

Kam İnancı Ve Sanatla Terapide Sağaltım Bağintısı

Kam Belief And Healing Relation In Art Therapy

Reference: Öz Çelikbaş, E. (2020). "Kam İnancı Ve Sanatla Terapide Sağaltım Bağintısı", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 6(27): 16-24.

Eda ÖZ ÇELİKBAŞ

1. Dr. Öğr. Üyesi, Karabük Üniversitesi, Safranbolu Fethi Toker Güzel Sanatlar ve Tasarım Fakültesi, Resim Bölümü, Karabük/Türkiye

ORCID: 0000-0002-5243-7242

ÖZET

Geçmişten günümüze özünde birçok mistik pratiği ve sağaltımı barındıran uygulamalarıyla Şamanizm adını verdiğimiz inanç sistemi, Türk Coğrafyasında Kam ve Kamsal ifadelerle kendini gösterir. Şaman/Baksı/Bahşı ve Türkçe kullanımıyla Kam, mistik bilgeliğin, hekimliğin, dini ritüellerin ve tedavi ediciliğin sembolüdür. Bireyin kendi kendini tedavi edemediği, sağaltımını sağalayamadığı durumlarda devreye giren Kam, çeşitli ritüeller ve uygulamalarla birey üzerinde ciddi bir sağaltım yaratır. Bu süreçte birey kendi benliğinde farkında olmadan terapötik sürecini yaşar. Sanat Terapisi, son yıllarda Türkiye coğrafyasında kendini gösterse de, dünyada ve Şamanizm bağlamında yüzyıllardır varlığını sürdürmektedir. Avrupa ve Amerika'da 1940'lı yıllar sonrasında kendini gösteren alan, Şamanlar tarafından farkında olmadan ve farkında olarak kendini göstermiştir. Esrime sürecini yaşayan Kam, inisiyasyonunu kendinden başkasının şaman olamayacağını bilerek yaşar. Bu sürecin akabinde de etrafındaki insanlara tedavi edici ve yol gösterici hekim olarak eşlik eder. Bu makalede, Şamanizm bağlamında Şaman (Kam) öğretilerine, bu kapsamda sanatla terapideki sağaltımın kamsal sağaltım ile olan bağintısına yer verilecektir.

Anahtar Kelimeler: Mistik, Şamanizm, Kam, Sağaltım, Sanatla Terapi.

ABSTRACT

The belief system, which we call Shamanism with its practices that contain many mystical practices and treatments, is manifested in the Turkish Geography with Kam and Kamsal expressions. With the use of Shaman / Baksı / Bahşı and Turkish, Kam is the symbol of mystical wisdom, medicine, religious rituals and therapeutic. Kam, who takes action when the individual cannot cure himself and cannot cure himself, creates a serious treatment on the individual with various rituals and practices. In this process, the individual experiences the therapeutic process unconsciously in his own self. Arts Therapy, also in Turkey Although geography itself in recent years, has been in existence for centuries and Shamanism in the world context. The area, which showed itself in Europe and America after the 1940s, manifested itself unknowingly and consciously by the Shamans. Experiencing the process of escapism, Kam experiences her initiation knowing that no one else can be a shaman. After this process, he accompanies the people around him as a therapeutic and guiding physician. In this article, the Shaman (Kam) teachings in the context of Shamanism will be discussed, and the relation of art and therapy to public therapy in this context.

Key words: Mystical, Shamanism, Kam, Treatment, Art Therapy.

1. GİRİŞ

Geçmişten günümüze Türk inanç sistemini ve Türk sanatını da etkilemiş olan Şamanizm, özünde birçok mistik pratiği ve öğretileri de barındırır. Sadece dini bir inanç sistemi olmasının dışında bulunduğu coğrafyalarda ve Türk coğrafyalarının da yaşam biçimlerini etkilemiştir.

Şamanizm, ata ruhlarına, doğa varlıklarına tapınmaya dayalı eski bir Asya dini, ruhani bir öğretilerdir. Türk Boyları açısından bakıldığında, Orta Asya Türkleri arasında ortaya çıkmış ve sonra diğer Türk topluluklarında uygulanmıştır. Kendisinden sonraki inanışları, dinsel düşünceleri, tek tanrılı dinleri etkilediği öne sürülen Şamanizm, kaynağı şaman sözcüğünden gelen ve şaman ile şekillenen bir inanç sistemidir (Öz, 2015, s. 174).

