

İbn Sînâ'nın Beden Felsefesinde Hastalık ve Neden- sellik İlişkisi ^a

 NECATİ AKBAŐ ^b

Öz: İbn Sina, dünya tıp tarihinin en önemli hekimlerinden biri olmasının yanı sıra aynı zamanda büyük bir filozoftur. Onun tıp düşüncesinde gerek çağına ait gerekse günümüz tıp anlayışı için önemli fikirlere rastlanmaktadır. Bu minvalde onun dikkat çekici görüşlerinden birisi hastalık ve nedensellik ile ilgilidir. Hastalık konusunda onun iki görüşü ön plana çıkmaktadır. İbn Sînâ, herhangi bir hastalığı insan merkezli ele alıp değerlendirirken, modern tıp ise hastalık nokta-i nazarından insanı ele alır. Buna ek olarak İbn Sînâ, insanı bir bütün olarak ele almaya çalışır. Öyle ki İbn Sînâ hastalık ve nedensellik arasındaki ilişkiyi ortaya koyarken insanın yaşadığı bölgeden, tükettiği besin maddelerine, birçok fiziki ve coğrafi hadisenin ortaya çıkardığı nedenler ve hastalığını etkileyecek psikolojik etkilere kadar birçok nedene değinmektedir. Bu çalışmada İbn Sînâ'nın hastalık ve nedensellik hakkındaki görüşleri, günümüz tıp felsefesi ile mukayeseli bir şekilde ele alınmaya çalışılmış, İbn Sînâ'nın modern tıp düşüncesinden ayrılan yanlarına değinilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İbn Sînâ, tıp, felsefe, hastalık, nedensellik.

^a Bu makale, yazarın Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde hazırladığı doktora tezinden üretilmiştir.

^b Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Programı
necati0632@gmail.com

The Relationship between Disease and Causality in Avicenna's Philosophy of the Body

Abstract: Avicenna (Ibn Sīnā), besides being one of the most important physicians in the history of world medicine, is a great philosopher. In his medical thought, important ideas can be found for his era and for today's understanding of medicine. In this respect, one of his remarkable views is related to disease and causality. Also, his two views on disease come to the fore. While Avicenna deals with and evaluates any disease from a human-centered perspective, modern medicine deals with the illness from the point of view of the disease-centered. In addition, Avicenna tries to explain the human being from a point of view based on the unity of soul and body. So much so that Avicenna, while revealing the relationship between disease and causality, mentions many causes from the region where people live, the food they consume, the stir up caused by many physical and geographical events, and the psychological effects that will affect their illness. In this study, Avicenna's views on disease and causality tried to be discussed in a comparative manner with the modern philosophy of medicine and the aspects of Avicenna that differ from modern medical thought mentioned.

Keywords: Avicenna, medicine, philosophy, disease, causality.

Giriş

İbn Sînâ (ö.428/1037) İslam düşünce tarihinin önde gelen şahsiyetlerindedir. Filozof kimliği kadar hekim kimliği ile ön plana çıkan düşünür, tıp sahasında kırka yakın eser telif etmiştir. Ancak onun eserleri arasında öne çıkan en önemli çalışması *el-Kânûn Fi't-Tıb* adlı eseridir. Külliyyat tarzında yazılan eser İslam düşüncesinde bulunan bir geleneğin en önemli örneklerinden birisidir. Zira İbn Sînâ'dan önce telif edilen Ali b. Rabbân et-Taberî'nin (ö.247/861'den sonra) *Firdevsü'l-Hikme*'si ve Ebû Bekir er-Râzî'nin (ö.313/925) *el-Hâvî* adlı eseri bu minvalde kaleme alınmıştır. İbn Sînâ'dan sonra İslam düşüncesinin Aristocu filozofu olarak bilinen İbn Rüşd (ö.595/1198) *el-Külliyât fi't-tıb*'ı kaleme almıştır. *El-Kânûn* üzerine Fahreddin er-Râzî (ö.606/1210), Kutbüddîn-i Şîrâzî (ö.710/1311) ve birçok isim tarafından şerhler kaleme alınmıştır. Bu şerhler arasında en önde geleni ise İbnü'n-Nefs'in (ö.687/1288) *Şerhu Teşrîhi'l-Kânûn* adlı çalışmasıdır.¹ Kendisine kadar gelen Helenistik, Bizans ve Süryânî tıp geleneklerini belirli bir düzene sokup sistemleştiren İbn Sînâ, kendi düşünceleri ile uzun yıllar dünyayı etkileyecek bir tıp felsefesi ortaya koymuştur. Öyle ki batı dünyasında *El-Kânûn* adlı eseri XVII. yüzyıl sonlarına kadar üniversitelerde ders kitabı olarak okutulmuştur.

İbn Sînâ yalnızca bir tıp teorisyeni değildir. O aynı zamanda pratik anlamda tedavi konusunda tecrübeli bir hekimdir. Hayatını idame ettirmek için hasta tedavisi ile uğraşmış, ancak bu sahadaki gözlemlerinin büyük çoğunluğu kaybolup, günümüze ulaşamamıştır. Onun tıp sahasındaki görüşleri ve uygulamaları günümüzde birçok araştırmaya konu olmaya devam etmektedir. Bu çalışmada İbn Sînâ'nın sağlık ve hastalık tanımlarına yer verilerek, hastalık ve nedensellik arasında kurmuş olduğu ilişkiye temas edilecek, aynı zamanda onun bu konu hakkındaki görüşleri modern tıp felsefesindeki yaklaşımlarla mukayeseli olarak ele alınmaya çalışılacaktır.

¹ Esin Kâhya, "El-Kânûn Fi't-Tıb". *TDV İslam Ansiklopedisi*, c.24, s.331. İstanbul: TDV Yayınları, 2001.

1. İbn Sînâ'ya Göre Sağlık ve Hastalık

İbn Sînâ'ya göre tıp, insan bedeninin hastalık ve sağlıklı halini tanımlayan bir ilimdir.² İnsanın gerek sağlıklı gerekse hastalıklı durumu onun bedenini tanımak için hayati önem taşımaktadır. Zira insan bedeninin sağlıklı olduğu bir durumda, bedeni meydana getiren mizaçlar, organlar, hıtlar (الخلط)³ gibi konularda bilgiler edinilebilirken, hastalık ise bu unsurların doğal durumlarının bozulmasına dair insana fikir vermektedir.

