



T.C SAĞLIK BAKANLIĞI
Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü
GETAT Daire Başkanlığı



ISSN: 2822-3373 <https://anadolutibbidergisi.saglik.gov.tr> Yıl/Year: 2024 Aralık/December Cilt/Volume:3 Sayı/Issue:3 Bakanlık Yayın No:1230

TÜRK MÜZİĞİ VE MÜZİKLE TEDAVİ BESTECİLİĞİ-2 TURKISH MUSIC AND MUSIC THERAPY COMPOSITION-2

Hanefi ÖZBEK¹

ÖZET

Müzikle tedavi ile ilgili yayınlarda Türk Müziği'nin etkisinin/etkilerinin nereden kaynaklandığı ve bunun mekanizmalarının neler olduğundan genel itibarıyla bahsedilmemektedir. Bu amaçla yayınlanmış olan "Türk Müziği ve Müzikle Tedavi Besteciliği-1" başlıklı makalede makamlar, ses dizileri, çeşniler (beşli ses dizileri), makam seyirleri gibi temel konular üzerinde durulmuştur. Bu makale ise bahsedilen çalışmanın devamı niteliğinde olup burada Türk Müziği usullerinin müzikle tedavi besteciliğindeki yeri üzerinde durulacak; böylece müzikle tedavi besteciliğinin alt yapısını hazırlamada önemli bir konu daha işlenmiş olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Müzikle tedavi, Türk Müziği, müzikle tedavi besteciliği, usuller

ABSTRACT

In publications on music therapy, the source of the effect(s) of Turkish Music and its mechanisms are generally not mentioned. For this purpose, in the article titled "Turkish Music and Music Therapy Composition-1", which was previously published in this journal, basic topics such as makams, sound sequences, "çeşni" (five-tone scales), makam progressions were emphasized. This article is a continuation of the mentioned study and will focus on the place of Turkish Music rhythms in music therapy composition; thus, another important subject will be covered in preparing the infrastructure of music therapy composition.

Keywords: Music therapy, Turkish music, music therapy composition, usul (rhythm)

1. GİRİŞ

Bu makale "Türk Müziği ve Müzikle Tedavi Besteciliği-1" in devamı olduğu için giriş kısmı tekrarlanmayacak; bazı önemli hususlar hatırlatma amacıyla yer alacaktır.

Müziğin tedavi amacıyla kullanımının mekanizmaları, sinir sistemindeki nöromediyatör seviyesini etkileme özelliği üzerinden açıklamak mümkündür (1). Beyin nöromediyatör seviyelerindeki değişimin; motor hareketler, hafıza, matematik işlemlerini yapabilme, duygulanım oluşumu vb. üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Müzik de insan beynine dışarıdan verilen bir uyarı olup beyin nöromediyatör seviyelerini etkileyebildiği için müziğin çeşitli hastalıkların

tedavisinde, -en azından tedaviyi tamamlayıcı olarak- kullanılabileceği söylenebilir.

Türk Müziğinin müzikle tedavi amacıyla eskiden beri kullanıldığı bilinmektedir. Çeşitli kitaplarda Türk müziğinin insan üzerindeki etkileri genel itibarıyla makamlara, bunların dinletileceği zamanlara, burçlara, vücut teninin rengine vb. dayandırılmaktadır (6-8). Ancak bu bilgiler, konu bilimsel olarak açıklanmak istendiğinde hem güncel değildir hem de bunların bilimsel yeterlik ve geçerliğini göstermek için yapılmış yeterli çalışmalar henüz yoktur. Türk Müziğinin insan üzerindeki etkilerini ve müzikle tedavide kullanımını açıklayabilmek için olayın sadece makam, burç, vs.'ye indirgenmemesi gerektiğini; öncelikle aşağıdaki unsurların topluca incelenmesinin zorunlu olduğunu düşünüyoruz. Bundan

¹ Prof. Dr., Uşak Üniversitesi Tıp Fakültesi, Uşak -Türkiye.

