

# Mecmûa-yı Letâifte İnsan Sağlığına Dair İpuçları

## Clues about Human Health in Mecmûa-yı Letâif

Erdal KILIÇ\*

### ÖZET

On sekizinci yüzyılda Osmanlı Devleti'nde Türk müziği büyük bir gelişme göstermiştir. Bu gelişmelerin en önemli tanıkları ise mısraların kaydedildiği, yazıldığı güfte mecmualarıdır. Dönemin güfte mecmualarından biri olan ve en önemlisi de bir hekimbaşı tarafından yazılmış olan *Mecmûa-yı Letâif fi Sandukati'l-me'ârif* isimli eserde yer alan Türk mûsikisinin makamları ve insan fizyolojisi üzerinde bıraktığı tesirlerinin ifade ediliyor olması müziğin insan sağlığında ne denli vazgeçilmez olduğunun bir kanıtı olarak durmaktadır. Ayrıca, bir doktorun devrin müziği ile de ilgilenmiş olması Osmanlı Devleti'nde ilim ve sanatın bir arada yürütülebildiğinin güzel bir örneği olarak geleceğe ışık tutmaktadır.

**Anahtar sözcükler:** *Müzik, makam, güfte, tıp.*

### ABSTRACT

In the eighteenth-century Ottoman State, Turkish music demonstrated a significant development. Among the most important evidence of these developments is the song journals in which verses were recorded. One of the song journals of the period, and among the most important, is the *Mecmûa-yı Letâif fi Sandukati'l-me'ârif*, written by the sultan's chief physician. Its impact on makams of Turkish music and human physiology is expressed and it stands as a testament as to how integral music is to human health. Furthermore, a doctor showing interest in the period's music is a great example of how much science and art were held in common in the Ottoman Empire, shedding a light on the future.

**Keywords:** *Music, makam, song, medicine.*

\* İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tarih Anabilim dalı Yeniçağ doktora programında İstanbul Üniversitesi Merkez Kütüphanesi Nadir Eserler Bölümü (İÜ Ktb.) Türkçe Yazmaları Kısımında (TY) 3866 demirbaş numarası ve 780 tasnif numarası ile kayıtlı olan güfte mecmuasını 2013'te Doktora Tezi olarak hazırlamıştır. Halen Özel Getronağın Ermeni Lisesi'nde Müdür Başyardımcısı ve Tarih Öğretmeni olarak görev yapmaktadır. rdlkic@hotmail.com

## Giriş

Düşünebilen, karar verebilen ve karşılaştırma yeteneği olan insan, bu yetenekleriyle diğer canlılardan belirgin bir şekilde ayrılır ve bilgisini de hayatını daha olumlu ve verimli kılabilmek için kullanmaya çabalar. Bu yönüyle sosyo-kültürel bir yapıya sahip olan için doğruyu, güzeli ve estetiği araması bir ömür devam eder. Uçan'a göre ise insan, "biyopsişik, toplumsal ve kültürel bir varlık olup, bedensel, bilişsel, duyuşsal ve devinışsel yapılarıyla bir bütündür"<sup>1</sup>. Tabii olarak tüm insanlar, kendilerine özgü niteliklerle belli bir toplum içinde doğar, büyür ve ait olduğu toplumu kültürüyle yoğrularak gelişirler. "İnsanın dünyaya geldiği toplum içinde sağlıklı olarak yaşayabilmesi, fizyolojik (beslenme, korunma gibi), sosyal ve psikolojik (sevme, sevilme, gruba ait olma gibi) gereksinimlerinin dengeli olarak karşılanmasıyla mümkündür"<sup>2</sup>. Dolayısıyla insan için bu gereksinimlerin en önemlilerinden birisi de belli bir amaç ve yöntemle, belli bir güzellik anlayışına göre işlenerek birleştirilmiş seslerden oluşan estetik bir bütünlüğü bulunan müziktir<sup>3</sup>.

Müzik, insanda hoş duygular uyandıran, keyifli anlar yaşatan bir uğraş olmanın yanında melodi ve ritimlerin düzenliliği sayesinde iç disiplini geliştiren ve insanın kurallara uymasını da kolaylaştıran bir uğraştır<sup>4</sup>. Başlı başına konusu, kuralları ve bir yöntemi bulunan müzik için bugüne değin birçok tanımı yapılmış; bilim ve sanat olarak niteleyenler olmuştur. Günümüzde ise müzik sesler bilimi ve sesleri insanın karakterine ve duygularına uygun bir şekilde kullanma ve uygulama sanatı olarak tanımlanmaktadır<sup>5</sup>.

Uçan, *İnsan ve Müzik İnsan ve Sanat Eğitimi* adlı kitabında, Türkçe'de müzik kavramının birbirinden farklı on üç tanımından söz ederek yeni yaklaşımlara göre ele almıştır. O'na göre tek bir tanım müziği açıklamaya yetmez, çünkü yapılan tanımların çoğu, kişinin kendi düşüncelerine ya da müziğin var olduğu döneme göre değişebilen ifadeler olabilmektedir. Bu manada müzik eğitimini de insanın yakın çevresiyle, müzik yoluyla ilişki kurabilmesi açısından değerlendiren Uçan, müziği, insanı saran, insanın neredeyse onsuz edemediği bir olgu olduğu yönünde ifadesini devam ettirmektedir<sup>6</sup>.

