür ve insanın tüm fiziksel sağlığını etkilediği bilinmektedir. Şarkı söyleme kendi içinde bile bir tedavi sayılmaktadır.

Müziğin dinleyici ve icra eden üzerine fiziksel etkileri ölçölebilmektedir, bu durum bazı duygusal faktörlerin mevcudiyetinde de geçerlidir. Bütün olarak müzik karşısındaki birçok fiziksel tepkiyi geçiştirdiğimiz veya hesaba katmadığımız, özellikle ince ve çok belirgin olmayanları dikkate almadığımız acı bir şekilde belirtilebilir.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### MÜZİK-TERAPİ VE PSİKIYATRİ BİLİMİNDEKİ ÖNEMİ

Müzik-terapi, sanat ve bilimi bağdaştırarak, müzik ve ses aracılığıyla terapik bir amaç içerisinde, psikolojik güçlükler ve çeşitli somatik (bedensel), psikosomatik (ruhsal ve bedensel) sorunlarla olduğu kadar, nörotik ve psikotik hastalıklarla, duyumsal bir yaklaşımla ilgilenir.

“Müzik-terapi” sözcüğü, “müzik” ile “terapi” sözcüğünden oluşmaktadır. “Terapi” sözcüğü, hastaların bakımı ve tedavisi için gerekli önlem ve çareleri öğreten tıbbın bir dalı olup, Yunanca bir terimdir.

Psikiyatride müzikle tedavi; sosyal ilişkilerin geliştirilmesi, kendine güvenin yeniden kazandırılması, fizik egzersizler ve motor kontrol, konsantrasyonun artırılması amacıyla tedavi programının bir ögesi olmuştur.

Müzik, diğer sanat dallarından insanı daha çok etkilemektedir. Özellikle ruhun çeşitli tepkilerini en iyi ifade eden sanattır. Bu özelliği nedeniyle de doğrudan doğruya insanın ruhî davranışlarını inceleyen psikoloji ile aralarında doğal bir bağ oluşmaktadır.

Psikiyatri tarihi, Türkler açısından çok parlaktır. Araştırmalara göre Ortaçağ'da, işkence edilerek, dövülerek tedavi yöntemi uygulanan ruh hastalarına, bilimsel ve insani duygularla yaklaşarak acılarını dindirme yöntemi müslüman Araplar'dan sonra ilk defa Türkler'de görülmüştür.

Avrupa'da 18. yüzyıl sonlarına kadar manastırların veya hapisanelerin zindanlarında ölüme terk edilmiş ve hatta "ruhunu şeytanın esir aldığı" düşüncesiyle diri diri yakılmış olan ruh hastaları, İslâm aleminde ruh hastalarının tedavisi için kurulan şifahanelerde, dönemin olanaklarına göre birtakım ilaçlar ve müzikle tedavi ediliyordu.

Görülüyor ki, bizim tıp tarihimizde müziğe ve müzisyene verilen önemin çok büyük, bu konuya bilimsel yaklaşımın da pek geniş olduğu görülür.

1949 yılından beri Fransa'da ve bazı ülkelerde müzik-terapi çalışmalarına başlanmıştır. II. Dünya savaşı sonrası İsveç'in Stokholm şehrinde bir Müzik-Terapi Enstitüsü kurulmuştur. Psikiyatrist olan Dr. Bon, müzikle tedavinin ilk gerçek önderlerindendir. Bugün Amerika'da ve diğer ülkelerde pekçok klinikte müzik-terapi uygulanmaktadır (Arıkan, 1966.81).

Altshuler, 1947'den beri Michigan Devlet hastanesi'nde, müziği tedavi programı içine sokmuştur. Gaerdner ve Paul, nevrozlarda; Gillis ve Lesdles, şizofrenide; Lucas ve Altshuler, depresyonda; Zanker ve Glatt da alkoliklerde ve nevrozlarda müzik-terapiyle olumlu sonuçlar almışlardır (Güvenç,1991.23).

Müziğin sağlıklı insanlara ve ruh hastalarına rahatlık verici etkisi olduğu kabul edilmiştir. Müzikle tedaviyi ustalıkla uygulayan bir uzman, tamamen içine kapanık hastalarla bile iletişim kurabilmektedir.

## 5. 1. Müzik-Terapi ve Metodoloji

Müzik-terapi, yeni bir bilim dalı olduğu için, birçok veri ve bilgi ancak deneysel gözlemlerle elde edilebilmiş ve bu veriler, kimi zaman iyi organize edilmemiştir. Çağdaş müzik-terapinin temeli, bilimsel gözlemlerden yola çıkılarak oluşturulur. Bir sistem ortaya çıkana kadar, bu sistemin organizasyonu, sınıflandırılması ve tanımlaması gibi konuların araştırılması gerekir. Bilimsel gözlem, bütün bilim dallarında olduğu gibi, müzik-terapide de önemlidir.

Müzik-terapi yöntem ve yapıları hakkında William W. Sears yapmış olduğu çalışmada “yapı içindeki deneyim”, “kendi kendine organize etmedeki deneyim” ve “diğerleriyle ilişkilendirmedeki deneyim” başlıkları altında sınıflandırarak şu bilgileri vermektedir (Sears, 1968. 30-34).

1.Yapı içindeki deneyim: Bireyin müziksel deneyimini gerektiren davranışlardır.

a) Müzik, zaman içinde düzenlenmiş davranışları gerektirir: Müzik, günün gerçeklerine göre belirlenmiş, anlık ve sürekli olan amaca uygun davranışları gerektirir (Sears, 1968. 30).

Müzik, başladığı andan itibaren, hiçbir bozulmaya ve kesintiye uğramadan, bir anlatımı veya bir tanımlanmış görüşü elde edinceye kadar, kendi zamanlaması içinde devam ettirilmelidir. En kaba tanımıyla zaman ayarı, seslerin ve durakların sıralanışı demektir. Diğer bir tanımla, sadece uygun zamanlarda, uygun seslerin sıralanışı değil de, uygun yerlerde seslerin yükselişini, vurgusunu, birçok sesin bir arada kullanılmasını ve her türde sesin düzenlenmesini içerir.

Bu yapı, diğer bütün yapıların temeli olarak alınabilir ve buna, çalışma prensibi olarak bakılabilir. Bütün deneyimlerin geleceği doğru bir başlangıcı olmasına rağmen, müziğin zaman içinde düzenlenişi, bireyin kendi davranışlarını sürekli bir yapı içinde düzenlenmesini ister.

b) Müzik, anlık ve sürekli, nesnel davranışı gerektirir: Bireyin davranışları, bireyin müzikle içli dışlı olduğu andan başlayarak öznel olmaktan çıkıp, anında gözlenebilir nesnel davranışlara dönüşür (Sears, 1968.32).

Müziğin zaman içinde dağılımı bir süreklilik gösterdiği için, bireyin tepkileri de buna bağlı olarak süreklilik göstermelidir. Bununla birlikte, bireyin tepkileri süreklilik içerdiği için, tepkilerinin müziğe uygunluğu anında gözlenebilir.

c) Müzik, bireyin fiziksel ve psikolojik tepki seviyesine göre davranışı düzenler: İstenen müziksel davranış, bireyin fiziksel ve psikolojik kapasitesine göre adapte edilebilir. Örneğin; belli bir fiziksel bozukluğu olan

kişinin, özel aletler yardımıyla müzik yapmasına yardımcı olunabilir (Sears, 1968. 32).

Psikolojik seviye ise, birçok temele dayanır:

1. Ruhsal durum (üzgün, mutlu veya durgun, hareketli gibi)
2. Motivasyon (düşük, yüksek)
3. Müziksel bilgi seviyesi

d) Dikkatle seçilmiş müzik, duygusal davranışları harekete geçirir: Müzik, gelişmiş bir duygusal kullanımı ve ayırt etme özelliğini gerektirir (Sears, 1968. 32).

Müziğe olan ilgi, bireyin olaylar karşısında daha duyarlı olmasını ve duygusal zenginliğini değişik şekillerde kullanmasını gerektirir. Birey, sesini kullanmayı geliştirmesinin yanında, sembolleri okuma, değişik seslerin nereden geldiğini hissetme, gördüklerine tepki gösterme, vücudunun belli kısımlarını kontrol etme, tat ve koku alma, değişik aletlerin verdiği sıcaklığı hissetme gibi duygusal olayları da kullanabilmelidir. Müzik, bütün bu olayların veya bazılarının bütünleşmiş bir kullanımını gerektirir.

f) Müzik, davranışların etkili bir şekilde düzenlenmesine ortam hazırlar: Grupların genel davranışları, gruba göre seçilmiş uygun bir müzikle kontrol edilebilir ya da en azından etkilenebilir (Sears, 1968. 33). Ağır tempolar, legato, basit harmonikler, fiziksel aktiviteyi azaltıcı müzik karakteristikleridir. Buna karşın hızlı tempolar, stakato, karmaşık harmonikler fiziksel aktiviteyi hızlandırıcı yapıdaki müzik karakteristikleridir.

2. Kendi kendine düzenleme yapmadaki deneyim: Bireyin ilgisi, değer anlayışı ve kabul ettikleriyle ilgilidir (Sears, 1968. 33).

Terapinin ortak bir özelliği de bireyi tatmin edecek, ona daha fazla deneyim kazandıracak kendi deneyimlerini yapılandırmasını sağlamaktır.

a) Müzik, kendi kendine anlatımı sağlar: Birey hangi seçimi yaparsa yapsın, davranışları daima kendi isteklerinin bir yansımasıdır. Bu istekler bireyde, belli davranış kalıplarının oluşmasına neden olabilir.

Bu kalıplar, kendi aktivitelerinin yapılaşmasında temel oluşturabilir. Müziğin uygulanabilirliği, bireyin kendi kendini ifade etmesine birçok yol açabilir.

b) Müzik, bireyin çalışmasını engelleyen koşulları ortadan kaldırır: Fiziksel özürlü bireyin müzik alanında normal insanların elde edebileceği başarıya ulaşması, onun kişilerin gözünde sağlıklı bir insan gibi görülmesini sağlar.

c) Müzik, insanın kendi gururunu artırma olanağı sağlar: Olumlu yönde gelişen öğrenme genellikle, bireyin değer anlayışını yükseltir (Grebene, 1978. 78). Müziğin bireye başkalarınca aranan özelliklerin en azından bir bölümünü kazandırması, bireye gösterilen önemin artmasını sağlar. Dolayısıyla, bireyin kendisiyle gurur duymasını sağlar.

3. Diğerleriyle ilişkilendirmedeki deneyim: Müzik, sosyal etkileşimi ve iletişimi artırma yönünde de etkili olur (Sears, 1968. 34).

