



# Ses, Beden ve Ruh Üzerine Müziksel Düşünceler

YAZI: Bilen İŞIKTAŞ  
*bilen.isiktas@istanbul.edu.tr*

**Y**apı taşları seslerle örülü zihinsel ve duygusal hatları soyut bir zeminde canlandıran ve ruha etki eden o büyük sanat. Zamana, mekâna, frekansa ve makama bağlı olarak iç dünyada salınımlar yaratan eşsiz sığınma limanlarından biridir müzik. Her kültürde temel ve merkezî bir önem taşır. 19. yüzyılın sonlarından beri yaygınlık kazanan arzuhalci (scrivener), haberleşmek isteyen fakat okuma yazması olmayanlara kalemlerle ortaya koydukları ustalıklarını kiralamak için gün boyunca bir köşede beklerlerken hisleri bir mektuba ya da dilekçeye yansıtma çabasıydı. Ya müzisyenin görevi neydi? Yüzyılların içerisindeki rolünü ses ustalığıyla inşa edeceği başyapıtlara mı yerleştirmişti sadece? Hislerin tercümesi için tonlarla ve melodilerle neler yapacaktı? Aslında o, gerçeği kendi dışındaki bir şey olarak betimlemekte bir araç ya da aracıdır.

Estetik yaşantının koşulları içinde yaşayan müzisyen, dünyaya karşı takındığı tutumunda elindeki malzemesini ebedî ve sürekli ahenkler ve melodilerle güzelleştirmek için kullanır. Bazen yalnızca bir müzisyen değil, bir uomo di cultura (kültür insanı)'dır. Kimi zaman da yeni bir çağın alımlama alışkanlıklarına hitap eden yaratma yeteneğine sahiptir. Şartlar buna müsaitse tabii. Örneğin ileri düzeyde bireyselleşmiş dâhi bir sanatçıya meşru bir konum sağlayan bir toplumda doğmuş olmak ayrı bir şans faktörüdür. Bir müzisyenin ya da müziğin gelişimi açısın-

dan taşıdığı anlam, dönemin toplumsal yapılarının bir modeli çıkarıldığında gerçekçi olabilir. Alçalan eski ve yükselen yeni tabakalara ait kanonlar arasında çatışma yaşar ses üreticisinin bu eylemi.

İnsan ruhunda yankılanıp gidecek bir sürecin yardımcısı olarak da düşünebiliriz müziği. Onu can kulağıyla dinleyenler, kendi içindeki ahengi işitir, kendi hayat akışını yaşar. Müziğin uyandırdığı düşüncelerle kendinizi tamamen ona bıraktığımızda belki böyle bir iç sükûnla bestekârın ruhunda duyduklarını duyabilir, söylemek istediklerini kavrama şansını elde edebiliriz. Bunun büyüsunü ifşa edecek şey, gizli sır, müzik yatkınlığımızın biçimlenmiş olmasındadır. Beyne dağılmış onlarca sinir ağının müzikle birlikte etkinleşmesi, zihnimizin arka merdivenlerinden içeri girmesi onlarca sesin sadece duyumuyla ilgili değildir elbette. Biyolojik temelli, salt işitsel ve duygusal bir gerçeklik olsa da motor bir beceri de ruhun yardımcısıdır.

“Müzikle ilgili sinir şebekelerinin oluşturduğu beyin haritaları incelendiğinde, aynı kültürde yaşayan ve normal gelişim gösteren tüm bireylerin beyininde ortak bir müziksel alt yapının varlığı görülmektedir. Beynin evrensel nitelikteki bu müziksel yapılanmasını tanımlamak üzere, son yıllarda “Müziksel Beyin” olarak adlandırılan yeni bir kavram ortaya atılmıştır. Müziksel beyin kavramını açıklayan mo-

Bazen yalnızca bir müzisyen değil, bir uomo di cultura (kültür insanı)'dır.

