

GELENEKSELİN YENİDEN ÜRETİMİ: POSTMODERN ZAMANIN BÜTÜNSEL SAĞLIK YAKLAŞIMI

Arzu KARASAÇ GEZEN¹
Sema YILDIRIM BECERİKLİ²

ÖZET

Metafizikçi-tinci geleneğin ağır bastığı modern öncesi geleneksel toplumlarda sağlık süreçlerinde, teşhis-tedavi ikiliğinde belirli ruhsal güçlere sahip olduğuna inanılan kişiler önemli bir rol oynamaktaydı. Modernitenin ortaya çıktığı aydınlanma çağında ise, bilimsel bilginin “kesinliği” ve toplumsal ilişkiler üzerinde yarattığı dönüşüm sonucunda, metafizik güce sahip kişiler sürecin temel aktörleri olmaktan çıkmış ve tıp eğitimi almış, uzman bir grup yeni aktörler olarak bu süreci yönetmeye başlamıştır. Modernlikle birlikte sağlık, kendi başına bir kurum olarak toplumsal yapı içerisinde yerini almış ve liberal - kapitalist ekonomik sistem içinde sağlık giderek bir meta haline gelmiştir. Özellikle 20. yüzyılın ikinci yarısından sonra yaşamın pek çok alanında etkili olmaya başlayan postmodern yaklaşımlar sağlık, hastalık kavramlarına ve tedavi yöntemlerine ilişkin algılamalarda da önemli değişikliklere neden olmuştur. Modernitenin unsurlarının kökünden sorguladığı bu süreçte, postmodern dönemin “bütünsel sağlık anlayışı”nı sağlık, hastalık ve şifa kavramları çerçevesinde medya metinleri üzerinden analiz etmek bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Tanımlayıcı nitelikte olan bu çalışmada, Formsanté dergisinin özel eki olarak yayımlanan ve “bütünsel sağlık yaklaşımı”nı savunan örneklerden birisi olan Pozitif Dergisi incelemeye tabi tutulmuştur. Çalışmada derginin, 2016-2018 Ağustos tarihleri arasındaki sayıları analiz edilmiştir. Dergi politikasını yansıttığı düşünülen dergi yazarları ve konuk yazarlara ait yazılar ile sağlık başlığı altında yer alan yazılar çalışma kapsamına alınmıştır. Bu yazılar, “sağlık ve sağlıklı olmanın yolları”, “hastalık ve nedenleri”, “şifa ve şifalanma yolları” ana kategorileri çerçevesinde nitel içerik analizi tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışma, ruh-beden-zihin sağlığı hattı üzerinden bütüncül bir yaklaşımla konuyu ele alan söylemsel sürecin, meselenin ticarileşmesi, yeni bir uzman grubu doğurması gibi nedenlerle modern tıp söyleminin daha önce yol açtığı handikapları yeniden üretmeye aday olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Postmodernizm, sağlık, şifa, medya, sağlık iletişimi

RE-PRODUCTION OF THE TRADITIONAL: HEALTH, DISEASE AND HEALING DISCOURSE OF POSTMODERN TIME

ABSTRACT

In the pre-modern, traditional societies where the metaphysical-spiritual tradition predominated, those who were believed to have certain spiritual powers had played an important role in health processes and in the dichotomy of diagnosis and treatment. In the age of enlightenment when modernity appeared, the people who had metaphysical powers ceased to be the main actors of the process and a group of new actors who have received medical education started to manage this process as a result of the “accuracy” of scientific knowledge and its transformation on the social relations. With modernity, health has taken its place in the social structure as an institution of its own, and it has gradually become a commodity within the liberal-capitalist economic system. Postmodern approaches started to be influential in many areas of life especially after the second half of the twentieth century. These approaches made significant changes in health and disease notions and in perceptions about treatment

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi İletişim Fakültesi, Bolu, Türkiye, arzukarasac@gmail.com

² Prof. Dr., Ankara Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ankara, Türkiye, semabecerikli@gmail.com

methods. The aim of this study is to analyze “holistic health understanding” of the postmodern period within the scope of health, disease and recovery concepts through media texts in such a period, in which the elements of modernity are basically questioned. In this descriptive study, Pozitif Magazine, published as the special supplement of Formsanté Magazine and also one of the examples that advocates the “holistic health understanding,” was examined. In this study, the numbers of the magazine between August 2016 and 2018 were analyzed. The articles written by magazine writers and guest authors who are considered as reflecting the magazine’s policy, as well as the articles under the title of health were included in the study. These articles were analyzed by using the qualitative content analysis technique within the framework of the main categories of “health and ways to be healthy,” “diseases and causes” and “recovery and recovery methods.” The study shows that with the concept of healing, the discursive process addressing the issue through a holistic approach over the spirit-body-mental health line is a candidate to reproduce the handicaps previously created by the modern medical discourse due to the commercialization of the issue and the birth of a new group of experts.

Key Words: Postmodernism, health, healing, media, health communication

GİRİŞ

Sağlık ve hastalık kavramlarının tanımları üzerinde günümüzde varılmış bir uzlaşma bulunmamaktadır. Bu kavramların neyi ifade ettiği üzerine yürütülen tartışmalar halen devam etmektedir (Duyar, 2006, s.17). Diğer yandan içinde bulunduğumuz toplumda önemli değişimlerin yaşanıp yaşanmadığı toplum kuramcıları tarafından yoğun bir biçimde tartışılmaktadır. Bir tarafta modernliğin devam ettiğini ve modern bir toplumda yaşadığımızı savunanlar diğer yanda ise toplumun çok önemli değişimler geçirdiğini, bugünün toplumunun çok farklı olduğunu ve günümüzde postmodern bir toplumda yaşadığımızı savunan düşünürler yer almaktadır (Ritzer ve Stepanisky, 2018, s.85).

Farklı tartışmalar yürütülmekle birlikte, moderniteye yönelik topyekün bir başkaldırı olarak kabul edilen postmodernlik (Şaylan, 2002, s.28) toplumsal yaşamın pek çok alanında önemli dönüşümlere neden olmuştur. Sağlık da bu alanlar arasında öne çıkanlardan birisi olarak dikkat çekmektedir.

Cirhinlioğlu ve Mutlu (2002, s.350-357) postmodern söylemin sağlık alanına yönelik eleştirilerini üç başlık altında özetlemektedir. Bunlardan ilki postmodern söylemin, modernitenin sağlık, hastalık ve bedene ilişkin “tek nedeni” açıklamalarını reddetmesidir. Postmodern söylem, sağlık ve hastalığın sadece biyolojik bir süreç olmadığını, toplumsal ve kültürel boyutları olduğunu ve kültürden kültüre değişebileceğini söylemektedir. İkincisi, hastalıklara yönelik bilginin giderek, ilerleyen bir biçimde güvenilir hale geldiği yaklaşımının eleştirisidir. Postmodern söylem kaynağı pozitivistliğe dayanan evrensel ve her yerde geçerli olan bilgi anlayışını reddetmektedir. Modernitenin sağlık ve tıp bilgisinin evrensel ve alternatifsiz olarak sunulduğunu, bunun da gerçekten alternatif olabilecek bilgilerin ortaya çıkmasını engellediğini öne sürmektedir. Sonuncu eleştiri ise, tıp uzmanları ile sıradan insanların ilişkisine yöneliktir. Modern tıp hastayı, hastanın kendi hastalığı hakkındaki bilgisine, düşüncesine, deneyimine başvurmaksızın sadece nesnel, pozitif bilimsel bilgi doğrultusunda tedavi etmeye yönelmiştir. Postmodern bakış açısına göre ise modern tıbbın, sağlık ve hastalık konularında daha güvenilir bilgiler elde edebilmek için sıradan insanların da bilgilerine, deneyimlerine başvurması gerekmektedir. Bu eleştiriler, modern dönemin sağlık bilgisinin, hastalık nedenlerinin ve uzmanlara olan güvenin sorgulanmasını da beraberinde getirmiştir.

Bu süreçte modern tıp ve karşısında konumlandırılan geleneksel tıp tartışmaları da daha görünür bir hal almıştır. Bu tartışmanın temelinde kökenleri modernitenin rasyonalite

anlayışına dayanan modern tıbbın insan bedenini “makine” gibi gören anlayışı ile, insana daha bütüncül bakan geleneksel halk tıbbı olarak ifade edilen yaklaşım arasındaki sağlığa, hastalığa, tedaviye yönelik farklı bakış açıları yer almaktadır (Kaplan, 2010, s.1).