Müzik, sosyal becerilerin öğrenilmesine zemin hazırlar. Bu beceriler de, kapalı kurumlarda veya toplumun içindeki ekran gruplarında, toplum tarafından onaylanan kişisel davranış kalıplarının öğrenilmesi için olanak sağlar.

## **5. 2. Müzik-Terapinin Uygulanmasında Kullanılan Yöntemler**

Günümüzde müzikle tedavi uygulamaları çeşitli yöntemler ile yapılmaktadır. Bekir Grebene'e göre bunlar genellikle dört gruba ayrılır:

- a) Konser dinletilerek uygulanan tedavi yöntemi (pasif tedavi)
- b) Konser icra ettirilerek uygulanan tedavi yöntemi (aktif tedavi)
- c) Elemanter müzik yaratılması sağlanarak uygulanan tedavi yöntemi (aktif tedavi)
- d) Dansla uygulanan tedavi yöntemi (Grebene, 1978. 73).

a) Konserle Uygulanan Tedavi Yöntemi (Pasif Tedavi): Konserle uygulanan tedavide hasta, kendisine sunulan müziğin etkisinde kalır. Bu tedavi yönteminde, bir konser düzenlenir. Bir müzik topluluğu veya bir solist konser verir. Hemşireler korosu, hastabakıcılar orkestrası, doktorlar dörtlüsü gibi topluluk oluşturulur. Hasta, burada yalnızca dinleyici durumundadır. Konserle tedavi, ilâçla tedaviye benzer. Bunda da hastanın yapacağı tek şey, sadece verileni almaktır.

b) Konser İcra Ettirilerek Uygulanan Tedavi Yöntemi (Aktif Tedavi): Bu tip tedavide hasta aktiftir, hastalar topluluğunda veya hastalar korosunda görev alarak, verilen müziğin uygulamasına katılır.



c) Elemanter Müzik İcra Ettirilerek Uygulanan Tedavi Yöntemi (Aktif Tedavi): Bu tedavide hastadan sadece uygulamaya katılması değil, aynı zamanda yaratıcı bir çalışma göstermesi beklenir. “Elemanter” kelimesi ile belirtilmek istenen özellik, bu çalışmalarda sanat tekniği ve yaratıcı sanat ilkelerinin aranmadığı, daha çok doğal içgüdülerle çalışıldığıdır. Bu tedavide, özellikle kuvvetli ritimden yararlanılır. Burada önemli olan, yaratıcı başarının yalnız sanat yönünden değil, daha çok “beden” diyebileceğimiz yönden gelmesidir. “Beden” sözcüğü ile kendi kendini aşma yeteneği olan canlı bir organizma tanımlanmak istenmiştir (Grebene, 1978. 73).

Sanatkâr çaldığı ritim çalgısıyla sanatının zirvesine ulaşır, hasta ise çalgının ritmine uyarak, müziğin ritmine hareketleriyle uyum gösterir. Buna benzer müzikle tedavi, ritmik jimnastikle tedavide de vardır. Vurma sazlar jimnastik hareketleriyle beraber kullanılır.

Eğer dinlemiş olduğu müzik, hastada dans ve hareketle sonuçlanmazsa, şiddetli duygu, heyecan ve istek gibi şekillere dönüşebilir. Daha da kötüsü bu duygu, şiddetli bir anksiyete (sıkıntı) halini alabilir. Örneğin, pop konserine giden birine konserin nasıl geçtiği sorulduğunda alınan cevap şu olmuştur: “Çok güzeldi... Kıyamet kopar gibiydi.” Caz ve hareketli müzik tutkunlarının salonların altını üstünü getirmeleri, kavga etmeleri, hep aynı mekanizma ile olmaktadır. Ancak bu heyecanı , ileride tatsız ve karamsar kullanmak üzere bir enerji deposu haline getirmek de mümkün olabilir. Burada iyi bir konserin olumlu etkisi söz konusudur. Ancak bazen, birikmiş bu heyecanın baskısı dayanılmaz bir hal alır, elem verici bir hoşnutsuzluğa ve gerginliğe neden olur. Aslında zayıf olan bu hastaların, baskılara karşı

yeterli direniş kuvvetleri yoktur. Heyecanlarını boşaltmaya fırsat bulamadıklarında her an patlama gösterebilirler (Lundin, 1959. 303).

d) Dansla (Müzik ve Hareketle) Tedavi Yöntemi (Aktif Tedavi):

Sanatın her türlü, insana evrensel veya kişisel bir heyecan verir. Ama danstan duyulan heyecan çok daha başkadır.

Tüm çağlarda ve tüm uluslarda duyguların, coşkunlukların ve düşüncelerin anlatımında danstan yararlanılmıştır. İnsanoğlu ilk çağlardan beri dans etmektedir. Müziğin ritmine uyularak yapılan dans, duyguların bedensel olarak dışa vurumudur. İnsanın çeşitli nedenlerle dans etmesi ruhsal açıdan rahatlmasını sağlar.

Sözcükleri herkes gibi kullanarak anlaşılamayan psikotikler, dans aracılığı ile başkalarıyla ilişkiye daha kolay girebilmektedirler. Bu gibi hastaların tedavisinde aktivite çok önemlidir. Önceleri kendilerine bakmayan, üstü başı dağınık olan bu hastalar, dans partisine gelirken traş olurlar, kravat takarlar, temiz giyinirler. Oldukça değişmişlerdir (Grebene, 1978. 78.).

Dans terapisti olan E.Rosen psikotiklerde dansla tedavinin etkilerini incelemiştir. Bu araştırmacıya göre dans, beden hareketlerinin yardımıyla iç gerginliği hafifletir ve insan ilişkileri için bu başlangıçtır. Rosen, hastalarına modern müziği uygulamış ve içlerinden geldiği gibi figürler yapmalarını sağlamıştır. Onun, akıl hastalarına uyguladığı dansla tedavide saptadığı bulguları hakkında Ürgüp şöyle söz eder:

1. Kendi içlerine çekilmiş ve çevre ile olan ilişkilerini koparmış hastalar, durmadan aynı basit hareketleri tekrarlamışlardır.
2. Çekingen, alıngan ve aksamak istemeyen hastalar, herkes gibi olmaya çalışarak, kendilerini dansın heyecanına kaptırmamışlardır.
3. Agresif hastalar, sert ve kaba figürlerle dans etmişler, dansı yöneten kişiye çatmışlar ve onu küçük görmüşlerdir.
4. Bazı hastalar, kendilerine bakıldıkça ve beğenildikçe iyi şekilde dans figürleri göstermişlerdir.
5. Daha çok entellektüel sayılan bir grup, dansın psikolojik etkileri üzerine tartışmalara girmiş, ama aynı heyecanla dansa katılmamışlardır.
6. "Voyeur"lar, yani başkalarının özel hayatlarını, çıplaklık hallerini gözlemek içgüdüsünde olan ve bu şekilde doyum sağlayanlar, dansa karışmamış, ancak onlara karşı baş sallamış, el kol hareketleriyle heyecanlarını göstermişlerdir (Ürgüp, 1964. 126-129).

Birçok psikiyatri kliniğinde ve hastanesinde dans dersleri düzenli olarak yürütülmektedir. Bu dersler özellikle grup tedavisi programında yer alınca yararlı olmaktadır. Genellikle ağır tempolu yürüyüşler, basit ve kolay kavranılan şekiller hastanın bedenini bir düzen başarısına ulaştırır. Hasta, bedeni aracılığıyla bu düzeni kavrar ve başkaları ile beraberliğe katılır. Asıl önemli olan, hastanın kendi benliğini ve beden varlığını gözetmesidir (Toombs, 1968,329). Elemanter müzikle tedavi ve hareketle tedavi, beraber yapılan alıştırmalardır. Ancak bu çalışmalar, diğer grup tedavisi şekillerinde olduğu gibi hastanın çevresiyle, eşyalarla, dünyadaki insanlarla ve olaylarla ilişkilerini düzenlemekle kalmaz, aynı zamanda o zamana kadar karanlıkta kalan kendi benliğini ve kendi bedenini ayırt etmesine de yardımcı olur.

Psikiyatrist, bu tedavileri uygularken daima, müzik, dans ve jimnastik alanında yetişmiş kimselerle işbirliği kurmalıdır.

### **5. 3. Müzik-Terapistin Psikiyatride Yeri**

Bir psikiyatri hastanesindeki psikoterapi programının başarısı, psikoterapistin beceri ve yeteneğinin yanında, kürsüler arası sağlam bir iş birliğine bağlıdır.

Müzik-terapistin psikiyatride görevi gerçek tedaviyle birlikte müzik uygulaması yapmak ve hastanın sosyal yaşamına dnebilmesinde yardımcı olmaktır. Bu görevi terapi takımının bir yesi olarak, tıbbi danışmanlık veya rehberlik altında yapar.

Müzik - terapistin hastanedeki yeri, diğer hekimlerden oldukça farklıdır. Çünkü bu konuda sadece psikiyatrik bozuklukların bilinmesi yeterli değildir. Ayrıca hastanın değişen ruh durumuna bağlı olarak, uygulanan programda da değişiklikler yapılmalıdır.

Terapistin sabırlı, disiplinli ve anlayışlı olmasının yanında hastalarla iletişim kurabilme yeteneği, kararlı bir kişilik, mizah ve nükte duygusu gibi özelliklere de sahip olması gerekir (Klem, 1950, 26). Çünkü müzik-terapist ile hasta arasındaki kişisel-karşılıklı ilişki, daima tedaviyi etkilemektedir.

Psikiyatrik bir çalışma her gün yeni bilgiler ve yeni tecrübeler kazandırır. Bu nedenle terapistin değişen şartlara hemen uyması gerekir.

Daima hastanın öncelikle sağlığını düşünerek uyguladığı tedavinin hastaya yararlı olup olmadığını ciddi bir şekilde gözden geçirmelidir.

Kaynaklar bize müzik-terapiyi uygulayan öncülerin (Davut, Farinelli v b.) nadiren müzisyen olduklarını bildirmektedir. Fakat günümüzde, diğer terapilerde de olduğu gibi, müzik-terapinin başarılı olması ve öneminin anlaşılması için uzman ellerde uygulanması gerekmektedir. Bunun için müzik-terapistin iyi bir eğitim almış olmasının yanında, tecrübeli bir müzisyen olması da gerekmektedir..

#### **5. 4. Müzik-Terapide Uygun Müzik Seçimi**

Müzik, ruhun tepkilerini yansıtan, duyguları hatırlatıcı ve canlandırıcı bir güce sahiptir. İnsanın içinde bulunduğu koşullardaki duyguları yansıtabilir veya bu duyguları varlığıyla değiştirebilir.