ORCID No: 0000-0002-8084-7855, e-mail: hanefiozbek@hotmail.com

Geliş Tarihi/Received: 13/01/2025

DOI No: 10.5505/anadolutd.2024.58077

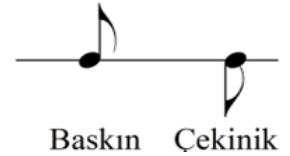
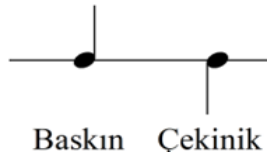
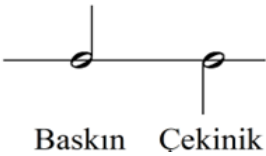
Kabul Tarihi/Accepted: 29/01/2025

sonra yapılacak şey ise aşağıda sayılan unsurların bilimsel yöntemlerle araştırılması, kanıta dayalı bir şekilde yeterlik ve geçerlik düzeyinin ortaya konulmasıdır.

Türk Müziği'nin insan üzerindeki etkilerinden sorumlu olabilecek unsurlar:

- Kullanılan makam(lar) ve özellikleri:
 - Makamın sahip olduğu ses dizisi/ses dizileri,
 - Makam ses dizilerinin Batı Müziği majör/minör yapısına uygunluğu,
 - Makamın seyir özellikleri,
 - Karar perdesi ile güçlü perdesi arasındaki mesafe,
 - Yeden perdesinin genişliği,
 - Makam ses dizisinin seyir alanı,
 - Makam ses dizisinde perdelerin sıralı ya da atlamalı olarak kullanılması,
 - Makam ses dizilerini oluşturan çeşniler,
- Türk Müziği eserlerinin form (biçim) özellikleri,
- Türk Müziği eserlerinin tür özellikleri,
- Türk Müziği usûlleri,
- Müzik eserinin metronom hızı,
- Müzikte kullanılan insan sesleri,
- Müzik eserlerinin icrasında kullanılan çalgılar.

Yukarıda maddeler halinde sayılan unsurların tek başına değil; aynı amaç için topluca veya en azından birkaçının bir arada kurgulanıp uygulanması durumunda müzikten beklenen etkinin oluşabileceği unutulmamalıdır. Yukarıda sayılan unsurların birçoğundan literatürde bahsedilmiştir (9).

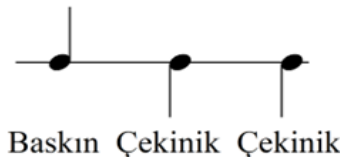
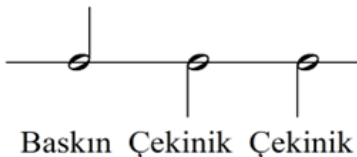


Şekil 1. Eşit süreli, iki vuruşlu düzum (düzümün porte üzerinde gösterimi üç farklı mertebeye yapılmıştır: soldaki 2'lik, ortadaki 4'lük ve sağdaki 8'lik mertebededir.)

2.1.2 Eşit süreli, üç vuruşlu düzum (semâî düzumü)

Günümüz nazariyat kitaplarındaki semâî usûlüne karşılık

gelir. Semâî bir usûl değil, bir düzumdür; aynı süreye sahip üç adet vuruştan oluşur (Şekil 2).



Şekil 2. Eşit süreli, üç vuruşlu düzum

Bu makalenin amacı önceki makalede kısa bir paragraf halinde değinilen Türk Müziği usullerinin detaylı bir şekilde işlenerek müzik terapide kullanılması hususunun ele alınmasıdır.

2. TÜRK MÜZİĞİ USÜLLERİ

En az iki adet düzümünden meydana getirilmiş, belli bir vuruş (devir / periyot / zaman / mod) sayısında tamamlanan, kalıp halinde saptanmış ritim ifadelerine **usûl** denir. Türk Müziğinde diğer müzik türlerinin çoğundan farklı olarak aksak usûller de bulunmakta olup, çeşitlilik yönünden çok büyük bir zenginliktir (10). Düz (aksamayan) usûller (sofyân, yürük semâî, düyek, curcuna usûlü gibi) beyinde inhibisyona; türk aksağı, devr-i hindî, aksak, raks aksağı ve evfer gibi aksak usûller ise eksitasyona meyil oluşturmaktadır.