Türkler İslamiyetten önce Şamanizm geleneğini sürdürüyorlardı. Şamanizm, ata ruhlarına ve doğa varlıklarına tapınmaya dayalı bir inanç sistemidir (Mömin, 2013, s. 81). Şaman-Kam-Baksı gibi eş anlamlarıyla Kam (Türkçe anlamı budur), Şamanizm'de uygulayıcı, usta ve hekimdir. Eski Çin kaynaklarında, şamanlığın önce Orta Asya Türkler'i arasında ortaya çıktığı daha sonra ise diğer Türk boylarına ulaştığı bilgisi yer almaktadır (Pamir, 2003, s. 157).

Orta Asya Türk kavimlerinde hastalık sağaltımı yapan şamanlara 'Kam' adı verilmiştir. Kırgız gibi bazı Trük boylarında ise, kamların görevini yapan kişiler 'Baksı ya da 'Bahşı' isimleri ile anılmışlardır. Kamın ataların ruhları ile irtibata geçme kabiliyeti ve doğaüstü güçleri olan birisi olduğuna inanılmıştır (Sarı ve Akgün, 2008, s.1).

Şaman aslında bir sihirbaz ve bir otacıdır; bütün hekimler gibi onun da hastalıkları sağalttığına; ilkel ve çağdaş bütün sihirbazlar gibi "fakirsel" mucizeler gösterdiğine inanılır. Ama o, bunlardan başka, ruhgüder (psychopompe)dir de; ayrıca rahip, mistik ve ozan da olabilir. Arkaik toplumların bir bütün olarak ele alınan sihirsel/dinsel yaşamlarının oluşturduğu bulanık ve karışık "gri kütle" içinde, -dar ve kesin anlamıyla- Şamanizm, kendine özgü bir yapılaşmanın belirtilerini gösterir ve belirginleştirilmesinde yarar olan bir "tarihe" sahip olduğunu da ele verir. Şamanizm tipik olarak Sibiryaya 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 'büga', 'bögi (buge, bü) ve udagan' (karş. Buryatça Udayan, Yakutça Udoyan: "kadın-şaman"), Türkçe-Tatarca 'Kam' (Altayca kam, gam, Moğolca karni, vb.). Tunguzca terim Pali dilindeki 'samana' sözcüğüyle açıklanmaya çalışılmıştır (Eliade, 1999, s. 22).

Hekim olma özelliği Kam'a sağaltım ve tedavi edebilme yetisini de kazandırır. Şaman/Kam öncelikle kendi sağaltımını sınav sürecinde yaşar ve hekimliğe hazır olduğunda etrafına da faydalı olmaya başlar. Burada tedavi edici özellik ve arınma (catharsis) özelliği ile de kam, aksesuarları, mekanı, dansı, ayinleri, ritüelleri ve esrimeleriyle yaşamını sürdürür. Kam dansı (baksı dansı diye sık kullanılmıştır), hekim olma rolünde Şaman'ın esrimesinde ve inisiyasyonunda dans ve hareket halinde olması çok kıymetlidir. Sanatla terapide de alt dallardan biri olan Dans ve hareket terapisi ile baksı dansı arasında yaşanan terapötik süreç bağlamında ve uygulama biçimlerinde pek çok noktada benzerlik bulunur. Hatta dans terapisinde katarsis halinde olan bireyle kamın yaşadığı süreç neredeyse aynıdır.

Şamanlar esrimeli danslarını seyircilerle tıka basa dolu bir yurdun (otağı) içinde, iyice sınırlanmış daracık bir alanda, boy boy halkalar ve diğer çeşitli takılar şeklinde 15 kilodan fazla demirle bezenmiş giysiler içinde yaptıkları halde, asla hiç kimseye zarar vermezler. Kazak-Kırgız baksısı kendinden geçmiş durumdayken gözleri kapalı olarak her yana atıldığı halde, ihtiyacı olan nesnelere hiç şaşırılmadan bulur. Tüm hareketlere esrikken bile egemen olabilen bu şaşkıncu denetleme yeteneği hayranlık verici bir sinirsel bünyenin göstergesidir (Eliade, 1999, s. 50). Dans ederken de sanatla terapide bireyden yüksek iç kontrolün dışavurumu beklenir. Bu içsel kontrol ile sorunlarının bedeninde yerleştiği noktalara yönelmesi ve gezen kötü enerjileri bedeninden atması beklenir. Bu yeti tıpkı şamanın büyüsel denilen yüksek kontrollü ve bedenine hakim olabilme özelliği ile de benzerlik gösterir (Şekil 1).



