

MANEVİ BAKIMI DESTEKLEYİCİ BİR UYGULAMA: MÜZİK TERAPİ

AN APPLICATION SUPPORTING SPIRITUAL CARE: MUSIC THERAPY

NECMİ KARSLI

Dr. Öğr. Üyesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü
Asst. Prof., Karadeniz Technical University, Faculty of Theology, Department of Philosophical and
Religious Sciences

necmikarsli@hotmail.com

orcid.org/0000-0002-2975-9307

MAKALE BİLGİSİ	ARTICLE INFORMATION
Makale Türü	Article Type
Araştırma Makalesi	Research Article
Geliş Tarihi	Date Received
2 Ocak 2019	2 January 2019
Kabul Tarihi	Date Accepted
26 Mart 2019	26 March 2019
Yayın Tarihi	Date Published
Haziran 2019	June 2019
Yayın Sezonu	Pub Date Season
Haziran	June
DOI	
https://doi.org/10.14395/hititilahiyat.506665	

Atf/Cite as

Karslı, Necmi. "Manevi Bakımı Destekleyici Bir Uygulama: Müzik Terapi". *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi-Journal of Divinity Faculty of Hitit University* 18/35 (Haziran-June 2019): 259-286.

<https://doi.org/10.14395/hititilahiyat.506665>

İntihal/Plagiarism

Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi.

This article has been reviewed by at least two referees and scanned via plagiarism software.

<http://dergipark.gov.tr/hititilahiyat>

Copyright © Published by Hitit Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi – Journal of Divinity Faculty of Hitit University,
Çorum, Turkey.

Bütün hakları saklıdır. / All right reserved. CC BY-NC-ND 4.0

Manevi Bakımı Destekleyici Bir Uygulama: Müzik Terapi

An Application Supporting Spiritual Care: Music Therapy

Abstract

Music, which has the power to miraculously affect the emotions, thoughts and behaviors of human beings, has been used for treatment in different geographies and cultures from ancient times until today. Music therapy and spiritual care have similar characteristics in terms of applied individuals and purposes. Therefore, the use of these applications with similar aims in the physical and spiritual treatment of individuals with serious health problems is important in terms of enabling a holistic treatment. While music therapy is a very important supportive application in relieving, comforting and treating the elderly and patients in spiritual care services, it is not possible to say that music therapy is applied at an adequate level in our country. In this study, the historical background of the phenomenon of music, the approaches of the divine and worldly religions to music, the use of secular or religious music in health care and spiritual care activities in the world and the effects on psychological/physical health were discussed. The aim of this study was to raise awareness of the importance of the use of music in the new emerging spiritual care services in Turkey.

Keywords: Religion Psychology, Music Therapy, Religion, Spirituality, Health

Summary

Music has been used for healing in many cultures from the ancient times to the present. Music has the ability to create unusual states of consciousness or cause changes on the listening people. Making music or just listening can take the individual from his / her environment and move them into other areas of existence. In Christianity, Judaism, Hinduism, Buddhism and Islam, music is used in religious rituals and rituals in different ways such as divine singing, reading of the scriptures and playing instrumental music. Music therapy, which emerged in USA as a science and professional practice in the university in the 1940s, rapidly spread and developed to other parts of the world, especially in Europe in the following years. Today, music therapy in the West has a 2-4 year undergraduate / graduate level education program and has become a profession branch in hospitals, hospice, clinics and schools. In Turkey has been made legal arrangements on music therapy for the first time in 2014 and already some universities have a certified music therapy training program. Music therapy is a health-oriented, knowledge-based, organized and planned practice that has special needs, centering the relationship between patient and therapist. Music therapy can be applied to individuals of all ages in many different institutions such as schools, hospitals, nursing homes. There are physiological psychosocial, cognitive and spiritual goals that are aimed at reaching music therapy. These aims are to realize personal change in general, to facilitate interpersonal relations, to support development, to contribute to self-realization and to help the individual to socialize. There are different approaches to music therapy. These approaches; Guided Image and Music, Analytic Music Therapy, Creative Music Therapy, Benenzon Music Therapy and Behavioral Music Therapy. There are different applications in the form of improvisational music, singing / singing, playing instrument, writing and listening in music therapy. The psychological and physical health status, interests, needs and abilities of the patient are

considered in the application of these. Music therapy is used in the treatment of cancer, heart disease, autism, psychological diseases, multiple sclerosis, speech disorders and many other diseases.

Spiritual care is spiritual-oriented support services for sick and elderly individuals who are near death due to serious health problems. In spiritual care services, trust, hope, commitment to life and feelings of forgiveness are supported. Spiritual care services include spiritual support not only for the elderly and the patients but also for the survivors after traumatic events such as accidents, disasters or terrorist incidents. Music therapy is an approach that cannot be limited to a single model, order and purpose, practitioner, or training program. At the same time, music therapy is aimed at reaching a number of spiritual goals such as individual transformation, vital meaning and purpose, identity, faith, commitment to others and God. Therefore, music therapy is related to spiritual care as well as to other disciplines such as education, health and psychology. In spiritual counseling, it is aimed to provide the individuals with psychological and physical health problems to be comforted, to be relieved, to find their meaning in their suffering and to gain positive feelings and behaviors such as trust, hope and patience by freeing them from the effects of negative emotions. In music therapy, it is aimed to relieve the suffering of the same target group, to socialize by isolating from isolation, to increase communication, to relieve, to forgive, to increase the productivity and hope. Therefore, it can be said that the aims of spiritual care services and music therapy overlap each other. Both spiritual care and music therapy are an important goal in helping to find meaning in the troubles. In spiritual care, diseases and other distressing events are helped to find meaningful meanings beyond the life of the world. In music therapy, it is possible to gain a sense of meaning through various musical experiences. In many studies we have included in the article, it has been determined that music makes many positive contributions to treatment of individuals suffering from various physical and psychological diseases in terms of treatment, comfort, rehabilitation, stress and pain management, relaxation, socialization, loyalty and communication. Music also plays a supporting role in the spiritual care activities by removing the negative mood experienced during the treatment process, giving positive emotions, giving spiritual experiences, helping to find meaning for suffering. Therefore, in the treatment of physiological and psychological diseases of individuals, the use of spiritual care and music therapy applications is important in order to provide a holistic treatment. Unfortunately, it is not possible to say that music therapy is applied at an adequate level in our country. In this context, courses on the use of music can be taught in medical schools and spiritual counseling training programs. Thus, awareness of the importance of music in the process of physical and spiritual treatment of sick individuals may occur.

Öz

İnsanoğlunun duygu, düşünce ve davranışlarını mucizevi bir şekilde etkileme gücüne sahip olan müzik, eski çağlardan günümüze kadar farklı coğrafya ve kültürlerde tedavi amacıyla kullanılmıştır. Müzik terapi ve manevi bakım hedef kitlesi ve amaçları açısından benzer özelliklere sahiptir. Bu nedenle ciddi sağlık sorunlarına sahip bireylerin maddi ve manevi tedavilerinde benzer amaçlara sahip bu uygulamaların birlikte kullanılması bütüncül

bir tedaviye olanak sağlaması açısından önem arz etmektedir. Müzik terapi manevi bakım hizmetlerinde yaşlı ve hastaların, rahatlatılması, teskin ve tedavi edilmesinde çok önemli destekleyici bir uygulama olmakla birlikte, ülkemizde müzik terapinin yeterli seviyede uygulandığını söylemek mümkün değildir. Bu çalışmada müzik olgusunun tarihsel arka planı, ilahi ve dünyevi dinlerin müziğe yönelik yaklaşımları, seküler veya dini müziğin dünyadaki sağlık hizmetleri ve manevi bakım faaliyetlerindeki kullanımı ve psikolojik/bedensel sağlığa olan etkileri ele alınmıştır. Çalışmada çeşitli bedensel ve psikolojik hastalıkların tedavisinde olumlu katkılar sağladığı tespit edilmiş olan müziğin ülkemizde yeni yeni gelişmekte olan manevi bakım hizmetlerinde kullanımının önemine dair farkındalığın oluşturulması amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Müzik Terapi, Din, Maneviyat, Sağlık

GİRİŞ

İnsanlığın en eski sözsüz iletişim ve ifade araçlarından birisi olan müzik düzenli ses ve titreşimlerden meydana gelen bir enerjidir aynı zamanda müzik belirli fiziksel ve akustik özelliklerinden ötürü güçlü bir iyileştirici araçtır. Bundan dolayı birtakım yetersizlikleri bulunan bireylerin yaşam kalitesini artırma ve bağımsızlık duygularını geliştirmede kullanılmaktadır. Yapılan pek çok çalışmada dini veya dini olmayan müzik dinleme ile beden ve ruh sağlığı ve mutluluk arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir.¹ İnsanoğlunun dışarıdan gözlenebilen dışsal yönünün yanında dışarıdan gözlemlenemeyen ve anlatılamayan içsel manevi bir dünyası bulunmaktadır. Müzik bireyin bu içsel dünyasına ulaşmayı sağlayan bir köprü görevi ifa etmektedir. Müzik tecrübesinin fiziksel, duygusal, zihinsel, ilişkisel ve manevi yönü bulunmakta ve bunların her birisinin ayrı bir tedavi potansiyeli bulunmaktadır. Örneğin müziğin ilişkisel yönü ile ilgili olarak birlikte enstrüman çalma veya birlikte doğaçlama şarkı söyleme aktiviteleri sosyal eylem gerektirmektedir. Bu sosyal aktiviteler grup bağlılığını ve sosyal etkileşimi artırarak, grup içi sosyal destek sağlayarak birey üzerinde pozitif etkilere yol açmaktadır. Duygusal yönü ise bireyin geçmiş tecrübelerini veya anılarını hatırlatması ile ilgilidir. Müzik terapi Batı'da hastane, okul, klinik gibi farklı alanlarda planlı ve programlı olarak yaklaşık bir asırdır uygulanmakla birlikte ülkemizde sadece sağlık alanında bile yeterli seviyede müzik terapi uygulamasının olduğunu söylemek mümkün değildir. Çiğerci ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada Sağlık Profesyonellerinin %68,0'inin "müzik terapi" uygulamasını bildiği, hemşirelerin %98,1'inin ve doktorların %98,2'sinin müzik terapiye ilişkin herhangi bir eğitim almadığı belirlenmiştir.² Literatürde müzik terapi üzerine oldukça fazla çalışma bulunmakla birlikte, manevi bakım hizmetlerinde müziğin kullanımına dair çok az çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmada fizyolojik ve psikolojik hastalıkların tedavisinde

¹ Jungup Lee - Bruce A. Thyer, "Does Music Therapy Improve Mental Health in Adults? A Review", *Journal of Human Behavior in the Social Environment* 23/5 (Temmuz 2013): 591; Neal Krause - R. David Hayward, "Hayatın Son Döneminde Dini Müzik Ve Sağlık: Boylamsal Bir Araştırma", trc. Necmi Karlı, *Bilimname* 29/2 (2015): 339-363; Aliza K. Llovet, "Meta-analysis of Specific Music Therapy Measures and Their Implications for the Health Care System", *The Health Care Manager* 36/1 (Mart 2017): 60.

² Yeliz Çiğerci v.dğr., "Tamamlayıcı Bakım Ve Alternatif Tedavi Yöntemi Olan Müzik Terapiye İlişkin Sağlık Profesyonellerinin Görüşleri", *Akademik Müzik Araştırmaları Dergisi* 2/4 (15 Haziran 2016): 388.

müziğin olumlu katkısını ortaya koymak suretiyle ülkemizde yeni gelişmekte olan manevi bakım hizmetlerinde farklı uygulama şekilleri olan müzik terapi kullanımının önemine dair farkındalığın oluşturulması amaçlanmıştır.

1. MÜZİKLE TEDAVİNİN TARİHİ

Şifa amacıyla müziğin kullanımı çok eski zamanlara kadar gitmektedir Antik Mısır ve Yunandan günümüze değin pek çok kültürde müzik şaman veya büyücü doktorlar tarafından şifa amacıyla kullanılmıştır. Karşılaştırmalı antropolojik araştırmalarda Sibirya'dan, Kuzey Amerika, Endonezya, Avusturalya, Orta Asya ve Güney Amerika'ya kadar pek çok coğrafyada benzer müzikle iyileştirme geleneklerinin olduğu tespit edilmiştir.³ İlkel zamanlarda hücre dejenerasyonu, bakteri ve virüs gibi kavramlar henüz insanlar tarafından bilinmediği için pek çok hastalığın sebebi anlaşılamiyor ve bu hastalıklar ölümlerin öfkeli ruhlarının veya bir düşmanın kötü büyüünün neden olduğu doğaüstü kaynaklı bir şey olarak görülüyordu. Bu hastalıklardan kurtulmak için ise büyüü tekniklere başvuruluyordu. İlkel zamanlardaki pek çok müzik aleti büyü amacıyla, özellikle de öteki dünyadan ölmüşlerin ruhlarını çağırarak için kullanılıyordu.⁴

Orta çağ İslami tıbbında müzikle tedaviye hem teorik hem de pratik olarak çok fazla önem atfedilmiştir.⁵ 16. yüzyılda yaşamış ünlü ama Doktor Davud el Antaki "el Tezkire" isimli tıp ansiklopedisinde Müzik Risalesi'ne geniş yer vermiştir. Antaki, müzik risalesinde sekiz ritmik makamı tıbbi uygulamalar için kullanmış ve her birisinin neden olduğu etkiyi isimlendirmiştir. Belirli tıbbi özellikleri bazı özel müzik makamlarına atfetmiştir. Antaki'ye göre rast makamı kısmi felç için yararlıdır, iraq makamı ise beyin hastalıkları, baş dönmesi, akciğer zarı iltihabı ve boğuntu gibi rahatsızlıkların tedavisine iyi gelmektedir.⁶ İranlı Sufi Ali bin Osman al Hucviri "Kashf al Mahjub" isimli eserinde müziğin dergâha yeni giren kişinin algısını kaybetmesine hatta ölmesine sebep olabilen karşı konulmaz etkisine değinmiştir. Eserinde Rum (Byzantium) hastanelerinde "angalyun" isimli telli bir çalgıya benzeyen harika bir müzik aleti kullanıldığından bahsetmiştir. O'na göre hastalar haftada iki gün hastaneye getirilir ve angalyun dinlemeye zorlanır, mustarip onulan hastalıkla orantılı olacak süre zarfında alet çalınır sonra hastalar götürülürdü. Cinayet işleme arzusu olan kişiler bu arzuları yok oluncaya kadar hastanede tutulur ve angalyun dinletilirdi.⁷ Farabi sesleri çok yüksek, doğal olmayan ve sağırlaştırıcı sesler şeklinde sınıflandırmış ve onların etkilerinin tedavi edici veya zehirleyici olabileceğini belirtmiştir. Farabi eserinde bu tür rahatsız edici sesler çıkaran müzik aletlerinin bir Mısır ve Bizans kralı tarafından icat edildiğini ve savaşlarda kullanıldığını yazmıştır.⁸ Sultan

³ Gary Ansdell, *How music helps in music therapy and everyday life* (Farnham, Surrey: Ashgate Publishing Limited, 2014), 13.