İbn Sînâ'ya göre sağlık, insan bedeninin “mizaç ve yapısının bütün fonksiyonlarının doğru ve iyi bir şekilde işlediği haldir”. Hastalık ise sağlığın karşıtı olan durumdur. İbn Sînâ hastalıklı ve sağlıklı olmanın dışında üçüncü bir durumdan bahseder ki ona göre mutlak anlamda sağlıklı olma veya hasta olma durumu yoktur. Bu durum onun felsefesine göre çocukluk ve yaşlılıkta gözlemlenmektedir.⁴

Hastalıklar, İbn Sînâ'nın felsefesinde iki kısımda ele alınır. Bunlardan birincisi olan basit hastalıklar; beden ve mizacın yapısında meydana gelen birtakım rahatsızlıklardır. Basit hastalıklar kendi içerisinde mizaç, yapı ve sürekliliğin ifsadı ile meydana gelen hastalıklar olmak üzere üç kısma ayrılmaktadır. İkinci tür olan hastalıklar ise İbn Sînâ tarafından karmaşık hastalıklar olarak tanımlanır. Bu hastalıklar; iki veya daha fazla hastalığın bir araya gelmesi ile zuhur eden hastalıklardır.⁵

İbn Sînâ'nın hastalık üzerine yaptığı en dikkat çekici

² İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, nşr. Muhammed E. ed-Dannâvî, Dârü'l-Kütübî'l-İlmiyye, Beyrut, 1999. c.I, s.13.

³ Geleneksel tıpta, insan vücudunu ve mizacını oluşturan dört unsurdan (kan, balgam, safra ve kara safra) her birine verilen isimdir. Bkz: İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.14.

⁴ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.104. Ayrıca İbn Sînâ'nın sağlık ve hastalık aşamalarına dair bir başka taksimi daha vardır. Buna göre; mükemmel sağlık hali, normal sağlık durumu, sağlıksız ancak özel bir hastalığın olmadığı durum, hafif hastalık hali, tamamiyle hastalığa yakalanılan durum. Bkz. İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, 14.

⁵ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-tıb*, c.I, s.104. Bkz. İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-tıb*, c.I, s.104, 131-133.

yorumlardan birisi onun, insan vücudunda meydana gelen bütün değişimlerin hastalık olarak görülmemesi gerektiğini belirtmesidir. Bu konuda insanın yüzünde ortaya çıkan bazı lekelenmeler, benler, saç dökülmesi gibi durumları örnek verir. Bunlar onun nazarında hastalık olarak değerlendirilemez.⁶ Modern dünyada ise İbn Sînâ'nın örnek olarak verdiği durumların tamamı tıp ve güzellik endüstrisinin önemli gelir kaynaklarıdır. İnsanlar hastalık olarak değerlendirilen bu durumlar ile bunları gidermek için ciddi bir ekonomik yük altına girmektedirler. Buna ek olarak kendi bedenlerinde kullanılan ilaçlara bağlı olarak birçok yan tesir bırakmakta, daha kalıcı sağlık sorunları yaşayabilmektedirler.⁷

İbn Sînâ hastalıkları yayılması açısından da ele almaktadır. Ona göre verem, cüzzam, çiçek gibi hastalıklar bulaşıcı hastalıklardır. Bu hastalıklar genel olarak insanların birlikte yaşadıkları yerlerde ve hastalığın bulunduğu yönden gelen rüzgarlar vesilesi ile bulaşır. İbn Sînâ konjunktivit gibi bazı hastalıkların bakış ile de bulaşabileceğini düşünür. Ancak bu durum modern tıp açısından temelsiz bir iddia olarak kabul edilmektedir.

İbn Sînâ kalıtım konusuna da değinir. Gut, vitiligo, verem ve cüzzam gibi bazı hastalıklar kalıtım yoluyla ebeveynlerden çocuklarına geçer. Bazı hastalıklar da belli insan ırkları ile taşınabilir.⁸ Ayrıca organlar, mizaçlarındaki dengesizlik ve yapılarındaki zayıflıklar nedeniyle bazı hastalıklara yatkındırlar.⁹

2. Hastalık ve Nedensellik

İbn Sînâ'dan günümüze kadar hastalık ve nedensellik konusundaki tartışmalarda kesin bir kanaate varılabilmiş değildir. Bununla birlikte genel olarak hastalıkların tek bir neden ile açıklanamayacağı konusu günümüz tıp felsefecilerinin ortak kanaati haline

⁶ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.109.

⁷ Kayıhan Pala, "Sağlık Hizmetlerinde Piyasalaşma Mekânizmaları", *Kapitalizmin Krizi ve Sağlık*, Ankara: Uluslararası Sağlık Politikaları Birliği Avrupa Birimi XVI. Konferansı, Ankara: 29 Eylül – 2 Ekim 2011, s.76.

⁸ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.110.

⁹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.111.

gelmiştir. Sağlık konusunda neden olarak bilinenler, aslında yeter sebebin bileşenlerinden müteşekkildir. Kendileri bilfiil yeter sebep değildirler. Başka bir ifade ile bir hastalığa neden olan tek bir neden yerine bir dizi nedenlerden söz edilebilir.¹⁰

James A. Marcum'a göre, sağlıkta neden ve sonuç arasında çoğu zaman doğrudan ve keskin bir ilişki yoktur. Öyle ki bir hastalık için neden ve sonuç arasında çok yönlü ilişkiler ağı bulunur ve bu durum genelde net bir biçimde ifade edilemez. Bundan dolayı tıp sahasında katı bir determinizmden bahsetmek oldukça zordur. Bunun yerine olasılık ifade eden bir nedensellikten söz edilebilir.¹¹ Marcum, tıp felsefesinde biyomedikal nedensellik hususunda tartışılan üç farklı bakış açısını değerlendirir ve nedensellik konusunda biyomedikal yaklaşımın fiziki-kimyasal mekânizmalara yoğunlaşarak hastalıkların sebeplerini ifade etmeye gayret eder. Buna göre mekânizmalar, birbirleri ile etkileşen varlık ve kuvvetlerden oluşmuştur. Bu varlık ve kuvvetler yalnızca birbirlerini etkilemez, diğer varlık ve kuvvetleri de etkileyerek biyokimyasal değişimlere sebep olurlar.¹²

Biyomedikal nedensellik anlayışının bir başka örneği Jacob Henle ve Robert Koch tarafından ortaya konmuştur. Buna göre bir bakteri ya da parazit belli bir hastalığa neden olabilmektedir. Ancak HIV virüsünün tek başına AIDS hastalığına neden olup olmadığı yönündeki açıklama tıp otoriteleri tarafından eleştiriye maruz kalmıştır. Biyomedikal nedensellik açısından eleştirilen bir başka husus ise salgın hastalıklar konusunda nedensellik ilişkisinin varlığının düşünülmesidir. Her ne kadar sigaranın akciğer kanserine neden olduğu düşünülse de sigara içmeyen bir kişi akciğer kanseri olabilirken buna karşın sigara kullanan her kişi akciğer kanseri olmamaktadır.¹³ Nitekim son dönemde dünyayı etkisi altına alan Coronavirus salgını bütün bireyleri eşit derecede etkilememiştir.

¹⁰ James A. Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine: Humanizing Modern Medicine* (Springer, 2008), p.36.

¹¹ Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine*, p.36.

¹² Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine*, p.36.

¹³ Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine*, p.38.

Virüse yakalanan bazı insanlar hayatını kaybetmekte iken bazı hastalar virüse yakalandıklarını dahi bilmemektedirler.

