

**T.C.**  
**DÜZCE ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**KAFKAS DİLLERİ VE KÜLTÜRLERİ ANA BİLİM DALI**  
**ÇERKEZ DİLİ VE EDEBİYATI YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ADIGE KÜLTÜRÜNDE ŞIFACILIK**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hayat Kanat**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Fehmi Altın**

**Düzce**

**Haziran, 2019**



**T.C.**  
**DÜZCE ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**KAFKAS DİLLERİ VE KÜLTÜRLERİ ANA BİLİM DALI**  
**ÇERKEZ DİLİ VE EDEBİYATI YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ADIGE KÜLTÜRÜNDE ŞIFACILIK**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hayat Kanat**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Fehmi Altın**

**Düzce**  
**Haziran, 2019**

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Bu çalışma jürimiz tarafından ..... Anabilim

Dalında oy birliği / oy çokluğu ile YÜKSEK LİSANS TEZİ / DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan ..... (İmza)  
Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye ..... (İmza)  
Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye ..... (İmza)  
Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye ..... (İmza)  
Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Üye ..... (İmza)  
Akademik Unvanı, Adı-Soyadı

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../20..

(İmza Yeri)

Akademik Unvanı, Adı-Soyadı  
Enstitü Müdürü

## ÖNSÖZ

Bu çalışmanın temel amacı; şifacılık bilgisinin, Proto Adıgelerden günümüz Adıgelerine “sözlü aktarım” yoluyla ne kadarının ulaştığını ortaya koymak; tarihsel sürecin getirdiği adaptasyon baskısı sonucu sözkonusu alanda yaşanan eksen kayması sonrasında, Adıge kültürel hafızasındaki bilgi erimesinin ne aşamada olduğunu göstermektir.

1864 Sürgünü Adıge halkının kırılma noktasıdır. Toplumun binlerce yıllık kültürel birikimi köklerinden koparak, ait olmadığı coğrafyalarda yaşama tutunmaya çalışmıştır.

Kafkasya'nın zengin bitki florası ve doğasından sonra; sürgün sonrası yerleşilen coğrafyalarda karşılaşılan fiziki, toplumsal ve sistemsel farklılıklar, Adıge şifacılığına adaptasyon zorunluluğunu dayatmıştır. Herşeyden önce yaşanan bilgi göçü; kültürel hafızadaki erozyonun başlangıç noktasıdır. Çalışma konumuz şifacılık da; bu erozyondan fazlasıyla etkilenmiştir. Bu bağlamda; konuya ilişkin Adıge kültüründe, bir şekilde kendini koruyarak yaşamaya devam eden, ya da kullanılsa da toplum hafızasında korunmuş her pratik çalışmamıza dahil edilmiştir.

Yine, eskinin mirasının; hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya coğrafyasında yaşayan Adıgelerde ne ölçüde korunduğu ya da değişime uğradığı, benzerlik ve farklılıklarıyla karşılaştırmalı olarak belirlenmeye çalışılmıştır.

Sonuç olarak çalışmanın amacı; toplumun hafızasında saklı kalmış ve yok olma tehlikesi eşliğini çoktan geçmiş bu değerli bilgi birikimini mümkün olduğunca günışığına çıkarmaktır.

Çalışma sırasında şunu fark ettim ki; bu alanda acil kayıtlanması gereken ve halen geçerliliğini koruyan kadim bilgiler, pratikler ve ipuçları toplumun hafızasında arka planda saklı durmakta ve keşfedilmeyi beklemektedir.

Bu çalışmada değerli katkıları için tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Fehmi Altın ile, teknik bilgi desteği için babam Sayın Alaittin Büken'e, çevirilerdeki desteği için kızım Sayın Begüm Kanat'a, maddi ve manevi destekleri için kıymetli aileme, araştırma aşamasındaki destekleri için Sayın Kurulay Yılmaz, Sayın Teuv Aslan, Sayın Şengül İyigün ve Sayın Gökhan Besler'e teşekkürlerimi sunarım.

Hayat Kanat

**ÖZET**  
**ADIGE KÜLTÜRÜNDE ŞIFACILIK**  
**KANAT Hayat**  
**Kafkas Dilleri Ve Kültürleri Anabilim Dalı**  
**Çerkez Dili Ve Edebiyatı Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğretim Üyesi Fehmi Altın**

**Haziran 2019, xiii+190 sayfa.**

Adıgelerde yazılı aktarım yoktur. Toplum hafızası ve kültürel birikim sözlü aktarım geleneğinin koruması altındadır.

Bu geleneksel disiplin, pratikte; edebiyatın altdalı olan halkbiliminin içeriğindeki inanç, toplumsal düzen, toplumsal iletişim, v.b. konularıyla birlikte halk hekimliğini de içine alan şifacılık ile karşılık bulmaktadır. Şifacılık disiplini herşeyden önce, barındırdığı tecrübenin içinde; toplumun geçmişinden süregelen uygulamalar, korunan pratikler, geleneksel yaklaşımlar, inançlar ve yaşam biçiminin kodlarını saklayarak, aynı dil gibi, gelecek kuşaklara kültürel aktarımı sağlamaktadır.

Bu disiplinin temsilcisi Şifacılar; doğayı gözlemleyerek ve doğal şifa olanaklarını bulup tecrübe ederek birikimlerini, halk inançlarıyla harmanlayan “kültür taşıyıcılarıdır”. Toplumsal birikimin korunmasında onların etkisi gözardı edilemeyecek kadar önemlidir.

Konuya kronolojik olarak bakıldığında; Adige toplumunun şifacılık birikiminin altyapısı ortaya çıkmaktadır;

- Proto Adıgelerden gelen mitolojik bilgilerde; doğanın gizleri şifalı otlar, tılsım, sihir, v.b. majik yöntemlerle çözümlenmeye çalışılmıştır.
- Adige toplumu tarıma geçişle birlikte yerleşik düzen ve toplu yaşamla tanışmış; toplumsal sağlığın korunması, zengin bitki florası ve coğrafyanın yardımıyla davranış ve toplum kurallarında yerini almıştır.
- Savaşlarla birlikte cerrahi yöntemler ve pratikler geliştirme gerekliliği ortaya çıkmıştır.
- Göç sonrası toplumsal dağılma nedeniyle de; mevcut birikim büyük ölçüde değişim ve dönüşüme uğrayarak, büyü, dua, okuma, üfleme, vb. dinsel etkilere maruz kalmıştır.

Nart Destanlarının mitolojik karakterlerinden Seteney; Nart toplumunun bilge figürüdür. Seteney hekimdir, falcıdır ve kâhindir. Yine Tlepş yaralı Nart çocuğun kırılan kalça kemiğini demirle onarmış, kopan ayağının yerine kendine demirden protez yapmıştır.

Maykop Kurganındaki arkeolojik buluntularda, 2800 yaşında olduğu tahmin edilen bronz neşter bulunmuş olup trepanasyon (kafatasında delgi açma ameliyatı) yapılan kafatasları ve cerrahi müdahaleler yapılan iskeletler ortaya çıkarılmıştır.

Adige toplumunun geçmişinden gelen bu bulgular, toplumun ulaştığı uygarlık düzeyini gösterirken, tarihsel süreç içinde toplumun kültürel birikiminde yaşadığı erozyonu da açıkça ortaya koymaktadır.

Bu çalışmanın amacı; şifacılık bilgisinin, Proto Adıgelerden günümüz Adıgelerine “sözlü aktarım” yoluyla ne kadarının ulaştığını ortaya koymak, geleneksel yöntemlerin adaptasyon baskısına maruz kalması sonucu sözkonusu alandaki eksen kayması karşısında, Adige kültürel hafızasındaki bu konuyla ilgili erozyonun derecesini belirlemektir.

Çalışma üç ana bölümden oluşmaktadır;

Birinci bölümde; şifacılık kavramı hakkında genel bilgiler verilerek; hastalıkların nedenleri, tedavi yöntemleri ve tedavi kaynakları kavramları ana hatlarıyla açıklanmıştır.

İkinci bölümde; Adige şifacıların mitolojik dönemden günümüze kadar geçirdikleri süreç, bu süreci etkileyen faktörlerle birlikte ele alınmıştır.

Üçüncü bölümde; Adige şifacıların hastalıklardan korunma teknikleri ve tedavi yöntemleri Kuzeybatı Kafkasya ve Türkiye sahasındaki örnekleriyle aktararak, Adıgelerin bitki ve hayvan hastalıklarıyla ilgili tedavi yöntemlerine ilişkin bulgular anlatılmıştır.

Çalışmanın sonuç bölümünde; tüm bulgular genel çıkarımlar halinde sunulmuştur. Sonuç olarak; bu çalışmada, Adıge toplumunun hafızasında saklı kalmış ve yok olma tehlikesi eşiğini çoktan geçmiş bu değerli bilgi birikimini mümkün olduğunca kayıt altına almaya gayret ederek, bu alandaki kültürel erozyona neden olan faktörler ve sonuçlar belirtmeye çalışılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Adıge, şifacılık, halk hekimliği, hastalık, geleneksel tedavi, bitkisel tedavi.



**ABSTRACT**  
**HEALING IN ADYGHE CULTURE**  
**KANAT Hayat**  
**Caucasian Languages and Cultures Program**  
**Circassian Language and Literature Master's Degree Program**

**Thesis Advisor: Dr. Lecturer Fehmi Altın**

**June 2019, page: xiii+190.**

There is no written transfer in Adyghe society. Society's memory and cultural accumulation are under the protection of the oral transmission tradition. This traditional discipline, in practice; corresponds as Healing with the issues such as folk medicine, faith, social order, social communication, along with in the content of folklore, which is a sub-branch of literature.

First of all, in the discipline of healing experience; ongoing practices from the past of the society, protected practices, traditional approaches, beliefs and lifestyle codes are stored. This discipline is same as like language, it provides cultural transmission to future generations. Healers representing this healing discipline; as they are cultural carriers that blend their accumulation with people's beliefs by observing nature, finding and experiencing natural healing possibilities. Their impact on the protection of social accumulation is too important.

Looking at the subject in chronological order; The infrastructure of the healing society of Adyghe society is as follows;

- Mythological information from Proto Adiges shows that, the secrets of nature have been tried to be solved by magical methods such as healing, herbalism, talisman, magic.
- Adige society has been introduced to permanent settlement and collective life with their transition to agriculture. With this change, the protection of social health has taken its place in the rules of behavior and society with the help of the rich flora and geography.
- The necessity of developing surgical methods and practices along with wars has emerged.
- Due to social dispersion after migration; the existing accumulation has undergone a great deal of change and transformation and has been exposed to religious influences such as magic, prayers, spells and charms.

Seteney, one of the mythological characters of the Nart epics; is a wise figure of Nart society and also is a physician, a fortune teller and a priest. In addition, also one of the mythological characters of the Nart epics; Tlepş rehabilitated the fractured hip bone of the wounded Nart boy with iron, and made an iron prosthesis for his broken leg.

Archaeological findings in the Maykop Kurgan yielded a bronze scalpel estimated at 2800 years old; skulls which transplantations was performed on, skeletons with surgical interventions were revealed.

These findings from the history of the Adyghe society shows the level of civilization that society has reached, and reveals the erosion of the society in its cultural accumulation in the historical process.

The purpose of this study is; To demonstrate the degree of transmission of the knowledge of healing from the Proto Adyghes to today's Adyghes; to determine the rationale for the erosion of the Adygeian cultural memory in the face of the axis shift in the area. The study consists of three main parts;

In the first chapter; General information about the concept of healing is given. The reasons of diseases, treatment methods and treatment sources are explained in the main lines.

In the second part; The process of Adyge Healing from the mythological period to the present is dealt with together with the factors affecting this process.

In the third chapter; preservation techniques and treatment of diseases transferred with



examples Adyghe healers in Northwest Caucasus and Turkey, the findings of the treatment of Adyghe's in plant and animal diseases are also explained.

In the conclusion of the study; all findings are presented in general inferences. As a result; in this study, by trying to record as much as possible the accumulation of this valuable knowledge, which has been hidden in the memory of the Adyghe community and has already passed the danger of extinction; the factors causing cultural erosion in this area and the results of them tried to shown.

**Key Words:** Adyge, healing, folk medicine, disease, traditional treatment, herbal medicine.



## İTHAF

Bu çalışma, annem Ğış Ayla Biken ve babam Ğış Alaittin Biken'e ithaf edilmiştir.

Hayat (Biken) Kanat



# İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ .....	i
ÖZET .....	ii
ABSTRACT.....	iv
İTHAF .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
EKLER LİSTESİ .....	xii
1. GİRİŞ .....	1
1.1. ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN GENEL BİLGİLER.....	1
1.1.1. Problem .....	1
1.1.2. Araştırmanın Amacı .....	1
1.1.3. Araştırmanın Önemi.....	1
1.1.4. Araştırmanın Sayıltıları.....	2
1.1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	2
1.1.6. Tanımlar .....	2
1.2. LİTERATÜR .....	3
1.2.1. Kitaplar .....	3
1.2.2. Makaleler .....	5
1.2.3. Bildiriler.....	7
1.2.4. Tezler .....	9
1.3. YÖNTEM .....	10
1.3.1. Araştırma Modeli .....	10
1.3.2. Evren ve Örneklem .....	10
1.3.3. Veri Toplama Araçları .....	10
1.3.4. Verilerin Toplanması .....	11
2. ŞIFACILIK KAVRAMININ TARİHSEL SÜRECİ.....	12
2.1. ŞIFACILIK İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER .....	12
2.1.1. Şifacılığın Doğuşu ve Gelişim Süreci .....	12
2.1.1.1. Tanımlar .....	12
2.1.1.2. Halk Hekimliği ve Şifacılık Kavramları .....	13
2.1.2. Dünya Tarihinde Şifacılığın Yeri.....	15
2.2. HASTALIKLARIN NEDENLERİ, TEDAVİ YÖNTEMLERİ VE TEDAVİ KAYNAKLARI.....	19
2.2.1. Hastalıkların Nedenleri .....	19
2.2.1.1. Maddi Etkenler.....	19
2.2.1.2. Manevi Etkenler .....	19
2.2.2. Şifacıların Tedavi Yöntemleri ve Tedavi Kaynakları .....	20