⁴ Peregrine Horden, ed., *Music as medicine: the history of music therapy since antiquity* (Aldershot; Brookfield, USA: Ashgate, 2000), 51.

⁵ Horden, *Music as Medicine*, 46.

⁶ Amon Shiloah, "Jewish and Müslim Traditions of Music Therapy", *Music as Medicine*, ed. Pregerine Horden (New York: Routledge, 2016), 73.

⁷ Ali bin Usman Al-Hujwiri, *Kashf Al-Mahjub* (Lahore: Zia-ul-Quran Publications, 2001), 512.

⁸ Shiloah, "Jewish and Müslim Traditions of Music Therapy", 74.

Mansur tarafından 13. Yüzyılda Kahire’de yaptırılan Mansuri Hastanesi’de müzisyenler topluluğu her gün hastaneye gelir ve hastaları eğlendirirdi. Hastanede uykusuzluktan mustarip olan hastalar ayrı bir salona yerleştirilir ve onlara ahenkli müzikler dinletilir ve usta hikâye anlatıcılar tarafından hikâyeler anlatılırdı. Hastaların ruh sağlığı iyileşmeye başladığında diğerlerinden ayrılır, yararı dokunsun diye dans ve çeşitli komediler sahnelenirdi.⁹ Osmanlı döneminde de hastanelerde tedavi amaçlı olarak müzik kullanılmıştır. Evliya Çelebi 1648’de Şam’da ki Nur-ad Din Şifahanesi’ni ziyaret etmiş, hastanede günde üç defa müzik konseri verildiğini tespit etmiştir. Yine Evliya Çelebi 1651’de Edirne’de II. Beyazid tarafından yaptırılan bir akıl hastanesini ziyaret etmiş ve üç şarkıcı ve yedi müzisyenin hastaneye haftada üç defa geldiğini, altı farklı melodi çaldıklarını ve akıl hastalarının bu müzik ziyafetinden ötürü rahatladıklarını belirtmiştir.¹⁰ İbni Sina Kitabü’ş Şifa isimli eserinde “en etkili tedavi yolları hastanın zihinsel ve manevi güçlerini artırmak, hastalığıyla daha iyi mücadele etmesi konusunda hastayı cesaretlendirmek, güzel bir ortamda tedavi yapmak, hastaya en iyi müzikleri dinletmek ve sevdiği insanlarla birlikte olmasını sağlamaktır” demiştir. İbni Sina müziğin hastaya tedavi sürecinde güçlü bir moral desteği sağladığını belirtmiştir. Divriği’de ki Darüşşifa’da ilaçla tedavi edilemeyen hastalar soğuk su içerisinde sıcak melodiler ve sıcak su içerisinde soğuk melodiler kullanılarak müzikle tedavi edilmeye çalışılırdı. Müzik terapisi esnasında pulsatif ritmin artırıldığı veya azaltıldığı çeşitli melodiler kullanılırdı.¹¹

Eski zamanlarda müzik zihinsel sükûnete ve bedensel sağlığa kavuşmada önemli görülmüş ve iyileşmedeki pratik faydasından ötürü kullanılmış olmakla birlikte modern müzik terapi uygulamalarının tıbbi temeli 19. Yüzyılda yapılan çalışmalara dayanmaktadır. Müzik terapi 1940’larda Amerika’da üniversitede bir bilim dalı ve mesleki bir uygulama olarak ortaya çıkmıştır. Başlangıçta sadece birkaç kurstan ibaret olan müzik terapi eğitimi 60’lı yıllara gelindiğinde hızlı bir gelişme göstermiş ve 4-5 yıllık programlar halinde gelmiştir.¹² Müzik terapi Amerika’da ortaya çıkışından yirmi yıl sonra Avrupa, Güney Amerika ve Avusturalya’da çığır açmıştır. 60 ve 70’li yıllarda modern müzik terapisi yoluyla müzik ve sağlık arasında teorik ve pratik açıdan ilişki kurma girişimleri olmuş, 1960 ile 2000 yılları arasında ise müzik terapi bir uygulama, disiplin ve meslek olarak uluslararası olarak istikrar kazanmaya başlamıştır. Günümüzde müzik terapi çok sayıda ülkede gelişmekte ve kurumsallaşmaktadır. Müzik terapistler ise müzik terapi alanında lisansüstü düzeyde profesyonel eğitim almış yetenekli müzisyenlerdir ve hastane, sosyal bakım ve özel eğitim kurumlarında hizmet vermektedirler.¹³ Ülkemizde 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmî Gazete’de yayınlanan Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği ile müzik

⁹ Horden, *Music as Medicine*, 75.

¹⁰ Horden, *Music as Medicine*, 75.

¹¹ Selim Bedri Benek v.dğr., “An example for the application of music therapy in the medical history: Divriği Darüşşifa”, *Acta Medica Anatolia* 3/2 (02 Mayıs 2015): 64.

¹² Karen D. Goodman, *Music therapy education and training: from theory to practice* (Springfield, Ill: Charles C. Thomas, 2011), 22.

¹³ Brynjulf Stige, ed., *Where music helps: community music therapy in action and reflection* (Farnham, England ; Burlington, VT: Ashgate, 2010), 5; Ansdell, *How music helps in music therapy and everyday life*, 15.

terapi alanında ilk yasal düzenleme gerçekleşmiştir. 2016 yılında ise Sağlık Bakanlığı tarafından ilk müzik terapist sertifikaları verilmeye başlanmıştır. Hali hazırda ülkemizde Uygulamalı Müzik Terapistleri Derneği (UMDED), Üsküdar Üniversitesi, Hacettepe Üniversitesi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi'nde müzik terapiye yönelik eğitim programları yer almaktadır.

2. MÜZİK VE DİN

Dinlerin müziğe yönelik yaklaşımı o dinlere inanan ve inancını yaşam tarzı haline getiren bireylerin müziğe yönelik tutum ve davranışları üzerinde etkisi bulunmaktadır. Bundan ötürü bu kısımda dinlerin müzik olgusuna yaklaşımları ele alınmıştır. Hristiyanlık inancı ile müzik arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Hristiyanlık'ta inananlar arasında birliktelik duygusunu paylaşmak ve Tanrı ile iletişim kurma aracı olarak kullanılan müzik ve ilahiler dini hayatın önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Aletsel müzik ve ilahiler, kilise ibadetlerinde, dini hizmetlerde, seküler törenlerde, savaşlarda özel bir dua, Tanrı'ya şükür ve övgü sunmanın bir aracı olarak kullanılmaktadır.¹⁴ New Testament'te çok sayıda ilahi örnekleri bulunmaktadır. Bunlardan birisi Paul ve Silas'ın Thyatira'da hapiste iken söyledikleri ilahi hakkında ki şu beyittir. "Gece yarısı Paul ve Silas Tanrı'ya dua ediyor ve ilahi söylüyor, mahkûmlar da onları dinliyorlardı. Ansızın hapisanenin temellerini sarsacak derecede şiddetli bir deprem meydana geldi. Derhal kapılar açıldı ve prangalar çözüldü" (Acts 16/25-6). Hristiyan Kutsal Metinlerde müzikle ilgili pek çok beyit olmakla birlikte müziğin insan hayatında nasıl yer alması gerektiği, değişik müzik türlerini nasıl değerlendirileceği, neyin iyi müzik olduğu gibi sorulara cevap verilmemektedir.¹⁵

Yahudilikte de müziğe büyük önem atfedilmektedir. Yahudi Kutsal metinlerinde şarkı söyleme kelimesinin 309 defa kullanılarak en çok tekrar edilen kelimelerden birisi olması Yahudilikte müziğe atfedilen önemi açıkça göstermektedir.¹⁶ Örneğin "şarkının olduğu yerde mutlaka bir dua eden olacaktır" (Devarim Rabba 80/2), "Melekler yalnız İsrail aşağıda şarkı söylediğinde yukarıdan şarkı söylerler" (Hullin 91b). Tevrat'ta temel olarak bilgelik, davranışsal rehberlik, kutsalın doğasını açıklama ve Yahudi toplumun eski tarihi aydınlatma gibi konular yer almaktadır. Bu konulardan herhangi birisi müzik ile kesiştiğinde müzik metnin için de yer almıştır. Tevrat'ta müzikle ilgili olaylar ayrı ayrı ele alındığında Yahudilerin müziği kutlamak için (Gen. 31/27), bağlılığı ifade etmek için (Exod. 15/1-21; 32/18), özel olayların ilanı için (Exod 19/16,20/18; Lev 23/24, 25/9; Num 29/1), mesaj iletmek için (Num 10/1-10, 31/6), çalışmaya eşlik etmesi için (Num 21/17), ahlaki bir öğüt vermek ve tarihsel bir bilgiyi iletmek için (Deut. 32/1-43, 33/1-29) kullandıkları görülmektedir. Bu bilgilerden yola çıkarak

¹⁴ Don Cusic, *The sound of light: a history of gospel and Christian music*, 1st ed. Hal Leonard (Milwaukee, WI: Hal Leonard, 2002), 1-5.

¹⁵ Jeremy Begbie, *Resounding truth: Christian wisdom in the world of music* (Grand Rapids, MI: Baker Academic, 2007), 59.

¹⁶ Jonathan L. Friedmann, ed., *Music in Jewish thought: selected writings, 1890-1920* (Jefferson, N.C: McFarland, 2009), 25.

Yahudilikte müziğin sonradan akla gelen bir fikir veya bir süs olarak değil, özel amaçlara ulaşmak için bir araç olarak kullanıldığı söylenebilir.¹⁷

Asya kıtası ve dünyanın değişik bölgelerinde gelişmiş 2500 yılın üzerinde bir geçmişi olan Budizm'in değişik dönemlerde müziğe karşı farklı yaklaşımlar olmuştur. Çin'de Theravada öğretisi egemen olduğu M.S. 500'lü yıllarda enstrümantal müziğe karşı olumsuz bir tutum sergilenip, sadece ilahi söylemek onaylanırken, Maháyana öğretisi Çin'e girdiğinde müziğe karşı tamamıyla farklı bir tutum sergilenmiş, müzik onaylanmış ve desteklenmiştir.¹⁸ Bununla birlikte her iki geleneğe de insan sesi Budist ritüellerinin uygulanmasında önemli ve gerekli olarak görülmüştür. Budizm'de ilahiler sıklıkla bir çalgı aleti eşliğinde söylenmekte, ritim ve vurguyu sağlamak için çan, zil, davul, boynuz ve diğer müzik aletleri kullanılmaktadır.¹⁹ Budist manevi geleneğinin içinde bütünleşmiş olan müzik, şiir, heykel ve resim gibi sanatlar sadece dini propaganda aracı olarak değil aynı zamanda yoğunlaşma, derin düşünme objeleri olarak ve yüksek bilince ulaşmada etkili araçlar olarak kullanılmaktadır.²⁰

Hinduizm'de müzik ve ilahiler Hindu Kutsal metinlerinde çokça yer almakta, ruhani güç ve coşkunun kaynağı olarak görülmektedir. Hindu ritüellerinde ve dini pratiklerinde Sanskritçe olarak kendine has ritmik bir vezinle söylenmekte olan Mantra (meditasyonda odaklanmaya yardım etmesi için tekrar edilen ses veya kelime) ses yapısına bürünmüş mistik bir enerji ve Tanrı'ya yakarış olarak kabul edilmektedir.²¹ Hindu dini ekollerinin pek çoğunun kurucusu müzikle ilgilenmiş, diğer taraftan tüm Hindu müzik tarzlarının kurucu ve öğreticileri de doğrudan dinle ilişkili olmuştur. Eski Hint müzikleri kutsal kabul edilmekte ve iyi müzisyenler ses ve çalgılarının büyüsü ile dinleyenlere ilahi bir tecrübe yaşattıkları düşünüldüğü için kutsal bir şekilde muamele görmekte hatta azizler kadar saygı görmektedirler.²² Hinduizm'de ilahi kaynaklı olarak görülen müzik her zaman Hindu tanrı ve tanrıçaları ve onlarla ilgili mitolojik hikâyelerin ayrılmaz bir parçası olan karakterlerle özdeşleştirilmiştir. Tanrıca Sarasvati bir elinde vina (bir müzik aleti) ile tasvir edilmekte, müziğin ilahi koruyucusu olduğuna inanılmakta ve tüm Hindistan'da müzik öğretmenlerinden ve öğrencilerinden saygı görmektedir. Sama-Veda'danın Hindu müzik içeriğini şekillendiren Yaratıcı Tanrı Brahma, Sarasvati ile birlikte el zili çalıyor şekilde, en yüce Tanrısal varlık Vaishnava büyük deniz kabuğuna üflüyor ve flüt çalıyor şeklinde resmedilmektedir.²³

¹⁷ Jonathan L. Friedmann, *Music in the Hebrew Bible: understanding references in the Torah, Nevi'im and Ketuvim* (Jefferson, North Carolina: McFarland & Company, Inc., Publishers, 2013), 59.