Usullerin müzik terapide kullanılmasında, yapılarının düz veya aksak olması yanında düyek usulündeki gibi senkoplu yapılar da dahil edilmelidir. Senkoplu yapılar, aksak yapılar gibi eksitasyona meyil oluşturmakta, ancak bunu daha yumuşak bir şekilde yapmaktadırlar. Bundan sonraki bölümde düz, aksak ve senkoplu usul yapıları işlenecek, bunlara örnekler verilecektir.

2.1. Türk Müziği'nde usulleri oluşturan öğeler (düzümler)

Daha küçük parçalara ayrılamayan, anlamlı en küçük ritim kalıplarına **düzüm** denir. Düzümlerin farklı kombinasyonlarda bir araya getirilmesi ile usûller oluşturulmaktadır. Vuruş sayıları ve bu vuruşların sürelerine göre üç farklı düzümünden söz edilebilir:

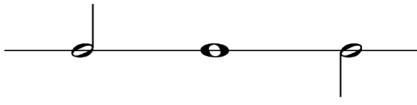
2.1.1. Eşit süreli, iki vuruşlu düzum (nîm sofyân düzumü)

Günümüz nazariyat kitaplarındaki nîm sofyân usûlüne karşılık gelir. Nîm sofyân aslında bir usûl değil bir düzumdür (11). Aynı süreye sahip iki adet vuruştan oluşur; vuruşlardan biri baskın, diğeri çekiniktir (Şekil 1).

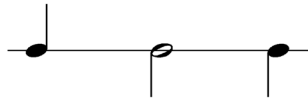
2.1.3 Süreleri eşit olmayan, üç vuruşlu düzum (senkoplu düzum)

Birinci ve üçüncü vuruşlarının süreleri aynı, ikinci vuruşunun süresi birinci (veya üçüncü) vuruşun süresi

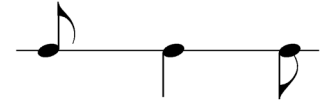
nin iki katı olan üç adet vuruştan oluşur (Şekil 3).



Çekinik Baskın Çekinik



Çekinik Baskın Çekinik



Çekinik Baskın Çekinik

Şekil 3. Süreleri eşit olmayan, üç vuruşlu düzum

2.2. Aksak usul-düz usul ayrımı nasıl yapılır?

Bir usûlün aksak usûl olarak nitelendirilebilmesi için 2 devirli ve 3 devirli eşit süreli düzumlerin her ikisinden en az birer adet içermesi, ve usûlün devrini (zamanını) gösteren sayının "tek sayı" olması gerekir. Buna göre örneğin türk aksağı (3+2=5), devr-i hindî (3+2+2=7), devr-i turan (2+2+3=7) ve raks aksağı (2+3+2+2=9) gibi usûller, bu usûlleri meydana getiren düzumlere bakıldığında birer aksak usûldür. Ancak Curcuna usûlü, -içerisinde hem 2 hem de 3 devirli düzum bulunmasına rağmen-usûlün kendisi 10 devirli olduğu için (devir sayısının çift sayı olması sebebiyle) aksak usûl olarak kabul edilemez. Yukarıdaki tanıma göre, içinde yalnızca 3 devirli eşit süreli düzum bulunduran usûller de aksak usûl sayılmazlar. Örneğin iki adet 3 devirli düzumden meydana gelen yürük semâî (3+3) ve üç adet 3 zamanlı düzumden meydana gelen mürekkeb semâî (3+3+3) gibi usûller, içlerinde 2 devirli düzum barındırmadıkları için aksak usûl sayılmazlar. Senkoplu düzumün aksak veya düz usul oluşumunda doğrudan bir katkısı yoktur, katkı itibarıyla 2 devirli düzum gibidir.

2.2.1. Düz (aksamayan) usuller

Yukarıda da belirtildiği gibi devir sayısı 4, 6, 8 gibi çift sayı olan usullerdir. Bu usullere ait liste 14 devirliye kadar (14 devirli dahil) Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Düz (aksamayan) usuller listesi.