Müziğin tedavideki etkileri ve sonuçları, tarih boyunca gözlemlenmiştir. Fakat terapide kullanılan müziğin türüne dair kayıtlar yok denecek kadar azdır. Bu nedenle, yapılan gözlemler sonucu hastaya uygun müzik seçilmektedir. Bu gözlemlerin büyük bir kısmı, baştan sona kadar çalınan müzik parçalarının yaptıkları genel etkiye, veya belli bir parçanın karakteri gözönüne alınmadan, ona gösterilen genel tepkiye ilişkindir. Yapıcı bir müzik-terapi çalışmasındaki ilerleme hastanın belli müzik parçalarına verdiği tepkilere dayanmaktadır. Bunun için terapistin, çeşitli müziklerden oluşan zengin bir repertuara ihtiyacı vardır.

Terapistin ihtiyaç duyacağı mziksl repertuar, gerçekte hangi Şartlar altında çalıştığına bağlıdır. Bu nedenle terapistin, hastayı çok iyi tanınması ve ruhsal yapısını bilmesi oldukça önemlidir. Çünkü müzik bir anlamda hastanın psikolojik durumuna cevap veren bir gereksinim olmaktadır. Hastanın ruhsal durumu, onun müziğini belirlemektedir. Özellikle hastaların hoşlanacakları ve etkilenebilecekleri müzikler dinletilmeli ve öğretilmelidir. Müziğin heyecanlandırıcı ve sakinleştirici fonksiyonları yanında hastalık yapıcı etkilerinin de olduğu yapılan gözlemlerle belirlenmiŐtir. Hastayı sıkacak müzik parçalarından kaçınılmalıdır. Bunun için terapistin, hastanın tüm duygularına egemen olabilecek bir repertuara ihtiyaı vardır. Özellikle sınırlı performans tecrübesi olan keman ve piyano için yazılmıŐ bazı müziklere yer verilebilir.

Terapist'in Beethoven ve Mozart sonatlarına ve Chopin preldlerine kadar klasik piano müziği alması hastalar için gerçek bir teselli olabilir. Schumann, Schubert, Brahms ve karışık Şarkı koleksiyonları gibi popüler Şarkıların kolay uyarlamaları da hastaları memnun edici olabilir. Vivaldi'nin "Dört mevsimler"(The four seasons) eseri, Johann Strauss'un valsleri hastaların coŐkun, canlı, neş'eli ve hareketli olmasını sağlayabilir.

27-30 Eylül 1993 tarihleri arasında İstanbul' da gerçekleŐmiŐ olan II. Uluslararası Etnomüzikoloji Sempozyumu'nda konumuzla ilgili çok önemli sonuçlar ortaya çıkmıştır:

1. Müzik- terapide kullanılacak olan müzik basit, saf ve otantik olmalıdır.

2. Müzik türü olarak Orta Asya Müziği gibi (pentatonik) saf, tek sesli ve her milletin ilkel müziği denilebilecek otantik müzikleri kullanılmalıdır.

3. Türk müziği çalgıları ile (rebab, ud, ney, kudüm vs.) müzik-terapide çok başarılı sonuçlar elde edilmiştir.

4. Tasavvuf müziğinin müzik-terapide büyük faydaları görülmüştür.

5. Müzik-terapinin yanısıra, dans terapisi de önemlidir. (Bu konuda Orta Asya Şaman-Baksı seansları bugün Avusturya da müzik-terapi merkezinde ve daha birçok merkezlerde uygulanmaktadır).

Viyana Zaning'den Psk. Teo. Gerhard Kadir Tuçek "Ananevî Müzik Aletleri ve Elektronik Müzik, Müzik Aletlerine Müzik-Terapi Açısından Kritik Bir Bakış" konulu bildirisinde toplumların otantik müziklerinin insan ruhunda yer ettiğini, müziğin basit ve tabii oluşunun müzik-terapi de rol oynadığını belirtmiştir.

Psikiyatrik hastaların rehabilitasyonunda müzik önemli bir görevi üstlenmektedir. Daha çok hastanın bireysel veya bir grupla beraber çalışmasından onun aktiviteye katılmasından yarar umulmaktadır.

## 5. 5. Müzik -Terapiye Yaklaşımlar

Çağlar içinde ve günümüzde müzik terapinin görünümü incelendiğinde kavram ve pratikte üç farklı eğilimin olduğu Julliyet Alvin tarafından tesbit edilmiştir. Bunlar; klinik yaklaşım, eğlence yönüne ağırlık veren yaklaşım ve eğitimci yaklaşım isimleri altında sınıflandırılmaktadır. (Alvin, 1966. 109). Bu yaklaşımlar birbirleriyle ilgilidirler. Bunlardan her birisi hastanın sosyal

çevresine geri dönmesini sağlayacak fiziksel, sosyal veya zihinsel rehabilitasyonu sağlamakla ilgilenir.

Müziğe klinik yaklaşım tedavide önemi olan bir uygulamadır. Fiziksel, zihinsel ve duygusal bozuklukların tıbbî ve psikolojik tedavilerinin uygulanması müzik terapist tarafından yapılmakta ve temelde psikolojik bilgiye dayanmaktadır. Bu uygulamada müzik terapistin yeterli düzeyde müzik yeteneğine sahip olması ve hastalığın seyri hakkında gerekli bilgileri edinmesi önemlidir.

Klinik yaklaşım genelde hastanın, birey olarak veya bir grubun üyesi olarak işbirliğini gerektirir. Müzik terapi birey veya gruba bir terapist tarafından seanslar halinde uygulanmalıdır. Tedavi, duruma göre dört haftadan üç aya kadar uzayabilir. Günlük çalışma seansları, 10-20 dakika sürer. Grup halinde terapide grupta 4 veya 12 kişi bulunmalıdır ve terapi grubun psiko-dinamizmi üzerinde yürütülür.

Grup halinde terapide, seslerin etkisi ile hastalara bir “farkına varma” duygusu aşılarmaya çalışılır. Böylece, bu hastalar “müzik terapi” için hazırlanırlar. Burada zaman ögesi, çok önemlidir. Uzun süren tedaviler, bazı hastalık türlerine zarar verebilir. Aynı zamanda, tedavi süresince kullanılacak müzik türünün de dikkatle seçilmesi gerekir.

Birçok grupta müzik, tek başına kullanıldığında, hastanın aktif olma ve hareket etme isteğini uyandırmaya yetmeyebilir. Bu nokta çok önemlidir. Çünkü, bazı psikiyatrik hastaların tedavisinde aktivasyon çok daha fazla



önem kazanır. Bu durumda, ilkel jimnastik hareketleri, halk dansları gibi hareket etme yöntemlerinin uygulanması yararlı olur.

Eğlence yönüne ağırlık veren yaklaşımda müzik yüzeysel bir rol oynar. Genellikle daha büyük grublar söz konusudur. Faaliyetin amacı çoğunlukla eğlencedir ve hastanın herhangi bir gayret göstermesi gerekmez. Bu faaliyetlerde müzik hastalarda arzulanan bir değişim sağlar, yararlı ruh haletleri oluşturur, zamanın zevkli geçmesine yardımcı olur ve sosyal ilişkileri temin eder.

Tedavideki bir ortam daima bir öğrenme ortamıdır. Terapist yaş, veya kabiliyetlerine bakmadan tüm hastaların öğrenim süreçleri üzerinde çalışır.

### **5. 5. 1. Fizikî Bozuklukların Tedavisinde Müzik**

Müzik terapi, sadece zihinsel bozukluklarla ilgilenmez. Müzik insanın bedenini etkilediği için fizikî hastalıkların tedavisinde önemli olabilir. Tarihi bulgular bize insanların uzun bir süreden beri müziğin fizyolojik fonksiyonları üzerindeki etkisini gözlemlediklerinden söz etmektedir. Oysa, modern çağda müziğin fizikî hastalık tedavisindeki uygulamalarına ilişkin çok az araştırma yapılmıştır.

Pek çok fizikî bozukluklar veya hastalıklar insan yaşamını değişik şekillerde etkilemektedir. Bu gibi fiziksel bozukluklara örnek olarak çocuk felci, kas erimesi, solunum rahatsızlıkları ve körlüğü burada söyleyebiliriz. Şayet fiziksel rahatsızlığın tedavisi mümkün değilse, yaşamı süresince özürlü kalacak olan hasta psikolojik problemlerle karşı karşıya gelebilir. Bu

gibi durumlarda bazı hastalar isyankar, sert ve kötümser olabilir. Bu nedenle müzik-terapi fiziksel hastalıkların tedavisinde önemli olmaktadır.

Müzik dinlemenin veya yapmanın hareket için bir uyarım ve düzenleyici olarak işlev gördüğünü, ritim ve diğer dinamik öğelerin anlık fiziksel refleksleri uyardığı söylenebilir.

Beyinlerinde hasar bulunan veya başka türden fiziksel tahribata uğramış olan yetişkin ve çocukların özel eğitimlerinde müzik önemlidir. Pek çok ülkede fiziksel engelliler için müziksel faaliyetlerin önemi kabul edilmiştir. İngiltere’de müzik fizyolojik bir tedaviye yardımcı olmaktan çok sosyal ve eğitimle ilgili bir geliştirme aracı olarak benimsenmiştir. Bu konuda bilim ve eğitim bölümü (The department of science and education) şu düşüncelyi savunmaktadır: “ Müzik fiziksel engelli çocukların kişisel gelişimlerinde ve sosyal tecrübelerinde önemlidir. O, çocukluktan yetişkinliğe sürekli gelişen ilgi veya beceriden biri olduğu için yetişkinin topluma girmesine yardım olur” (Kozak, 1968. 166 ).

Bazı fiziksel engelli çocuklar kendilerine uygun kullanabilecekleri çalgılar bulabilirler. Ortapedi (hareket sistemi ile ilgili tıp dalı )de kasların fizikî rehabilitasyonunda yardımcı olarak kullanılmak üzere özel yapılmış bir kaç alet vardır ki, yatağa bağımlı hastalar için özel olarak yapılmış olan klavyeli çalgılar buna örnek verilebilir (Soibelman, 1948.152 ). Bunlardan başka fizikî engelli hastaların normal çalgıları kullanabilmesi için özel protezler dizayn edilmiştir. Örneğin sunî bir el, kol engellinin piyano çalmasını sağlayabilir.