¹⁸ Bo Lawergren, "Music in the Buddhist and pre-Buddhist worlds", *History of Civilizations of Central Asia*, vol.4, p.2, ed. C. E. Bosworth (Delhi: Motilal Banarsidass Publ., 1999), 585.

¹⁹ George J. Tanabe, *Encyclopedia of Buddhism*, vol. 1, ed. Robert E. Buswell (New York: Mac Millan 2003), 138-139.

²⁰ P. V. Bapat, *2500 Years of Buddhism* (New Delhi: The Publications Division Ministry Of Information And Broadcasting Government of India, 1956), 451.

²¹ Suzanne B. Hanser, *Integrative health through music therapy: accompanying the journey from illness to wellness* (London: Palgrave Macmillan, 2016), 59.

²² Stephen P. Huyler, "The Experience, Approaching God" *The Life Of Hinduism*, ed. John Stratton Hawley- Vasudha Narayanan (Berkeley: University of California Press, 2006), 37.

²³ Guy Beck, *Sacred Sound: Experiencing Music in World Religions*, ed. Guy Beck (Ontario: Wilfrid Laurier Univ. Press 2006), 114-115.

Hindistan'ın kuzeyinde Hindu köy hekimleri tarafından müzik enerjiyi çekme, görünmeyen güçleri çağırma, yardım ve tedavi amacıyla kullanılmaktadır. Köy hekimlik uygulamalarının kökenleri antik Hindu mitolojisine, Hint mistisizmine ve yerel halk inanışlarına dayanmaktadır.²⁴

İslam'da müzik dinleme veya icra etmek belirli şartlar dâhilinde helal kabul edilmiştir. Genel prensip olarak inanan bireyi isyana, günaha, inkâra teşvik etmeyen tüm müzikler mubahtır. Müziğin aslı veya hakikati dışındaki birtakım sebeplerden dolayı yasaklanmış olması onun mutlak olarak mubah olmasına engel değildir.²⁵ Kur'an-ı Kerim'de müzik dinlemenin haram kılındığına dair bir ifade bulunmaktadır. Bununla birlikte Abdullah b. Mes'ud, Abdullah b. Abbas, Cabir b. Abdullah, Mücahid, Sa-id b. Cübeyr Lokman suresindeki "İnsanlar arasında öyleleri vardır ki bilgisizlik yüzünden başkalarını Allah yolundan saptırmak ve o yolu eğlence vesilesi kılmak için eğlendirici sözleri alıp kullanırlar; işte bunları alçaltıcı bir azap bekliyor" (Lokman 31/6) ayetinde yer alan eğlendirici söz ifadesini müzik olarak anlamışlar ve müzik dinlemeyi haram kabul etmişlerdir.²⁶ Ancak ayet metninde yasaklanan şeyin Allah'ın yolundan uzaklaştıran sözler olduğu açıkça görülmektedir. Bu durumda kişiyi Allah'ın yolundan uzaklaştıran her şeyin müzik te dâhil olmak üzere haram olduğu, yine kişiyi Allah'ın yolundan uzaklaştırmayan her şeyin ise müzik te dâhil olmak üzere mubah olduğu söylenebilir. Ayrıca Hz. Muhammed "Nikâhı ilan ediniz. Onu mescitlerde yapınız. Nikâhta def çalınız" (Tirmizi "Nikâh" 6) buyurmuştur. İslam hukukunda azı haram olan şeyin çoğu da haramdır prensibi vardır. Dolayısıyla müzik eğer haram olsaydı nikâhta da buna izin verilmezdi. Gazali bu konuda "Müzik dinlemek haramdır demek Allah müzik dinleyen kişileri cezalandıracak demektir. Bu ise sırf akılla bilinebilecek bir husus değildir. Şu hâlde bu hususta naslara veya nasslara dayalı kıyaslara başvurmak gerekir. Eğer bu konuda nas ve nassa kıyas yoluyla ulaşılan doğru bir sonuç yoksa müzik dinlemenin haramlığı iddiası boşa çıkmış olur"²⁷ demiştir. İslam bir dinleme kültürüdür ve Kur'an-ı Kerim'de "Kur'an okunduğu zaman onu dinleyin ve sessiz durun ki rahmete nâil olasınız" (el-A'raf 7/204) buyurulmaktadır. Kur'an-ı Kerim'i makam ile okumak dinleyenlerde haz, huşu, huzur duygularına yol açarak ilahi mesajın duygusal etkisini artırmaktadır. Hz. Muhammed Kur'an-ı Kerim'i teğanni boyutuna ulaşmayan namelerle ahenkli olarak okumayı teşvik etmiştir. (Buhârî, "Fezâilü'l-Kur'an" 19; "Tevhîd" 32; Ebû Dâvûd "Vitr" 20; İbn Mâce "İkâmetu's-salât" 176). Ayrıca tasavvufta müzik manevi gelişim ve mistik tecrübenin artırılması için bir araç olarak kullanılmaktadır.²⁸ Semazenler sema (dinleme) eşliğinde beden, kalp ve aklını bütünlüştürmek için bedenini döndürme şeklinde ritüel bir dans yapmaktadırlar. Ayrıca sufi zikirlerinde nefes, ses ve

²⁴ Patricia Moffitt Cook, "Sacred Music Therapy in North India". *The World Of Music* 39/1 (1997): 61-83.

²⁵ Süleyman Uludağ, *İslam Açısından Musiki ve Sema* (Bursa: Uludağ Yayınları 1992), 189-294

²⁶ İmam Kurtubi, *el-Camiu li-Ahkâmî'l-Kur'an*, 13. Cilt, trc. M. Beşir Eryarsoy (İstanbul: Buruc Yayınları, 2015), 515-516; Ömer Nasuhi Bilmen, *Kur'an-ı Kerim'in Türkçe Meali Alisi ve Tefsiri*, Cilt 6 (İstanbul: Bilmen Yayınevi, 1985), 2735

²⁷ İmam Gazali, *İhyau Ulumi'd- Din*, c.2, trc. Ahmed Serdaroğlu (İstanbul: Bedir Yayınevi, 1975), 681.

²⁸ Regula Qureshi, "Islam and Music", *Sacred Sound: Experiencing Music in World Religions*, ed. Guy L.Beck (Ontario: Wilfrid Laurier Univ. Press, 2006), 108.

hareketler ahenkli bir şekilde yapılmaktadır. Sufiler bu ahenk ve birliğin kendilerini Allah'a yaklaştırdığı düşünmektedirler.

Sonuç olarak incelemiş olduğumuz ilahi ve dünyevi dinlerde müziğe olumlu yaklaşıldığı ve müziğin dini hizmetlerde kullanıldığı görülmektedir. Dinlerde müziğin kullanımı insan sesi ile ilahi, dua, kutsal metin ve duaların nameli ve ritimli bir şekilde okunması veyahut birtakım müzik aletlerinin kullanımı şeklinde olmaktadır. Dinlerin müziğe yönelik olumlu yaklaşımı o dinlere inanan bireylerin müzikle tedavi uygulamasına yönelik tutumlarını da olumlu olarak etkilemektedir. Zira müziğin bütünüyle yasaklandığı bir inanca sahip olmak müzikle tedavi olmaya yönelik olumsuz tutum geliştirme ihtimalini barındırmaktadır.

3. MÜZİK TERAPİ

Amerikan Müzik Terapi Kurumu'na göre müzik terapi onaylı bir müzik terapi programını tamamlamış sertifikalı bir uzman tarafından tedavi edici ilişkiler içinde kişisel amaçlara ulaşmak için müziğin klinik ve bulgu temelli olarak kullanımudur.²⁹ Başka bir tanıma göre ise müzik terapi bireyin sosyal, duygusal, eğitimsel ve davranışsal gelişimini artırmak için müziğin işlevsel ve bilimsel olarak kullanımudur.³⁰ Müzik terapide müziğin gücü kullanarak bireyin beden ve ruh sağlığına yönelik olumlu etkiler meydana getirme amaçlanmaktadır. Müzik ve terapi şeklinde iki farklı disiplinin bir araya gelmesinden oluşan müzik terapi aynı zamanda sanat, sağlık, eğitim, psikoloji gibi alanları da kapsamaktadır.³¹ Müzik terapi sertifikalı bir terapist ve eğitilmiş bir müzisyen olan müzik terapistler tarafından okul, hastane, bakımevi gibi pek çok farklı kurumda 3 yaşından 84 yaşına kadar her yaşta bireye uygulanabilmektedir.

Müzik terapide teşhis, tedavi ve değerlendirme şeklinde üç temel aşama bulunmaktadır ve terapinin uygulanması belli bir süreç gerektirmektedir. Bu terapi süreci hem hasta hem de terapist için geliştirici, eğitici, sosyalleştirici, sanatsal, müzikal, yaratıcı ve bilimseldir. Doğaçlama müzik yapma, şarkı söyleme, söz yazma ve dinleme şeklinde dört farklı müzik tecrübesi vardır. Bu tecrübelerin her birisinin kendine has özellikleri, uygulama şekilleri ve tedavi etme potansiyeli bulunmaktadır. Örneğin, müzik dinlemenin doğaçlama müzik yapmaktan farklı bir uygulama şekli ve tedavi potansiyeli vardır. Doğaçlama müzik yapmanın da yazılmış bir şarkıyı söylemekten farklı uygulanma şekli ve potansiyeli bulunmaktadır.³² Bu dört müzik tecrübesi dört farklı müzik terapi uygulamasını ifade etmekte ve her birisinin farklı uygulama yolları bulunmaktadır. Müzik terapistler hastalarının ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda farklı müzik tecrübeleriyle ilgilenmelerini sağlayan çeşitli yöntemler kullanmaktadırlar. Örneğin, bu yöntemlerden doğaçlama şarkı sözü yazma ve şarkı söyleme yöntemi sayesinde terapist psikolojik sorunu olan hastasının duygu dünyasına kapı

²⁹ Suzanne B. Hanser, "Music Therapy in Cardiac Health Care: Current Issues in Research", *Cardiology in Review* 22/1 (2014): 37.

³⁰ Jane L. Barrow - Moore, *The Effects of Music Therapy on the Social Behavior of Children with Autism* (Submitted in Partial Fulfillment of the Master of Arts in Education College of Education, California State University, 2007), 11.

³¹ Kenneth E. Bruscia, *Defining music therapy*, 3rd ed (Gilsum, NH: Barcelona Publishers, 2014), 10.

³² Kenneth E. Bruscia, "A Working Definition", *Readings on Music Therapy Theory* (Gilsum: Barcelona Publishers, 2012), 262-266.

aralayabilir, farkında olmadığı veya anlatmak istemediği sorunun kaynağı hakkında ip uçları yakalayabilir. Psikolojik sorunlu hastalar genel olarak iki sebepten ötürü müzik terapiye başvurmaktadırlar. Birincisi müziğe ilgileri vardır veya ilgilendirilmişlerdir. İkincisi ise sözlü psikoterapi için uygun olmadıkları kanaatine varılmıştır. Bu tür hastalarla şarkı sözü yazma uygulaması yapılabilir. Şarkı sözü yazma yöntemi genellikle hastanın duygularını şarkı sözleri yoluyla dışa aktardığının gözlemlenmesi veya şarkı veya şiir yazma yeteneklerini geliştirmek isteyen hastalar için kullanılmaktadır.³³ Pek çok müzik yapma eyleminde farkı seviyelerde ani psikolojik ve fizyolojik duygular tecrübe edilmekte, bireyin farkındalığı artırılarak en geniş anlamda iletişim kanalları açılmaktadır. Müzik terapisinde terapist, hasta ve müzik arasındaki bir etkileşim gereklidir. Bu etkileşimde, gözlemlenebilen veya gözlemlenemeyen müzikli/müziksiz değişim süreci başlamakta ve devam etmektedir.³⁴ Müzik terapide ulaşılması hedeflenen belli başlı amaçlar bulunmaktadır. Bunlar; fizyolojik psiko-sosyal, bilişsel ve manevi amaçlar, bir de hastanın ailesi ve bakıcısına yönelik amaçlardır. Fizyolojik amaçlar, acı, heyecan ve nefes darlığı yönetimidir. Psiko-sosyal amaçlar, sözsüz iletişim ve duygu ifadesini artırmak, kaygı, yalnızlık ve depresyonu azaltmak, normalleşmeyi sağlamak, kimlik duygusunu korumak ve ölümden bahsetmektir. Bilişsel amaçlar, uyum sağlamayı artırma, çok algılı uyarılma sağlama ve tedaviyi kabulü artırmaktır. Manevi amaçlar, kendini ve diğerlerini affetmeyi sağlama, yaratıcılığı destekleme ve ümidi beslemektir. Aile ve bakıcılara yönelik amaçlar ise başa çıkma yeteneklerini desteklemek, iletişime ve duyguların ifadesine olanak tanımak, karmaşa çözümüne yardımcı olmak ve beklenen büyük üzüntü hakkında konuşmaktır.³⁵ Müzik terapinin en önemli amacı bireyin kendi gelişim ve değişimi ile etkin bir şekilde meşgul olmasını, müzik veya müzik dışındaki yeteneklerini hayatlarının diğer alanlarına aktarmasını ve yalıtılmışlıktan çıkıp dış dünyaya açılmasını sağlamaktır.