Müzikle terapi, müzikal seslerin ve melodilerin fizyolojik ve psikolojik etkilerini çeşitli ruhsal bozukluklara göre ayarlamak suretiyle, sistemli bir yöntem altında yapılan tedavi şeklidir. Bu, hemşirelik uygulamalarının içinde yer alan noninvazif<sup>7</sup> bir relaksasyon<sup>8</sup> tekniği olmakla birlikte, hastaların bakımlarına katılmalarını kendi düşünceleri doğrultusunda imkan sağlayan estetik yaklaşımlı bir terapi yöntemi olarak da kabul edilmektedir<sup>9</sup>.

1- Ali Uçan, *İnsan ve Müzik İnsan ve Sanat Eğitim*, Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, Ankara, 1996, s. 10.

2- Melek Güngör Öztürk, *Kendi Kendine Öğrenme Yönteminin Öğrenme Ürünlerine Etkisi*, (Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 1990, s. 1-7.

3- Uçan, *İnsan ve Müzik*, s. 10.

4- Adnan Kulaksızoğlu, *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1998, s. 143-144.

5- Feridun Darbaz, *Türk ve Batı Müziği*, Musiki Kültür Derneği Yay. No: 1, İstanbul, 1973, s. 1.

6- Uçan, *İnsan ve Müzik*, s. 20.

7- Yayılmayan, girişimsel olmayan (*Türkçe Tıp Dili Klavuzu*, Kocaeli Üniversitesi Basımevi, İzmit, 2006, s. 56).

8- Gevşeme, gevşeklik (*Türkçe Tıp Dili Klavuzu*, Kocaeli Üniversitesi Basımevi, İzmit, 2006, s. 68).

9- Sevban Arslan, *Effect of Music on Preoperative Anxiety in Men Undergoing Urogenital Surgery*, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu., Erzurum, 2007; Güngör Şatıroğlu, *Cerrahi Girişim Yapılacak Vakalarda, Preparatif Dönemde Müzik Terapi ve Dokunma Terapisi İçeren Hemşirelik Uygulamalarının Hasta Üzerine Etkilerinin Araştırılması*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 1999.

Ülkemizde 1976 yılında, TÛMATA adlı bir grup, Türk musikisinin<sup>10</sup> doğuşunu, gelişmesini, tedavi değerini, repertuar ve enstrüman zenginliğini araştırmak ve tanıtmak amacı ile Rahmi Oruç Güvenç tarafından kurulmuştur. 1991-1995 tarihlerinde İstanbul Üniversitesi Etnomüzikoloji Araştırma ve Uygulama Merkezi'ne bağlı olarak faaliyet gösterdikten sonra, Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü'nde, Türk Musikisini Araştırma ve Tanıtma Birimi olarak faaliyetine devam etmektedir. Grubun çalışmaları içerisinde, çeşitli sufi dansları<sup>11</sup> (semah ve sema)<sup>12</sup> incelenmekte ve oluşturulan aktif müzikterapi anlayışı ile bu eski teknikler, modern tıp içinde, otizm, geriatrı, onkoloji, immünoloji, nöroloji, kardiyoloji, depresyon, anksiyete vb. konularında tedavi amacı ile uygulanmaktadır. Bu konularda Tûmata, Berlin Urban hastahanesi ve Viyana Meidling Kliniği işbirliği söz konusudur.

### XVIII. Yüzyılda Müzik-Tıp İlişkisi

On sekizinci yüzyıl, Osmanlı bestekârlarının yetiştiği ve Türk müziğinin gelişme gösterdiği bir dönemdir<sup>13</sup>. Başta padişahlar<sup>14</sup> olmak üzere, devletin ileri gelenleri tarafından müzik desteklenmiş ve korunmuştur<sup>15</sup>. Yüzyılın başında kendisi de müzisyen, hattat ve şair olan Sultan III. Ahmed ile başlayan bu destek, Sultan I. Mahmud (1730-1754), Sultan I. Abdülhamid (1774-1789) ile devam etmiş ve yine müzisyen ve bestekâr bir padişah olan Sultan III. Selim (1789-1807) ile de geliştirilmiştir<sup>16</sup>.

Bilindiği üzere tarihte siyasi hatıraların yanında kültürel katkıları ile anılan ve var olan toplumların kültür dinamiği müzik, mimari, şiir ve hat sanatı gibi güzel sanatlarla oluşturulmaktadır<sup>17</sup>. Bu anlamda Bahaeddin Ögel'in de ifade ettiği üzere Türk kültürünü oluşturan unsurların arasında Türk müziği de yer almaktadır<sup>18</sup>. Türk müziğinin mevcut değeri ise ancak bulunduğu kaynakların inceleme ve araştırılması, gün yüzüne çıkarılması ile mümkün olabilecektir. Türk müzik eğitiminin kaynaklarından olan ve eski güftelerin günümüze ulaşmasında önemli bir rol oynayan güfte mecmualarının araştırılması bu değeri daha açık şekilde ortaya çıkaracaktır.

Türklerin tarihte müzik ile olan ilgisinin ve bu sisteme az çok karışan her türlü müziğin teknik gelişiminin incelendiği bir süreci kapsayan Türk müzik tarihi, kültür tarihinin, kültür tarihi de medeniyet tarihinin birer parçası durumundadırlar<sup>19</sup>. Bundan dolayı Türk müzik tarihi bu inceliğe dikkat edilerek hem kültür tarihi hem de müzik tarihi yaklaşımıyla incelenmesi ve çalışılması gereken önemli bir alan olarak kabul edilmektedir<sup>20</sup>.