Modern tıp tarafından bilimsel bir temele dayanmamakla eleştirilen ve hatta dışlanan geleneksel tıba ait uygulamaların bugün “Bütüncül Sağlık Yaklaşımı” adı altında modern tıp uygulamaları ile birlikte yeniden kullanılabilir olduğu gözlenmektedir. Aslında geleneksel tıp uygulamaları her ne kadar bilim dışı olmakla eleştirilmiş olsa da bireylerin gündelik hayatlarındaki yerlerini korumaya günümüze dek devam etmiştir. Geleneksel tıbbın varlığını korumasındaki en önemli nedenlerden biri yukarıda da değinildiği gibi modern tıp ile geleneksel tıbbın arasındaki anlayış farklılığıdır.

Geleneksel tıp “sağlık ve hastalığa ilişkin bilgi ve uygulamaların kuşaktan kuşağa aktarılmasıyla oluşan, her aktarımıyla birlikte “yeniden üretilen” sözlü sağlık bilgisini” ifade etmektedir. Günümüzde sıklıkla eleştirilen modern tıbbın karşısında; daha bütüncül bir bakış açısına sahip olan “geleneksel tıp” ve yeniden üretilen biçimleriyle de “tamamlayıcı, popüler, alternatif” tıp olarak ifade edilen yaklaşımlar yer almaktadır (Kaplan, 2010, s.1). Bu bütüncül bakış açısı sağlığı, ruh ve beden birliktedir. iyiliği olarak görmekte, doğayı ve doğal olanı öne çıkarmaktadır.

Geleneksel tıpta şifa, hastanın bedeninin ve ruhunun birlikte iyileşmesine dayanmaktadır. İyileşme sürecinde ruhu önceleyen ve beden iyiliğini buna bağlayan yaklaşımın kökenleri Şamanizm’e kadar uzanmaktadır. Bu anlayışta hastalıkların nedeni ruhla ilişkilendirilmektedir. Bu nedenle de iyileşme ruh ve beden iyileşmesi olarak kabul edilmektedir. Şaman ise bu süreçte sağaltıcı yani şifa verendir (Perrin’den aktaran Kaplan, 2010, s.2). Bütünü görmeyi işaret eden şifa kavramı, modernitenin bilgiye yönelik tutumu nedeniyle tedavi pratiklerinin dışında görülmüştür. Pek çok araştırmacı tarafından, şifa ve şifacı terimlerine kuşku ile bakıldığı ve bu kavramların modern tıp alanında tartışma konusu bile yapılmadığı belirtilmektedir (Capra’dan aktaran Kaplan, 1982, s.135).

Uzun yıllar modern tıp tarafından görmezden gelinen şifa kavramının farklı çerçevelerle günümüz medyasında sıklıkla yer bulduğu gözlenmektedir. Bu çalışmada, sağlık, hastalık ve şifa kavramları çerçevesinde postmodern dönemin “bütünsel sağlık anlayışı”nın ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Bu kapsamda söz konusu kavramlarının nasıl tanımlandığı, hangi temalar çerçevesinde sunulduğu, hastalık nedenleri olarak nelerin görüldüğü, sağlıklı olma, hastalıkların iyileşmesi, şifalanmanın yollarının neler olduğu analiz edilerek sağlık, hastalık ve şifa söyleminin medya metinlerinde nasıl sunulduğu ortaya konulmaya çalışılmıştır.

MODERN VE POSTMODERN BİLGİ ANLAYIŞI

Modernite ile birlikte kökleri Aydınlanma düşüncesine dayanan, temelinde aklın bulunduğu yeni bir bilgi anlayışı ortaya çıkmıştır. Buna göre tek bir bilgi bulunmaktadır o da bilimsel bilgidir. Bu anlayış bilimsel bilginin ne olduğunu, nasıl elde edileceğini, hangi amaca yönelik olarak kullanılabilirliğini de tanımlamıştır. Modern bilgi anlayışının bilimsellik ön koşulu, insanın dışında nesnel bir gerçeklik alanının var olduğu kabulüne dayanırken gözlem, deney ve olgusal sınanabilirlik ise bilimsel bilgiye ulaşmanın en önemli yolları olarak kabul edilmiştir. Bilimsel bilgiye ulaşmadaki amaçlar ise insanın kendisi dışındaki nesnel gerçeklik alanında olup bitenleri açıklaması, bu açıklamanın bir önceden tahmin aracı olarak kullanılması ve ona bu alanı denetleyebilme imkanı sağlamasıdır. İnsanın dışında var olduğu kabul edilen nesnel gerçeklik alanının denetlenebilme imkanı bilime, insan yaşamının iyileştirilmesi gibi ahlaki bir rolün atfedilmesini de beraberinde getirmiştir. Modern bilgi anlayışının öne çıkan bir diğer unsuru ise “bütüncül” yaklaşımlardan kaçınmanın gerekliliğidir. Zira insanın dışındaki nesnel gerçekliğin tümünü açıklamaya çalışmak olgusal sınanabilirliğin önünde bir engel oluşturmaktadır.

ve sonuçta bilimsel olandan uzaklaşmaya neden olmaktadır (Köker,1998, s. 21-28; Bauman,1996, s.10).

Modernite ile birlikte bilimsel bilgiye verilen merkezi önem ve kesinlik arayışı uzman olan ve olmayanlar arasında asimetric bir ilişkinin kurulmasına yol açmıştır. Bu ilişki zamanla uzmanların sıradan bireyler üzerinde iktidar kurmasıyla sonuçlanmıştır. Uzmanlık, geleneksel toplumlarda herkesin elinde olan becerileri devralırken, insanlar artık uzmanların olmadığı bir dünyada kendi yaşamlarını yürütemez bir hale gelmişlerdir (Bauman, 2006, s.185). Diğer yandan yukarıda da değinildiği gibi “bütüncül” yaklaşımlardan kaçınma eğilimi de gittikçe belli bir konunun alt dallara ayrılması ve her bir dalın da bir uzmanı olması anlayışını gündeme getirmiştir.

Modernliğin tüm unsurlarını sorgulayan postmodern yaklaşımlar ile birlikte pek çok alanın yanı sıra modern bilgi anlayışı da sorgulanmaya başlanmıştır. Şaylan’a göre, postmodern söylemin belki de en önemli ve üzerinde en çok durulması gereken alanını bilginin ne olduğu, niteliği, kaynağı, vb. ile ilgili modern epistemoloji üzerine yürütülen tartışmalar oluşturmaktadır. Yirminci yüzyılın ikinci yarısından itibaren bilimsel bilgi anlayışına yönelik eleştiriler artmaya başlamıştır. İnsanın gelişmesinin ve mutluluğunun esası olarak görülen modern bilgi anlayışının insanı özgürleştirmede aksine bu özgürleşme sürecine kısıtlılıklar getirdiği ileri sürülmüş ve yeni bir bilgi anlayışına ihtiyaç olduğu belirtilmiştir (Şaylan, 2002, s.28-46).

Feyerabend, “Bilimi bu kadar yüce yapan nedir?” diye sorarak onun da diğer bilme biçimleri gibi sadece bir seçenek olduğunu söylemektedir. O’na göre bilim insanları, kendilerinden önceki Roma Kilisesi savunucuları gibi davranarak bilimi her şeyin üstünde, tartışılmaz bir konuma yerleştirmişlerdir. “Özgür bir toplumda birçok garip inanışlara, öğretilere, kurumlara yer vardır. Ama bilimin üstünlüğünün onun doğasından geldiği varsayımı, bilimin de ötesine geçerek hemen herkes için bir iman nesnesi haline gelmiştir.” (1999, s.100-103). Feyerabend bilimsel bilgiyi yadsımamakta ancak ona dayanarak kurulan iktidar ilişkilerine dikkat çekmektedir.