Müzik terapide farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. 1999 yılında Washington'da düzenlenen 9. Dünya Müzik Terapi Kongresi'nde uluslararası tanınırlığı olan ve her birisi farklı bakış açılarına sahip beş müzik terapi yaklaşımı sunulmuştur. Bu yaklaşımlar; Gündümlü İmgeler ve Müzik, Analitik Müzik Terapi, Yaratıcı Müzik Terapi, Benenzon Müzik Terapi ve Davranışsal Müzik Terapi'dir. Gündümlü İmgeler ve Müzik Yaklaşımı müzik merkezli bir bilinç incelemesidir. Yaklaşımda en etkili müzik terapi uygulaması olan aktif müzik (genellikle klasik müzik) dinleme yoluyla imgeler uyandırılmaktadır. Terapide hasta fiziksel olarak rahat bir ortamda bir hasıra uzanır ve gözlerini kapatır, oturum başladıktan 15-20 dakika sonra terapist hastanın dikkatini dış dünyadan iç dünyasına yönlendirir ve teşhis etmek istenilen konuya odaklandırır. Terapi süresince terapist ses sistemini kontrol eder, hastanın bedenini izler ve tüm diyalogları kayıt altına alır. Klinik uygulamalarda Gündümlü İmgeler ve Müzik yaklaşımının psikiyatrik hastalıklar, darülacezelerdeki hastalar, beyin yaralanması ve otizm hastalarında

³³ Randi Rolvsjord, "Collaborations on Songwriting with Clients with Mental Health Problems". *Songwriting Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*, ed. Felicity Baker - TonyWigram (London: Jessica Kingsley Publishers, 2005), 99.

³⁴ Alicia L. Barksdale v.dğr., *Music Therapy and Leisure for Persons with Disabilities*, 1-2.

³⁵ Laura G. Pawuk - John E. Schumacher, "Introducing Music Therapy in Hospice and Palliative Care: An Overview of One Hospice's Experience", *Home Healthcare Nurse: The Journal for the Home Care and Hospice Professional* 28/1 (2010): 40.

faydalı olduğu görülmüştür.³⁶ Danimarka'da yayın olarak kullanılmakta olan Analitik Müzik Terapisi'nde genellikle hastanın duygu, düşünce, hayal, fantezi ve anıları tarafından rehberlik edilen ve uyarılan doğaçlama sözlü ve aletsel müzik uygulamaları yapılmaktadır. Müzik terapist öncelikle hastasıyla müziğe dair ilgileri hakkında konuşur, sonra ondan herhangi bir konuda doğaçlama bir müzik yapmasını ister ya da sorunlarıyla ilişkili olarak doğaçlama yapmasını önerebilir.³⁷ Yaratıcı Müzik Terapi engelli çocuklarla iş birliği içinde müzik yapma şeklinde uygulanan bir müzik terapi yaklaşımıdır. Yaklaşımın temelinde her çocuğun doğuştan müzisyen olduğu ve müzik kullanılarak çocuklarda kendini gerçekleştirme, yaratıcılık, cesaret, özgürlük, kendiliğindenlik, bütünleşme ve öz kabul duygularının geliştirilebileceği düşüncesi yer almaktadır. Yaratıcı Müzik Terapisi başlangıçta öğrenme güçlüğü çeken, down sendromlu, sakat ve otizmlili çocuklara yönelik olarak geliştirmiş olmakla birlikte daha sonraları işitme güçlüğü çeken çocuklar ile duygusal olarak dengesiz çocuklara yönelik açılım göstermiştir. Engelli çocukların içsel potansiyelini geliştirme, özgürlük, yaratıcılık, zirve tecrübeler, motivasyon ve kendini gerçekleştirme bu yaklaşımda ulaşılması hedeflenen amaçlar arasındadır.³⁸ Çoğunlukla Güney Amerika'da ve sınırlı seviyede de Güney Avrupa'da uygulanmakta olan Benenzon'un Müzik Terapi yaklaşımı pek çok farklı psikolojik ve psikoterapik modelden ilham alan teorik yapısı, işlem ve teknikleri ile eklektik bir yapıya sahiptir. Davranışsal Müzik Terapisi'nde müzik uyarlanabilen davranışları değiştirmek/artırmak ve uyumsuz davranışları söndürmek için olası bir güçlendirici veya uyarıcı araç olarak kullanılmaktadır. Terapide ölçülebilen davranışın iyileştirilmesi ve değiştirilmesine odaklanılmaktadır. Terapi ister otistik bir çocuğa iterse depresyonlu bir yetişkine uygulansın süreç uyarıcı-tepki kavramlarını gerektirmekte ve müzik davranışın nedenlerini keşfetmek için kullanılmaktan ziyade davranışı değiştirmek ve patolojik bir durumun belirtilerini azaltmak için kullanılmaktadır. Terapide, sosyal sorumluluk, fiziksel aktivite, iletişim, bilişsel süreçler, ilgi ve yoğunlaşma, eğlence, anti-sosyal davranışların azaltılması/yok edilmesi ve bağımsızlık yeteneğinin geliştirilmesini amaçlanmaktadır.³⁹ Bunlara ilave olarak Psikiyatrik Müzik Terapi yaklaşımı bulunmaktadır. Psikiyatrik Müzik Terapi sadece zihinsel sağlığa odaklanmak yerine sağlık ve mutluluğun kapsamına fiziksel iyileşme, maneviyat ve sosyalleşmeyi de dâhil eden daha bütüncül bir yaklaşımdır. Bu terapi genellikle hastanede yatarak tedavi gören psikiyatri hastalarına uygulanmaktadır. Psikiyatrik hastalıklar bütüncül bir tedavi planı gerektirdiği için Psikiyatrik Müzik Terapi de bireyin zihinsel hastalığının yanında fiziksel, duygusal, manevi ve sosyal açılardan iyileştirilmesi de amaçlanmaktadır. Psikiyatrik Müzik Terapi de birey ve onun eşsiz ihtiyaçlarına göre kişiselleştirilmiş farklı müzik tecrübelerine yönelik uygulamalar yapılmaktadır. Örneğin Psikiyatrik Müzik Terapi de yaygın olarak kullanılmakta olan şarkı sözü yazma tecrübesi ile

³⁶ Tony Wigram v.dğr., *A comprehensive guide to music therapy theory, clinical practice, research, and training* (London; Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2002), 117.

³⁷ Rachel Darnley-Smith - Helen M. Patey, *Music therapy* (London ; Thousand Oaks, Calif: Sage Publications, 2003), 27.

³⁸ Olivia Swedberg Yinger, ed., *Music therapy: research and evidence-based practice* (St. Louis, Missouri: Elsevier, 2018), 9.

³⁹ Wigram v.dğr., *A Comprehensive Guide to Music Therapy Theory, Clinical Practice, Research, and Training*, 114-115.

hastanın özgün düşüncesi, öyküsü, fikir ve ilgileri hakkında bilgi edinmek mümkün olmaktadır.⁴⁰

Müzik terapinin genel olarak aktif ve pasif müzik terapi şeklinde iki tür uygulama şekli bulunmaktadır. Aktif müzik terapisinde hastalar herhangi bir müzik enstrümanı çalmakta veya şarkı söylemek suretiyle terapiye aktif bir şekilde katılırlarken pasif müzik terapide ise hastalar canlı müzik veya kayıt edilmiş müzik icra eden terapisti dinlemektedirler. Aldridge'nin araştırmasında bir grup Alzheimer hastasına hem aktif hem de pasif müzik terapisi uygulanmış, araştırmada müzik terapi uygulandığı süre zarfında Alzheimer hastalarının iletişim kabiliyetlerinin güçlendiği, ziyaretçilere yönelik ilgi ve diyaloglarının arttığı görülmüştür. Aldridge'nin araştırması Alzheimer hastalarının günlük yaşamlarında daha aktif bir şekilde rol alma kabiliyetlerini geliştirdiğini göstermiştir.⁴¹ Müzik terapi çeşitli sağlık sorunlarına sahip bireylerin yanında hasta bakıcı ve yakınlarının da istifade edebildiği bir uygulamadır ve zorlu tedavi sürecinde hasta yakınlarına psikolojik destek ve moral sağlamaktadır. Magill'in ileri düzeyde kansere yakalanmış hastaları ile ilgilenen yakınları üzerinde müzik terapinin etkisini tespit için yaptığı araştırmada hastaları ile birlikte müzik terapi seansına katılan hasta yakınlarının hastalarının seansta eğlendiklerini gördükleri için neşe tecrübe ettiklerini ve müzik terapi yoluyla hastalarının tedavilerine katkıda bulduklarını düşündükleri için kendilerini güçlü hissettiklerini bildirmişlerdir. Araştırmada vefat öncesi müzik terapinin acı ve sıkıntılı anılardan ziyade neşe ve güçlendirici anıları sürdürerek ve aşkınlık yoluyla anlam kazandırarak yas süresince hasta yakınlarına potansiyel olarak yardım edebileceği görülmüştür.⁴²

Sonuç olarak müzik terapi hasta ve terapist arasında karşılıklı ilişkiyi merkeze alan, özel gereklilikleri olan sağlık odaklı, bilgi temelli, düzenli ve planlı bir uygulamadır. Müzik terapide hasta ve terapist arasında karşılıklı yükümlülükler bulunmaktadır ve terapinin başarıya ulaşabilmesi hasta ile terapist arasında karşılıklı güven, empati ve etkileşime bağlıdır. Terapi sürecinde doğaçlama müzik yapma, şarkı/ilahi söyleme, enstrüman çalma, söz yazma ve dinleme şeklindeki farklı müzik terapi uygulamalarından hangisini uygulayacağı konusunda hastanın psikolojik ve fiziksel sağlık durumu, ilgi, ihtiyaç ve yetenekleri dikkate alınmaktadır. Müzik terapi üzerine yayın yapan pek çok akademik dergi bulunmaktadır. Bunların bazıları şunlardır; Musiktherapeutische Umschau (Almanya), British Journal of Music Therapy (Büyük Britanya), Journal of Music Therapy (ABD), Music Therapy Perspectives (ABD), Journal of the Association for Music and Imagery (ABD), The Australian Journal of Music Therapy, Canadian Journal of Music Therapy, Nordic Journal of Music Therapy.

⁴⁰ Michael J. Silverman, *Music therapy in mental health for illness management and recovery*, First edition (Oxford: Oxford University Press, 2015), 170,296.

⁴¹ David Aldridge, "Music Therapy and the Treatment of Alzheimer's Disease", *Clinical Gerontologist* 16/1 (1995): 41.

⁴² Lucanne Magill, "The spiritual meaning of pre-loss music therapy to bereaved caregivers of advanced cancer patients", *Palliative and Supportive Care* 7/01 (Mart 2009): 97.

4. MÜZİK VE SAĞLIK

Müziğin insan sağlığı üzerinde iki yönlü etkisi bulunmaktadır. Müzik beden ve ruh sağlığı üzerinde pozitif etkilere yol açabildiği gibi belli tür müziklerin uzun süre dinlenilmesi bazı bireylerde olumsuz etkilere neden olabilmektedir. Tedavi ve rahatlama amacıyla uygulanan müzik ve onunla ilgili diğer aktiviteler, müzik terapistler tarafından kişiye özel türde ve miktarda düzenlenerek kullanılmaktadır.

Kanser, kalp hastalıkları ve MS (Multiple Scleros) gibi ciddi sağlık sorunlarının tedavisi sadece ilaç tedavisinin ötesinde psikolojik, sosyal ve manevi desteği de kapsayan bir daha bütüncül bir tedavi şemasını gerektirmektedir. Müzik terapi bu noktada önemli bir rol üstlenmektedir. Müzik terapi hastanın kaygı, stres ve acılarını azaltmak ve diğer hastalarla ve ailesi ile iletişimi sürdürmesini sağlamak amacıyla kullanılmaktadır. Zimmermann ve arkadaşlarının kronik kanser acısı çeken bir grup hasta üzerinde yaptıkları araştırmada hastalara telkin ile birlikte kasetten sevdikleri şarkılar dinlettirilmiş, daha sonra hastaların acı algıları ölçülmüş, elde edilen bulgularda hastaların sadece duygusal acıları değil aynı zamanda anlık fiziksel acılarında da azalma ve rahatlama hissettikleri tespit edilmiştir.⁴³ Araştırma müziğin algıları doğrudan etkileyebildiğini göstermiştir. Ayrıca Lee'nin müziğin acı üzerindeki etkisi üzerine 1995-2014 yılları arasında yapılmış 70 bilimsel araştırma üzerinde yaptığı meta-analizde müzik dinleme ile acının azalması, acı kaynaklı duygusal sıkıntıyı azalması arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.⁴⁴ Callaghan ve arkadaşlarının araştırmasında da müziğin kanser hastaları için bir can simidi olabileceği, öz farkındalık ve sosyal ilişkileri geliştirdiği, oyun, anı ve hayalleri harekete geçirdiği için bireye yardım edebileceği, biyopsikososyal ve manevi mutluluğu destekleyebileceği bulunmuştur.⁴⁵ Bradt ve arkadaşlarının müziğin kalp sağlığı üzerine etkisi tespit için 23 farklı oturumda 1461 kişi üzerinde yaptığı araştırma kalp hastalığı olan bireylerde müzik dinlemenin kalp atış hızını, solunumu ve kan basıncını yavaşlattığını ve acıyı yatıştırıcı olduğunu ortaya koymuştur.⁴⁶ Müzik terapi zihinsel problemler nedeniyle konuşma güçlüğü çeken bireylerin tedavisi ve sosyalleştirilmesinde de kullanılabilir. Kowski doğum öncesi bilinmeyen etkiler nedeniyle ileri düzey zihinsel gerilik teşhisi konulmuş, insanlarda izole olmuş bir şekilde yaşayan 35 yaşındaki Anna isimli hastasına yönelik müzik terapi uygulamaları yapmış terapi sonrasında Anna'nın kendisini toplumdaki soyutlama eğilimi azalmıştır.⁴⁷ Müzik terapist Mahn konuşamayan, hatta göz kontağı kuramayan Kosova göçmeni bir çocuk olan Zoran ile 40 bireysel müzik terapi seansı yapmıştır. Seanslarda doğaçlama müzik yapma, kasetten müzik dinleme ve müzik seanslarını sonunda müzik eşliğinde serbest resim yapma aktiviteleri

⁴³ Lani Zimmerman v.dğr., "Effects of Music in Patients Who Had Chronic Cancer Pain", *Western Journal of Nursing Research* 11/3 (Haziran 1989): 298-309.