İngiltere ve bazı ülkelerdeki engelli çocukların sağlıkları ile ilgilenen eğitimciler, bazı fizikî rahatsızlıklara karşı şarkı söylemenin tedavi edici bir araç olarak kullanılmasını önermektedirler. Gelişmemiş çocuklar üzerine bir makalesinde J.P.B. Dobbs pek çok çocuğun yakalanmış olduğu solunum ile ilgili bazı fiziksel yetersizliklerden söz etmektedir. Alvin, bu konuda şunları söylemektedir:

“Gelişmemiş çocukların solunumları genellikle sığ ve kontrolsüzdür....Onların genel sağlıkları şarkı söylemede gerekli olan derin soluma ve nefes kontrolü konusunda düzenli ve sistemli bir eğitimin sonucu olarak daha iyiye gidecektir” (Alvin, 1966. 18).

Çoğu fizyoterapist, tedavi edici egzersizlere eşlik eden müziğin en azından hastanın kendisini iyi hissetmesini sağladığında hemfikirdir. Çünkü müziğin ritmi beden hareketlerini uyarır; müzik icracı ve dinleyicinin üzerindeki yorgunluğu giderir . Fiziksel egzersizler boyunca çalınan müzik, sanat açısından önemli olmasa da tekrarlanıp duran anlamsız hareketlere anlam kazandırır.

Müzik kullanımı, tedavisi olmayan amâların da işitsel algı gücünü geliştirmesine yardımcı olur. Bunun da ötesinde müzik, ritmiyle onlara vücûd dinamikliği kazandırır.

Müziğin fiziksel bozukluklarda etkisi olduğu gibi zihin, beden ve duygular üzerinde de etkisinin olduğu görülmektedir.

## **5. 5. 2. Zihinsel Hastalıkların Tedavisinde Müzik Grup ve Eğlence Faaliyetleri**

Eğlence amacıyla uygulanan müzik, dinleyici ve müzisyenlerden oluşan farklı büyüklükteki grupları içeren faaliyetlerden oluşur. Tıbbî ve eğitimle ilgili organizasyonlarda en fazla onbeş kişilik grupla çalışılır. Grup çalışmalarında terapist, hastaların bireysel davranışlarındaki ilerlemeyi gözlemler.

Eğlence sakın bir ortamda zamanı zevkli geçirmektir. Öyle ki, eğlencede müziksel becerinin geliştirilmesi yönünde bir çaba veya geleceğe dair herhangi bir proje ve düşünce yoktur. Eğlence, derece derece tedavide önemli olabilecek safhaları gözlemlemeğe yardımcı olur.

Eğlence programlarında müziğin tedavi amaçlı kullanımı, bir anda canlanmış bir atmosfer yaratabilir; özellikle şarkı söylemek, çalmak ve dans etmek gibi müziksel bir faaliyet, eğlence programını canlı bir hale getirebilir.

Hastaların bazılarının sesinin kaydedildiği veya yükseltildiği mekanik cihazlar, onların üzerinde büyük bir psikolojik etki yaratır.

Yetişkin ve çocuklara uygulanan müzik nitelikli olmalıdır. Ses, belli gerilim ve öfke hallerinde hassas olan sinirler üzerinde etkilidir. Çalgılar da ahenkli ve hoş bir tonda ses vermeleri bakımından akordlu olmalıdırlar. Kaba ve gürültülü sesler çıkaran kasetler ve teypler, yine kaba ve gürültülü

tepkilere yol açarlar. Bunlar ancak böyle tepkiler alınmak istenildiği zaman kabul edilmektedir (Alvin, 1978. 123).

Müzik-terapide kullanılması bakımından iyi seçilmiş çeşitliliği olan uygulanması olanaklı, güncel yazılı ve ses kayıtlarından oluşan iyi bir müzik kütüphanesi müzik terapist için vazgeçilmezdir. Onun temel gereksinimleri için uygun bir müzik odası, iyi seçilmiş çalgılar ve mekanik gereçler söylenebilir.

En faydalı müzik seansları kısa ve çeşitli parçalardan oluşanlardır. Bu gibi parçalar, hastaların çoğunda görülen sıkıntı, yorgunluk ve bezginliği giderir ve monotonluğu önler. Dinleyicilerin çoğu sade, ahenkli, kaliteli ve eşlik edebilecekleri müzikleri tercih ederler. Ayrıca onların hatırlayabilecekleri genel bir ruh hali oluşturan duygulu parçalardan daha çok zevk aldıklarını söyleyebiliriz.

Müzik dinlemek bazı hastaların daha aktif bir katılım şekline dönüşmelerini sağlayabilir. Bu hastaların melodiye tempo tuttukları ve kendi sesleriyle iştirak ettikleri görülebilir. Bu eşlik çekingen hastalarda dahi -yüksek olmayan bir sesle de olsa- gözlemlenebilir.

Müzik terapi, ihtiyaç duyulursa yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da dereceli gelişmeyi gözlemlemek için basit araçlar sunar. Hastanın müzik grubuna çalgı ile katılımı gibi. Bunun için terapist hastanın müzikal yeteneğini ölçmeli ve ona uygun olan çalgıyı kullanması için yardımcı olmalıdır. Daha sonra hastanın, bir müzik grubuna katılımı sağlanır. Grup içinde bulunma samimi bir ortam yaratır. Böylece grubun her üyesinin kabul

edilebilir müziksel davranışlar sergilemesi gereklilik halini alır (Alvin, 1978. 124).

Bir müzik grubunda görev alan her üye, icra edeceği parçadan sorumludur. Hastanın gruba müzikal katkısı oldukça iyi olmalıdır. Çünkü, müzik grubu müzikal bir sonucu hedeflemektedir. Bunun için terapist her üyenin kendi müzikal ve sosyal yeteneklerine uygun olarak katılımını cesaretlendirmelidir. Bazı hastane ve özel okullarda hastalar davetli bir dinleyici topluluğuna konserler vermektedirler. Bu gibi durumlarda grup kendi kişiliğini daha iyi ortaya koymaktadır. Grup üyelerinin konser sonrası herkesin kendilerinden söz etmesinden büyük zevk aldıkları gözlemlenmiştir.

Grup üyeleri arasındaki salt müzikal ilişki, insanî ilişkilerini de etkiler. Söyleyen veya çalan birey bir müzik parçasından tek başına sorumlu olabilir veya onu diğerleri ile paylaşır. Tüm bu faktörler, müzik-terapistte yardımcı olur. Çünkü bunlar, grup içinde bulunan farklı kişilikteki bireyleri ve müzikal öğeleri bütünleştirici faktörlerdir.

Müzik-terapist grubunu değişik türde hastalar için çekici kılmaya çalışmalıdır. Pek çok hasta seanslara sadece müzik için katılmak isteyebilir, çünkü müzik onlarda zevk ve psikolojik rahatlama oluşturacaktır. Oluşacak tatmin hissinin keyfiyet ve derecesi seansın nasıl yürütüldüğüne bağlı olacaktır.

Tecrübeli bir terapist hastaların çoğunun müzik grubunda yer almaları için yardımcı olabilir. Grup içinde yetenekli olanlar solo çalışma yapmak isteyebilir veya önemli bir parçanın sorumluluğundan kaçabilirler.

İcra edilen müziği dinleyen bir grup hasta, gerçekten dikkatli kişiler olmaları şartıyla, müziği icra edenlere benzer reaksiyonlar gösterebilirler. Çünkü, üyelerin çoğu ortak bir tecrübe yaşamışlardır.

Normal bir grubun ruhsal beraberliği, çeşitli nedenlerden dolayı hemen değişim gösterebilir. Hasta grubunda bu durum, çoğunlukla aşırı bir reaksiyon tablosu sergiler. Bu tür etkilere aşırı duyarlılık gösteren bireylerden biri, grubun bu halini derhal hissedebilir. Grubu ile yüzyüze gelen bir müzik-terapist, önceden belirlediği melodi yerine, piyano ile grubun ruhsal yapısını yansıtan, irticalen oluşturduğu bir melodiyi icra ettiğinde, grubu ile daha sağlıklı bir iletişim kurabileceğini söyleyebiliriz.

Müzik terapistin icra ettiği veya bandtan verdiği müzikli seansların amacı, grubu oluşturan tüm üyeleri bütünleştirmektir. Böylece üyeleri birbirine yakınlaştırarak duygu ve gerçeklerden kollektif bir hafıza oluşturmaktır. Oluşturulan bu kollektif hafızalar ile ortak bir duygusal tecrübeye dayanan ilişkiler yaratarak, üyelerin genel dikkatini görsel ve işitsel algılara odaklamaktır.

Müzik, merak, hoşnutluk, tatmin, duyguları özgür bırakmak veya arzu etmek gibi toplu hisleri canlandırabilir. Melodiler arasında anlamlı bir sükut bile grup da güçlü ve birleştirici sözsüz bir araç olabilir. Grup içinde belli davranışlarda oluşabilir. Bunlar, duyguların birleşmesine kadar varabilir. Juliette Alvin, belli reaksiyonların grup dışında oluşmadığını şöyle bir olay ile belirtmektedir:

“Bir psikiyatrik bakımevine tümü gayet asabî, saldırgan, zeki fakat ihmalkâr olan genç erkek hastalara bir konser vermek için davet edilmiştik. Hastaları onbeş-yirmi kişiden oluşan üç değişik gruba ayırdık. Böylece onlara canlı viyolonsel konserinden oluşan bir program sunduk. Her grup da işi bozacak liderler bulunması tehlikesi büyüktü . Konsere ilgi konserin başlangıcından sonuna kadar oldukça yoğundu. Çünkü hastalar, bu türden bir konseri hiç beklemiyorlardı. Biz onlara saygı gösterdiğimiz ve müzik zevkini paylaştığımız herhangi zeki ve duyarlı bir dinleyici topluluğu gibi davrandık. İlk başta dinleyicilerin herbirinin yüzünde derin bir rahatsızlık vardı ve sanki hiç iyi ve mutluluk verici birşey olmamış gibi idi. Dinleyiciler gergin olmadan uyurabilen bir deneyim yaşayınca gevşediler. Program onların zekâ ve hayallerine hitap edecek tarzda idi ve onlara bazı bildiklerini ortaya koyma imkanı vermişti. Böylesine kuşkucu ve saldırganlığa hazır gençleri, çok zor olmasına rağmen, idare etmeyi başarmıştık. Her grup baştan sona ilgi, dikkat ve heves gösterdi” (Alvin, 1965.123).

Yukarıdaki olayda müzik-terapist psikiyatriste bir müzik grubunun dışında kolay elde edilemeyecek bilgileri sağlamış, sonuçta psikoterapi seansında hastalarda görülen ilerlemeyi takip etmesine yardımcı olmuştur. Bu gibi olaylarda iki terapistin çok yakın işbirliği yapması gerekli ve vazgeçilmezdir.