2.2.2.1.	Tedavi Yöntemleri .....	20
2.2.2.1.1.	Medikal Yöntemler .....	20
2.2.2.1.2.	Majik Yöntemler .....	21
2.2.2.1.3.	Dinsel Yöntemler .....	23
2.2.2.2.	Tedavi Kaynakları.....	24
2.2.2.2.1.	Bitkisel .....	25
2.2.2.2.2.	Hayvansal.....	25
2.2.2.2.3.	Madensel .....	26
3.	ADIGE ŞİFACILAR .....	27
3.1.	AZE KİMDİR? .....	27
3.2.	ADIGE MİTOLOJİSİNİN ŞİFACILARI .....	28
3.2.1.	Seteney .....	30
3.2.2.	Tlepş.....	33
3.2.3.	Bedoh .....	36
3.2.4.	Thaşırıpıhu/ Thaşırıpıhu/ Haşırıpıhu/ Şıruh Guşe.....	37
3.2.5.	Vorser.....	38
3.3.	GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE ADIGE TOPLUMUNDA ŞİFACILARIN YERİ... 38	
3.3.1.	Eski Dönemde Şifacıların Adıge Toplumundaki Yeri .....	38
3.3.2.	Günümüzde Şifacıların Adıge Toplumundaki Yeri .....	43
3.4.	ADIGE İNANIŞLARI VE ŞİFACILIK.....	46
3.4.1.	Kültlerle İlgili İnanışlarda Kutsaliyet ve Korunma İlişkisi.....	46
3.4.1.1.	Tanrı Kavramı .....	47
3.4.1.2.	Güneş Kültü .....	49
3.4.1.3.	Ay Kültü.....	50
3.4.1.4.	Ağaç ve Orman Kültü .....	50
3.4.1.5.	Gök Gürültüsü- Yağmur/ Yıldırım Kültü .....	52
3.4.1.6.	Dağ Kültü.....	54
3.4.1.7.	Ateş/ Ocak ve Ocak Zinciri Kültü.....	55
3.4.1.8.	Demir Kültü .....	56
3.4.1.9.	Su Kültü .....	57
3.4.2.	Ruhun Ölümsüzlüğü .....	59
3.4.3.	Batıl İnançlar.....	60
3.4.4.	Dini İnançlar .....	67
3.4.5.	Diğer .....	69
3.4.5.1.	Dualar, İlahiler .....	69
3.4.5.1.1.	Dualar.....	69
3.4.5.1.2.	İlahiler-Temenniler .....	70
3.4.5.2.	Danslar, Şarkılar.....	72

3.4.5.2.1. Danslar .....	72
3.4.5.2.1.1. Wuc .....	73
3.4.5.2.1.2. Guşehphe .....	73
3.4.5.2.1.3. Sozresh .....	73
3.4.5.2.2. Şarkılar .....	74
3.4.5.3. Atasözleri, Deyimler .....	78
4. ADIGE ŞIFACILARIN HASTALIKLARDAN KORUNMA, TEŞHİS VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ.....	80
4.1. HASTALIKLARDAN KORUNMA .....	80
4.1.1. Beden Sağlığı .....	80
4.1.2. Çocuk Sağlığı .....	82
4.1.3. Toplum Sağlığı.....	84
4.2. HASTA BAKIMI.....	87
4.3. HASTALIKLAR VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ.....	88
4.3.1. Ağrılar .....	89
4.3.1.1. Bademcik/Boğaz Ağrısının ve İltihabının Tedavisi .....	89
4.3.1.2. Baş Ağrısı, Baş Dönmesi, Beyin Sarsıntısının.....	90
4.3.1.2.1. Baş Ağrısının Tedavisi .....	90
4.3.1.2.2. Baş Dönmesinin Tedavisi .....	91
4.3.1.2.3. Beyin Sarsıntısının Tedavisi .....	91
4.3.1.3. Bağırsak Ağrısının Tedavisi.....	91
4.3.1.4. Göz Ağrısının Tedavisi .....	91
4.3.1.5. Kemik Ağrısının Tedavisi .....	92
4.3.1.6. Ma'ahı Tedavisi .....	92
4.3.1.7. Bel Ağrısının Tedavisi .....	92
4.3.1.8. Eklem Ağrılarının Tedavisi.....	93
4.3.1.9. Karın Ağrılarının Tedavisi .....	93
4.3.2. Akciğer Hastalıklarının Tedavisi .....	93
4.3.3. Ateşli Hastalıkların Tedavisi.....	96
4.3.4. Cilt Hastalıklarının Tedavisi .....	96
4.3.4.1. Döküntüler .....	96
4.3.4.2. Egzama.....	98
4.3.4.3. Ala Hastalığı .....	99
4.3.4.4. Siğil .....	99
4.3.4.5. Cilt Kuruluğu .....	100
4.3.4.6. Vitiligo .....	100
4.3.4.7. Çıban Tedavisi .....	100
4.3.4.8. Çiçek Hastalığı.....	101

4.3.4.9. Dermatit .....	102
4.3.4.10. Kaşıntı .....	102
4.3.4.11. Dolama .....	103
4.3.4.12. Saçkıran .....	103
4.3.4.13. Yanıklar .....	104
4.3.5. Göz Hastalıklarının Tedavisi .....	105
4.3.5.1. Göz İltihabı .....	105
4.3.5.2. Nekıııuf/ Katarakt .....	106
4.3.5.3. Arpacık .....	106
4.3.5.4. Göz Kurtları .....	106
4.3.5.5. Görme Bozuklukları .....	107
4.3.5.6. Gözden Yabancı Cisim Çıkarılması .....	107
4.3.6. İç Hastalıklarının Tedavisi .....	107
4.3.6.1. Mide Rahatsızlıklarının Tedavisi .....	107
4.3.6.2. Safra Taşının Tedavisi .....	108
4.3.6.3. Böbrek Rahatsızlıklarının, İdrar Yolları Rahatsızlıklarının Tedavisi .....	108
4.3.6.4. Sıtmanın Tedavisi .....	109
4.3.6.5. Guatr Tedavisi .....	109
4.3.6.6. Uurlar .....	109
4.3.6.7. Parmak Kurdu .....	110
4.3.6.8. Tansiyonun Tedavisi .....	110
4.3.6.9. Ödemin Giderilmesi .....	111
4.3.6.10. Sıtmanın Tedavisi .....	111
4.3.7. Sekte Hastalığı/Kalp Durması/ Geçici Ölüm .....	111
4.3.8. Hayvan Sokmaları/ Hayvan Isırmalarının Tedavisi .....	111
4.3.9. Kan Rahatsızlıklarının Tedavisi .....	113
4.3.10. Kırıklar, Çıkıklar .....	114
4.3.10.1. Kafatası Kırığı .....	114
4.3.10.2. Kırıkların Kaynaması .....	114
4.3.10.3. Parmak Kırığı .....	115
4.3.10.4. Çıkıklar .....	115
4.3.11. Kangren .....	116
4.3.12. Kulak-Burun-Boğaz Hastalıklarının Tedavisi .....	116
4.3.13. Romatizmal Hastalıklar ve Kireçlenmelerin Tedavisi .....	117
4.3.14. Yaralanmalar .....	118
4.3.15. Sinir Hastalıklarının Tedavisi .....	125
4.3.16. Cerrahi Müdahaleler .....	126
4.3.17. Diğer .....	127

4.4.	HAYVAN VE BİTKİ HASTALIKLARININ TEDAVİSİ.....	128
4.4.1.	Hayvan Hastalıklarının Tedavisi.....	129
4.4.1.1.	Zehirlenmeler.....	131
4.4.1.2.	Kırıklar.....	131
4.4.1.3.	Yaralanmalar.....	131
4.4.1.4.	Diğer.....	132
4.4.2.	Bitki Hastalıklarının Tedavisi.....	133
4.4.2.1.	Bitkiler Zararlılarından Kaynaklı Hastalıkların Tedavisi.....	134
4.4.2.2.	Diğer.....	135
5.	SONUÇ VE ÖNERİLER.....	136
5.1.	SONUÇ.....	136
5.2.	ÖNERİLER.....	139
	АДЫГАБЗЭ ЗЭФӘХЫЫСЫЖЬ (ADIGECE ÖZET).....	140
	KAYNAKLAR.....	142
	1. Kitaplar.....	142
	2. İnternet kaynakları.....	146
	3. Kaynak Kişiler.....	150
	EKLER.....	152

<b>EKLER LİSTESİ</b>	<b>SayfaNo</b>
<b>Ek 1:</b> Krasnodar Kafkas Otları Tedavi Merkezi.	152
<b>Ek 2/a:</b> Maykop Müzesi arşivi- K�r Aze/ Hodz (tarih bilinmiyor)	153
<b>Ek 2/b:</b> Z.Dzıbova kişisel arşivi.-Aze Hunago -tarih bilinmiyor.	154
<b>Ek 2/c:</b> Z.Dzıbova kişisel arşivi.-Aze Afeşij Цуца - �ambeçiyeye Köyü-1973.	155
<b>Ek 2/d:</b> Maykop Müzesi arşivi- Hekim Kadın- Fedz Köyü- 1987.	156
<b>Ek 2/e:</b> Kurulay Yılmaz kişisel arşivi-Aze Yewtug Hatice Yılmaz-Bozüyük-tarih bilinmiyor.	157
<b>Ek 2/f:</b> Liza Gogunokova kişisel arşivi-Aze Roza-Nalçik-tarih bilinmiyor.	158
<b>Ek 2/g:</b> Gökhan Besler kişisel arşivi- Aze Napso Yebaruk Haneshevich-Aguy Köyü-tarih bilinmiyor.	159
<b>Ek 3:</b> Maykop Müzesi arşivi-Блащапсынэ Хъаблэ- Псапэ Плын (Blaşapsıne Köyü- Şifa �eşmesi)	160
<b>Ek 4:</b> Teuv Aslan kişisel arşivi-Maykop civarı- Köy evinin bahçe girişindeki öküz kafatası- tarih bilinmiyor.	161
<b>Ek 5/a:</b> Maykop Müzesi-Bileği taşları örnekleri.	162
<b>Ek 5/b:</b> Maykop Müzesi-Bileği taşı �rneği.	163
<b>Ek 5/c:</b> Maykop Müzesi Erken Bronz Dönemi Adıge Savaşçısı kemeri.	164
<b>Ek 6:</b> Maykop Müzesi- Beşige asılı Şıblaş taşı �rneği.	165
<b>Ek 7:</b> Gökhan Besler kişisel arşivi-Sarıko'nun Havlusu.	166
<b>Ek 8:</b> Gökhan Besler kişisel arşivi-St. Elias ritüeli-18 Mayıs 1638, Sanatçı: Adam Olerius.	167
<b>Ek 9:</b> Maykop Müzesi- bebek beşige.	168
<b>Ek 10:</b> Maykop Müzesi- demirci atelyesi.	169



<b>Ek 11:</b> Maykop Müzesi- Adıge evi maketi.	170
<b>Ek 12:</b> Maykop Müzesi arşivi- Geleneksel tarzda s'aaye	171
<b>Ek 13:</b> Maykop Müzesi arşivi- Başağrısı tedavisi örneği- yer ve tarih bilinmiyor.	172
<b>Ek 14:</b> Ş'gaçeş/ Damar otu görseli.	173
<b>Ek 15:</b> Ş'hun otu görseli.	174
<b>Ek 16:</b> Tha'goş/ Efelek otu görseli.	175
<b>Ek 17:</b> Etyapan otu görseli.	176
<b>Ek 18:</b> Maykop Müzesi- Flağo görseli.	177
<b>Ek 19:</b> Kara Mürver meyvesi görseli.	178
<b>Ek 20/a:</b> Maykop Müzesi- Deri parmaklık aparatı ön kısım görseli.	179
<b>Ek 20/b:</b> Maykop Müzesi- Deri parmaklık aparatı arka kısım görseli.	180
<b>Ek 21:</b> Maykop Müzesi- Blaşe/Yılan başı taşı görseli.	181
<b>Ek 22:</b> Wuitçewutz görseli.	182
<b>Ek 23:</b> Sığır kuyruğu otu görseli.	183
<b>Ek 24:</b> Maykop Müzesi arşivi- Kube T.Hatataevic'in ЧАПІІІ/ölüm kovma töreni-1929.	184
<b>Ek 25/a:</b> Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.	185
<b>Ek 25/b:</b> Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.	186
<b>Ek 25/c:</b> Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.	187
<b>Ek 25/d:</b> Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.	188
<b>Ek 26:</b> Kafatasının trepanasyonu yöntemleri.	189
<b>Ek 27:</b> Maykop Müzesi- Tedavi amaçlı kullanılan hayvan kemiği görseli.	190

# 1. GİRİŞ

## 1.1. ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN GENEL BİLGİLER

### 1.1.1. Problem

Dil gibi şifacılık ta toplumların kültürel miraslarının başında gelmekte olup, Halkbiliminin temel öğelerinden biridir. Bu temel öge, zaman içinde maalesef önemini yitirmiş, Adıge toplumunun geleneksel yapısında sözlü geleneğin hakim olması da bu bilgi birikiminin korunamamasına yol açmıştır.

Konuyla ilgili yapılan literatür taramasında, kapsamlı bir çalışma yapılmadığı, makalelerde ve birkaç kitapta konuya yer verildiği görülmüş; kaynak sıkıntısı açıkça hissedilmiştir.

Öncelikle belirtmelidir ki, konu ile ilgili birikim hızla toplum hafızasından silinmektedir. Kuşaklar arasındaki aktarımın zayıflığı, bir sonraki jenerasyonun ilgisizliği; bu kadim bilgilerin kaybolma eşiğini çoktan geçtiği sonucunu da beraberinde getirmiştir.

### 1.1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı; şifacılık bilgisinin, Proto Adıgelerden günümüz Adıgelerine “sözlü aktarım” yoluyla ne kadarının ulaştığını ortaya koymak, geleneksel yöntemlerin adaptasyon baskısına maruz kalması sonucu sözkonusu alandaki eksiklik karşısında, Adıge kültürel hafızasındaki bu konu ile ilgili erozyonun derecesini belirlemektir.

### 1.1.3. Araştırmanın Önemi

Öncelikle toplumsal hafızanın temel taşlarından biri olan şifacılık disiplininin; hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya coğrafyasında yaşayan Adıgelerde ne ölçüde korunduğu ya da değişime uğradığını, benzerlik ve

farklılıklarıyla karşılaştırmalı olarak belirlemek ve toplumun hafızasında saklı kalmış ve yok olma tehlikesi eşiğini çoktan geçmiş olan bu değerli bilgi birikimini, mümkün olduğunca genişliğine çıkarmak gerekmektedir.

Şifacılık disiplininin; herşeyden önce, kültürel öğeleri koruyucu ve geleceğe aktarıcı rolü göz ardı edilmemelidir.

Vurgulamak gerekir ki; bu alanda acil kayıtlanması gereken ve halen geçerliliğini koruyan kadim bilgiler, pratikler ve ipuçları da toplumun hafızasında arka planda saklı durmakta ve keşfedilmeyi beklemektedir.

#### **1.1.4. Araştırmanın Sayıtları**

1864 Sürgünü Adıge halkının kültürel erozyonuna yol açan kırılma noktasıdır. Toplumun binlerce yıllık kültürel birikimi köklerinden koparak, ait olmadığı coğrafyalarda yaşama tutunmaya çalışmış; buralarda karşılaşılan fiziki şartlar, toplumsal, kültürel ve sistemsel farklılıklar, diğer kültürel öğeler gibi Adıge Şifacılığına da adaptasyon zorunluluğunu dayatmıştır.