10- Musiki ses üzerine kurulmuş, güzel sanatların en mühim ve güçlülerinden olan bir sanattır (Yılmaz Öztuna, *Türk Müsikisi Ansiklopedik Sözlüğü II*, Orient Yayınları, Ankara, 2006, s. 59).

11- Dünya işleriyle meşgul olmayarak dünya hazırlarına karşı direnen zâhidin bu halinin adetâ bir tasavvurudur. Semadan farklı olarak bel ve boyun bükülerek yapıldığı için daha zor ve dengeli yapılmayı gerektirir (Ahmet Talât Onay, *Açıklamalı Divan Şiiri Sözlüğü*, Haz. Cemal Kurnaz, H Yayınları, İstanbul, 2009, s. 498).

12- Semah ve sema birer ibadet şeklidirler. Semah deyişler eşliğinde yapılan dinsel tören olmakla beraber, sema da benzer şekilde tasavvufi bir aşkla icrâ edilir (Onay, *Açıklamalı Divan Şiiri Sözlüğü*, s. 412).

13- İsmail Hakkı Uzunçarşılı, *Osmanlı Tarihi*, C. IV, Böl. 1, C. IV, Kıs. 2, TTK Basımevi, Ankara, 19823-19832, s. 524-526.

14- Büyük şâh ve büyük imparator anlamlarına gelmekle beraber Osmanoğulları'ndan gelen Türkiye hükümdarlarının genel ünvanıdır (Öztuna, *Türk Müsikisi Ansiklopedik Sözlüğü II*, s. 182).

15- *Mehter Tarihi, Teşkilâtı ve Marşları*, Berksoy Basımevi, İstanbul, 1975, s. 26.

16- Uzunçarşılı, *Osmanlı Tarihi*, C. IV, s. 562.

17- Ahmet Selim Teymur, *Türk Müsikisi*, Pan Yayıncılık, İstanbul, 2010, s. 17.

18- Bahaeddin Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş*, C. I, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., Ankara, 1984, s. 1, 120, 348, 397.

19- Hasan Sami Yayingöl, *Müziğin Gelişimi ve Biçimleri*, AÜFAY Yay., Eskişehir, 1988, s. 28.

20- Ahmet Say, *Müzik Tarihi*, Müzik Ansiklopedisi Yay., Ankara, 1995, s. 19.

XVIII. yüzyıl Türk müziğinin tüm hızı ile gelişimini devam ettirdiği Ahmet Şahin Ak'ın da belirttiği gibi birçok müzik eseri yazıldığı bir dönemdir<sup>21</sup>. Yetişmiş olan büyük bestekârlar ile İtrî'nin şahsında bu dönemde Türk müziği çok gelişmiştir<sup>22</sup>.

Başta padişahlar olmak üzere sanatsever devlet adamları ve toplumun kültürlü kesimi de müzikle uğraşanları desteklemiştir<sup>23</sup>.

Bu yüzyılda Hekimbaşı Subhizade Abdülaziz Arif Efendi tarafından yazılan *Mecmûa-yı Letâif fi Sandukati'l-me'ârif* isimli eser yukarıda bahsedilen bilgiler doğrultusunda incelendiğinde, Türk müzik tarihinin temel kaynaklarından ve ait olduğu dönemin en geniş güfte repertuarlarından biri olarak kabul edilmekte; askeri tarih, edebiyat tarihi ve müzik tarihi için olduğu kadar insan fizyonomisini etkileyen makamlardan bahsetmesiyle de müzik-tıp ilişkisinin insan hayatında nedenli önemli bir yer tuttuğunu bir kez daha ortaya koymuş olmasıyla da büyük önem taşımaktadır<sup>24</sup>.

Bu yüzyıl, Osmanlı Devleti'nde "Batı Tıbbını Anlama ve Tercüme Dönemi" olarak adlandırılan (1730-1827) zaman diliminde, aralarında Ömer Şifâî (ö.1742), Ali Münşî (ö.1733), Abbas Vesim'in (ö.1760) de bulunduğu ve yabancı dil bilen hekimlerin Batı tıbbi kaynaklı bazı eserleri Türkçeye çevirerek Avrupa tıbbını takip ettikleri bir dönemdir. *Mecmûa-yı Letâif fi Sandukati'l-me'ârif* isimli eserin yazarı Hekimbaşı Abdülaziz Efendi de Hollandalı ünlü hekim Hermann Boerhaave'in önemli eserlerinden birisi olan Aforizmalar'ını çevirerek Türkçe'ye kazandırmıştır<sup>25</sup>. Bu esere günümüz nöroşirürji uygulamaları ile ilgili olmak üzere birçok konuda müracaat edilmektedir<sup>26</sup>. Bu durum Abdülaziz Efendi'nin müzisyenliğinin yanında nedenli önemli bir bilim insanı olduğunu da göstermektedir<sup>27</sup>.