Modern bilgi anlayışının temelinde, dış dünyada var olan kaostan düzene geçme amacı yatmaktadır. Bunu sağlayacak araç ise bilimdir. Bilim bu nedenle modern zamanların toplumsal yaşamında merkezi bir yere konumlandırılmıştır. Postmodern yaklaşım ise, modern bilgi anlayışının katılığı ve bilgiye ulaşma yollarını köklü bir eleştiriye tabi tutmaktadır. Modernitenin kabul ettiği tek bilgi bilimsel bilgi, tek yöntem ise bilimsel yöntemdir. Postmodern yaklaşım ise buna karşı çıkmakta “büyük anlatı” fikrini, mutlak doğru anlayışını reddetmekte ve farklılıklara, yerelliğe yer açmaya çalışmaktadır. Bu nedenle pek çok bilgi çeşiti ve yöntemin olabileceğini kabul etmektedir (Ritzer ve Stepnisky,2018, s. 518).

Öte yandan postmodern söylem, modernliğe her yönüyle karşı çıkarken kendisi de eleştirdiği noktalarda ortaya bir alternatif koyamaması nedeniyle de eleştirilmektedir. Bu yaklaşımı eleştirenler onun içerisinden üretilecek bilginin de bir ideoloji olarak görülmesi gerektiğini öne sürmekte, postmodern düşünürlerin en iyi yaptıkları şeyin sadece eleştirmek olduğunu belirtmektedirler (Ritzer ve Stepnisky,2018, s.528).

Günümüzde modernliğin reddetmiş olduğu pek çok anlayış postmodernlik tarafından yeniden gündeme getirilmekte ve her iki yaklaşım tarafından da kabul görmektedir. Geleneksel tıp yaklaşımı ve onun iyileştirme yöntemleri de bu alanlardan birisidir. Uzunca bir süre bilimsel olmamakla görmezden gelinen bu anlayış diğer faktörlerin yanı sıra postmodern söylemin etkisiyle de yeniden gündeme alınmış ve modern tıp ile birlikte uygulanır hale gelmiştir.

MODERN-POSTMODERN TARTIŞMALAR EKSENİNDE SAĞLIK, HASTALIK VE ŞİFA KAVRAMI

Geleneksel toplumlarda sağlık ve hastalık konusu daha çok doğaüstü güçlerle ya da kişinin davranışları ile ilişkili olarak ele alınmıştır. Hasta olan kişilerin inanç ve inanç nesnelere ile iyileştirilebileceği düşünülmüştür (Russell,1990, s.62). Teşhis ve tedavi süreçlerinde ise bu güçleri yönettiğine inanılan kişiler-şifacılar- aktör olarak yerlerini almıştır (Erdemir, 1996, s.19).

Geleneksel toplumlarda sağlık, bireyin ruh ve bedeninin uyumu, birlikte iyiliği olarak bir bütün şeklinde kabul edilmiştir. Hastalıklar ise bu birlikteliğin bozulmasına bağlı görülmüştür. İkel topluluklardan günümüze kadar uzanan geleneksel iyileştirme yöntemleri ise bunun bir uzantısı olarak ruhun iyileşmesini önceleyen, bedenini iyiliğini buna bağlayan ruh-beden birlikteliği üzerine temellenmiştir.

Modernlikle birlikte toplumlar gittikçe aklın evrenselci iddialarının egemenliği altına girmiş, yaşam alanı çeşitli parçalara bölünmüştür (Giddens,1998, s.11; Küçük, 2000, s.28).Toplumsal hayatın farklı alanlarında görülen dönüşümler sağlık ve hastalığa olan yaklaşımlarda da kendisini göstermiştir. Bu dönemde sağlık anlayışı, ruh ve bedeninin birlikte iyiliği anlayışından uzaklaşmış ve “hastalığın yokluğu, olmaması” şeklinde kavramsallaştırılmıştır. Bu kavramsallaştırma bütüncül sağlık söyleminde yer alan şifa anlayışının tedavi veya iyileştirme süreçlerinin dışında kalmasına neden olmuştur.

Modern öncesi toplumlarda hastalık ya da rahatsızlıklarla başa çıkma konusunda temel kurum aile iken (Özsan,2001, s.78) bilginin referansının değişmesi ile sağlık kendi başına bir kurum olarak toplumsal yapı içerisinde yerini almıştır. Modern tıp, sağlık ile hastalık arasında kesin bir çizgi çizmeye çalışmış, “normal” ile “anormal” arasındaki ayrımı temel kaygısı haline getirmiştir (Bauman, 2001, s. 157). Bu bağlamda hastalık da değişen bilgi paradigmasına uygun bir şekilde nesnel olarak belirlenebilir belirtilere göre tanımlanır hale gelmiştir. İnsan bedeni giderek bozulabilen, tamir edilmesi gereken bir “makine” olarak algılanmaya başlanmıştır. Hastalık, acı çekenlerin tecrübelerinin dışında ele alınmaya başlanmış bu süreçte insanlar birer “hasta”ya dönüştürülmüştür (Erbaydar, 2002, s.305).

Hastalıkla ilgilenmenin profesyonelleşmesi uzmanların eline önemli bir güç verdiği gibi, uzman ve hastalık arasındaki ilişki pratiğinin gittikçe yaygınlaşmasıyla birlikte hastanın kendi hastalığına yabancılaşması ve bu yabancılaşma arttıkça profesyonellerin daha da güçlenmesi kaçınılmaz olmuştur (Bury, 1998, s.10). Sağlığı bir uyum sağlama meselesi olarak gören Illich’e göre modern toplumda neyin hastalık kavramı içinde ele alınacağı, kimin hasta olarak tanımlanacağını ve hastaya ne yapılacağını yalnızca doktorlar bilmektedir (1995, s. 41).

Modern tıp, hastayı, hastanın kendi hastalığı hakkındaki bilgisine, düşüncesine, deneyimine başvurmaksızın sadece nesnel, pozitif bilimsel bilgi doğrultusunda tedavi etmeye yönelmiştir. Hasta ve hastalığı sadece biyolojik bir zeminde ele alınır olmuştur. Bu süreçte sağlığın ne olduğuna dair tartışmalar süre gelmiştir. Günümüzde de üzerinde bir uzlaşıya varılamamış olmasına rağmen sağlığın, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından sadece hastalığın olmaması değil fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali olarak tanımlanması, onun gerek bireysel gerekse toplumsal olarak iyilik halini belirleyen ekonomik, sosyal, çevresel faktörleri de değerlendirmeyi gündeme getirmiştir (Kasapoğlu, 2001, s.32). Bu tanımlama ile sağlığın sınırları genişletilmiş ancak sağlık- hastalık ilişkisi uygulamada aynı kalmıştır.

İçinde yaşadığımız postmodern zamanlarda sağlık alanında daha önce egemen olan yaklaşımlarda köklü değişimler olmuştur. Sağlığın bütüncül modeli yeniden önemsenmeye başlanmıştır (Kasapoğlu,2001, s.32). Bu süreçte postmodern söylemin bir yandan bilimsel bilginin sınırlarını zorlaması, diğer yandan da farklıların ortaya çıkarılabilmesi adına yerel olana öncelik verilmesini isteyen yaklaşımının etkileri olduğu söylenebilir.

Daha önce modern bilgi anlayışına uymadığı gerekçesi ile sahneden uzaklaştırılan geleneksel tıp ve onun iyileştirme pratikleri şimdi modern tıp ile birlikte kullanılmak üzere yeniden sahneye çıkarılmıştır. Üstelik bu yeniden dönüş ulusal ve küresel ölçekteki aktörler³ tarafından da desteklenmektedir.

Postmodern zamanların sağlık anlayışı, artık hastalığın olmaması durumundan uzaklaşarak bireyin öznel durumlarını –beslenme, spor yapma, stresle baş etme, vb.- önceleyen bir hale dönüşmüştür. Yaşam biçimlerinin değişmesi ile birlikte artık günümüzün hastalıkları da değişmiştir. Çevre artık daha riskli, yaşam çok daha stresli bir hal almıştır. Postmodern döneme ait olduğu belirtilen hastalıklar artık çok daha tehlikeli ve öldürücü durumdadır. Bu hastalıkların biyolojik yönleri olduğu kadar aynı zamanda kültürel boyutları bulunmaktadır. Tıbbi modelden bir kopuşu da yansıtan hastalığı bu ele alış biçimi, modern tıbbın hasta-hekim arasında var olan iktidar ilişkilerini de sarsmıştır. Uzman olanlar ile olmayan sıradan insan arasındaki sınır giderek aşınmaya başlamıştır (Cirhinlioğlu ve Mutlu, 2002, s.353).