#### **1.1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu araştırma herşeyden önce hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya'da geniş bir saha araştırmasını gerektirmektedir. Zaman ve maliyet sınırlılıklarının yanısıra tarafımızca, üzerinde durulması ve endişe edilmesi gerektiği düşünülen en önemli faktör, kaynak kişilerin oldukça az kalmış olmasıdır. Çalışma sürecinde; kaynak kişilere ulaşma güçlüğüyle karşı karşıya kalınsa da, ulaşılan kişilerden nitelikli bilgiler edinilerek çalışmamızda yer verilmiştir.

#### **1.1.6. Tanımlar**

Halk hekimliği; sözlü gelenek çizgisinde sonraki kuşaklara aktarılarak, toplumun tarihsel sürecinde zaman içinde özünü koruyarak değişime uğrayan, toplum tarafından yaratılıp hafızasında biriktirilen, korunan ve yaşatılan dinamik bir sistemdir.

Şifacı kavramı ise; geleneksel tıbbi yöntemlerin yanında, fiziksel ve ruhsal bozuklukların doğaüstü yetenekle tespit edilerek bakışla, nefesle, dua ederek, dokunarak ve düşünceleri hasta kişiye yoğunlaştırarak bedenin kendi kendini iyileştirme sistemini harekete geçiren usulleri de barındırmaktadır.

Şifacılığın temelinde; geleneksel hekimlik uygulamalarının yanısıra, doğa olaylarının, mistik güçlere olan inanışların ve dini telkinlerin rolü de göz ardı edilmemelidir.

## **1.2. LİTERATÜR**

Çalışmanın hazırlık aşamasında; hem Türkiye hem de Adıgey’de konuyla ilişkili kapsamlı bir literatür araştırması yapılsa da, Türkiye’de konuyu doğrudan anlatımın yapıldığı kaynaklara rastlanılamamıştır. Türkiye’deki kitapların içeriği genel olarak tarih, etnik yapı, sürgün, vb. konuları kapsamaktadır. Adıgey de ise, halk hekimliğini anlatan sadece bir kitap yazılmış, konuya değinen makalelere rastlanılmıştır.

### **1.2.1. Kitaplar**

Türkiye’de Halk hekimliği konusu üzerine ilk önemli çalışmalar Ord.Prof.Dr. A.Süheyl Ünver tarafından yapılmıştır. Tıp Tarihi (1933), Selçuk Tababeti (1940), Türk Tıp Tarihi (1942) adlı eserlerinde halk hekimliğine de yer vererek, tıp tarihinin menşeyini halk hekimliğine dayandırmaktadır.

Feridun Nafiz Uzluk da, Genel Tıp Tarihi (1958) adlı kitabında aynı sonuca vararak Tıp tarihini halk hekimliğine dayandırıp, halk hekimliğinin önemini vurgulamıştır.

Sedat Veyis Örnek ise, Türk Halkbilimi (1995) adlı kitabında; Türkiye’de Halkbiliminin doğuşu ve gelişim sürecini anlatırken, halk hekimliği hakkında da genel bilgiler vermiştir.

Prof. Dr. Ayşegül Demirhan Erdemir’in Şifalı Bitkiler / Doğal İlaçlarla Geleneksel Tedaviler (2002) adlı kitabında ise; bitkilerin ve doğal ilaçların halk arasındaki kullanımları verilmekte, ayrıca bu kullanımların yararlı ve zararlı yönleri

belirtilmektedir. Böylece bu çalışma bir yandan halka yönelik bir araştırma olmakta, bir yandan da bilimsel bir özellik taşımaktadır.

Son yıllardaki “endüstriyel tıp-geleneksel tıp-alternatif tıp-tamamlayıcı tıp” kavramlarının literatüre girmesi, “Fitoloji ve Fitoterapi” kavramlarının günlük yaşamda sıklıkla kullanılmasıyla birlikte bu konularla ilgili kitaplar ve yayınların sayısı da artmıştır.

Prof.Dr.İbrahim A.Saraçoğlu’nun Bitkisel Sağlık Rehberi (2006), Şifa Kitabı (2011), Tıbbi Bitkiler Rehberi (2008) kitaplarında bitkilerin insan ve halk sağlığı üzerindeki etkilerine değinilmiştir.

Türk Tabipleri Birliği bu konularla ilgili kapsamlı çalışmalara girişmiş, İstanbul Tabip Odası koordinatörlüğünde ilgili meslek örgütleri ile birlikte “Bitkisel Ürün ve Sağlık: Bilimsel Çerçeve ve Etik Açısından Yaklaşım” başlıklı bir rapor hazırlayarak, bu raporu kitap haline getirmiş ve 2 Ekim 2012’de basın açıklaması ile kamuoyuyla paylaşmıştır.

Sözkonusu kitapta, bitkisel ürünler konusunda dünyada ve Türkiye’de kullanılan terminolojinin derlenmesi, dünyada ve ülkemizde bu ürünlerin kullanım sıklıklarının ortaya konulması, kullanımı etkileyen dinamiklerin tartışılması, mesleki, etik, hukuksal, toplumsal sorumlulukların çerçevesinin çizilmesi amaçlanmıştır (Türk Tabipleri Birliği, 2012:4-5).

Bilim Tarihi alanında önemli çalışmaları olan Prof.Zeki Tez’in; Tıbbın Gizemli Tarihi (2017) kitabında ise konu “Halk Hekimliği, Şifa Vericiler ve Folklorik Tıp” başlığıyla ayrı bir bölüm olarak ele alınarak, şifacılık disiplinde halk inançlarının ve dinsel-büyüsel yöntemlerin ağırlıklı yeri vurgulanmıştır.

Kurulay Yılmaz’ın Çerkes Mutfak Kültürü (2017) kitabında “Hekimlik, Şifalı Bitkiler ve İlaçlar” başlığı altında; Çerkeslerin tedavi amaçlı kullandığı bitkilere ilişkin genel bilgilere yer verilmiştir.

Dr.Ümit Aktaş’ın İlaçsız Yaşam (2018) adlı kitabında, vücudun en önemli kalkanı olan bağışıklık sisteminin tabiattan gelen ilaç-besinlerle ve doğal takviyelerle desteklenerek endüstriyel tıbbın yanlışlarını, sistemin insanları bir kazanç objesi olarak görmesi eleştirel yaklaşımla ele alınmıştır ve halk arasında uygulanan doğal tedavi yöntemleri anlatılmıştır.

Çalışma konumuzla dolaylı olarak ilişkili bulduğumuz, ХЪЭКЪУН

барэсбий'nin yazdığı Адыгэ Къэллыгъцлэхэр (1992) /Adıge Bitki İsimleri kitabında; Kafkasya'da yetişen bitkiler Latince isimleriyle birlikte alfabetik sırada Adıgece ve Rusça tanıtılmaktadır.

Konumuzla ilgili Adıgey'de yazılan tek kitap ise, Галина Григорьевна Тхагапсова'nın Народная Медицина Адыгов (1996)/ Adıge Geleneksel Tıbbı isimli çalışmadır. Kitapta Adıgelelerin geleneksel tedavi metodları ilaçlar, terapiler, törenler vb. başlıklar altında genel hatlarıyla anlatılarak Adıgece ve Rusça tıbbi terimlerin derlendiği bir bölüm de hazırlanmıştır.

Adıge geleneksel tıbbı hakkındaki bilgilere; A. de la Monte, J. Cook, J. Tavernier, N. Witsen, T. Bell, Bronevsky, Bulashev, Danilevsky, Kovalevsky, Dyachkov-Tarasov, v.b. araştırmacıların yazılarında da yer verilmiştir (Z.Dzıbova ile görüşme, 28.02.2018).

### 1.2.2. Makaleler

Halkbilimin alt başlıklarından biri olan halk hekimliği ve şifacılık ile ilgili Türkiye'de çok sayıda makaleye rastlansa da, çalışma konumuzla ilgili bilimsel makaleye rastlanılamamıştır, konumuzla doğrudan ilintili çalışmaların Adıgey'de olduğu görülmektedir.

Türkiye'de halk hekimliği uygulamaları üzerine yazılan ya da içeriğinde yer veren çalışmaların kronolojik incelemesine bakıldığında; tıp tarihçisi olan Süheyl Ünver'in 1936'da yayınladığı “Türkiye'de Tıbbi Folklor Üzerine Rapor I” yazısı, Türk halk hekimliği uygulamalarının bahsedildiği ilk önemli çalışmadır. Çalışmada tedavileri “maddi tedaviler” ve “ruhi tedaviler (afsunlar muskalar)” olarak ikiye ayırır. Bu yazı, Anadolu halk hekimliğinin Cumhuriyetin ilk yıllarındaki durumuna dair tespitlere yer vermesi, uygulamaları tasnif edip, çalışmaların kaynaklarından bahsetmesi açısından, sadece derleme bilgilerini içeren birçok yazıdan ayrılmaktadır (Özkan, 2013:140).

Orhan Acıpayamlı'nın, Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi. XXVI. (1-2) sayısında yayınlanan “Türkiye Folklorunda Halk Hekimliği ve Özellikleri” (1968) adlı makalesinde; hastalıkların tespit ve tedavisinde başvuru pratikler ve uygulamalar anlatılmıştır.

Mustafa Sever tarafından çevrilen ve Milli Folklor Dergisi'nin 73.sayısında

yayınlanan (2007), J. David Hufford'un "Halk Hekimleri" adlı makalesinde konuyla ilgili kavramlar, hastalıklar ve geleneksel yöntemlerin açıklamaları yapılmış; özellikle halk hekimliğinde doğal (bitkisel-hayvansal) ve doğaüstü (büyü, kem göz) tedavi etme metotları hakkında bilgiler verilmiştir.

Melike Kaplan tarafından yazılan ve Milli Folklor Dergisi'nin 91.sayısında yayınlanan (2011), "Halk Tıbbının Kökenleri: Teşhisten Tedaviye Din Ve Büyü İlişkisi" adlı makalede ise, geleneksel tedavinin farklı topluluklardan örneklerle genel bir değerlendirmesi yapılarak dinsel-büyüsel yöntemlerin karşılaştırılması yapılmıştır.

Dr. Tuba Saltık Özkan'ın yazdığı ve Milli Folklor Dergisi'nin 99.sayısında yayınlanan (2013), "Folklorun Yüz Yılında Halk Hekimliği Çalışmalarına Bir Bakış" adlı makalede de, Türkiye'deki halk hekimliği uygulamalarına bakış açısı kronolojik bir zeminde incelenmiştir ve günümüzdeki durumuna kısaca değinilmiştir.

Adıgey'deki yayınlarda ise çok sayıda bölgesel çalışmanın yapıldığı görülmektedir. Konuyla doğrudan ilişkili resmi çalışmaya Kuzey Kafkasya Bölgesel Sağlık Yönetimi'nin 1929'da basılan Советская Медицина На Северном Кавказе/ Kuzey Kafkasya'daki Sovyet Tıbbı adlı süreli yayınında rastlanmıştır. Yayında, Şapsığ Bölgesi'ndeki halk sağlığı ve yaşamıyla ilgili yapılan resmi çalışmalar; A.A. Григорьев tarafından bölgede yaşayan Şapsığ, Ermeni ve Rus nüfus baz alınarak karşılaştırmalı anlatılmıştır.

Prof. Алексей Озермесович Шомахов'un çalışmalarını esas alarak; cilt hastalıkları, göz hastalıkları, tüberküloz, romatizma ve hayvan hastalıklarının tedavileri başta olmak üzere Adıgelerin geleneksel tedavisi yöntemlerinin anlatıldığı makaleler de bulunmaktadır.

Proto Adıgelerin yaşadığı dönemlerde, kafatası trepanasyonu yapıldığını anlatan Д.А. Кириченко'nun Academia.edu'da yayınlanan (2007) "Трепанация черепа на территории Кавказа и Анатолии/ Kafkasya ve Anadolu'da Kafatasının Trepanasyonu Eneolitik-Bronz Çağı" adlı makalesinde, Kuzey Kafkasya ve Anadolu'daki arkeolojik kazılarda ortaya çıkan kafataslarındaki cerrahi müdahaleler anlatılmaktadır.

### 1.2.3. Bildiriler

1988 yılında Kültür Bakanlığı tarafından düzenlenen Türk Halk Hekimliği Sempozyumu'nda halk hekimliği ile ilgili 22 adet bildiri sunulmuştur. Bu bildiriler 1989 yılında "Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri" adı altında Kültür Bakanlığı Millî Folklor Araştırma Dairesi tarafından kitap olarak yayınlanmıştır. Burada sunulan ve konumuzla dolaylı olarak ilişkili olan bildiriler şunlardır:

- Orhan Acıpayamlı'nın "Türkiye Folklorunda Halk Hekimliğinin Morfolojik ve Fonksiyonel Yönden İncelenmesi" adlı bildirisinde, halk hekimliği ile ilgili kısa bilgiler verdikten sonra halk hekimliği uygulamalarının yapısal özellikleri ve toplum içindeki yerini anlatmıştır.
- Sevgi Şar, "Halk Hekimliğinin Dünü ve Bugünü" adlı bildirisinde, halk hekimliğinin doğuşu ve gelişim kronolojisini hastalıkların teşhis ve tedavisinde uygulanan yöntemlerin eski uygarlıklardaki örnekleriyle açıklamıştır.
- Metin Tanker; "Halk İlaçları, Bitki Folkloru, Attariye, ve Drog Kavramları Üzerinde Karşılaştırmalı Bir Araştırma" adlı bildirisinde; bitkisel tedavi konusunun hassasiyeti üzerinde durularak, halk ilaçlarının bilimsel zemine oturtulması gerekliliği vurgulanmıştır.
- Eriş Asil; "Halk Hekimliği ve Eczacılığı Araştırmalarında Metodoloji" adlı bildirisinde; halk hekimliği ve halk eczacılığı konularının iç içe kavramlar olduğunu vurgulayarak, konuya ilişkin korunma, teşhis, tedavi yöntemlerinin derlenmesi için metodolojik çalışmalar hakkında bilgi verdikten sonra, örnek metod modeli ortaya koymuştur.

