

SANATTA SAĞALTIM VE GÜNCEL SANAT TERAPİSİ

FERİDE MERVE ÇAKMAKTAŞ

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

SANATTA SAĞALTIM VE GÜNCEL SANAT TERAPİSİ

FERİDE MERVE ÇAKMAKTAŞ

Işık Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Lisans Programı
(İngilizce), 2010

Işık Üniversitesi, Sanat Bilimi Ana Bilim Dalı, Resim Yüksek Lisans Programı, 2016

Bu Tez, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne
Yüksek Lisans (MA) Derecesi İçin Sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2016

İŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

SANATTA SAĞALTIM VE GÜNCEL SANAT TERAPİSİ
YÜKSEK LİSANS TEZİ
FERİDE MERVE ÇAKMAKTAŞ

ONAYLAYANLAR:

Prof. Balkan Naci İSLİMYELİ Işık Üniversitesi
(Tez Danışmanı)



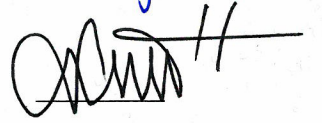
Doç. Dr. Oğuz HAŞLAKOĞLU İstanbul Teknik Üniversitesi
(Tez Eş Danışmanı)



Doç. Dr. Yüksel DEMİR İstanbul Teknik Üniversitesi



Doç. Seyyit BOZDOĞAN Işık Üniversitesi



Prof. Basri ERDEM Işık Üniversitesi



Onay Tarihi: 16/05/2016

SANATTA SAĞALTIM VE GÜNCEL SANAT TERAPİSİ

Özet

Sanatta sağaltım üzerine şekillenen bu çalışmada, sanatın var olduğu günden beri tarihsel süreçte, ilkel toplumlardan günümüz modern toplumlarının sanat yoluyla yaşadıkları ruhsal tecrübeleri ve sonucunda sanatın sağladığı ruhsal yenilenme, arınma, kaybedilmiş değerlerin geri kazanılmaları ile ilgili kültür, deneyim ve örneklerden bahsedilmektedir. Yöntemsel olarak bu çalışma, dünyanın hemen hemen her bölgesinde genel bağlamda aynı, ufak detaylarda kültürel farklılıklar gösteren Şamanist yaşam şeklini ve şamanın ilk ve en önemli sağaltıcı figür olmasını ve bugünün modern sanat terapisinin belirlenmiş bir disiplin dahilinde sanatın aktif olarak iyileştirici, tedavi edici bir yol olarak başvurulmasını bu konudaki uzmanların aktarımlarına dayanarak göstermeye çalışmaktadır. Modern sanat terapisi bağlamında terapötik yaklaşımların dışında sanat yaratımını kendi sağaltım veya toplumsal sağaltım yolu olarak görmüş Joseph Beuys hakkında bir bölüm de yer almaktadır. Bunun yanında yaşanan coğrafyanın Şamanist tedavi uygulamalarından, İslamiyet sonrası özellikle Osmanlı İmparatorluğu döneminde ruhun sağaltımı üzerine Osmanlı Tıbbı ile ilgili bilgiler verilmektedir. Çalışmanın sonunda ise, başlangıçtaki amaç dahilinde kişisel tecrübelerle dayanarak sanatın sağaltım gücünün sosyal bir birey olabilme çabasında ne kadar önemli olduğu gösterilmek istenmiştir.

Anahtar Kelimeler : sanat, sağaltım, sanat terapisi, Şamanizm, Joseph Beuys, Osmanlı Tıbbı

HEALING OF ART AND THE CURRENT ART THERAPY

Abstract

In this work which takes a form about healing of art, it's told that; in the historical process since the day of art being existed, from primitive societies to modern societies who lived spiritual experiences through art and as a result, the culture, the experiences and the examples of spiritual renewal, catharsis, gaining back the lost values which is provided by the art. Methodically this work is trying to show the life style of shamanists which is mostly the same over all the world and shows some cultural differences in details, and to show the shaman as the first and the most important healer figure and also trying to show art is applied as actively healer and therapeutical way in modern art therapy discipline according to the arguments of the specialists and therapists. Except therapeutical approaches of modern art therapy, there is a part about Joseph Beuys who found the art making is the way for healing of himself and of the society. Besides, it is given the knowledge about local shamanic treatment practices and about Ottoman Medicine practices for healing the soul in the time of the Ottoman Empire. At the end of the work, it's desired to show upon the main purpose of the begining, according to personal experiences, how important the healing power of art about the effort for becoming a social person.

Key Words: art, healing, art therapy, Shamanism, Joseph Beuys, Ottoman Medicine

Uzun süredir yaşadığımız bu zor günlerde, terör yüzünden hayatını ve ruhlarını kaybetmiş masum insanların anısına



Teşekkür

Yüksek Lisans öğrenimim süresince çıktığım bu yolda daha fazla aydınlanmama, ufkumun genişlemesine, bilgiye ulaşmama ve yaratma cesaretine fırsat veren, yardım eden, yolumu aydınlatan bütün eğitimcimlere çok teşekkür ederim.

Kendimi sanatla bulup, sanatın iyileştirme gücünü keşfettiğimden bu yana aklımda olan şey sanatın terapisi üzerine çalışmak oldu. Bu yolda beni destekleyen, düşünce ve yorumlarıyla birçok kez nefesimi kesme derecesinde beni haz ve hayranlık içinde bırakan çok sevdiğim ve çok saygı duyduğum tez danışmanım Prof. Balkan Naci İSLİMYELİ ve tez eş danışmanım Doç. Dr. Oğuz HAŞLAÇOĞLU'na sonsuz teşekkürler ediyorum. Ve bizi karşılaştıran, bir araya getiren sanatın gücüne bir kez daha minnet duyuyorum.

İçindekiler

Özet	i
Abstract	ii
İthaf	iii
Teşekkür	iv
İçindekiler	v
Görsel Liste	vii
Önsöz	ix
Giriş	1
1.Tarihsel Süreçte Sanat ve Sağaltım	6
1.1 Duvar Resimleri	6
1.2 Şamanizm ve Şaman	9
1.2.1 Şamanın Aksesuarları	12
1.2.2 Şamanın Elbisesi	13
1.3 Osmanlı Tıbbında Sanatla Sağaltım	16
1.3.1 Osmanlı Tıbbı Nedir?	14
1.3.2 Osmanlı'da Bütüncül Ruh Bütüncül Beden Anlayışı	19
1.3.2.1 Müzik Terapisi	19
2. Güncel Sanat Terapisi	24
2.1 Sanat Terapisinin Tarihçesi	24
2.2 Sanat Terapisi Nedir?	25
2.2.1 Dışavurumcu Sanat Terapisi	27
2.2.2 Psikodrama	30
2.2.3 Drama Terapi	30
3. Joseph Beuys	34

3.1 Joseph Beuys'un Hayatı	34
3.2 Fluxus Hareketi	35
3.3 Beuys ve Sanatında Sağaltım	37
3.3.1 Bir Aksiyon, Bir Performans ve Bir Çizim Serisi: Şaman Beuys	38
Sonuç	41
Kaynakça	42
Özgeçmiş	46



GÖRSEL LİSTE

- 1) 'Eyüp Sultan Mezarlığı'nda Bir Karı Koca', Ara GÜLER, 1959
- 2) 'David', MICHELANGELO, 1501-04
- 3) Lascaux Mağarası, Montignac-Fransa
- 4) Altamira Mağarası, Contabria-İspanya
- 5) 'Bisonte Magdalenienese', Altamira Mağarası, Contabria-İspanya
- 6) Tuva Şamanı Maskesi
- 7) Yakut Şaman Elbisesi
- 8) Bir Altay Şaman Davulunun Ön Yüzü
- 9) Şaman Kostümü ve Davulu
- 10) 'Nevrotik Bir Bozukluğun Tedavisi Sırasında', 15. Y.y. Fatih Millet Kütüphanesi-İstanbul
- 11) 'Şifa Tasları', Pirinç, Osmanlı 19. Y.y. Adell Armatür Koleksiyonu.
www.abihayatsergisi.com
- 12) Osmanlı'da Müzikle Tedavi, www.ponterapia.com
- 13) Ben-C'nin izniyle, Sanat Terapisti Chelsea Van Tongeren, www.fountainhillcenter.org
- 14) "Is this Art My 'Art Therapy' Art or My 'Artist Real' Art?", Natasha Shapiro Art Therapy
- 15) İpe dolanmış Ben Vautier'in Takehisa Kosgui's Anima 1 performansı sırasında George Maciunas tarafından çekilmiş fotoğrafı, 1964, Canal Street-New York.
<http://www.artnoart.com>
- 16) 'Brecht Violin Solo', 1964, New York
- 17) 'Twenty Four Hours' Joseph Beuys in the Action, 1965
<http://www.artgallery.nsw.gov.au/collection/works/434.1997.11/>

18) 'How to Explain Pictures to a Dead Hare', 1965

<http://www.artgallery.nsw.gov.au/collection/works/434.1997.9/>

19) 'Bathroom of Circe', 1954-58,

<http://www.tate.org.uk/art/artworks/beuys-bathroom-of-circe-ar00636>

20) 'Free-Will', Feride Merve ÇAKMAKTAŞ, 2015



Önsöz

“Sanatta Sağaltım ve Güncel Sanat Terapisi” başlıklı bu çalışma FMV Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Resim Ana Sanat Dalı Resim Yüksek Lisans Tezi olarak hazırlanmıştır.

Sanat, insanlık tarihi kadar eski, insanlık var olduğu sürece şüphesiz var olmaya devam edecek bir olgudur. Herbert Read’e göre; “*sanat, yaşamı sürdürebilmenin ilk koşuludur.*”¹ Yaşam ise her insan için ayrı bir anlam ve ayrı bir değer taşır. İnsanlığın ilk ve temel amacı kaybettiği ‘ben’i bulmak, bu yolda ölümle yüzleşip, yaşamı özgürleştirmektir. Bu yolu var edecek tek şey ise sanattır. Sanat, yaratıcı bir eylemdir. Yaratıcı eylem ise başkaldırmakla başlar. Ölüm karşısındaki acizliğimize başkaldırır yaratmak; sanat ise tanrısallığımızın somut halidir; tıpkı kabuğunun içine istenmeden giren bir kum zerresinin üstünü örtmek için inciye yaratan istiridye örneği gibi. İçinde bulunduğumuz öznel ve nesnel dünyanın kaos ortamında, tükenmiş ve kendine yabancılaşmış benliklerimizin ruhsal ve bedensel arınmaları ve iyileşip yeniden var olmalarının yoludur sanat.

Üzerinde yaşanan dünya mutlu olmak üzere kurgulanmamıştır aksine kaosla beslenmektedir. Düşünme yetisine ve düşünerek yaratma yetisine sahip tek canlı olan insanlar bu yolla her ne kadar tanrısal bir güce sahip olsa da ölüm karşısında en az diğer canlılar kadar aciz. Kendini bulmuş, kendine dönüşmüş, varoluşunun sorumluluğunu kavramış ve kendine yabancı olmadan yaşamının önemini anlamış bir insan olabilmenin yolu; insana yaratma olanağı sağlayan, iç ve dış dünya arasında köprü kuran sanattır. Sanat, ruhun ilacı, sanat ruhun ve beden arınma ve iyileşme yolu. Ölüm karşısında acizliği unutturan, maddi ve manevi sorunlarla dolu hayatın yaratıcısı olmaya olanak sağlayan yaşam gücüdür.

GİRİŞ

Dünyayı nasıl anlıyorsa insan, kendisini de öyle anlar ya da kendisini anlayabildiği kadar dünyayı da anlayabilir. Kendimizi doğru algılayabilmemizin, bir birey ve toplumun bir parçası olarak bütünüyle sağlıklı bir şekilde algılayabilmemizin etkili yolu yaratıcı hayal gücümüzün ortaya çıkmasına olanak sağlayan sanattır.

Ben de hayatta var olma çabası içerisinde zarar görmüş, hırpalanmış, içsel ve dışsal dengesini kaybetmiş, hastalanmış beden ve ruhumu iyileştirebilmenin yollarının arayışı içerisine girdim. Ve bu arayışında Sokrates'in düşüncesiyle karşılaştım; insan bedenini bütün olarak iyileştirebilmek için ruhu tedavi etmek ilk ve temel unsurdur. Yani en önemli hedefim ruhumu iyileştirmek olacaktı. Ruhu tedavi etmenin yolu ise sanattan geçiyordu. İzleyici olarak sanatın iyileştirici gücünü tecrübe etmeye başladıktan sonra, sanat yaratmanın cazibesini keşfettim. Sanat yoluyla yaratıcı hayal gücümü özgür bırakmaya başladığımda ruhum daha çok iyileşti, sanatın sunduğu hazzı tattım. Bu girdiğim yolda daha çok okuyup bilgi sahibi oldukça aslında sanatın iyileştiriciliğinin dünyanın her bölgesinde en eski kültürel uygulamalardan biri olduğunu ve bugün de sanat terapisi adıyla psikoterapinin bir uygulaması olduğunu gördüm. Aslında sanatın sağaltım gücü kendi içimizde bulabileceğimiz bir kaynakken bugün modern psikoloji dahilinde belli yöntemler çerçevesinde klinik olarak uygulama alanı bulduğunu görüyoruz. Fakat sanat, sanatçı ya da sanat izleyicisi açısından edinilen tecrübelerle ait herhangi bir çalışma olduğuna rastlamak pek mümkün değil. Bunun üzerine hem bir izleyici, hem bir yaratıcı hem de bir hasta olarak yaptığım gözlemler ve araştırmalar dahilinde sanatta sağaltım gücünü ve sanat terapisinin tarihsel süreçten günümüze nasıl bir ilişki içinde olduklarını göstermek istedim.

“Sanat, insanı parçalanmış bir durumdan birleşmiş bir bütüne dönüştürebilir. İnsanın gerçekleri anlamasını sağlar ve onları dayanılır bir biçime sokmasında yardımcı olur.”¹

Sanat, din olgusu gibi insanın var olduğu günden beri var olan ama her dönem de yeniden keşfetmeye, sorgulanmaya, anlamlandırılmaya maruz kalmış bir olgudur. Mitoloji bağlamında, mitosları sanat eserlerinden ayırmak mümkün değildir. Mitlerin ortaya çıkmasındaki en önemli etken; özellikle erken devirler söz konusu olduğunda,

¹ Ernst FISCHER, Sanatın Gerekliliği, 47.

dindir. Küçük büyük her dinin yarattığı bir mitoloji vardır. Toplumsal kültürün bu önemli unsuru da doğal olarak kendi sanatını yaratır. Sanat zaman zaman dinle iç içe geçmiş, zaman zaman dine hizmet etmiş, zaman zaman dini sorgulamış ama her zaman insanın varlık arayışı yolunda başvurduğu olguların başında yer almıştır. Burada dinle birlikte ele almamın sebebi ise, iki olgunun bir bakıma birlikte bir diyalektik kurabilmesidir. İki olguda da yaratıcıdan, yaratma ediminden bahsedebiliriz. Fakat, din insana yaratıcı güç karşısında acizliğini hatırlatırken; sanat, insanın kendisini yaratıcı güce çevirir ve tanrısal bir güçle donatır. Doğadan kopmuş, yaşadığı dünyaya yabancılaşmış, kendi içselliğinden uzaklaşmış ve parçalanmış insan, sanatın ona sağladığı yaratma gücüyle iç ve dış dünyasını tekrar bir araya getirir, kişiliğini bulur, kendini dengeler ve ruhsal ve bedensel yaşadığı sorunlar nedeniyle kaybettiği yaşamın anlamını yeniden bulur. Sanat ve yaratıcılık ruhun tedavi edici ilaçları olarak hepimizi iyileştirir. American Art Therapy Association (AATA) misyonuna göre ilk cümle şöyledir : “ *Sanat yapmak iyileştirir ve ömrü uzatır.*”². Sanatın gücü ve iyileştiriciliği ne zaman olursa olsun aktif hale getirilmek için hazır olarak hepimizin içindedir.

