

## Müzik ve Yaşlanan Beyin: Beyin Öyküleri

### Music and the Aging Brain: Tales of Brain

Ferreri, L., Moussard, A., Bigand, E., & Tillmann, B. (2018). Music and the aging brain. In M. H. Thaut & D. A. Hodges (Eds.), *The Oxford handbook of music and the brain* (pp. 623–644). Oxford Library of Psychology. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198804123.013.25>

Sacks, O. (2023). *Müzikofili: Müzik ve beyin öyküleri*. Yapı Kredi Yayınları.

Nurhan Can<sup>1</sup> 

**Anahtar Kelimeler:** müzik, yaşlanma, beyin, biliş, iyi olma

**Keywords:** music, ageing, brain, cognition, well-being

*Her birimizin zihninde müzik denen anlamsız tonal düzenlemeleri taşıyor olması gerçekten tuhaf bir şey...*

Müzik ve Beyin (The Oxford Handbook of Music and the Brain) başlığı ile 2018 yılında Thaut ve Hodges editörlüğünde yayımlanan eser, birçok yazarın katkısı ile oluşturulmuş olup müzik ve beyin araştırmaları başta olmak üzere birçok alana dokunmaktadır. Bu alanlardan birisi olan Müzik ve Yaşlanan Beyin (Music and the Aging Brain) bölümünde sağlıklı ve patolojik yaşlanma sürecinde müziğin rolüne değinilmiştir.

Gün geçtikçe yaşlanan toplumun sağlıklı yaşlanma süreci için güçlü bir araç olarak kabul edilen müziğin rolünün değerlendirildiği ilk bölümde, biliş ve iyi oluş (well being) üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu kapsamda yer verilen araştırma makalesi bulguları ile müziğin sağlıklı yaşlanma sürecindeki önemi ortaya konularak yadsınamaz rolüne dikkat çekilmektedir.

<sup>1</sup> **Sorumlu yazar:** Nurhan Can (Arş. Gör.), İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye. E-posta: [n.can@istanbul.edu.tr](mailto:n.can@istanbul.edu.tr), ORCID: 0000-0002-9906-3970

**Atf:** Can, N. (2024). Müzik ve yaşlanan beyin: beyin öyküleri [M. H. Thaut & D. A. Hodges The “The Oxford Handbook of Music and the Brain” adlı eseri ile O Sacks’ın “Müzikofili: Müzik ve beyin öyküleri” adlı eserinin değerlendirmesi]. *Senectus*, 2(1), 123-125. <https://doi.org/10.26650/senectus.2024.2.1.0026>

İkinci bölümde ise, patolojik yaşlanmanın en yaygın formunu oluşturan demans hastalarında görece daha az zarar görmüş alanlar olan müzik algısı ve belleğine ilişkin müdahale çalışmalarının etkililiğinin sınındığı bulgulara yer verilmiştir. Sonuç olarak rahatsızlığın derecesi de göz önünde bulundurulduğunda bilişsel performansın korunumu için müzikal aktivitelere katılım, belirli sınırlılıklar çerçevesinde umut vaat edici görünmektedir.

Bahsi geçen araştırma bulguları içerisinde bir kum tanesi olarak görünen ancak her vakanın biricikliğini kendi eserinde yaşanmışlıklar üzerinden vurgulayan Oliver Sacks, Müzikofili isimli kitabında oldukça ilgi çekici beyin öykülerine yer vermektedir. Yıllarca nörolog olarak görev yapmış olan Sacks, vakalarına ilişkin değerlendirmelerini gündelik bir dil kullanarak okuyucuyla buluşturmaktadır. Bu sayede yukarıda değinilmiş olan ampirik verilere ilişkin bulguları daha yakından tanımamızı sağlamaktadır. Müzikofili adlı eserinde müziğin, beynin tüm fonksiyonları üzerindeki etkilerini farklı yaş grupları içerisinde karşılaştığı ilginç vakaları üzerinden açıklamaktadır. Bu çalışmanın amacıyla örtüşen şekilde yaşlılık ve yaşlanma sürecine dair ele alınan olgular değerlendirmeye sunulmuştur.

Birincil sebep olarak ele alınabilecek, yaşa bağlı işitme yitiminden ötürü yaşanan müzikal halisünasyon (ses çeşitliliği bireye göre değişmekle birlikte zihinde durmaksızın beliren ezgiler, çocuk şarkıları ve gündelik yaşama ilişkin ritimler) deneyimleyen vakaların hatırı sayılır ölçüde toplum içerisinde yer aldıkları dikkat çeken bir detaydır. Yalnızca zihnin meşgul edilebildiği kısa zaman dilimleri hariç (bazı vakalar özelinde) varlığını korumaya devam eden belirtileri temporal lob epilepsisi, nöbetler, inme vb. durumlarla açıklamak mümkün olsa da yaşlanmakta olan bir beynin farklı değişkenler ile birleşimi olarak ele alınması biçiminde değerlendirilmiştir. Sunulan vaka örnekleri yaşanan durumun açıklığa kavuşturulması açısından okuyucuya yol gösterici olmaktadır.