7-8 Mart 2014 tarihinde Sağlık Bakanlığı tarafından düzenlenen Geleneksel Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamalarına Uluslararası Bakış konulu konferansta 19 adet bildiri sunulmuştur. Bu bildiriler T.C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Geleneksel, Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı tarafından kitap olarak yayınlanmıştır. Burada sunulan ve konumuzla ilişkili olduğu görülen bildiriler şunlardır:



- Yukiko Maruyama; “Traditional and Complementary Medicine Service Delivery and Safety Department World Health Organization” adlı bildirisinde; Dünya Sağlık Örgütü’nün geleneksel ve tamamlayıcı tıp kavramlarına bakış açısı, çeşitli açılardan ele alınarak WHO Geleneksel Tıp Stratejisi anlatılmıştır.
- Nurettin Lülecı; “Türkiye’de Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları’na Yaklaşım” adlı bildirisinde, alternatif tıp ve tamamlayıcı tıp terimlerinin çerçevesini çizerek, kavramları destekleyici ve eleştirel yönleriyle açıklamış, devletin konuya yaklaşımına değinmiştir.
- İrem Tatlı Çankaya; “Fitoterapi’ye Genel Yaklaşım” adlı bildirisinde, fitoterapi hakkında bilgiler vererek bitkisel ilaçlara Dünya Sağlık Örgütü ve gelişmiş ülkelerin yaklaşımını değerlendirmektedir.
- Duygu Yazgan Aksoy; “Gelenekten Geleceğe Alternatif Tıp ve Şifa Algısı” adlı bildirisinde, geleneksel uygulamaların tarihsel süreci ve günümüzdeki popülaritesi ile ilgili tespit ve değerlendirmelerini aktarmıştır.

28-29 Mayıs 2016 tarihinde Türk Tabipleri Birliği Halk Sağlığı Kolu “Tıbbın Alternatifi Olmaz” sloganıyla “Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarına Hekim Yaklaşımı” konulu sempozyum düzenlemiş, bu sempozyumda sunulan 15 adet bildiri, Türk Tabipleri birliği tarafından 2017’de “Tıbbın Alternatifi Olmaz! Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları” adıyla yayınlanmıştır. Burada sunulan ve konumuzla ilişkili olduğu görülen bildiriler şunlardır:

- Serpil Tütüncü; “Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarına Genel Bir Bakış” adlı bildirisinde, kavramlar hakkında açıklamalar yaparak, Türkiyede yasallaşan 15 adet geleneksel tedavi yöntemini artı ve eksileriyle değerlendirmiş, öneriler getirmiştir.
- Petek Eylül Taneri ve Nalan Akış; “Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemleri” adlı bildirilerinde, tamamlayıcı tıp-alternatif tıp kavramlarını açıklayarak bu yöntemlerin dünya üzerindeki kullanımlarıyla ilgili istatistiki bilgileri aktarmış, Türkiye’deki ve dünyadaki konuyla ilgili yasal düzenlemelere değinmiş, yasallaşan yöntemleri bilimsel açıdan

değerlendirmişlerdir.

- Atila Karaalp; “İçerik, Tanıtım ve Diğer Yönleriyle Bitkisel Ürünler” adlı bildirisinde, bitkisel ürünler başta olmak üzere hiçbir “alternatif” ürün veya yöntemin gerçekte tıbbın bir alternatifi olmadığını vurgulayarak, konuyla ilgili otorite gerekliliği vurgulanmıştır.

#### 1.2.4. Tezler

Çalışma dönemimizde; YÖK Dökümantasyon Merkezi sayfasında “halk hekimliği, halk ilacı, geleneksel tedavi, şifalı bitkiler” anahtar kelimeleri ile yapılan tarama sonucunda, halk hekimliği konusuyla ilişkili 35 adet yüksek lisans 7 adet doktora çalışmasına rastlanmıştır.

Üniversitelerin yüksek lisans ve doktora programlarında yürütülen tez çalışmalarına bakıldığında, halk hekimliği konusuyla ilgili olarak yapılan çalışmalarda son 5 yılda dikkate değer bir artış olduğu görülmektedir.

İnceleme sonucunda; çalışma konumuzla ilgili bir tez çalışmasına rastlanılmamıştır. Yapılan çalışmaların genel olarak bir yerleşim yeri veya bölgesi belirlenerek, o yöredeki halk hekimliğine ait adet, inanma ve uygulamaların ve yöreye ait tedavi yöntemlerinin derlendiği ve aktarıldığı çalışmalar olduğu görülmüştür.

Sadece Melike Kaplan’ın Ankara Üniversitesi Halkbilimi Bölümü’nde 2008’de hazırladığı “Geleneksel Tıbbın Yeniden Üretim Sürecinde Kadın-Ankara Kent Örneğinde Kuşaklar Arası Çalışma” isimli doktora tezinin diğerlerine göre farklı bir bakış açısının olduğu düşünülmektedir.

Sözkonusu çalışmada; kadın halk hekimlerinin kent yaşamıyla tanışması ile, halk hekimliğinin yaşadığı değişim sürecinin vurgulanması bu çalışmayı diğerlerinden ayırmaktadır.

### 1.3. YÖNTEM

#### 1.3.1. Araştırma Modeli

Çalışmada saha araştırması yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemle birlikte derlemeler, katılarak gözlem tekniği ve yönlendirilmemiş görüşme teknikleriyle tamamlanmıştır.

Ön çalışma yapıldıktan sonra, çalışmanın kapsamını geniş tutabilmek adına; kültürel değerlere hakim kaynak kişilere ulaşılmaya çalışılmış; yaş, eğitim, vb. sınırlamalara gidilmemiştir. Kaynak kişilerle yapılan röportajlarda, çalışmamızla ilgili tanıtıcı açıklamalar yapıldıktan sonra her birine; azelik işini nereden öğrendiği ya da gördüğü, öğrendiklerini ya da gözlemlediklerini halen uygulayıp uygulamadığı, herhangi bir hastalık tedavisinde uzmanlaşıp uzmanlaşmadığı, tedavi yöntemleri ve tedavi kaynakları, sözkonusu yöntemleri ve tedavi ettikleri vakaları kayıt altına alıp almadıkları, ilginç gördükleri tecrübelerinin olup olmadığı, yetiştirdiği kişiler olup olmadığı soruları yöneltilmiştir. Anlatılara müdahale edilmeyerek, ayrıntılara göre soruların yönü ve kapsamında değişikliklere gidilmiştir.

Görüşmeler fotoğraflarla desteklenmiştir. Kaynak kişilerden alınan bilgiler konuların içerisinde aktarılmış, çalışmanın sonunda kaynak kişiler listesi alfabetik sıraya göre verilmiştir.

#### 1.3.2. Evren ve Örneklem

Konu hakkında bilgi ve birikimi olan, hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya'daki kaynak kişiler maalesef oldukça az sayıda kalmıştır. Onlarla görüşme şansı imkanlar ölçüsünde yaratılmaya çalışılmış, ulaşılabilen kişilerle yapılan görüşmeler sonucunda derlemeler tamamlanmıştır.

#### 1.3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma sürecinde, teknik malzeme olarak ses kayıt cihazı ve kamera kullanılmış; etik kurallar gözetilerek, kaynak kişilerin onayı dışında görüntü ya da ses kaydı alınmamıştır.

#### **1.3.4. Verilerin Toplanması**

Aralık 2017- Haziran 2019 döneminde; Türkiye genelinde ve Maykop'ta saha çalışması yapılarak, kaynak kişilerle yerinde görüşmeler yapıp veriler toplanmaya çalışılmıştır.



## 2. ŞIFACILIK KAVRAMININ TARİHSEL SÜRECİ

İnsan, yaşamın ve varoluşun sebeplerini kendi başına bulacak ve evrenin sırlarını tek başına çözebilecek güçte değildir. İşte bu sırları, bu bilgileri soydan-soya intikal ettirmeye “gelenek” ismi verilmiştir. İngilizce ve Fransızca’da “Tradisyon” olarak geçer. Bunun altında aslında bilgiyi ve tesiri nakletme prensibi yatar. Evrende herşey bildiğimiz ve bilemediğimiz belirli kurallar dahilinde gerçekleşmektedir. Bunlar bazen üstün sezgilerle, bazen de bilgiyi bilen bir kişiden öğrenilebilir (Candan, 2017:38).

Kültürel birikim, geleneklerin aktarımıyla ayakta kalır. Toplum için, kültürel aktarımın en önemli faktörleri dil ve folklorik motiflerdir. Bu motiflerden biri de şifacılık disiplini.

### 2.1. ŞIFACILIK İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER

#### 2.1.1. Şifacılığın Doğuşu ve Gelişim Süreci

##### 2.1.1.1. Tanımlar

Hastalıkların iyileştirilmesine yönelik uygulamaların tarihi neredeyse insanlığın tarihi kadar eski olsa gerektir. Nitekim tıp tarihçisi Victor Robinson, tıbbın başlangıcını “tarih öncesi çağlarda ormanda yankılanan ilk ağrı çığlığı, hekime gönderilen ilk çağrı idi.” sözleriyle dile getirmektedir (Türkmen, 2011:21).

Tıbbın pozitif bilimlere dayalı teknik bir disiplin olana kadar kat ettiği her aşamada geleneksel yöntemlerin uygulayıcılarının bilgi birikimleri rehber olmuş, yol göstermiştir.

Tarihsel süreç içinde; doğadan topladıkları kadim bitki bilgisini deneyimleriyle harmanlayarak halk sağlığı, hastalıkların teşhis ve tedavisi için kullanan kişiler, halk arasında çeşitli isimlerle anılmışlar ve toplum içinde kabul görmüşlerdir. Bu tanımların bazıları aşağıdadır:

Otaçı; Türkçe kökenli bir kelime olup; otamak (ilaç yapmak) fiilinden türetilmiştir. Halk arasında şifalı bitkilerden ilaç yapan kişilere verilen isimdir.

Emçi de yine Türkçe kökenli bir kelime olup; bitkisel, hayvansal ve mineral kökenli ilaçlar yaparak hastalıkları tedavi eden kişilere verilen isimdir.

Otaçılar ve Emçiler modern dünyanın bitki bilimcileridir, dinsel ve büyüsel tedavi yöntemlerini kullanmazlar. Şifalı bitkileri kullanarak toplumun sağlığını gözeten, hastalıkları tedavi eden kişilerdir. Her iki kavram da halk dilinde, hekim-eczacı anlamında kullanılan unvanlardır.

Şaman (Kam) ise; doğaüstü güçlerle doğrudan iletişim kurma yeteneği olduğuna, şifa verme yeteneği taşıdığına ve ruhlarla ilişki kurarak hastalıkları iyileştirdiğine inanılan kişidir.

Bütün Asya ve Kuzey Amerika'da, hatta başka yerlerde (Endonezya, vb.) şaman; hekim ve iyileştirici görevi görür; hastalığa tanı koyar, hastanın kaçak canını/ ruhunu arar bulur, yakalar ve terk ettiği bedene yeniden girmesini sağlar (Eliade, 2014:238).

Şamanlar, üyesi oldukları topluluğun psişik bütünlüğünün korunmasında da temel bir rol oynamışlardır. Toplumdaki başlıca cin ve şeytan kovucular onlardır; şeytanlar ve hastalıklarla savaştıkları kadar, kara büyücülerle de dövüşürler (Eliade, 2014:617).

En genel anlamda denilebilir ki; şaman ölüme, hastalıklara, kısırlığa, uğursuzluğa ve “karanlıklar” dünyasına karşı; yaşamı, sağlığı, doğurganlığı ve “ışıklar” dünyasını savunur (Eliade, 2014:618).

Günümüzde de Afrika, Asya, Avustralya, Amerika'daki yerli halklarda şamanlar ayrıcalıklı konumunu korumaktadır.

### **2.1.1.2. Halk Hekimliği ve Şifacılık Kavramları**

Halkbilimin alt kollarından biri olan halk hekimliği; “toplumların geçmişinde tecrübe edilerek öğrenilmiş, geliştirilen sistemi sözlü aktarım yoluyla sonraki nesillere aktarılmış kültürel birikimdir” olarak tanımlanabilir.

Halk hekimliği; sözlü gelenek çizgisinde sonraki kuşaklara aktarılarak, toplumun tarihsel sürecinde zaman içinde özünü koruyarak değişime uğrayan, toplum tarafından yaratılıp hafızasında biriktirilen, korunan ve yaşatılan dinamik bir sistemdir.

Halk hekimleri, modern insanca bilinen tüm hastalıkları (siğiller, eklem iltihabı, sancı, cilt rahatsızlığı, kanser, vb.) ve tıp biliminde tanınmayan hastalıkları da (sözgelimi kem göz, ruhî çöküntü ve büyücü etkilerini) pratik olarak tedavi ederler (Hufford, 1986:79).

Geniş açıdan baktığımızda, “Halk Hekimliği” tanımı; hekim olsun olmasın, yetenek ve tedavi istemine sahip kişinin, gelenek, göreneklere dayalı, örf ve adetlerle alışılmış, gözlemlerle kazanılmış deneyimlere dayanarak, etyoloji ve patogenezi düşünülmeksizin, tedaviye yönelik yaptığı “Şifa” amaçlı çeşitli eylemlerdir (Özer, 1989:204).

Şifa kelime anlamı olarak; “Bedensel veya ruhsal bir hastalığın son bulması, hastalıktan kurtulma” demektir (Türk Dil Kurumu, 2011:1236).

Eliade’ye göre;

“İnsanlar, görünmez dünyanın varlıkları tarafından yaratılan kritik koşullarda, içlerinden birinin kendilerine yardım etme yeteneğinde olduğundan emindirler. Toplum üyelerinden birinin, ötekilerden saklı ve görünmez şeyleri görebildiğini ve doğaüstü dünyalardan, dolaysız ve kesin bilgiler getirdiğini bilmek herkes için rahatlatıcıdır ve avutucudur.” (Eliade, 2014:618).

Şifacıların toplum içindeki rolü bu aşamada devreye girmektedir. Şifacılık kavramı; geleneksel tıbbi yöntemlerin yanında; fiziksel ve ruhsal bozuklukların doğaüstü yetenekle tespit edilerek bakışla, nefesle, dua ederek, dokunarak ve düşünceleri hasta kişiye yoğunlaştırarak bedenin kendi kendini iyileştirme sistemini harekete geçiren usulleri de barındırmaktadır.

Şifacılığın temelinde, geleneksel hekimlik uygulamalarının yanısıra; doğa olaylarının, mistik güçlere olan inanışların ve dini telkinlerin rolü de göz ardı edilmemelidir.

Halk dilinde her ikisi de birbirine benzer kavramlar olarak kullanılsa da; çalışmamızın konusu olan şifacılık kavramının, geleneksel toplum yapısını koruyan, mistik inanışlar ve dini telkinleri halen barındıran Adıge Toplumunda halk hekimliğine nazaran, daha karşılık bulduğu tarafımızca düşünülmektedir.

### 2.1.2. Dünya Tarihinde Şifacılığın Yeri

İnsanlık tarihinin her döneminde sağlık, toplumların en temel önceliklerinden biri olmuştur. Sağlık sorunlarını ortadan kaldırma konusundaki ilk girişimler, en ilkel toplumlardan başlayarak bir uzmanlaşmanın ortaya çıkmasına neden oldu.