Biyomedikal nedensellik konusunda bir başka teori ise Nesse ve Williams'a aittir. Evrimci nedensellik teorisi olarak isimlendirilen bu teoride, bazı bireyler bir hastalıktan etkilenirken başka bireylerin neden etkilenmediği anlaşılmaya çalışılır. Nesse ve Williams savunma, enfeksiyon, yeni ortam, genler, tasarım hataları ve evrimsel mirastan oluşan altı farklı evrimsel neden kategorisini inceler. Bu kategoriler hastalığın oluşumunda birbiri ile kesişir ve bu kesişmeler hastalığa yakalanacakları tayin eder. Bu teoriye; genlerin bir zamanlar içerisinde buldukları ortama uyum sağlayabilirken yeni ortam ve şartlara artık uyum sağlayamadığı görüşüne dayanır.¹⁴

Tıp alanında bir hastalık için bir neden belirlemek gerekli görülse de beşerî ilimlerde durum farklıdır. Cassel, genel sistemler teorisine dayanarak bir hastalıkta yalnızca belirli bir nedenin aranmaması gerektiğini düşünür. Hastalık ona göre yalnızca biza-tihi hastalık üzerinden anlaşılabilir bir konu değildir. Hastalığın insanın fizyolojisinde meydana gelen birtakım değişikliklerin ötesinde psikolojik ve sosyolojik yönleri de bulunmaktadır. Benzeri bir görüşe sahip olan Stephen Toulmin, psikolojik ve toplumsal nedenleri dahil ettiği bir biyomedikal nedensellik fikrini destekler. Ona göre yalnızca fiziksel etkenlerin hastalığın doğrudan sebebi olduğuna dair somut bir sebep yoktur. Bu nedenle bir iş adamının ülser şikayeti fiziksel müdahale ile giderilmeye çalışılırken strese bağlı ilgili etkenlerin yok sayılması doğru bir yaklaşım değildir.¹⁵

Cameron Gruner, geleneksel tıbbın hastaya yaklaşımının modern tıptan farklı olarak hastayı merkeze aldığını vurgular. Modern tıp ise hastalığı esas alarak hastayı tanımaya çalışır. Bu ise tıp ilminin bir hastalıklar bilimine evrilmesine neden olmuştur.¹⁶ Buna karşın İbn Sîna, hastayı bir bütün olarak bedeniyle, ruhuyla, yaşa-

¹⁴ Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine*, p.39.

¹⁵ Marcum, *An introductory Philosophy Of Medicine*, p.40.

¹⁶ Gruner, *A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna*, p.554.

dığı coğrafya, iklim ve mizacıyla değerlendirmiş ve teşhislerini bu minvalde ortaya koymuş, tedavisi sürecinde bu durumları göz önüne almıştır. Günümüzde ise İbn Sînâ'nın bu kapsayıcı bakış açısının tersi bir durum bulunmaktadır. Hastanın özel durumlarını göz ardı eden sağlık sistemi kapitalist zihniyet ile birleşerek ilaç pazarlama endüstrisine dönüşmüştür. Buna bağlı olarak da hastanın yaşadığı bölge, psikolojik rahatsızlıklar göz ardı edilerek yalnızca kimyasal ilaçlarla tedavi süreci işletilmeye gayret edilmektedir. İbn Sînâ'nın tıp felsefesinde günümüz sağlık sisteminin çıkmazları için bazı önemli çözümler dikkat çekmektedir. Gruner'in de belirttiği üzere İbn Sînâ'nın tıp modeli insanı kendi bütünlüğünde değerlendirerek hastalıklarına teşhis koymakta ve tedavisi için çözümler önermektedir. Gruner İbn Sînâ'nın insana olan bakışını üç merhalede ele alır. Bunlardan birincisi; insan doğasına dair genel anlayışı, ikincisi sağlık halinde bir bireyin bedensel oluşumu, üçüncüsü, hastalık halinin tabiatıdır.¹⁷

Gruner'e göre İbn Sînâ insanı madde ve hayat prensibinden müteşekkil bir bütün olarak görür. İnsana kendi varlığını tanıyıp, devam ettirebilmesi için doğal bir yeti verilmiştir. İnsanı oluşturan hayat prensibi bitkisel, duyuusal ve rasyonel olmak üzere üç temel potansiyel ve bilfiil etkinlikten oluşur. Organlar ise bazı potansiyel kuvvetlerin bilfiil hale gelmiş, maddî dışı vurumlarıdır. İnsan bedeninin bitkisel organları bitkisel ruha bağlıdır, duyu organları ve eklentileri hayvânî ruha bağlıdır. Akıl ve irade ise insanî ruha bağlıdır. İnsani ruhun kendisine bağlı organları olmamakla birlikte hayvânî ve bitkisel ruha ait organlar vasıtasıyla görevini yerine getirir. Gruner'e göre tüm bu bileşenler makroskobik veya mikroskobik sınırlardan bağımsız olarak birbiriyle bir bütünlük içerisinde bulunur. Buna göre insan molekül ya da kuvvetlerin toplamından oluşmuş bir varlık değildir. İnsan bedeni daha ziyade birer sonuç olan kimyasal, elektriksel ve diğer fenomenlerden oluşan bir görünüm sergiler. Organlar sergiledikleri kuvvetlerden bağımsız değildir. Düşünceyi üreten tek başına beyin değildir. Düşünceyi üreten

¹⁷ Gruner, *A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna*, p.555.

rasyonel ruhun faaliyetleridir. Beyindeki kimyasal, sitolojik ve diğer değişimler bir neden değil, insanın rasyonel faaliyetinin görünür etkileridir. Rasyonel hayat-bitkisel/duyusal hayat uçurumu arasında bir köprü bulunmamaktadır. Bu alandaki ayrımlar keskindir. Hayat prensibi, maddeyi yöneten kalıtım yasalarından bağımsızdır. Hayat prensibi organlara, parçalara veya elementlere bölünemez. Hayat prensibi faaliyetini durdurduğunda geriye sadece maddî beden kalır. Beden aynı olsa da artık o, eski canlı insandan çok farklıdır.¹⁸

Gruner, İbn Sînâ'nın tıp düşüncesinden çıkardığı sabite ve değişkenlere dayanarak sağlıklı bir kişinin bedeninin oluşumunda bazı formüller ortaya koymaya çalışır. Sağlıklı bireyin bedensel oluşumu konusunda İbn Sînâ'nın öğretilerinden çıkardığı sabite ve değişkenlerden oluşan bazı formüller sunar. Buna göre sabiteler beden ve zihindir. Bedeni oluşturan sabiteleri şöyle sıralar: a. Genel fizik b. Baskın element, c. Baskın hılt, d. Bazı organların fonksiyonel kapasitesi, e. Duyusal oluşum ya da mizaç. Zihinsel oluşum konusunda zihinsel kapasitenin yetenek olarak adlandırılan bazı yetilerin kuvvetli ya da zayıf olmasından kaynaklandığını belirtir ki bu bazı yeteneklerin diğerlerinden daha fazla geliştiği anlamına gelmektedir. Gruner bazı şeylere karşı zihinsel tavrın karakterden kaynaklanabileceğine de değinir. Gruner bu zihinsel tavrın bazı hastalıkların sebebi olabileceğine dikkat çeker. Gruner'in bireyin bedensel oluşumu konusunda değindiği değişkenler ise şunlardır; a. Canlılık derecesi ya da doğal ısının kuvveti, b. Fonksiyonel kapasiteden bireysel sapmalar, c. Direncin doğası ve derecesi.¹⁹

Gruner, İbn Sînâ düşüncesinde hastalık halini gösteren durumları şöyle sıralar: Besinlerin sindirim süreci ile ilgili sorunlar, dolaşım ve boşaltım sisteminde karşılaşılan tıkanıklıklar, hıltlarla ilişkili bozukluklar, bakteriyel bozuklukların neden olduğu fazlalık oluşturan sıvılar, yaşam şekli ve alışkanlıklar. Bu nedenle besin-

¹⁸ Gruner, *A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna*, p.555-556.