Şekil 1. Dış Mekanda Dans Ritüelini Gerçekleştiren Sibiryaya Şamanı; Şamanlarda Dans da Bir Sağaltım Yöntemidir.

Kaynak: <https://lh3.googleusercontent.com/seX0LdRw4RKPCv5d2AE7MasoUgtHH3sym5oesBKx-30unquTioEuvnIoIHyluAPzHwLk0g=s128>

Şamanizm'e ruhbilimci (psikiyatrast ya da psikolog) olarak yaklaşan kişi, onu her şeyden önce bunalım, hatta gerileme içindeki bir "psykhé"nin kendini dışı vurması olarak tanımlamaya eğilim

gösterecek; onu kimi norm-dışı sapkın psişik davranışlarla karşılaştırmak ya da histeriye veya saraya benzer ruh hastalıkları arasında saymaktan bile geri kalmayacaktır (Eliade, 1999, s. 9). Ruh hastası (psikopat) olsun olmasın, geleceğin şamanı bazı "sır-ra-erme" sınavlarından geçmek ve bazen çok karmaşık olabilen bir "eğitim" almak zorundadır. Ancak böyle bir çifte (esrimelik ve didaktik) "aydınlanma" onu herhangi bir nevrozlu kişi olmaktan çıkarıp toplumca tanınan bir şaman haline getirebilir (Eliade, 1999, s. 32-33).

2. SAĞALTIMDA KAMLAR

Sokrates; insan bedenini bütün olarak iyileştirebilmek için ruhu tedavi etmenin ilk ve temel unsur olduğunu savunur (Çakmak, 2016, S. 1). Sağaltım TDK Sözlüğünde: Sağaltma işi, tedavi; Bir hastalığı yenecek etkenleri ve bu etkenlerin kullanılma yöntemlerini bularak hastanın sıkıntılarını giderme, iyi etme işi, terapi anlamlarına gelmektedir (TDK, 2020). Sağaltımın gücü bireylerin kendi içlerinde bulabilecekleri bir kaynaktan gizlidir. Günümüzde modern psikoloji ile klinik psikoloji alanlarında uygulanan sanatla terapi yöntemleri bağlamında bireyler sağaltımlarını destek olarak sağlamaktadırlar. Bu tıpkı kamın sözel ve öznel yetileriyle gerçekleştirdiği sağaltım yöntemine benzer. Çünkü buradaki klinik olgu, hekimlerin yaptığı gibi ilaçla ya da tıbbi bir iyileştirme değildir. Günümüzde alternatif tıp alanına giren bazı tedavi yöntemlerini de şaman uygulamaktadır. Ancak özünde kam, ruhlarla iletişime geçen doğa ile ilk elden irtibatla olan animistik dünya görüşüne sahip çözümleyici ve öğretici bir rehberdir. Kamın yetilerinin büyüsel/majik sağaltım olduğu düşüncesi, ilaçla sağaltımdan farklı olsa da; pek çok büyüsel şamanik uygulamalarda da bitkiler, bazı ilaçlar, değişik maddeler ve animistik nesnelere kullanılmıştır. Günümüzden farklı olarak bu otacılık kavramına yakın bir anlama denk gelebilir.

Orta Asya Türkleri, hastalıkların kötü ruhların ve cinlerin etkisiyle ortaya çıktığına inanmışlardır. Şamanların sağaltım geleneklerinin temel dayanağı; evrendeki her şeyin bir ruhu olduğu inancıdır (Bayat, 2006, s. 21). Sağaltımda öncelikle amaç, kötü ruhların hastaya verdiği zararı önlemektir (Demir, 2016, s. 22). Bu sebeple de Kam, hastanın ruhunu kötü ruhların elinden kurtarmaya çalışır. Türkler, Orta Asya döneminde hastalıkların tedavisinde kullandıkları sağaltım geleneklerini kam yöntemlerini halk hekimliği adı altında korumaya ve sürdürmeye devam etmişlerdir. Bu uygulamalar 'urasa'lar tarafından 'ırvasa' denilen psişik uygulamalardan, 'parpılama' denilen vücudu çizme, kesme, dağlama uygulamalarından, bitki, hayvan ve maden kökenli emlerle ilaç yapmak gibi uygulamalar olarak sayılabilir (Yılmaz, 2016, s. 189).