Bilge kadın, büyücü, kök kesiciler, şaman, hekim adı ne olursa olsun uzman kişiler, deneme-yanılma yolu ile ya da dikkatli gözleme dayalı olarak etraflarında yetişen bitkilerin tedavi edici gücünü keşfederek tıp tarihini başlattı (Özkan, 2014:70).

Çok tanrılı dönemlerde hastalıkların nedenlerinde ve tedavisinde insanoğlu yetersiz kalmış ve hastalıklar; ay ve güneş tutulmaları, yıldızlar, fırtınalar ve şimşek çakması gibi tabiat olaylarına bağlanmıştır (Şar, 1989:222).

Bu dönemlerdeki inanışların temelinde; insanın doğayla içiçe yaşayarak ona uyum göstermesi düşüncesi yer alırdı. İnsanların doğayla ilişkileri, şifacılığın kültür içindeki yerini hazırlamış, zaman içinde edinilen tecrübelerle şifacılık disiplini, kültürün değişmez unsurlarından birini oluşturmuştur.

Mistik ve dini inançların barındığı toplumlarda şifacılar için hastalıklar; fiziksel etkilerin yanı sıra, insan bedenine doğaüstü güçlerin etki etmesi ile de oluşmaktadır. Dolayısıyla, bu kültürlerde geleneksel uygulamaların yanı sıra büyüsel ve manevi çareler de çözüm olarak düşünülmüştür.

Dünyanın hemen her yerinde, sihirsel/dinsel güçlerin hem kendiliğinden (hastalık, rüya, bir “güç” kaynağıyla tesadüfen karşılaşma, vb aracılığıyla) hem de istemle (arayış yoluyla) elde edilebileceği kabul edilmektedir (Eliade, 2014:46).

Bu uygulamalar ve tecrübeler, kültürel birikim yaratarak halk arasında varlığını korumakta, kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır. Halkın inanışı; bu tedavilerin uygulanması sonucunda hastanın sağlığına kavuşması, iyi olacağına inanması ile ilintili olduğu yönündedir. Olumsuz sonuçlarda ise, hastanın tedavinin dışında kaldığına inanılmaktadır.

Şifacılık mirasının Sümerler’den kaldığı söylenebilir (Gün ve Şahinoğlu, Sanal, 2015:28).

Afrika, Avustralya’daki yerli kültürlerinde, Sibirya ve Orta Asya toplumlarında kutsalla irtibatta olan tek kişi olan şamanlar, aynı zamanda büyücü ve şifacıdır. Kelt kültüründe ise, Druid rahipleri bu mistik görevi üstlenmişlerdir.



“Her yerde olduğu gibi Güney Amerika şamanının da esas ve tümüyle kişisel işlevi hastalıkların iyileştirilmesidir. Bu iş her zaman ve sadece sihirli bir nitelikte değildir. Güney Amerika şamanı da bitki ve hayvanların şifa verici özelliklerini bilir” (Eliade, 2014:404).

Eskiçağ’ın çeşitli kültür ve uygarlıklarında, yaşamın ayrılmaz parçası olan hastalık, sağlık, tedavi gibi ekinlikleri yönlendiren sağlık tanrıları bulunmaktaydı. Bunlar arasında Mezopotamya’da Gula, Mısır’da İmhotep, Yunanistan’da Asklepios, Hindistan’da Danvantari en tanınmışlarıydı (Tez, 2017:7).

Eski Mezopotamya’da, Ninova’da yapılan kazılarda çıkartılan, çivi yazısıyla yazılmış kil tabletlerinden, o döneme ait hastalıkların nedenlerini ve tedavi usullerini, dolayısıyla halk hekimliğine ait bilgileri öğrenmekteyiz (Şar, 1988:222).

Mezopotamya ve Mısır’da hastalık şeytanın ya da büyü güçlerinin etkisi olarak bilinirdi. Bu nedenle tıp, bu kötü ruhların çeşitli törenlerle kovulmasından ibaretti. İlaç ne denli tatsız olursa, şeytan da o denli çabuk uzaklaşırdı. Büyücü hekimlerin göz hastalıklarının tedavisinde kullandıkları soğan dilimi, oldukça etkili bir tedavi yöntemi idi (Tez, 2017:16).

Daha önceki toplumların etkisini taşıyan Eski Hint’teki halk hekimliği bilgilerini Rig-Veda ve Ayur-Veda’dan öğrenmekteyiz. Bu bilgilere göre sihir, büyü gibi mistik tedavinin yanısıra, hijyenik kurallara ve diyeteye önem verildiğini, çeşitli ilaç tedavisinin yanısıra yoga ve özel soluk alma tekniklerinin de uygulandığını görmekteyiz. Ayrıca hipnoz ile anestezinin yapıldığına, sonda ve hacamat uygulamalarına da rastlamaktayız (Şar, 1988:223).

Çin’de çok eski zamanlardan beri insan, uyumlu çevrenin bir mikrokozmosu olarak değerlendirilmekteydi. Bu uyum, “Yin” ve “Yang” adı verilen birbirine zıt iki ilkenin dengeye erişmesiyle kuruluyordu (Tez, 2017:27).

Antik çağın en uygar toplumlarından biri olan Eski Çin’de hastalık sebebi olarak rüzgarlar, mevsimler ve dini tesirlerin yer aldığını görmekteyiz. Hastalıkların tedavisinde afyon, efedra, ravent kökü gibi bitkisel; civa, kükürt gibi madensel drogların yanısıra akapunktur, masaj, jimnastik gibi günümüz modern tıbbında kullanılan yöntemler de uygulanmaktaydı (Şar, 1988:223).

Eski Çin’de bitkisel eczalar konusunda farklı bir inanç vardır. Buna göre, örneğin kırmızı çiçekli bitkiler kanamayı durdurur, sarı çiçekli bitkiler sarılığa karşı etkirler; kalp biçiminde çiçeği ya da yaprağı olan bitkilerse kalp hastalıklarına iyi

gelir (Tez, 2017:30).

Eski Yunan'da ise mitolojik dönemde halk hekimliği hakimdi. Anadolu'da Sağlık Tanrısı Aesculapios adına kurulan büyüklü küçüklü sağlık mabetlerinde, bugün de halk arasında kullanılan su ve güneş tedavileriyle birlikte, rüya tabirlerine dayanan telkin tedavisi de yer almaktaydı (Şar, 1988:224).

Tek tanrılı dinlerin ortaya çıkışıyla birlikte; insanlar kadere, her türlü iyinin ve kötünün tanrıdan geldiğine inanıp dua, vb. ibadet yollarıyla Tanrıya ulaşmayı umut etmişlerdir.

Paganlığın yerinin Hıristiyanlık tarafından doldurulmasıyla, insangücü ve iradesinin erişebileceğinin çok ötesindeki aşkın tanrısallık ortaya çıkmıştır. Ona ancak ibadet, ayin ve dualarla kulluk edilerek yaklaşılabılır (Morris, 2004:30).

Artık Paganlıktaki kahramanlar, tamı tamına Katoliklikteki ermişlere ve Müslümanlıktaki kutsal dervişlere (velilere) karşılıktır (Hume, 2016:76).

Her iki dinde de kutsal kabul edilen bu kişilerin; hastalıkları iyileştirme, kötülüklerden koruma, dilekleri gerçekleştirme gibi maharetlerinin olduğuna inanılır.

“Örneğin; Asklepios'un başlıca özelliklerinden biri olan “Soter” (Kurtarıcı) adı, İsa'ya mal edilmiştir. İsa'nın çoğu mucizesi , hasta ya da özürülleri iyileştirilmesine ilişkindir; bunlar arasında kör, dilsiz, sağır, saralı, felçli, cüzzamlı ve ağır hastaları, içine kötü ruh girdiği için deliren adamı, kanamalı ve cin musallat olmuş bir kadını, cüzzamlı bir genç olan Lazarus'u iyileştirerek yaşama döndürmesi ve Jarius'un ölen kızını diriltmesi de yer alır. Buna göre İsa, parmaklarını sağır ve pelte bir adamın kulağının üzerine koyarak ve tükürüp onun diline dokunarak onu iyi eder, kendi tükürüğüyle kardığı çamuru kör bir adamın gözlerine sürerek onun gözlerini açar. Bir kayanın üzerine oturmuş ve ağrıyan dişini ovuşturan Aziz Petrus'u gördüğünde, ona acı veren dişindeki kurdun dişten çıkması için kurda ant verdirip, Petrus'u tedavi eder.” (Tez, 2017:7).

İslam dünyasında ise; bütün hastalıklara çare bulmasıyla ünlü olan Lokman Hekim hekimlerin ve eczacıların piri olarak kabul görülmüştür. Anadolu'daki halk anlatımlarında ölümsüzlüğün ilacını bulduğu ve hangi hastalığa şifa olduklarına dair tüm bitkilerle konuştuğu söylenmektedir.

Muhammed'in de özürülleri, sakatları, hastaları sağaltması konusunda mucizeleri bulunmaktadır (Tez, 2017:9).

Görüldüğü üzere geleneksel disiplinde, şifanın Tanrıdan geldiği inancı

hakimken, modern tıp, neden-sonuç ilişkisiyle elde edilen kesin bilgiye odaklıdır.

Genel olarak bakıldığında, günümüzde; modern tıp bilimi ile halk hekimliğinin geleneksel yöntemlerinden etkileşimini sürdürdüğü belirtilebilir. Geleneksel yöntemlerdeki özellikle hastalıkların tedavi süreçleri ve bakım tekniklerinden yararlanan modern tıp, kendi alanında ilerlemeler kaydetmiştir.

İyi birer gözlemci olan şifacılar da birikimlerini, halk inançlarıyla harmanlayıp kültürel öge olarak uygulamaya çabalamaktadır.

Gelişmiş ülkelerde, tıp bilgilerinin ancak sosyolojik bilgilerle desteklenerek uygulanabilir ya da hedefine ulaşabilir olduğu genel kabul görmektedir. Hastalıklarla savaşmanın bir yolu olarak, toplumu ve kültürünü tanıma değerli ve gerekli bir uğraş olarak görülmektedir (Cirhinlioğlu, 2018:6).

Bir anlamda bu, hastalık/sağlığın toplumsal yanının gösterilmesi demektir. Sosyoloji ve tıp bilgilerinin kesiştiği/buluştuğu bu alanla ise tıp sosyolojisi ya da sağlık sosyolojisi alt disiplinleri ilgilenmektedir (Cirhinlioğlu, 2018:6). Geleneksel tedavi yöntemlerinin yer aldığı alternatif ve tamamlayıcı tıp konuları da sağlık sosyolojisinin çalışma alanları arasında yer almaktadır.

Tarihsel süreçte toplumların dini, sosyolojik, psikolojik, ekonomik, ekolojik etkileşimler sonucunda geçirdiği kültürel değişimlere rağmen geleneksel yöntemler geçerliliğini korumakta ve hala işlerliğini sürdürmekte olup; günümüzün kimyasal tıp dünyasında, geleneksel tedavi yöntemleri ve tedavi kaynaklarına alternatif tıp ve tamamlayıcı tıp kavramlarıyla yer verilmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü, alternatif tıp konusundaki uygulamaları “Geleneksel Hekimlik” olarak adlandırmakta ve “Farklı kültürlerde uygulanan teoriler, inançlar ve deneyimlerden yararlanan uygulamalar bütünü” olarak tanımlamaktadır (Tütüncü, 2017:14).

Modern tıp biliminin uygulayıcıları, alternatif tıp ve tamamlayıcı tıp uygulayıcılarını, kanıta dayalı bilimsel bir altyapılarının olmadığını öne sürerek eleştirmişler ve bu yöntemlere kuşkuyla yaklaşmışlardır.

Tamamlayıcı tıp dendiğinde; geleneksel batı tıbbının hastalıklarla tam baş edemediği durumlarda alternatif tedavilerin devreye girerek tedavinin tamamlandığı durumlar kastedilmektedir (Lüleci, 2014:67).

Konvansiyonel tıp ile birlikte kullanılıyorsa tamamlayıcı, bunun yerine

kullanıyorsa alternatif tıp denmiştir (Tütüncü, 2017:15).

Dünya çapında ‘tıbbın alternatifinin olmayacağı’ temelinde süregelen tartışmalar sonucunda ‘alternatif tıp’ teriminin kullanılması Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) başta olmak üzere, uluslararası kuruluşlar ve Sağlık Bakanlığı tarafından terk edilmiştir (Taneri ve Akış, 2017:55).

## **2.2. HASTALIKLARIN NEDENLERİ, TEDAVİ YÖNTEMLERİ VE TEDAVİ KAYNAKLARI**

### **2.2.1. Hastalıkların Nedenleri**

İnsanoğlu, dünya üzerinde yaşadığı 200.000 yıl boyunca ilaçsız yaşadı. Hastalıklardan korunmak ve hastalandığı zaman da iyileşebilmek için doğal tedavi yöntemlerine başvurdu. Tarih boyunca bugün anladığımız manada kimyasal ilaçlar yoktu (Aktaş, 2018:7). Tıp bilimi bugün; birçok hastalığı tedavi edebilse de, çoğu hastalığın nedenleri hala tam olarak bilinmemektedir.

Tıp bilimi hastalıkların maddi etkenlerden kaynaklandığını kabul ederken, Şifacılar; maddi etkenlerin yanında hastalıkların manevi etkenlerden de kaynaklandığını savunarak, tedavi yöntemlerini bu etkenlere göre belirlenmektedir. Şifacılık disiplinde, beden ve ruh sağlığı birbiriyle doğrudan ilişkilidir.

#### **2.2.1.1. Maddi Etkenler**

Kalıtsal ve fizyolojik etkenlerin yanısıra sosyolojik, ekonomik, çevresel etkenlerin de hastalıklara neden olduğu ve tedavi sürecinde gözönüne alınması gerektiği kabul edilir.

#### **2.2.1.2. Manevi Etkenler**

Toplum; hastalıkların kaynağını, dini emirlere uymama, büyüye uğrama, nazar değme, manevi zayıflık ve eksiklik gibi nedenlere de dayandırabilir.

## 2.2.2. Şifacıların Tedavi Yöntemleri ve Tedavi Kaynakları

Hippokrates'in işaret ettiği gibi “doğa, şifacıların tedavi kaynağı olan tek çalışma alanıdır.”

Hippokrates'in en çok işlenen tıp kitaplarından biri olan “Liber Aphorismorum” Aforizmalar/ Özdeyişler adlı ünlü kitabındaki 406 deyiş arasında en ünlüsü, “Hastanın en iyi hekimi, doğadır.” deyişidir (Tez, 2017:35).

### 2.2.2.1. Tedavi Yöntemleri

#### 2.2.2.1.1. Medikal Yöntemler

Özellikle enfeksiyon, yaralanma, kırık, v.b durumlarda yapılması zorunlu olan müdahaleler, şifacılık disiplininde cerrahi müdahalelerin de geliştirilmesi gerekliliğini ortaya çıkarmıştır.