Günümüzde sağlıklı olma, sadece hastalıkların tedavisini değil, hastalıkları ortaya çıkarabilecek beslenme, vb. diğer yaşam pratiklerin de disipline edilmesini gerektirmektedir (Man ve Balcı, 2006). Bu yaklaşım ile birlikte artık hasta sadece hastalar değil sağlıklı bireyler de tıp biliminin ilgi alanına girmiştir.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Pozitivist gelenek doğayı, evreni yöneten yasaların var olduğunu ve bilim insanının görevinin de bu yasaları ortaya çıkarmak olduğunu varsayar. Temeli pozitivistliğe dayanan nicel araştırmaların temel amaçlarından birisi de, belli bir evrenden örneklem seçilerek bu örneklem üzerinde yapılan çalışmalar sonucu elde edilen sonuçları evrene genellemektir. Oysa nitel araştırmaların temel amacı genelleme yapmak değil, belli bir içeriği derinlemesine ve ayrıntılı olarak irdelemektir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 62-63). Nitel araştırmaları nicel araştırmalardan ayıran bir diğer önemli yanı ise örneklem seçimidir. Medya içeriğinin çözümlenmesine yönelik olarak yapılacak bir örneklem seçimi⁴ nüfusu temsil eden örneklem türünden farklı olarak birkaç aşamada oluşturulmaktadır. Örneklem, araştırma konusuna bağlı olarak hangi tür medyanın inceleme için seçileceğinden başlayarak çözümlenme birimine karar verilmesine dek farklı aşamalardan geçerek belirlenmektedir (Geray, 2017, s.153). Nitel araştırmaların bir diğer özelliği de araştırma aşamalarının katı bir biçimde birbirinden ayrılmış olmamasıdır. Aşamalar arasında araştırma boyunca geçişlilik söz konusudur. Bu ise araştırmada incelenen metnin detaylı bir analizine imkan sunmaktadır.

Nitel bir özellik taşıyan bu çalışma, postmodern dönemin “bütünsel sağlık anlayışı”nın medya metinlerinde nasıl sunulduğunu analiz etmeyi amaçlamıştır. Bu amaca yönelik olarak, son yıllarda giderek daha popüler hale gelen “bütünsel sağlık yaklaşımı”nı savunan örneklerden birisi olan ve Formsanté dergisinin özel eki olarak yayımlanan Pozitif Dergisi incelemeye tabi tutulmuştur. Çalışmada derginin 2016- 2018 Ağustos tarihleri arasındaki sayıları analiz edilmiştir. Derginin bu tarih aralığında düzenli bir biçimde çıkması inceleme döneminin seçiminde belirleyici olmuştur. Dergi politikasını yansıttığı düşünülen dergi yazarları ve konuk

³ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), geleneksel tıp ile modern tıbbi entegre etmeye yönelik çalışmalar yapmakta ve yayımladığı Pekin Deklarasyonu ile üye ülkeleri, geleneksel tıbbın ulusal sağlık sistemlerine entegre edilmesi yönünde adım atmaya davet etmektedir. DSÖ üye ülkelere bu konuda ulusal politika ve mevzuatlarını oluşturmaları, bu konuda araştırma yapmak üzere üye ülkelerle işbirliği çağrısında bulunmaktadır.

Türkiye’de de Sağlık Bakanlığı bünyesinde “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı 2012 yılında kurulmuştur. “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” 27 Ekim 2014 tarihinde 29158 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe girmiştir. (https://www.who.int/medicines/areas/traditional/congress/beijing_declaration/en/)

⁴ Ayrıntılı bilgi için bkz. Geray, H. (2014). Toplumsal Araştırmalarda Nicel ve Nitel Yöntemlere Giriş. Ankara: Ütopya

yazarlara ait yazılar ile sağlık başlığı altında yer alan yazılar çalışma kapsamına alınmıştır. Bu yazılar, “sağlık ve sağlıklı olmanın yolları”, “hastalık ve nedenleri”, “şifa ve şifalanma yolları” ana kategorileri çerçevesinde taranmıştır. Tarama sonucunda incelen yazılar arasından konuyla ilgili olarak seçilen 77 adet metin, sağlık, hastalık ve şifa kavramları çerçevesinde nitel içerik analizi tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışma kapsamında incelenen her bir metnin bütünü, çözümlene birimi olarak kabul edilmiştir.

İçerik analizi tekniği kamusal alana yönelik olarak üretilen medya metinlerinin önceden belirlenen kategoriler çerçevesinde, sistemli bir biçimde çözümlenmesinde kullanılan tekniklerden birisidir (Geray, 2017, s.145). Nicel içerik analizi metinde yer alan örtük anlam yapılarını açıklayamadığı gerekçesiyle eleştirilmiştir. Bu eleştirileri bertaraf etmek adına süreç içerisinde nicel ve nitel analiz teknikleri birlikte kullanılmaya başlanmıştır. Günümüzde nitel içerik analizi, medya metinlerinde öne çıkan temaların neler olduğu ve bu temaların nasıl sunulduğunu analiz etmede elverişli bir yöntem olarak kullanılmaktadır. Nitel içerik analizinde istatistik veri elde etme çabası merkezi bir konumda değildir. İçerik analizinin en önemli unsuru olan kategorilerin oluşturulması araştırılan içeriklere bağlı olarak sürekli gözden geçirilerek oluşturulmaktadır. Verilerin kodlanması ise yorumsamacı bir yaklaşımla gerçekleştirilmektedir (Gökçe,2019, s. 61-62).

Pozitif dergisi kendisini kişisel gelişim rehberi olarak tanımlamakta ve içeriklerinde oldukça geniş bir yelpazede hazırlanan konulara yer vermektedir. Bu konular arasında, sağlık, kişisel gelişim, spiritüel konular, meditasyon, beslenme ve yemek tarifleri, egzersiz, bakım, moda, seyahat, ilişkiler, astroloji, etkinlik haberleri, kitap tanıtımı vb. yer almaktadır. Bu çalışma kapsamında incelenen metinlerde;

1. Sağlığın nasıl tanımlandığı,
2. Sağlıklı olmanın yolları olarak nelerin sunulduğu,
3. Hastalığın ve nedenlerinin nasıl açıklandığı,
4. Hastalıkların iyileşmesinin yani şifanın ve şifa yollarının neler olarak sunulduğu, ortaya konulmaya çalışılmıştır.

ARAŞTIRMANIN BULGULARI

“Bütünsel Sağlık Yaklaşımı”nın sağlık, hastalık ve şifa kavramları çerçevesinde analiz edildiği çalışmada aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır:

Tablo 1: İncelenen Metinlerin Yıllara Göre Dağılımı

Yıllar	Metin/Yazı Sayısı
2016	31
2017	26
2018 (Ağustos)	20
Toplam	77

Çalışma kapsamında incelenen metinlerin yıllara göre dağılımı Tablo 1’de verilmiştir. Metinlerin dağılımında önemli bir farklılık görülmemiştir

Tablo 2: İncelenen Metinlerin Konu Kategorilerine Göre Dağılımı

Kategoriler	Sayı*	%
Sağlık ve sağlıklı olmanın yolları	32	33
Hastalık ve nedenleri	24	25
Şifa ve şifalanma yolları	40	42

*Sayı, metin sayısı üzerinden değil işaretleme sayısı üzerinden hesaplanmıştır.

İncelenen yazılar üç ana kategori çerçevesinde değerlendirilmiştir. Şifa ve şifalanma yolları içeriklerde en çok üzerinde durulan konu olmuştur. Bu bulgu araştırmanın sonuçları bakımından anlamlı bulunmuştur. Geleneksel tıbbın şifa yöntemleri yaygın uygulamalar olarak sunulmaktadır. İncelenen metinlerde bu konuların hangi temalar çerçevesinde sunulduğu aşağıda belirtilmiştir:

Sağlık ve Sağlıklı Olmanın Yolları

İncelenen metinlerde sağlık kavramı ile ilgili en sık rastlanan temalar, “ruh-beden ve zihnin birlikte iyiliği”, “denge”, “bütünsellik” olmuştur. Sağlıklı olma, “iyilik hali” olarak ifade edilmiştir.

