

Şaman tıbbı

Prof. Dr. Mustafa Öztürk



1973'te Karabük'te doğdu. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden 1997'de mezun oldu. 2001'de Fatih Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde uzmanlık eğitimini tamamlayarak iç hastalıkları uzmanı oldu. Endokrinoloji yan dal ihtisasını yaptığı Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde uzun yıllar görev yaptı. Dr. Öztürk, halen Medipol Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğretim Üyesidir.

Şamanizm denince aklımıza, Türklerin ilk dini olduğuna dair bilgimiz gelir. Bugünlerde TRT'de ekrana gelen *Diriliş Ertuğrul* dizisinin müdavimleri için Moğolların kanlar içinde çılgınca dans eden gizemli rahibidir şaman. Şamanizm ilkel toplumların batıl inançlarının eseri olarak görüldüğünden bu insanların gerçekte hangi bilgilere ya da becerilere sahip olduğu pek merak edilmez. Semavi dinler, algıladığımız dünya ile sıradan algının ötesindeki âlemlerin ilişkilerini sistematik ve ayrıntılı bir şekilde izah ettiğinden şaman gelenekleri bir kenara atılmıştır. Modern zamanlarda ise bilim her şeyi izah etmeye soyunduğundan hayatın içinde ne ilkel ne de semavi bir dine yer bırakmak istemez. Modern bilime göre ilkel insanın mahiyetini anlayamadığı tabiat olaylarına mistik açıklamalar arama zorunluluğu Şamanizm'i doğurmuştu. Peki, gerçekte öyle mi acaba? Şamanik bilgi; modern bilimin yanında bir kıymet ifade edebilir mi, semavi dinlerin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olabilir mi?

Şamanizm sadece Orta Asya kültürünün bir parçası değildir. Hepsisi Şamanizm başlığı altında toplanmakla birlikte her biri farklı özellikler gösteren pek çok büyücü-şaman geleneği Güney Amerika'dan Sibiryaya steplerine, Avustralya çöllerinden Afrika ormanlarına kadar çoğu kültürde mevcuttu. 16. yüzyılın başlarında İspanyol kâşif Gonzalo Fernandez de Oviedo, Dominik adalarındaki yerlilerle karşılaştığında, "tabako" içerek kendinden geçen ve şeytanla konuşan yaşlı rahiplerden bahsediyordu. Takip eden yıllarda İspanyol kâşifler kabile büyücüleriyle ilgili tecrübelerini aktarırken, bu

insanların hem hastalıkları iyileştirdikleri, hem de düşmanlarına büyü yaparak zarar verdiklerini aktarmışlardır. İlkel dinlerde şaman, toplumsal hayatın merkezinde yer alır. Her önemli işten önce şamanın ruhlarla konuşması ve yön göstermesi beklenir. Hastalar şamana götürülür, düşman kabileye zarar verilmek istendiğinde önce şamandan büyü yapması istenir, savaşa gidileceği zaman şamandan ruhların koruyuculuğu için aracılık etmesi beklenir. Şaman, bu dünya ile öte dünya arasında iletişimi sağlayan insandır.

Peki, nasıl şaman olunur? Esasen şamanlık genelde talep edilmez, şaman "ruhlar" tarafından seçilir. Şaman olacak insanlarda bazı özel fiziksel işaretler aranmakla birlikte, çoğu zaman yaşlı şaman kendisinden sonra kimin bu işi üstleneceğini seçer. Şaman olmak, hemen her kültürde acılı ve zor bir süreç gerektirir. Uzun süren açlıklar, toplumdaki soyutlanma, fiziksel ve ruhsal işkenceler sonunda şaman olunur. Büyük şamanlar bu acılara daha uzun süre katlanarak daha büyük yetenekler kazanırken, yeterince sabredemeyenler ya şamanlıktan reddedilir ya da iyileştirme yeteneği olmayan ancak insanlara zarar verebilen basit büyücüler olarak kalırlar.