Şifacılar, el ve çeşitli araçların yardımıyla; yaralanmalar karşısında öncelikle kanamayı durdurmaya çalışır, ağrıyı gidermek için müdahalede bulunur, kafa yaralanmalarını tedavi etmek, cin ya da şeytan çıkarmak için kafatasını deler (trepanasyon), tedavi edilemeyecek yaralı uzvu keserlerdi (Tez,2017; Şar,1988).

Geleneksel tıp sistemlerindeki iyileştirme pratikleri, nesilden nesile aktarılacak olmuş, biriktirilmiş bilgilerin ürünüdür (Erer ve Can, 2017:83).

Geleneksel yöntemlerin uygulayıcılarının içgüdüsel yaklaşımlar ve deneme-yanılma yoluyla kazandıkları birikimler, bugünün modern tıp bilgisinin temellerini oluşturmuştur.

Dünyanın bilinen en eski cerrahi müdahalesinin kafatası trepanasyonu olduğu bilinmektedir. Trepanasyon; beyin zarına zarar vermeden kafatasının bir bölgesinden bir kemik parçasının kesip çıkartılması işlemidir, ancak bu işlemin tedavi amaçlı mı ya da bir ritüelin parçası mı olduğu konusu hala tartışma konusudur. Dünyanın çeşitli antik bölgelerinde yapılan kazılarda, arkeologlar çok sayıda trepanasyon işlemi buluntularına rastlamıştır.

Sonraki süreçte; şifacılar nedenini açıklayamadıkları rahatsızlıkları, doğüstü kötü güçler ile ilişkilendirilmeye başladıklarından, tedavi yollarına büyüü de

sokmuşlardır.

Bitkisel tedavi Eski Roma'da bilim dalı olmuştur. Bu bilim dalının kurucusu Cladius Galen sayılmaktadır (Gökbil, 2012:XXI).

Antik Yunanlılarda Felsefe biliminin doğuşuyla birlikte, birçok alanda olduğu gibi, geleneksel tıbbi tedavi yöntemleri de sorgulanmıştır.

Bu dönemde yaşayan Hipokrat (M.Ö. 460-370), sözkonusu tıbbi pratiklerin içindeki batıl ve dinsel düşünceleri ayıklayarak; tıp bilimini akılcı bir zemine oturtmuştur.

İnsan vücudunu bir bütün olarak ele alıp inceleyen, duygu ve düşüncelerin soyut değil, vücuttaki çeşitli somut süreçler sonucunda oluştuğu fikrini ortaya atan ilk hekim Hipokrat'tır. Günümüze kadar ulaşan Corpus Hippocraticum (Hipokrates Külliyyatı) adlı 34 kitaplık derlemede; şifacılık disiplininin tıbbi pratikleri ışığında büyü ve batıl inançlar reddedilerek tıp bir bilim olarak ele alınmıştır (Tez, 2017:34).

Geçtiğimiz ikiyüzyıldan bu yana, yerli kültürler giderek saf dışı bırakılmış, yerlerinden edilmiş ve onların bitkiler dünyasına dair topladığı bilgiler kaybolmaya yüz tutmuştur (Buhner, 2012:56).

Buna rağmen, tıp bilim olarak ilerlemesini sürdürürken; halk arasında da şifacılar geleneksel tedavi yöntemlerini uygulamayı sürdürmüşlerdir. Şifacılar hazırladıkları iksir, lapa, şurup gibi karışımlarla ve dinsel-büyüsel etkilerle hastaları tedavi etmeye çalışmışlardır ve bu yöntemler günümüzde de halk arasında talep görmektedir.

#### **2.2.2.1.2. Majik Yöntemler**

İnsanların doğaüstü güçlere hükmetme isteği, zaman içinde majikal sistem olarak tüm kadim uygarlıklarında ve kültürlerin içinde yerini almıştır.

Türkçe karşılığı bulunmayan Maji kelimesi; Grekçe Magein/ Mageas/Megas sözcüğünden türemiş olup "en büyük bilim/anabilim" anlamındadır.

Eski dünya uygarlıklarında, özellikle Mısır ve Mezopotamya'da, Majikal yöntemlerin kullanıldığıyla ilgili buluntulara rastlanılmıştır.

Özellikle MS 312'de Hristiyanlığın Roma İmparatorluğu içerisinde diğer dinlerle eşit haklara sahip olduğunun İmparator I. Constantinus (306-337) tarafından

kabul edilmesi ve MS 392’de İmparator I. Theodosius (376-395) tarafından Roma İmparatorluğunun resmî dini olduğunun ilan edilmesiyle o güne kadar hâkim olan tüm bilim, felsefe ve din anlayışı değişmiştir (Küçük, 2015:46).

MS 364’teki Laodicea Konsülü’nde Maji, Astroloji ve Matematik bilimleriyle uğraşmak yasaklamıştır. Bu tarihten sonra, Maji uygulamaları saklı olarak yürütülmüştür (Sanal, 2019:1).

Majikal sistemin temelinde, bilinçaltına “telkin” yapılarak şuur değişikliği yaratmak bulunur. Sistem sır olarak uygulamacılar tarafından korunur ve bir sonrakine aktarılır.

Görünürde benzer kavramlar olarak düşünülse de sihir, büyü ve maji farklı anlamlar taşır.

Sihir; Tanrısallığın niteliklerine bir katılım için yol gösteren, ilahi bir bilimdir. Philo Judaeus’a göre; “O, tüm doğa işleyişlerinin örtüsünü kaldırır ve ilahi güçlerin derin düşüncesine öncülük eder.” (Blavatsky, 2016:50).

Büyü; Doğa’nın gizli güçlerini ya da doğaüstü varlıkları harekete geçirebilen güçleri olan yöntemleri kullanarak, olayların akışını etkileyebilme ve olağanüstü olaylar meydana getirebilme sanatıdır. Bu bağlamda büyücülerin bazı varlıklarla iletişimde olduklarını söylemeleri de anlam kazanmaktadır (Altunay, 2012:67).

Genel anlamda büyü; doğaüstü varlıkları kontrol altına alarak, kişiler ve olaylar üzerinde, olumlu ya da olumsuz etkiler yaratma amacıyla yapılan uygulamalardır.

Sosyal antropolojinin kurucusu Edward Tylor’un büyü kavramına ilişkin kuramı da, büyüye bilimsel bir yaklaşım getirmiştir:

“Pekçok çağdaşı gibi Taylor da, dünyaya üç temel bakış biçimi olduğu görüşünü savunmuştur: Bilimsel, büyüsel ve deneysel. Tylor büyücülerin şeyleri, benzetmeyle ve fikirlerin ilişkisi yoluyla sınıflandırdıklarını iddia etti; bu, aklın fikirleri (duyuları) benzerlik, zaman ve mekânda yakınlık ve neden-sonuç ilişkisi olarak üç ayrı şekilde birbirine bağladığını öne süren Hume’dan kaynaklanan ampirisist bir kuramdır.

Bu nedenle, büyü süreci gayet akılcı ve bilimseldir; fakat büyücü ilim insanının yapmadığı bir hata yapar: Benzerlik ve yakınlık temelinde sınıflandırılan şeyler arasında da nedensel bir bağlantı olduğu önkabulünden hareket eder.

Tylor tarafından anılan en iyi örnek, altın yüzüğün sarılığı tedavi edeceği şeklindeki Yunan inanışıdır. O halde büyü, Tylor için bilime benzer bir etkinliktir. Esaslı gözleme dayanır; kişisel olmayan güçlere inancı içerir ve insan düşüncesindeki ilk adım olan sınıflayıcı bilgiye bağlanır. Tylor’un önemli gördüğü nokta, büyüsel inançların altında yatan bir mantığın olduğudur.

Hiçkimse maddi nesnelere basitçe maddi nesnelere oldukları için tapınmaz; hayvanlar, bitkiler ve cansız nesnelere yalnızca simgedir. Bu şekilde Tylor

büyüsel-dinsel olgulara simgesel bir yaklaşım getirmiştir.”  
(Morris, 2004: 165-166).

Daha çok batıl inançlara dayanan büyüsel işlemlerin, doğadaki gizli güçleri kullanarak insanları kontrol altına aldığı düşünülür. Hem majisel hem de büyüsel yöntemlerin özünde “telkin” kavramının olduğu açıkça görülmektedir.

Modern tıptaki ilerlemelere rağmen yine de, fiziksel hastalıkların yanı sıra özellikle ruhsal hastalıkların tedavisinde majisel ve büyüsel yöntemlere sıklıkla başvurulduğu görülmektedir.

### 2.2.2.1.3. Dinsel Yöntemler

İnanç kavramı, insanın varoluşundan bu yana sorgulanan en temel kavramlardandır. Her ne kadar başlangıçta değişik inançların ortaya çıkışı; korku, yok olmak istememek ve doğanın bilinmezlikleri gibi nedenlere dayansa da; günümüzde inanç anlayışı Tanrısal ve felsefi boyutlara taşınmıştır.

İnanç olgusu sözlükte, “bir şeye veya bir düşünceye gönülden bağlı bulunma” olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2011:682).

Kelimenin yalın anlamıyla inanç bir sonuç belirtmektedir, düşünsel vargıdır. Birşeylerden emin olmayı ona güven duymayı içermektedir (Temren, 1998:302).

Günümüzde inanç; dinsel inançtan çok entelektüel bir haslet olarak tanımlanmaktadır (Armstrong, 1998:34).

İnanç kavramını, toplumsal çerçeveye alarak kurumsallaştıran din olgusunu Temren şöyle açıklamaktadır;

“Din olgusu, kesinleşmiş, evrensel kabul görmüş bir tanıma sahip değildir. İçeriği açısından ele alınarak dine ilişkin günümüze kadar gelebilen güçlü tanımlar dini, "ruhsal nesnelere inanma" olarak tanımlayan Taylor'a kadar iner. Bununla birlikte Din Antropolojisinin yakın dönem kaynaklarında daha çok kabul görmekte olan açıklamalara göre, dinsel inançlar ve uygulamalar insanlarla doğaüstü güçler ve nesnelere arasındaki ilişkilerdir.” (Temren,1998:304)

Tanilli'ye göre din; insanın “kutsal”la, ya da daha somut bir deyişle “Tanrı”yla ilişkili inançlarının ve bu inançları kapsadığı dogmaların ve ibadet biçimlerinin tümüdür (Tanilli, 2014:201).

Antropolog Sir James Frazer büyü, din ve bilmi evrimci bir dizilime yerleştirerek, dinin bilim tarafından aşıldığını savunmaktadır (Morris, 2004:171).



Frazer, insan kültürünün entelektüel gelişiminde büyü (maji), din ve bilim olmak üzere üç aşamanın bulunduğunu ileri sürer. Frazer, dinin, ilk insanların çevrelerine ve yaşamlarına ilişkin deneyimlerini açıklamak ve anlamlı kılmak gayretlerinden doğduğunu ileri sürmüştür (Temren,1998:305).

Durkheim ise, dinin işlevsel yönünü vurgulamış ve sade bir biçimde "bir toplumun meydana gelmesini sağlayan ayin ve inançlar sistemi"olarak tanımlamıştır. Durkheim çalışmalarında, insanların, evrendeki eşya ve olgulara, kutsal olan ve kutsal olmayan ayırımı ile baktıklarına da dikkat çekmiştir (Temren,1998:306).

Durkheim'a göre;

“Fakat eğer tarihin bize kuşkuya yer bırakmayacak şekilde öğrettiği bir gerçek varsa, o da dinin toplumsal yaşamın en küçük parçalarına dahi nüfuz etme eğiliminde olduğudur.” (Morris, 2004:176).

Dinlerin hepsinde; Tanrı merkezdedir ve iyinin de kötünün de ondan geldiği inancı vardır.

Bu inanca bağlı olarak, fiziksel ve ruhsal hastalıkların tedavi sürecinde; okuma-üfleme, nefes, tütsü, büyü, muska, adak adama, oruç tutma, kurban, dua etme, ayin düzenleme gibi dinsel öğelere de sıklıkla başvurularak hastanın şifa bulması için Tanrıya yakarılır.

### **2.2.2.2. Tedavi Kaynakları**

Bitkisel, hayvansal ve madensel karışımlar, yüzyıllardır halk arasında tedavi amacıyla kullanılır.

Şifacılıkta hastalıkların tedavisi, uygulama ve usullerin yanında; deneme-yanılma yoluyla ya da tecrübe edilerek yapılan ilaçlarla da yapılmaktadır.

Arapça kökenli olan ilaç kavramı, en geniş tanımıyla; sağaltıcı özelliği bulunan, hastalıkları iyileştirmek ya da önlemek için türlü yollardan kullanılan maddeleri ve bunların kullanıldığı ürünleri kapsamaktadır.

Halk ilaçları genel boyutlarıyla 3 ana gruba ayrılabilir:

1. Büyü niteliği taşıyan halk ilaçları,
2. Hem büyü hem de gerçekçi nitelik taşıyan halk ilaçları,
3. Gerçekçi nitelik taşıyan halk ilaçları. (Asil ve Soner, 1989:39).

Modern tıpta kullanılan ilaçlar, kimyasal ve biyolojik kökenli iken; geleneksel tedavi yöntemlerinin kaynakları bitkisel, hayvansal ve madeni olmak üzere 3 başlık altında incelenebilir (A.Büken ile görüşme 20.04.2018).

#### **2.2.2.2.1. Bitkisel**

Birçok bitkinin kökü, gövdesi, kabuğu, yaprağı, meyvesi, çiçeği veya tohumu olduğu gibi ya da birtakım işlemlerden geçirildikten sonra hastaya ilaç olarak verilmektedir.

Modern tıpta kullanılan ilaçların yan etkilerinden çekinen hastalar için bitkisel kaynaklı ilaçlar alternatif olarak düşünülmektedir.

Tüm bitkiler, içeriklerinde binlerce kimyasal madde barındırır ve bitkisel ilaçlar tercih edildiğinde bu kimyasalların bileşiminden büyük yararlar sağlanır (Duke, 2008: 15).

Doğal tıp yöntemleri içinde yer alan bitkilerin büyük bölümü binlerce yıldan beri kullanılan, çoğu güvenilir ve yan etkileri oldukça az olan şifa kaynaklarıdır (Saraç, 2010: 18).

Fitoloji; bitkibilim anlamına gelir, bitkilerin sağlığa yararı ve zararlarını inceler. Fitoterapi ise, geleneksel bitkisel ürünler ve bitkisel ilaçlarla yapılan bir tıbbi tedavi yöntemidir (A.Büken ile görüşme 12.02.2018).