Bazı psikiyatristler grup üzerinde değişik türden müziklerin nasıl etki yaptığı konusunda çalışma yapmışlardır. Dr. Sydney Mitchell, klâsik ve popüler müziğin belki de daha az dinlenen, kendisinin “ciddi kalıcı müzik” dediği türün hastanın bastırılmış duygularını şuur düzeyine çıkarmış



olduğunu gözlemlemiştir. Onun bulgularına göre, kişisel çağrışımlar uyandırdığı ve gerilim meydana getirdiği için romantik müzik, grup bütünleşmesine yardımcı olmamakta fakat uyandırdığı güvenlik hissi nedeniyle klâsik müzik grubun kenetlenmesine yardım eder görünmektedir. Dr. Mitchell, geleneksel ve halk şarkıları için şunları söyler: “Derinlerde bulunan ve kozmik özellik taşıyan ilişkilerinden dolayı, insanları biraraya getirmenin ve grubu bütünleştirmenin en etkili yoludur” ( Mitchell, 1951. 8).

Gruplar üzerinde müzik uygulamasında tedavide önemi olabilecek bir sonucun elde edilmesi, müziğin hastaya nasıl sunulduğuna bağlıdır. Burada, müzik terapistin tecrübesine ihtiyaç duyulmaktadır. Terapist, hastanın problemlerini, saplantılarını ortaya koymaya ve grup içinde, grupta birlikte bunlarla yüzyüze gelmeye hazır olduğu bir duygu evresi yaratır. Böylece müzik ve onun bir çok yönleri, bastırılmış duyguların ortaya çıkmasına olanak verdiği için psikoterapist tarafından açıkça işlenip yorumlanmasına yardım edebilir.

### **5. 5. 3. Bireysel Müzik Terapi Uygulaması**

Müzik grubu, reaksiyonlarının gözlemlendiği ve değerlendirildiği bireylerden kuruludur. Grubun reaksiyonlarını bireysel cevaplar oluşturur. Bu nedenle bunlar ayrı ayrı gözlenip değerlendirilir. Bazen müzik-terapi uygulaması hasta için zararlı olabilmektedir.

Bazı psikiyatristler, müzik-terapinin müzikle ilgili bir geçmişi olan hastalara her zaman uygulanmamasında hemfikirdir. Çünkü müzik dinlemek

veya çalgı almak, hastanın yaşamında istemediği anları yeniden hatırlatabilir. Örneğin, şiddetli bir sıkıntı ve bunalıma giren iyi bir piyanistin kaslarında bir gerilim ve kasılma olabilir. Bu durum, onun piyano almasını güçleştirir ve hüsrana uğramasına neden olur. Böylece geçmişte piyano çalarak sağladığı duygusal boşalmayı, eskisi gibi sağlayamaz. Bu safhada onu bir müzik grubunun içine yerleştirmek doğru olmaz. Bireysel müzik terapi de onun için erken olacaktır. Çünkü, bu durumda psikiyatrik tedavi tamamlayıcı olarak uygulanması gerekir. Bu gibi durumlarda çalgı çalmanın, söylemenin veya müzik dinlemenin hasta için iyi olacağını her zaman söyleyemeyiz.

Müziğe karşı olumsuz veya olumlu reaksiyonlar psikiyatrik tedavi için yararlı olur. Genelde normal ve hasta insanlar müziğe aynı şekilde tepki verirler. Asıl önemli olan tepkiden tedavide önemi olan unsurların neler olabileceğini çıkarmaktır. Burada müzik bir iletişim aracı olarak işlev görebilir.

Çevresi ile iletişim kurmada zorlanan hastanın kendi sesi veya algısı onun kendisini ifade etmesine yardımcı olabilir. Dolayısıyla hastanın iyileşmesinde, müzik ile olan duygusal ilişkisinin büyük önemi vardır.

Müzik, hastanın içinde izole olduğu veya sığınak olarak gördüğu gerçekdışı dünya ile realite arasında bir köprü olabilir. Hastanın direnişinin kırılmasında müzik şuuruz tavırların açığa çıkarılmasına veya şuur altında gizlenmiş duyguların yüzeye çıkarılmasına yardım edebilir. Bu süreçte klâsik müziğin etkisinin aksine, izlenimci müziğin (Impressionizm: duyumların çeşitliliğini ve değişkenliğini yansıtmak amacını güden müzikteki sanat

anlayışı) hastanın duygularının boşalmasında daha bir etkileyici olduğu söylenebilir. Dr. Sydney Mitchell, hastalar üzerinde gözlemlemiş olduğu izlenimci müziğin etkisinden şöyle söz eder: “Duygusal ve akıcı karakterde bir müziğin olması, dinleyicinin müzikle birlikte duygulanmasını sağlar ve saklı kalmış düşüncelerin açığa çıkması için daha büyük fırsatlar verebilir” (Mitchell, 1951. 8 ).

Mitchell’in savunduğu gibi, izlenimci müziğin duygu yüklü melodileri, hasta bireyin fiziksel rahatlamasında etkili olabilir ve dinlenmesine yardımcı olur.

Bireysel müzik terapi seanslarında müzik-terapist, yapabileceğinin en iyisini yapmalıdır. Onun çalışması tedaviyi tamamlayıcı bir unsur olmak zorundadır. Ayrıca müzik terapist, hastalığın oluş nedenlerini ve seyrini bilmesi gerekir. Mair Brooking adlı bir İngiliz terapist, bilgelik ve tecrübe ile dolu bir çalışmasında düşüncelerini şöyle ifade eder:

“Bireysel tedavi için gönderilen hastalar hakkında, psikiyatristin başarmayı umduğu konular ile ilgili bilgilendirmelerde bulunması zorunludur . Müzik seansı boyunca ortaya çıkacak bilgilerin veya duygusal reaksiyonlarında onun tarafından değerlendirilmesi gerekir“ (Brooking, 1957. 4-9 ).

Müzik terapinin uygulandığı bazı hastalarda doğuştan gelen bir müzikal kişilik keşfedilebilir. Bu kişilik çok defa onların gerçek hayallerini yansıtır.

Nordoff ve Robbins, psikotik çocukların müziğe verdikleri birçok tepkiyi incelemişlerdir. Özellikle, hastaların zil ve davula ritmik vurma şekillerini analiz etmişlerdir. Bu analiz sonucu düzensiz, zorlayıcı ve sakınarak yapılan vuruşlar ortaya çıkmıştır (Alvin, 1966.143 ).

Bu tip gözlemler hastanın psikotik halinin safhasını teşhise yardımcı olabilir. Bununla beraber terapistin, psikolojik tedavi akışı içinde ortaya çıkacak gelişmeleri takip etmesini olanaklı kılar.

Müzik-terapi sadece tedavinin her adımının iyi takip edilmesi durumunda anlaşılabilir uzun zaman isteyen bir süreçtir. Aşağıda, bireysel müzik-terapi uygulamasında gelişmenin safhalarla gerçekleştiği iki örnek seçtik.

Örnek 1- Bu olayda hasta ile iletişim kurulamaması, psikolojik tedaviyi oldukça güçleştiriyordu. Bunun için müzik-terapist devreye sokulmuştu. Müzik başta sözsüz bir iletişim aracı gibi kullanılmıştı. Terapistin kendisi tarafından icra edilmiyordu, bandtan veriliyordu. Bu müzik seansının hemen bitiminde başlanılacak olan psikolojik tedaviye bir hazırlık olması için düşünülmüştü.

Ağır depresyon (ruhî çöküntü ) veya aşırı korku endişe yüzünden psiko-terapiye cevap vermekte güçlük çeken bazı hastalara hemen psikoterapi seansından önce gelen yarım saatlik bir müzik seansı veriliyordu. Bir hastada depresif reaksiyonların olduğu teşhisi konmuştu. Hastanın intihar etme tehlikesi vardı ve başka şahıslarla iletişim kuramıyordu. Onun sosyal ilişkiler kurmasındaki güçlük, kendisinin herhangi birine sunacak önemli bir

şeyi olmadığına inanmasından kaynaklanıyordu. Psikoterapi süresince kendiliğinden iletişim kurmaya yeterli olmadığı için hasta yoğun korku ve endişe halinden dolayı psikolog tarafından gönderilmişti. Hastanın ilk üç müzik-terapi seansı boyunca klâsik bandlar çalındı. Terapist hasta ile karşılıklı sözlü iletişim kurmak için bir girişimde bulunmadı. Uygun zamanlarda müziğin güzelliği ve terapist üzerindeki rahatlatıcı etkisine dair bazı yorumlar terapist tarafından söylendi. Dördüncü seansta hastanın seçtiği bandlar çalındı. Müziğin dinleyici üzerindeki rahatlatıcı ve etki kabiliyeti kişisel olmayan başka alanlarla ilgili sohbet konuları yardımıyla geliştirilip desteklendi. Takip eden seansta hasta piyano arzusunu dile getirdi. Dersler başladı, psikolog tarafından olumlu sonuçlar rapor edildi (Conrad,1962.7-12).

Örnek 2- Bir başka olayda bir İngiliz zihin hastalıkları hastanesinde görevli bir müzik terapist ile iki psikiyatristten oluşan bir ekip tarafından rapor edilmiştir.

Bayan X, nevrotik korku depresyonu geçiren bir hastadır. Çocukluğu dönemindeki rahatsız edici anılar ve evlilik yaşamındaki güçlükler, şiddetli geçimsizliklere yol açmış ve hiçbir zaman çocuk sahibi olamayacağını öğrenmesi onu yıkıma uğratmış .

Bu olayda müzik- terapi önemli derecede etkili olmuştur. Psiko-terapi seansları müziğin uyandırdığı duygu ve anılar konusunda merkezlenmiş ve hastanın direnci çabuk kırılmıştır. Sürekli gelişme göstermiş olan hasta, kendisi müzik yaparak derin bir tatmin duygusu bulmuştur.

**Psikoterapist şu neticeye varmıştı:**

“Hemen psikoterapi seanslarından önce yapılan mzık-terapi seansları, ruhsal açıdan önemi olan bastırılmış şuursuz materyalin ortaya çıkmasını kolaylaştırdı. Bu durum işe yaradı ve özellikle hastanın sezgi ve anlayışını da arttırdı.”

Görüşmelerin psikoterapi’den hemen önce yapılmadığı zamanlarda, psikoterapist’e gönderilen raporlar önemliydi. Ancak mzık-terapi seanslarının önemi, psikoterapi seanslarından önceki boşluk nedeniyle azalıyordu.