Örnekler:

“Gerçek öğretiler üçe ayrılır; zihin, beden ve yürek. Sağlıklı bir beden, huzurlu bir yürek ve açık bir zihin olması gerekiyor...” (Pozitif, 2016/01,s.7)

“ ...beden zihin birlikte sağlıklı olmalı...” (Pozitif, 2016/01, s.9)

“...yoganın beden, zihin ve ruh sağlığı üzerindeki etkileri birçok klinik araştırma tarafından da destekleniyor. Kas-iskelet sisteminden metabolizmaya, dolaşımdan sinir sistemine kadar”(Pozitif,2016/03, s.60)

“Ayurveda ve Ayurvedik Yaşam Tarzı'nın üzerine basarak anlattığı kurgu, bütünsel sağlık ve zindelik halimiz için üç ana bedenimize de özen göstermemiz ve tüm bedenlerimizde denge ve enerji yaratıcı gündelik rutinleri yaşamımıza katmamızdır....1.Fiziksel beden, 2. Zihinsel beden, 3. Ruhsal beden.. ” (Pozitif,2016/03, s.100)

Kişilerin sağlıklı olmasının yolları arasında sıklıkla Uzak Doğu kökenli olan yoga, meditasyon, ayurveda, nefes terapisi, vb. geleneksel tıp uygulamalarına yer verildiği görülmüştür.

Örnekler:

“...Ben yogaya bedenden girdim, ilerleyen süreçte zihin kısmının da inanılmaz etkisiyle tanışmış oldum.... Yoga beni şifalandırdı...” (Pozitif, 2016/01, s.7)

“Her zaman ve her yerde iyi ol!”

Bütünsel iyi olma hali, esenlik olarak tanımlayabileceğimiz “wellbeings” fiziksel sağlık için fitness ve beslenme programlarının ötesinde zihinsel ve ruhsal sağlığı da kapsıyor...” (Pozitif, 2016/01, s.42)

⁵ Wellbeing: “...fiziksel, zihinsel ve ruhsal beden sağlığı ve dengesinin yanı sıra iş hayatı , sosyal hayat, finansal durum ve yaşanılan çevresel faktörlerin bütün olaral ele alındığı”bütünsel iyi olma hali...” (Pozitif, 2016/01:43)

“...Vücut kimyası ve fizyolojisindeki değişim ...ruh hali değişikliklerine neden olur. Düzenli olarak yoga yapıldığında enerjilerde bir denge sağlanır...”(Pozitif, 2016/01, s.70)

“Kapha sezonu önerileri

Ayurveda’ya göre hepimizin kendine özel doğuştan sahip olduğu bir bünye tipi yani dosha’sı vardır. Üç anan bünye tipi olan Vatta, Pitta ya da Kapha’dan hangisine baskın olarak sahip olursanız olun, her mevsimde bir dosha’ya sahip nitelikler çok daha baskın olarak yaşanır....dosha’lar mevsimsel döngülerden etkilenir....bu önerileri uygularsanız...çok daha hafif, enerjik ve mutlu bir bahar geçirmenizi sağlayabilirsiniz....”(2017/01, s.92)

Hastalık ve Nedenleri

Sağlık kavramının, “ruh-beden ve zihnin birlikte iyiliği”, “denge” şeklinde tanımlanıyor olması “hastalık” kavramının da yine aynı eksen üzerinden tanımlanmasına yol açmıştır. İncelenen metinlerde hastalığın tanımlanmasında öne çıkan temalar, “uyumun/dengenin bozulması” ile hastalıkların işlevine vurgu yapan “ders olarak hastalık/mesaj olarak hastalık” olmuştur. Hastalıkların nedenleri arasında ise ilk sıralarda;

- Beden- ruh ve zihnin uyumun bozulması,
- Hücre titreşiminin bozulması,
- Geçmişte yaşanan travmalar,
- Olumsuz duygular,
- Stres, yer almıştır.

Hastalıkların nedeni olarak gösterilen unsurlar, geleneksel tıbbın iyileşme sürecinde ruhu önceleyen yaklaşımı ile örtüşmektedir. Ancak diğer taraftan incelenen metinlerde modern tıbbın hastalık nedenlerine yönelik bilimsel açıklamalarının dışında farklı bilme biçimlerinin – sezgisel, deneyime dayalı- de yer aldığı görülmüştür.

Örnekler:

“...Hastalıklara hep şanssızlık derler, oysaki bakış açınızı değiştirdiğinizde bunun çok güzel bir şans olduğunu anlayabiliyorsunuz...” (Pozitif, 2016/01, s.7)

“...şamanlar hastalıkları ruhtaki dengesizlikler olarak görürler” (Pozitif, 2016/01, s.17)

“...Bazı fiziksel hastalıklar bize bir şeyler söylemek için tekrarlanır...” (Pozitif, 2016/01,s.23)

“...ifade edilmeyen ve bastırılan tüm duygular, düşünceler hastalığa sebep olur...” (Pozitif, 2016/01, s.88)

“...endişe, ifade edilmemiş öfke, huzursuzluk gibi duyguların daha fazla yemeye neden olduğu biliniyor...fazla kilonun altında yatan tek sorun genetik veya aileden gelen beslenme alışkanlıklarımız değil...” (Pozitif, 2016/01, s.107)

“...Psikoloji zihinle çok ilgili ama insanın iyi olmasına kanal olmak için zihin-ruh ve bedeni birbirinden ayıramazsınız. Psikoloji hep tanı koydu, zihinleştirdi, bilişsel terapiler uyguladı. Ama bir yerde bir parça hep eksik kaldı...Aslında zihin, beden

ve ruhu bir arada holistik bir şekilde ele aldığınızda tam bir iyileşme oluyor...” (Pozitif, 2016/03, s.14)

“...Fiziksel beden son derece sağlıklı iken eşzamanlı olarak zihinsel kargaşa, psikolojik çöküntüler ya da ruhsal problemler baş gösterebilir. İşte o zaman Ayurveda’ya göre tüm bedenlerimizde bir uyum ve harmoniden ve bütünsel olarak sağlıklı olabilmekten söz etmek mümkün değildir....” (Pozitif, 2016/03, s.100)

“...Hastalıkların temelinde insanın kendi düşüncesi var...” (Pozitif, 2016/04, s.65)

“Stres günümüzde birçok hastalığın kaynağı olarak görülüyor...” (Pozitif,2016/05, s.76)

“Vücudun beyinden sonra en etkili organı olan bağırsaklarda ortaya çıkan sorunların, metabolik hastalıklardan psikolojik rahatsızlıklara kadar birçok etkisi var. Bağırsak sağlığını korumak ise fonksiyonel gıdalarla yapılan doğru beslenme ile mümkün...”(Pozitif, 2017/01, s.95)

“...Hastalıklar duygular rahatsızlaşmaya başladığında ortaya çıkar. Bedenindeki hastalıkla birlikte “Sen ne hissediyorsun?” sorusunun yanıtı önemlidir...”(Pozitif, 2018/01, s.112)

“Katı bir bedene sahip görünsek de tamamen titreşimlerden oluşan varlıklarız. Her insanın titreşim frekansı parmak izi gibi benzersiz... Hastalıkların oluşmasına sebep olan da hücre frekanslarımızın o saf, ilk halden uzaklaşmış olması...” (Pozitif, 2018/02,s.15)

“Ruh halin iyi değilse istediğin kadar brokoli ye...” (Pozitif, 2018/02, s.104)

Şifa ve Şifalanma Yolları

İncelenen metinlerde şifa, sağlık ve hastalık tanımlarına paralel biçimde “bozulan birlikteliğin yeniden kurulması, denge” ve “doğallık” temaları çerçevesinde sunulmuştur.