Her iki kavram da halk hekimliği ile doğrudan ilişkilidir. Tedavi amacıyla kullanılan şifalı bitkiler, şifacılar tarafından birtakım işlemlerden geçirilerek suyla demleme, lapa, macun, merhem, şurup, hap, toz halinde hastalara verilir (A.Büken ile görüşme 20.04.2018).

#### **2.2.2.2.2. Hayvansal**

Arı sütü, bal, polen, yoğurt, yumurta, öd, göbek bağı, iç yağı, tüy gibi bazı hayvansal ürünler oldukları gibi ya da birtakım işlemlerden geçirildikten sonra hastaya ilaç olarak verilir (A.Büken ile görüşme 20.04.2018).

### 2.2.2.2.3. Madensel

Cıva, gümüş, altın, bakır, su, maden suyu, kil, kurşun, tuz, taş gibi madensel maddeler olduğu gibi veya birtakım işlemlerden geçirildikten sonra, hastalara ilaç olarak verilir (A.Büken ile görüşme 20.04.2018).



### 3. ADIGE ŞIFACILAR

#### 3.1. AZE KİMDİR?

Aze (Азэ) kavramı eski dönemlerde; şifacı (ГЪЭХЪУЖЪЫ), büyücü (ШХЪУХЪЭ ЗЫШЫРЭР), falcı (ДЖЭНЧЫДЗ), cadı (УДЫ), büyücü hekim, cerrah, doktor, Evliya Çelebi'nin seyahatnamesindeki taşçı ve uyuz, Tornau'nun seyahatnamesindeki sınıkçı, bilici, Morris'in notlarındaki şifalı bitki toplayıcısı terimlerinin tümünü barındırmaktadır.

Azeler uzmanlaştıkları işlere göre de isimler alırdı. Örneğin;

- Влэбгуапль/Blebğuapl; koyunun kürek kemiğine bakarak kehanette bulunan şifacılarıdır. Kürek kemiğinin üzerindeki lekelere göre havanın nasıl olacağı, ya da insanların başına neler geleceğini söylerdi (Едыдж Батырай 2017:46, Мижыев ve Паштова 2018:59, Şhalakho 2010:70).
- Cerşидз; fasulye, darı, kömür gibi objelerle gelecekte olabilecekleri bilen erkek ya da kadın kahindir. Alacakaranlıkta falın karışacağını düşündüklerinden fal bakmazlar (Mijayev ve Pashtova, 2018:68).
- Влэнапцэ/ Blenapşe; yılan sokmasını tedavi eden şifacılarıdır. Üfleyerek yılanı çatlattıkları söylenir. (Зэфэс, 2006:32).
- Над'ırһaptle; ölümlerin ruhlarıyla konuşabilen falcılardır (Mijayev ve Pashtova, 2018:101).
- Jeşaptle; gelecekte olabilecekleri, kaybolan eşya ya da hayvanın nerede olduğunu öğrenmek için cinlerden yardım alan kişilerdir. Falına bakacağı kişinin bir eşyasını yastığının altına koyarak uyur, rüyasında gördüklerini anlatırdı. Herbirinin kendine özel bir fal gecesi vardı (Mijayev ve Pashtova, 2018:101).
- Napşe; göz değmesi, yılan ve örümcek sokması, yaratıkların zarar vermesi sonucu hastalananları okuduğu şifalı sözlerle iyileştiren şifacılarıdır (Mijayev ve Pashtova, 2018:127).
- Şuhpsıh; birine istenileni yaptırmak, birini emir altına almak için büyü, tılsım yapan kişilerdir (Mijayev ve Pashtova, 2018:173).

Azeler hayati tehlikeye sebep olan birçok hastalığı tedavi edebildiği gibi, çaresiz durumlar hariç asla uzuv kesmezlerdi ve ağır yaralanma, ileri düzeydeki

kırık, parçalanma vb. iyileştirecek bilgiye de sahiplerdi.

Tedavi sırasında hastaya müdahale yapacak kişi için de, hasta için de kadın-erkek ayrımı yapılmazdı (C.Soycan ile görüşme, 23.02.2019).

Günümüzde Aze kavramı; şifalı otlarla birtakım tedavi yöntemleri uygulayan kişileri kasetmektedir. Geçmişte ise bu unvanı taşıyan kişilerin; gelecekte haber verme, iyi ve kötüyü majik yöntemlerle etki altına alma, vb. doğüstü güçlere de sahip olduğu düşünülürdü.

Bu unvanı taşıyacak kişilerin birtakım maharetleri göstermesi gerekirdi.

Eski bir Adıge inancına göre; bir yılının ağzındaki kurbağayı düşürüp aynı gün güneş ve ayı bir arada gören insanın şifa dağıtıcı olduğuna inanılırdı (Dönmez, 2014:41).

Yine Kuzeybatı Kafkasya'daki inanışa göre; çok hızlı koştuğu için yakalanması oldukça zor olan tarla faresini, eliyle yakalayıp boğabilen kişinin elinin uğurlu olacağı ve tedavi edecek olgunluğa ulaşmış olduğu kabul edilirdi (Teuv Aslan ile görüşme 27.02.2018).

Bu inanış Türkiye'de dönüşüme uğramıştır. Buradaki inanışa göre; çok hızlı hareket eden ve yakalanması neredeyse imkansız olan köstebeği canlı olarak yuvasından çıkarıp boğabilen kişiler şifacı olabilirdi (Z.Günhan ile görüşme 30.03.2018).

### **3.2. ADIGE MİTOLOJİSİNİN ŞIFACILARI**

Sözlük anlamı efsane bilimi demek olan Mitoloji, bir bakıma pagan düşüncesinin kendini ifade dilidir. Bu bağlamda mitoloji, günümüzde; pagan düşüncesini aktardığı gibi, geçmişten gelen bir düzeni de ifade etmektedir (Altunay, 2014:136).

Uygarlığın kronolojik olarak incelenebilmesi için, en başta mitolojiyi bilmek gerekmektedir. Kültürün temeli ise budur (Özbay, 1990:10).

Adıge Kültürünü temelinde yer alan Nart Mitolojisi de eski çağlara dayanmaktadır. Destanlar, Nartların yaşını tam olarak belirlemez. Ama hiç kuşku duyulmayacak bir şey vardır ki, bilimin ortaya koyduğuna göre, Nart destanlarının özü, içeriği, üçbin yıldan daha eski dönemlere dayanır (Karmokov,t.y:15).

Nart Mitolojisinin diğerk halkların özellikle batı halklarının efsanelerine, söylencelerine esin kaynağı olduğı söylenebilir.

Yunanlıların Karadeniz sahillerinde kurdukları ticari koloniler kanalıyla, Kafkas mitolojisini önemli oranda, Yunan mitolojisine yansıttıkları öne sürülmektedir (Cankat, 2012:21).

Nartlarla ilgili olarak söylenen herşey, öncelikle tarihe uygunluk içermektedir. Şöyle ki;

“Adıge halkının ve diğerk Kuzey Kafkasya halklarının, belirli bir tarihsel dönemin karakterlerini ve epik ruhunu, epik biçimde, yeterince yaygın ve inandırıcı biçimde yansıtan destanlarda, adı söylenen yayla, dağ, v.b. yer isimlerinin olaylarla ilişkisi de açıklanmaktadır. Eski Humarinsk tahkimatı yakınlarında, üstü kapalı bulunan Çiwune (yeraltı evi) de Adıge Destanlarına göre; bir zamanlar acı dilli Nart Çeleskan yaşamıştır. Sasrıko'nun atının izini taşıyan bir taş ta hala orada bulunmaktadır. Adıge yöresinde Sarıko'nun yıldız yolu, Tlepş ve Debeç'in döküm ocaklarının bulunduğı yer, Seteney'in denize girdiğı yer, Nartların yaylası, Kurganlar, vb yerler gösterilmektedir.” (Özby, 1990:56)

Eski çağların insanı doğan çocuğı için, bugünkü insan gibi iyi dileklerde bulunurdu. Bahtının açık olması, uzun yaşamlı olması, kahraman olması, düşmanlarının çekindiğı bir kişiliğe sahip olması, doğumu ile “bol ürünli bir yıl getirmesi” dilenirdi.

Bugün de bu geleneklere rastlanmaktadır.

“Sağlıklı ve güçlü olma” dileğı ve Nartların da sağlıklı ve güçlü kişiler olarak tanıtılması, onların en bariz özelliğı olarak günümüze dek yaşayagelmiştir ve o çağlarda Nartlar çok yaşarlardı: ikiyüz, üçyüz yıl kadar... (Özby, 1999:60)

Nartlar, öldürülen bir kişinin üzerine katilinin kanını damlatarak, onu tekrar canlandırırldı (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Nartların yaşadığı yerler, Nart-Sana, Kubina, Yincic vadileri idi. Yaşamı bilek gücü ile sürdürürldi. Aralarında fasulye falına bakan, kürek kemiğinden kader ve gelecek okuyan falcılar, büyü yapan cadılar da bulunurdu (Özby, 1999:210).

“Nartların Ghund Kalesini Zaptedip Seteney'i Kaçırmaları” hikayesinde; Nartlar kaledeki tıslımlı çapayı ve Seteney'i kaçırarak için kaleye üç kez saldırımlarına karşın geri çekilmek zorunda kalırlar. Sonunda Nartlar, gaibden haber veren Wueserej'den (falcı, büyücü kadın) akıl danışmaya giderler. Wueserej geçmişi geleceğı bilir (Özby, 1990:218).

“Nartların Seteney'i Yıspı Prensliginden Kurtarışları” hikayesinde de;

Seteney’i kurtarma umudunu yitiren gençler çözüm için Wueserej’e danışmaktadır:

“...Bu ulu kadın binyıllık Wueserej, ölümsüz Wueserej geleceği gün gibi okurmuş...” (Özbay, 1990:218)

Nartların arasında doğanın sırrını çözmüş, tedavi yöntemlerini bilen şifacılar da vardı.

Örneğin; Nart Leu, kör babasının tekrar görmesini sağlamak için, yaban domuzunun hala canlı olan gözlerini getirip babasının gözlerine sürmüştür (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Yine eski tedavi yöntemlerinden olan dille ya da tükürükle göz tedavisi, Nart efsanelerinde karşımıza çıkmıştır:

“Gözüne toz parçası giren bir çoban annesinden, tozu dili ile çıkarmasını istemiş.  
Annesi;  
-akşam saatlerinde gözüne dil değdirilmez. Bizim şifacı S’andrak’e git, daha iyi olur.  
O birşeyler düşünecek, onun iyileştirme yöntem sanatını tüm Nartlar bilir  
diyerek oğlunu şifacıya göndermiştir.” (Шомахов, Sanal, 2010:2).

Adıge söylencelerindeki şifacı karakterler içinde Seteney ve Tlepş’in ağırlıklı bir yeri olduğu görülmektedir.

### 3.2.1. Seteney

Destanların ağırlık noktasında “Nartların Annesi” Seteney vardır. Seteney ulu bir anaerkil figürdür. Bu figür o denli önemlidir ki, destan yapımcıları tüm kahramanları fiziksel ölüme terk ettikleri halde Seteney’e ölümsüzlük verirler (Özbay, 1990:57).

Savaş ve barışa karar vermek, hasat için yeni usuller bulmak, onun görevlerindedir. Hastalık, kıtlık, deprem gibi doğal afetlerde Nartları yönlendiren tek kişidir.

Bebeklerin kız ya da erkek olmasını Seteney belirlerdi ve o yönlendirirdi, nüfus artışı da Seteney’in elindeydi. Seteney’e bu gücü veren, Bereket Tanrısı’nın bahsettiği Nartların altın ağacıydı, kararları bu ağacın altında alırdı. Ağaç hergün bir elma verirdi. Elma, şafakta yeşillenmeye başlar gün batımına kadar da olgunlaşırdı, o elmanın bir tarafı kırmızıydı diğer tarafı sütlü kahve gibi bir rengi vardı. Nartların anne adayları kırmızı tarafı ısırınca dünyanın en güzel erkek çocuğunu dünyaya

getirirdi, diğer tarafını ısırınca da lepiska saçlı kız çocuğu dünyaya getirirdi. (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Nart çocukları doğduğunda göbeklerini Seteney kesermiş. Kız çocukları doğunca güzel olsun diye Seteney Guaşe'ye yikatırlarmış. Erkek çocukları doğunca, çocuk akıllı olsun diye kulağına Seteney Guaşe'yi fısıldatırlarmış (Özbay, 1990:223).

Adını verdiği her çocuğun kulağına üflemek onun toplumsal görevlerindedir. Kulağına üflemediği çocuk geri zekalı olmaya mahkumdur (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Bu konuda o denli bencil davranır ki, işine burnunu sokan büyük Nart Tlepş ile çatışmaktan ve onu kırmaktan bile çekinmez (Özbay, 1990:20).

Bu atışma; “Seteney Guaşe ile Tlepş'in Çatışması” hikayesinde anlatılmaktadır:

“Pakua Dame adlı yaşlı kadının kendisi hakkında dedikodu yaptığını duyan Seteney; Pakua Dame'nin yeni doğan torununun göbeğini kesmeyi reddeder ve kulağına üflemeyi de kabul etmeyerek;

“...torunu akılsız kalsın da dedikodu iyi miymiş görsün..” der.

Bunun üzerine Pakue Dame torununu alarak yola çıkar. Thağalec, Amış ve Washo Mıvaşho'ye giderek yardım ister. Ancak hiçbiri derdine çare olamaz. Onlardan ümidini kesince Tlepş'e gider. Tlepş Seteney'i ikna edebileceğini söylese de Pakue Dame Seteney'e gitmez. Tlepş te bebeği alarak dökümhaneye götürür; bebeğin kulağına fısıldayıp öğütte bulunur.

Bunlar kulağına gittiğinde, öfkeyle Tlepş'e koşar Seteney:

“Demek öyle, yüzündeki ise pise bakmadan Pakue'lerin çocuğuna öğüt vermek sana mı kalmış? Neden işin olmayan şeylere burnunu sokarsın? Neden işime karışsın?”

Tlepş Seteney'in hışmına güler ve tezgahına döner. Gürültü ile örse vurmaya başlar. Seteney beddualarını ard arda dizer:

-Bu işin sonundan hayır gelmez. Tlepş'in öğüt verdiği herkes akılsız olsun, sözleri doğru olmasın. Övgüleri bedduaya dönüşsün. Beddualar dünyada kalsın...

Lanetleme, beddua gibi kötü davranışların insanoğluna bu olaydan miras kaldığı anlatılır destanlarda..” (Özbay, 1990:223-224).

Bu hikayede; Seteney'in yararlı işler yapması ve bilgeliği yanında, dilediğinde kötülük te yapabileceği vurgulanmaktadır.

Seteney'in kahin ve falcı olması da Nart Destanlarında sıklıkla karşımıza çıkmaktadır.