¹⁹ Gruner, *A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna*, p.557.

lerin sağlıklı bir biçimde sindirilerek vücut için yeterli maddelerin üretilmemesi, bedende bulunan kanal ve tüplerde meydana gelen tıkanıklar, insan bedeninin ihtiyaç duyduğu besinler ve hayat prensibinin vücut içerisinde özgürce dolaşımını engellemesi, hıtlarda meydana gelen dengesizlikler, bakterilerin sebep olduğu normalden fazla sıvılar, kişinin yaşam tarzı ve beslenmesi hastalığa sebep olan temel nedenlerdir.²⁰

3. Hastalıkların Nedenleri

İbn Sînâ hastalıkların temel nedenlerini hastalığa yatkın kılan nedenler, bünyeye bağlı olan nedenler ve harici nedenler olarak üçlü bir tasnifle ele alır. Hastalığa yatkın kılan ve bünyeye bağlı nedenler bedenle ilgilidir. Bunlar bedeni oluşturan hıtlarla ilgili, mizaca ait ve yapıyla ilgili nedenlerdir. Harici nedenler ise bedenden bağımsız olarak var olan çevresel nedenlerdir. İbn Sînâ çevresel nedenleri fiziksel ve psikolojik olmak üzere iki kısımda inceler. Fiziksel nedenleri sıcak havaya maruz kalma, sıcak ve soğuk yiyeceklerin yaptığı tahribat ve travmaya maruz kalma olarak açıklar. Psikolojik nedenleri ise beden üzerinde psikopatolojik etkiler ortaya çıkaran korku, kızgınlık ve öfke gibi hisler olarak açıklar.²¹

İbn Sînâ hastalığa yatkın kılan nedenleri hıtlar, mizaç ve vücut yapısına bağlı nedenler olarak sıralar. Bu nedenler bazen heyecan ve öfke gibi dışsal nedenlerin etkisiyle bazı sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. Harici nedenler onları etkileyen faktörlerin yardımı ile bazı durumları ortaya çıkarabilmektedir. İbn Sînâ bedenle ilgili hastalık nedenlerine humma ve glokomu örnek olarak verir. Hummaya neden olan şey, hıtların kokuşmasıdır. Glokom, gözün kan damarlarının doluluğuna neden olan şey, hıtların kokuşması sonucu göz bebeğini kapatan ve körlüğe neden olan sızıntılardır. İbn Sînâ harici nedenlere örnek olarak güneşin sıcaklığı, fazla hareket ve egzersiz, üzüntü ve uykusuzluğu verir.²²

İbn Sînâ hastalık durumunun ortaya çıkabilmesi için bu ne-

²⁰ Gruner, A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna, p.558-560.

²¹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.112.

²² İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c. I, s.112-113.

denlerin tek başına yeterli olmadığını ve bazı şartların da gerçekleşmesi gerektiğini belirtir. Buna göre hastalığı meydana getiren etken güçlü olmalıdır. Vücut etkenin etkisini gösterebilmesi için önceden hazırlanmalıdır. Vücut ve etken arasındaki temas yeterli süre devam etmelidir. Bütün bunlara rağmen hastalığın ortaya çıkması her insanda aynı şekilde gerçekleşmez. Hastalığın gelişim ve gidişatında bireysel faktörler de önemlidir. Dolayısıyla aynı nedenler farklı bireylerde, farklı zamanlarda, farklı sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir.²³

İbn Sînâ beslenmeden mevsimlere kadar sağlık ve hastalık üzerinde etki eden faktörleri kapsamlı bir şekilde inceler. Hayat boyu bedeni etkileyen unsurlar arasında atmosferik hava, yiyecek ve içecekler, bedenin istirahat ve faaliyeti, psikolojik durumlar ile uyku ve uykusuzluğu zikreder.

İbn Sînâ atmosferik havanın, bedenin hayatî güçlerini havalandırarak arıttığını ve mutedil hale getirdiğini belirtir. Buna göre ısının bir araya toplanması diğer nedenlerin de katkısıyla hayatî gücün mizacını mutedil hale getirir. Akciğerler ve arterlerle alınan hava ile hayatî kuvvetin ısı dengesinin kurulması sağlanır. Nefes verme esnasında dumanlı buharın güvenli bir şekilde atılmasıyla hayatî kuvvet temizlenmiş olur. İbn Sînâ solunan havanın dengeli, saf ve hayatî kuvvete zararlı maddelerle karışmamış olduğu sürece bedenin sağlıklı kalacağını, havanın bozulması durumunda ise hastalanacağını ifade eder. Havanın normal, anormal olmakla birlikte zararsız ve anormal zararlı olmak üzere üç değişim halinden bahseder. Bunlar arasında normal değişimler mevsimsel değişimlerdir. Anormal olmakla birlikte zararsız olan değişimler yıldızların, toprağın, coğrafyanın ve coğrafi konumun etkisiyle havada meydana gelen değişimlerdir. Anormal ve zararlı değişimler ise havanın maddesinde ve niteliğinde meydana gelen değişimlerdir.²⁴

İbn Sînâ taze havanın duman ve su buharı ile kirletilmediği durumlarda temiz kabul edileceğini belirtir. Temiz hava taze

²³ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fî't-Tıbb*, c.I, s.113.

²⁴ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fî't-Tıbb*, c.I, s.113-114.

rüzgârlara açık olmalıdır. Yayla veya yüksek dağlardan gelmelidir. Eğer hava boğuyorsa veya rahatsız edici ise sağlıklı değildir. Geniş yapraklı ağaçlar, kuyular, kapalı mekânlar, sularla kaplı araziler, fazla gelişmiş yüksek ağaçlar çıkardıkları buharla havanın kirlenmesine neden olur. İbn Sînâ havanın beden üzerindeki etkilerini şöyle sıralar: Sıcak hava gevşeklik yapar, terlemeye neden olur, sindirimi zayıflatır ve susuzluğa neden olur. Soğuk hava vücudu sertleştirir. Sindirimi güçlendirir, hıltları ve terlemeyi azaltarak idrarı artırır. Nemli hava deriyi yumuşatır ve vücuttaki nemi artırır. Kuru hava vücudu inceltir ve deriyi kurutur.²⁵