## Makamlar ve Tesirleri

Günümüz bilim anlayışı, insana biyopsikososyal açıdan bakmayı öngörmektedir. İnsan birçok yönü olan değerli bir varlıktır ve hiçbir yönü diğerinden ayrı değildir. Nasıl beyin biyokimyası bozuk olan biri sosyal hayatında veya kendi iç dünyasında huzurlu olamazsa, bedenen sağlam olup iç dünyasında karmaşalar yaşayan veya sosyal hayatında sağlıklı iniş çıkışlar bulunan kişiler de mutlu olamamaktadır. Dolayısıyla insanın mutlak huzuru ve mutluluğu "homeostazis" dediğimiz sistemler arasındaki denge durumunun oluşmasıyla sağlanmaktadır. Bu perspektiften baktığımızda psikiyatrik hastalıkları hem biyolojik, hem psikolojik, hem de sosyal hastalıklar olarak düşünmeli ve tedavinin ancak bu üç sistemin uyumlu ve dengeli olmasıyla anlamlı olacağını bilmeliyiz. Ancak bu sayede uygun tedavi yaklaşımlarını bulabilir ve sunabiliriz. 20. yüzyılın sonları, ilaç tedavisindeki büyük gelişmelerin yanında psikoterapilerin de geliştirildiği bir dönem olmuştur. Bilişsel, davranışçı, destekleyici, dinamik psikoterapiler daha etkin hale gelmiş ve tedavide daha sık

21- Ahmet Şahin Ak, *Türk Müsiki Tarihi*, Akçağ Yay., Ankara, 2009, s. 97.

22- Şehvar Beşiroğlu, v.d., *Berker ve Yazıları*, İTÜ Türk Musikisi Devlet Konservatuarı Yay., İstanbul, 2010, s. 44-45; Yılmaz Öztuna, *Berker ve Yazıları*, İTÜ Türk Musikisi Devlet Konservatuarı Yay., İstanbul, 2010, s. 376.

23- Mehmet Nazmi Özalp, *Türk Müsiki Tarihi-Derleme-*, C. I, Ankara, Müzik Daire Başkanlığı Yay., 1986, 157.

24- Recep Uslu, *Fatih Sultan Mehmed Döneminde Müsiki ve Şems-i Rûmî'nin Mecmûa-i Güfte'si*, İstanbul Fetih Cemiyeti Yayını, İstanbul, 2007, s. VII.

25- İlhami Nasuhoğlu, *Tıp Tarihine Kısa Bir Bakış*, Diyarbakır Tıp Fakültesi Yay., 1975, Ankara, 1975, s. 46.

26- Rene Leriche, *Şirürjinin Felsefesi*, çev. Nail Karabuda, Sağlık ve Sosyal Yardım Bakanlığı Yay., Ankara, 1960, s. 2

27- Ali Haydar Bayat, *Tıp Tarihi*, Sade Matbaa. İzmir, 2003, s. 262, 273-277.

kullanılmaya başlanmıştır. İlaç tedavisine ilaveten psikoterapilerin uygulanması tedavideki başarı oranlarını daha da arttırmıştır<sup>28</sup>.

Son 50-60 yıl içinde bu tedavi anlayışının geçerli olmaya başlaması psikiyatri dünyasında yeni arayışları gündeme getirmiştir. İlk olarak II. Dünya Savaşından yaralı çıkmış askerlerin kaldığı hastanelerde, müzik kullanımının başlaması sonrasında bu uzmanlık dalının farkına varılmış ve 1960'lı yıllarda sayısı çok az olan müzikle tedavi uzmanlarının artırılması ve kapsayıcı tedavi anlayışına uygun bir eğitim almaları için çalışmalar başlatılmıştır. Müzikle tedavinin tanımı konusundaki tartışma bilim dünyasında uzun süre devam etmiştir. Bazı çevreler müzikle tedaviyi "alternatif" bir tedavi yöntemi olarak, bazıları da sadece "rehabilitasyon" yöntemi olarak kabul etmiştir. 1980 yılında Amerikan Müzik Terapi Birliği, müzikle tedaviyi şöyle tarif etmiştir: "Zihin ve fizik sağlığının kazanılması, sürdürülmesi ve düzeltilmesi için tedavi edici hedeflere ulaşmada kullanılan, müzikle tedavi uzmanlarınca yönlendirilen tedavi edici bir ortamda, davranışlarda arzu edilen değişikliklerin elde edilmesi için müziğin sistemli bir şekilde kullanılmasıdır. Bu değişiklikler, kişinin kendisini ve kendisiyle ilgili dünyayı anlamasını sağlayan, böylelikle kişi ile toplum arasında bir denge oluşturmayı başaran değişikliklerdir. Tedavi edici ekibin bir üyesi olarak müzikle tedavi uzmanı, özgül müzik aktivitelerinin planlanması ve uygulamasından önce, genel tedavi hedeflerinin yansımalarına ve kişisel problemlerin analizine katılır. Periyodik değerlendirmeler, uygulanan işlemlerin etkinliğinin saptanmasına yardımcı olur. En son 1997 yılında İhtiyaç duyulan bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve zihinsel ihtiyaçlarını karşılamada müziği ve müzik aktivitelerini kullanan bir uzmanlık dalıdır" tanımı yapılarak müzikle tedavinin alternatif tedavi yöntemi olmadığı; gelecekte tıbbi uygun, kendine has kuralları olan, bilimsel bir tedavi yöntemi olduğu tescil edilmiştir.

Horasan kaynaklı Türk Sanat musikisi<sup>29</sup> ve Horasan-Anadolu musiki makamlarımızın olgunluğu ile gelişen pasif-receptiv müzik terapi geleneği icrası sırasında hastalar rahat bir şekilde oturarak veya uzanarak dinlenme halindedir. Bu tedavi şeklinde amaç, hastaların emosyonel (duygu) durumlarını değiştirerek onları rahatlatmak ve kendine güvenlerini kazanmalarına yardımcı olmaktır.