Sanat, iletişimde güçlü bir araçtır. Kelimelerle ifade edilemeyecek kadar acı veren duygu ve düşüncelerin, görsel iletişim yolu olarak sanatla ifade edilmesi durumu günümüzde yaygın olarak kabul görmektedir. Sanatsal eylem sadece farklı bir dil imkanı sağladığı için değil ayrıca her yaş grubundan insanın duygu ve inançlarını keşfetmeleri, stresi azaltması, problem ve çatışmaları çözmesi ve ruh sağlıklarını iyileştirmesi açısından da yardımcı olmasından dolayı psikoterapi ve danışmanlık alanlarında da başvurulan bir yöntem olmaktadır.

Amerika ve birçok Avrupa ülkesinde bugün çeşitli hastalıklarla mücadele eden insanların çoğu, bir taraftan uzmanlar tarafından uygulanan tedavi yöntemlerine başvururken diğer yandan bu yaşadıkları travmaları iyileştirebilmek için psikolojik destek alıyorlar. Yaşadıkları kriz ve travmaları ifade edebilmeleri için sözün yetersiz kaldığı yerde sanat terapisi devreye giriyor ve hasta aktif olarak iyileşme sürecinin en büyük destekçisi oluyor. Yani sanat aracılığıyla kendi kendisini iyileştirme imkanı buluyor.

‘İyileştirme/Sağaltma’(Sanatta Sağaltım) ile ‘tedavi etme’(Sanat Terapisi) kelimeleri arasında, kullanırken farkında olunmasa da büyük bir fark vardır. Eğer bir hastalığın (fiziksel) tedavisi yoksa bile o hasta için sağaltım mümkündür; sağaltıma imkan sağlayan ise sanattır, yaratıcı edimdir. Sağaltım, ruhu iyileştirir, insana yaşama gücü verir. “*Acıyı kabul edip ve onunla bir şeyler yaparsak; sanat iyileştirir.*”³ Sanat, nerede uygulanırsa, yaratılırsa veya sadece varlığıyla bile iyileştiricidir. Sanat terapisi ise; uzman bir terapist ve hastası arasında oluşan terapötik ilişki bağlamında, daha çok sınırları belli bir tecrübedir. En dehşet verici koşullarla karşılaştığımız zamanlar için, The Birth of Tragedy kitabında Nietzsche şöyle yazmıştır : “*Kurtarıcı,*

² Shaun MCNIFF, Art Heals, 3.

³ Shaun MCNIFF, Art Heals, 4.

*büyücü kadınlar gibi, sanat yaklaşımları iyileştirme konusunda uzmandır. O, varlığın saçmalığı ve ürkütücülüğü ile ilgili iç bulandırıcı düşünceleri, yaşama dair, yaşama tutunmaya yarayan fikirlere nasıl dönüştüreceğini bilir.”*⁴ Sanatın ilaçları, sabit sınırlar içinde çevrelenmemiştir. İhtiyacı olan ruh nerede olursa olsun, sanat kendisini kaynaklarla dolu bir sağaltıcı olarak orada gösterir. Sanat yoluyla iyileşme sürecinde ana husus, yaratıcı ruhu işleyip geliştirip sonra onu serbest bırakmaktır. Eğer yaratıcı edimi hayatlarımızda özgür bırakırsak o, her zaman dikkat isteyen ve dönüştürülmesi gereken soruna ulaşmak için bir yol bulur. O zaman burada önemli olan, öncelikli olarak yaratıcılığı serbest bırakıp, sonra onu disiplinli bir uygulama halinde devam ettirebilmektir. Yaratıcılık, insanların toplum yaşamı açısından giderek daha da önemli hale gelen bir ihtiyaç olmaktadır. Yaratıcı hayal gücü, yaşamdaki çeşitli kaynakları toplayıp, bir araya getirir ve bu yolla yaşanan dünya ile ilgili sağlıklı tecrübeler oluşturulabilir.

Resim yapmak, dans etmek ya da şiir yazmak; bunlar doğadaki yaratıcı enerjilerin büyük hareketlerinin mikrokosmosları gibidir ve bütün bunların dünya üzerindeki bireysel tecrübelerin bütünüyle ilgisi vardır. Birbirinden farklı ifade formları aynı zamanda birbirlerinden beslenirler ve ekolojik bir dinamik oluştururlar. Bu ekolojik dinamik, sağaltımın güçleri ve her birinin bireysellikten çıkıp birleşerek doğayla dönüşüm sağlamasıyla gerçekleşir. Yaratıcı ifade disipliniyle kişi içindeki sağaltımı besler ve bunu yaparken karşılıklı ilişki dahilinde doğaya da o ruhun enerjisi geri verilir.

Sanatta sağaltım, sanat terapisinden daha fazla ve geniş bir ifadedir. Sanat terapisi, sanatın sağaltım gücünün farkındalığıyla ortaya çıkmış kliniksel bir uygulamadır. Benim de sanat yaratıcısı ve izleyicisi olarak ele almak istediğim, kendi kişisel tecrübelerim doğrultusunda ifade etmeye çalışacağım konu sanatın sağaltım gücü. Sanatla, yaratıcı edimle, hayal gücü ile bir şekilde ruhuyla ilişki içerisine girebilen herkes, sanatın iyileştirici gücünü tecrübe eder. Bu noktada *Alain de Botton* ve *John Armstrong*'un, sanatın; kişiyi yönlendirerek, cesaretlendirerek, avutarak yardım edebilecek, kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlayabilecek bir terapi aracı olduğunu söyledikleri *Terapi Olarak Sanat* kitabında geçen ve araç olarak sanatın işlevlerinden bahsettikleri bölümlerine değinmek gerekmektedir.

Sanatın gayesini anlamak için, sanatın hangi psikolojik zaafılara sebep olduğunun bilinmesi gerekir. Bu kitap 7 yaygın zaaftan yani sanatın insanda uyandırdığı 7 psikolojik işlevden bahseder; *hatırlama, umut, elem, yeniden dengeyi sağlama, kendini anlama, büyüme, takdir*. Ben bir de bu işlevlere 8. bir işlev eklemek istiyorum; *özgürleşme*. Bütün bu sanatın yarattığı psikolojik işlevler ayrı ayrı ve sonra bir bütün olarak bir süreci oluştururlar. Sağaltım anlamında insana arındırarak, kendisiyle yeniden bütünleşmesini sağlayacak bu işlevlerden bana göre en etkili olanlar hatırlama, kendini anlama, yeniden dengeyi sağlama ve özgürleşme.

⁴ Friedrich NIETZSCHE, The Birth of Tragedy

*“Unutmanın yol açtığı sorunlara getirilen en açık çözüm yazmaktır; ikinci ana çözüm ise resim.”*⁵ Sanat, yaratımsal olarak ele alındığında unutmak istemediğimiz anları, deneyimleri, hisleri muhafaza etmenin bir yoludur. Hem de aynı zamanda izleyici açısından sanat eserinin hatırlatma yoluyla izleyicide uyandırdığı psikolojik hislerden dolayı önemlidir. İzleyiciyi eser aracılığıyla bir anda geçmiş deneyimlerine götürebilir, mutluluk, üzüntü veya özlem duygularını yaşatabilir, eserle bütünleşip duyduğu hazla arınma yaşatabilir.

Ara Güler’in 40 yıl süreyle İstanbul’un farklı yüzlerini, anlarını, günlerini, gecelerini fotoğraflamış olmasını tarihi zapt etmek olarak yorumlayabiliriz. 1950 ya da 1960 yılına ait bir Galata fotoğrafında Galata Kulesi civarının eski görüntüsünün nasıl olduğunu belgeleyen bir fotoğraf diyebiliriz. Fakat bunun yanında Ara Güler’in 1959 yılına ait “Eyüp Sultan Mezarlığı’nda bir karı koca” fotoğrafına baktığımızda izleyici olarak bize hatırlattığı kimi anlar, yaşattığı kimi duygular, özlemler, yalnızlık, ölüm ve yaşam, aşk...



(1) “Eyüp Sultan Mezarlığı’nda bir karı koca”, Ara Güler, 1959

Hayatın karmaşası ve koşturmacası içinde kendimize yabancılaşır, heyecanımızı kaybederiz, yoğun duygular, hazlar yaşamaya fırsatımız olmaz ve adeta ruhlarımızı kaybetmiş oradan oraya savrulan bedenlere dönüşürüz.

⁵ Alain de BOTTON-John ARMSTRONG, Terapi Olarak Sanat, 8.

Sanat ise bize estetik hazlar yaşatarak duygusal olarak yeniden dengemizi sağlamamıza sebep olur. Resim yaparak, Jon Hassell'in Vernal Equinox albümünü dinleyerek, Dean Martin That's Amore ile dans ederek, Tarkovsky'nin Andrei Rublev'ini izleyerek ya da Michelangelo'nun Davut heykelinin önünde onun boyutları ve detaylarındaki kusursuzluk karşısında hayret ve hayranlık duygularıyla kendimizden geçip, sanatla kendimizi özgür bırakıp ruhumuzu besler, arındırır, iç dengemizi tekrardan sağlayabiliriz. *“Sanat yaratmak özgür hissetmenin yollarından biridir.”*⁶



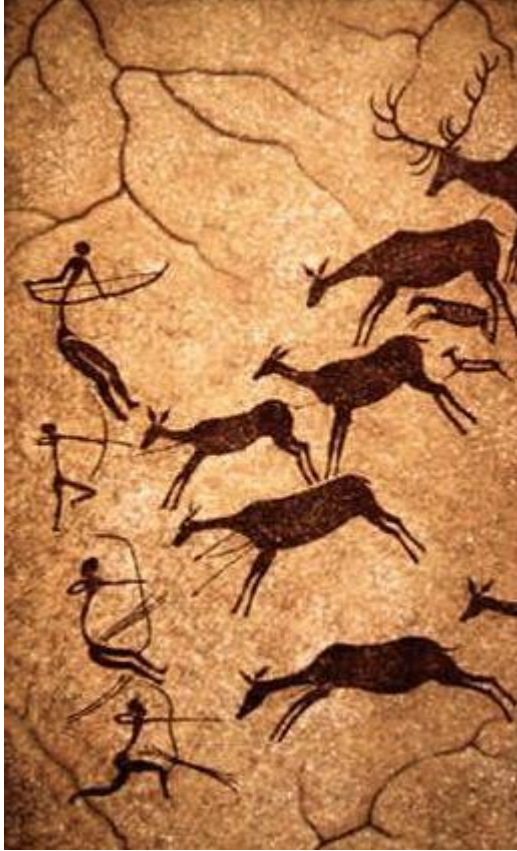
(2) “David”, Michelangelo, 1501-04

⁶ Cathy A. MALCHIODI, Handbook of Art Therapy, preface.

1. TARİHSEL SÜREÇTE SANAT VE SAĞALTIM

1.1 Duvar Resimleri

Duvar resimlerinin günümüzden yaklaşık 10 ile 35 bin yıl önceki zaman aralığında yapıldığı tahmin edilmektedir.⁷ Fransa'da Lascaux ve Chauvet, İspanya'da Altamira mağaralarında bulunmuş duvar resimleri bu sanatın en iyi örneklerini sunmaktadır. Bu zamana kadar tam olarak gizemi çözülmemiş olsa da birçok sanat tarihçisinin, arkeoloğun, antropoloğun yoğun olarak ilgi gösterdiği, üzerinde çalışmak istediği, farklı yorumlar getirdiği fakat en nihayetinde sanat tarihinin en eski örnekleri oldukları konusunda hemfikir oldukları bir alandır.

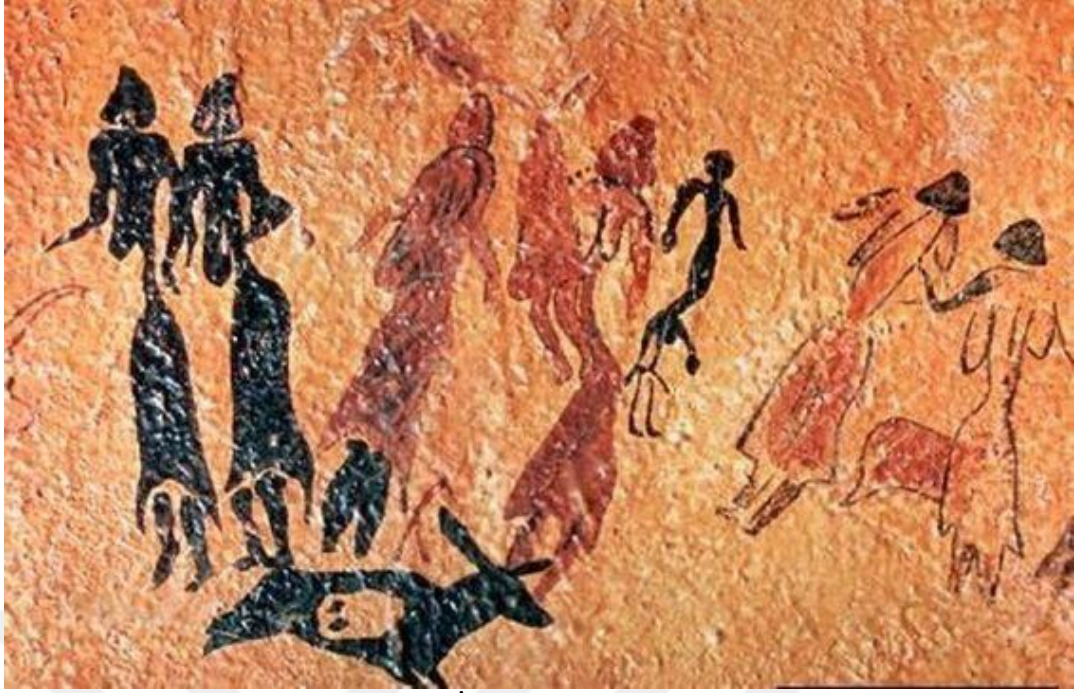


(3)Lascaux Mağarası, Montignac, Fransa

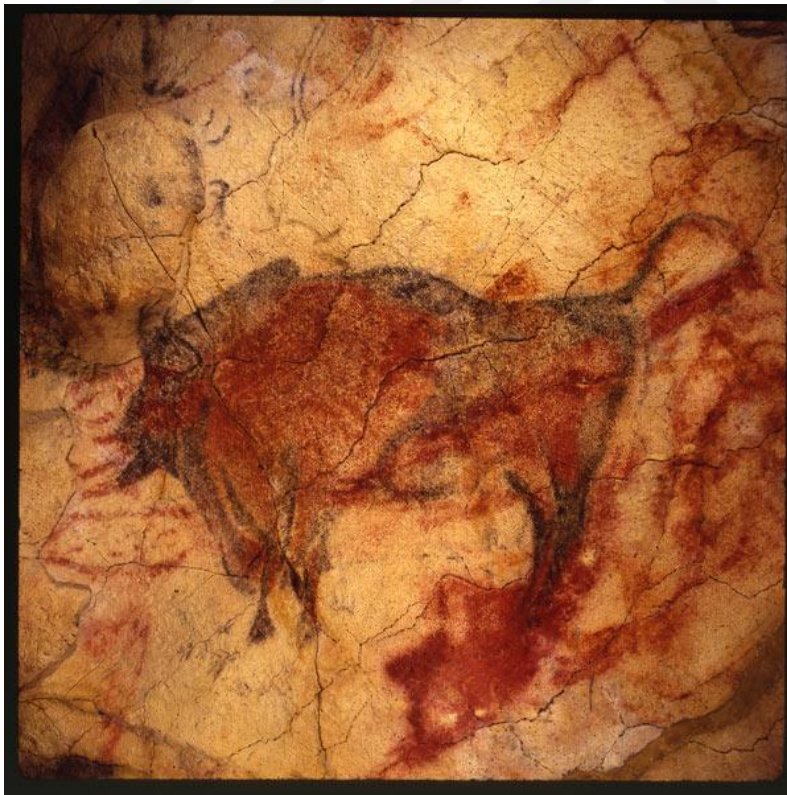
⁷ A.D. ACZEL, The Cave and The Cathedral,8; W.J. BURROUGHS, Climate Change in Prehistory,2.

Duvar resimlerinden bahsetmek konu gereği şu açıdan önemlidir ki; ‘Bu resimler neden yapılmıştır?’ O dönem insanı için bu resimler nasıl bir ihtiyacın sonucu ortaya çıkmıştı? Mağaraların en karanlık bölümlerinde kimi yerlerde üst üste, farklı dönemlerde fakat hemen hemen aynı figürler etrafında karşımıza çıkan bu resimler neyi sembolize ediyordu? Paleolitik dönem insanları dediğimiz bu insanlar, vahşi ve güçlü diye sınıflandırdığımız hayvanları mağara duvarlarına bunca uzun zamanlar boyunca hangi inanç veya amaç doğrultusunda resmetmişlerdi?