3.1. Mevsimler

İbn Sînâ mevsimlerin beden üzerindeki etkilerine de değinir. Mevsimlerin değişimine bağlı olarak değişen ısı ve nem insan sağlığını etkiler. Mevsimlerin serinletme ve nemlendirme süreçleri birbirinden farklıdır. Sıcak kuruluk meydana getirir ancak soğuk nem getirmez. Kış mevsiminde ısı düşüktür. Soğuk, nemi yoğunlaştırarak havaya daha fazla su buharı verir. İlkbaharda buharlaşmanın artmasıyla birlikte atmosferde daha fazla sıcaklık vardır. İlkbaharda sıcaklık ve soğukluk, nemlilik ve kuruluk dengededir. Sonbaharda sıcaklık ve soğukluk dengeli değildir. Sonbaharda sabah ve akşam soğuk olmakla birlikte genel olarak havası sıcak ve kurudur. İbn Sînâ mevsim değişmelerinin belli özellikte hastalıklar ortaya çıkardığını ifade eder. Buna göre her mevsim kendi sıcaklığı ile aynı mizaçtaki bireyler için uygundur. Bir mevsimin nitelikleri ısı ile aynı değilse, insanların sağlığına zarar verir. Aşırı derecede anormal hale gelen bir mevsim insanın hayatî kuvvetlerini (Nefsânî, tabîî ve hayvânî kuvvetler) zayıflatır. Ancak tek bir mevsimde görülen anormallik salgın meydana getirmez, iki mevsimdeki anormallikler birbirini dengeleyebilir, ancak birden fazla mevsimde görülen patojenik anormallikler salgın meydana getirir. Zira uzun süre devam eden sıcak ve nemli hava salgınlara sebep olur.²⁶

²⁵ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.118.

²⁶ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.117-118.

İbn Sîna'ya göre ilkbahar hayatî kuvvetin ve kanın mizacına en uygun mevsim olduğu için insan sağlığına en uygun mevsimdir. Bununla birlikte her mevsimin beden üzerinde bazı etkileri vardır. Örneğin ilkbahar her ne kadar dengeli bir mevsim olsa da değişmeye meyillidir. Kozmik ısı ve doğal neme meyillidir. Bu nedenle insan bedeninde kanı yüze çekerek gül rengine döndürür. İlkbaharda kronik hastalıklar harekete geçer ve kokulu hıltlar aktarırlar. Bu nedenle ilkbaharda melankolik depresyon faal hale gelir. İbn Sîna ilkbaharda öne çıkan hastalıkları verem, felç ve eklem ağrıları olarak sıralar. İlkbaharda hastalıkları önlemek için kan aldırma, müşhille bağırsakları temizleme, diyet ve bol sıvı almayı önerir.²⁷ İbn Sîna kış mevsiminde soğğun vücuttaki doğal ısının temel maddesini bir araya toplayarak beslenmeye yardımcı olacağını belirtir. Kış aylarında ortaya çıkan hastalıkların balgam karakterinde bir mizaca sahip olduklarını belirtir ve bu hastalıkları plörit (plevra iltihabı), Pnömoni (akciğer iltihabı), ses kısılması, boğaz ağrısı, baş ağrısı, sara ve felç olarak sıralar. İbn Sîna kış mevsiminde meyvenin az yenilmesini, doğal besinlerle beslenmeyi, yemekten sonra bedensel faaliyeti sınırlandırmayı önerir.²⁸

İbn Sîna yaz mevsiminin hıltları ve hayatî kuvvetleri yaygınlaştıracığını buna bağlı olarak bu mevsimde kuvvetlerin ve işlevlerinin zayıf düşeceğini belirtir. Bu mevsimde kan ve balgam azalır, sarı safra artar. Yaz mevsiminde kan yüzeye çıkarak hızlı bir şekilde yayıldığı için yüz rengi sarıdır. Yaşlı ve zayıf insanlar güçlü ve sağlıklı görünür. Yaz mevsiminde hıltların olgunlaşması ve çözülmesiyle vücudun boşaltım sistemine yardımcı olması nedeniyle hastalıklar kısa sürelidir. Ancak bunun yeterli derecede olmaması durumunda yaz sıcağı dokuları gevşeterek zafiyet meydana getirir ve ölüme sebebiyet verebilir. İbn Sîna yaz mevsiminde öne çıkan hastalıkları karına su dolması, ishal ve bağırsaklarda gevşeklik olarak sıralar.²⁹

İbn Sîna sıcaklıklarda görülen dalgalanma nedeniyle sonba-

²⁷ İbn Sîna, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.119.

²⁸ İbn Sîna, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.119-120.

²⁹ İbn Sîna, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.120.

harda hastalıkların daha sık görüldüğüne işaret eder. Bu mevsimde hıtlarda düzensizliğe neden olan meyvelerden fazla miktarda yenmesi, yaz mevsiminden devam eden zayıflık nedeniyle hıtların atılması azalırken hastalıklar artar. Sonbaharda vücutta kan seviyesi azdır. Yazın kullanılan kan yerine konulamaz. Yaz, hıtları yakmıştır ve sonbaharın sarı safrayı soğutmasıyla vücutta kara safra artar. İbn Sînâ sonbahar hastalıklarını kuru egzama, kanser, eklem ağrıları ve düzensiz hummalar olarak sıralar.³⁰ İbn Sînâ'nın bu yaklaşımı modern tıpta yeri olmayan kozmik elementlere dayalı hılt sistemine dayanmaktadır. Modern tıp mevsimsel hastalıkları ısı değişikliklerine bağlı olarak artış gösteren mikroorganizmalara bağlar. Mevsimsel hastalıklara karşı bünyeyi ve bağışıklık sistemini güçlendirmek için belli vitaminler bakımından zengin besin maddelerinin tüketilmesi önerilir. İbn Sînâ'nın sonbahar hastalıkları olarak tanımladığı hastalıklardan egzama, humma ve eklem ağrıları ile mevsimsel değişimler arasında bir ilişki kurmak modern tıba göre mümkün olmakla birlikte kanserler ile mevsimsel değişimler arasında kurulan ilişki modern tıbbın verilerine göre mümkün görünmemektedir.

3.2. Göksel Değişimler

İbn Sînâ göksel değişimlerin sağlık üzerindeki etkisine de değinir. Göksel değişimleri yıldızların etkisinin bir sonucu olarak değerlendirir. Birçok büyük, parlak yıldızın güneşin etrafında bir grup oluşturması sıcaklığı yüksek derecede artırır. Gruplanmanın olduğu bölgenin altında yer alan yerler bu ısdan etkilenir.³¹ Modern tıpta göksel değişimlerin insan sağlığı üzerindeki etkisine dair yorumlar bilim dışı olarak yorumlanmaktadır.

3.3. Coğrafi Değişmeler

İbn Sînâ coğrafyanın da insan sağlığı üzerinde önemli etkilerinin olduğunu düşünür. Coğrafi değişimleri coğrafi konum, enlem, dağların mevcudiyeti, denize yakınlık, rüzgârların yönü ve çeşidi, toprağın tabiatı bakımından değerlendirir.

³⁰ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.120-121.

³¹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.123.