Örnekler:

“...dengesizliklerimizi aşırı spor yaparak, aşırı alışveriş yaparak veya aşırı gezerek dengelemeye çalışıyoruz. Birazcık sessiz kalıp, odaklanmamız gerekiyor.” (Pozitif, 2016/01, s.9)

“...Hastalanmamak için konuşun...” (Pozitif, 2016/01, s.88)

“...Zihnini değiştiremeyen bedenini değiştiremez...beden-zihin-ruh bütünlüğünü oluşturamıyorsanız yeniden kilo almanız kaçınılmaz olabilir...” (Pozitif, 2016/01,s.107)

“Ağrılardan yoga terapi ile kurtulun

...Yoga terapi programı, bireyin sağlık gelişimini, stres bazlı hastalıkları önlemeyi ve iyileştirmeyi amaçlar. Bilinen tedavi yöntemlerine adapte olabilen programlar kardiyovasküler, nörolojik, romatoloji, psikolojik, endokrin ve metabolik, jinekolojik, onkolojik rahatsızlıklar, sindirim ve solunumla ilgili rahatsızlıkların tedavisinde kullanılabilir...” (Pozitif, 2016/04, s.84)

“...insanoğlu tüm bedenlerinde uyum ve harmoni içinde olmadıkça ... bütünsel olarak sağlıklı kabul edilemez...Bilim adamları tarafından yüzyılımızda strese karşı en etkili panzehir olarak nitelenen meditasyon, bilimsel bir zihni dinlendirme tekniği ve derin bir şifa yöntemidir....”(Pozitif, 2016/04, s.99)

“Bağışıklık sisteminize yoga desteği

Canlılar onlara zarar vermek isteyen yabancılara karşı bir savunma sistemi ile donatılarak dünyaya geliyor. Bağışıklık sistemi dediğimiz bu sistem patojenleri (bakteri, virüs, mantar ve parazitler ve tümör hücrelerini tanıyıp yok ederken bizi hastalıklara karşı koruyor....yoga, solunum, sindirim, dolaşım ve endokrin sistemlerimizi yani bütünsel olarak sistemlerimizi stimüle ederken (uyararak) güçlendirmemize yardımcı oluyor. ..yoga doğrudan bağışıklığı güçlendiriyor ve iyileştiriyor...” (Pozitif, 2016/05, 86)

“Doğru nefes nasıl alınır?

“...nefes bedenimizde serbestçe dolaşabildiğinde, kendimizi sağlıklı ve hayat dolu hissederiz. nefes engellendiğinde ise yorgunluklar ve hastalıklar ortaya çıkar...Dünyaca ünlü bazı doktorlar ve klinikler tarafından tedavi süreçlerine dahil edilmeye başlanan nefes egzersizleri özellikle ruhsal ve psikolojik rahatsızlıkların ve stres yüklü, depresif, endişeli bir zihnin şifalanmasında ciddi rol almaktadır...” (Pozitif, 2016/05, s.101)

“...Bilimadamları tarafından ...yapılan araştırmalara göre düzenli meditasyonun faydaları şöyle: stresi giderir...kaygı, endişe ve muhtelif korkuları azaltır...yüksek tansiyonu indirir, konsantrasyonu güçlendirir...kalp çarpıntısını hafifletir...” (Pozitif, 2017/02, s.92)

“...Vücudumuza dışarıdan aldıklarımız da frekansımızı etkiliyor dolayısıyla. İyileşmenin dinamiği ise insan doğasına ait olmayan frekansların nötrleştirilmesinde yani ilk titreşime dönüşte yatıyor...” (Pozitif, 2018/02,15)

“Benzer benzeri İYİLEŞTİRİR

Bir madde bir kişiyi hasta edebiliyorsa aynı zamanda iyileştirebilir de!

“Bu gerçekten yola çıkan homeopati hastalıkları, benzer belirtileri yaratan madde ile tedavi ediyor. Bu sırada kimyasal bir hal olan duygular da şifalanıyor...” (Pozitif,2018/01, s.110)

Kişileri şifalandıracak, yeniden sağlığına kavuşturacak olan yöntemlerin başında yoga, nefes terapisi, meditasyon, biorezonans, masaj, meditatif vb. beslenme biçimleri gelmektedir. söz konusu uygulamalar hem sağlıklı olmak için hem de bozulan sağlığın iyileştirilmesi için kullanılmaktadır. Bu yöntemlerin kullanılmasına bağlı olarak da yeni bir uzmanlar grubunun ortaya çıktığı görülmektedir. Bu uzmanlıkların arasında yoga terapistliği, spiritüel uzmanlık, nefes koçluğu, ruhsal dönüşüm rehberliği, ayurvedik yaşam ve wellbeing eğitmenliği yer almaktadır. Dergi yazarları sıklıkla bu konuları ele alırken, içlerinden bazılarının da bahsedilen konularda eğitmen olduğu görülmüştür. Araştırma kapsamında olmamakla birlikte dergide yer alan reklamların da derginin sağlık, hastalık ve şifa söylemini destekleyen, çoğunluğu dergi yazarlarına ait olan kitap ve eğitimlere ait olduğu dikkat çekmiştir.

Şifa kavramı ile ilgili öne çıkan bir diğer tema ise “doğallık” olmuştur. Ancak bu doğal olan ve doğada bulunan kaynağın, öylece kendiliğinden edinilmesinin doğru olmadığı belirtilmektedir. Ehil bir kişinin rehberliğine ihtiyaç vardır. Bu durumda “doğal” olan kaynağa ulaşmak ekonomik ve kültürel bir sermayeyi de beraberinde getirmektedir.

Örnekler:

“Dünyadaki her şey şifadır. Bir kedi, bir köpek, bir insan...Bunun nasıl yönlendirileceğini ve kullanılacağını bilmek gerekiyor sadece...” (Pozitif, 2016/04, s.65)

Yeşil güç

“Klorofil, enzimler, antioksidanlar ve protein yönünden güçlü, alkali yeşil bitkileri günlük beslenmenize eklemek sağlığınız üzerinde çok geniş bir skalada olumlu etkiler sağlıyor. Bağımsızlığı güçlendirmekten kronik hastalıklardan korunmaya, kemik sağlığından güzel bir cilde kadar türlü faydaları var olan yeşilin gücü tabaklarınızda...” (Pozitif, 2016/06, s.104)

“Her derdin devası doğada gizli

“Bitkilerin yaşam özü olan uçucu yağlar, doğru miktarda ve doğru yöntemle kullanıldığında alerjiden enfeksiyona, çakra dengelemekten detoksa kadar onlarca soruna şifa olabiliyorlar....On senedir doğal yaşamı desteklemek için üç kuşak eczacı olan ailesi birlikte...kişiye özel aromaterapik karışımlar hazırlayarak şifa olmaya çalışıyor...”(Pozitif, 2017/04,s.108)

Modern tıp uygulamalarına yönelik hata ve komplikasyonların sıklıkla medyada yer alması, geleneksel tıbbın modern tıba nazaran daha doğal olduğunun düşünülmesi, doğallık söylemini daha da güçlendirmektedir (Kaplan, 2010, s.49).

Şifaya ulaşmaya yönelik elde edilen bir başka bulgu, modern tıp ve geleneksel tıba ait yöntemlerin birlikte kullanımının kişileri şifaya ulaştıracak en iyi yol olarak sunulması olmuştur. Yukarıda da belirtildiği gibi gerek küresel gerekse ulusal sağlık aktörlerinin son yıllarda bu iki yaklaşımı bir arada kullanmaya yönelik politikalar benimsedikleri görülmektedir. Bütünsel Sağlık Yaklaşımı adı altında ele alınan bu uygulamaları destekleyen içeriklere dergi metinlerinde de yer verilmiştir.

Örnekler:

“...Avrupa'nın birçok bölgesinde, tıp doktorlarıyla ortak çalışan Recall Healing uzmanları var. Bana göre en güçlü şifa, bu ikisini bir arada sunduğunuzda gerçekleşiyor....” (Pozitif 2016/01,s.88)

“...modern tıp eğitiminin içinde enerji dünyası yok. O dünyaya girdikçe daha ilginç gelmeye başladı. Sonuçlarını gördükçe, bazen modern tıbbın çözemediği şeylere nasıl nokta atışı ile cevap alındığını gördükçe daha çok heyecanlandım...Birçok hastamda başarılı sonuçlara ulaştım...” (Pozitif 2016/05,s.76)

Man ve Balcı'nın (2006) belirttiği gibi sağlık, geleneksel yöntemlerin yaygın kullanımıyla postmodern bir pratik haline gelirken diğer taraftan tıp uzmanlarının rasyonel bilgi temelli hizmetlerini de içermesi bakımından modern bir pratik olmaya devam etmektedir.

Yine elde edilen bir diğer bulgu derginin, konuk yazarlar arasında “Bütünsel Sağlık Yaklaşımını” destekleyen tıp hekimi, eczacı, beslenme uzmanı, psikolog, vb. sağlık profesyonellerine yer vermesi ve bu şekilde bilimsellik vurgusu ile konuyu sunmaları olmuştur.