Kitabın ilerleyen bölümlerinde yer alan amüziya bölümünde, Isabelle Peretz ve meslektaşları işitilen müziği tanımının başka bir ifadeyle müzik algısının, melodi ve ritim üzerinden gerçekleşmekte olduğunu ifade etmektedirler. İlginçtir ki algıyı oluşturan her iki kategoriye ilişkin yaşanan işlev bozukluğu (amüziya ve disarmoni) ya doğuştan gelebilen ya da elzem bir olay karşısında yaşanabilen işlev kaybı, olgu değerlendirmeleri üzerinden ele alınmıştır. Bir vaka örneği olarak 76 yaşında olan D.L., doğuştan ileri amüziyası olan, başka bir ifadeyle müziği hiç işitmemiş bir kadındır. Müziğe ilişkin algısı yaşamı boyunca olmamış ve yaşadığı durumun adını tesadüf eseri okuduğu makalede kendi durumuna ilişkin çalışmaları okuyana dek koyamamıştır. Bu durumun her toplum içerisinde görülmesi ve yaşlanma sürecinde gözden kaçması oldukça muhtemel bir vaka olarak ön plana çıkartılmasının yaşlılık araştırmaları açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Kitapta ele alınan diğer çarpıcı konulardan biri olan mutlak kulağın gelişimi için erken yaşta müzik eğitimi almış olmanın önemli ölçüde katkı sağlayacağı vurgulanmış olup gelişiminin nöral temelleri ve toplumda görülme sıklığına ilişkin araştırma bulguları ilgili bölümde karşımıza çıkmaktadır. İlerleyen yaş ile birlikte (felç, baş yaralanması, beyin enfeksiyonu gibi durumlar haricinde) mutlak kulak yapısının müzisyenlerde değişebileceği ve bu durumun meydana getirebileceği aksamalar (akortların farklı ses tonunda yapılması vb.) ileri yaştaki müzisyenlerin kendi iç dünyalarında birtakım duygusal çalkalanmaları beraberinde getirmelerinin olası olduğu ifade edilmiştir. Bu durumun ilerleyen araştırmalar açısından fikir oluşturabileceği düşünülmektedir.

Kitabın bir diğer bölümü olan “Parkinson Hastalığı ve Müzik Terapisi” kısmında yaşlanma sürecinde bireylerde görülme oranının artış gösterdiği Parkinson rahatsızlığı içerisinde müzik terapisinin rolüne değinilmiştir. Daha önce de ifade edildiği gibi müzik algısını oluşturan ritim duygusunun Parkinson hastalarının mustarip olduğu kasılma, hareketsizlik gibi belirtileri için hareketi başlatmayı kolaylaştırıcı bir araç olarak ele alınmıştır.

Kitabın son kısmında yer alan “Demans Tedavisinde Müzik Terapisi” bölümünde Sacks, çalışmanın girişinde de vurgulamış olan nörodejeneratif rahatsızlıklardan birisi olan demanslı hastalarda müzik terapisinin etkililiği üzerine araştırma bulgularına yer vermiştir. Tıpkı bulgularda yer alan sonuçlarda belirtildiği gibi, demanslı hastalarda müzik yalnızca bilişsel fonksiyonları harekete geçirmekle kalmayıp, üzeri toz bulutuyla örtülmüş olan duyguların açığa çıkışını kolaylaştırması açısından rolüne değinilmiştir. Bu durum müziğin, *anı konservelerini açan bir konserve açacağı işlevini görmesi* olarak ifade edilmiştir. Yine aynı bölüm içerisinde yaşlılıkta sıkça görülen Alzheimer gibi kortikal rahatsızlıklarda müziğin tüm beyin bölgelerine olan etkisinden ötürü yalnızca kortikal alanlar değil, korteks altı yapılara katkısından ötürü etkililiği vurgulanmıştır.

Sonuç olarak bu eserin müzik, nöroloji, psikoloji gibi alanlarına ilgi duyanlar için başvuru kaynağı sayılabilecek nitelikte olduğu düşünülmektedir. Her ne kadar çalışmanın amacı doğrultusunda yaşlılık ve yaşlanma sürecini hedef alan bir kaynak olmasa da bu sürece ilişkin olguların yer aldığı ender kitaplardan biri olması açısından önem arz etmektedir. Eserde sıkça yer verilen araştırma bulgularının yeni araştırmalara ve bu alanda çalışmayı düşünen araştırmacılar için eşsiz bir başvuru kaynağı olduğu düşünülmektedir. Kitapta yer verilen nörolojik durumların basit ve oldukça anlaşılır bir dille ifade edilmesinin, okuyucuların konuya ilişkin farkındalığının arttırılmasına katkı sunduğu düşünülmektedir.