İbn Sînâ coğrafi konum bakımından yengeç ve akrep dönence-leri arasında kalan ekvatorial bölgenin ikliminin tropikal olduğunu ve diğer bölgelere göre daha sıcak olduğunu, bu bölgede iklimsel değişmelerin pek fazla olmadığını belirtir. Isı bakımından yengeç dönencesi ekvatora göre daha sıcaktır. Bu bölgede güneşin tepe noktasında uzun süre kalması sağlık açısından tehlikelidir. İbn Sînâ iklimlerin yerküre boyunca farklılaştığını güneş ışınlarının yere yaklaşma açısı nedeniyle yüksek enlemlerde bulunan ülkelerin soğuk, düşük enlemlerde bulunan ülkelerin ise sıcak olduğunu bunun da insanın sağlığını etkilediğini belirtir.³²

İbn Sînâ dağların iklim ve sağlık üzerindeki etkisi konusuna da değinir. Dağların, atmosferi yer ve konum bakımından etkilediğini, yüksek dağların güneşi kapatarak ışığı yansıttığını, rüzgâr oluşmasına yardım ettiğini ve rüzgârları engellediğini belirtir. Kuzeyde ve doğuda olan dağların güneşin ışığını ve ısıyı azalttığını, batıda ve güneyde olan dağların ise güneşe açık olduğunu ifade eder. Dar geçitler boyunca esen rüzgârın daha fazla toplanarak daha hızlı ve sürekli esmesi nedeniyle rüzgârın hızının vadilerde çöllere göre daha yüksek olduğunu ifade eder.³³

İbn Sînâ sıcak ülkelerin insanlarında, sıvıların artan yayılma eğilimi nedeniyle erken bunama durumunun ortaya çıktığını iddia eder. Sıcak iklim şartlarında yaşayan insanların genellikle yumuşak huylu ve nazik; soğuk ülkelerde yaşayanların ise kuvvetli ve cesur olduklarını öne sürer. İbn Sînâ'ya göre nemli ülkelerde yaşayanlar bariz bir biçimde şişmandırlar ve ishal, baş kanaması, ülser, fistül, ağız hastalıkları ve sara gibi hastalıklarla karşılaşır. Kuru ülkelerin insanları ise hem kış hem de yazın şiddetli geçmesi nedeniyle kuru mizaçlı olurlar, derileri ince olduğu için kolayca çatlar. Yüksek ülkelerde yaşayanlar cesur, güçlü ve uzun ömürlü olurlar. Alçak ülkeler nemli ve havasız oluşu için insanları hüznü ve kötümser olurlar.³⁴ Deniz kenarındaki ülkelerde denizden gelen nemden dolayı yaz ve kış mutedil geçer. Kuzey ülkelerinin

³² İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.123-124.

³³ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.124.

³⁴ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.127.

iklimi hıtların vücutta toplanmasına neden olur. Kuzey ülkelerinde yaşayanlar genellikle uzun ömürlüdür ancak bu ülkelerde yaşayan insanlar kan birikmesi nedeniyle damar yarılmaları ve bunun kanamalarına meyillidirler; kadınlarda vücuttaki kanalların darlığı nedeniyle adet görme azdır; rahim uygun şekilde boşaltılıp temizlenmediği için kısırlık yaygındır; zayıf kadınlar verem olma-ya meyillidirler. Güney ülkelerinde iklim yaz mevsimine benzer. Bu ülkelerde çevresel faktörler nemli hıtların vücutta toplanmasına neden olur ve insanlar genellikle ishalden şikayetçidir. İbn Sînâ güney ülkelerinde yaşayan insanların sinir sistemleri zayıf olduğu için zor kavradığını ve zihnen aptal olduklarını öne sürer. Kadınların adet halinde kanamalarının fazla olduğunu, gebeliğin zor olduğunu ve düşük oranının yüksek olduğunu ifade eder. Erkeklerin ise daha fazla bağırsak kanamaları, basur ve göz iltihabı gibi hastalıklara meyilli olduklarını belirtir.³⁵ İbn Sînâ doğu ülkelerinde yaşayan insanların güneşe açık ve havası temiz olduğu için genellikle sağlıklı olduklarını, batı ülkelerinde yaşayanların ise güneşi sadece batarken aldıkları için ve güneş havayı kurutma ve inceltmede başarılı olamadığı için fazla nemden dolayı nezleye meyilli olduklarını öne sürer.³⁶ Günümüzde coğrafya ve iklimin insan sağlığına etkileri konusunda yazılan eserler İbn Sînâ'nın bu konudaki görüşlerini onaylamaktadır. Günümüzde tıbbi coğrafya üzerine yazılan eserler hastalıkların iklim, toprak, bitki örtüsü ile doğrudan ilişkili olduğunu dahası, bölgede yaşayan canlı nüfusunun hayatı bir üyesinin yok olmasının da bölgedeki hastalıklar üzerinde önemli bir rolünün bulunduğunu bildirmektedir.³⁷

3.4. Okyanuslar

İbn Sînâ'nın felsefesinde insan bedenine etki eden bir başka durum deniz ve okyanuslardır. Deniz havası yapısı itibariyle nemlidir ve kuzeyde olduğunda soğuk, güneyde ve doğuda ise nemlidir. Deniz dağlarla engellenmişse havanın kokuşarak insan bed-

³⁵ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.128.

³⁶ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.129.

³⁷ Miomir M. Komatina, *Medical Geology: Effects of Geological Environments on Human Health* (Amsterdam: Elsevier, 2004), s.311-312.

nindeki hıltların kokuşmasına sebep olacağını düşünür.³⁸

3.5 Rüzgarlar

Rüzgârların yönü insan sağlığı üzerinde önemlidir. İbn Sînâ'ya göre kuzey rüzgârları soğuk ve kuru iken, güney rüzgârları sıcak ve nemlidir. Doğu rüzgârları ise sıcaklık açısından düzenli ve kurudur. Buna karşın batı rüzgârları ise doğu rüzgârları ile mukayese edildiğinde daha nemlidir. Bununla beraber batı ve doğu rüzgârları kuzey ve güney rüzgârlarından daha yumuşaktır. Fırtınalar atmosferin üst tabakalarında meydana gelir.³⁹ Günümüz meteoroloji biliminde rüzgâr; atmosferde oluşan basınç farkları nedeniyle havanın yeryüzüne paralel olarak yüksek basınç alanından alçak basınç alanına yer değiştirmesi olarak tanımlanır. Bu nedenle rüzgârın hızı iki bölge arasındaki basınç farkının yükselmesi ile birlikte artar. Rüzgârın hızına göre hava akımı esinti, fırtına, tayfun ve kasırga gibi farklı isimler alır.⁴⁰ Ancak modern meteoroloji İbn Sînâ'nın fırtınaların atmosferin üst tabakalarında oluştuğuna dair iddiasını doğrulamamaktadır.