Türk kültüründe şaman adayı herkesten uzak bir evde, yeni soyulmuş bir karaağaç üstüne çıplak olarak yatırılır, "kara su" adı verilen bir sudan başka içecek verilmez, yemek yedirilmez. Hizmetini, erkek görmemiş bir kız ya da kadın görmemiş bir erkek yapar. 16. yüzyıl kâşiflerinin Brezilya yerlilerindeki şamanik inisiyasyon törenleri de buna çok benzer. Adayın yeni yapılan bir kulübede

tutulması, aç bırakılması, özel bir içki içirilmesi, bir bakirenin hizmet etmesi hep aynı şekildedir. Türk kültüründe şaman adayının bu evrede korkunç ruhsal işkencelerden geçtiği söylenir. Trans halindeki şaman adayı, etinin ruhlar tarafından kaynatılıp parçalandığı ve yenildiğini tecrübe eder. Bazı adaylar bu aşamada ölebilirler. Sağ kalan ve eti ruhlar tarafından yenilen aday şaman olarak yeniden doğmuştur ve artık ruhlar âlemiyle temasa geçebilir.

Orta Asya ve Sibiryada şamanik gelenekler yok olmaya yüz tutarken, Amazon ormanlarının derinliklerinde halen yaşatılmaktadır. İlkel ve modern yaşam arasında bir yerlerde hayatlarını sürdüren bu kabilelerde şamanik pratikler hala günceldir ve bu nedenle iyi incelenmiştir. Amazon yerlilerinde ise şamanik inisiyasyon yıllarca süren izolasyon ve diyetler gerektirir. Bu izolasyon sırasında tek başına ormanın derinliklerinde yaşayan şaman adayı tek bir tür bitkiden ve izin verilen bir balık türünden yer, tütün ya da halüsinojenik bitkilerden yapılan içkilerden içer. Halüsinojenlerle birlikte tükettiği bitkinin ruhu trans halindeyken "uvişin" şamanına gelir; ona kendisinin güçlerini ve hangi hastalıkları iyileştirebileceğini anlatır ve bir de özel şarkı öğretir. "İkaro" denilen bu şarkılar şaman tarafından ayın sırasında okunduğunda bitkinin ruhu gelir ve hastanın iyileştirilmesinde şamana yardımcı olur. Uvişin ne kadar azimli ve güçlü bir şaman ise, o kadar çok ikaro bilir. Uvişinin hastayı iyileştirmesi için bitkinin kendisini de kullanması gerekmez, sadece trans halinde ikarosunu söylemesi yeterlidir. Uvişinin kendi "farmakopedisini" oluşturması için yıllarca süren izolasyon, açlık ve diyetler

gereklidir. Kötücül yetenekler ise daha kolay elde edilir; tamahkâr uyuşunlar bu çileleri çekmeden kolay yoldan büyü yapmayı öğrenir ve müşterilerinin düşmanlarına zarar verecek büyüler yaparak geçimlerini sağlarlar.

Amazon şamanları, ruhlarla temas etmek için bitkisel karışımlar kullanırlar. Halüsinojenik bu içkilerin en iyi bilineni ayahuasca'dır. Ayahuasca ya da diğer adıyla yage, iki ayrı bitki kökünün bir arada kaynatılmasıyla elde edilen bir içkidir. Koyu kıvamlı ve içilmesi zor olan bu içki, çoğu zaman bulantı ve kusmaya yol açmakta ve sonrasında saatler süren halüsinasyonlar görülmektedir. Uyuşunlar bitki ruhlarıyla tanışmak için, o bitkiyle birlikte ayahuasca içerler ve bunu aylar boyunca tekrarlarlar. Ayahuasca içindeki bitkilerin birinde halüsinojenik etkisi olan dimetiltriptamin (DMT) maddesi vardır. İnsanda ve hayvanda endojen olarak sentezlenen bu maddenin sentetik formu intravenöz olarak alındığında ölüm benzeri bir deneyimle birlikte çoğu zaman büyük bir ekstazik aşk hissi duyulmakta ve çeşitli halüsinasyonlar görülmektedir. Bu özelliklerinden dolayı "ruh hormonu" olarak isimlendirilmiştir. Kötüye kullanımı da söz konusu olduğundan uyuşturucu maddeler kapsamında kabul edilen DMT, oral alındığında etkisizdir. Gastrointestinal sistemdeki monoamin oksidaz (MAO) enzimi tarafından parçalanmaktadır. Amazon yerlileri, oldukça zeki bir yolla DMT'yi oral olarak etkili hale getirmişlerdir. Ayahuasca'nın içindeki diğer bitkide MAO enzimini engelleyen başka bir kimyasal vardır ve böylece DMT'nin parçalanmadan kana karışması sağlanmaktadır. Ayahuasca'nın etkisindeki şaman, tedaviye gelen hastada hastalık yapıcı etkiyi görür ve bunu çıkarabilir. Çoğu zaman metafizik bir "ok" (tsentzak) ile sembolize edilen bu hastalık etkeni şaman tarafından elle ya da emilerek çıkarılır ve hasta iyileşir. Hastanın içindeki tsenzaki bulup çıkaracak şamanın kendisinin de bu tsenzaklarının olması gerekir. Hastalık yapıcı bu okların çıkarılıp atılması gerekir, eğer kazara yutarsa şamanın kendisi de hasta olur ya da ölebilir.