Özellikle müzikle birlikte psikoterapi gören hastalar, tedaviye daha çabuk cevap veriyorlardı. Ayrıca bunlar için, psikoterapi gören hastalara göre daha kısa süren bir tedavi süresi yeterli oluyordu (Blair-Werner-Brooking,1961.54 ).

İnsanlar üzerinde müziğin güçlü bir etkisi vardır. Hapsedilmiş duygularını serbest bırakma ihtiyacındaki birçok hastada güçlü duyguların müzik yoluyla giderilmesi veya yatıştırılması çabasına rastlanır. Örneğin, sinirli ve üzüntülü bir hastanın zaman zaman piyanonun başına geçip ellerini bir baştan bir başa tuşların üzerinde gezdirip sert ve şiddetli bir şekilde almayı alışkanlık haline getirmesi gibi. Ancak bu şekilde hasta, müziğin destek ve etkisi altında duygularını müzik yoluyla gidermekte ve yatıştırmaktadır.

Şayet hasta, uzun ve bastırılmış bir hikayeyi sergilemek ihtiyacında ise, sözsüz ve sürekli müzik sesi hastaya yardımcı olabilir. Burada terapist, fon için uygun olan tonda ve hızda müziği anında verebilmelidir. Çünkü hastanın hareketleri, konuşmaları müzikle takip edilebilirse bu başarılabilir ve hasta o zaman olaylar dizisinin bütününe sergileyebilir.

Zihinsel hastalar, normal zekâ düzeyinde olmadıklarından, uygulanacak müzik seçimi dikkatlice ve durumlarına göre uyarlanılmalıdır. Bu hastalara, basit melodili ve ritimli müzikler dinletilmelidir. Bu tür müziklerle, hastanın gelişmesindeki dereceli safhalar gözlenebilmektedir.

Müzik tarafından yaratılan bir ruh halinin kalıcı olmaması gerçeği, onun faydalı oluşundan birşey eksiltiyor diye düşünülmemelidir. Tıpta bazı ilaçlar tedaviye yararlı ama sadece geçici etkileri olmasına rağmen önemlidirler; müzikte öyledir. Çünkü o, tıbbî tedavinin uygulanabilmesi için gerekli ortamı oluşturmaktadır. Yani hastanın daha iyi bir ruhsal duruma girmesini, gerginse gevşemesini, hissizse dürtülenmesini oluşturabilmektedir. Böylece hasta tıbbî tedaviye daha iyi cevap vermektedir.

Bir başka teknik kullanımı ile, zihinsel hastanın şuur dışı ile realite arasında sözsüz bir köprü kurması sağlanabilir. Bu da, sanatın bir başka kolu olan resim ve müzik-terapi'yi bir araya getirilmesiyle olanaklı olabilir.

Bonneval hastanesinde, hastaların bazı resim çalışmalarında fon müziği kullanımı, onların belirli ruh hallerini güçlendirmişti. Sert ve ilkel tarzda çalınmış fon müziği dinletilmesiyle yapılan resimler, genelde açılı

Çizgiler, uçuŐ ve kavga manzaraları içeriyordu. Resimleri boyama anında alan fon müziği, izlenimci müziğin renkli ve hisli mod'unu yansıtıyordu (Alvin, 1966.154 ).

Bu deneyler bir hastalığın teŐhisine veya gerçek ruh halinin tespitine yardımcı olabilirler. Belirli faktörler üzerinde elde yeterli bilgi olmak Şartıyla, bunları sonuna kadar takip etmeye değer görünmektedir.



## SONUÇ

Müzik, insan yaşamının her döneminde insanla bütünleşmiş, eğitim, bilim ve kültür çalışmaları içinde yer almıştır. İnsanlar müziği, yaşama renk ve çeşni katan, gönülleri eğlendiren bir araç olarak görmüş, müziğin rahatlatıcı bir gücünün olduğuna inanmışlardır. Bu nedenle müziğin insanın ruh sağlığında tartışılmaz bir işlevi vardır.

Müzik, değişik biçimlerde tanımlanmıştır. Sanat olarak ele alındığı tanımlar arasında ortak görüşler vardır. Bu ortak görüşleri kapsayan yaklaşımla tanımlandığında kısaca, “duygu , düşünce ve tasarımları, uyumlu seslerle estetik yapıda anlatan bir bütündür” denilebilir.

Bu sanatsal yapıyı oluşturan öğeler ritim, melodi ve armonidir. Bu malzeme ile besteci müziksel ifadeleri anlatmaktadır. Ayrıca bunlar, müziğin insan ruhunda yaratmış olduğu etkinin güçlenmesinde katkıda bulunurlar.

Bireyin içinde bulunduğu ortamda, etkileşimde bulunabileceği çeşitli müzik seçeneği vardır. Bu seçeneklerden her biri kendine özgü bir “müziksel uyarıcı”dır. Bireyin “müziksel uyarıcılar” a duyarlı duruma gelmesiyle “müziksel algılama” oluşmaktadır.

İnsanlara özgü, insanın doğasında bulunan bir ifade biçimi olan müziğin güçlü bir etkisi olduğu da bilinmektedir. Bozulmuş olan ruhsal

dengeyi yeniden onarabilen, sonuçta bireyin çevresine olumlu biçimde yaklaşımını gerçekleştiren müzik, davranış bozukluğu gösteren hastalara yeni ve daha olumlu bir davranış biçimi kazandırmada etkili olabilir.

Müzik, insan duygusunun gelişmesinde de önemli bir etkidir. Özenle seçilmiş kaliteli bir müzik, duygusal davranışları etkileyebilir. Müziğin bu güçlü etkisi, doğrudan doğruya insanın duyum ve bilinçle ilgili davranışlarının merkezi olan beyini etkilemesindedir. Çünkü insan beyni, çevreyle ilişkiyi sağlayan tek organdır. Bir organizmanın duygusal gelişimi ne kadar fazla ise, o organizmanın dış dünyası da o kadar zengin olmaktadır. Bu anlamda müziğin, duygusal yaşamı zenginleştirme yönünde en önemli işlevi üstlenmiş olduğu söylenebilir.

Tarihsel olarak incelendiğinde dinsel, askeri ve eğlence amaçlı olarak kullanılan müziğin tedavide de kullanılmış olduğu görülür.

Yüzyıllar boyunca hastalıkların iyi edilebilmesi için çeşitli tedavi yollarını denemiş olan insanoğlu, bilgilerinin ve inançlarının ışığında müziği de tedavide kullanmıştır. Bu tedavinin uygulanışı toplumların töre ve inançlarına göre büyü, din ve rasyonel düşünce sistemine bağlı kalmıştır. Müziğin büyüsel gücü ile hastası arasında iletişim kurmaya çalışan terapist yüzyıllar içinde büyücü, rahip, hekim veya bir müzik uzmanı olarak değerlendirilmiştir. Kendi anlayış biçimlerine göre uygulamış oldukları yöntem ve inançlar, özellikle müzikteki hüner ve bilgileri bu konuda önemli bir rolü üstlenmiştir.

Evrenin esrarlı olduğuna, ruhlar veya doğaüstü güçler tarafından yönetildiğine inanan ilkel insan, hastalığın nedenini bedene giren kötü bir ruhun eseri olarak yorumlamıştır. Hekimin görevini üstlenmiş olan büyücü, şifalı bitkiler, danslar ve tütsüyle karışık ayinlerle hastanın bedenine girdiğine inandığı kötü ruhu uzaklaştırmaya çalışmıştır. Müzik, büyücü tarafından kötü ruhla iletişim kurmak ve onu kontrol altına alabilmek için kullanılmıştır. İkel insan müziğin tedavide önemli etkisinin olduğuna inanmıştır.

Hastalık nedeninin kötü bir ruhun eseri olduğu düşüncesi antik dönemde çok farklı bir şekilde yorumlanmıştır. İnsan, hastalığın kızgın bir ilâh tarafından işlenen bir günahın bedeli, ya da şuurlu veya şuursuz olarak bir kuralın çiğnenmesi nedeniyle gönderildiğini düşünmüştür. Bu nedenle, tanrıların gönlü edilmeden hastalığın tedavisinin mümkün olamayacağı inancı geçerliliğini korumuştur. Müzik tanrılara hitap etmek ve onların öfkelerini dindirmek amacıyla kullanılmıştır. Antik tedavi ayinlerine eşlik eden ve tanrıya gönderilen müzik, hastayı dolaylı olarak gevşemiş ve umutlu bir ruh durumuna koymuş olmalıdır.

— Eski Yunanlılar sağlık problemlerine yaklaşımlarında, genelde insanı etkilemesi nedeniyle müziğin önemi üzerinde durmuşlardır. Bu nedenle, Platon (M.Ö.400), Aristoteles (M.Ö.384-322) ve Phthagoras (M.Ö.585-500) gibi bilginler, müziğin ruh ve beden üzerindeki etkilerini araştırmış ve bu konudaki düşünce ve görüşlerini eserlerinde belirtmişlerdir. Yunanlı hekimler müziğin tıp ile ilişkili olduğunu ve bilimsel anlamda araştırılması gerektiğine inanmışlardır. Bu inanç Roma döneminde de devam etmiştir.

Paganizmin sağlıkla ilgili ilâhlarının yerini Hıristiyanlıkta kendilerinden yardım istenen azizler üstlenmiş, müziğın insan ruhu üzerindeki etkilerini ve hastalıklarda nasıl rol oynadığını çok iyi farkedenden azizler, hastalıklara ve acılara karşı mücadelede daima müziğın bu esrarlı gücünü yardıma çağırılmışlardır.

Yunan tıbbî metinlerinin çoğunun yüzyıllarca Avrupa manastırlarında saklı kalmış olması, Yunan ve Roma dünyasının tıp çalışmalarının unutulmasına ve uygulamadan kalkmasına neden olmuştur.

Rönesans, insanlık tarihinin en dinamik ve yaratıcı dönemlerinden biridir. Müzik ve tıp bu dönemde kendi alanlarında büyük ilerlemeler kaydetmiştir. Özellikle Andre Vèsale (1514-1564) tarafından anatominin (canlı organizmaların yapısını inceleyen bilim dalı) keşfedilmesi tıp dünyasında müziğın kullanımı dahil bütün tedavi yöntemlerini etkilemiştir.

Rönesans'dan sonra pek çok hekim, müziğın saplantılardan veya dağınık düşüncelerden kişiyi kurtardığını ve rahatlattığını kabul etmiş, müziğın zihin gibi bedenide etkiliyebileceğinden söz etmişlerdir. Olaya daha bilimsel yaklaşan bazı araştırmacılar da insan nabzı ve müzikal ritim arasında ilginç ilişkiler keşfetmişlerdir. Dr.Hector Chomet 1846'da "müziğın sağlık ve yaşam üzerindeki etkisi" konulu incelemesinde, bu konuda yeterli bilgisi olan bir doktorun hastaya müzik seansı uygulayabileceğini belirtmiştir.