Doğayla henüz ayrışmamış, bir bütün olarak yaşayan bu avcı-toplayıcı yaşam biçimine sahip ilkel insanların avladıkları hayvanları resmetmiş olmalarının doğayla bir ilgisi olmalıydı. Bu hayvanlar da doğanın bir parçasıydı ve insan, bu vahşi ve güçlü dediğimiz hayvanlar karşısında daha zayıf bir pozisyondaydı. O dönem insanları doğanın ruhları olduğuna ve doğayla ruhlar vasıtasıyla iletişim kurabildiğine inanırdı. Bu hayvanlar da o ruhları temsil ediyor olmalıydı. Ve insanlar o hayvanları avlayıp, avladıkları hayvanları resmettiklerinde, doğa karşısındaki acizliklerine bir bakıma meydan okumuş oluyorlardı. Avladıkları o hayvanları mağaraların en karanlık duvarlarına resmettiklerinde, ruhlarını da oraya hapsedmiş, doğanın kötü ruhları karşısında hayatta kalmayı başarmış denebilirdi. Evet, doğa çok büyüktü, doğa bereketli, yaşam demekti fakat iyi olduğu kadar kötü ruhları da içinde barındırıyordu, bunların en kötüsü de ölümdü. Doğa aynı zamanda ölüm demekti ve insanın aciz olduğu bu olgu karşısında hayatta kalma mücadelesinin bir ifadesi olmalıydı. Çünkü mücadeleden galip çıkmak, hayatta kalmak iyileştiriciydi. Diğer yandan bu hayvanların ruhları, ölümden sonra yeniden doğmaya inanan bu insanlar için yeniden doğma inancını temsil ediyordu. Aslında günümüz insanından bir farkı yoktu o insanların da. İnsan doğası gereği kalıcı ve ölümsüz olmak ister ve bunu somut hale getirebilmesinin bir yoluyla sanat. Kavrayamadıkları için karşısında aciz oldukları ölümü somutlaştırıp meydan okudukları bu resimler, onlara tanrısal/yaratıcı bir güce sahip olma imkanı vermeleri açısından psikolojik bir rahatlama, bir boşaltım yolu olmuştur.



(4) *Altamira Mağarası, Cantabria-İspanya*



(5) 'Bisonte Magdalenience', Altamira Mağarası, Cantabria-İspanya

1.2 Şamanizm ve Şaman

İnsalık varolmakta olduğu tarihsel süreçte pek çok inanç ve düşünce sisteminin bir parçası olmuştur. Çok uzun süreler boyunca doğanın bir parçası olduğu inancı üzerinden bir yaşamsal sistemin içinde bulunmuştur. Fakat kendisini doğadan ayrı bir yerde konumlayıp, doğaya hükmetme sürecine girdiğinden beri ekonomi, sanayi, teknoloji ve bilimsel açıdan çok hızlı bir gelişim göstermiştir. Bilim sayesinde artık her şeyin mantıksal bir açıklaması olabileceği ve artık bilinmeyen karşısında çaresiz olmadığının farkındadır. Fakat uzun çağlar boyunca akıl yoluyla açıklanamayan bir çok şeyi tanrılara, doğanın ruhlarına bağlamış ve doğa karşısında acizliğine çare olabilecek bir takım inanç ve düşünce pratikleri içinde bulunmuştur. Yani bilimin insanlık tarihinin düşünce yapısındaki hakimiyetine kadar, animik ve mistik düşünce yapıları çok uzun bir dönem hüküm sürmüştür. Bu düşünceler bağlamında doğadaki her şeyin bir ruhu olduğuna ve o ruh tarafından yönetildiğine inanılmıştır. Hastalıklar, doğal afetler, kıtlık, ve bunlar gibi açıklayamadıkları bütün olayları ruhların gerçekleştirdiğine inanılmıştır. Şamanizm de o dönemlerin animik ve mistik düşünce yapısına sahip en eski inanç ve yaşam biçimidir. Şamanizmin izlerine dünyanın birçok yerinde (Güney Amerika, Asya, Afrika, Avustralya gibi...) rastlamak mümkün, kendi içinde toplumsal farklılıklar gösterse de insanlığın en evrensel inanç ve yaşam biçimi olduğunu söylemek yanlış olmaz.

“Stricto sensu (dar anlamda) Şamanizm, tipik olarak Sibirya ve Orta Asya’ya özgü bir dinsel olgudur. Terimi bile Rusça aracılığıyla, Tunguzca ‘şaman’ sözcüğünden gelir. Asya’nın ortalarında ve kuzeyinde konuşulan öteki dillerde buna karşılık olan terimler şöyledir: Yakutça ojun, Moğolca бүгү, böğü ve udagan, Türkçe-Tatarca kam. Asya’nın ortalarını ve kuzeyini kaplayan bütün bu geniş alan içinde toplumun sihirsel/dinsel yaşamı hep şamanın çevresinde döner. Bu elbette onun, kutsal olanla elleşen tek kişi olduğu ve dinsel etkinliğin bütünüyle onun tekelinde bulunduğu anlamına gelmez. Gene de şaman en önemli kişi özelliğini korur çünkü esrime deneyiminin en yetkin dinsel deneyim sayıldığı bütün bu bölgelerde esrimenin baş ustası yalnızca şamandır.”⁸

Bu terimler erkek ya da kadın şamanı aynı anda ifade eder. Çeşitli araştırmalara göre ilk ve en etkili şamanlar kadınlardı. Çoğu ortak tanımlamaya göre şamanlar, insanların dünyası ve ruhlar ve doğaüstü öğeler arasında aracı olan kişilerdir. Aracı olma durumu; bilinçli olarak yaratılan kendinden geçme (esrime) haliyle tekrardan vücut bulmakla gerçekleşmektedir. Esrime halindeki şaman başka dünyaları ziyaret edip oradaki ruhlarla iletişim kurar.

⁸ Mircea ELIADE, Şamanizm, 22-23.

Finlandiyalı din antropoloğu Anna-Leena Siikala'nın FF Communication Journal'da yayınlanan makalesinde de Şamanizm üzerine yapılan tanımlama da tam olarak böyledir :

*“ Şamanizm, temel olarak esrik bir rol üstlenme tekniği vasıtasıyla bu dünya ve öte dünya arasındaki etkileşim halinin yaratıcısı olan şaman tarafından kullanılan iletişim yöntemi. ”*⁹

Winkelman, Şamanizmin, beynin sembolik düşünce, manipülasyon ve entegre etme işlevlerini güçlendiren mekanizmalar üreterek insanın sosyal ve bilişsel evrimine katkı sağladığını söylemiştir: *“Şamanizm farklı bilinç durumlarının topluluk bütünleştirici, kişilik geliştirici ve tedavi amaçlı olarak sağladığı biyolojik potansiyelleri kullanan sosyal adaptasyonları içine alır. ”*¹⁰ Şamanların ilk ve en önemli toplumsal işlevi tedavidir.

*“Bir tedavi ayininin ilk adımı şamanın yardımcı ruhları çağırmasıdır. Bu çoğu durumda şarkı vasıtasıyla gerçekleştirilir ve çağrı melodilerine genellikle çalgı aletleri eşlik eder. ”*¹¹

Şamanlar seans süresince davulları ile birlikte şarkı söyleyerek yardımcı ruhları çağırır ve onlarla konuşurlar. Tedavi seansı sırasında, hastalığın sebebinin bulunması gerektiğinden, şaman hem yukarı hem aşağı dünyalarda, hastanın bunlardan birinde bulunan ruhunu getirmek için sembolik bir yolculuk yapmak zorundaydı. Bu yolculuk şarkılarda ayrıntılı bir şekilde betimleniyor; şarkı , çağırılan ve davete icabet eden yardımcı ruhların isimlendirilmesini içeriyordu. Ruhların ezgileri birbirlerinden farklıydı ve melodi yapısına ve ritme göre kolayca ayırt edilebiliyordu. Bu şarkılar, hayvan kılığındaki yardımcı ruhları (ayı, dalgıçkuşu, rengeyiği, fare gibi) çıkardıkları sesleri taklit yoluyla temsil ettiğinden, yansıma sesleri de şarkıların ayırt edici özelliklerindendi.

Öncelikle sesin ruhsal gücü ile bağlantılı şaman müziğinin temel özelliklerine bakarsak; Oksana Dobzhanskaya'nın saha araştırması şaman müziğinin ayinsel işlevlerce belirlendiğini kanıtlamaktadır. Şaman müziğinin tüm unsurları; melodi, ritim, tempo, ayinsel amaçlarca yönetilmektedir.¹² Dobzhanskaya'nın Shaman Music of the Krasnoyarsk Territory (2008) isimli özet çalışmasında; Samoyed şaman müziğinin genel özellikleri şöyle sıralanmıştır¹³ :

⁹ Anna-Leena SIIKALA, The Rite Technique of the Siberian Shamans, FF Communication Journal no:220

¹⁰ M.J.WINKELMAN, Shamanism as the Original Neurotheology, 194

¹¹ M. HOPPAL, Das Buch der Shamanen:Europa and Asien, 17

¹² O.E. DOBZHANSKAYA, Song of Hotare... The Nganasan Shaman's Ritual: an Experience of the Ethnomusicological Investigations, 84-85.

¹³ O.E DOBZHANSKAYA, Shaman Music of the Krasnoyarsk Territory english summary, 262-273.

1. *Şamanın şarkısına , şaman kimliğinin esas tanımlayıcısı davul eşlik eder.*
2. *Şamanın şarkısı, bir tür cemaat biçiminde karşılıklı söylenen bir şarkıdır; şaman tarafından solo kısmı, yardımcıları tarafından toplu kısmı icra edilir.*
3. *Şaman metinleri sekiz heceli dizelerdir. Samoyed müziğinin seküler türleriyle bağlantılı olan dizelerse altı hecelidir.*
4. *Bu sekiz heceli biçim, şaman şarkılarının ritminde, ritmik formüller aracılığı ile somutlaşır.*
5. *Her şaman melodisi, hayvansı bir biçime sahip bir yardımcı ruhun ezgisidir. Bu nedenle yansımalar şaman ayinlerinin müzikal kompozisyonunda önemli bir yere sahiptir; kayıtlarda rengineyiği, kuğu, kaz, dalgıçkuşu ayı ve kurt seslerini bulmak mümkündür.*

Yansıma sesler aslında müziğin başlangıcıdır diyebiliriz. Etno-müzikologlara göre, şaman şarkıları bu yolla müziğin ortaya çıkış zamanlarının hatıralarını saklamaktadır diyebiliriz.

Moğolistan'da dans resimlerinin varlığına dair veriler mevcut. El ele tutuşmuş sıra halinde dans eden insan figürleri Neolitik dönemden Hun göçlerine kadarki çağ ve dönemlerin tipik özellikleridir denmektedir. Esasında dans uyum isteyen bir grup davranışdır ve topluluğun bireylerinin zihninde birliktelik hissini kuvvetlendirmektedir. Grup danslarının ana özelliği ise tekrardır. Tekrar, göstergebilimin doğuşunun ön tarihindeki müzikten konuşurken bahsetmemiz gereken bir özelliktir. Çünkü Finli bir etno-müzikologun yazdığı makaleye göre; şaman şarkıları tekrar eden nabız yapısına sahip gibidir ve nihayetinde insan vücudunda endorfin üretimine yol açarlar.¹⁴

Eliade'nin aktardığı klasik bir Yakut şamanlık seansı özetle şöyledir¹⁵: Seans bir çadırın içinde, çevredeki insanların da katılımıyla akşam gerçekleşir. Şaman seans başında çadırın içinde ocağın yanında oturur ve gözlerini ocaktaki ateşten ayırmaz. Sonra giysisini sırtına geçirir ve çubuğundan ot içmeye başlar ve yavaş yavaş davulunu çalar. Az sonra yüzü solar, başı göğsüne düşer ve gözleri hafif kapanır. Çadırın ortasına bir kısraak postu serilir. Şaman biraz su içer ve ağzındaki suyu dört yöne püskürtür. Şamanın yardımcısı ateşe bir tutam at kılı atar, sonra ateşi külle örtüp söndürür. Şaman karanlık çadırın içinde at postuna oturur ve hayale dalar. Birden bire nereden geldiği anlaşılamayan, kesik kesik, çelik gıcirtısı gibi tiz bir çığlık yükselir; sonra yine sessizlik çöker. Çadır içinde karanlıkta gizemli sesler duyulur, bir kızkuşunun acıklı ötüşü duyulur, ardından bir çaylağın çılgılığı gelir, derken bir çulluğun ışıltısı hepsini bastırır; tüm bu sesleri çıkaran şamandır. Sonra şaman davul çalmaya ve bir şeyler mırıldanmaya başlar. Davulun gürültüsü gittikçe şiddetlenir ve şamanın ilahisi kuvvetlenir, yükselir ve çok geçmeden bir takım hayvan seslerinin taklidiyle bir böğürtüye dönüşür. Bu

¹⁴ J. NIEMI, A Musical Analysis of Selkup Shamanic Song, 156.

¹⁵ M.ELIADE, Şamanizm-İlkel Esime Teknikleri, 262-264.

performans doruk noktasına vardığında şaman birden susar , sadece sivrisinek vızıltısı duyulur. Kuş sesleriyle sessizliğin birbirini izleyişi böyle birkaç kez daha tekrarlanır. Sonunda şaman davulunun temposunu değiştirir ve asıl ilahisini söylemeye başlar:

“Yerin güçlü boğası, bozkırın atı,

Güçlü boğa böğürdü, bozkırın atı titredi!

Hepinizin üstündeyim ben, insanım!

Elinden her şey gelen adamım, sonsuzluğun efendisinin yarattığı!...

Gel, ey bozkırın atı ve öğret!

Çık, ey evrenin tansık boğası ve yanıtla!

Ey güçlü Efendimiz, buyur!...

Ey Hanım Anam, göster bana hatalarımı,

Ve izleyeceğim yolları!

Uç önüm sıra, geniş yol boyunca;

Hazırla bana yolumu!”

İlahiyle birlikte müzik de şiddetlenir ve doruk noktasına ulaşır. Sonra şaman koruyucu ruhunun ve yardımcı ruhlarını çağırır. Bunlar hemen yardıma razı olmazlar ve şamanı çoğunlukla yalvartırlar. Fakat bazen aniden çıkıp gelirler ve şaman bile ürküp sırt üstü yere yığılır. O zaman törendekiler, şaman elbisesindeki demir parçalara vurarak gürültü yaparlar ve “*Sağlam demir şangırdıyor, nazlı bulutlar burgaçlanıyor, pek çok duman yükseliyor!...*” vb. sözlerle şamanı yeniden ayıltırlar. Koruyucu ruhu geldiğinde şaman hızlı ve şiddetli el kol hareketleri yapar. Ateş yeniden yakılır ve şaman yeniden davul çalıp oynamaya başlar. Kendinden geçmiş gibi, bağıra bağıra sayıklar, sonra yine durur ve bir ilahi söyler. Nihayet hastaya yaklaşır ve hastalık nedeni kötü ruha vücuttan çıkmasını emreder. Ya da hastalığı hastadan alır, odanın ortasına getirir ve hakaret ve tehditlerle dışarı atar.

1.2.1 Şamanın Aksesuarları

Şaman törenlerde birçok aksesuar veya araç kullanır. En başta kutsal özellik taşıdığı düşünülen özel şaman giysisi; başta davul olmak üzere çok çeşitli müzik aletleri;

küçük heykeller, ritüel sopalar, ayna; çeşitli bitkisel kaynaklı tütsüler, buğular; tütün veya diğer bitkisel uyuşturucular vb.