Kam, hastalıkları sağaltmak, yağmur duası yapmak, ölümlerin ruhlarıyla irtibata geçmek, bitki ve hayvanları korumak ve çoğaltmak, fal bakmak, büyü yapmak ve bozmak, kurşun dökmek, nazara karşı dua etmek, vb. birçok yetiye sahiptir. Sağaltım anlamında da kam, çeşitli seremonilerin ardından sağaltımına başlayabilir. Sağaltma, fala bakma, kurban törenlerinin yönetimi ya da başka bir deyişle ölümlerin ruhlarının öteki dünyaya geçirilmesi, öykü anlatımı ve şair-şarkıcılık en önemli görevleri arasında sıralanmaktadır (Hoppal, 2012, s. 33). Varlığına inanılan ruhlar, tanrılar ve insanlar arasında aracılık yapan din adamı Şaman, aynı zamanda bir büyücü ve hekim adamdır (medicine – man). Doktor tedavisini ilaçla yaparken, Şaman tedavisini kendi usulüne göre, daha çok sihirli pratiklerle ve 'şamanik' bir yöntemle yapar. Trans halinde tedavi güçleri en üst seviyeye ulaşır. Ruhlarla temas kuruncaya kadar da zıplar, bağırır, bayılır ve bazen de düşer (Öz, 2014, s. 1).

Kamın Sağaltımında gerekli genel özellikler sırasıyla şöyledir. Öncelikle otağın (yurt/ev) içinde bir işlem yapılacaktır; Kam, ortamı hazırlamakla işe başlar. Örtülerin rengi hastanın yatacağı yön hastaya göre seçilir. Otağı içinde ortadaki ocak ateşi artırılır. Çeşitli büyü bozan ve ruhlar ile temasa geçmeyi kolaylaştıran bitkilerden oluşan özel tütsüler yakılır. Hasta odaya girmeden ruhlara ve doğaya insanlarla olan ilişkilerinde rehberlik eden kam, hastanın üzerindeki ağırlığı (kötü enerjiyi) hissetmekle sağaltım sürecine başlar. Kam, kıyafetleriyle ve aksesuarlarıyla da sağaltım sürecini hızlandırıp ruhlarla hızlıca temasa geçer. Bu sebeple kostümünü ve sağaltacağı kişinin hastalığına göre aksesuarlarını da üzerinde bulundurur. Erk (Ata) hayvanının totemlerini de vücudunda bulundurur. Bu durum kamın ruhlarla buluşmasında güç almasını sağlar. Sağaltım esnasında sanatla terapi yöntemiyle alakalı olarak, Kam biblioterapi, dans ve hareket terapisi, drama, müzik terapisi

alt dallarının tümünde uygulamada bulunmuş olur. Ateşin ve hastanın etrafında dolanarak şarkı söyleyip dans eder. Sağaltım şekline göre şiirler, özlü sözler ve kendince kötü ruhları kovucu sözler söyler. Kam bu esnada bir enstrüman da çalar; bu genellikle kendi kaoslarını, dünyalarını barındıran davulları olmuştur. Kam, sağaltımını dışarıda yapacaksa durum yine aynıdır; tek fark ateş ortaya yakılır. Kam, Otağıdaki dikotomiye temsil eden direk göğe uzanan daire biçimli boşluğundan göğe yükselirken (ruhuyla), dışarıda direk gökyüzüyle bağlantı haline geçer. Bu sebeple dumanın daha çok olması gerekir. Tüm bunlarla Kam, bir trans haline girer. Bu trans halinde elindeki enstrümanı çağırarak istediği ata ruhlarını ve kötü ruhları duruma ve hayvanlara özgü rütüleriyle çağırır. Ayrıca Kam için enstrümanı kutsaldır ve başkası tarafından asla kullanılmaz.