⁴⁴ Jin Hyung Lee, "The Effects of Music on Pain: A Meta-Analysis", *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 430.

⁴⁵ Clare C. O'Callaghan v.dğr., "Music's Relevance for People Affected by Cancer: A Meta-Ethnography and Implications for Music Therapists", *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 399.

⁴⁶ Joke Bradt v.dğr., "Music for stress and anxiety reduction in coronary heart disease patients", *Cochrane Database of Systematic Reviews*, ed. Cochrane Heart Group, 28 Aralık 2013, 1.

⁴⁷ Juliane Kowski, "The Sound Of Silence – The Use Of Analytical Music Therapy Techniques With A Nonverbal Client", *Analytical Music Therapy*, ed. Johannes Th. Eschen (London: Jessica Kingsley Publishers, 2002), 85.

yapılmıştır. Bu aktiviteler Zoran üzerinde güçlü etkilere yol açmış ve terapist Mahn ile arasında duygusal bir bağ oluşturmuş, özellikle müzik eşliğinde çizim yapma aktivitesi Zoran'ın sembolik çizim konusundaki yeteneğini ortaya çıkarmıştır. Müzik terapinin ileriki zamanlarında Zoran aktivitelerle daha fazla ilgilenmeye ve sesini kullanmaya başlamış, ilk kullandığı kelimeler evet ve hayır olmuştur.⁴⁸ Chawin'in araştırmasında da müzik terapinin hastaların yalnızlığını azalttığı, kişiler arası ilişkilerini geliştirdiği, konuşamayan hastaların duygularını ifade etmelerini ve diğerlerine bağlanmalarını mümkün kıldığı görülmüştür.⁴⁹

Tecrübe edilen ciddi sağlık sorunları ve ölüme yaklaşmış olma bireylerde korku, kaygı, stres, yalnızlık, çaresizlik, öfke gibi bir takım negatif duygulara neden olabilmektedir. Yapılan araştırmalarda müzik terapinin ölüme yaklaşmış bireylerin korku, kaygı, yalnızlık gibi duygularını hafifletilmesi ve diğer insanlarla olan bağlılıklarının devam ettirilmesinde önemli görevler üstlendiği bulunmuştur. Karout'un Florida'da ki Palm Beach Counry Darulacezesi'nde ikamet eden ölümcül hastalığa yakalanmış 80 örneklem üzerinde yaptığı araştırmada tek oturumdan oluşan müzik terapi uygulamasının bile hastaların acı kontrol, fiziksel rahatlık ve dinlenme düzeylerini artırdığı tespit edilmiştir.⁵⁰ Thompson ve Grocke'nin araştırmasında da ölümcül hastalığa sahip palyatif bakım almakta olan hastalarda müzik terapi ile kaygı azalması arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.⁵¹ Padam ve arkadaşlarının araştırmasında Hint ilahileri ve Klasik Hint enstrümental müziği dinletilen üst mide/bağırsak bölgesine endoskopi yapılmış hastaların kaygı düzeylerinin anlamlı bir şekilde azaldığı görülmüştür. Araştırmada müziğin bu hastalarda hastalığın yayılma korkusunun neden olduğu kaygının yatıştırılmasında pozitif etkisinin olduğu ve tedavi amaçlı kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.⁵² Benz'in kronik zihinsel rahatsızlığı olan yetişkinler üzerinde yaptığı araştırmada müzik terapinin yaşam memnuniyetinde anlamlı bir artışa yol açmadığı ancak yardımseverlik, neşe ve rahatlık duyguları ile pozitif anlamlı ilişkisi olduğu tespit edilmiştir.⁵³ Araştırmalarda müzik terapinin travmatik tecrübe yaşamış bireylerin rehabilite edilmesinde de önemli roller üstlendiği görülmüştür. Gilbertson'un travmatik beyin yaralanması geçirmiş hastaların tedavisinde müziğin kullanımı üzerine yaptıkları literatür araştırmasında nörolojik tedavi sürecinde müzik terapinin olumlu etkilerine dair çeşitli bilgi ve deliller tespit edilmiştir. Araştırmada bu konuda elde edilen sonuçlar özetle şöyledir. Müzik terapi travmatik beyin yaralanmasını izleyen tedavi sürecinin başlangıç aşamasında eşsiz bir sözsüz değerlendirme

⁴⁸ Wolfgang Mahn, "The Psychodynamic Function of Music in Analytical Music Therapy with Children", *Analytical Music Therapy*, ed. Johannes Th. Eschen (London: Jessica Kingsley Publishers, 2002), 97.

⁴⁹ Melanie Chawin, "Music as Communication", *Alzheimer's Care Quarterly*, 3 (2002), 145.

⁵⁰ Robert E. Krout, "The effects of single-session music therapy interventions on the observed and self-reported levels of pain control, physical comfort, and relaxation of hospice patients", *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*® 18/6 (Kasım 2001): 383.

⁵¹ Anne Horne-Thompson - Denise Grocke, "The Effect of Music Therapy on Anxiety in Patients who are Terminally Ill", *Journal of Palliative Medicine* 11/4 (Mayıs 2008): 582.

⁵² Anita Padam v.dğr., "Effect of listening to Vedic chants and Indian classical instrumental music on patients undergoing upper gastrointestinal endoscopy: A randomized control trial", *Indian Journal of Psychiatry* 59/2 (2017): 214.

⁵³ Amanda R. Benz, *Therapeutic Effects of Music Therapy On Anxiety And Quality Of Life For Chronically Ill Adults With Mental Illness* (Master of Science Indiana: Ball State University, 2010), 33.

stratejisi sunmaktadır. Komadan çıkan hastalar için müziğe dayalı diyalog temelli bir etkileşim imkânı sunmaktadır. Travmanın neden olduğu hafıza kaybı ve nörospikolojik rahatsızlıklar boyunca belleği geliştirmekte ve bilgi sağlamaktadır. Müzik terapi ses ve konuşma yeteneğinin düzelmesine olumlu katkı sağlamaktadır. Yeterli bir duygusal ifade ve etkileşim imkânı sağlamaktadır. Travma sonucunda etkilenen ruh hali üzerinde pozitif etki yapmaktadır. Birden fazla beyin hasarı olan hastalara eşsiz bir iyileşme olasılığı sunmaktadır. Günlük yaşamsal faaliyetleri kendi başına yapabilirliği artırmaktadır.⁵⁴ Formisano ve arkadaşlarının araştırmasında ciddi beyin hasarlı hastaların erken tedavisinde doğaçlama yapılan müzik terapisinin yardımcı bir tedavi biçimi olabileceği tespit edilmiştir. Doğaçlama müzik terapi hasta ve terapistin birlikte doğaçlama bir şekilde şarkı söylemesi veya çeşitli enstrümanlar çalmasından oluşmaktadır. Araştırmada ortalama 52 gün süresince komada kalmış 34 ciddi beyin hasarlı hastaya yönelik doğaçlama müzik terapi uygulaması yapılmış, araştırma sonucunda beyin hasarlı hastaların işbirliğinde anlamlı artış ve uyusukluk gibi istenmeyen davranışlarda anlamlı bir azalma tespit edilmiştir.⁵⁵ Louise ve Mcinerney tarafından Bosna savaşına tanık olmuş çocuklar üzerinde savaşın travmatik etkilerinin müzik terapi ile rehabilite edilmesi amacıyla yaptıkları uygulamada öncelikle çocuklar için güvenli bir ortam oluşturulmuştur. Bu ortam düzenli olarak yapılan seanslarda terapistin her zaman orda olduğuna dair güven, olumlu ve yargılamayan bir yaklaşım ve terapistin tecrübe ettikleri duygularla başa çıkmalarına kendilerine yardım edeceğine dair bilgiyi içermektedir. Bazı çocuklar savaştaki travmatik olaylar sonucunda tecrübe ettikleri duyguları ifade etmede oldukça zorlanmışlardır. Pek çoğu tecrübe ettikleri duyguları kelimeler yerine müzik yoluyla ifade etmeyi tercih etmiştir. Müzik sayesinde tanık oldukları travmatik olayların neden olduğu negatif duyguları yeniden tecrübe etmiş ve keşfetmişlerdir. Müzik terapi travmatik olayların neden olduğu negatif duygularla başa çıkmada onlara destek sağlamış ve zaman içinde bu çocuklar hayatlarının bazı yönleri üzerinde yeniden kontrol sahibi olabilmeyi başarmışlardır.⁵⁶ Moore'un otizmli çocuklar üzerinde yaptığı araştırmada bir grup otizm hastası çocuklar iki gruba ayrılmış, müzik terapi uygulanan deney grubundaki çocukların daha fazla kendiliğinden diyaloga girdikleri, daha fazla göz teması kurdukları, diğerleri ile daha fazla etkileşime girdikleri görülmüştür.⁵⁷ Burke'nin araştırmasında ise babasının ölümünden ötürü şaşkınlık ve öfke tecrübe eden dört yaşındaki Adam'a altı ay süre zarfında müzik terapi uygulanmış, terapi sonucunda Adam'ın akranlarına ve annesine yönelik saldırgan tavırları müzik sayesinde başka bir çıkış yolu bulmuştur.⁵⁸ Krout'un yakını kaybetmiş ergenler üzerinde yaptığı araştırmada müzik terapisinde yer alan şarkı sözü yazma tecrübesinin daha önce bir defa dahi görüşmemiş olan katılımcılar arasında bile amaç ve bağlılığı kolaylaştırdığı, yakını kaybetmiş genç ergen

⁵⁴ Simon Gilbertson, "Music Therapy in Neurorehabilitation After Traumatic Brain Injury: A Literature Review", *Music Therapy and Neurological Rehabilitation*, ed. David Aldridge (London: Jessica Kingsley Publishers, 2005), 136-137.

⁵⁵ Rita Formisano v.dğr. "Active Music Therapy in The Rehabilitation of Severe Brain Injured Patients During Coma Recovery", *Ann. Ist. Super. Sanità*, 37/ 4 (2001): 627.

⁵⁶ Louise Lang - Una Mcinerney, "Bosnia, A Music Therapy Service in a Post-war Environment", *Music, Music Therapy and Trauma*, ed. Julie P. Sutton (London: Jessica Kingsley Publishers, 2002), 172.

⁵⁷ Moore, "The Effects of Music Therapy on the Social Behavior of Children with Autism", 33-35.

⁵⁸ Burke, "Music Therapy in Working through a Preschooler's Grief: Expressing Rage and Confusion", 27.

grubun hem ölmüş kardeşleriyle ilgili hem de kendi matem süreçleriyle ilgili duygularını ifade etmede yardımcı olduğu görülmüştür. Grup terapisi seansı sadece 90 dakika sürmüş olmasına rağmen, katılımcıların anlamlı bir grup tecrübesinin bir parçası olmalarına ve kendi özel matem durumlarını tehditkâr olmayan yaratıcı bir şekilde inceleme ve ifade etmelerine imkân sağladığı tespit edilmiştir.⁵⁹ Yapılan bir dizi nitel araştırmada, darülacezeler ve palyatif bakım ünitesinde kalan hasta ve yakınları için müzik terapinin yaşam kalitesi, hasta memnuniyeti ve iletişim üzerinde pozitif etkisi olduğu tespit edilmiştir. McConnell ve Porter'in palyatif bakım hastalarının tedavisinde alternatif bir araç olarak müzik terapinin kullanımı üzerine yazılmış 51 makaleyi gözden geçirdikleri araştırmalarında müzik terapinin palyatif bakım gören hastaların fiziksel, psikolojik, duygusal ve manevi sıkıntıları üzerinde iyileştirici etkisi olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada müzik terapinin palyatif bakım hastalarının sıkıntı veren hastalık semptomlarının yönetiminde etkili bir ilaç dışı yaklaşım olabileceği görülmüştür.⁶⁰ Hilliard darülacezelerde kalan rastlantısal olarak seçilmiş 80 birey üzerinde yaptığı araştırmada tek bir seanstan oluşan müzik terapi uygulamasının bile yaşam kalitesi ve hasta memnuniyetini artırdığı ve seanslar sürecince bu hastaların memnuniyet skorlarının arttığı tespit etmiştir.⁶¹ Bruscia'nın editörlüğünü yaptığı "Case Studies in Music Therapy" isimli eserde çeşitli fiziksel ve psikolojik sağlık sorunları olan çocukların müzikle tedavisi üzerine yapılmış çeşitli vaka incelemelerine yer verilmiştir. Eserde yer alan vaka incelemelerinde özetle aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir. Salas ve Gonzales'in araştırmasında görme engelli bir çocuk olan Gabriela'nın engeli sebebiyle bastırılmış, güç, özgüven ve cesaretinin ortaya çıkartılmasında, Shoemark'ın araştırmasında davranış bozukluğu olan görme engelli Brien'in kendiliğinden etkileşime girebilme yeteneğinin ve sınıf aktivitelerine katılımının artırılmasında, Robbins'lerin araştırmasında çoklu engeli olan 9 yaşındaki Lynda'ın dışa dönüklüğünün geliştirilmesi ve gizli kalmış potansiyelinin ortaya çıkarılmasında, Herman'ın araştırmasında duygusal ve davranışsal sorunları olan 9 yaşındaki Robbie'nin özgüven kazanması ve yıkıcı eğilimlerinin azalmasında, Burke'nin araştırmasında babasının ölümünden ötürü öfke ve kafa karışıklığı içinde olan dört yaşındaki Adam'ın annesine ve akranlarına yönelttiği öfkesinin yüksek sesli müzik çalma sayesinde alternatif bir çıkış yolu bulmasında, Loveszy'nin araştırmasında şiddetli yanıklarından ötürü fiziksel ve duygusal acı hisseden yedi yaşındaki Eduardo'nun fiziksel ve psikolojik iyileşme sürecinde, Oldfield'in araştırmasında (2006:163) konuşma bozukluğu olan Jamie'nin iletişim yeteneklerinin geliştirilmesinde müzikterapinin önemli rol üstlendiği tespit edilmiştir.⁶²

⁵⁹ Robert E. Krout, "Our Path to Peace: Songwriting-Based Brief Music Therapy with Bereaved Adolescents" *Case Examples of Music Therapy in Bereavement*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2012), 39.