Usulün ismi	Devri
Sofyân	4
Yürük semâî	6
Sengin semâî	
Ağır semâî	
Mürekkeb nîm sofyan (darb)	
(3+3 tartımlı usul)	
Düyek	8
(2+4+2) tartımlı usûl	
(2+2+4) tartımlı usûl	
Müsemmen	
Müsemmen evferi	

Sofyân evferi (3+3+2) tartımlı usûl (2+3+3) tartımlı usûl	
Aksak semâî Aksak semâî evferi Curcuna Curcuna evferi Lenk fahte Ceng-i harbî (2+3+3+2) tartımlı usûl (3+3+2+2) tartımlı usûl	10
Frenkçin İkiz aksak Nîm çenber (3+3+3+3) tartımlı usûl (2+3+2+2+3) tartımlı usûl [(3+2) + (3+2+2)] tartımlı usûl [(2+3+3) + (2+2)] tartımlı usûl {[(1+2+1)+2]+[(1+2+1)+2]} tartımlı usûl	12
Devr-i revân (Mevlevî devr-i revânı) [(2+3)] + (2+2+2+3)] tartımlı usûl [(2+2+2+3) + (2+3)] tartımlı usûl [(2+2+3) + (3+2+2)] tartımlı usûl [(2+2+3) + (2+2+3)] tartımlı usûl (3+2+3+3+3) tartımlı usûl [(3+3+3)+(3+2)] tartımlı usûl (2+3+3+2+2+2) tartımlı usûl [(3+2+2) + (2+3+2)] tartımlı usûl	14

2.2.1. Aksak usuller

Devir sayısı 5, 7, 9 gibi tek sayı olan usullerdir. Bu usullere ait liste 15 devirliye kadar (15 devirli dahil) Tablo 2'de verilmiştir.

Usulün ismi	Devri
Türk aksağı (süreyya) Türk aksağı evferi Zafer (3+2) tartımlı usûl	5
Devr-i hindî (3+2+2) tartımlı usûl Türkmen Devr-i turan Devr-i turan evferi	7
Oynak Ağır oynak (5+4) tartımlı usûl Raks aksağı (2+2+3+2) tartımlı usûl Aksak (sofyânli aksak) Aksak (düyekli aksak) Ağır aksak Aydın (çifte sofyân) Evfer (sofyânli evfer) Evfer (düyekli evfer) Ağır evfer (2+2+2+3) tartımlı usûl Mürekkab semâî (üçleme) (3+3+3) tartımlı usûl	9
Tek vuruş [(2+2)+3+(2+2)] tartımlı usûl Özbek [(3+2)+(3+3)] tartımlı usûl [(3+2)+(2+2+2)] tartımlı usûl Darb-ı dil (2+2+2+3+2) tartımlı usûl (2+3+3+3) tartımlı usûl (3+3+3+2) tartımlı usûl (2+2+2+2+3) tartımlı usûl	11

Nîm şarkı devr-i revânî Nîm evsat Bektâşî devr-i revânî [(2+3+3) + (2+3)] tartımlı usûl [(3+2) + (3+2+3)] tartımlı usûl [(3+3) + (2+2+3)] tartımlı usûl [(2+2+3) + (2+2+2)] tartımlı usûl [(3+3+3) + (2+2)] tartımlı usûl [(2+2+2) + [(2+2+3)] tartımlı usûl [(2+2+2) + [(2+3+2)] tartımlı usûl [(2+2+3) + (3+3)] tartımlı usûl	13
Raksân Bektâşî raksânî [(3+2+2)+(3+2+3)] tartımlı usûl [(2+2+3)+(3+2+3)] tartımlı usûl [(2+3+3)+(2+2+3)] tartımlı usûl [(3+2+3)+(2+3+2)] tartımlı usûl [(3+2)+(3+2)+(3+2)] tartımlı usûl [(3+2+3)+(3+2+2)] tartımlı usûl (2+2+2+2+2+3) tartımlı usûl (2+2+2+2+2+3+2) tartımlı usûl [(2+2+2+2)+(3+2+2)] tartımlı usûl [(3+2+2)+(2+2+2+2)] tartımlı usûl [(2+2+2+3)+(2+2+2)] tartımlı usûl [(2+2+3)+(2+2+2+2)] tartımlı usûl (3+3+3+3+3) tartımlı usûl	15

Senkoplu usuller sayıca az olup “düyek”, “düyekli aksak” ve “düyekli evfer” usulleri örnek olarak verilebilir.