Türkler'de müzikle tedavi ilk olarak Orta Asya'da "baksı" adı verilen Şaman müzisyenler tarafından kullanılmıştır. Müzikle tedavi uygulamaları,

Osmanlı İmparatorluğu döneminde de görülmektedir. Türkler'in Şamanizm dönemlerinden günümüze gelinceye kadar belirli aralıklarla, ruh hastalıklarının müzikle tedavisi için çeşitli araştırmalar ve uygulamalar yaptıkları söylenebilir. Türk bilginleri, bütün dünya tıbbına, bu konuda örnek olabilecek nitelikte değerli eserler meydana getirmişlerdir. Bunlar arasında Fârâbi'nin (870-950), "Al-Madhal fi'l Mûsikî"i, İslâm bilgin ve filozoflarından İbn-i Sînâ'nın (980-1037), "Al-Kanun fi't-tıbb" ve büyük Türk bilginini Şuûrî'nin "Ta'dilü'l Emzice" adlı eserleri sayılabilir. Ayrıca, müzikle tedavi konusunda çalışmalar yapmış olan Ebû Bekir Râzi (834-932) ve XIX. yüzyıl başlarında yaşamış olan Hekimbaşı Gevrekzade Hafız Hasan Bin Ahmed de burada anılabilir.

Selçuklular ve Osmanlılar'da müzikle tedavi yöntemi darüşşifalarda uygulanmıştır. Bunların en ünlüleri arasında Bursa'da Bayezid Darüşşifası, İstanbul'da Fatih Darüşşifası ve Edirne'deki II.Bayezid Darüşşifası sayılabilir.

Müziğin insan ruhundaki etkileri, çeşitli amaçlar için bir bütün halinde veya estetik bir deneyim olarak kullanılmasıyla kendini göstermiştir. Yüzyıllar içinde filozoflar, hekimler ve müzisyenler, müziğin tepkisini oluşturan unsurları açıklamaya çalışmışlardır. Burada iki teori söz konusu olmuştur. Bunlardan biri, müziğin duygulara yapmış olduğu etki, ikincisi ise müziğin fizyolojik etkileri nedeniyle beraberinde oluşturduğu psikolojik etkidir.

Müzik tüm sanat dalları içinde en fazla sosyal olanıdır ve çağlar boyunca ortak bir deneyimi oluşturmuştur. Sosyal fonksiyonu kişiyi bir

katılımcı olarak veya bir gözlemci olarak etkilemiştir. Özellikle belirli müzikler grup içinde uyumlu ve düzenli davranışı oluşturmaktadır. Müziğin grup psikoterapisi için ideal bir araç olduğu konusunda fikir birliği mevcuttur.

Müzik karşısında verilen bazı fiziksel tepkilerin reflekslerden oluştuğu bilinmektedir. Müziğin ritmi kas faaliyetlerini uyarmaktadır. Belirli ilkel danslar örneğin, Afrika savaş dansları gibi fiziksel enerjiyi arttırmakta ve geliştirmektedir.

Şarkı söylemenin daima solunum sistemine ve sindirim fonksiyonlarına yararlı olduğu, insanın tüm sağlığını etkilediği bilinmektedir. Müziğin güçlü etkisi psikolojik rahatsızlıkların belirlenmesinde ve bunların çözümünde yol gösteren bir iletişim aracı olmuştur.

Psikiyatride müzik kullanımı kendi başına bir tedavi aracı değildir. Ancak müziğin tedavideki önemi onun tıbbî tedavilere sunabildiği eşsiz yardımda yatmaktadır. Bu nedenle müzik-terapi sosyal ilişkilerin geliştirilmesi, kendine güvenin yeniden kazandırılması, fizik egzersizleri, motor kontrol ve konsantrasyonun artırılması için programın bir ögesi olmuştur. Müziğin tüm bireylere ve özellikle ruh hastalarına rahatlık verici bir etkisi olduğu kabul edilmiştir.

Müzik-terapi uygulamalarında birçok veri ve bilgi, deneysel gözlemlerle elde edilmiştir. Bu gözlemlerden yola çıkarak müzik-terapi uygulama yöntemleri oluşmuştur. Yöntemler şunlardır: konser dinletilerek ve konser verdirilerek uygulanan tedavi, elementer müzik yaratılması

sağlanarak uygulanan tedavi ve dansla uygulanan tedavi şeklidir. Bütün bu yöntemler, değişik psikiyatrik bozukluklarda başarı ile uygulanmaktadır.

Müzik-terapi, hastalara grup halinde uygulandığı gibi, bireysel olarak da uygulanır. Her iki uygulama şeklinde, hastaların rehabilitasyonlarında, bozulmuş olan ruhsal dengeleri müzikle yeniden düzenlenebilmektedir.

Başka terapilerde olduğu gibi, müzik-terapinin başarılı olması ve öneminin anlaşılması için uzman ellerde uygulanması gerekmektedir. Bunun için müzik-terapistin tecrübeli bir müzisyen ve iyi bir eğitimi olmalıdır.

Terapistin ihtiyaç duyacağı müziksel repertuar, gerçekte hangi şartlar altında çalıştığına bağlıdır. Bu nedenle terapistin, hastayı çok iyi tanması ve ruhsal yapısını iyi bilmesi gerekmektedir. Çünkü müzik bir anlamda psikolojik durumuna ihtiyaç veren bir gereksinim olmaktadır. Özellikle hastaların hoşuna gideceği ve etkilenebilecekleri müzikler dinletilmelidir.

Günümüzde ve çağlar içinde müzik-terapinin görünümü incelendiğinde kavram ve pratikte üç farklı eğilim görülmektedir. Bunlar; klinik yaklaşım, eğlence yönüne ağırlık veren yaklaşım ve eğitimci yaklaşımdır. Bu yaklaşımlardan her birisi hastanın sosyal çevresine geri dönmesini sağlayacak fiziksel, sosyal veya zihinsel rehabilitasyonu sağlamakla ilgilenir.

Müzik insanın bedenini etkilediği için fiziki hastalıkların tedavisinde de önemli olabilir. Pek çok ülkede fiziksel engelliler için müziksel faaliyetlerin önemi kabul edilmiştir. Müzik fizyolojik bir tedaviye yardımcı

olmaktan çok sosyal ve eğitimle ilgili bir geliştirme aracı olarak benimsenmiştir.

Müziğin fiziksel bozukluklarda etkisi olduğu gibi zihin, beden ve duygular üzerine de etkisinin olduğu görülmektedir.

Zihinsel hastalıkların tedavisinde eğlence amacıyla uygulanan müzik, grubu oluşturan tüm hastaları bütünleştirmektedir. Özellikle geleneksel halk şarkılarının grubu bütünleştirdiği söylenebilir. Müzik grubu, reaksiyonların gözlemlendiği ve değerlendirildiği bireylerden kurulur. Grubun reaksiyonlarını bireysel tepkiler oluşturur. Hastanın müziğe gösterdiği tepkiden, tedavi edici önemi olan unsurların neler olabileceği çıkarılabilir.

Müzik, hastanın içinde izole olduğu veya sığınak olarak gördüğü gerçekdışı dünya ile realite arasında bir köprü olabilir. Hastanın direnişinin kırılmasında müzik şuursuz tavırların açığa çıkarılmasına veya şuur altında gizlenmiş duyguların yüzeye çıkarılmasına yardım edebilir. Bu süreçte, izlenimci müziğin hastanın duygularının boşalmasında daha etkileyici olduğu söylenebilir.

Müzikle tedavi hastanın ruh sağlığına tekrar kavuşabilmesini gerçekleştirebilmektedir. Hastanın iyileşmesi, kendi fiziksel, zihinsel ve duygusal öz kaynaklarından ne kadar yararlandığına bağlıdır. Müzik çağlar boyunca çeşitli hastalıkların tedavisinde kullanılmıştır.

Araştırmamızın özetinden de anlaşılacağı üzere, eski dönemlerden günümüze gelinceye kadar, müzikle iletişim, ağırlıklı olarak tedavide kendini



göstermiştir. Bu bilgiler ışığında varılacak yargı ve öneriler şöyle sıralanabilir: Psikolojik sorunları sadece ilâçla tedavi etmenin mümkün olmadığı bilinmektedir. Bu gerçekten hareket edilerek müzik-terapi önemsenmelidir. Bu tür bir destek tedavisi, hastanın sağlığına yeniden kavuşmasına yardımcı olmaktadır.

Müzik, psikolojik rahatsızlıkların giderilmesi için bir tedavi niteliği taşıyorsa da, kısa sürede olumlu bir sonucun alınacağını söylemek güçtür. Şüphesiz, müzik-terapi, sonuç almak için uzun zaman gerektiren bir tedavi yöntemidir. Çünkü, psikolojik bozuklukların müzik-terapi ile giderilmesinde tedavi öncesinde ve sonrasında uzun süreli bir çalışmayı gerektirmektedir.

İnsanların müzik zevki bakımından pek çok ortak noktaları olmasına rağmen, psikolojik yapı farklılıkları, müzik gereksinimlerini ve zevklerini farklı kılmaktadır. Bu farklılıkları dikkate alan müzik-terapistlerin, psikolojik rahatsızlığı olan hastanın durumuna uygun bir müzik türünü seçmeleri gerekmektedir.

Müzik-terapi, psikolojik rahatsızlıkların giderilmesinde bir destek tedavi niteliği taşısa da, ülkemizde henüz bu tür tedavi uygulamasının yaygınlık kazandığını söylemek güçtür.

Müzik dinlemenin, eğitim ve iletişim bağlamında etkili ve sürekli bir işlevi vardır. Bugün yapılması gereken müzik eğitiminin teknik ve kuramsal olmasının yanı sıra, iletişime olanak sağlayacak biçimde de sürdürülmesi sağlanmalıdır.

Günümüzde dinletilen bazı müzikler, tahrik edici ritimler üzerinde kurulmuş olup, melodik yapıdan mahrum, neş'e ve dinamizm hudutlarını aşıp, kişiyi çılgınlıklara ve saldırganlığa itmektedir. Bu nedenle, yaratılan müzik eserleri, san'atı ve estetiği asla ihmal etmeden güzellik ögesi üzerine kurulmalıdır.