Örnekler:

“Endokrinoloji, Diyabet ve Metabolizma Uzmanı, “Bir Yol Daha Var” kitabının yazarı Prof. Dr. Taner Damcı, mindfulness'in daha sağlıklı olmak, daha sağlıklı beslenmek, dünyaya daha iyi bakmak, işte verimli olmak, işten daha fazla keyif almak ve insan ilişkilerini daha iyi hale getirmek için çok önemli bir araç olduğunu söylüyor...”(Pozitif, 2016/06 ,s.37)

“Hasta mıyım?

“...hasta olmak için fiziksel ya da zihinsel bir travma şart...sadece bedenin hasta olduğunu söylemek çok yanıltıcıdır.. ancak biz hekimler gün boyunca yaptığımız rutin çalışmalarımızda bu gerçeği ne yazık ki göz ardı ediyoruz...Bu yüzden istisnasız olarak psikosomatik yaklaşımı yani bütünsel bakışı her hastaya uygulamak ve tıbbın içine yeniden yerleştirmek gerekir. Bugün böylesi bakış açısına “bütünsel yaklaşım” diyoruz.

...Hipokrat’tan sonra gelen bütün hekimler bizi yani hastaları, hastalık belirtisinin bedendeki işlevsel bir hatadan kaynaklandığına ve rastlantısal olduğuna, bu arada hal çaresinin de bedende bulunması gerektiğine inandırmaya çabalarlar...İyileşmek bilinçte evrilmemiz yolu ile oluşur. İlaçlar bu konuda sadece yardımcıdırlar...”(Pozitif, 2017/02, s.77)

“Düşüncelerimizin hastalıklarımızı oluşturduğuna inanmakta güçlük çekiyorsanız bir doktorun ağzından; düşüncenin etkisi ile prefrontal korteksten salgılanan nörotransmitter moleküllerinin düşünceyi nasıl bedene indirdiğini ve düşündüğümüzü “gerçek” hale getirdiğini okumak aydınlatıcı olabilir...” (Pozitif, 2018/03, s.27)

Geleneksel tıbbın iyileştirme teknikleri arasında, bulunduğu coğrafyaya ait pek çok farklı uygulama (şifalı bitkilerin, taşların kullanımı, çeşitli ritüeller, vb.) yer almaktadır. Bu da onu, ait olduğu kültürün bir parçası yapmaktadır. Kaplan (2010, s. 33-37) geleneksel tıp ile alternatif tıp kavramlarının birbirinden ayrı olduğunu belirterek, alternatif tıbbın, geleneksel tıbbın ticari amaçlarla üretilen bir hali olduğunu vurgulamakta ve reiki, yoga, vb. teknikleri buna örnek olarak göstermektedir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular da bu görüşü destekler niteliktedir. Geleneksel tıp veya bütünsel sağlık anlayışından bahsedilirken önerilen, anlatılan yöntemlerin Türkiye’nin coğrafyasına ait olmadığı görülmüştür. Yukarıda da değinildiği gibi çoğunlukla Uzak Doğu’ya ait yöntemler içeriklerde yer almıştır.

SONUÇ

Tarihsel süreçte sağlık, hastalık ve şifa kavramlarına yönelik tanım ve yaklaşımlarda önemli değişiklikler olmuştur. Toplumsal yaşam alanında yaşanan dönüşümler bu kavramların ele alınış biçimini de değiştirmiştir.

Sağlığın ele alınış biçimine yönelik olarak yapılan eleştirilerin büyük bir çoğunluğu modern tıp yaklaşımının sağlık anlayışı üzerinde yoğunlaşmaktadır. Sağlığı tekniğe dönüştürmekle, özne-beden ayrımı ile, bedeni makine olarak görmek ile, doktorların hasta üzerindeki iktidarı, vb. nedenlerle eleştirilen modern tıbbın yanında bugün geleneksel tıp uygulamaları oldukça güçlü bir biçimde yerini almış gözükmektedir. Bütüncül sağlık söylemiyle öne çıkarılan geleneksel yaklaşım ile birlikte, tedavi sürecinden bilimsel olmadığı gerekçesi ile dışlanan şifa kavramı da yeniden kamusal alanda dolaşıma sokulmuştur.

Postmodern dönemlerin sağlık, hastalık, şifa kavramlarının medya metinleri üzerinden değerlendirildiği bu çalışma ile aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

Pozitif Dergisi genel olarak değerlendirildiğinde; derginin herkesi kapsayan bir söyleme sahip olduğu görülmüştür. Metinlerde konuların ele alınış biçimi ile derginin karşısına aldığı herhangi bir inanç, grup, vb. bulunmamaktadır. Ayrıca derginin kadın-erkek, genç-yaşlı- çocuk, toplumun tüm kesimlerini kapsayan bir söylemi mevcuttur. Söylemlerin aktörleri arasında tıp hekimleri, eczacılar, klinik psikologlar, beslenme uzmanlarının yanında yoga terapistleri, ayurvedik yaşam eğitmenleri gibi yeni uzmanlar da yer almaktadır. Ayrıca dergi risksiz bir

söyleme sahiptir. Dergide önerilen uygulamaların kişilere herhangi bir zararı söz konusu değildir. Derginin söyleminde dikkati çeken bir diğer unsur ise, kişinin sağlıklı olma, sağlığını koruma konusundan bireysel olarak sorumlu olduğu ve değişime önce kendisinden başlaması gerektiği vurgusudur.

Postmodern söylemin sağlık alanına yönelik eleştirilerine bakıldığında bu eleştirilerin daha çok sağlık ve hastalığın tanımlanması, sağlık ve tıp bilgisinin kaynağı ile hasta ve uzmanlar arasındaki iktidar ilişkileri üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Daha önce de değinildiği gibi postmodern söylem sağlık, hastalık ve bedenle ilgili tek nedenli açıklamaları diğer bir ifadeyle bu konuların sadece biyolojik bir süreç olarak ele alınmasını eleştirmiştir. Bu söylemsel sürece paralel bir biçimde, sağlık ve hastalığa yönelik yaklaşımlar da giderek bütünsellik vurgusu ile birlikte kullanılır olmuştur. Postmodern zamanların sağlık, hastalık ve şifa söylemlerinin medya metinleri üzerinden incelendiği bu çalışmanın sonucunda, benzer bir biçimde dergi içeriklerinde sağlığın bütünsellik teması öne çıkartılarak “ruh-beden-zihnin birlikte iyiliği” şeklinde sunulduğu görülmüştür.

Sağlık alanına yöneltilen bir diğer eleştiri ise modern tıp ve sağlık bilgisinin tek ve gerçek bilgi olarak sunuluyor olması, bunun ise alternatif olabilecek bilgilerin dolaşıma girmesini engellediğidir. Modernitenin katı bilim anlayışı karşısında postmodern söylem, bilimsel bilginin sınırlarının değişimine yol açmıştır. Bu yeni bilgi anlayışında disiplinlerarası bir yaklaşımın yanı sıra yerel bilginin de ön plana çıkmaya başladığı görülmektedir. Sağlık alanında da yansımalarını bulan bu değişim geleneksel tıba diğer bir ifadeyle “yerele” dair uygulamaların daha görünür olmasına yol açmıştır. Geleneksel tıbbın bilgisi gözlemler ve deneme yoluyla elde edilen, yüzyıllarca biriken ve kültür aracılığı ile nesilden nesile aktarılan bilgidir (Ersoy, 2014, s.185-187). Bu çerçevede derginin içerikleri incelendiğinde de sağlık, hastalık ve şifaya yönelik bilginin, bilimsellik kategorisi dışında farklı kaynaklarla da ilişkilendirilerek sunulduğu görülmüştür. Dergi alternatif bilgi kaynaklarına içeriklerinde yer vermiştir. Özellikle modern tıbbın ulaşamadığı yerel, kültürel bilgilere ulaşmak, hastalıklara neden olan unsurları ortaya koyabilmek açısından önemlidir. Bu anlamda postmodern bilgi anlayışı sezgisel, deneyimsel ve yerel bilgilerin ortaya çıkarılmasına imkan tanımaktadır. Bütünsel sağlık yaklaşımını öne çıkaran Pozitif dergisi içeriklerinde yerellik vurgusu dikkat çekici bir nitelik taşımaktadır. Ancak bu Uzak Doğu'ya ait bir yerelliktir.