1.2.2 Şamanın Elbisesi : Eliade şaman giysisinin şamanlıktaki önemini şöyle ifade eder:

“Şaman giysisi kendi başına, çevredeki uzamdan nitel olarak farklı, özel bir dinsel mikrokosmosu temsil eder. Bir yandan, hemen hemen eksiksiz bir simgesel sistem oluşturduğu gibi, öte yandan da, kutsanmışlığı nedeniyle, çok ve çeşitli manevi güçlerle – en başta da „ruhlarla“- donanmıştır. Sadece onu giymekle, ya da onun yerini tutan nesneleri ellemekle şaman, kutsal olmayan normal uzamı aşıp, manevi dünyayla temasa geçmeye hazırlanmış olur.”¹⁶

Araştırmacılara göre en eski ve özgün şaman elbiseleri hayvan şekillerini taklit eden giysilerdir. Bunu giyen şaman, hem kendi atasını ve hem de gerektiği zaman o kuşun ya da hayvanın şekline girebileceğini göstermektedir. Bu elbiselerin çeşitli bölümleri olan başlık, çizme hatta masklar da amaca uygun olarak yapılıyordu. Kara Tatar şamanları, bıyık ve kaşları sincap kuyruğundan yapılmış kayın ağacı kabuğundan bir maske kullanırlar. Goldlar ve Altaylılar ölümün ruhunu ölüler alemine taşıırken, kendilerini engeleyebilecek ruhlar tarafından tanınmamak için yüzlerini kurumla siyah renge dönüştürür. Maske bazen şamanın yüzü tanınmasın, bazen de tam tersine tanınmak ve ruhlar alemine girebilmek yani trans haline geçmeyi sağlamak için bir büyü aracıdır.

¹⁶ Mircea ELIADE, Şamanizm: İlkel Esime Teknikleri, 177.



(6) Tuva Şamanı maskesi



(7) Yakut Şaman elbisesi

Şaman davulu şamanın yardımcı malzemeleri arasında en önemlilerinden biridir. Davulun kasnağı genellikle Evren Ağacını simgeleyen kayın ağacından yapılır. Bu işlem de şamanın sırra-erme sırasında yaptığı mistik yolculukta olur. Evren Ağacı, Yer ile Gök arasındaki ekseni temsil ettiği için davul da sihirli şekilde bu dünya ile öteki dünya arasında iletişim köprüsü işlevi kazanır. Davul, derisine çizilen resimler nedeniyle simgeselliği karmaşık ve aynı zamanda büyüselsel işlevleri çoktur. Şaman törenlerinin vazgeçilmez aracıdır. Şamanlar bu törenler sırasında davulu aracılığıyla ruhlarla ilişkiye girer, onları yakalar ya da toplar, gerektiğinde kötü ruhları korkutur; davul ayrıca sesi ve ritmi aracılığıyla şamanın transına yardımcı olur, ayinin gidişini yönlendirir.¹⁷

¹⁷ Mircea ELIADE, Şamanizm: İlkel Esime Teknikleri, 200.



(8) *Bir Altay Şaman davulunun ön yüzü*



(9) *Şaman, kostümü ve davulu*

Şamanın gerçekleştirdiği ritüellerle, kullandığı müzik aletleriyle, kıyafetlerindeki aksesuarlarla, taktığı masklarla, ettiği danslarla, söylediği şarkı ve ilahilerle, şamanı adeta günümüz performans sanatçılarının ataları olarak kabul edebiliriz. Antik yunan tiyatrosundan önce sahne kurgusunun şamanlarda var olduğunu, ritüelin belli bir kurgu dahilinde teatral bir performans olduğunu söylersek çok da hatalı bir ifade olmaz. Zaten taklit ettikleri yansıma seslerin müziğin başlangıcı sayılabileceğini söylemiştik. Bu durumda şamanı, hem bir büyücü, hem bir otacı, hem bir sanatçı olarak tanımlayabiliriz. Şamanın gerçekleştirdiği performansı aracılığıyla kayıp ruhları bulması, hasta ruhları iyileştirmesi süreci sanatla sağaltımın en eski örnekleri

olarak karşımıza çıkıyor. Aslında bir bakıma bugün kaybolmuş ruhlarımızı, benliklerimizi ararken sanata sığınan bizler de içimizde arketip olarak şamanı barındırdığımızı söyleyebiliriz.

1.3 Osmanlı Tıbbında Sanatla Sağaltım

1.3.1 Osmanlı Tıbbı Nedir?

Osmanlı tıbbı ve tedavi bilimini en iyi şekilde anlamak için bunu bir sistem olarak görmek gerekir ki bu da çeşitli iklim ve çevre koşullarını barındıran, zengin bir kültürel ve bilimsel etkileşimin yaşandığı büyük bir alana yayılmış Osmanlı İmparatorluğu'ndan söz edildiği üzere Osmanlı tıbbını, tıbbi fikirler ve uygulamaları içeren daha küçük yapılardan oluşan büyük bir yapısal sistem olarak düşünülmesi kaçınılmazdır. Folklorik halk tıbbı, tıbb-ı nebevi (dini tıp) ile humoralizm üzerine kurulmuş mekanik tıptan oluşan üç yapı bloğundan bahsedilebilir. Her bir yapının kendi tıbbi bilgi külliyyatı, kendilerine özgü hastalık kuramı ve tedavi teknikleri vardı.

Halk tıbbı gelenekler üzerine kurulu; dini, hukuki ve bilimsel bir otoriteye bağlı olmayan bir yapı idi. Osmanlı İmparatorluğu bağlamında, kısmen Osmanlı'nın geçmişinden, kısmen de Osmanlı'nın o zamanki yapısından dolayı kendi içinde birçok çeşit barındırıyordu. Osmanlılar, Orta Doğu ve Küçük Asya'ya göçen Türk kavimleri vasıtasıyla Orta Asya'dan şamanik tıbbi gelenekleri miras almıştı. Türk geçmişlerini, topraklarının genişlemesi sürecinde karşılaştıkları Helenik Anadolu ve Hristiyan Balkanlar'dan Arap vilayetlerindeki yerel folklorla uzanan diğer geleneklerle harmanlamışlardı.

Antik Yunan'dan miras alınan humoralizme dayanan mekanik tıbbın temelleri antik çağın bilgelerinin eserlerine, tıp sahasındaki ünlü şahsiyetlerin düşünsel ve edebi söylemlerine dayanan dört unsurla ilgili fiziki ve felsefi meta-kuram üzerine şekilleniyordu. İnsan vücudu evrenin bir mikrokosmosuydu ve dört sıvıdan oluşuyordu; kan (hava), balgam (su), siyah safra (toprak) ve sarı safra (ateş) ve bu sıvılardan herhangi birindeki dengesizlik hastalıklara sebep oluyordu.

Dini (İslami) tıp ise hem halk tıbbı, hem de humoralist tıpla benzerlikler taşıyordu. Fakat geleneksel ya da akademik yöntemler değil, Hz. Muhammed'in hadislerine dayanıyordu.

Bu üç farklı geleneğin her biri kendi başına karmaşık fikirler ve teknikler dünyasıydı. Birbirleriyle egemenlik ve başarı için rekabet içerisindelerdi; aynı zamanda birbirleriyle bilgi ve becerilerini paylaşıyorlardı. Yani Osmanlı tıbbı diye isimlendirdiğimiz şey bütün bu karmaşık ve derin sistemlerin birlikteliğinden oluşmaktaydı. 9. Yüzyıldan itibaren görünen ve İslam dünyasındaki çeşitli tıbbi sistemler tarafından paylaşılan Arap-İslam tıbbından çok şey almış olmasına rağmen, bu sistemin insanlık ve onun sosyal örgütlenmesi hakkındaki temel varsayımları Osmanlı toplumu ve kültürüne dayanıyordu. Osmanlılar, Arap-İslam tıp geleneğini

kendi kültür ve dünya görüşlerine dahil etmişlerdi, aynı zamanda bu tıbbi sistemi kendi ihtiyaçları doğrultusunda değiştirmiş ve uyarlamış, sisteme kendi katkılarını yapmış ve kültürel nedenlerden ötürü daha önemli sayılan belli tıbbi meseleleri ön plana çıkarmışlardı. Bu sürecin sonucu, erken modern dönemde Arap-İslam tıbbının Osmanlılaştırılmasıydı.



(10) Nevrotik bir bozukluğun tedavisi sırasında, 15.yy, Fatih Millet Kütüphanesi, İstanbul

Dini tıp unsurlarından Halk tıbbı Anadolu'da halk tarafından çok yaygın olarak başvurulmuş bir yöntem olmuştur, hatta bugün bile Anadolu'da o zamanlardan kalan geleneksel yöntemlere inanç devam etmektedir. İmkanları müsait olmadığı için halk çoğunlukla Halk hekimliğine başvurmuştur, en yaygın başvurulma nedeni ise insan ruhunda meydana gelen bunalımlar veya zihinsel problemlerin çeşitli yollarla iyileştirilmesinin yani hastanın şifa bulmasının yollarının aranması olmuştur. Şifa bulma, bedensel veya ruhsal rahatsızlıkların hekimlik dışı yöntemlerle tedavinin gerçekleşmesini ifade eden dini bir deyimdir.



(11) "Şifa Tasları", pirinç, Osmanlı 19. Y.y, Adell Armatür Koleksiyonu

Burada ele alınacak “şifa tasları” da halkın inanış ve gelenekleri doğrultusunda başvurduğu mistik bir tedavi yöntemidir. Şifa taşı; genel anlamıyla içinden su içildiğinde yakalanan hastalıktan kurtulunacağına inanılan, üzerinde ve içinde çeşitli şifa ve koruma duaları bulunan taslardır. Yaygın olarak, çoğunlukla kadınlar üzerinde, hüznün ve sıkıntı, korku, kalp çarpıntısı, nazardan korunma ve ruhsal iyileşme için kullanılmıştır. Şifa tasları üzerine yazılan ayet, sayı ve harf vefkleri¹⁸ ile ikonografik anlamlar yüklenen çeşitli sembollerle bezenmiş sanat eserleridir. Bazı şifa taslarında sayı ve harflerden oluşan vefklere, dualardan daha fazla yer verilmiştir. Mitos, din ve büyü bağlamı üzerinden aranan şifa kavramı bu taslar üzerinde sanata dönüşmüştür. Şifa tasları çoğunlukla bakır ve pirinç gibi madenlerden yapılmıştır. Şifa taslarının iç ve dış yüzünde dualar, bordürler, madalyonlar, insan ve hayvan figürleri, gezegen sembolleri gibi mistik anlamlar taşıyan bezemeler bulunur. Dualar, kalem işçiliği ile kazıma tekniği ile yazılır. Sembol olarak kullanılan şekillerin başında ‘Mührü Süleyman’ denilen altı köşeli yıldız kullanılmıştır. Bu sembol, Mezopotamya ve Anadolu’da yüzyıllardır gücün ve bereketin sembolü olmuştur. Yine Mezopotamya ve İran kökenli şifa taslarında on iki burcun tasvirine rastlanmaktadır. Bunların yanında kendilerinden korunmaya yönelik kazılmış akrep, zehirli örümcek, aslan ve köpek gibi hayvan figürleri de kullanılmıştır. Şifa taslarına konan suya okunup içilmesi ve ya o suyla yıkanılması geleneği islamiyetin ilk yıllarına kadar uzanır fakat daha çoğunlukla şifa tasları ile şifa bulma yöntemine Osmanlı döneminde rastlanmaktadır. Anadolu’daki şifa taslarındaki yazılar, semboller, çizimler Türklere özgüdür; bunlarda İran ve

¹⁸ Vefk: Tılsım, tesirli dua. Ebced harflerinin sayı değerlerinden yola çıkarak, değişik ve çoğu anlaşılmasız şekiller yapılarak duaların rakamlara, geometrik çizim ve biçimlere dökülmesi şekli.

Mezopotamya’da gördüğümüz on iki burç ya da hayvan figürlerine pek rastlanmamaktadır. Yine de bazı Selçuklu dönemi şifa taslarında yılan figürü ve ya başka hayvansal figürleri görülebilmektedir.

1.3.2 Osmanlı’da Bütüncül Ruh Bütüncül Beden Anlayışı

Osmanlı toplumunda insan, bütünlükçü bir bakış açısı içinde değerlendiriliyordu. Bütün bir şahıs toplam çevresi içinde konumlandırılıyordu.¹⁹ İslam dininde insan Allah’ın yarattıklarının en üstünü olandır ve doğa onun için yaratılmıştır. Yine de insan, doğayı diğer canlılarla paylaşmak zorundadır. Doğada, bir tarafta fiziki varlıklar, diğer tarafta ilahi varlıklar bulunmaktadır. İnsanın, doğada bulunma amacı onu işleyip kullanmak, aynı zamanda ona bakıp kollamak ve böylece Allah’ın yarattığı dengeyi sürdürebilmektir. Bu durumun Osmanlı tıbbındaki önemi ise, insan vücudunun hem fiziki hem ruhsal sağlığını dengede tutabilmektir. Bütüncül tıp; insanı sadece fiziksel koşulları çerçevesinde değil, bir bütün olarak değerlendiren tıbbi bir tedavi yaklaşımıdır. Bu yaklaşım beden, akıl ve çevrenin bilgisini bir bütün olarak ele alır; kişinin duygusal, zihinsel, ruhsal ve bedensel unsurlarını bütün olarak değerlendirir, hastalığın nedenleri üzerinde yoğunlaşıp sonrasında tedavi etmeye çalışır. Osmanlı bütünlükçü yaklaşımı daha çok felsefi bir kavram olarak ortaya çıkıyordu; insan vücudunu iki evren içine yerleştiriyordu, beden ile onun etrafındaki dünya ve içindeki karmaşık yapının görüntüsü olarak beden. Bu iki evren birbirleriyle karşılıklı etkileşim içindelerdi. Bütünlükçü yaklaşım insanı oluşturan beden ve ruhun ne olduğunu ve ikisi arasındaki bağlantıyı anlamaya çalışan geniş bir felsefi, psikolojik ve teolojik söyleme dayanıyordu. Beden ve ruhu birleştiren felsefi ve tıbbi anlayışlar, hem zihinsel hemde fiziksel sorunları tedavi etmek için bazı terapi yöntemlerinin ortaya çıkmasına yol açtı.

1.3.2.1 Müzik Terapisi

Müzikle terapi, hastaların şifa bulmasında kullanılan en eski yöntemlerden biridir.

*“Müzikle terapi, insanın karşılaştığı çeşitli psikolojik güçlükler, somatik (bedensel), psikosomatik (ruhsal ve bedensel) sorunlarla ve nörotik hastalıklarla duyumsal bir yaklaşımla ilgilenir.”*²⁰

Müzik terapisi antik medeniyetlerde, Selçuklu ve Osmanlı şifahanelerinde tedavi sürecinin bir parçası olarak uygulanmıştır.

¹⁹ C. LAWRENCE& G. WEISZ, Greater Than the Parts: Holism in Biomedicine

²⁰ Haşmet ALTINÖLÇEK, Müzikle Tedavi, 2

“Pythagoras, Platon, Farabi, İbn-i Sina, Şu’uri Hasan Efendi, Gevrekzade Hafız Hasan Bin Ahmet ve daha birçok bilgin ve hekim müziğin insan psikolojilerine etkisiyle ilgili araştırmalar yapmış ve yazılı eserler bırakmışlardır.”²¹

Osmanlı bütünlükçü tıp anlayışı çerçevesinde müzik ya da sesin insan vücudundaki sıvıların şekillenmesinde ve dengelenmesinde temel bir rol oynadığına inanılmaktaydı. *“Ses enerjidir ve enerji sağlığın muhafaza edilmesi ve hastalığa deva bulunmasında hayati derecede önemlidir.”²²*

Müzik vücutta hem üretici hem düzenleyici bir güçtür. Kişinin hem kendi dengesini hem çevresiyle olan dengesini yeniden kurmasını sağlar. Osmanlılar yaratıcı faaliyetlerin tedavi edici bir etkisi olduğunu ve diğer tedavi yöntemlerini de destekleyebileceğini görmüşlerdir. Osmanlı’da müzik hem bir sağaltım aracı hem de somut tedavi tekniğiydi. Aslında müziğin tedavide kullanılması tarih boyunca Türk toplumlarında oldukça yaygındı. Bunun yanında Osmanlı’da müzikle tedavi önceki Türk toplumlarından farklı olarak Osmanlı tıbbını oluşturan üç geleneğin birlikteliği üzerine şekillenmişti. Osmanlı’nın geniş ve çeşitli etnik grupları da içine alan bir alana yayılmış olmasından dolayı Türk toplumlarından gelen geleneğin yanında, Arapların ve Bizans’ın müzikle tedavi yöntemlerinden de faydalanıp bu gelenekleri harmanlama fırsatı bulmuşlardı.