Günümüzde de TUMATA tarafından uygulanan teknikte bu esaslara sadık kalınmıştır. Hasta istirahat pozisyonunu alır, bir seans süresince geniş ve rahatlatıcı bir ritim ve su sesi eşliğinde, Ney, Rebab, Çeng, Ud, Dombra ve Rübab ile emprovi-ze (ritimli taksim) yapılır ve uygun makamlar üzerinde çalışılır. Bu şekilde bir icra sırasında, otizm'den ve psikolojik çocuk hastalıklarından geriatri'ye kadar çeşitli psikolojik ve fizik hastalıklarda olumlu değişimler ve iyileşmeler gözlenmektedir.

Horasan kaynaklı Türk Sanat musikisi ve Horasan-Anadolu musiki makamları ve makamların ruha etkileri ise şöyle sınıflandırılmaktadır:

28- Hasan Cihat Örtter, *Müzik İle Terapi*, Mephisto Yayınları, İstanbul, 2005, s. 45-65.

29- Mevlana'nın babası Bahaeddin Veled'in Anadolu'ya gelirken ney, rebab, çeng, kudüm gibi çalgıları getirdiği ve Türk mûsikisinin gelişmesine katkıda bulunduğu bilinmektedir. Dini motiflerin yanı sıra sosyal konulara konulara da yer verilmeye başlaması Türk Sanat Müziği ile Mevlevî Müziğini de ortaya çıkarmıştır (Rahmi Oruç Güvenç, *Türk Musiki Tarihi ve Türk Tedavi Musikisi*, Metinler Matbaacılık, İstanbul, 1993, s. 21-22).

**Rast makamı:** İnsana sefa(neşe, huzur) verir.

**Rehavi makamı:** İnsana beka (sonsuzluk fikri) verir.

**Küçük makamı:** İnsana hassasiyet ( duyarlılık ) verir.

**Büzürg makamı:** İnsana havf ( çekinme, sakinme duygusu) verir.

**İsfahan makamı:** İnsana hareket kabiliyeti ve güven hissi verir.

**Neva makamı:** İnsana lezzet ve ferahlık verir.

**Uşşak makamı:** İnsana gülme 'dilhek' verir.

**Zirgüle makamı:** İnsana uyku 'nevm' verir.

**Saba makamı:** İnsana şecaat (cesaret, kuvvet) verir.

**Buselik makamı:** İnsana kuvvet verir.

**Hicaz makamı:** İnsana tevazu (alçak gönüllülük ) verir.

**Hüseyni makamı:** Sükunet ve rahatlık hissi verir. İçindeki, gizli pentatonik yapı sebebiyle, kendine güven ve kararlılık duygusu verir. Kalp, karaciğer ve mide hastalarının müzikle terapisinde kullanılır<sup>30</sup>.

Astrolojik yöntemlerle insan sağlığını araştırmanın temelinde eskiçağ bilimlerine göre her şeyin dört elementten (Ateş-Su-Hava-Toprak) türediği ve her birinin dört değişkenliğe (Sıcak-Soğuk-Kuru-İslak) sahip olduğu temel inancı vardır. Bu bağlamda da vücudun sağlık oluşumu dört mizacın dengeşik yapısına bağlı kalınmak suretiyle sınıflandırılmıştır. Buna göre;

**Hava karakterli:** Nemli ve sıcak soğukkanlı,

**Su karakterli:** Nemli ve soğuk,

**Toprak karakterli:** Kuru ve soğuk, pasif huysuz,

**Ateş karakterli:** Sıcak ve kuru olarak kabul edilmiştir.

Abdülaziz Efendi'nin mecmuasında yer alan "Terkîblerin Perdeleri ve Aslı Nedendir Beyân Olunur" başlığı altında makamlar, başlangıç ve karar perdeleri ile kısaca tarif edildikten sonra günün saatlerine ve insan fizyonomisine uygun görülen makamlar ve etkileri anlatılmıştır. Makamların hangi vakit ve saatte icra edilebilecekleri ifade edilerek, farklı yaratılışların anlatıldığı bu bölümde de yukarıdaki sınıflandırma dikkat çekmiştir:

"Sabahtan kuşluk vaktine değın soğuk ve ıslak(su gurubu), kuşluktan ikindiye değın sıcak ve kuru(ateş gurubu), ikindiden yatsıya değın sıcak ve ıslak(hava gurubu). ve yatsıdan sabaha değın soğuk ve kurudur(toprak gurubu)".

Sabah-kuşluk arası tavsiye edilen makamlar: Râst, büzürg, hicâz, şehnâz, selmek, bestenigâr, nikrîz, gerdâniye, nigâr, aşîrân, pençgâh, râst-mâye, uzzâl acem hicâz-ı muhâlif, râhatü'l-ervâhmuhâlifek, hicâz-ı acem, nühüft, nihâvend, behrûz,

30- Öztuna, *Türk Musikisi Ansiklopedik Sözlüğü II*, s. 17-19.

Türk-ihicâzdir. Tabiatı soğuk ve ıslaktır(su).Yani yorgunluk, enerji kaybı, hazım gücü eksikliği, iştah kaybı, uykusuzluk ve eklemelerinde zayıflık gibi belirtileri mevcuttur.