Postmodern söylemin bir diğer eleştiri noktası, doktorlar ve hastalar arasındaki iktidar ilişkileri üzerine olmuştur. Uzmanların, hastanın kendi durumu ile ilgili bilgisine, deneyimlerine başvurmaması sıklıkla eleştirilmiştir. Dergi içerikleri incelendiğinde sağlıklı olmak da hastalığın nedenlerinin öğrenilmesi de bizzat bireyin merkezinde yer aldığı bir süreç olarak sunulmaktadır. Bireyin kendini tanıması, bilmesi O'nun, bedenini-zihnini-ruhunu dengede tutabilmesinin temeli olarak ifade edilmektedir. Modern tıp alanında gerek sağlıklı olmanın gerekse hastalığın tedavisinin bilgisi sadece uzmanda toplanırken, postmodern zamanların bireyi kendi sağlığı üzerinde daha aktif olarak gözükmektedir. Ancak diğer yandan ortaya çıkan yeni uzmanlarla da çevresi kuşatılmış gözükmektedir.

Dergide sağlık, hastalık ve şifa kavramlarının kullanımı, geleneksel tıba ait görünmekle birlikte bu kavramların kullanıldığı toplumsal ve tarihsel bağlama bakıldığında farklı anlamlarla yüklü oldukları görülmektedir. Bu anlamlar üzerindeki hegemonik mücadelenin sürmekte olduğu ve zaman zaman paradigmatik bir devrim yaşanmaktadır. İncelediğimiz tema ve örnekler bağlamında henüz sağlık alanında böyle bir devrimci sürecin yaşandığını iddia etmek güç olsa da, postmodern döneme ait geleneksel tıbbın yeniden biçimlendirilmiş halinin zorlayıcı bir baskı uyguladığı açıktır. Bu yeni paradigma ise sadece söylemsel düzeyde değil, hem ulusal hem de küresel düzlemde alternatif tıp merkezlerinin yaygınlaşmasıyla, bu konuda yurtiçi, yurtdışı eğitim programlarından geçerek uzmanlaşmış bir grubun yetişmesiyle ve bu

konuda yayın yapan akademik dergilerdeki makalelerin meseleye ilişkin bütüncül yaklaşım ve yöntemleri bir arada uygulamaya dönük önerileriyle gerçekleşmektedir.

Geleneksel tıbbın şifalanma sürecinde iyileştirme pratikleri her kültürün kendine özgü olmaktadır. Modern tıbbın bilimsel olmadığı gerekçesi ile mesafe koyduğu şifa ve şifacı kavramları, günümüzde sağlık ve hastalığa bakış açısının değişimiyle birlikte yeniden gündeme gelmiştir. Ancak şifa yollarının toplumun kendi kültüründen ziyade küresel ölçekte popüler hale gelen yollardan sunulduğu görülmüştür.

Araştırmanın sonucunda, geleneksel olandan “bütünsellik”, “ruh-beden-zihin birlikteliği”, “iyileşmenin önce ruhta başlaması”, “şifalanmak” söylemleri devralınmış gözükmeyle birlikte; bu söylemlerle sağlıklı olmak için, şifalanmak için gönderme yapılan yöntemler, bu yöntemlere ulaşılabilecek mekanlar, maddi koşullar, sosyo-ekonomik düzeyi orta ve üst dilimde yer alan kişilerin erişimine uygun gözükmektedir. Man ve Balcı'ya (2006) göre de “sağlık alanına yönelik postmodern pratikler de tüketim ağına dahil edilmiştir”. Geleneksel tıbbın şifa söylemi ticarileşmiş ve medya dolayımı ile kamusal söyleme dahil edilmiştir.

Modernite ile birlikte bireylerin sağlığının korunması ve devamlılığının sağlanması işinin devredildiği hekimlere ve tıp kurumuna postmodern dönemde yeni uzmanlar grubunun eklendiği, bu yeni uzmanlar grubunun şifa söyleminin ise gelenekseli, ticari bir nitelikte yeniden ürettiği ortaya konulmuştur. Modern - postmodern tartışma ekseninde bilimsel bilgiye yaklaşımda önemli değişimler olmakla birlikte uzmanların hala yerlerini koruduğu görülmektedir.

Bu çalışmada, postmodern zamanın bütünsel sağlık yaklaşımı medya metinleri üzerinden analiz edilmeye çalışılmıştır. Konuyla ilgili olarak gelecekte yapılacak çalışmaların bu metinleri okuyan/izleyen kişilere yönelik olarak alımlama analizleri biçiminde yapılmasının alana önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Bauman, Z. (1996). Yasa Koyucular ile Yorumcular. Çev. Kemal Atakay. İstanbul: Metis
- Bauman, Z. (2001). Parçalanmış Hayat Postmodern Ahlak Denemeleri Çev. İsmail Türkmen.1. Baskı. İstanbul: Ayrıntı
- Bauman, Z. (2006). Sosyolojik Düşünmek. İstanbul: Ayrıntı
- Bury, M. (1998). “Postmodernity and Health”. Modernity, Medicine and Health: Medical Sociology Towards 2000. Ed. Graham Scambler, Paul Higgs, NY: Routledge. pp:1 29.
- Cirhinlioğlu Z. ve Mutlu S. (2002). “Postmodern Söylemlerde Sağlık” Toplum ve Hekim,17(5),Eylül-Ekim, s:350-357
- Duyar, İ. (2006). “Eleştirel Medikal Antropoloji”. Toplum ve Hekim. 21(1) s:17-20.
- Erbaydar, T. (2002). “Sağlık; Kimin İçin?”. Ankara: Toplum ve Hekim. Cilt:17, s:4, s:304-313.
- Erdemir, A. D., (1996). Tıbbi Deantoloji ve Genel Tıp Tarihi. Bursa: Güneş ve Nobel
- Ersoy R. (2014). “Modernizm –Postmodernizm Bağlamında Geleneksel Tıp Uygulamalarının Güncelliği Üzerine Bir Değerlendirme”. Milli Folklor, sayı:101,s:182-192
- Feyerabend P. (1999). Özgür Bir Toplumda Bilim. Çev. Ahmet Kardam, 2. Basım, İstanbul: Ayrıntı
- Geray, H. (2017). Toplumsal Araştırmalarda Nicel ve Nitel Yöntemlere Giriş. Ankara: Ütopya

- Gökçe O.(2019). Klasik ve Nitel İçerik Analizi. Konya: Çizgi.
- Giddens, A. (1998). Modernliğin Sonuçları. 2. Baskı. İstanbul: Ayrıntı
- Illich, I.(1995). Sağlıkın Gaspi. Çev. Süha Sertabiboğlu. İstanbul: Ayrıntı
- Kaplan, M. (2010).Geleneksel Tıbbın Yeniden Üretim Sürecinde Kadın. Ankara: Ankara Üniversitesi Rektörlüğü Yayınları : 257
- Kasapoğlu A. (2001). "Güncel Sosyal Sorunlar ve Sağlık". Toplum Bilim Sağlık Sosyolojisi Özel Sayısı, sayı:13,s:23-35
- Küçük, M.(2000). Modernite Versus Postmodernite. 3. Baskı. Ankara: Vadi
- Köker L. (1998). İki Farklı Siyaset. Ankara: Vadi
- Man F. ve Balcı A.(2006). Postmodern Bir Dönemde Modern Bir Pratik Olarak Sağlık. https://www.researchgate.net/publication/267409148_POSTMODERN_DONEMDE_MODE_R_N_BIR_PRATIK_OLARAK_SAGLIK
- Özsan G. (2001). "Geleneksel ve Modern Tıp Üzerine". Toplum Bilim Sağlık Sosyolojisi Özel Sayısı, sayı:13,s:77-79
- Ritzer G. ve Stepanisky J. (2018).Modern Sosyoloji Kuramları. Çev. Himmet Hülür, 2. Baskı. Ankara: De Ki
- Russell, B.,(1990). Din ile Bilim. Çev. Akşit Göktürk . İstanbul: Say
- Şaylan G. (2002). Postmodernizm. 2. Baskı, Ankara: İmge
- Yıldırım A. Ve Şimşek H.(2013).Sosyal Bilimlerde Nitel araştırma Yöntemleri.9. Baskı, Ankara: Seçkin.

İnternet Kaynakları

(https://www.who.int/medicines/areas/traditional/congress/beijing_declaration/en/)