Müzik tedavi amacı dışında, koruyucu olarak da insanlara büyük faydalar sağlayabilir. Özellikle, kent yaşamında stresden bunalmış kişiler için seçilecek olan uygun müzik türleri, muhtemel bazı psikiyatrik rahatsızlıkların ortaya çıkmasını engelleyebilir.

Modern çağda fizikî hastalıkların tedavisindeki uygulamalara ilişkin çok az araştırma yapıldığı görülür. Bu nedenle, müzik-terapinin fiziksel alandaki çağdaş uygulamaları ile ilgili araştırmaların yapılması önerilebilir.

Müzik-terapiyi uygulayacak olan müzik-terapistlerin, müziği çok iyi bilmeleri ve müziğin insan psikolojisi üzerinde yaptığı etkiyi çok iyi inceleyip araştırmaları gerekmektedir.

Türkiye'de müzik-terapiye iyi bir gelecek sağlanması için, gereken kuramsal ve uygulamalı eğitimin başlatılması ve bu konuda araştırma yapacak kişilerin yetiştirilmesi gerekmektedir.

## YARARLANILAN KAYNAKLAR

ADASAL, Rasim. "Psikozlar", **Ruh Hastaları**, C. II, A. Ü. Tıp Fakültesi Yayınları, Ankara, 1955.

ADIVAR, Adnan Abdullah. **Osmanlı Türklerinde İlim**, Remzi, Kitabevi, İstanbul, 1943.

AK, Ahmet Şahin. **Müzikle Tedavi**, Eğitim Basım ve Yayıncılık, Konya, 1997.

ALVİN, Julliet. "L'influence de la Musique su l'enfant Inadapté", **Enfance**, October, Paris, 1956.

ALVİN, Julliet. **Music for the Handicapped Child**, Oxford University Press, London, 1965.

ALVİN, Julliet. **Music Therapy**, Oxford University Press, London, 1966.

ALVİN, Julliet. **Music Therapy for The Austictic Child**, Oxford University Press, London, 1978.

ARIKAN, Çiğdem-Dilek. **Ruh Hastalarının Tedavisinde Psikososyal Bir Boyut**, Şafak Matbaacılık, Ankara, 1966.

BARROUGH, Philip. **Three Hundred Years of Psychiatry**, Ed.: R. Hunter, Oxford University Press, London, 1963.

BAYMUR, Feriha. **Genel Psikoloji**, İnkılâp Kitabevi, İstanbul, 1985.

BENENZON, Rolando. **Teoria De La Musicoterapia**, Mandala Ediciones S. A., Madrid, 1991.

BLAIR, Donald-BROOKING, Mair. "The Value of Individual Music Therapy as an Aid to Individual Psychotherapy" **International Journal of Social Psychiatry**, C. XVII, No: I, London, 1961, s. 54-64.

BROCKLESBY, Richard. **Reflections on Ancient and Modern Musick with Application to the Cure of Diseases**, Cooper, London, 1749.

BROOKING, Mair. "Music in the Treatment of Mental Illness", **Mental Health**, C. XVII, No: I, Autumn, London, 1957, s. 4-9.

CEBECİ, Mustafa. **Asklepieion Kutsal Alan**, Bergama Turizm Müdürü Olan Mustafa Cebeci'nin Bu Araştırması Basılmamıştır.

CHOMET, D. Hector. **The Influence of Music on Health and Life**, New York, 1875.

COMBARIEU, Jules. **Historie De La Musique**, C. I, Boulevard, Saint-Michael, Paris, 1920.

COMBARIEU, Jules. **La Musique et La Magie**, A. Picard & Fils, Paris, 1909.

COPLAND, Joy. **Bulletin of the National Therapy**, C. XI, No: 3, September, New York, 1962.

ÇOBANOĞLU, E. **Ruh Hastalarının Güzel Sanatlarla Tedavisi**, C. XIII, Ank. Ü. Tıp Fakültesi Yayınları, Ankara, 1992.

DAUBRESSE, M. **Musico-Therapie**, Çev.: Abdullah Cevdet, No:18, Matbaa-i İçtihat, Mısır, 1908.

EVLIYA, Çelebi. **Seyahatname**, Çev.: Ahmet Cevdet, C. I-III, Semih Lütfi Kitabevi, İstanbul, 1944.

EVLIYA, Çelebi. **Seyahatname**, Der.: Mehmet Aksoy, İskit Yayınları, İstanbul, 1962.

EYUBOĞLU, İsmet Zeki. **Tasavvuf Tarikatlar Mezhepler Tarihi**, Der Yayınları, İstanbul, 1993.

FLACELIÈRE, R. **La Vie quotidienne en Grèce du temps de Pericles**, Hachette, Paris, 1961.

GÖKAY, Fahrettin Kerim. **Ruh Hastaları**, 5. Basım, Başarı Matbaası, İstanbul, 1939.

GREBENE, Bekir. "Psikiyatri ve Tıbbın Diğer Alanlarında Müzikle Tedavi", **Tıp Dünyası**, C. XLVI, Ankara, 1978.

GREBENE, Bekir. **Müzikle Tedavi**, Güven Yayınları, Ankara, 1978.

GÜVENÇ, Rahmi Oruç. **Türk Musikisi Tarihi ve Türk Tedavi Musikisi**, Metinler Matbaası, İstanbul, 1991.

GÜVENÇ, Rahmi Oruç. "Sağlık ve Türk Musikisi", **Motif**, Yıl: 2, Sayı: 6 Temmuz-Eylül, İstanbul, 1996, s. 28.

HAŞİM BEY. **Mecmûa**, Kayolzade Mehmed Hariri Matbaası, İstanbul, 1864.

HOLFMANN, V. Skizzenbuch, **Zur Kulturder Gegenwarth**, Münih, 1960.

İRİDAĞ, Osman, "Kalp Yarasına Sûfi Merhemi", **Aksiyon**, İstanbul, 5 Eylül 1995, s. 36-37.

KALENDER, Ruhi. "Türkler'de Musiki ile Tedavi", **Ank. Üniv. İlâhiyat Fak. Dergisi**, C. XXIX, Ank. Üniv. Basımevi, Ankara, 1987, s. 60-71.

**Kitab-ı Mukaddes-Eski ve Yeni Ahit**. Fotostat ve Poligraf Ofset, İstanbul, 1958.

KLEIN, Melanie. **Contributions to Psycho - Analysis**, Hogarth Press, London, 1950.

KOZAK, A. Yolando. "Music Therapy for Orthopedic Patients in a Rehabilitative Setting", **Music and Therapy**, Ed.: E. T. Gaston, Macmillan Company, New York, 1968, s. 166-168.

LANGER, K. Suzanne. **Philosophy in a New Key**, Harvard University Press, Cambridge, 1951.

LUNDİN, R. W. **An Objective Psychology of Music**, Roland Press Company, New York, 1959.

MANCİNİ, G. **Quoted in Grove's Dictionary of Music and Musicians**, C. II, Macmillan, New York, 1954.

MELLERS, Wilfrid. **Music and Society**, Dennis Dobson, London, 1950.

MITCHELL, Sydney. "Music and Psychological Medicine", **Proceedings of the Royal Medical Association**, Session LXXVII, London, 1951.

"Müzikle 5 Buçuk Saatlik Kanser Ameliyatı Yapıldı", **Hürriyet Gazetesi**, 29 Haziran 1964, s.1.

MYERS, S. Charles. "Individual Differences in Listening to Music", **The Effects of Music**, Ed.: Max Schoen, Kagan Paul, London, 1927.

SACHS, Curt. **Kısa Dünya Tarihi**, Çev.: İlhan Usmanbaş, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 1980.

SAMUK, Fevzi. **Türkiye'de Akıl Hastahanelerinin Dünü ve Bugünü**, İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniği Vakıf Yayınları, İstanbul, 1980.

SAYILI, Aydın. **İbn-i Sînâ Doğumunun Birinci Yılı Armağanı**, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara, 1984.

SAYILI, Aydın. **Mısırlılarda ve Mezopotamyalılarda Matematik, Astronomi ve Tıp**, T.T.K. Basımevi, Ankara, 1991.

SCHNEİDER, Marius. "Primitive Music", **New Oxford History of Music**, Ed.: Egon Wellesz. C. I, Oxford University Press, London, 1957.

SİGERİST, E. Henry. **Civilization and Disease**, The University of Chicago Press, Chicago, 1962.

SİNGER, Charles. **A Short History of Medicine**, Oxford University Press, London, 1928.

SİNGER. D.W. **Ambroise Paré**, John Bale Sons & Danielsson Ltd., London, 1924.

SOİBELMAN, Doris. **Therapeutic and Industrial Uses of Music**, Columbia University Press, New York, 1948.

SONGAR, Ayhan. "Ruh Tababeti ve Türkler", **Kök Dergisi**, C. II, Sayı: 20-21-22, İstanbul, 1982, s. 6-7.



STAFFORD, Clark. **Psychiatry Today**, Penguin Books, Harmondsworth, 1971.

ŞEŞEN, Ramazan. **Selahaddin Döneminde Eyyûbiler Devleti**, İ.Ü. Edebiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul, 1983.

TERZİOĞLU, Arslan. **Selçuklu Hastaneleri ve Avrupa Kültürüne Tesirleri**, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara, 1972.

TOOMBS, M. Rosen. **Dans Therapy Music in Therapy**, Ed.: E. T. Gaston, Macmillian Company, New York, 1968.

TUĞLACI, Pars. **Osmanlı Şehirleri**, Milliyet Basımevi, İstanbul, 1985.

UZDİLEK, Salih Murad. **İlim ve Musiki**, No: 267, Kültür Bakanlığı Yayınları, İstanbul, 1977.

ÜNVER, Süheyl. "Büyük Selçuklu İmparatorluğu Zamanında Vakıf Hastanelerinin Bir Kısımına Dair", **Vakıflar Dergisi**, C. I, Ankara, 1938.

ÜNVER, Süheyl. **Edirnenin Tıp Tarihimiz Noktasından Ehemmiyeti**, İ.Ü. Yayınları, İstanbul, 1958.

ÜRGÜP, F. **Şizofreni (Monografi)**, Baha Matbaası, İstanbul, 1964.

WELLDON, J.C. **The Politics of Aristotle**, Book V, Macmillan, New York, 1888.

WILLIAM, W. Seare. **Processes In Music Therapy**, Ed.: E. T. Gaston, Macmillan Company, New York, 1968.

WINOLD, Allen. "The Effects of Changes in Harmonic Tansion on The Galvanic Skin Responce", **Music Therapy** (N. A. M. T.), Allen Prees, Lawrence, Kansas, 1958.

YİĞİTBAŞ, M. Sadık. **Müzik ile Tedavi**, Yelken Matbaası, İstanbul, 1972.