Müslüman olan Araplar müziğin bütün canlılar üzerinde güçlü bir etkisi olduğuna inanıyorlardı. Müzikle dünya bir düzene girebilir, ahenk içinde bir yaşama olanak sağlayabilirdi. Zaman içinde Arap-Müslüman müziği zihinsel ve ruhsal hastalıklar için bir terapi yöntemi olarak uygulanmaya başlanmıştı.

“Ahengi simgelemek için dört telli bir enstrüman kullanılıyordu, her bir tel bedeni etkileyen dört unsurdan birini, yani fiziki bünyeyi meydana getiren sıvılardan ya da dört mizaçtan birini temsil ediyordu. Sıvılar arasındaki ideal denge gibi, bu enstrümanla yapılan müziğin de ahenkli ve melodik olması gerektiğine inanılıyordu. Müzik, dünya ve insanlığın onun içindeki rolü hakkındaki felsefi söylemin bir parçasıydı. Bu insan bedenini bir otomat olarak gören anlayışa da uyuyordu. Dolayısıyla müzik ve müzik aletleri, bir kuram ve uygulamalı bir tedavi bilimi olarak tıpla da bağlantılıydı.”²³

16. yüzyılda Osmanlı’da doktorluk yapan Davud el-Antaki’nin Tezkiret-ül-Elbâb vel-Câmia lil-Ucûb-il-Uccâb (genel tıp tezkeresi) eserinde müzik üzerine de bir bölüm vardır. Müziğin bileşenleri olan ritim, ahenk ve melodinin teşhis araçları aynı zamanda da şifa kaynağı olduğundan bahsetmiştir. Daha beşinci yüzyılda zaten her bir bedensel durum için müzik makamlarının olmasıyla ilgili detaylı tablolar mevcuttu. El-Antaki, sekiz müzik makamını (yegah, hüseyni, acem,arak,rast,dügah,segah,buselik) tıbbi olarak inceleyip, insanlar üzerindeki

²¹ Haşmet ALTINÖLÇEK, Müzikle Tedavi, 3

²² Miri Shefer MOSENSOHN, Osmanlı Tıbbı, Çev. Bülent ÜÇPUNAR, 106

²³ (Amnon SHILOAH, The Theory of Music in Arabic Writings, 1-9; Charles BARNETT, Spiritual Medicine: Music and Healing in Islam and Its Influence in Western Medicine,85-91)

etkileri hakkında yorumlar yapmıştır. Mesela rast makamı kısmi felç için iyi gelirken; arak makamı beyin hastalıkları, baş dönmesi, nefes darlığı gibi hastalıkları düzeltebilir.²⁴

El-Antaki'nin yanında Türk-İslam alimi Farabi'de müziğin fizik ve astronomi ile ilgisini anlattığı Musiki-ul-Kebir kitabını yazmıştır. Bu kitabında Türk Müziği makamlarının ruha olan etkilerini şöyle göstermiştir:

1. **Rast makamı:** İnsana sefa(neşe-huzur) verir.
2. **Rehavi makamı:** İnsana sonsuzluk fikri verir.
3. **Kuçek makamı:** İnsana hüzn ve elem verir.
4. **Büzürk makamı:** İnsana korku verir.
5. **İsfahan makamı:** İnsana hareket kabiliyeti, güven hissi verir.
6. **Neva makamı:** İnsana lezzet ve ferahlık verir.
7. **Uşşak makamı:** İnsana gülme hissi verir.
8. **Zirgüle makamı:** İnsana uyku verir.
9. **Saba makamı:** İnsana cesaret, kuvvet verir.
10. **Buselik makamı:** İnsana kuvvet verir.
11. **Hüseyni makamı:** İnsana sükunet, rahatlık verir.
12. **Hicaz makamı:** İnsana alçakgönüllü olma hissi verir.

Farabi'nin eserlerinden de çokça yararlanmış olan İbn-i Sina'ya göre de ses varlığımız için zorunlu bir ihtiyaçtır. Ahenkli bir düzen içerisinde, belirli bir şekilde ayarlanmış olan sesler, insan ruhu üzerinde çok derin etkiler yapar. Sesin etkisi insan sanatı ile zenginleştirilir. Yine İbn-i Sina'ya göre, ses tonu değişiklikleri insanın ruh hallerini belirtir. Müzik bestelerini bize hoş gösteren iletme gücümüz değil, o besteden çeşitli telkinler çıkaran idrak yeteneğimizdir. Bunun için seslerin düzenli olarak birbirine ahengi, vuruşların düzenli ve kuralına uygun oluşları, insanı cezbeder.

Farabi, İbn Sina gibi Türk-İslam hekimleri, psikolojik hastalıkların tedavisinde ilaç ve müzikle tedavi yöntemlerini kullanmışlar, bu yöntemler Osmanlı hekimleri tarafından tatbik edilerek 18. yüzyıla kadar geliştirilmiştir.²⁵

²⁴ Amnon SHILOAH, Musical Modes and the Medical Dimension: The Arabic Sources, 153-156

²⁵ Rahmi Onur GÜVENÇ, Türklerde ve Dünyada Müzikle Ruhi Tedavinin Tarihçesi ve Günümüzdeki Durumu, 24.



(12) *Osmanlı'da müzikle tedavi*

Osmanlı tıbbı üzerinde etkili olan bir diğer kaynak olan Bizans tıp mirasına baktığımızda, Bizans hastanelerinde özel olarak terapi için müzik yapılıyordu. Hastanelerde olan hastalara eş zamanlı ilaç ve müzik tedavisi uygulanmaktaydı. Aslında Bizans hastanelerinde müzik dini bir bağlam içinde tedavi amaçlı uygulanmaktaydı.

Evliya Çelebi'nin Seyahatnamesi'nde de bahsettiği gibi Osmanlı'da musiki bilinçli bir şekilde tıbbi yöntem olarak kullanılıyordu. Özellikle, II. Mehmet ve II. Bayezid'in hastanelerde deliler için müzik çalsınlar diye müzisyen davet ettiklerini vurgular. Evliya Çelebi'nin kendisi de hem vokal olarak hem de enstrüman kullanabilmesi açısından eğitimli bir müzisyendi. Seyahatnamesi'nde müzikle ilgili yorumlar yer almaktadır. Bunlarla birlikte hastanelerde çalışan müzisyenler hakkındaki yorumları, müziğin tedavi yöntemi olarak bilinçli kullanımı açısından oldukça önemli bilgiler sunmaktadır.²⁶

Sesin tıp bilimindeki önemli rolüne rağmen, müzikle tedavi Osmanlı tıbbındaki diğer tedavi yöntemlerine kıyasla biraz marjinal bir pozisyonu vardı. Evet, bu tıbbi uygulama yüksek bir statüye sahipti fakat çok da yaygın uygulanma alanı yoktu. Çünkü tıbbi ve felsefi çevreler dışındaki çevrelerce özellikle dini çevrelerce hala şüpheyile yaklaşılıyordu. Din bilginleri, müziğin, dinleyicinin duyguları, karakteri, ahlaki özellikleri üzerinde etkili olabileceğini düşünüyorlardı. Müzik duyguları etkiliyordu, yönlendiriyordu tam da bu yüzden sihirli ya da şeytani boyutlarda bir gücü olduğuna inanılıyordu, bu nedenle kontrol altında tutulması gerektiğine inanıyorlardı.

²⁶Evliya ÇELEBİ, Seyahatname, 620-625.

Sesle tedavi üzerine diğ er bir yöntem ise hikaye anlatıcılığı idi. Zihinsel hastaları, Binbir Gece Masalları'nda örneklendirildiği gibi hikayelerle tedavi etmek Arap-Müslüman literatüründe rastlanan bir durumdu.²⁷

Örneğin, Edirne  ifahanesi'nde  arkı söyleyen ve  arkıya eşlik etsin diye enstrüman da kullanan müzisyenler dışında şiir okuyan ve hikayeler anlatan hatiplerde  ifahane'de g revlendiriliyorlardı.



²⁷ Jerome W. CLINTON, *Madness and Cure in the 1001 Nights*, 308.

2. GÜNCEL SANAT TERAPİSİ

Sanat terapisi, psikoterapi alanının içinde Türkiye’de çok yeni bir kavram ve uygulama olduğu için bu konuda Türkçe kaynak bulunmamaktadır. Diğer yandan klinik psikoloji içinde uygulama alanı bulduğu için aslında çok kapalı ve sınırlı bir çerçeve içinde çalışılabilen bir kavramdır. Bu tez konusunun çalışılma sebebi her ne kadar sanatın iyileştiriciliği üzerinden şekillense de; daha önce de bahsi geçtiği gibi sanat terapisi zaten sanatla yaratımın iyileştirici gücünün geniş alanı içinde daha sınırlı ve kontrollü bir disiplin olarak uygulanmaktadır.

Bireyin kendisine ve yaşadığı dünyaya daha fazla yabancılaştığı, ruhuyla iletişim kuramadığı günümüzde, bütün bir süreç olarak sanat terapisinin bir bakıma ruhsal ve bedensel hastalıklara şifa olan şamanı temsil ettiğini söylemek abartılı da olsa çok da yanlış olmayacaktır.

Sanat terapisi kavramını ve pratiğini anlamak adına, tarihsel sürece değinerek başlamak doğru olacaktır.

2.1 Sanat Terapisinin Tarihçesi

İlk sanat terapisi pratiklerine, II. Dünya Savaşı rehabilitasyon hareketi sırasında İngiltere’de rastlanmıştır. “Sanat Terapisi” terimi ilk kez 1942 yılında, Kral 7. Edward Sanatoryumu’nda resim dersleri verdiği sırada Adrian Hill tarafından kullanılmıştır.²⁸

Savaş sonrası 1940’lı 50’li yıllarda sanat terapisi o dönem ve ortamın ihtiyacı doğrultusunda bir sağaltım yöntemi olarak değil, sözsel terapi ile iletişim kuramadıkları, ulaşamadıkları hastaların dışavurumunda kullanılan bir yöntem olarak kullanılmıştır.

İlk zamanlarda açık stüdyolarda herhangi bir saat belirlemesi olmadan gelinip çalışılabilen terapi oturumları halinde yapılmış, 1970’lerden sonra belirli zaman

²⁸C.A. MALCHIODI, The Art Therapy Sourcebook, (Adrian Hill (1895-1977), İngiliz ressam, yazar, eğitimci ve sanat terapisti)

dilimlerinde belirli ve sınırlandırılmış alanlarda küçük gruplar oluşturularak sanat terapileri gerçekleştirilmiştir.²⁹

2.2 Sanat Terapisi Nedir?

Genel olarak psikoterapinin amacı; bireylerin kendilerini, duygu ve düşüncelerini ifade edebilmeleri konusunda destek ve yol gösterici olmaktır. Çünkü insanın kendisini ifade edebilmesi ve bununla birlikte kendi içsel ve dışsal dünyasının farkındalığına varabilmesi hayatının temelini oluşturan bir ihtiyaçtır. Kişi kendisini ifade edemediği bir ortamda, örneğin bir hapisanede kendi benliğini koruyabilmesi için, akıl ve ruh sağlığını kaybetmemek adına ne yapabilir? Zweig'in Dr.B'si gibi sorgulama odasından çaldığı satranç kitabındaki bütün oyunları ezberleyip kafasında bu oyunları yeniden oynaması gibi bir yol denenebilir mi? Veya yazı yazmak, şarkı söylemek gibi yöntemler. Ya da daha gerçek örneklerle değinmek gerekirse; Nazi toplama kamplarında, esir tutulan bazı yetişkin ve çocukların gizlice resim yaptıkları belirtilmiştir. Bu kişiler yakalansa öldürüleceklerini biliyorlardı fakat yine de yaşadıklarını resim yaparak hissedebildikleri için, ölüme karşı direnmelerine güç verdiği için, ruhlarını besleyebilmek ve benliklerine yabancılaşmamak için resim yapmaya devam etmişlerdi. Oradan kurtulmuş birisi bu durum hakkında şunu söylemiştir: *"Her gün yaşayabilmek için bunu yapmak zorundaydık."*³⁰

*"Sanat terapisi sanat ürününün iletişiminde en temelde durduğu bir terapi formatıdır. Danışanın sanat materyallerini kullanarak kendini ifade etmesi, içsel değişim yaşaması hedeflenir. Terapist ve danışanın yanı sıra sanat ürünü de bu ilişkinin içindedir."*³¹

Sanat terapisi; sanat yaratıcı sürecinin iyileştirici ve hayatın değerini artırıcı düşüncesi üzerine kurulu, düşünce ve duyguların sözsüz iletişim yoluyla aktarılabilirdiği bir psikoterapi yöntemidir. Psikoterapinin diğer formları gibi sanat terapisi de, kişisel gelişimi destekleyici, kişinin kendisini anlamasına yardımcı ve duygusal yaraları iyileştirmeye destek olarak çeşitli form ve uygulama yöntemleri bir araya getirilerek çocuklar, yetişkinler, aileler ya da gruplar için kullanılan terapi disiplini.

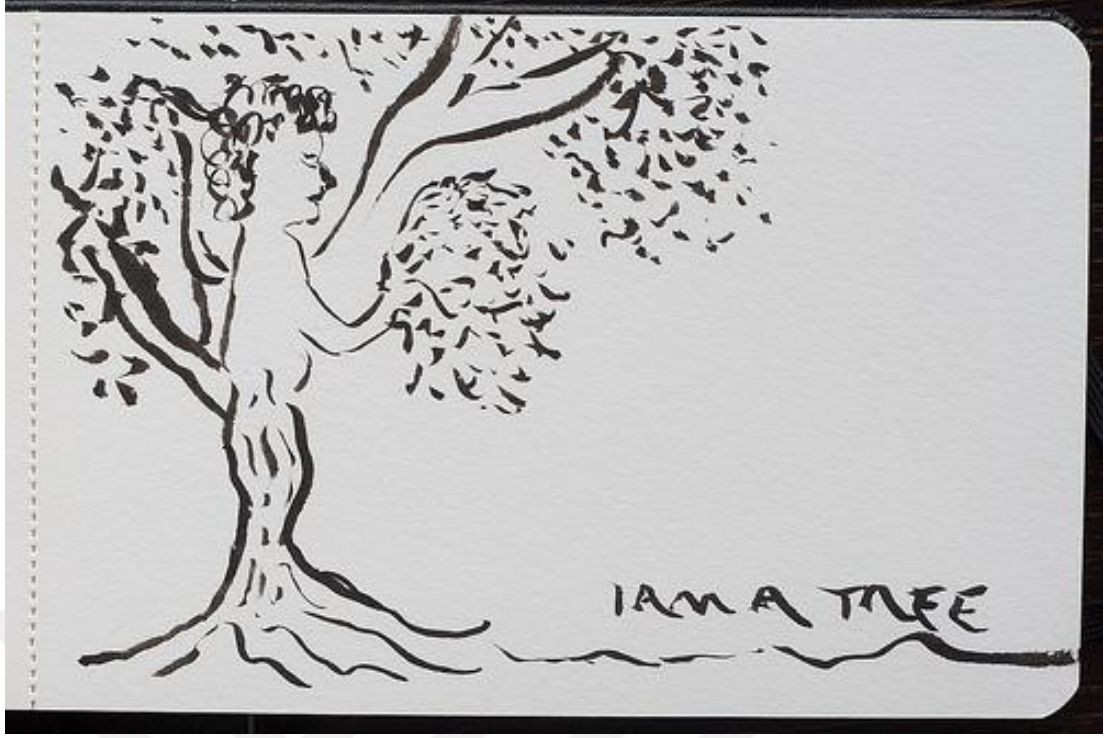
*"Her yaştan bireyin hayatında anlam yaratmak ve içgörü sağlamak, duygusal travmalarını iyileştirmeye çalışmak, çatışma ve problemlerini çözmek, günlük yaşantıyı kaliteli hale getirmek ve bireyin esenlik hissini artırmak için başvuru olan bir tedavi yöntemidir."*³²

²⁹ (D. WALLER, Group Interactive Art Therapy, 1993)

³⁰ (Linda W.PETERSON&Milton E. HARDIN, Children in Distress- A Guide for Screening Children's Art, 1997)

³¹ (P. Asena YURTSEVER, Sanat Psikodrama, 36)

³² Cathy A. MALCHIODI, The Art Therapy Sourcebook.