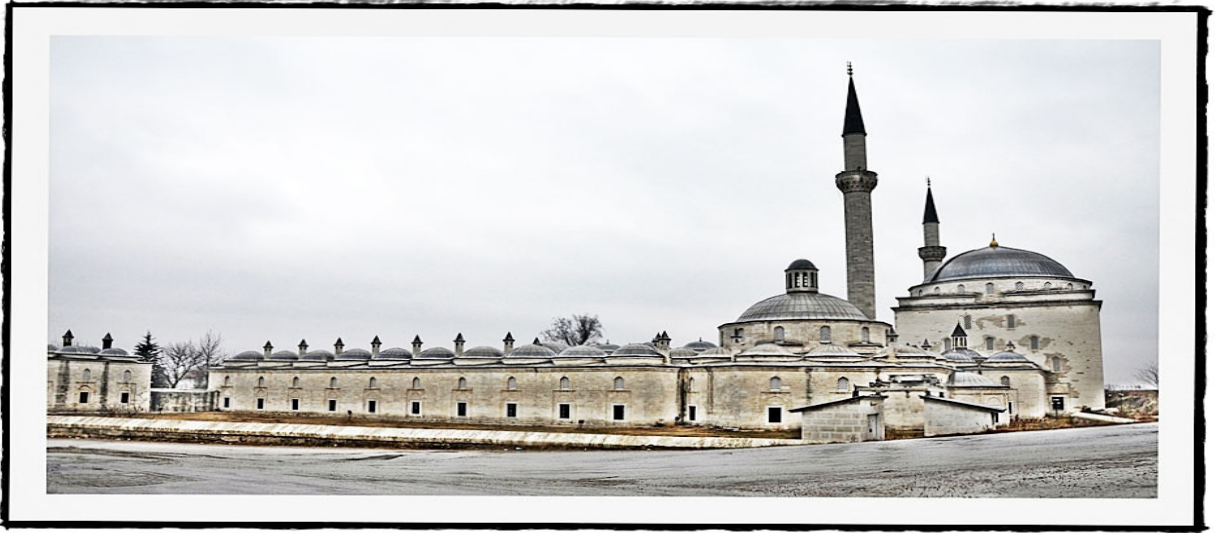
dele göre: 1. Tüm insanlar müzik işlemlerine hazır bir beyinle doğar. 2. Müziksel beyin, diğer canlıların beyinlerinden farklıdır. 3. Müziksel beyin, bebeklikten, hatta anne karındaki dönemlerden itibaren çalışabilir durumdadır. 4. Müziksel beyin, bölgesel özelleşmeler göstererek geniş alanlara dağılmış olan yaygın şebekeleri kapsar. 5. Müziksel beyin, bilişsel birimler de içerir. 6. Duyusal bileşenler de müziksel beyin kapsamındadır. 7. Hareketle ilgili motor işlemleri yapan beyin alanları da müziksel beyin sınırları içindedir” (Torun, 2016).

Modern tıbbın, müzik ve beyin öykülerindeki bulgularının kullanımından asırlar önce insanoğlu zihinsel ve bedensel rahatsızlıklarının deva bulma arayışında seslerin gizemli dünyasına ve onun ruh üzerindeki etkilerine ihtiyaç duymuştur. Antik Yunan’da

müziğin fiziksel yönünün yanı sıra psikolojik ve ruhla ilişkili rolüne dikkat çekilmiş olması boşuna değildir. Platon’un Site’deki yurttaşlar için bazı modların yararlı kimilerininse zararlı olduğunu düşünmesi müziğin psikolojik yönüyle ilgilidir. Nitekim belli makamların savaşı ruhu yok edeceğini düşündüğü için askerlerin dinlemesini uygun görmez. Ondandır ki asırlar sonra Kanuni Sultan Süleyman’ın Fransa Kralı’nın gönderdiği bir müzik topluluğunu beğendiği hâlde askerlerin ruhunu yumuşatarak, savaşı yönlerini körelteceği endişesiyle geri gönderdiği şeklindeki rivayetler bu durumla ilişkilendirilebilir. İslam düşüncesinde de el-Kindî, İbn Sina, Farabi gibi düşünür ve ilim adamları müziğin insan ruhu üzerindeki etkilerini tartışmışlardır. İhvân-ı Safâ yazarları bu ilişkiye değinmişlerdir. Eski Türklerde, Selçuklu ve Osmanlı dünyasında da müzik

farklı sosyal çevrelerde, askerî-resmî, tasavvufî-dini ve seçkinlerin meclislerinin içindeki rolüyle insanların yaşamlarında ve ruhların üzerinde önemli etkiler uyandırmıştır.