İbn Sînâ kuzey rüzgârlarının çeşitli özelliklerinin insan bedenini sertleştirerek güçlendirdiğini belirtir. Kuzey rüzgârları bozulmuş havayı temizler. Güney rüzgârlarının etkisiyle eriyip sıvı hale gelen hıltlar ve kanallar kuzey rüzgârlarının etkisiyle sıkılaşır. Bunun bir sonucu olarak baş üşümesi, göğüs şikayetleri, mesane ve uterus hastalıkları ortaya çıkar. Güney rüzgârları vücudu gevşetir ve kanalları açar, hıltları harekete geçirir. Bunun bir sonucu olarak ülser, gut, baş ağrısı gibi durumlar ortaya çıkar. Doğu rüzgârları sabah saatlerinde eserse nemi azaltır, havayı ısıtır ve kurutur. Öğleden sonra eserse bunun tam tersi etki yapar. Batı rüzgârları ise sabah saatlerinde eserse yoğun ve ağır olur; günün geç saatlerinde eserse bu durumda bunun tam tersi etki yapar.⁴¹

³⁸ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.124.

³⁹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.124-125.

⁴⁰ James M. Shultz and at al., "Epidemiology of Tropical Cyclones: The Dynamics of Disaster, Disease, and Development", *Epidemiologic Reviews, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health* 27, sy. 1 (2005): 21-35.

⁴¹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıbb*, c.I, s.126.

3.6. İkamet Edilen Yer

İbn Sînâ'nın insan sağlığı üzerinde etkisi olduğunu düşündüğü bir başka durum ise yaşadığı yerdir. İnsanın ikamet ettiği arazinin de insan sıhhati açısından büyük bir önemi haiz olduğuna inanır. Öyle ki bu arazinin toprak yapısı, yüksekliği, çevresinin güvenli bir şekilde çevrilmesi, ikamet edilen yere ulaşan suyun güvenilirliği, bölgede bulan rüzgârın temizlik ve serinliği aynı zamanda su kaynakları, dağ ve madenlere olan yakınlığı, bölge halkının beslenme adetleri, ikamet edilen bölgenin bulaşıcı hastalıklara maruz kalıp kalmaması gibi birçok husus İbn Sînâ için önemlidir. O aynı zamanda ev inşasında havanın eve kuzeyden girmesi için kapı ve pencerelerin kuzey ve doğuya bakacak şekilde yapılmasını, ya da havayı temizleyecek şekilde güneş görmeye uygun bir biçimde yapılmasını önerir.⁴²

3.7. Sular

İbn Sînâ'ya göre besin maddeleri ile alınan elementlerin birçoğu sudan müteşekkildir. Onun felsefesinde su bir besin maddesi veya besleyici değildir ancak bununla birlikte besin maddelerin emilmesine, katkı sağlar.⁴³

İbn Sînâ'ya göre sular; saf, durgun ve akan su olmak üzere üç çeşittir. Bunlar arasında en iyi su saf olandır. Çünkü saf su kayalık yerden veya topraktan çıkar, yalnızca güneş ve hava ile temas eder. İyi su aynı zamanda şu özellikleri bünyesinde barındırmalıdır: tatlılık, hafiflik, kolayca ısınıp ve soğuma, midede uzun süre kalmama ve kokusuz olma. İbn Sînâ kararınca tüketilen soğuk suyun insan vücuduna yararı olduğunu, buna karşın sıcak suyun ise sindirim sistemine zarar vererek, iştahı kestiğini, tuzlu suyun da deride incelmeye neden olarak, deriyi kuruttuğunu ve buna bağlı olarak ishale sebep olduğunu belirtir.⁴⁴ Aynı şekilde amonyaklı ve tuz içerikli sular ishale neden olur. Şap içeren sular basur

⁴² İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.129.

⁴³ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.134-135.

⁴⁴ Modern tıp suyun bedene pek çok faydalarının olduğunu, bedeni susuz bırakmanın pek çok zararlarının olduğunu ve sağlıklı bir beden için günde en az 2 litre su almak gerektiğini tavsiye etmektedir.

için faydalı olmakla birlikte hummalara neden olur. Demir içeren sular dalağın büyümesini yavaşlatır, bakır içeren sular ise mizaç düzensizliklerine faydalı olur.⁴⁵

3.8. Banyolar

İbn Sînâ'nın beden felsefesinde banyoların yeri önemlidir. Banyoları; güneş, yağ ve soğuk su banyosu olmak üzere üç kısımda ele alan filozof, banyoların sağlık üzerindeki tesirini sıcak havanın insan bedeninin ısınıp arttırması ve suya nemin eklenmesi şeklinde açıklar. Dikkat çekici bir nokta İbn Sînâ'nın banyoları mevsimlere göre taksim etmesidir. Buna göre banyoların ilk odası sonbahar gibi soğuk ve nemli, ikinci odası yaz gibi sıcak ve kuru, üçüncü odası kış gibi sıcak ve kuru, dördüncü odası da ilkbahar gibi bekleme odası olarak hamamlarda inşa edilmiştir.⁴⁶

Güneş banyosu salgıları arttırır, nefesi hızlandırır, buna ek olarak astım, kalp hastalıkları ve nefes darlığına iyi gelir, soğuk tabiatlı baş ağrılarını dindirir ve soğuk mizaçlı insanları güçlendirir. Kum banyosu ise yüzeyde bulunan şişlik ve kabarcıkları yok ederek ağrıyı geçirir ve vücudu kurutur. İbn Sînâ'ya göre yağ banyoları spazm ve idrar tutulmasına karşı, zeytinyağı banyosu ise hummalara, eklem ağrılarına faydalıdır.⁴⁷

3.9. Dinlenme ve Faaliyet

İbn Sînâ'ya göre spor yapmak ve dinlenmek sağlık üzerinde birtakım etkenlere sahiptir. Sporun sağlık üzerinde etkisi faaliyetin yoğunluğu, hızı ve süresi ile birlikte değişkenlik gösterebilir. Yapılan her türlü aktivite insan bedeninde bir ısı meydana getirirken, aktivitenin uzun sürmesi ile birlikte bu ısı dağılır, bu da vücutta soğukluk ve kuruluğa neden olur. Sporun aksine dinlenmenin ise daima serinletici ve nemlendirici bir tesire sahiptir.⁴⁸

İbn Sînâ'ya göre uyku hali istirahat haline benzerdir. Bu nedenle onun nazarında uyku da uyanıklık da faaliyet durumuna

⁴⁵ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.135-138.

⁴⁶ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.140-141.

⁴⁷ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.142-143.