Şamanın tedavi sürecinde ve yaşam biçiminde göstergesi ve erki kıyafetlerinde ve aksesuarlarında saklıdır. Giysi kendi başına, çevredeki uzamdan nitel olarak farklı, özel bir dinsel mikrokozmosu 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 nesnelere ellemekle- şaman, kutsal olmayan normal uzamı aşmış manevi dünyayla temasa geçmeye hazırlanmış olur. Bu hazırlık, genel olarak, bu dünyaya somut olarak girmekle hemen hemen birdir, zira kostümü giyme işi de aslında bir sürü hazırlıktan sonra ve şamancıl esrimenin hemen öncesinde yapılır. (Eliade, 1999, 177).

Sözle ve davranışla tedavi tıp tarihinin en eski yöntemidir. Telkin ve inanç tedavisinin plasebo etkisinden yararlanırdı. Tarihte kamların beden ve ruh hastalıklarını ayırdıklarına dair yazılı bilgi bulunmamaktadır. Dolayısıyla kamların tüm hastalıkları telkinle tedavi ettiği varsayılabilir (Sarı ve Akgün, 2008, s. 1). Kam, insanları, hayvanları, doğayı, coğrafyasını her türlü kötü enerjiden arındırma yeteneğine de sahiptir. O görür, göğün en üstünü, yerin an altını, öteki dünyayı, kötü ruhları ve iyi ruhları. Kişiler üzerinde gerekli tüm uygulamaları yaparak onların rahatlamasını ve arınmasını sağlar. Dertlere çare bulur ve çaresizlerin danışacağı ilk kapıdır. Kamlar, mistik bir boyutta kendilerini gerçekleştirirler de, tarihte var olan uygulamalarla tedavileri her zaman olumlu sonuçlar vermiştir. Kısaca özetlemek gerekirse Kam/Şaman, mükemmel bir psikolojik iyileştiricidir (Hoppal, 2012, s. 35.) (Şekil 2).



Şekil 2. Yaşlı Tuva Şamanı Bir Tören Sırasında Dört Çocuklu Bir Aileyi Temizliyor (Psikolojik olarak Arındırmak).

Kaynak: Hoppal, 2012, s. 37.

Alman performans ve kavramsal sanatçısı; Fluxus hareketinin önde gelen sanatçılarından ve Action kavramının yaratıcısı, Joseph Beuys da bir Şaman'dı. 1944 yılında, Kırım bölgesinde savaşırken uçağı düşürülmüştür. Tatar şamanlar onu enkazdan çıkararak hayvan iç yağları ve keçeleriyle tedavi etmişlerdir. Beuys, bu sürecini kendini şamanlığa hak kazanmış biri olarak inisiyasyon süreci olarak değerlendirmiştir ve akabinde şaman olmuştur. Performanslarında tedavi sürecinde tatarların kullandığı malzemeleri kullandığını görürüz. Bu malzemeler başta; keçe ve hayvan iç yağı olmuştur. Beuys şu sözlerle sağaltım sürecini açıklar (Tisdall, 1979, s. 19):

“Eğer Tatarlar olmasaydı bugün hayatta olmazdım... Uçağın düşmesinden sonra, Alman arazi timleri umudu kestiklerinde, bütün o kar kıyamet içinde beni bulanlar Tatarlardı. 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. Başımдан 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.” (Şekil 3-4).



Şekil 3. Joseph Beuys'un Kazası Anını ve Kazadan Geriye Kalanları Betimlediği Yerleşirmesi
Kaynak: https://ago.ca/sites/default/files/styles/image_large/public/2018-03/2449.jpg?itok=UsbsfSib



Şekil 4. Joseph Beuys'un, Kazası Sonrası Şamanların Kullandığı Hayvan İç Yağını Betimleyen Yerleşirmesi
Kaynak: https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTktGVNbmdb64aihMOAxHFemzAaY_JfmiB5o32MJZEdRKDiP84Hg&s

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 (Çakmak, 2016, s. 38).

Beuys, Fluxus hareketi ile; şiiri, edebiyatı, müziği, resim sanatını, heykel sanatını, tiyatroyu ve hareketi (action) bir araya getirmiştir. Bu tıpkı sanatla terapideki sanatın alt dallarının varlığı gibidir. Fluxus bir uygulama ve sağaltım akımıdır. Sanatçılar bu akımda kendilerini her malzeme ve yöntemle ifade edebilir ve böylelikle de sanat yoluyla sağaltmış olur. Sanatla terapinin en önemli rolü bireyin kendisini en olmak istediği biçimde ve bilinçaltındaki kendi benliğiyle dışavurabilmesini sağlamaktır. Fluxus, sanatla hayat arasındaki sınırları kaldıran, yaratım sürecinden oluşan eserler ürettiren eylem sanatıdır. Malzeme kullanımında herhangi bir sınır yoktur; özellikle artık malzemeler önemli bir rol oynar. Yolda bulduğunuz bir tahta parçası, kırık bir ayna, eski bir bez, atmak istediğiniz herhangi bir malzeme Fluxus' da kullanılabilir.