⁶⁰ Tracey McConnell - Sam Porter, "Music therapy for palliative care: A realist review", *Palliative and Supportive Care* 15/04 (Ağustos 2017): 454.

⁶¹ Russell E. Hilliard, "The effects of music therapy on the quality and length of life of people diagnosed with terminal cancer", *Journal of Music Therapy* 40/2 (2003): 113-137.

⁶² Jo Salas, David Gonzales "Like Singing With A Bird: Improvisational Music Therapy With A Blind Four-Year-Old", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 25; Helen Shoemark, "The Use Of Piano Improvisation In Developing Interaction And Participation In A Blind Boy With Behavioral Disturbances", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 30; Carol

Fiziksel ve psikolojik sağlık üzerindeki pozitif etkilerinin yanında m¼zik aynı zamanda beden ve ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilere de yol açabilir. M¼ziđin beden ve zihin üzerindeki zararlı etkileri çeşitli faktörlere bağlıdır. Bunlardan en önemlisi m¼ziđin tür¼ veya kalitesidir. Ayrıca zamanla kesin ve etkili olabilen ikincil özellikler de bulunmaktadır. Bunlar; m¼ziđin miktarı, farklı tür m¼ziklerin birleşimi ve sırası; dinleyicinin psikofizyolojik yapısı ve m¼zik dinleme esnasındaki özel duygusal durumudur. Bireylerin m¼zikten etkilenme düzeyleri kişilikleriyle de alakalıdır. M¼ziđe karşı duyarlı, tutkuları güçlü ve kontrol dışı olan bireyler ile duygusal olarak soğuk ve tepkisiz entelekt¼el tiplerin m¼zikten etkilenme düzeyleri farklıdır.⁶³ Brien'in araştırmasında gırtlacı yanlış bir şekilde kullanan şarkıcıları dinlemenin ve gırtlaktan gelen metalik bir sesle şarkı söylemenin m¼zikogenik epilepsiye neden olduğu bulunmuştur.⁶⁴

5. MANEVİ BAKIMDA M¼ZİĐİN KULLANIMI

Manevi Bakım ifadesi İngilizcedeki *Spiritual Care* ifadesinin karşılığıdır. Spirituality teriminin anlamı konusunda ortak bir birliktelik olmamakla birlikte genel olarak bireyin düşünce ve eylemlerine yön veren önemli yaşamsal öz, kutsalın önel tecrübesi, varoluşsal anlam arayışı olarak tanımlanabilir.⁶⁵ Maneviyatın bireylerin sahip oldukları dini düşünce ve inançları da kapsayan dini bir yön¼ de olmakla birlikte hayata dair kişisel bir anlam, amaç, büt¼nl¼k, huzur, bireysellik ve uyum arayışı şeklinde ki seküler anlamı da bulunmaktadır. İnsandaki doğal bir eğilim olan maneviyat ihtiyacını bir teist dini inanç, değer ve rit¼eller yoluyla giderirken, bir ateist ise kişisel amaç ve değerlere ulaşmaya çalışma, doğa, m¼zik, sanat, birtakım felsefi düş¼nceler, eř ve arkadaş ilişkileri yoluyla giderme yoluna gidebilmektedirler.

Manevi bakım, bakıma muhtaç öz¼rl¼ veya kronik hastalara yönelik maneviyat/din odaklı destek, teskin ve teselli hizmetleridir. Sosyal boyutuyla manevi bakım, bakıma muhtaç kişinin moralini güçlendirmeyi, hayata bağlılığını artırmayı, i dünyasıyla barışık olmasını, manevi sapmalarını ve korkularını gidermeyi amaçlayan insan odaklı büt¼nc¼l hizmetlerdir. Dolayısıyla manevi bakım bireylerin manevi ihtiyaçlarını tespit eden, bu ihtiyaçlar doğrultusunda manevi tedavi ve rehabilitasyon hizmetleri sunan teorik olduğu kadar

Robbins - Clive Robbins, "Self-Communications In Creative Music Therapy", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 55; Fran Herman, "The Boy that Nobody Wanted: Creative Experiences For A Boy With Severe Emotional Problems", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 99; Kerry Burke, "Music Therapy In Working Through A Preschooler's Grief: Expressing Rage And Confusion", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 127; Rebecca Loveszy, "The Use Of Latin Music, Puppetry, And Visualization In Reducing The Physical And Emotional Pain Of A Child With Severe Burns", *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 153; Amelia Oldfield, "Preverbal Communication Through Music To Overcome A Child's Language Disorder". *Case Studies In Music Therapy*, ed. Kenneth E. Bruscia (Gilsum: Barcelona Publishers, 2006), 163.

⁶³ *The Unbounded Spirit*, "The Harmful Effects of Music on Body and Mind", erişim: 19.08.2018 <https://theunboundedspirit.com/the-harmful-effects-of-music-on-body-and-mind/>

⁶⁴ S. E. Brien - T. J. Murray, "Musicogenic epilepsy", *Canadian Medical Association Journal* 131/10 (15 Kasım 1984): 1255.

⁶⁵ Muhammed Kızılgöçit, *Din Psikolojisinin 200'¼ü*, (Ankara: Otto Yayınları, 2017), 59.

uygulamaya dönük multidisipliner bir bilim dalıdır.⁶⁶ Manevi bakım hizmetleri, sadece yaşlı ve hastalara yönelik değil aynı zamanda kaza, afet veya terör olayları gibi travmatik olaylar sonrasında hayatta kalan bireylere verilecek manevi desteği de kapsamaktadır. Burada amaç kazazedelerin tecrübe ettikleri travmatik olaya dini anlam vermelerini sağlayarak travma sonrası stres bozukluğu, öfke, depresyon gibi psikolojik sorunların oluşmasını önlemektir. Manevi bakım uygulanan bireylerin içinde buldukları hassas fizyolojik ve psikolojik durumdan ötürü onlara karşı saygılı ve samimi bir şekilde davranılmalı, bireysel ilgi gösterilmelidir.

Müzik terapi tek bir model, düzen ve amaç, uygulayıcı veya eğitim programı ile sınırlandırılmayan bir yaklaşımdır. Müzik terapi ile aynı zamanda bireysel dönüşüm, yaşamsal anlam ve amaç, kimlik, inanç, diğerlerine ve Tanrı'ya bağlılık gibi bir takım manevi hedeflere ulaşma da amaçlanmaktadır. Bundan dolayı müzik terapi eğitim, sağlık, psikoloji gibi farklı disiplinlerle ilişkili olduğu kadar manevi bakımla da ilişkidir ve kullanılmaktadır. Manevi bakım hizmetlerinde psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri olan hasta/yaşlı bireylerin teskin ve teselli edilmesi, rahatlatılması, acılarına anlam bulmalarının sağlanması ve yoğun olarak tecrübe ettikleri negatif duyguların etkisinden kurtarılarak güven, ümit, sabır, tevekkül gibi pozitif duygu ve davranışların kazandırılması amaçlanmaktadır. Müzik terapide de aynı hedef kitlenin acılarının dindirilmesi, yalıtılmışlıktan kurtarılarak sosyalleştirilmesi, iletişimlerinin artırılması, rahatlatılması, affediciliğinin, üretkenliğinin ve ümidinin artırılması amaçlandığından dolayı manevi bakım hizmetleri ile müzik terapi uygulamasının amaçlarının birbiri ile örtüştüğü söylenebilir. Manevi bakım farkındalık, öz bakım, mutluluk, dikkat, rehberlik ve sevgi duygularını harekete geçirdiğinde müzik terapinin klinik anlamda ulaşılmaya çalışıldığı bu amaçları temelde yansıtmış olmaktadır. Hem manevi bakım hem de müzik terapi de çekilen sıkıntılara anlam bulmaya yardım etme önemli bir amaçtır. Manevi bakımda hastalık ve diğer sıkıntı verici olaylara dünya hayatının ötesinden gelen ulvi anlamlar bulabilmelerine yardım edilirken, müzik terapide de çeşitli müzik tecrübeleri yoluyla hastaların anlam duygusu, tutum, inanç, düşünce, değer, yaşam ve ölüme dair ilgilerini keşfetmek mümkün olabilmektedir. Örneğin söz yazma tecrübesi ile hastanın hayata ve ölüme dair düşüncelerini, yaşadıkları sıkıntılara verdikleri anlamı yakalama imkânı olmaktadır. Araştırmalarda manevi bakım ve müzik terapinin acıları dindirme, rahatlama, anlam bulma, sosyalleşme, iletişim, bağlılık, pozitif duygular yüklenme gibi konularda olumlu etkileri tespit edilmiştir. Örneğin Kirkland ve arkadaşlarının müzik terapi ve manevi bakımın birlikte uygulanmasının bunama hastalığına yakalanmış bireyler üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmada nicel ve nitel ölçümlerden elde edilen bulgular sosyal bağlılık, uyum, katılım, kimlik, bağlanma ve ait olma, meşguliyet, etkileşim, ifade etme, pozitif ruh hali ve rahatlığı içeren çoklu pozitif sonuçlar elde edilmiştir. Katılımcılar, grupları hakkında manevi hoşnutluk sergilemişler, daha da önemlisi diğerlerine manevi olarak bağlanma duygusu tecrübe

⁶⁶ Ali Seyyar, "Bakıma Muhtaç Özürlülere Dönük Manevi Bakım Uygulamaları" 1. Din Hizmetleri Sempozyumu (3-4 Kasım 2007), c.2 (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları 2008), 251.

etmişlerdir.⁶⁷ Wlodarczyk'un darülaceze de ikamet eden ve daha önce müzik terapi hiç almamış bireyler üzerinde yaptığı araştırmada ölmekte olan hastalar ve onların aileleri için maneviyatın en önemli başlık olduğu ve müzik terapinin ise hastalara verilecek destek hizmetinde çok güçlü bir rolünün olduğu tespit edilmiştir. Örneklerin manevi mutluluk ölçeği skorlarının müzik günlerinde kesin bir yükseliş gösterdiği görülmüştür.⁶⁸ Neudorfer'in 3 bayan kanser hastası üzerinde yaptığı araştırmada müziğin sadece duyguları tetiklemediği aynı zamanda hastanın iç dünyasına rehberlik eden bir işaret olduğu görülmüştür.⁶⁹ Grocke ve arkadaşlarının araştırmalarında 99 çeşitli zihinsel hastalıkları olan hastalara standart bakımlarının ardından müzik terapi uygulanmış müzik terapi alan grubun sosyalleşme, maneviyat ve öz saygı skorlarında anlamlı yükselmeler tespit edilmiştir.⁷⁰ Cook ve Silverman'ın 10'u deney, 7'si kontrol grubunda olmak üzere toplam 17 kanser hastası üzerinde yaptığı araştırmada müzik terapi grubu kontrol grubuna göre daha yüksek sükûnet ve inanç skorları elde etmiştir. Ayrıca müzik terapi grubundaki hastalar kendilerini Tanrı'ya daha yakın hissettiklerini bildirmişlerdir.⁷¹

Müziğin doğal olarak dinleyen kişiler üzerinde sıra dışı bilinç durumları oluşturma veya değişime neden olma özelliği bulunmaktadır. Müzik icra etmek veya sadece dinlemek bile bireyi içinde bulunduğu ortamdan alıp varoluşun veya bilincin başka alanlarına taşıyabilmektedir. Bazı zamanlarda bu değişmiş veya sıra dışı olan bilinç durumlarının kendisi manevi tecrübe olurlarken bazen de onlar manevi tecrübenin diğer biçimlerine geçişi sağlamaktadır.⁷² Bunlara ilave olarak müzik tefekkür ve dinlenmeyi sağlaması ve hayal gücünü geliştirmesinden ötürü manevi bakım uygulamalarında arzulanan hedeflere ulaşmayı destekleyici bir araç olarak kullanılmaktadır. Müzik manevi bakım hizmetlerini veren uzmanlar tarafından destekleyici olarak kullanılabilmesi gibi müzik terapistlerin de terapi sürecinde hastaların ve kendi maneviyatlarına dair birtakım tecrübeleri olmaktadır. Bu konuda Tsiris'in yaptığı araştırmada müzik terapistlerin ortalama %76'sı maneviyatın, kendi kimlikleriyle (%79, n=282) ve işleriyle (%74, n=261) ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Araştırmaya katılan müzik terapistlerin çoğunluğun kanaatine göre maneviyat, hayattaki herkes ve her şey ile ilgili olduğu kadar kendi meslekleriyle de ilişkilidir. Müzik terapistlerin çoğunluğu kendi maneviyatları ile müzik terapi uygulamaları arasında diyalektik bir ilişkinin varlığından bahsetmişlerdir: maneviyatları sadece müzik terapi uygulamalarını etkilememekte aynı zamanda uygulamaları

⁶⁷ Kevin Kirkland v.dğr. "Music Therapy and Spiritual Care for Persons with Dementia: A Mixed-Methods Study", *Canadian Journal of Music Therapy* 20/1 (2014): 31.

⁶⁸ Natalie Wlodarczyk, *The Effect of Music Therapy On The Spirituality Of Persons In An In-Patient Hospice Unit As Measured By Self-Report* (Yüksek Lisans Tezi, Florida State University, 2003), 20.