Bir müzik eserini dinleyen kişi elinde olmadan o eserin ritmini kendisi de vurmaya başlar; bu işlemi ya bilincinde olmadan içinden yapar ya da eliyle veya ayağıyla aynı ritmi vurmaya çalışır. Devir sayısı 15 ve altında olan usuller için bu durum kolayca yapılabilir ancak devir sayısı yükseldikçe bunu yapmak zorlaşır ve kişi usulün kendisini değil hissedebildiği kadarıyla düzümlerini vurmaya çalışır. Eserin müzik cümleleri de uzunsa (kâr ve peşrevlerde olduğu gibi) eliyle veya ayağıyla ritim tutma işi oldukça zayıflar; yani kişi bir nevi ritim tutma dürtüsünden kurtulmuş, ezgi (melodi) ile başbaşa kalmış olur. Bu durumun da müzik terapide bilinmesi ve uygun danışanlarda kullanılması rasyonel bir yaklaşım olacaktır.

Sonuç olarak usullerle ilgili verilen bu bilgiler ışığında müzik terapi uygulamalarında müzik dinleterek veya danışanları müzik uygulamalarına katarak terapi uygulayan müzik terapistlerin usuller üzerinde de belirli bir yetkinliğe erişmeleri gerektiği söylenebilir.

Önceki makalede belirtilenler ve bu makalede usul üzerinden verilen unsurlar (değişkenler) birlikte ele alınıp değerlendirildiğinde müzikle tedavinin ipuçlarının

da daha belirgin bir hale geldiği görülecektir. Bu unsurlar kullanılmak suretiyle; -adeta bir yemek yapar gibi- müzikle tedavi uygulanacak hastaya uygun bir müzik eseri inşa edilebilir. Yani müzikle tedavide Dede Efendi, Âşık Veysel ya da Mozart'ın eserlerini kullanmakla beraber; bundan sonrasında "müzikle tedavi besteciliği"ne ve "müzikle tedavi eserleri repertuarı" oluşturulması dönemine geçilmesi gerektiğini söyleyebiliriz.

KAYNAKÇA

- 1- Knight WE, Rickard Ph DN (2001) Relaxing music prevents stress-induced increases in subjective anxiety, systolic blood pressure, and heart rate in healthy males and females. J Music Ther 38, 254-272.
- 2- Khalfa S, Isabelle P, Jean-Pierre B, Manon R (2002) Eventrelated skin conductance responses to musical emotions in humans. Neurosci Lett 328, 145-149.
- 3- Nater UM, Abbruzzese E, Krebs M, Ehlert U (2006) Sex differences in emotional and psychophysiological responses to musical stimuli. Int J Psychophysiol 62, 300-308.
- 4- Salimpoor VN, Benovoy M, Larcher K, Dagher A, Zatorre RJ. Anatomically distinct dopamine release during anticipation and experience of peak emotion to music, Nat Neurosci. 2011, 14(2):257-62. doi: 10.1038/nn.2726.
- 5- Chanda ML, Levitin DJ. The Neurochemistry of Music, Trends Cogn Sci , 2013,17(4):179-93. doi: 10.1016/j.tics.2013.02.007.
- 6- Yiğitbaş SM. Musiki İle Tedavi, Yelken Matbaası, İstanbul-1972.
- 7- Somakçı, P. Türklerde Müzikle Tedavi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 15(2): 2003, 131-40.
- 8- Çoban, A. Ruh ve Beden Sağlığı için: Müzik Terapi, Timaş Yayınları, İstanbul-2005.
- 9- Öztürk L., Erseven, H., Fadıl Atik, M. Makamdan Şifaya, İş Bankası Kültür yayınları, İstanbul-2009.
- 10- Özbek H. Türk Müziği Usul Bilgisi, İzge Yayıncılık, Ankara-2022.
- 11- Özbek H, Gidiş V, Harmancı İlhan AB, Nîm Sofyân ve Semâî Düzüm mü? Usûl mü? Jia Journal, 2019, 2(2): 87-118. <http://dx.doi.org/10.29228/jiajournal.23387>.