Sanatla terapi uygulamalarında da durum aynıdır. Bireyin ruhunu yansıtabilecek en ufak bir çizgisel dışavurum bile sanat terapisi açısından oldukça kıymetlidir. Psikoterapi insan psikolojisini ve davranışlarını ele alır. İnsan konuşabilen ve düşünebilen bir varlıktır. Bu özelliği insanı hayvanlardan ayırır. İnsanoğlu aynı zamanda kendi özünde de değişebilen ve gizemli bir yaratıktır. Bu noktada yaşanan her şey ile bağlantılı olarak bilinçaltının dışavurumu insanoğlu tarafından her zaman sözle olamayabilir. Sanat terapisinde de sanat yoluyla kendini dışavurmak ve bireyin terapötik sürecini oluşturarak sağaltımını sağlamak asıl amaçtır.

Sanatın her dalının ve her yöntemin kullanıldığı sanat terapisinde, Şamanizm olgusundan hareketle Kamların uygulamaları ve sağaltım yöntemleri oldukça benzerlik göstermektedir.

2.1. Sağaltımda Kam Dansı ve Hareketi

Şamanik dünya görüşünde, doğa ve ata ruhlarıyla iç içe olan Kam/Şaman, aslında dünyanın ruhunu yansıtıyordu. O ruhlarla ve doğa ile bağ kurup insanlara bunları iletliyordu. Bunları yaparken kendi esrimelerini yaşıyor, inisiyasyonlarını el aldıklarından el vereceklerine aktarıyordu. Kam erk hayvanlarıyla, majik (büyüsel) uygulamalarıyla, fallarıyla ve geleceği gören haberci rüyalarıyla; yaşadığı coğrafyanın en önemli kişisiydi. Her şeyin danışıldığı, herkese yol gösteren, ruhlarla bağ kuran, hastalıkta ve sağlıkta iyileştirici görevi olan rehberdi.

Sanat terapisinde de, rehberlik görevi; klinik bağlamdaki uygulamalarda, sanat psikoterapistinde; sanatsal uygulamalarda da sanat eğitimcisinde olmaktadır. Ancak, psikoterapist tanı koyma ve tedavi belirleme hakkına sahiptir. Sanat uygulayıcısı ise bireyde sanat yoluyla sağaltımı sağlama, teknik anlatma, uygulamada yardımcı olma ve bireyin psikoterapistten aldığı verilerle ruh durumuna ve karakterine bağlı olarak sanat etkinliği belirlemede yer alır.

Sanat terapisinin ald dalı olan dans ve hareket terapisinde ritm, melodi ve monotonluktan uzak tınıların kullanımı oldukça önemlidir. Spiritüel ve meditatif birçok uygulamada, hareket terapisi yer almaktadır. Oyun terapisi, çocuk yogası, yoga, meditasyon, gevşeme, nefes terapisi gibi birçok alanda hareketten faydalanılır. Hatta uzmanlar çocukların hareketle daha kolay ve hızlı öğrendiklerini keşfetmişlerdir. Birçok eğitim öğretim yönteminde de hareketten faydalanılır.

Dans ve hareket terapisi bağlamında Baksı ya da Şaman Dansı adı altında uygulamalar yapılabilir. Baksı Dansı: Müzik ve hareket terapisinin en eski uygulamalarından birisi olup, çok eski tarihlerde kam/baksı adı verilen şifacıların müzik eşliğinde arşetipikal hareketlerle hastaları tedavi ettikleri bilinmektedir. Bugün bu tedavi şeklinin yaşatılması hem kültürel hem de şifalandırıcı olması

bakımından önemlidir. Eller ve omuzlardan başlanarak yavaş yavaş bütün vücuda yayılan hareketlerle tıkalı alanların açılması, duygu durumunda değişikliğe yol açılması amaçlanmaktadır. Baksı dansı önce öğretilir ardından müzik eşliğinde isteyenlerin katılımıyla uygulanır (Öztekin, 2012). Kamlar; sorun, tedavi edilecek konu her ne ise trans halinde olup bilinçleri açık olarak kendilerinden geçip, dans ederler ve konu çözümlendiyse alkışlayarak, zıplayarak tepki verirlerdi. Günümüzdeki 'alkış (applause)' terimi belki de tepkimizi göstermek açısından eskiden kalma Şamanik bir tepkidir (Öz, 2014, s. 2).