Osmanlı medeniyeti, antik dönemden gelen etkilerle müzikten tedavi amacıyla da yararlanmıştı. II. Beyazıt’ın Edirne’de yaptırdığı Darüşşifa’da (Şifahane) müziğin tedavi amaçlı kullanıldığı, günün belli saatlerinde farklı makam ve ritimdeki eserlerin hastalığın cinsine göre dinletildiği bilinmektedir. Özellikle Doğu müziğinde makamlar ve insan psikolojisi üzerindeki ilişki her dönemde musikişinaslar ve tabipler arasında tartışma konusu olmuştur. Hatta İslam kültüründe ibadetin vaktini belirleyen ezanlar bile güneşin hareketi ve insanın bedeni arasındaki ilişki dikkate alınarak özel vakitlerde belli makamlarla icra edilmiştir.



Müziğin insan zihni üzerindeki etkilerini incelemek ve bunun psikolojik temellerini analiz etmek tonların, aralıkların, akortların, melodik biçimlerin ritmik şablonların kısacası müziğin esas ve yapısal karakteristiklerinin doğru değerlendirilmesiyle ilişkilidir. Dinleyici üzerinde müziğin yarattığı etkileri dört başlık altında sınıflandırmak mümkündür. Bunlardan ilki fizyolojik ya da öznel tutumlardır. Burada birey müziği onun zihni üzerinde uyandırdığı, canlandırıcı, sakinleştirici ya da kendini mutlu veya üzgün hissettirmesi açısından

anlamlandırır. İkinci olarak nesnel tutumdaysa bireyin müziğin nitelikleri yani ritmik ve armonik yapıların biçimleri konusunda bilinçli olması durumu söz konusudur. Üçüncü, tutum çağrışımsal aşamada müziğin akla getirdiği güzel ve hoş anılardan dolayı sevme söz konusudur. Nihayet dördüncü tutum karakter ya da ifade edici olarak nitelendirilir ki burada müzik hissedilen niteliklere neden olduğunda dinleyicinin bunu müziğe atfetme eğilimi göstermesi şeklinde bir tutum ortaya çıkar (Haydon, 1941).



Müzik algısı ve müzik imgeleminin nöral temelleriyle ilgili araştırmaların sürmesi karmaşık ama bir o kadar da gelişkin düzenek olan beynin hücre salınımlarının ne şekilde işlediğinin ortaya konması açısından çok önemlidir.

Dr. Oliver Sacks (Müzikofili, 2014) müziğin beyin fonksiyonlarının üzerindeki etkilerini yeni görüntüleme teknolojileriyle ele alırken ortaya bir kavram atar, Müzikofili. “Eski moda” tabiriyle açıkladığı gözlem ve tanımlama biçimleriyle son teknolojiyi yaklaşımlarını bir araya getirerek yeni keşiflerin kapılarını aralar. Tedavi araçlarından biri olarak gördüğü müzik, rahatsızlıkların giderilmesinde sık kullanılan elemanlardan birine dönüşmüştür: “Alzheimer hastası ve demans kaynaklı yaygın kortikal sorunları olan, dil veya hareket yitimi, bellek yitimi, frontal lob sendromları gibi kortikal bozuklukları olan kişiler müzik terapiden faydalanabilir. Zekâ özür, otistik bireyler, parkinsonizm veya benzer hareket bozuklukları olan kişiler ve başka birçok nöroloji kaynaklı rahatsızlıktan mustarip hastalar, müziğe tepki verebilir, müzik terapiden fayda görebilirler”

Başka bir açıdan örnek vermek gerekirse müzik eşliğinde ritmik hare-

ket tedavisinin parkinsonlu bireylerin günlük yaşam aktivitelerindeki performanslarını artırmasında etkili olduğuyla ilgili önemli çalışmalar ortaya konmaktadır. Zihin ve fizik sağlığının kazanılması, sürdürülmesi ve düzeltilmesi için müzik teknik ve pratik uygulama şekli geliştirilerek sunulmaktadır. Bu konuda Parkinson Hastalığı Derneği'nin hazırladığı el kitabında tempolu müzik ya da metronomun yarattığı ritme uyarak marş veya ritmik sözler yardımıyla yürümeye çalışmanın hastanın kilitlenme durumunu düzeltme önerileri arasında yer alır (Apaydın ve Özekmekçi, 2013).

Beyin hücrelerinin kaybının tedavisinde yardımına koşan sesler gibi, ruhsal kaynaklı sinir hastalığı nevroz, yaratıcılık ve sanat arasındaki ilişkide önemli bir rol oynar mı? Buna göre tinsel tasarı için en etkin metaforlardan biri olan sanat, psikoterapi-de nasıl yorumlanacak?