Kuşluk-ikindi arası tavsiye edilen makamlar: Kûçek-hüseynî, uşşâk, nevrûz, dilkeş-hâveran, nişâbûr, hisâr, rekb, rekb-i nevrûz, muhayyer, hüseynî, acem, çârgâh, uşşâk, mâye, nevâ, uşşâk, nevrûz-ı rûmîdir. Tabiatı sıcak ve kurudur (ateş). Yani cesaret, şiddet, saldırganlık ve laubalilik gibi niteliklerin hepsi bunda mevcuttur. Gıda kuvveti yönünden, incelik ve zafiyet öne çıkar. Hazmetme kuvveti yönünden, ağır gıdalarda rahat hazım, hafif gıdalarda zor hazım dikkat çeker. Saç gayet süratli yetişir, sık ve siyah olur. Zaman ilerledikçe, hızlı dökülme olur. Renk ise aşırı esmerliktir. Bu adam dokunduğu zaman sert ve hararetili hisseder.

İkinci-yatsı arası tavsiye edilen makamlar: Irak, zîrgüle, nevâ, geveşt, segâh, zâvil, nevâ-ı irak, hisârek, segâh-mâyemüste'âr, nihâvend-i hümâyûn, irak-mâye, müberka'[a], sâzkâr, segâh-acem, ırâk-ı acemdir. Tabiatı sıcak ve ıslaktır (hava).Yani Cesaret, kuvvet ve atılganlık güçleri henüz olgunlaşmamıştır, tam dirençli değildir. Şekil veren (musavvira) kuvvet yönünden, uzuvların büyüklüğü, göğsün genişliği dikkat çeker. Lakin eklemeler ve damarlar belirgin değildir. Bedenen etli ve yağlıdır ancak iç yağları azdır. Hazmı orta derecededir. Mikroplu hastalıklar ona süratle buluşur. Saçlar da orta seviyede olur. Ten rengi koyu kırmızıdır.

Yatsı-sabah arası tavsiye edilen makamlar: İsfahân, rehâvî, bûselik-mâye, beste-i İsfahân, İsfahâne, zîrkeşîd, nigâr, zezem, gerdâniyye, bûselik, vech-i hüseynî, karcigardır. Bunun da tabiatı soğuk ve kurudur (toprak).Yani enerji kaybı, hazımsızlık, iştahsızlık, uykusuzluk, eklem zayıflığı, sonbahar ve kışın kendini daha kötü hissetme gibi belirtileri mevcuttur.

İnsanların tenlerine göre makamlar ve tabiatlarının anlatıldığı bu bölümde ise şunlara değinilmektedir:

Kara yağız (esmer) kişi tabiatı kuru olandır. Ona irak makamına tabi olan makamlar okunmalıdır.

Buğday tenli kişi tabiatı sıcaktır. Ona İsfahan makamına tabi olan makamlar okunmalıdır.

Sarışın kişi ise tabiatı soğuk ve kuru olandır. Ona da râst makamına tabi olan makamlar okunmalıdır.

Sarının kumralı olan kişi ise tabiatı soğuk ve ıslak olandır. Ona ise kûçek makamına tabi olan makamlar okunmalıdır<sup>31</sup>.

Oniki makamın burç ve unsur ilişkisi ise şu şekilde gösterilmektedir<sup>32</sup>.

İnsanın yaşamında vazgeçilmez bir değere sahip bulunan müzik, sadece ruhsal yapının kötü olduğu durumlarda değil, iyi olduğu zamanlarda da insanı etkilemektedir. Geçmiş medeniyetlerde yaşamış olan insanların da hastalıkların tedavisinde müzikten faydalanma yoluna gittikleri bilinen bir gerçek olarak günümüze ulaşmış-

31- Erdal Kılıç, *Mecmûa-yıLetâif fi Sandukati'l-me'ârif*, (İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi), İstanbul, 2013, s. 1740.

32- Kılıç, *Mecmûa-yıLetâif*, s. 1738-1739.

tır. Zira müzik kendine özgü dili, yapısı ve anlatım unsurlarıyla insanın duygu ve düşüncelerine seslenmekte ve psikolojik sorunların dahi giderilmesinde terapik etkiler yapabilmektedir<sup>33</sup>.

Sıra	Makam	Burç	Unsur
1	Râst	Burc-ı Hamel (Koç)	Âteşî (Ateş)
2	Irak	Sevr (Boğa)	Hâkî (Toprak)
3	İsfahân	Cevzâ (İkizler)	Bâdî (Hava)
4	Zîrefkend	Seretân (Yengeç)	Âbî (Su)
5	Büzürg	Esed (Arslan)	Âteşî (Ateş)
6	Zîrgüle	Sünbüle (Başak)	Hâkî (Toprak)
7	Rehâvî	Mîzân (Terazi)	Bâdî (Su)
8	Hüseynî	Akreb (Akrep)	Âbî (Su)
9	Hicâz	Kavs (Yay)	Âteşî (Ateş)
10	Büselik (Nihavend)	Cedy (Oğlak)	Bâdî (Su)
11	Nevâ	Delv (Kova)	Hâkî (Toprak)
12	Uşşâk	Hût (Balık)	Âbî (Su)

Yukarıdaki tabloda burç ve unsur ilişkisi gösterilen makamların müzikteki yeri ve insan sağlığına katkısı ise Farabi'ye göre şöyle sınıflandırılmıştır<sup>34</sup> :

**Rast Makamı:** Havale ve felç hastalıklarına karşı şifadır. İnsana huzur ve neşe verir.

**Irak Makamı:** Saldırgan ve serser mizaçlılara fayda verir.

**İsfahan Makamı:** Güven hissi, uyum sağlama, hareket yeteneği, zihin açıklığı, gönül yenileme, düzgünlük verme, zekâyı açma ve hatıraları tazeleme özelliği vardır.