(13) Ben-C'nin izniyle, Sanat terapisti Chelsea Van Tongeren

Sanat terapisi, her bireyin yaratıcı bir şekilde kendisini ifade etme kapasitesi olduğu ve ortaya çıkan ürünün terapötik süreçten daha önemsiz olduğu düşüncesini savunur. Önemli olan; kişinin sürece katılımı, kendisine yardımcı olacak aktiviteyi seçmesi, yaratıcı süreçten kendisi için bir anlam çıkarabilip bu deneyimi terapistle paylaşabilmesidir.

Sanat terapisi alanı, bir tedavi formu olarak görülse de, hala çoğu uzmanlar için gizemli buldukları ve uzak durmak istedikleri bir alandır. Sanat terapisi alanı; sanat disiplininin, psikiyatrinin ve ilaç tedavisinin birlikte etkileşim içinde olduğu bir alandır. Önceleri çoğunlukla zihinsel hastalığı olanlarda, fiziksel engellilerde, kavrama eksikliği olanlarda yardımcı yöntem olarak uygulanırken, bugün yaygın olarak, tacize uğrayan ya da yoksayılan kişiler üzerinde, öğrenme güçlüğü çeken çocuklarda, kanser, aids ya da başka ciddi hastalıklarla mücadele eden hastalarda, Alzheimer hastalarında, bağımlılarda ya da yakınlarının kaybetmiş çocuk veya yetişkinler üzerinde psikoterapinin tedavi edici olarak uygulandığı her alanda sanat terapisi tedavi edici bir yöntem olarak uygulanmaktadır. Psikoterapinin tedavi edici yöntem olması kabul görmüş olsa da sanat terapisi çok daha yeni bir uygulama olduğu için yine de onu tanımlama konusunda farklı tartışmalar vardır. Bazı terapistler sanat terapisini, bireylerin duygu ve düşüncelerini, inançlarını, problemlerini, dünyaya bakışlarını kelimelerle ifade etmelerine yardımcı bir yöntem olarak görmektedir. Bu düşünceye göre sanat terapisi, psikoterapiye ek, süreci kolaylaştırmaya yarayan bir yöntemdir. Diğerlerine göre ise, sanatın kendisi terapidir. Sanat yapımıyla ilişkili yaratıcı süreç; çizim, boyama, heykel ya da diğer

sanat formları fark etmez, yaşamı iyileştirici yani nihayetinde terapötiktir. Bu tezin de çalışılma amacı sanatın kendisinin bir terapi, iyileştirici bir dinamik olmasını göstermek olduğundan güncel sanat terapisi aslında klinik psikolojinin alanına giren bir tedavi yöntemi olsa dahi burada da değinilmesi gerekmektedir.

2.2.1 Dışavurumcu Sanat Terapisi

Bütün sanat disiplinlerini kullanan terapi için dışavurumcu sanat terapisi ifadesi kullanılmaktadır. Dışavurumcu sanat terapisi disiplinini uygulayan terapistler çoğunlukla resim terapisi, okuma terapisi, dans terapisi, drama terapi, müzik terapisi, şiir terapisi ve psikodrama gibi psikoterapi yöntemlerinin bir veya bir kaçının kısıtlı alanlarını birlikte entegre ederek kendi terapi yöntemlerini belirlerler. Dışavurumcu sanat terapisi, geleneklerle ve evrensel sağaltım pratiklerinin kültürel örnekleriyle bağlantılıdır. Çünkü sıklıkla bütün sanatların birlikteliğini içermektedir.³³

“Dışavurumcu sanat terapisi kişisel gelişim ve büyümeyi kolaylaştırmak için güvenli ve yargısız olan bir ortamda tüm sanat dallarını harmanlar. Sanatları dışavurumcu olarak kullanmak, kendi içsel alanımıza duygularımızı keşfetmek için gitmek ve onları görsel sanat, hareket, ses, yazı ve drama yolu ile dışa vurmak anlamındadır. Bu süreç, serbest bırakmayı, kendini anlamayı, iç görüyü besler ve yaratıcılığı ve bilincin kişilik ötesi (transpersonal) hallerini uyandırır.”³⁴

Törenlerde yerli sağaltıcı ya da Şaman şarkı söyler, dans eder, şekiller yapar ya da hikayeler anlatırdı. Bu durum bir bakıma psikoloji ve psikiyatrinin erken dönem köklerini anımsatmaktadır. Örneğin; Antik Yunan’da drama oyunlarında, dans, müzik ve hikaye anlatıcılığı insanları bir araya getirir, arındırıcı bir tecrübe yaşatırdı.

“Amerika’nın güneybatısındaki Navaho halkı hala kendi insanlarını iyileştirmek için sanata başvurur; kumdan resimler yaparlar, dans ederler, şarkı söylerler, ilahiler okurlar.”³⁵

Dışavurumcu sanat terapisi uygulamasında, terapötik olarak başvuru alan herhangi bir sanat, terapist tarafından hastanın ihtiyaçlarına uygun olarak seçilir, seans süresince terapiyi daha etkili hale getirmek için birden fazla sanat formuna başvurulabilir.

Dışavurumcu sanat terapisi 20. Y.y.’ın son yarısındaki dönemde şekillenen bir pratik olduğu için hala gelişimini sürdürmekte ve alan ve tanımını genişletmeye devam etmektedir.

³³ Shaun McNIFF, The Arts & Psychotherapy, 1981

³⁴ Natalie ROGERS, The Creative Connection: Expressive Arts as Healing.

³⁵ Cathy A. MALCIODI, basından alıntıdır.

Dışavurumcu sanat terapisi disiplini üzerinden çalışmalarını sürdüren psikoterapistler ağırlıklı olarak kendi tecrübeleri ve hastalarından aldıkları geri bildirimler ile terapi uygulamalarını geliştirmeye çalışmaktadırlar. Tabi ki burada terapinin uygulandığı hasta profili, seansın içeriği, grup ya da bireysel terapi olup olmadığı, stüdyo ortamının uygunluğu gibi faktörleri de göz önünde bulundurmaları gerekmektedir.

Bunun sonucunda elde edilen sonuçlar kimi zaman tartışmalara da yol açabilmektedir. Çünkü her terapistin kendi pratiği ve elde ettiği sonuç farklılık gösterebilmektedir. Yine de birden fazla sanat disiplininin bir arada uygulanmasının pozitif etkileri konusunda ortak bir görüş birliği mevcuttur. Çünkü her ne kadar her sanat dalı kendi alanına sahip olsa da özellikle stüdyo ortamında bir araya geldiklerinde birbirlerini olumlu anlamda etkiledikleri ve seansın daha yoğun ve olumlu geçmesine olanak sağladığı görülmüştür. Başvurma imkanı verilen her sanat alanıyla spontane ifade biçimini destekleyici bir yaklaşım, hasta için, daha özgür hissederek daha iyi bir şekilde odaklanabilme ve sonucunda hayal gücünü ortaya çıkarıp daha özgün ve artistik fikirler ve işler üretebilme imkanı sağlamaktadır. Yani sanatla özgürleşip hayal gücünü harekete geçirip yaratıcı edim gerçekleştiğinde iyileşme süreci başlamış olmaktadır.

Şiir sanatı, performans sanatı, hikaye anlatıcılığı, resim, heykel, fotoğraf, video ya da müzik; hangi sanat dalı olursa olsun ilk olarak önemli olan o ana ve ortama bütün bir beden olarak odaklanmaktır. Beden özgür bırakıldığında kendi dilini konuşmaya başlayacaktır. Bedenin hareketleri iletişim kurabilmenin ilk adımı olarak görülmektedir. Bu nedenle sesin ve müziğin diğer sanat alanlarıyla entegrasyonu sanat terapisi yaklaşımında daha öncelikli bir yere sahiptir. Burada ses çalışmasında önemli olan ritim ve tekrardır. Tıpkı şağaltıcı şaman ayinindeki gibi; şamanın çıkardığı ya da davulundan çıkan ritmik ve tekrar eden sesin hasta olan ruhu iyileştirmesi gibi.

Dışavurumcu sanat terapisinde önemli olan bir diğer nokta kullanılacak malzemelerdir. Birden fazla sanat dalının aynı anda birlikte kullanılması pratikte nasıl faydalı olabilir bu konu önemlidir. Çünkü danışanlar veya hastalar sanatçılardan oluşmamaktadır ve belki de ilk kez karşılaştıkları stüdyo ortamındaki malzemelerle ne yapacaklarını bilmemek zaten ulaşılması zor olan hastayı daha da ulaşılamaz, kendi içine daha da kapanmış hale getirebilir. Bu nedenle seçilen malzemelerin kolay kullanılabilir olması çok önemlidir. Çünkü daha önce de bahsedildiği gibi öncelikli olarak içinde bulunulan ana ve mekana odaklanıp sonrasında iletişim kurmak önemlidir ve bu iletişimin sağlanabilmesi için kullanılacak malzemeler de bir o kadar önemlidir. Malzeme ne kadar basit olursa, hasta için o kadar çok ifade olanağı sağlar. Malzemenin kullanımı zor ise; kişi hayal gücünü ortaya çıkaracak güven hissini ve özgürlüğü bulmaktan çok malzemeyi kullanma becerisi üzerinde kaygılanır ve duygu ve düşüncelerini ifade etme amacı arka planda kalır. Kullanılacak malzemelere örnek olarak; özellikle görsel sanat alanları dahilinde, kurşun kalem, kuru boyalar, pastel boyalar, akrilik boyalar, sulu boya, parmak boyalar, kumaş parçaları, çeşitli kağıt

türleri, gazeteler, dergiler, boncuklar, doğadan toplanmış yaprak, tahta, kum gibi doğal malzemeler, kil, hamur, alçı, tutkal gibi malzemeler sayılabilir.



(14) *Natasha Shapiro Art Therapy, Is This Art My “Art Therapy” Art or my “Artist Real” Art?*

Güncel sanat terapisi pratikleri üzerinde değerlendirme yaparken, bütün sanat dallarını bir araya getirme yöntemine başvuran, sanatı iyileştirici bir araç olarak gören dışavurumcu sanat terapisi üzerinde durulması gereken en önemli terapi yaklaşımıdır. Fakat özellikle Adler, Jung ve Freud’un modern psikoloji bilimi üzerine yaptıkları çalışmalar ve geliştirdikleri teoriler ekseninde etkileşim ve gelişim gösteren psikoterapi, bu alanda uzmanlaşmak isteyen her psikoterapist için geniş ve sınırları esnek bir çalışma imkanı sağlar. Bu nedenledir ki her uzman kendi teorisini geliştirip, bu teorisini pratikte uygulama alanı bulabilir. Sanat terapisi de tarihsel sürecinde uzmanların ortak veya farklı fikirleri üzerinden pratiğe döktükleri tedavi yöntemlerinin deneyimleri sonucu yol almaktadır ve gelişim göstermektedir. Sanat ve sağaltım açısından, her türlü sanat yaratımının önemine değinen bütün yaklaşımları takip etmek önemlidir. Bu açıdan dışavurumcu sanat terapisinin dışında, psikodrama ve drama terapi yöntemlerinden kısaca bahsetmek de yerinde olacaktır.

2.2.2 Psikodrama

Güncel sanat terapisi, özellikle dışavurumcu sanat terapisinin 20. Y.y'ın ikinci yarısından sonra, özellikle savaş sonrası rehabilitasyon sürecinde duyulan ihtiyaç üzerine geliştirilmiş bir psikoterapi yöntemi olduğundan bahsedilmiştir. Fakat sanat terapisinden önce, sanat terapisinin ortaya çıkmasında ve gelişmesinde öncülük etmiş 20. Y.y'ın başlarında, yine tarihsel bir bağ ve ilişki dahilinde; felsefe, mistisizm ve özellikle Antik Yunan tiyatrosundan etkilenmiş ve psikoterapist/ grup terapisti Jacob Levi Moreno tarafından geliştirilmiş bir psikoterapi yöntemidir, psikodrama.

*“Psikodrama, bireylerin hayat durumlarının sahnede grup üyelerinin desteğini alarak sergilendiği aktif bir grup terapi formudur.”*³⁶ Psikodramanın beş temel ögesi, tıpkı tiyatrodaki olduğu gibidir; sahne, yönetmen, aktör, yardımcı oyuncular (yardımcı egolar) ve seyirci. Burada sahne, esnek ve çok yönlü bir yaşam alanı sunarak kişinin ifade özgürlüğüne kavuşmasını, strese kurtulabilmesini kolaylaştırır.

Psikodramada rol kavramı terapötik sürecin temelinde yer alır. Moreno'nun rol kuramı; *“Bütün boyutları ile antik dönemdeki varoluşun kendi kendi ile oynaması olmayışına benzer. Bu kendi kendine oyun, yaşamdaki belli bir rol için oyundur.”*³⁷

Rol kavramı önemlidir çünkü hayat bir sahnedir ve kişi bu sahnede çeşitli rollere bürünür. Roller içinde bulunulan ana göre şekillenir ve değişir. Aynı anda hem anne rolü, hem kardeş rolü, hem de bankacı rolünü üstlenebilir insan. Roller, kişilik özelliklerine, ihtiyaçlara ve sosyal ortama göre şekillenir veya değişebilir. Kişinin rol çeşitliliği yaratıcılığıyla orantılıdır ve rol çeşitliliği geliştikçe bulunduğu anda seçme özgürlüğü de o derece fazlalaşır. Role bürünüp, rol bedende eyleme dönüştüğünde, ifade edebilme yoğunluğu, kendi kendini hissedebilme ve iç dünyası ve dış dünyası arasındaki bağı kurabilme imkanı daha fazla olur. Bu bağlamda, bu roller ve eylemler psikodrama sahnesine taşındığında, uygulanan belli tekniklerle, bireyin içsel sıkıntılarını ifade edebilip, kendi farkındalığını kazanıp iyileşme sürecine girmesi psikodrama kuramının amacına ulaşır.

2.2.3 Drama Terapi

Drama terapi, tiyatroyu ve çeşitli öğelerini iyileştirici bir yöntem olarak kurgulayan bir terapi yöntemidir.

“Drama Terapi, sağlıklı psikolojik gelişim ve dönüşüm için drama ve tiyatro tekniklerini amaçlı ve sistemli olarak kullanır. Drama Terapi seanslarının genel amacı bireyin yaşadığı sorunların drama teknikleri ile tespit edilmesi, duyguların ifadesi ve keşfi, hayal gücünün ve yaratıcılığın geliştirilmesi, özgüvenin artırılması,

³⁶ Z. DJURIC, Psychodrama a Beginner's Guide, 9.

³⁷ A. ÖZBEK, Psikodrama Grup Terapisinde Sahnese Etkileşim, J.L. Moreno'ya Göre Psikodrama, 31.

sosyal ve ilişki kurma becerilerinin geliştirilmesidir. Drama Terapi; hareket, ses, maske, beden dili ve konuşma gibi çok çeşitli ifade biçimlerini kullanır. Drama Terapi, bir disiplin olarak tiyatro-drama'yı, psikanalitik teoriyi, antropolojiyi içinde harmanlayarak tek bir disiplin şekline dönüşmüş bir terapi biçimidir."³⁸

Drama terapi; iyileştirici yönüyle ilgilendiği gerçekliği sahnede kurgular. Bu kurgu sahnesi, bilinçdışı ve duygusal süreçlerle bağlantı kurulmasını sağlarken aynı zamanda kişilerin yaratma ihtiyacını da karşılar.

Drama/tiyatro sanatının geçmişine bakıldığında temellerinin dans ritüelinden geldiği belirtilir.³⁹ İlkel toplum ritüellerinde kişiler ruhların veya hayvanların rollerine bürünerek dans ederlerdi. Ritim ve dans doğayla ve ruhlarla iletişim kurabilmenin en eski ritüelistik ifade biçimleriydi. Tiyatrodan bahsetmek ise Antik Yunan döneminden itibaren mümkün olmuştur. Çağdaş tiyatronun tarihi bağ bozumu tanrısı Dionisos adına yapılan dinsel törenlere dayanmaktadır.