⁶⁹ Anita Neudorfer, "Spirituality And Music Therapy: An Action Research Project In Clinical Music Therapy Within The Context Of An Anthropological Theory Of Spirituality", *Approaches: An Interdisciplinary Journal of Music Therapy online* 10/1 (2018): 52.

⁷⁰ D. Grocke v.dğr., "Group music therapy for severe mental illness: a randomized embedded-experimental mixed methods study", *Acta Psychiatrica Scandinavica* 130/2 (Ağustos 2014): 144.

⁷¹ Erin Lane Cook - Michael J. Silverman, "Effects of music therapy on spirituality with patients on a medical oncology/hematology unit: A mixed-methods approach", *The Arts in Psychotherapy* 40/2 (Nisan 2013): 239.

⁷² Bruscia, *Defining Music Therapy*, 153.

da maneviyatlarını etkilemektedir. Yine araştırmaya katılan terapistlerin çoğunluğu (%65, n=230) müzik terapi esnasında manevi bir tecrübe yaşadıklarını bildirmişlerdir. Bu tecrübeler karşılıklı olma duygusu, bir hasta ile yakın temas, derin ve anlamlı bir bağ kurma, zirve veya derin tecrübeler şeklinde değişik yollarla tanımlanmıştır.⁷³ Renz ve arkadaşlarının yaptığı araştırmada ise müzikterapi, psikoterapi ve manevi desteğin yer aldığı bütüncül ve disiplinler arası bir yaklaşımın hasta bireylerin acıları ile başa çıkmalarında destekleyici rol üstlendiği tespit edilmiştir. Araştırma soruncuna göre beden gevşetme egzersizleri eşliğinde müzik terapi ve müzik aracıyla aktif hayal kurma hasta bireye bilinçdışı dürtülerin ve mesajların yoğun bir şekilde yer aldığı hayal dünyası ile farkındalık arasındaki eşige yol göstermede çok verimlidir. Müzik terapi ile hastaların acıları yatışmakta, sakinlik, teselli, rahatlık hissetmektedirler.⁷⁴ Kim ve Drovak'ın Kore'de hayatının son dönemini yaşayan 10 birey üzerinde yaptıkları araştırmada müzik terapinin bakıcıların samimi davranışları ve aile-hasta ilişkisi üzerinde pozitif etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada 10 hasta ve 20 hasta yakınından oluşan 30 kişilik örneklem rastgele iki gruba ayrılmış ve birinci gruba 15 dakika müzik terapi seansı uygulanmış, diğer gruba 15 dakika vaaz seansı düzenlenmiş, seanslar sesli ve görüntülü kayıt altına alınmış seanslar sonunda yapılan ölçümlerden elde edilen veriler karşılaştırıldığında müzik terapi uygulanan grubun vaaz seansı uygulanan gruba kıyasla ölmekte olan yakınlarına karşı daha fazla duygusal ve fiziksel samimiyet davranışları sergiledikleri tespit edilmiştir.⁷⁵ McClean ve Daykin'in kanser tedavi merkezinde müzik terapi seanslarına katılan 23 birey ile telefon görüşmesi yoluyla yaptıkları araştırmada hastalarda aşkınlık, bağlılık, anlam arayışı, inanç ve ümit gibi temel maneviyat konularında müzik terapinin pozitif etkilere yol açtığı tespit edilmiştir.⁷⁶

Manevi bakım hizmetlerinde olduğu gibi müzik terapinin de problemlerinden birisi bazı sağlık çalışanlarının müziğin ve maneviyatın insan sağlığına olan olumlu etkilerinin bilmemelerinden kaynaklanan olumsuz tutum ve yaklaşımlarıdır. Ciğerci ve arkadaşlarının araştırmalarında Sağlık hemşirelerin %98.1'inin ve doktorların %98.2'sinin müzik terapiye ilişkin herhangi bir eğitim almadığı belirlenmiştir.⁷⁷ Kelly ve Koffman'ın (2007:235) yetişkin palyatif bakımında mutidisipliner müzik terapi uygulaması üzerine yaptıkları araştırmada özellikle hemşireler arasında müzik terapinin önemi hakkında anlayış eksikliği olduğu tespit edilmiştir.⁷⁸ Masko'nun darülaceze ekibinin bir parçası olarak müzik terapistlerinin manevi bakım

⁷³ Giorgos Tsiris, *Performing Spirituality in Music Therapy: Towards Action, Context And The Everyday* (Doktora Tezi, Goldsmiths, University of London, 2018), 38-41.

⁷⁴ Monika Renz v.dğr., "Spirituality, psychotherapy and music in palliative cancer care: research projects in psycho-oncology at an oncology center in Switzerland", *Supportive Care in Cancer* 13/12 (Aralık 2005): 963.

⁷⁵ Borin Kim - Abbey L. Dvorak, "Music therapy and intimacy behaviors of hospice family caregivers in South Korea: A randomized crossover clinical trial", *Nordic Journal of Music Therapy* 27/3 (27 Mayıs 2018): 218.

⁷⁶ Stuart McClean v.dğr., "The Healing and Spiritual Properties of Music Therapy at a Cancer Care Center", *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 18/4 (Nisan 2012): 1.

⁷⁷ Ciğerci v.dğr., "Tamamlayıcı Bakım Ve Alternatif Tedavi Yöntemi Olan Müzik Terapiye İlişkin Sağlık Profesyonellerinin Görüşleri", 388.

⁷⁸ Julian O'Kelly - Jonathan Koffman, "Multidisciplinary perspectives of music therapy in adult palliative care", *Palliative Medicine* 21/3 (Nisan 2007): 235.

sağlamalarına ilişkin etik ve eğitim konularına dair darülaceze papazları ve müzik terapistlerin tutum ve düşüncelerini tespit için yaptığı araştırmada hem papazlar hem de müzik terapistlerde darülaceze ekibinin bir parçası olarak müzik terapistlerin manevi bakım sağlamasının uygunluğu konusunda ortak bir kanaat olduğu görülmüş olmakla birlikte müzik terapistlerin böyle bir işi yapabilmeleri için resmi ve gayri resmi manevi bakım eğitimine ihtiyaç duydukları, ayrıca bu eğitimin karşılaştırmalı dinler, kültürel yeterlilik, uygulamalı eğitim ve kişisel sınırları koruma hakkında ki bilgileri içermesinin gerekliliği tespit edilmiştir.⁷⁹

SONUÇ

Düzenli ses ve titreşimlerden meydana gelen bir enerji olan müzik insanlık tarihinin her döneminde var olagelmış ve tedavi amacıyla kullanılmıştır. Hristiyanlık, Yahudilik, Hinduizm, Budizm ve İslamiyet'te müzik ilahi söyleme, makamla kutsal metin okuma, aletsel müzik çalma gibi farklı şekillerde dini tören ve ritüellerde kullanılmaktadır. 1940'larda Amerika'da üniversitede bir bilim dalı ve mesleki bir uygulama olarak ortaya çıkan müzik terapi sonraki yıllarda başta Avrupa olmak üzere dünyanın diğer bölgelerine hızla yayılmış ve gelişmiştir. Günümüzde Batı'da müzik terapi 2-4 yıllık lisans/lisansüstü düzeyde eğitim programına sahip, hastane, darülaceze, klinik ve okul gibi farklı kurumlarda hizmet veren bir meslek dalı haline gelmiştir. Türkiye'de ilk defa 2014 yılında müzik terapiye dair yasal düzenleme yapılmış olup hali hazırda bazı üniversitelerde sertifikalı müzik terapi eğitim programları yer almaktadır. Müzik terapide acı, heyecan ve nefes darlığı yönetimi şeklinde fizyolojik amaçlar, sözsüz iletişim ve duygu ifadesini artırmak, kaygı, yalnızlık ve depresyonu azaltmak, normalleşmeyi sağlamak şeklinde psikososyal amaçlar, uyumu artırma, çok algılı uyarılma sağlama ve tedaviyi kabulü içeren bilişsel amaçlar ve kendini ve diğerlerini affetmeyi sağlama, yaratıcılığı destekleme ve ümidi beslemeyi içeren manevi amaçlar bulunmaktadır. Manevi bakımda da bireyin maneviyatının güçlendirilmesi, hayata bağlılığını artırılması, iç dünyasıyla barışık olmasının, manevi sapmalarını ve korkularının giderilmesi, teskin ve teselli edilmesi, rahatlatılması ve acılarına anlam bulması sağlanması amaçlandığından dolayı manevi bakım hizmetleri ile müzik terapi uygulamasının hitap ettiği kitle ve amaçları açısından benzer özelliklere sahip olduğu söylenebilir. Makalede yer verdiğimiz pek çok araştırmada müziğin çeşitli bedensel ve psikolojik hastalıklara yakalanmış bireylerin tedavi, teselli, rehabilitasyon, stres ve acı yönetimi, rahatlama, sosyalleşme, bağlılık ve iletişimi sürdürme açılarından pek çok olumlu katkı sağladığı tespit edilmiştir. Müzik aynı zamanda tedavi sürecinde yoğun olarak tecrübe edilen negatif ruh halinden sıyrarak, pozitif duygular kazandırarak, manevi tecrübeler yaşatarak, acılara anlam bulmaya yardım ederek manevi bakım faaliyetlerini destekleyici bir rol üstlenmektedir.

Ülkemizde yeni yeni gelişmekte olan manevi bakım hizmetlerinde müziğin tedavi ve teselli edici gücünden daha fazla istifade edilebilmesi için manevi bakım personeli yetiştiren eğitim programlarında çeşitli müzik tecrübelerinin tedavi amaçlı kullanımına yönelik dersler konulabilir. Müslüman bireylerin manevi bakımında hastanın ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda

⁷⁹ Meganne K. Masko, "Music Therapy and Spiritual Care in End-of-Life: A Qualitative Inquiry into Ethics and Training Issues Identified by Chaplains and Music Therapists: Table 1.", *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 309.

makam ile Kur'an-ı Kerim okuma, birlikte ilahi söyleme, ney benzeri bir enstrüman çalma veya bunları bir medya aygıtından dinletme uygulamaları yapılabilir. Bu araştırmada genel olarak Batı'da son yıllarda yapılmış olan müzik terapi uygulamalarının fiziksel ve psikolojik sağlık ve maneviyat üzerindeki etkilerine yer verilmiştir. Bununla birlikte Müslüman bireylerin maddi ve manevi tedavilerinde müziğin etkisinin daha net bir şekilde tespit edilebilmesi ve müziğin tedavi edici gücüne yönelik bilincin oluşması için ülkemizde bu konuda deneysel araştırmaların sayısının atmasına ihtiyaç bulunmaktadır.

KAYNAKÇA

- Al-Hujwiri, Ali bin Usman. *Kashf Al-Mahjub*. Lahore: Zia-ul-Quran Publications, 2001.
- A. L - Barksdale - SPORTDiscus with Full Text. *Music Therapy and Leisure for Persons with Disabilities*. New Market: Sports Publishing International, Incorporated, 2003.
- Aldridge, David. "Music Therapy and the Treatment of Alzheimer's Disease". *Clinical Gerontologist* 16/1 (03 Kasım 1995): 41-57. https://doi.org/10.1300/J018v16n01_05.
- Ansdell, Gary. *How music helps in music therapy and everyday life*. Farnham, Surrey: Ashgate Publishing Limited, 2014.
- Bapat, P. V. *2500 Years of Buddhism*. New Delhi: The Publications Division Ministry Of Information And Broadcasting Government of India, 1956.
- Beck, Guy. *Sacred Sound: Experiencing Music in World Religions*. ed. Guy Beck. Ontario: Wilfrid Laurier Univ. Press, 2006.
- Begbie, Jeremy. *Resounding truth: Christian wisdom in the world of music*. Grand Rapids, MI: Baker Academic, 2007.
- Benek, Selim Bedri - Bayram, Recep - Şakar, Hakan - Gümüştekin, Kenan. "An example for the application of music therapy in the medical history: Divriği Darüssifa". *Acta Medica Anatolia* 3/2 (02 Mayıs 2015). <https://doi.org/10.15824/actamedica.16068>.
- Benz, Amanda R. *Therapeutic Effects of Music Therapy On Anxiety And Quality Of Life For Chronically ill Adults With Mental Illness*. Master of Science, Indiana Ball State University, 2010.
- Bilmen, Ömer Nasuhi. *Kur'an-ı Kerim'in Türkçe Meali Alisi ve Tefsiri*. Cilt 6. İstanbul: Bilmen Yayınevi. 1985.
- Bradt, Joke - Dileo, Cheryl - Potvin, Noah. "Music for Stress and Anxiety Reduction in Coronary Heart Disease Patients". *Cochrane Database of Systematic Reviews*. Ed. Cochrane Heart Group. 28 Aralık 2013. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006577.pub3>.
- Brien, S. E. - Murray, T. J. "Musicogenic Epilepsy". *Canadian Medical Association Journal* 131/10 (15 Kasım 1984): 1255-1258.
- Bruscia, Kenneth E. *Defining Music Therapy*. 3rd ed. Gilsum, NH: Barcelona Publishers, 2014.
- Bruscia, Kenneth E. "A Working Definition". *Readings on Music Therapy Theory*. Gilsum: Barcelona Publishers, 2012.
- Burke, Kerry. "Music Therapy In Working Through A Preschooler's Grief: Expressing Rage And Confusion". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia. Gilsum: Barcelona Publishers, 2006.
- Chawin, Melanie. "Music as Communication". *Alzheimer's Care Quarterly*. 3 (2002): 145.
- Ciğerci, Yeliz - Kurt, Hatice - Çelebi, Şerife. "Tamamlayıcı Bakım Ve Alternatif Tedavi Yöntemi Olan Müzik Terapiye İlişkin Sağlık Profesyonellerinin Görüşleri". *Akademik Müzik Araştırmaları Dergisi* 2/4 (15 Haziran 2016): 1-14. <https://doi.org/10.5578/amrj.27800>.
- Cook, Erin Lane - Silverman, Michael J. "Effects of Music Therapy on Spirituality with Patients on a Medical Oncology/Hematology Unit: A Mixed-Methods Approach". *The Arts in Psychotherapy* 40/2 (Nisan 2013): 239-244. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2013.02.004>.