**Zîrefkend Makamı:** Sırt, mafsalsal, kulunç ağrılarında ve krampa faydalıdır. Beyinle ilgili ağız çarpılmasına, kalp, ciğer, göğüs, kalça ve sağ omuza etkilidir.

**Büzürg Makamı:** Ateşli hastalıklara iyi gelir, zihni açar, vesvese ve endişeyi, korkuyu uzaklaştırır.

**Zîrgüle Makamı:** Kalp hastalıklarının deva kaynağıdır. Öğleye doğru etkilidir. İnsana uyku verir.

**Rehavi Makamı:** Baş ağrısına ve akıl hastalıklarına karşı şifadır. Sabah vaktinde tesirlidir.

**Hüseyni Makamı:** Güzellik, iyilik, sessizlik, rahatlık verir ve ferahlatıcı özelliği vardır. Sabahleyin etkilidir.

**Hicaz Makamı:** Yatsıdan sabaha kadar olan zamanda etkisi fazladır. Alçakgönüllülük duygusu verir. Önemli bir etki alanı da göğüs bölgesidir.

**Nihavend Makamı:** Kuvvet ve barış duygusu verir. Akıl hastalıkları üzerinde iyileştirici etkisi vardır. Öğleyin etkilidir.

33- Haşmet Altınöğçek, "Tedavide Müzik ve Antik Dönem'de Uygulanması", *Müzik ve Bilim Dergisi / Journal of Music and Science*, Sy. 1, İstanbul, 2004.

34- Sadık Yiğitbaş, *Musiki ile Tedavi*, İstanbul, 1972, s. 34.



**Neva Makamı:** Akıl hastalıklarının tedavisinde faydalıdır. Büluğ çağındaki kız çocuklarının kadın hastalıklarına iyi gelir.

**Uşşak Makamı:** Kalp, karaciğer, sıtma ve mide hastalıklarına karşı faydalıdır. İnsana neşe verir. Öğle vakti tesirlidir.

## SONUÇ

Türk tarihi ve kültüründe önemli bir yeri olan müzik ve bunlarla yapılan tedavi konusunda makam müziği ile tedavi' günümüz tıbbında yeniden güncelleşmiş bulunmaktadır. Bin yıldan daha önceki zamanlarda Orta Asya'da, Horasan ve Uygur bölgelerinde gelişerek yayılan makam musikisi hakkında Farabi, İbn-i Sina, Ebu Bekir Razi, Hasan Şuri, Hekimbaşı Gevrekzâde Hafız Hasan Efendi, Haşim Bey eserler yazmışlar ve makamların duygular ve organlarla ilişkilerini tasniflerle belirtmişlerdir. Tedavi amacı ile kullanılan pentatonik müzik adı verilen bir gam içinde 5 sesin kullanılması ile oluşan müzik formu Türk illerinde gelişmeye devam ederken, yedili sistem olan ve bir tam sesin dokuz komadan oluşması esasına dayalı makam sistemi, takriben dört yüzü geçen makam zenginliği ile kültür, sanat ve sağlığımıza büyük katkıda bulunmuştur.

M.S. 834-932 yıllarında yaşamış olan Müslüman Türk bilginlerinden Ebu Bekir Razi, melankoliklerin tedavisi üzerine yazdığı bir eserinde şöyle diyor: "... melankolik hasta kesinlikle meşguliyetle tedavi edilmelidir. ... melankolik hasta balık tutma veya avlanma gibi eğlenceli işlerden biri ile uğraşmalıdır. Mümkünse çeşitli oyunlara alıştırılmalıdır; huyunu, ahlakını, davranışlarını beğendiği ve sevdiği kimse ile buluşup görüşmeli özellikle güzel sesle okunan şarkılar dinlemelidir."

Türk müziğinin gelişme gösterdiği ve destek gördüğü 18. yy. müzik tarihinin önemli kaynaklarından kabul edilen güfte mecmualarının günümüz bilim çalışmalarına kazandırılması sayesinde dönemin müzik çalışmaları ve müzik-tıp ilişkisi insan sağlığı açısından daha geniş bir şekilde öğrenilecektir.

Müellifin hazırladığı mecmuada birkaç yüzyıl ötesinden kendi dönemi de dâhil olmak üzere meşhur şair, bestekâr ve güftekârların eserlerinden örnekler vermesi, astroloji, edebiyat ve müzik ile meşgul olurken asıl mesleğinin tıp olması çalışmalarını başka bir yönden de kıymetlendirmektedir.

Bir hekimbaşı tarafından bir müzik mecmuası hazırlanması bu mecmuada insan sağlığının müzikle, makamla tedavi edilmesine dair ipuçlarının yer alması Osmanlı Devleti'nde ilim ve sanatın bir arada yürütülebildiğinin ve değer gördüğünün en önemli belgesi olarak görülmektedir.

Sonuç şu gerçeği de ortaya koymuştur ki, Osmanlı Türk toplumunun büyük bir itina ile oluşturduğu ve yaşattığı Türk müziği bu hayat içerisinde gelişmiş ve geniş bir kültür mozaiğine sahip olmuştur.