Ayahuasca'nın etkisindeki insanlar tipik halüsinasyonlar görür; içen ister yerli olsun ister bir Avrupalı olsun hep benzer görSELLİKLERİ tarif eder. Pablo Amaringo'nun çizimlerine bakarak fikir edinebileceğiniz bu halüsinasyonlarda anakonda yılanı başrollerde olmakla birlikte, jaguar ya da papağan gibi orman yaratıkları, geçmiş ruhlar, muhteşem şehirler, saraylar vs. görülür. Sentetik DMT'nin halüsinasyonları daha farklıdır ancak ayahuasca'daki gibi bazı metafizik yaratıklar -Terence McKenna tarafından tanımlandığı şekilde "self transforming machine elves"- ile irtibat kurulabilir.

Amazon yerlileri, bilinç değişikliği oluşturmak için sadece ayahuasca kullanıyorlar. Ayınlarının çoğunu tütün dumanı ile yapıyorlar. "Tobakero" denilen tütüncü şamanlar, nikotin içeriği çok yüksek olan Amazon tütünü içerek dumanını hastalarının üzerine üflüyorlar ve ikarolar söyleyerek yardımcı ruhlarını çağırıyorlar.

Aslında diğer şaman kültürlerinde de bilinç değişikliği oluşturarak ruhlarla temas etmek ana temayı oluşturur. Kuzey Amerika yerlileri bunun için peyote adlı halüsinojenik bir mantar yapıyorlar. Peyotenin halüsinasyonlarında Meksika desenlerinin hâkim olduğu stereotipik özellikler mevcuttur. Halüsinojenik mantarlar, Aztek ve Maya kültürlerinde rahipler tarafından yaygın olarak kullanılmıştır. İneklerin kuruyan tezkerlerinde yetişen narin yapılı psilocybin mantarları da kuvvetli halüsinojendir ve Lewis Carroll'un *Alis Harikalar Diyarında* romanını yazarken bu mantarın deneyimlerinden esinlendiği söylenir. İneklerin kutsal kabul edildiği Hindu kültüründe ise psilosibin mantarı kullanımının izleri görülebilir. Hinduizm'de ineğin kutsal kabul edilmesinde, dışkısında yetişen bu mantarın rolü olmuş olabilir. Ortadoğu'da ise halüsinojenik bitkilerin kullanımı çok yaygın olmamakla birlikte, üzerlik (ya da yüzerlik) otunun Peygamber Efendimizden (SAV) önceki zamanlardan beri bilindiği kayıtlarda mevcuttur. Halen Anadolu'da kötü ruhları uzaklaştırmak için evlere asılan bu otun tohumlarında MAO inhibitörü harmalin mevcut olup, yüksek dozlarda halüsinojenik etki gösterdiği bilinmektedir.

Orta Asya şamanları bilinç değişikliği yapmak için davul sesi kullanmışlardır. Modern şamanik akımın önde gelen ismi Michael Harner'a göre belli bir hızda (dakikada 205-220 vuruşla) çalınan davul sesi, konsantre olunduğunda içinde bulunduğumuz "orta dünyadan" üst ya da alt dünyalara geçiş yapılabilecek bilinç değişikliği oluşturabiliyor. Bir dönem sentetik halüsinojen LSD ile çalışan Stanislav Grof ise, kendi geliştirdiği bir hızlı nefes alıp verme tekniğiyle ilaçlarla elde edilebilen bilinç değişikliğine ulaşabileceğini savunuyor.