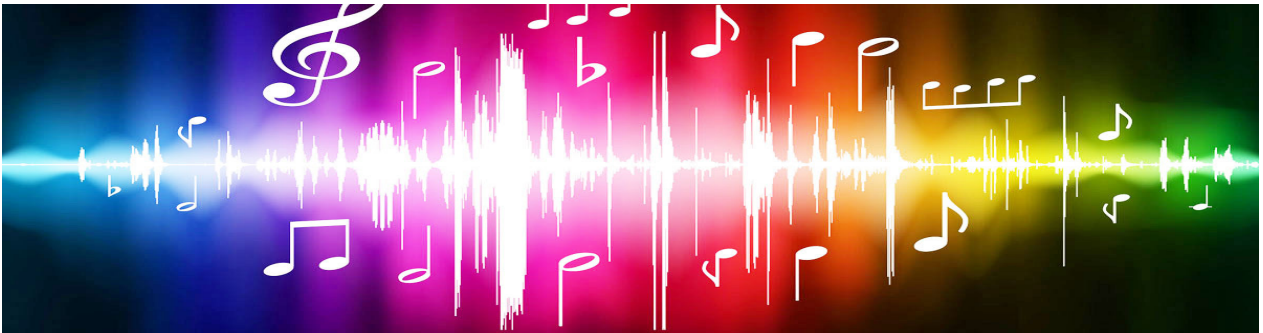
Rollo May'a göre “sanatçı, yaratmanın iki önemli unsurunun (yapma ve yıkma) sentezini becerebilirken, nevrozik salt yıkıcılık düzeyinde kalıyor: iki tip de aşırı-bireyselleşmenin sancılarını yaşarken, nevrozik aşırı bilincin ve aşırı doğruyu aramanın acıları içine düşüyor” (May, 2015, s. 20).

Aslında May'ın işaret ettiği noktada psikoterapi nevrozun içindeki yapıcı henüz varlığı ortaya çıkmamış gizli güçlerin ortaya çıkarılmasına yardımcı olmaktır.

Konsantre bir farkındalık ve bir bilinç artışı sağlama eylemi olarak nitelendirilebilecek yaratıcılık, sanatçının iç sesini somutlaştırma arayışıdır. Yüksek kan basıncı, artan kalp vuruşu gibi nörolojik değişiklikler bir coşku hâlinin öncü depremidir. Yoğun karşılaşma anlarında ortaya çıkarlar. Nevrotik ruh hâllerinde özgül bir dışavurumla bu durum gözlemlenir. Bazen bu bir beste anıdır kimi zaman da eserin ortaya çıkmadan önceki fırtına ya da bir kasırgadır.

Hastalıkların iyileştirilmesinde, hafifletilmesinde ya da önlenmesi konusunda teknik ve bilimsel çalışmalardan biri olan müzikle tedavi (terapi) müzikolojiyle ve daha bir çok disiplinle bir araya gelerek düşünsel, fiziksel ve ruhsal destek sağlamakta sesin tesirini bireylere yansıtmaktadır.

Konuyla ilgili araştırmaların artması, müziksel “yeni”nin kullanımının seyri nöroloji, patoloji, psikiyatrinin ötesinde diğer tıp alanları ve arkeoloji, jeoloji, kozmoloji veya zooloji yönüne doğru da şüphesiz taşıyacaktır.



## BİLEN IŞIKTAŞ KİMDİR?

İTÜ Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı Temel Bilimler bölümünü (2008), İTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü (SBÜ) Türk Müziği Yüksek Lisansını (2011), İTÜ SBE Müzikoloji ve Müzik Teorisi doktorasını (2016) bitirmiştir. “Harflerin ve Seslerin Ruhundaki Seyyahlar: Mehmet Âkif Ersoy ve Şerif Muhiddin Targan” ve Türkiye Yazarlar Birliği (2018), “Yazar, Fikir Adamı ve Sanatçıları” biyografi dalında ödül alan “Peygamber’in Dâhi Torunu: Şerif Muhiddin Targan, Modernleşme, Bireyselleşme ve Virtüözite” kitapları bulunan Işıktaş, İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Müzikoloji Bölümü, Geleneksel ve Modal Müzikler Anabilim Dalı'nda Doç. Dr. olarak çalışmaktadır.