Şamanların dansları ellerindeki enstrümanları veya davullarıyla birlikte ata ruhları ve erk hayvanlarının ritimlerine göre belirlenirdi. Şamanın erk/ata hayvanı hangisiyse onu çalarak trans haline geçer, ardından savaşçı temizleyeceği kötü ruhların ata hayvanına göre ritm hız kazanır ya da değişirdi. Bu tıpkı Türk müziğindeki makamlar gibidir. Şamanların, burada sanat terapisi bağlamında değinebileceğimiz önemli iki jesti vardır: birincisi, hareketlerini ve ritimi duruma göre belirlemek; ikincisi ise uygulama anında duruma uygun alet, enstrüman, kostüm ve ortam hazırlamak. Sanatla terapide de bireyin durumuna uygun etkinlik, konu, mekan ve malzeme seçimi yapılmaktadır.

Örneğin Sibiryalı şaman, her tedaviye uygun motiflerle davulunu süsler. Kıyafetleri de ruhlara özgü paçavralarla ve renklerde olmaktadır. Geçmişte Sibirya şaman kıyafeti, erkeklere ve kadınlara özgü tabularla doluydu (Öz, 2014, s. 4).

3. SONUÇ ve ÖNERİLER

Sanatın sağaltım gücü, insanlık tarihinin başlangıcından sanatın var olduğu günden bugüne kadar sürmüştür. Sanat insanlık var olduğundan beri ilk elden ya da ihtiyaçtan tesadüfi olarak ya da farkındalıkla var olmuştur. Sanat, bireyi ve toplumunu yansıtır. Yaşanılan coğrafya kültürü ve sanatı etkiler.

İnsanlar geçmişte de ruhlarını iyileştirmek için doğaya ve var olduğuna inandıkları ruhlara iyileşmek ve kendini bulmak için bağ kurmuştur. Kamlar, doğadaki her varlıkla her canlıyla iletişim kurabilen, doğanın bir parçası olabilen, kendini doğada ve psişik güçleriyle ruhlara kanıtlayan sonsuz enerjiye sahip hekimlerdir. Sanat, her alanda onların yaşam alanlarında, uygulamalarında, yurtlarında mevcuttur. Kıyafetlerinden, evlerine, ritüellerinden, totemlerine kadar onlarla var olduğuna inandığını her şey, Şamaniktir ve sanatsaldır. Bu sebeple sanatla terapide kullanılan yöntemler, resim sanatı ya da sanat tarihi açısından klasik yöntemler gibi dursa da; sanatla terapide benzer olarak her malzemeye açık olma hali ve bireysel ya da grup psikolojisine bağlı serbest tekniklerin uygulanabilir olması durumuyla güncel ve terapötik olma özelliğini barındırır.

Sanat; arındırır, iyileştirir, kişiyi anda kalmaya ve sıkıntılarını unutmaya sevk eder. Sanat, kişinin kendisini ifade etmesini ve özgürleşmesini sağlar. Bu özgürlük bilinçaltını tüm cesurluğuyla ifade etme biçimi de sunar. Art Brut sanatını ortaya çıkarırken Dubuffet'nin yapmak istediği de buydu. Çocuksu ifadelerle aslında bilinçaltını en özgün ve özgür kullanan çocuklara ithaf etmişti sanatını. O da tıpkı çocuklar gibi bilinçaltını, egosunu resmine, çalışmalarına, heykellerine yansıtmıştı. Şamanizm bağlamında kamlarda da durum aynıdır. İster Şaman olsun, ister Baksı ister Kam, yaşanılan coğrafyaya göre öğretilerde ve kullanılan malzemelerde çeşitlilik olsa da, evrensel bir olgunun ve sağaltım pratiklerinin kullanıldığı bir alanda üstün psişik güçlerini kullanarak toplumları üzerinde sağaltım sağlayan Kamlar, kendi içinde uyguladıkları pratiklerinde sanatsal özellikleri de barındırır. Kullandığı aksesuardan, materyallere, ritüellerinden seremonilerine, sazlarından sözlerine kadar Kamlar, gerçek bir güncel sanatçılardır aslında. Toplumunun nabzını ölçen, psiko sosyal yaşamında etkin rol oynayan Kamlar, terapötik süreç yaşatma bağlamında, bireyler üzerinde günümüzdeki psikoterapist gibi bir etkiye de sahiptir. Kamın kullandığı her bir unsur, uygulama sanatla bağlantılı olmakla birlikte, sembolizm bakımından da sanata yön veren bilgilerle doludur.