Antik dönem tiyatrosunda olay, mekan ve zamanda birlik vardır. Sahne tek bir yeri temsil eder ve tek bir hikaye üzerine kurgulanır. Bu dönemde dekor ya da kostüm yoktur; ifade edilecek duygular oyuncuların ellerinde tuttukları ve yeri gelince yüzlerine koydukları maskelerle sağlanırdı.⁴⁰

Modern dönem tiyatrosuna bakıldığında ise önemli bir isim vardır: Oyuncu ve tiyatro yönetmeni olan Konstantin Stanislavski. Stanislavski tiyatrodaki gerçekçi akıma yön vermiştir, onun kuramına göre oyuncular, kendilerini canlandırdıkları karakterlerin yerine koymalı ve bu şekilde seyirciye söz konusu duyguları daha gerçekçi bir şekilde aktarmaları gerekmektedir.

*"Drama terapiye bakıldığında ise ilk drama terapistin Moreno olduğu söylenir. Psikodrama Moreno ile gelişirken, tiyatro sahnelerinden, sanatın içinden gelen kişiler psikodramayı, tiyatronun estetik özelliklerinden uzaklaşmış, daha psikiyatrik bir sistem olarak değerlendirmişlerdir. Stanislavski konu ile ilgili çalışan ilk isimlerdendir."*⁴¹

Oyun terapisti ve drama terapist Sue Jennings'e göre drama terapi kuramının amaçlarını sıralamak gerekirse;

"iyileşmenin özünü tiyatro sanatıyla desteklemek, kişinin sağlıklı taraflarına odaklanmak, gizlenmiş yaratıcı dramayı geliştirmek, sezgi, metafor ve dramatik hayali desteklemek, dramatizasyon yoluyla hayat ve sosyal beceriler üzerine pratik

³⁸ Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı Yaratıcı Sanatlar Terapisi resmi sitesi'nden alınmıştır.
www.yaraticisanatlarterapisi.org.tr

³⁹ D. LANGLEY, Introduction to Dramatherapy Creative Therapies in Practice.

⁴⁰ (www.tiyatro.org)

⁴¹ Asena P. YURTSEVER, Sanat Psikodrama, 44.

yapmak, ses ve drama yoluyla iletişim kurmak, dramatik mesafe yoluyla problemler üzerine çalışmak, sosyal gelişimi ve kişisel gelişimi maksimuma çıkarabilmek."⁴²

Jennings'in kişinin dramatik gelişimi⁴³ üzerinden geliştirdiği önemli bir kavram bulunmaktadır, EPR; *Embodiment* (bedenselleştirme), *Projection* (yansıtma), *Role* (rol).

Bedenselleştirmede fiziksel bir ifade vardır. Duygular vücudu kullanarak ifade edilir. Örneğin, dans ederek duyguların dışavurumu gibi.

Yansıtma, hikaye oluşturmak için daha çok resim sanatına başvurulur. Örneğin mitolojik bir hikaye resmedilir ya da gruptakilerin yapmış olduğu resimlerden bir hikaye oluşturulur. Son olarak rol ise, dramatik/teatral yollarla ifade etmeyi temsil eder. Dinlenen hikayenin sahnede oynanması, hikayeden yeni bir oyun yaratılması veya oyunun sonunun değiştirilmesi gibi örneklerden bahsedilebilir.

Rol; dün ve bugünün birleştiği andadır. Role bürünen kişi hayal gücünü kullanarak istediği durumu yaşamaya çalışır. Geçmişte yaşanmış gerçeğin sınırlarından, kısıtlanmışlığından, içinde bulunduğu anda büründüğü rolle özgürlüğe erişir. Geçmişte olanı yeniden kurgulayıp –mış gibi yaparak ruhsal sıkıntılarından kurtulmaya çalışır. Duygularını serbest bırakılıp dışavurulmasıyla bir bakıma arınma yaşanır. Rolün dönüştürücülüğü de önemlidir. Bu dönüşüm kendiliğin ve diğerinin deneyimlenmesinde ortaya çıkan farklılıktır. Bu deneyim yaşanırken metaforlara başvurulur; bu drama terapinin, onu diğer terapi tekniklerinden ayıran sembolik doğası gereğidir. Çoğunlukla kişinin yaşamından sahneler yerine sembolik gerçeklik çalışılır. Metaforlar genelde ritüellerden seçilir. Çünkü tekrar eden sesler, hareketler, kelimeler sınır oluşturmak ve kişinin stresini azaltmak için yardımcı unsurlardır.

Drama terapide maske ve kukla kullanımı da önemli bir yere sahiptir. Maske ve kuklalar aracılığıyla kişi kendi deneyimlerini yansıtarak içsel çatışmalarını dışsallaştırabilir.

"Maske, ifadesiz maske, farklı ifadeli maskeler, yapıldığı materyal, kişinin kendi yaptığı maske vb. yapısına göre kişide değişik deneyimlerin canlanmasına, farklı yansıtımaların yapılmasına izin verir. Maske kişide sanki bu kendisi değilmiş hissi yaratır. Böylece bastırılan ve varlığı dahi kabul edilmeyen özellikler veya duygular ifade yolu bulur ve dışsallaştırılır."⁴⁴

Kuklalar ise, oynatıcısından farklı gibi görünür ve maskeler gibi bastırılan duyguları ifade etmeyi kolaylaştırır.

⁴² Sue JENNINGS, The Handbook of Dramatherapy.

⁴³ (Dramatik gelişim; tek bir rolden, içsel ve dışsal dünyanın getirdiği pek çok role girebilme sürecini ifade eder. Dramatik gelişimini tamamlamış kişi hayatta kalmayı öğrenmiş, esnek ve sosyal bir kişidir. 'Creative Storytelling with Adults at Risk'.

⁴⁴ P. JONES, Drama As Therapy: Theatre As Living, 3.

Özetle; sanat terapisi tekniklerinin hangisi olursa olsun, bütün sanatsal ifadeler için önemli olan sahnedir. Bütün yaratıcı süreçlerin oluştuğu yerdir sahne. Hayal gücünün aktif hale getirildiği, kişinin kendisine büründüğü ve kendisini ifade ettiği yerdir. Sahne gerçekliği ikiye ayırır; hem sahne, hem sahnenin dışı gerçektir. Sahnede geçmiş ve gelecek şimdiki andadır ve kişi şimdiki anda kendisini gerçekleştirme imkanı bulur. Güncel sanat terapisi yaklaşım ve tekniklerinin de bu tez çalışması adına gösterdiği en önemli ortak sonuç, sanatın barındırdığı sağaltım gücüdür.



3. JOSEPH BEUYS

Joseph Beuys, Alman heykeltıraş ve performans sanatçısıdır. Heykel, resim, enstalasyon, performans ve aksiyonlarıyla birçok sanat dalında çalışması olmuş, 1950'lerden 1980'lerin başına kadar Avrupa'da ve Amerika Birleşik Devletleri'nde sanatıyla aktif olarak kendisinden söz ettirmiştir.

Heykellerinde ve performanslarında iç yağı, keçe, bal, altın tozu, canlı ya da ölü hayvanlar gibi çok çeşitli nesneleri sembolik anlamlar yükleyerek mitolojik bir etki oluşturarak kullanmıştır.

Kavramsal sanat ve Fluxus hareketinin önde gelen isimlerindendir.

3.1 Joseph Beuys'un Hayatı

Joseph Beuys 1921'de Almanya, Krefeld'de doğmuştur. Tıp eğitimi sırasında II. Dünya Savaşı'nın çıkmasıyla Alman Hava Kuvvetleri'ne katılmıştır. 1944 yılında Kırım Cephesi'nde savaşırken Ukrayna sınırında uçağı düşürülmüştür. Bu olayla ilgili Beuys'un anlattıklarına göre; ağır yaralı bir haldeyken göçebe Tatarlar onu bulmuşlar, bütün vücudunu iç yağı ile kaplayıp sonra da tamamen keçeyle sararak donarak ölmesine engel olmuşlardır.

“ Eğer Tatarlar olmasaydı bugün hayatta olmazdım... Uçağın düşmesinden sonra, Alman arazi timleri umudu kestiklerinde, bütün o kar kıyamet içinde beni bulanlar Tatarlar. Kendimde değilmişim ve ancak on iki gün sonra Alman sahra hastanesine döndüğümde kendime gelmişim... En son hatırladığım, uçaktan atlamak için, paraşütlerin açılması için vaktin çok geç olduğu. Bu, yere çakılmadan birkaç saniye önce olmalı... Arkadaşım bağlıydı ve çarpmanın etkisiyle atomize olmuştu. Zaten ona ait neredeyse hiçbir şey bulamayacaklardı. Ama ben herhalde ön camdan dışarı fırlamış olmalıyım. Başımdan ve çenemden aldığım berbat yaralara rağmen beni bu kurtardı... Tamamıyla kara gömülmüştüm. Günler sonra Tatarlar beni böyle buldu. ‘Voda’ (su) diyen sesler hatırlıyorum; ondan sonra da çadırların keçesini, keskin yağ, peynir ve süt kokularını. Vücut ısıyı canlandırmak için bedenimi yağla kapladılar ve keçeye sardılar. ”⁴⁵

⁴⁵ CAROLINE TISDALL, Joseph Beuys, New York: Guggenheim Museum, 1979 Sergi Kataloğu, 19.

Aslında kazanın ertesi günü Alman arazi timi tarafından bulunarak hastaneye götürülmüştür. 1945'in ağustos ayına kadar savaşıma devam etmiştir fakat yine de bu yaşadığı olay hayatının dönüm noktası olmuştur. Spiritüalizme merak salmış, suluboya resimler yapmaya başlamıştır. 1947'de Düsseldorf Sanat Akademisi'nde heykel eğitimine başlamış, 1961 yılında aynı bölümde profesörlüğe yükselmiştir. Dersi her alandan öğrenciye açık olduğu için Akademi görevine son vermiştir.

1962'de George Maciunas ve Nam June Paik ile tanışmasıyla Fluxus hareketinden etkilenmiş, bu onun sanatını şekillendiren önemli bir adım olmuştur. 1963'te Fluxus'un Düsseldorf'taki ilk etkinliği olan "Festum Fluxorum Fluxus" Düsseldorf Sanat Akademisi bahçesinde düzenlenmiş, Beuys'ta festivalde yer almıştır. Festivalin ilk akşamı "İki Müzisyen İçin Kompozisyon" isimli performansını gerçekleştirir. İkinci akşam "Sibirya Senfonisi 1. Bölüm" adlı aksiyonu gerçekleştirir.

Beuys'un kendi yarattığı Aktion (Aksiyon) kavramı, kendi sanat anlayışını yansıtan ve bilindik anlamda sanatsal olması gerekmeyen yalnızca etkileşim sağlayan her türlü eylemi ifade eden bir kavramdır. Sanat hayatı boyunca aksiyonlarına devam etmiştir.

3.2 Fluxus Hareketi

Fluxus kelimesi ilk olarak Litvanya asıllı Amerikalı sanatçı George Maciunas tarafından kullanılmıştır. Kelime anlamı olarak Latince "akış, akmak" anlamına gelmektedir. Sanatsal ifadesi açısından ise; değişime, statik sanat anlayışlarının yıkılmasına dayanan, 1960'lı yılların toplumsal ve siyasal sorunlarına karşı çıkan bir oluşumdur. Fluxus sanat hareketi için bir sanat akımıdır demek çok doğru olmaz, Fluxus aynı felsefeyi benimsemiş, daha çok kavramsal sanat çevresinde toplanmış, anti-sanat anlayışındaki Dada'nın da etkilerini taşıyan sanatçıların gösterdiği ortak bir tavidir. Fluxus düşüncesi dahilinde; video, performans, müzik ve görsel sanatlar alanlarında deneysel çalışmalar desteklenmiş, farklı sanat dalları arasındaki sınırları kaldırmak amaçlanmıştır. O yıllarda Fluxus'la ilişkilendirilen en önemli isimler arasında; John Cage, George Brecht, Nam June Paik, Yoko Ono ve Joseph Beuys vardır. George Maciunas, Fluxus sanatçılarının, Duchamp'ın hazır-nesne'sini hazır-eylem'e dönüştürdüğünü söylemiştir.

"Eylemlerimiz, sosyo-politik mücadeleden ayrı düşünülürse bütün anlamını yitirir. Hareketlerimizi koordine etmezsek, gelip geçici yeni bir 'yeni dalga', yeni bir 'Dada kulübü' olmaktan kurtulamayız. Fluxus'un amaçları, insan kaynaklarının ve maddi kaynakların tüketimine bir dur demek arzusuyla şekillenmiştir. Fluxus bu yüzden sanat nesnesinin işlevi olmayan, sanatçı için geçim kaynağı olsun diye alınıp satılan bir meta olmasına karşıdır. Fluxus anti-profesyoneldir ve sanatın

sanatçıların egosunu beslemek amacıyla yapılmasına karşıdır. Güzel sanatlar yok olup sanatçılar da başka işler bulana kadar Fluxus'un gelip geçici gösterileri sürecektir."⁴⁶

Fluxus hareketi; şiiri, edebiyatı, müziği, resim sanatını, heykel sanatını, tiyatroyu bir araya getirmiş; Avrupa'nın birçok kentinde gerçekleştirilen festivallerle bu farklı sanatsal ifade biçimlerinin birbirleriyle etkileşim içinde olması sağlanmıştır. Fluxus, sanatla hayat arasındaki sınırları kaldırmak ister, sanattan çok hayatı değiştirmek amacı vardır. Bitmiş bir eser yerine, yaratım sürecini ve anı ön planda tutar. Önemli olan eylemdir, kullanılan malzemelerin bir önemi yoktur. Genellikle artık ve kalıcı olmayan malzemeler kullanılır.



(15) İpe dolanmış Ben Vautier'in Takehisa Kosgui's Anima 1 performansı sırasında George Maciunas tarafından çekilmiş fotoğrafı, 1964, Canal Street, New York

*"Aslında Fluxus'tan geriye kalan tek tek yapıtlardan çok, birçok takipçisi tarafından günümüzde de hala sürdürüğüne inanılan Fluxus ruhudur. Sanatı sosyal bir olgu, bir değişim dinamiği, bir devinim çabası olarak algılayan bu ruhu en elle tutulur hale getiren sanatçı, ünü ve etkinliği Fluxus'un sınırlarını bir hayli aşan Joseph Beuys'tur. Sanatın iyileştirici gücüne inanan ve evrensel bir yaratıcılık dürtüsünü harekete geçirerek gerçek bir toplumsal dönüşüm yaratabileceğine inanan Beuys, Fluxus'un temel ilkelerini adeta kişiliğinde barındıran bir sanatçıdır."*⁴⁷

⁴⁶ JOHAN PIJNAPPEL, Art and Design, Özel Sayı: Fluxus Today and Yesterday, Ocak-Şubat, 1993.

⁴⁷ AHU ANTMEN, 20. Y.y Batı Sanatında Akımlar, 206.



(16) Brecht Violin Solo, 1964, New York

3.3 Beuys ve Sanatında Sağaltım

Joseph Beuys'u Tatarların kurtardıkları efsanesi üzerinden yeniden şekillenen hayatı onu sanata yönlendirmiş ve bu yolla kendisini mitolojik bir kahramana dönüştürmesine yol açmıştır.