- Cook Patricia Moffitt. "Sacred Music Therapy in North India". *The World Of Music* 39/1 (1997): 61-83.
- Cusic, Don. *The sound of light: a history of gospel and Christian music*. 1st Hal Leonard ed. Milwaukee, WI: Hal Leonard, 2002.
- Darnley-Smith, Rachel - Patey, Helen M. *Music therapy*. London ; Thousand Oaks, Calif: Sage Publications, 2003.
- Formasino, Rita- Vinicola V- Penta F- Matteis M- Brunelli S- Weckel JW. "Active Music Therapy in The Rehabilitation Of Severe Brain Injured Patients During Coma Recovery". *Ann. Ist. Super. Sanità*, 37/4 (2001): 627-30.
- Friedmann, Jonathan L., ed. *Music in Jewish thought: selected writings, 1890-1920*. Jefferson, N.C: McFarland, 2009.
- Friedmann, Jonathan L. *Music in the Hebrew Bible: understanding references in the Torah, Nevi'im and Ketuvim*. Jefferson, North Carolina: McFarland & Company, Inc., Publishers, 2013.
- Gazali, İmam. *İhyau Ulumi'd- Din*. C.2. Trc. Ahmed Serdaroğlu. İstanbul: Bedir Yayınevi, 1975.
- Gilbertson, Simon. "Music Therapy in Neurorehabilitation After Traumatic Brain Injury: A Literature Review". *Music Therapy and Neurological Rehabilitation*. Ed. David Aldridge. London: Jessica Kingsley Publishers, 2005.
- Goodman, Karen D. *Music Therapy Education and Training: From Theory to Practice*. Springfield, Ill: Charles C. Thomas, 2011.
- Groce, D. - Bloch, S. - Castle, D. - Thompson, G. - Newton, R. - Stewart, S. - Gold, C. "Group Music Therapy for Severe Mental Illness: A Randomized Embedded-Experimental Mixed Methods Study". *Acta Psychiatrica Scandinavica* 130/2 (Ağustos 2014): 144-153. <https://doi.org/10.1111/acps.12224>.
- Hanser, Suzanne B. *Integrative Health through Music Therapy: Accompanying the Journey from Illness to Wellness*. London: Palgrave Macmillan, 2016.
- Hanser, Suzanne B. "Music Therapy in Cardiac Health Care: Current Issues in Research". *Cardiology in Review* 22/1 (2014): 37-42. <https://doi.org/10.1097/CRD.0b013e318291c5fc>.
- Herman, Fran. "The Boy that Nobody Wanted: Creative Experiences For A Boy With Severe Emotional Problems". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia., Gilsum: Barcelona Publishers, 2006.
- Hilliard, Russell E. "The Effects of Music Therapy on the Quality and Length of Life of People Diagnosed with Terminal Cancer". *Journal of Music Therapy* 40/2 (2003): 113-137.
- Horden, Peregrine, ed. *Music as Medicine: The History of Music Therapy since Antiquity*. Aldershot ; Brookfield, USA: Ashgate, 2000.
- Horne-Thompson, Anne - Grocke, Denise. "The Effect of Music Therapy on Anxiety in Patients Who Are Terminally Ill". *Journal of Palliative Medicine* 11/4 (Mayıs 2008): 582-590. <https://doi.org/10.1089/jpm.2007.0193>.
- Huyler, Stephen P. "The Experience, Approaching God". *The Life Of Hinduism*. Ed. John Stratton Hawley, Vasudha Narayanan. Berkeley: University of California Press, 2006.
- Kızılgeçit, Muhammed. *Din Psikolojisinin 200'ü*. Ankara: Otto Yayınları, 2017.

- Kim, Borin - Dvorak, Abbey L. "Music Therapy and Intimacy Behaviors of Hospice Family Caregivers in South Korea: A Randomized Crossover Clinical Trial". *Nordic Journal of Music Therapy* 27/3 (27 Mayıs 2018): 218-234. <https://doi.org/10.1080/08098131.2018.1427783>.
- Kirkland, Kevin v.dğr. "Music Therapy and Spiritual Care for Persons with Dementia: A Mixed-Methods Study". *Canadian Journal of Music Therapy* 20/1 (2014): 10-36.
- Kowski, Juliane. "The Sound Of Silence – The Use Of Analytical Music Therapy Techniques With A Nonverbal Client". *Analytical Music Therapy*. Ed. Johannes Th. Eschen. London: Jessica Kingsley Publishers, 2002.
- Kurtubi, İmam. *el-Camiu li-Ahkâmi'l-Kur'an*, 13. Cilt, trc. M. Beşir Eryarsoy. İstanbul: Buruc Yayınları. 2015
- Krause Neal - Hayward, David R. "Hayatın Son Döneminde Dini Müzik Ve Sağlık: Boylamsal Bir Araştırma", Trc. Necmi Karşlı, *Bilimname*, 29/2(2015): 339-363.
- Krout, Robert E. "The Effects of Single-Session Music Therapy Interventions on the Observed and Self-Reported Levels of Pain Control, Physical Comfort, and Relaxation of Hospice Patients". *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*® 18/6 (Kasım 2001): 383-390. <https://doi.org/10.1177/104990910101800607>.
- Krout, Robert E. "Our Path to Peace: Songwriting-Based Brief Music Therapy with Bereaved Adolescents". *Case Examples of Music Therapy in Bereavement*. Ed. Kenneth E. Bruscia., Gilsum: Barcelona Publishers, 2012.
- Lang, Louise – Mcinerney, Una, "Bosnia, A Music Therapy Service in a Post-war Environment". *Music, Music Therapy and Trauma*. Ed. Julie P. Sutton, London: Jessica Kingsley Publishers, 2002.
- Lawergren, Bo. "Music in the Buddhist and pre-Buddhist worlds", *History of Civilizations of Central Asia*, vol.4, p.2. Ed. C. E. Bosworth. Delhi: Motilal Banarsidass Publ., 1999.
- Lee, Jin Hyung. "The Effects of Music on Pain: A Meta-Analysis". *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 430-477. <https://doi.org/10.1093/jmt/thw012>.
- Lee, Jungup - Thyer, Bruce A. "Does Music Therapy Improve Mental Health in Adults? A Review". *Journal of Human Behavior in the Social Environment* 23/5 (Temmuz 2013): 591-603. <https://doi.org/10.1080/10911359.2013.766147>.
- Llovet, Aliza K. "Meta-Analysis of Specific Music Therapy Measures and Their Implications for the Health Care System". *The Health Care Manager* 36/1 (Mart 2017): 60-68. <https://doi.org/10.1097/HCM.000000000000135>.
- Loveszy, Rebecca. "The Use Of Latin Music, Puppetry, And Visualization In Reducing The Physical And Emotional Pain Of A Child With Severe Burns". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia. Gilsum: Barcelona Publishers, 2006.
- Mahn, Wolfgang. "The Psychodynamic Function of Music in Analytical Music Therapy with Children". *Analytical Music Therapy*. Ed. Johannes Th. Eschen. London: Jessica Kingsley Publishers, 2002.
- Magill, Lucanne. "The Spiritual Meaning of Pre-Loss Music Therapy to Bereaved Caregivers of Advanced Cancer Patients". *Palliative and Supportive Care* 7/01 (Mart 2009): 97. <https://doi.org/10.1017/S1478951509000121>.

- Masko, Meganne K. "Music Therapy and Spiritual Care in End-of-Life: A Qualitative Inquiry into Ethics and Training Issues Identified by Chaplains and Music Therapists: Table 1." *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 309-335. <https://doi.org/10.1093/jmt/thw009>.
- McClellan, Stuart - Bunt, Leslie - Daykin, Norma. "The Healing and Spiritual Properties of Music Therapy at a Cancer Care Center". *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 18/4 (Nisan 2012): 402-407. <https://doi.org/10.1089/acm.2010.0715>.
- McConnell, Tracey - Porter, Sam. "Music Therapy for Palliative Care: A Realist Review". *Palliative and Supportive Care* 15/04 (Ağustos 2017): 454-464. <https://doi.org/10.1017/S1478951516000663>.
- Moore, Jane L. Barrow, *The Effects of Music Therapy on the Social Behavior of Children with Autism*. Submitted in Partial Fulfillment of the Master of Arts in Education College of Education, California State University, 2007.
- Neudorfer, Anita. "Spirituality And Music Therapy: An Action Research Project In Clinical Music Therapy Within The Context Of An Anthropological Theory of Spirituality". *Approaches: An Interdisciplinary Journal of Music Therapy online* (2016): 52-66.
- O'Callaghan, Clare C. - McDermott, Fiona - Reid, Philippa - Michael, Natasha - Hudson, Peter - Zalberg, John R. - Edwards, Jane. "Music's Relevance for People Affected by Cancer: A Meta-Ethnography and Implications for Music Therapists". *Journal of Music Therapy* 53/4 (2016): 398-429. <https://doi.org/10.1093/jmt/thw013>.
- O'Kelly, Julian - Koffman, Jonathan. "Multidisciplinary Perspectives of Music Therapy in Adult Palliative Care". *Palliative Medicine* 21/3 (Nisan 2007): 235-241. <https://doi.org/10.1177/0269216307077207>.
- Oldfield, Amelia. "Preverbal Communication Through Music To Overcome A Child's Language Disorder". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia. Gilsum: Barcelona Publishers, 2006.
- Qureshi, Regula. "Islam and Music". *Sacred Sound: Experiencing Music in World Religions*. Ed. Guy L.Beck. Ontario: Wilfrid Laurier Univ. Press, 2006.**
- Padam, Anita - Sharma, Neetu - Sastri, O. S. K. S - Mahajan, Shivani - Sharma, Rajesh - Sharma, Deepak. "Effect of Listening to Vedic Chants and Indian Classical Instrumental Music on Patients Undergoing Upper Gastrointestinal Endoscopy: A Randomized Control Trial". *Indian Journal of Psychiatry* 59/2 (2017): 214. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianPsychiatry_314_16.
- Pawuk, Laura G. - Schumacher, John E. "Introducing Music Therapy in Hospice and Palliative Care: An Overview of One Hospice's Experience". *Home Healthcare Nurse: The Journal for the Home Care and Hospice Professional* 28/1 (Ocak 2010): 37-44. <https://doi.org/10.1097/01.NHH.0000366796.79152.4a>.
- Renz, Monika - Schütt Mao, Miriam - Cerny, Thomas. "Spirituality, Psychotherapy and Music in Palliative Cancer Care: Research Projects in Psycho-Oncology at an Oncology Center in Switzerland". *Supportive Care in Cancer* 13/12 (Aralık 2005): 961-966. <https://doi.org/10.1007/s00520-005-0873-9>.
- Robbins, Carol – Robbins, Clive. "Self-Communications In Creative Music Therapy". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia. Gilsum: Barcelona Publishers, 2006.

- Rolvsgjord, Randi. "Collaborations on Songwriting with Clients with Mental Health Problems". *Songwriting Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. Ed. Felicity Baker ve TonyWigram, London: Jessica Kingsley Publishers, 2005.
- Salas, Jo - Gonzales, David. "Like Singing With A Bird: Improvisational Music Therapy With A Blind Four-Year-Old". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia, Gilsum:Barcelona Publishers, 2006.
- Seyyar, Ali. "Bakıma Muhtaç Özürlülere Dönük Manevi Bakım Uygulamaları". 1. *Din Hizmetleri Sempozyumu (3-4 Kasım 2007)*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2008.
- Shiloah Amon, "Jewish and Müslim Traditions of Music Therapy". *Music as Medicine*. Ed. Pregerine Horden. New York: Routledge 2016.
- Shoemark, Helen. "The Use Of Piano Improvisation In Developing Interaction And Participation In A Blind Boy With Behavioral Disturbances". *Case Studies In Music Therapy*. Ed. Kenneth E. Bruscia. Gilsum:Barcelona Publishers, 2006.
- Silverman, Michael J. *Music Therapy in Mental Health for Illness Management and Recovery*. First edition. Oxford: Oxford University Press, 2015.
- Stige, Brynjulf, ed. *Where music helps: community music therapy in action and reflection*. Farnham, England ; Burlington, VT: Ashgate, 2010.
- Tanabe George. *Encyclopedia of Buddhism*. Vol.1. Ed. Robert E. Buswell. New York: Mac Millan 2003.
- Tsiris, Giorgos. *Performing Spirituality in Music Therapy: Towards Action, Context And The Everyday*. Doktora Tezi, Goldsmiths, University of London, 2018.
- Uludağ, Süleyman. *İslam Açısından Musiki ve Sema*. Bursa: Uludağ Yayınları, 1992.
- Wigram, Tony - Bonde, Lars Ole - Pedersen, Inge Nygaard. *A Comprehensive Guide to Music Therapy Theory, Clinical Practice, Research, and Training*. London; Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2002.
- Wlodarczyk, Natalie. *The Effect of Music Therapy On The Spirituality Of Persons In An In-Patient Hospice Unit As Measured By Self-Report*. Yüksek Lisans Tezi, Florida State University, 2003.
- Yinger, Olivia Swedberg, ed. *Music therapy: research and evidence-based practice*. St. Louis, Missouri: Elsevier, 2018.
- Zimmerman, Lani - Pozehl, Bunny - Duncan, Kathleen - Schmitz, Rita. "Effects of Music in Patients Who Had Chronic Cancer Pain". *Western Journal of Nursing Research* 11/3 (Haziran 1989): 298-309. <https://doi.org/10.1177/019394598901100304>.
- The Unbounded Spirit*, "The Harmful Effects of Music on Body and Mind". Erişim: 19.08.2018 <https://theunboundedspirit.com/the-harmful-effects-of-music-on-body-and-mind/>