⁴⁸ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.130.

yakın bir durumdur. Uykunun insan bedeni üzerindeki etkisine değinen İbn Sînâ, uyku ile iç sıcaklığın düzenlenerek tabîî ruhu güçlendirdiği, gevşeme ve uyarıların kanalları nemlendirmesi sonucunda uyanıklığa neden olan yayılımı engelleyerek hayatî gücü yoğunlaştırdığını ve nefsânî ruhu zayıflattığını düşünür. İbn Sînâ uyku ile beraber yorgunluğun giderildiğini; tabîî sıcaklığın vücut içerisinde muhafazasını sağlayarak vücudun tamamına besin gönderdiğini ve bu şekilde fazlalıkların deri yoluyla atılmasına katkı sağladığını vurgular. Uzun süren uykusuzluk ile vücutta kuruluk ve zayıflık zuhur eder ve beyne rahatsızlık verir. Buna göre hıtların yanması, zihnî düzensizlikleri ortaya çıkaran bir etki meydana getirir. Buna karşılık fazla uyku ise zihinsel ve sinirsel faaliyetlerde sersemlik ortaya çıkaran bir etki yaratarak uyku hali meydana getirir. Vücuttaki fazlalıkların atılamaması soğuk tip hastalıklara neden olur.⁴⁹

3.10. Psikolojik Etkenler

İnsan kalbinde meydana gelen ve hayatî gücün hareketine neden olan hisler İbn Sînâ'ya göre hayatî kuvvetin içe ya da dışa doğru hareketinin bir sonucu olarak ortaya çıkar. Buna binaen hayatî kuvvet dışa doğru hareket ettiğinde vücut soğur; hayatî kuvvet içe hareket ettiğinde ise bu durumda vücudun dışı soğur. Hayatî kuvvetin dış hareketi ya öfke halindeki gibi ani ve hızlıdır ya da zevk ve mutluluk halindeki gibi tedricidir. Hayatî kuvvetin iç hareketi ise korku ve üzüntü halindeki gibi yavaştır. Kızgınlığın öfke ile yer değiştirmesinde olduğu gibi bir durumda, birbirine zıt iki unsuru birden kapsıyorsa bu durumda hayatî kuvvet hem içe hem de dışa doğru hareket etmektedir.

Birtakım zihinsel etkenler insan vücudunda fiziksel değişimlere neden olabilir. Öyle ki İbn Sînâ'ya göre çocuk cinsel birleşme sırasında annenin zihnindeki sûretine benzer. Çocuğun sûreti, seminal salgı sırasında babanın zihnindeki renkte meydana gelir.⁵⁰

⁴⁹ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.130-131., Jon McGinnis, *İbn Sînâ*, çev. E.Burak Şaman, Klasik Yayınları, İstanbul, 2019, s.263.

⁵⁰ Günümüzde modern tıp çocuğun cinsiyeti ve rengi konusundaki bu iddianın doğru olmadığını göstermiştir.

Buna örnek ise ekşi yiyen birini izleyenin dişlerinin kamaşmasıdır. Acı veya hüznün halinde olan birini izleyenlerde de benzer bir hal ortaya çıkarabilir.⁵¹

3.11. Beslenme

Çalışmamızda son olarak ele alacağımız konu ise beslenmedir. İbn Sînâ besinlerin, içerdikleri elementler aracılığıyla beden sağlığı üzerinde etkide bulduklarına vurgu yapar. Besinler insan vücudunda üç farklı yolla faaliyette bulunur ki bunlar; niteliksel faaliyet, maddî (elementer) faaliyet ve özel faaliyettir. Niteliksel faaliyet, besinlerin insan vücuduna girdikten sonra cevherin ısınarak ya da soğuyarak vücutta sıcaklık ve soğukluk hissine neden olmasıdır. Besinlerin maddî faaliyeti dokular tarafından birleştirilip bütünleştirilen cevher ile tesirini ortaya koyar. Öyle ki bazı durumlarda besin sindirim sürecinin sonuna kadar kendi niteliğini koruyabilir. Besinlerin özel faaliyeti ise besinin vücutta gördüğü işlemde sonra yeni, özel bir nitelik elde etmesidir. Örneğin; normalde zehirli bir yapıya sahip olan şakayık ve kaplanboğan bitkileri sara hastalığı tedavisinde vücuda girdiğinde zehirli yapısının aksine tedavide kullanılacak başka bir özellik elde eder.⁵²

İbn Sînâ besinleri hafif, ağır ve mutedil olmak üzere üç bölümde ele alır. Hafif yiyecekler ince kan oluştururken, ağır yiyecekler ise kana yoğunluk verir. Mutedil besinler ise orta yoğunlukta kan üretir. Ona göre et suyu, kaynamış yumurta sarısı gibi besinle hafif besinler; peynir, sebzeler, elma, nar ve biftek gibi besinle ise ağır besinlerdir.⁵³

Sonuç

Çalışmamızda İbn Sînâ'nın hastalık ve nedensellik konusundaki görüşlerini ele almaya çalıştık. Onun hastalık konusuna günümüz modern tıp düşüncesinden daha kapsamlı bir bakış getirmeye çalıştığını gözlemledik. Öyle ki İbn Sînâ, hastalık ve nedensellik ilişkisinde yalnızca maddî ve fizikî sebepler ile yetinmemiş

⁵¹ İbn Sînâ, (1999), *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.131.

⁵² İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.131-132.

⁵³ İbn Sînâ, *el-Kânûn Fi't-Tıb*, c.I, s.134.

buna ek olarak insanın yaşadığı çevreden psikolojik etkenlere kadar birçok nedene değinmiştir. İbn Sînâ aynı zamanda hastalığı tahlil ederken, insanı merkeze almış, bu yolla her insanın hastalık ile olan tecrübesini özelleştirmiştir. Modern tıp ise bunun aksine hastalığı merkeze alır. Onun bu düşünceleri tıp düşüncesinin insan merkezli bir okumaya dayandığını göstermektedir. İbn Sînâ'nın görüşlerinin bugün bilim insanları tarafından hala araştırılmaya çalışılması ve onlar üzerindeki etkisi, büyük hekimin bize bıraktığı mirasının ne denli büyük olduğunu göstermektedir.

Kaynaklar

- Gruner, Oscar C. *A Treatise on the Canon of Medicine of Avicenna*. New York: AMS Press, 1973.
- İbn Sînâ. *El-Kânûn Fi't-Tıb I-V*. nşr. Muhammed E. ed-Dannâvî. Beyrut: Dârü'l-Kütübî'l-İlmiyye, 1999.
- İbn Sînâ. *Kitâbu'ş-Şifâ: Metafizik II*. çev. Ekrem Demirli, Ömer Türker. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2005.
- İbn Sînâ. *et-Ta'likât*. çev. İsmail Hanoğlu Ankara: Elis Yayınları, 2019.
- Marcum, James A. *An introductory Philosophy Of Medicine: Humanizing Modern Medicine*, Springer, 2008.
- Mcginnis, Jon. *İbn Sînâ*, çev. E. Burak Şaman, İstanbul: Klasik Yayınları, 2019.
- M. Shultz, James and at al., "Epidemiology of Tropical Cyclones: The Dynamics of Disaster, Disease, and Development", *Epidemiologic Reviews, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health* 27, sy. 1 (2005): 21-35.
- Kâhya, Esin. "El-Kânûn Fi't-Tıb". *TDV İslam Ansiklopedisi*. 24: 331-332. İstanbul: TDV Yayınları, 2001.
- Komatina, Miomir M. *Medical Geology: Effects of Geological Environments on Human Health* (Amsterdam: Elsevier, 2004): 311-312.
- Pala, Kayıhan. "Sağlık Hizmetlerinde Piyasalaşma Mekânizmaları", *Kapitalizmin Krizi ve Sağlık* içinde, Uluslararası Sağlık Politikaları Birliği Avrupa Birimi XVI. Konferansı, Ankara-Türkiye, 29 Eylül - 2 Ekim 2011.