“Beuys’un şamanlığı; işlerinde sürekli keçe ve yağ kullanarak, onları İsa’nın eti ve kanı (ekmek ve şarap) gibisinden kutsallaştırması, hep bu olaya bağlanıyordu. Beuys’un ölümden dönmesi bir ‘diriliş’ olayıydı sanki. Keçe ve yağdan yapılmış her eseri, bütün gizemiyle bu dirilişi anlamlandırıyor, onu ruhanileştiriyordu. İsa’yi çarmıhtan sonra yaşatan din olmuştu, Beuys’u ise sanat.”⁴⁸

İşlerinin çoğunda görüldüğü üzere göçebe Tatarların onu kurtarıırken kullandığı malzemeler sanatının temel öğeleri olmuştur. İç yağı ve keçe gibi eski çağlardan kalma tedaviye yardımcı malzemeleri kullanır çünkü bunlar insan aklını, bedenini ve ruhunu iyileştirmeleri, güçlendirmeleri ve muhafaza etmeleri açısından önemlidir. Beuys’un işleri, onun Şamanizm de denilebilecek geniş kapsamlı artistik stratejisinin bir parçasıdır. Çoğunlukla doğal malzemeleri kullanarak gerçekleştirdiği törensel performanslarıyla insanın mantık dışı ve mistik doğasını vurgulamak istemiştir. Onun sanatının sosyal bir misyonu vardır; savaş sonrası Alman toplumunun

⁴⁸ ALİ ARTUN, Joseph Beuys: Şaman mı, Şarlatan mı?.

iyileştirilmesi gerekmektedir ve Beuys kendisini bir şaman gibi toplumu iyileştirecek kişi olarak görür. Eylemlerinde hem nesne hem öznedir. Doğal malzemelerin şamanik bir yaklaşımla kullanılması insanın doğayla olan ilişkisini ve iyileşmenin doğada var olduğunu göstermek içindir. Bu pratiklerin hiçbir estetik amacı yoktur, önemli olan farkındalıktır. Ona göre sanatın amacı insanları özgürleştirmektir ve sanat bir özgürlük bilimidir. O da özgürdür çünkü ölüm bilincine erişmiştir ve hayatta kalabilmenin yolunun sanat olduğunun bilincindedir. Onun bir çok aksiyonu zamansızlık ve mekansızlık üzerinedir; fiziksel bir zaman yoktur, zaman doğumdan önce ve ölümden sonrayı ifade eder.

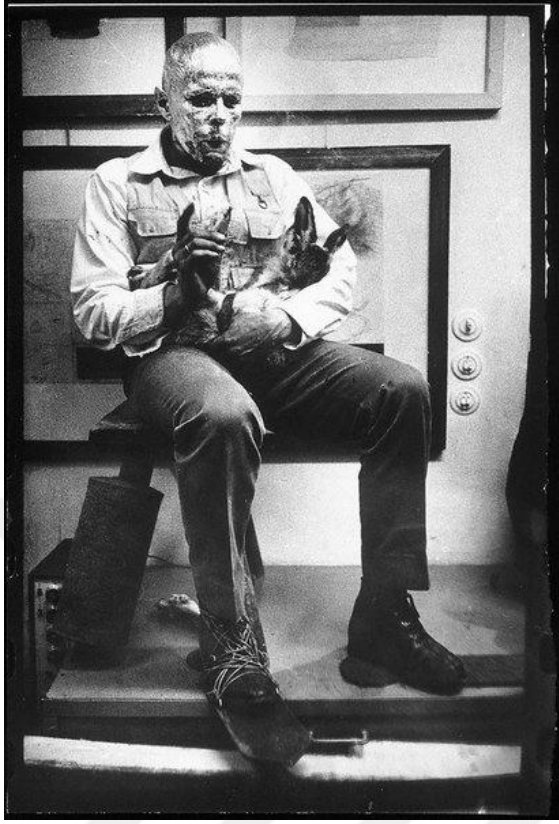
3.3.1 Bir Aksiyon, Bir Performans ve Bir Çizim Serisi: Şaman Beuys



(17) Joseph Beuys in the Action 'Twenty four hours', 1965

1965 yılında gerçekleştirdiği aksiyonu “ The Action: 24 Hours lasts 24 Hours” kendisini malzeme olarak kullandığı, bir şehit gibi pozisyonlandığı yirmi dört saat aralıksız devam eden bir performansdır. Her zaman giydiği şapka, kısa ceket ve botları vardır. Yağlı muşambayla kaplanmış portakal kasasının üstünde durmaktadır. 24 saat boyunca ne yemek yer ne dinlenir, neredeyse ulaşamayacağı mesafedeki nesnelere doğru kendisini gerer ve esnetir fakat ayakları kutunun üstünde sabit kalır. Bir kaset çalardan kekeleyerek okunmuş bir yazı tekrar tekrar çalmaktadır. Kendisini

tam bir fiziksel işkenceye maruz bırakır. Performansa günler önce arınma ve aydınlanma için oruç tutup bir keşiş gibi hazırlanmıştır.



(18) *How to Explain Pictures to a Dead Hare*, 1965

1965'te Düsseldorf'ta gerçekleştirdiği 'Ölü Bir Tavşana İmgeler Nasıl Açıklanır?' performansında Beuys, kendisine heykel formu veren üstü başı altın tozu ve balla kaplı bir halde kucağında ölü bir tavşan taşıyarak, tavşana galerideki resimleri anlatır, zaman zaman resimlere yakınlaşarak ölü tavşanın patileriyle resimlere dokunmasını sağlar. Bunun sebebinin aslında ölü tavşana anlatmanın insanlara anlatmaktan daha kolay olduğunu söyler, çünkü insanlarda inatçı bir mantıksal yaklaşım isteği vardır. Yine burada da kendisini kendi tasarımıındaki ruhani dünyanın merkezine koymuştur. Yüzünü kapladığı altın tozu ruhun ve maddenin özünü ve mükemmelliğini sembolize eder ve bal ise evrenin sıvı halden katı hale geçmesine ait bir metafordur. Ayrıca Beuys burada hayvanlar dünyasıyla iletişime geçen bir şaman rolündedir. Sanat aracılığıyla sağaltımını doğadaki diğer ruhlarla iletişime geçen şaman rolüne bürünerek gerçekleştirir.



(19) *Bathroom of Circe*, 1954-8

1960'ların başlarında Joseph Beuys, James Joyce'nin destansı romanı Ulysses üzerine bir çizim serisi yapmıştır, hatta romana iki bölüm daha eklemiştir. Beuys bu çizimleri yapmıştır çünkü kendi ifadesine göre Joyce bunları yapmasını istemiştir. James Joyce'nin 1941'de öldüğü göz önüne alınırsa telepati yolu ile iletişime geçtiklerini söylemekten başka bir açıklama getirilemez. Kendisini toplumun sağaltıcısı olarak gören Beuys burada da bir şaman olarak ruhlarla iletişime geçebildiğini ifade etmiştir.

Modern zamanın önemli sanat yaratıcısı, sanatın hayatta kalmak için, ruhu ve bedeni iyileştirmek için en önemli yol olduğunu keşfetmiş, kendi hayatına ve içinde yaşadığı dış dünyaya bunu kendi benliğinde keşfettiği şaman arketipi üzerinden hayal gücünü aktif hale getirerek, sanat yaratımıyla göstermek istemiştir.

SONUÇ

Bu çalışmanın amacı sanatın sağaltım gücünü, insanlık tarihinin başlangıcından itibaren, sanatın var olduğu günden bugünün güncel sanat ve tıbbi yaklaşımları bağlamında değerlendirmek; sanat tarihçileri, filozoflar, sanatçılar, akademisyenler ve psikoterapistlerin çalışmalarını, yayınlarını ve tecrübelerini referans alarak ortaya koymaktır.

Tezin çıkış noktası her ne kadar kişisel tecrübeler ve ihtiyaçlar doğrultusunda şekillenmiş olsa da sanat herkesin içinde ve herkes içindir. Joseph Beuys'un da dediği gibi düşünebilen her insan sanatçıdır. Sanat, bireyin ve toplumun dönüştürücü ve geliştirici unsurudur.

İlkel kabile insanı ile bugünün modern insanı arasında toplumsal ve sosyal pratikler ve ihtiyaçlar açısından çok fark yoktur. İlk günden beri insanın en önemli çabası; ruhu ve bedeni bir bütün olarak hayatta kalabilmek olmuştur. İlkel insan ile modern insan arasındaki tek fark, modern insanın doğadan uzaklaşmış olmasıdır. Fakat bugün dahi ruhu iyileştirmek, kendi benliğini bulmak için çabalayan herkes doğayla tekrardan bağ kurmak istemektedir; doğadaki her varlıkla, her canlıyla iletişim kurabilmek ve doğanın bir parçası olabilmek. Bu arayışta da karşısına çıkan yol sanattır.

Sanat; arındırır, iyileştirir, kişiye ölüm karşısındaki acizliğini unutturur, kendisini gerçekleştirmesini ve özgürleştirmesini sağlar. Maddi ve manevi sorunlarla dolu hayatı yönetebilecek yaşam gücünü verir.



(20) 'Free-Will', 2015

KAYNAKÇA

Aczel, A.D. (2009) The Cave and The Cathedral, 8

Altınölçek, Haşmet. (2013) Müzikle Tedavi: Müzikle İletişimin Terapide Kullanımı, 2-3

Antmen, Ahu. (2014) 20. Y.y Batı Sanatında Akımlar, 206

Botton, de Alain- Armstrong, John. (2014) Terapi Olarak Sanat, 8

Burgel, J. (1973) “Psychosomatic Methods of Cures in the Islamic Middle Ages” Humaniora Islamica I, 163

Burroughs, W. J. (2005) Climate Change in Prehistory, 2

Clinton, Jerome W. (1985) Madness and Cure in the 1001 Nights, 308

Çelebi, Evliya. Seyahatname, 620-625

Çoruhlu, Yaşar. (2011) Türk Mitolojisinin Ana Hatları

Djuric, Z. Psychodrama A Beginner’s Guide, 9

Dobzhanskaya, O. E. (2002) Song of Hotare... The Nganasan Shaman’s Ritual: An Experience of the Ethnomusicological Investigations-with an English Summary, 84-85

(2008) Shaman Music of the Krasnoyarsk Territory English Summary, 262-273

Durini, L. D. D. (1997) The Felt Hat: Joseph Beuys, A Life Told, 20

Eliade, Mircea. (1999) Şamanizm: İlkel Esrime Teknikleri, 22-23, 177, 200, 262-264

Erinç, M. Sıtkı. (2004) Sanat Psikolojisi’ne Giriş, 122

Fischer, Ernst (1995) Sanatın Gerekliliği, 47

Gezgin, İsmail. (2014) Sanatın Mitolojisi

Gombrich, E. H. (1972) Sanatın Öyküsü

Güvenç, Rahmi Onur. (1993) Türklerde ve Dünyada Müzikle Ruhi Tedavinin Tarihçesi ve Günümüzdeki Durumu, 24

“The Tradition of Turkish Music Therapy” Culture and Arts, 652-654

Hoppal, Mihaly. (2002) Das Buch Der Shamanen: Europa und Asien, 17

(2012) Avrasya’da Şamanlar

(2015) Şamanlar ve Semboller

Jennings, Sue. (1994) The Handbook of Dramatherapy

(2005) Creative Storytelling with Adults at Risk

Jones, P. (1996) Drama as Therapy: Theatre as Living, 3

Kandinsky, Wassily. (2015) Sanatta Ruhsallık Üzerine

Langley, D. (2006) Introduction to Dramatherapy Creative Therapies in Practice

Lawrence, C. – **Weisz**, G. (1998) Greater Than The Parts: Holism in Biomedicine

Lynton, Norbert. (1991) Modern Sanatın Öyküsü, 354

Malchiodi, Cathy A. (1998) The Art Therapy Sourcebook

(2003) Handbook of Art Therapy, Preface

Malchiodi, Cathy A. Basından.

May, Rollo. (2015) Yaratma Cesareti

McNiff, Shaun. (1981) The Arts&Psychotherapy

(2004) Art Heals, 3-4

(2009) Integrating The Arts in Therapy: History, Theory, and Practice

Mossensohn, Miri Shefer. (2013) Osmanlı Tıbbı: Tedavi ve Tıbbi Kurumlar (1500-1700) Çev. Bülent Üçpınar, 106

Niemi, J. (2001) A Musical Analysis of Selkup Shamanic Song, 156

Nietzsche, Friedrich. (1999) The Birth of Tragedy

Özbek, A. Psikodrama Grup Terapisinde Sahnesel Etkileşim: J.L. Moreno’ya Göre Psikodrama, 31

Peterson, J.- Files, L. (1989) “The Marriage of Art Therapy and Psychodrama” içinde “Advances in Art Therapy”, 320

Peterson, Linda W.&Hardin, Milton E. (1997) Children in Distress- A Guide for Screening Children’s Art

Pinappal, Johan. (1993) Art and Design Özel sayı; Fluxus Today and Yesterday, Ocak-Şubat 1993

Rogers, Natalie. (1993) The Creative Connection: Expressive Arts as Healing

Shiloah, Amnan. The Theory of Music in Arabic Writings, 1-9; Barnett, Charles. Spiritual Medicine: Music and Healing in Islam and Its Influence in Western Medicine, 85-91

Shiloah, Amnan. Musical Models and The Medical Dimension: The Arabic Sources, 153-156

Siikala, Anna-Leena. (1978) The Rite Technique of The Siberian Shamans, FF Communications No:220

Tisdall, Caroline. (1979) Joseph Beuys, New York Guggenheim Museum Sergi Kataloğu, 19

Waller, D. (1993) Group Interactive Art Therapy

Winkelmann, M.J. (1990) “Shamans and Other ‘Magico Religious’ Healers: A Cross Cultural Study of Their Origins, Nature, and Social Transformations”, Ethos 18, 308-352

(2004) Shamanism as The Original Neurotheology, 194

Yurtsever, Asena. (2014) Sanat Psikodrama, 36-44

Online Kaynaklar

Artun, Ali. (2015) Joseph Beuys: Şaman mı, Şarlatan mı?

<http://www.e-skop.com/skopbulten/josephbeuys-saman-mi-sarlattan-mi/2677>

Beuys, J. Actions, Vitines, Environments: Biography. Tate , London

<http://www.tate.org.uk/whats-on/tate-modern/exhibition/joseph-beuys-actions-vitrines-environments/joseph-beuys-actions-0>

Dzalto Dr, Davor. ‘Joseph Beuys Fat Chair’, The Artist as “Shaman”
www.khanacademy.org

Meyer, Ursula, ‘How to Explain Pictures to a Dead Hare’ (1970) Full Article

<http://www.artnews.com/2015/03/20/academic-artist-scholar-shaman-joseph-beuys-on-his-mystical-objects-in-1970/>

Rothfuss, J. “Joseph Beuys: A Brief Biography”

<http://www.walkerart.org/archive/4/9C43FDAD069C47F36167.htm>

Türkiye Spastik Çocuklar Vakfı Yaratıcı Sanatlar Terapisi resmi sitesinden alınmıştır
(dipnot 38) www.yaraticisanatlarterapisi.org.tr

www.tiyatro.org (dipnot 40)

ÖZGEÇMİŞ

Feride Merve Çakmaktaş 31.07.1986 yılında İstanbul'da doğdu. Lise eğitimini 2000-2004 yılları arasında Kabataş Erkek Lisesi'nde tamamladı. 2006 yılında %100 burslu olarak Işık Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İşletme (ing.) bölümüne girdi, 3,35/4,00 ortalama ile 2010 yılında mezun oldu. Aynı yıl burslu olarak EAE Business School, Madrid'te International Business Yüksek Lisans programına başladı ve 2011 yılı temmuz ayında mezun oldu. 2013 yılında Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Resim (tezli) Yüksek Lisans Programı'na başladı, 4,00/4,00 ortalama ile ders programını tamamladı.

2006 yılı nisan-temmuz ayları arasında Williams College, London'da Graphics&Design sertifika programına katıldı. 2008 yılında Türk Dış Politikası Seminer Programı'na katıldı. 2009 yılında London School of Economics Yaz Okulu'nda Strategic Management ve Microeconomics derslerini aldı. 2009 yılında Işık Üniversitesi'nde 2010 İstanbul Avrupa Kültür Başkenti Klubü'nü kurdu. 2012 yılından beri İstanbul Cervantes Enstitüsü'nde İspanyolca Kitap Klubü'ne devam etmektedir. Ekim 2015'te İfsak'ta 5 hafta süren Film Analizi Seminerleri'ne katıldı; 26 nisan 2016'dan beri 'Tarkovski'yi Anlamak ya da Anlamamak' Film Analizi Seminerleri'ne devam etmektedir. Art Unlimited Dergisi 2016 mart-nisan sayısı için performans sanatçısı Işıl Eğrikavuk'un Salt Galata'daki 'Kral Benim' performansı ile ilgili ve Doç. Seyyit Bozdoğan'ın 2016 mart ayında Ekavart'ta gerçekleştirdiği 'Çağrışımlar' sergisi ile ilgili röportajlar yaptı. İngilizce, İspanyolca ve Fransızca bilmektedir.