Zira tabiatın her zerresinde büyük bir nizam ve ahenk içinde devam eden ritim ve melodi beraberliği var.. Günümüz tıbbı da müzikten yardım almaya devam ediyor.

Kuş seslerindeki ahenk ve ritim mükemmelliğinde; elektronların, atomların, galaksilerin hareketleri ile vücudumuzdaki sıvıların dolaşımının büyütülen seslerinde müziğin varlık alemiyle ilgi ve ilişkisi artık bilinen ve şüphe götürmeyen bir gerçeklik olarak ortadadır. M.Ö. 400'lü yıllara kadar uzanan müzikle terapi ya da tedavi ile Osmanlı döneminde Edirne'de bulunan Beyazıt Külliyesi'ndeki akıl hastanesinde hastaların müzik eşliğinde tedavi edilmiş olması, günümüzde de psikiyatrinin müzikoterapiden faydalanması ve birçok hastanenin müzikterapi bölümlerinin bulunması müzik-tıp ilişkisinin insan sağlığında ne denli bir değer tuttuğunu gözler önüne seren gerçeklerdir.

### **Kaynakça:**

Ak, Ahmet Şahin: *Türk Müsikîsi Tarihi*, Akçağ Yay., Ankara, 2009.

Altınöççek, Haşmet: "Tedavide Müzik ve Antik Dönem'de Uygulanması", *Müzik ve Bilim Dergisi / Journal of Music and Science*, Sy. 1, İstanbul, 2004.

Arslan, Sevban: *Effect of Music on Preoperative Anxiety in Men Undergoing Urogenital Surgery*, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu., Erzurum, 2007.

Bayat, Ali Haydar: *Tıp Tarihi*, Sade Matbaa. İzmir, 2003.

Beşiroğlu, Şehvar v.d. *Ercümen Berker ve Yazıları*, İTÜ Türk Musikisi Devlet Konservatuvarı Yay., İstanbul, 2010.

Darbaz, Feridun: *Türk ve Batı Müziği*, Musiki Kültür Derneği Yay. No: 1, İstanbul, 1973.

Şatıroğlu, Güngör *Cerrahi Girişim Yapılacak Vakalarda, Preoperatif Dönemde Müzik Terapi ve Dokunma Terapisi İçeren Hemşirelik Uygulamalarının Hasta Üzerine Etkilerinin Araştırılması*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 1999.

Güngör Öztürk, Melek: *Kendi Kendine Öğrenme Yönteminin Öğrenme Ürünlerine Etkisi*, (Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, 1990.

Güvenç, Rahmi Oruç: *Türk Musikî Tarihi ve Türk Tedavi Musikîsi*, *Metinler* Matbaacılık, İstanbul, 1993.

Leriche, Rene: *Şirürjinin Felsefesi*, çev. Nail Karabuda, Sağlık ve Sosyal Yardım Bakanlığı Yay., Ankara, 1960.

Onay, Ahmet Talât: *Açıklamalı Divan Şiiri Sözlüğü*, Haz. Cemal Kurnaz, H Yay., İstanbul, 2009.

Ögel, Bahaeddin: *Türk Kültür Tarihine Giriş*, C. I, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., Ankara, 1984.

Örter, Hasan Cihat: *Müzik İle Terapi*, Mephisto Yayınları, İstanbul, 2005.

Öztuna, Yılmaz: *Türk Müsikîsi Ansiklopedik Sözlüğü*, C. I-II, Orient Yay., Ankara, 2006.

Kılıç, Erdal: *Mecmûa-yı Letâif fi Sandukati'l-me'ârif*, (İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi), İstanbul, 2013.

Kulaksızoğlu, A: *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1998.

- Nasuhiođlu, İlhami: *Tıp Tarihine Kısa Bir Bakış*, Diyarbakır Tıp Fakóltesi Yay., 1975, Ankara, 1975.
- Say Ahmet: *Müzik Tarihi*, Müzik Ansiklopedisi Yay., Ankara, 1995.
- Tanrıkorur, Cinuçen: *Müzik Kimliğimiz Üzerine Düşünceler*, Ötüken Neşriyat, İstanbul, 1998.
- Tezbaşlar, Ahmet: *Mehter Tarihi, Teşkilâtı ve Marşları*, Berksoy Basımevi, İstanbul, 1975.
- Teymur, Ahmet Selim: *Türk Müsikîsi*, Pan Yayıncılık, İstanbul, 2010.
- Türkçe Tıp Dili Klavuzu*, Kocaeli Üniversitesi Basımevi, İzmit, 2006.
- Uçan, Ali: *Müzik Eğitimi Temel Kavramlar-İlkeler-Yaklaşımlar*, Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, Ankara, 1994.
- Uçan, Ali: *İnsan ve Müzik İnsan ve Sanat Eğitim*, Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, Ankara, 1996.
- Uslu, Recep: *Fatih Sultan Mehmed Döneminde Müsikî ve Şems-i Rûmî'nin Mecmûa-i Güfte'si*, İstanbul Fetih Cemiyeti Yayını, İstanbul, 2007.
- Uzunçarşılı, İsmail Hakkı: *Osmanlı Tarihi*, C. IV, Böl. 1, C. IV, Kıs. 2, TTK Basımevi, Ankara, 19823-19832.
- Yaygıngöl, Hasan Sami: *Müziğin Gelişimi ve Biçimleri*, AÜAF Yay., Eskişehir, 1988.
- Yığıtbaş, Sadık: *Musiki ile Tedavi*, İstanbul, 1972.