İster ritmik seslerle olsun, ister nefes egzersizleri, isterse sentetik ya da bitkisel maddeler olsun, bu bilinç hallerinde kullanılan yöneme özgü ortak algı deneyimleri oluşturuyor. Modern bilim bunlara halüsinasyon diyor, yani beyin algısının yanılsaması. İçinde yaşadığımız fiziksel dünyanın gerçekliği, herkes tarafından ortak olarak aynı şekilde algılanmasından kaynaklanıyor. Halüsinojenik mantarların ya da kimyasalların oluşturduğu algılar da tecrübe edenlerde büyük oranda ortaktır. DMT gibi güçlü bir halüsinojenin yarattığı

bilinç hali, tecrübe edenler tarafından "gerçekten daha gerçek" olarak tarif edilebiliyor. Ancak bilimsel yöntemlerin işlemediği bu bilinç durumunda neyin gerçek neyin yanılsama olduğunu test etmek mümkün değildir. Materyalist ateistler, ilkel ya da semavi tüm dinleri, beyin algısının kimyasal yanılsamaları ile izah edip işin içinden çıkabiliyorlar. Kuran-ı Kerim'de Hicr Suresi'nde (14-15) "Onlara gökten bir kapı açsak da oradan yukarı çıksalardı: «Herhalde gözlerimiz döndürüldü; belki de biz büyüye tutulmuş bir topluluğuz.» diyeceklerdi" buyruluyor. Yani olay inanmak ya da inanmamak noktasında düğümünüyor.

Şamanın dünyasında tabiattaki her şeyin bir ruhu vardır. İnsanların da ruhları vardır; bu ruh eksilebilir, parçalanabilir, kaybolabilir. Hastalıkların birçoğu fiziksel ya da ruhsal travmaların ruhun bütünlüğünü bozması ve parçalaması sonrası gelişir. Orta dünyanın bedensiz ruhları, -ki Türk Şamanizm'inde "bizden yeyler" olarak adlandırılır- ruhu eksilen ve parçalanmış insanlarda hastalık oluştururlar. Şamanın görevi bazen ikarosuyla, bazen davuluyla çağırıldığı yardımcı ruhlarını kullanarak hastalığı yapan kötü ruhları hastadan uzaklaştırmaktır. Amazon yerlilerine göre kötü bir uyuşunun kurbanında her türlü hastalığı yapabilmesi mümkündür. Bizim bir enfeksiyon ya da tümör olarak gördüğümüz bir hastalık, Amazon yerlisi için kötü bir uyuşunun tsenzaki ile ortaya çıkmış bir büyüdür. Bunun neticesi, düşman kabileler arasında bitmek tükenmek bilmeyen büyü mücadeleleridir. Her ölüm büyü neticesi olabilir. Ölenin ailesi bir uyuşüne giderek yakınlarının kimin büyüyle öldüğünü sorguladığında, düşman uyuşun için tehlike çanları çalıyor demektir. Bu nedenle bir uyuşunun eceliyle ölmesi pek mümkün değildir ve günümüzde çoğu kendini korumak için silah taşır.

Modern tıpta büyüye, cine, kötü ruha -hatta ruha- yer yoktur. Tıp profesörü olmama rağmen, benimse kişisel görüşlerim farklı. Cinlerin varlığını inkâr etmek Kuran-ı Kerim'i inkâr etmek anlamına geldiğinden, bir Müslüman olarak mevcut duyularımızla algılamadığımız başka bir gerçeklik olduğuna "iman ediyorum". Besmeleyle birlikte şeytandan Allah'a sığındığımızı göre, algılamadığımız bu yaratıkların insanlara zarar verebileceklerine de "inanıyorum". Bunun da ötesinde bu zararların enderi nadirat olgular olmadığı, hemen her gün karşılaştığımız ve bizim başka başka isimler verdiğimiz hastalıkların etiolojisinde yer aldığını düşünüyorum. Bunun da ötesinde, ruh/cin/şeytan gibi sıradan algımızın dışındaki yaratıkların tamamen fizik dışı olmadığını, ölçülebileceğini ve deneylenebileceğini biliyorum!