Sanat terapisi bağlamında, özellikle dans ve hareket terapisi, drama, tiyatro, biblioterapi ve meditasyon ile farkındalık yaratabilecek olan Kamlar, sanatla terapide gerçekleştirilecek birçok atölye çalışmasında, uygulamada, yöntemde tematik olarak uygulanabilir (Şekil 5-6).



Şekil 5. TÛMATA ve Müzik Terapisi Eşliğinde Anadolu'da Kam Dansı

Kaynak: <https://tumata.com/wp-content/uploads/2017/10/tumata-konser-terapi-1024x683.jpg>



Şekil 5. Shaman Dans Tiyatrosu Anadolu'da Kam Dansı Koreografilerinden Bir Kare

Kaynak: <http://www.shamandancetheatre.com/storage/app/uploads/public/5be/04e/972/5be04e972bde4112995486.jpg>

Şaman, tek başına bir birey olarak var olmaz. Kostümleri, bağlı olduğu kabile ya da topluluğu, doğa üstü gelişmiş yetileriyle o; bulunduğu toplumda önemli bir role sahiptir. O aynı zamanda; bilici, şifacı, yol gösterici, rehber, aracı ve sanatçıdır. Bu bağlamda Şamanın sanatçı olma özelliği gerçekten dikkat çekicidir. O tüm bu yetilerini yerine getirirken sanat tarihini, müziği, resmi, tiyatral gösterileri ve dansın her alanı ile beden dilini çok iyi kullanır. Aksesuarları, kıyafetleri ve müzikleri ile O topluluğunun en saygı duyulan insanı ve toplumunun bir antropoloğu-sosyoloğu olma özelliğine de sahiptir (Öz, 2014, s. 97). Ayrıca Kam/Şaman, yaşadığı coğrafyanın, evreninin, psikoterapisti, sağaltımını sağlayan yol göstericisi, hekimi ve sanatçısıdır.

KAYNAKÇA

- Bayat, F. (2006). *Ana Hatlarıyla Türk Şamanlığı*. (3. Basım). İstanbul: Ötüken Neşriyat.
- Eliade, M. (1999). *Şamanizm İlkel Esrime Teknikleri*, Çev. İsmail Birkan, Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Hoppal, M. (2012). *Avrasya’da Şamanlar*, (Çev. Bülent Bayram, H. Şevket Çağatay Çapraz), İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Mömin, S. (2013). “Şamanizm ve Günümüzdeki Kalıntıları, Uygur Toplumundaki Tabular Üzerine”, *Ulakbilge*, 1/1, 79-89.
- Öz, E. (2014). Güncel Sanatta İşaret ve İmge Olarak Türk Şamanik Nesnelere Görsel Çözümler, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, Resim anasana Dalı.
- Öztekin, A. (2012). Tümeta ve Müzik Terapi, <https://tumata.com/muzik-terapi/tumata-ve-muzik-terapi/>, Erişim Tarihi: 26.11.2019.
- Pamir, A. (2003). “Türkler’in Geleneksel Dini Şamanizm’in Orta Asya Eski Türk Kamu Hukuku’na Etkisi”. 52/4, 155-185. <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/38/280/2549.pdf> Erişim Tarihi: 13.01.2019.
- Sarı, N., Akgün, B. (2008). “Türk Tarihinde Psikiyatriye Bakış”, İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Türkiye’de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi, No:62, Mart, 1-24
- TDK, (2019). Güncel Türkçe Sözlükler. <https://sozluk.gov.tr/?kelime=> Erişim Tarihi: 26.11.2019.
- Yılmaz, Ş. (2016). “Ulupamir Köyünde Halk İnançları ve Halk Hekimliği Uygulamaları”. *Millî Folklor*, 109, 187-200.