Parmağında taşıdığı yüzükle geleceği görmekte, öteki dünyayla görüşmektedir (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

“Wuezirmes'in Nartları Kıtılıktan Kurtarışı” hikayesinde;

“Wuezirmes'in Pakue'ye hediye verilmesini önlemesi üzerine; yarı tanrı Pakue, Nartları cezalandırmak için bu gücünü kullanıp yağmuru tutarak yağmasını engeller. Yeryüzündeki suları kurutur. Ülkede büyük bir kuraklık başlar. Buna neden olduğu için Nartlar Wuezirmes'e kızmaktadır. Wuezirmes güç durumda kalır. Bu sıkıntıdan nasıl kurtulacağını düşünür. Derken herşeyi bilen, gelecekte haber veren Seteney Guaşe'ye gitmek aklına gelir” (Özbay, 1990:231).



“Nartların Orağı Buluşu” hikayesinde; açlık tehlikesiyle karşılaşan Nartlar, bu sorunu çözmek için toplanırlar. İşin içinden çıkamayınca, kurultaydan bir temsil grubu seçerek, Seteney’e danışmaya giderler.

Olup bitenden haberdar olan, gelecekte haber alma yeteneğinde olan Seteney onları saygı ile karşılar (Özby, 1990:132).

Yine aynı hikayede Seteney Nart yaşlılarına dönerek:

“-.....Büyüklerim, kardeşlerim oğlum Sasrıko’nun atı Tığujeyi bilirsiniz, denizaltı tanrıçası Psıtha Guaşe afsunlamıştır onu..”

demektedir (Özby, 1990:133).

“Nartların Tohumluğu” hikayesinde; Nartlar tohumluğu kimin çaldığını ve yerini öğrenmek için yine Seteney’e danışırlar.

Nart Destanlarından “Sasrıko ile Totreş” hikayesinde; Sasrıko’nun atı Tığujey’e sitem eden Seteney’e Tığujey;

“-Ey cadı anamız!.....” diye hitap eder.

“Sasrıko’nun Sonu” adlı hikayede; Seteney’in, Sasrıko’nun öldürülmesini isteyen kötü insanların cadı Barambukh ile anlaştığını ve cadının kötü amacını baktığı fasulye falında gördüğü anlatılır:

“Cadı kadının kötü amacını Seteney fasulye falında okur. Sasrıko, Nartların Humara tepesinde düzenledikleri şölene çağrılır. Şölene gitmek üzere atını ve silahlarını hazırlayan Sasrıko’nun yanına gider:

-Ey oğul,  
Doğurmadan büyüttüğüm,  
Altın beşiklerde yatırdığım oğul,  
Gitme bu şölene,  
Sana pusu kurdular,  
Sana büyü yaptılar...  
Bu yolculuk son yolun...  
Dinle beni...  
diye oğluna yalvarır.” (Özby, 1990:325-326)

Seteney’in hekim kişiliği de söylencelerde karşımıza çıkmaktadır. Devlerle kavgası sırasında iki bacağı kopan Sasrıko’nun bacaklarını dikerek yaralarını iyileştirmiştir (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Nart Destanlarından birinde, Sasrıko’nun yarasının Seteney tarafından tedavisi anlatılmaktadır:

“Sasrıko çıktığı seferde yaralanır. Yaralı olarak geri döner, en güvendiği arkadaşına misafir olur. Arkadaşı yapmadığını bırakmaz, lakin bir türlü yarasını iyileştiremez. Yara iyice azıp iyileşmez olunca arkadaş sorar:

-Senin ilacın nedir?  
-İlacımı sana annem söyleyebilir,

der Sasrıko. Arkadaşı doğruca Sasrıko'nun annesine; Seteney Guaşe'ye gider, Sasrıko'nun durumunu anlatır.

-Tuzlu su yaparak fıçıya doldurun. Onun içine oturtursanız iyileşir,  
der, Seteney Guaşe.

-O olmaz, çok ağır gelir,  
der, Sasrıko'nun arkadaşı.

-Dediğimi yap,  
diyerek, yolcu eder Seteney Sasrıko'nun arkadaşını.

Tuzlu su hazırlayıp, fıçıya doldururlar. Sasrıko, içine girip yedi gün yedi gece tuzlu suda kalır. Yedi gün yedi gece sonra Seteney bir ulak gönderir:

-Araba gönderiyorum, Sasrıko'yu bana getirin,  
der. Arabanın tabanını, sivri uçları yukarı gelecek şekilde çivi ile doldurur. Sasrıko'yu arabaya bindirirler, araba hareket ettikçe çiviler bata bata evine getirirler”  
(Karmokov,t.y:133).

Nart Destanlarında birçok yerde adı geçen Altın Ağacın elmasının tılsımını tek bilen kişi Seteney'di.

“Bu elma ağacın tepesinde olur, diğer elmalardan daha hoş kokar, daha gösterişli ve daha olgun olurdu. Seteney, ilk soğuklar gelip, yapraklar dökülmeye başladığında, elmayı koparıp sandığa koyarak saklardı.

-Gün gelir ilaç olur.

derdi. Bu elmadan bir tadımlık yiyen; çok dürüst bir yiğit, yaşlanmaz bir kahraman olurdu. Geçen ömrü kadar süreyi bu elma yeniden geri verirdi.

Seteney'in yaşlandığı, yüzünün buruşup çirkinleştiği görülmemiştir. Elmanın kabuğunu yüzüne sürünce yüzü ak pak olur, kırışıklıklar kaybolurdu. Kabuğunu kaynatıp suyunu içen; tüm dertlerinden kurtulup neşeli, şakrak, devamlı gülebilen bir insan olurdu. “ (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Anlatımlarda da görüldüğü üzere; geleceği görmesi, iyiliği ve kötülüğü yönetme gücü, yaraları tedavi etmesi, hastalıkları iyileştirmesi gibi güçleri nedeniyle, Nart Mitolojisi'nde Seteney şifacı rolünü üstlenen ana karakterdir.

### 3.2.2. Tlepş

Nart destanlarında sıkça karşımıza çıkan diğer şifacı ve büyücü figür, tanrı Tlepş'tir.

Kabardey anlatımında, demire güç yetirebilecek, ona şekil verecek kendisi gibi güçlü bir çırak arayan Debeç'e başvuran Tlepş kendisini “doğurmayan bir annenin oğlu” olarak tanıtır ve demircilik sanatını sürdürmeyi amaçladığını söyler. Tlepş dökümhanede demirlerle konuşur, onları istediği şekle sokar.

Tlepş'in sanatıyla ilgili sırları vardı, hiçbir sistemini açığa çıkarmazdı. Yaptığı sihirlerle kılıçlara doğaüstü güçler veriyordu, bir yere çağrıldığında yaptığı kılıcı da yanında götürür çalıştığı yerde bırakmazdı. Tlepş demirlerini bir mağarada yapardı, demiri döverken asla kimseye göstermezdi. Nartolog Asfar Keuk'un anlattığına göre;

“Tlepş atölyesinde çalışırken, Sasriko aniden içeri girer. Onun bu hareketine Tlepş çok kızar;

-Neden habersiz içeri dalıp benimle ve bu kılıçla olan sırrın arasına girdin. Onu ürküttün, bu kılıcı senin için yapıyordum, bu kılıçla ne istersen neyi hedeflersen yapabiliirdin elini oynatmadan, bu kılıç senin için gider düşmanlarını öldürüp geri gelirdi, ama tam yapım aşamasında öyle bir sihir katarken aramıza girdin ve onu ürküttün,

deyip kılıcı bir köşeye bırakmış. Kılıçta tam bitmediği için kısa kalmış. Sasriko kılıca bakıp demiş ki;

-Bu kılıç zaten kısa, bunun birisini öldürmesini bekleyeceğime ben bir adım fazla atarım öldürürüm düşmanımı demiş. Sasriko'nun bu sözü Adıgeler arasında yerleşmiştir ve günümüzde bile denir ki “Kılıcım kısaysa bir adım daha atar vururum”.

Yani Tlepşle yaptığı obje arasındaki sırrı, magileri bozmamak gerekirdi.” (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Tlepş'in demirci atölyesi aynı zamanda klinik olarak ta kullanılmaktadır. Zor doğumlarda, anne demirci atölyesine getirilerek demirin soğutulduğu suya yatırılır ve böylece kolay doğum yapması sağlanırdı (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Tlepş ile ustası Debeç'in hikayelerinden birinde; Tlepş'in ustasının işine engel olarak kırık kalça kemiğini demirle onarması anlatılmaktadır:

“Üç Nart kardeş bir düzlükte at oynatırlarken. atlarını çarpıştırmaya başlarlar. Ortanca kardeşin atı devrilince kendinin de kalça kemiği kırılır. Diğer iki kardeş kalçası kırılanı, hemen Debeç'in dökümhanesine taşıyarak kırılan kalça kemiğini demirden tekrar yapmasını isterler. Tlepş'in ustası Debeç acele bir işle uğraştığı için;

-Benim şimdi zamanım yok, istediğinizi çırağım Tlepş yerine getirsin. diyerek işine geri döner. Nart kardeşler küserek yaralı kardeşlerini alıp giderler. Tlepş te onları engellemez. İşi biten Debeç arkasını dönüp baktığında onları

göremeyince uzaklaşan kardeşlere seslenip onları geri çevirir ve kırık kalça kemiğini onarmaya başlar. Tlepş kızgın demire göz kırptığı için, demir Debeç ustanın ellerine boyun eğmez bir türlü ve Debeç işlediği demiri yerine oturtamaz.

Debeç Tlepş'in demire göz kırptığını anlar ve işi ona devreder. Tlepş onarıma başlar, kısa sürede demiri yerleştirerek kırık kalça kemiğini onarır. “ (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Sasrıko'nun doğumunu anlatan hikayede; Adıgelerin, bebeğin sağlıklı olması için, demirci işliğinde yaptıkları ritüelin anlatımı bulunmaktadır:

“O, ateşler içinde doğunca annesi Seteney onu Tanrı Tlepş'in tezgahına götürmüş, Tlepş te onu maşası ile dizlerinden tuttuğu gibi yedi kez suya daldırıp çıkartarak çelikleştirmişti.” (Özbay, 1999:47)

Nartolog Asfar Keuk'un aktarımında da, Tlepş'in hem sihir gücü hem de cerrahlığına ilişkin örnekler verilmiştir;

“Jelasten ve Sasrıko bir kıza talip olmuşlar, kızın babası ikisini de beğenmemiş. İkisini de vurmak için Tlepş'e giderek ok yapmasını istemiş. Tlepş ona üç tane ok yapmış, o oklar hedefini şaşırmasmış. Ama attığı zaman geri dönmesi gerekiyormuş, bunlar geri dönerken okların ikisi kırılmış bir tane ok kalmış. Tek oku kalan baba, kızına;

-hangisine atayım bu oku, sen hangisini daha az istersin

diye sormuş. Kız babasının ona oyun oynadığını fark ederek, hangisini sevdiğini söylerse onu öldüreceğini anlamış. O yüzden daha az beğendiğini göstermiş. Baba Jelasten'e atmış oku, ama Sasrıko da ölü numarası yapmış. Baba kızına;

-birini öldürdüm, ama bu yerde yatana ok atmadım, o nasıl öldü öyle, bu çok kurnaz bakayım gerçekten ölmüş mü

deyip Sasrıko'nun ayak topuğuna bir delik açar, oradan ilik çıkarıp koklayarak Sasrıko'nun ölmeyip yaşadığını anlar. Hemen Jelasten'e dönüp kafasına vurup kafasını ikiye ayırır. Jelasten atına koşarak doğruca Tlepş'e gider. Tlepş'ten kafasını bakır telle dikmesini ister. Ancak kızın babası;

-eğer dikiş yerlerini geçirdiğin yerlerden birini boş bırakarak kafasının içinin hava almasını sağlamazsan seni öldürürüm

diyerek Tlepş'i tehdit eder. Tlepş de Jelasten'in kafasını dikerken bakır teli geçirdiği deliklerden birini boş bırakıp daha büyük delik açarak kafasının içinin hava almasını

sağlar. Beyin hava alınca Jelasten ölür.

Burada ilginç olan bakır tel ile dikince kafatasının kaynayacağını, bakır telin paslanmayacağını Nartların bilmeleridir.” (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Göze çarpan diğer bir ayrıntı da Nartların insan vücuduyla ilgili bilgileridir. Beynin havayla temasında ölümün gerçekleşeceğini bilmeleri, insan iliğinin kokusundan canlılığı tesbit etmeleri de ilginçtir.

“Nart Çeleshyot” destanında ise, Tlepş kafatası kırılan Çeleshyot’un kafatasına bakır ve altın karışımı transplanta yerleştirmiştir. Anlatıma göre:

“Sasruko kavga sırasında Nart Çeleshyot’un kafasını kırmıştı. Gelen şifacı kendisi hiç bir şey yapamayacağını söylemiş, ancak Nart Çeleshyot’a Büyük Tlepş’i görmesini tavsiye etmiştir. Çünkü sadece Büyük Tlepş kırık kemiklerin yerine bakır ve altın alaşımından yapılmış transplanta koyabilecek durumdaydı. Ameliyattan önce Büyük Tlepş hastanın ağzına “пхьәлүмб” koydu (çene düzeneğinin sabitlenmesi için ahşaptan yapılmış bir alet). Büyük Tlepş, yaptığı 7 yamadan, hava girsin amacıyla 3 yamayı gevşek yapmıştı ve sonradan bu Çeleshyot’un ölümü ile sonuçlandı.” (Z.Dzıbova ile görüşme, 28.02.2018).

Bu anlatımlardaki detaylar ile Kuzey Kafkasya topraklarındaki Krasnodar ve Stavropol bölgelerindeki antik mezarlardan çıkarılan trepanasyon uygulanmış kafataslarındaki müdahalelerin örtüşmesi, Proto Adıgelerin cerrahi müdahalelerde oldukça derin bir birikime sahip olduklarını da ve uyguladıklarını ortaya koymaktadır.

### 3.2.3. Bedoh

Bedoh, Şapsığ Kaspel’lerin kızı Tlebitsejey’in eşidir ve rüya yorumlama konusunda çok iyi bir kahindir, nefesi şifalıdır, hem otlar hem de ilaçlar konusunda ustadır, elinin değmesiyle yaralar iyileşir (Mijayev ve Pashtova, 2018:55).

Nart hikayelerinde ağırlıklı bir konuma sahiptir.

Tlebitsejey’in başında ve koltuk altındaki yaraları nefesiyle üfleyerek iyileştirmiştir. Yine Tlebitsejey’le Aşemez savaşırken, Tlebitsejey’in yaralarını nefesiyle iyileştirirken, Aşemez’in yaralarını da gizlice bazen nefesiyle bazen de otlarla iyileştirir (Mijayev ve Pashtova, 2018:56).

### 3.2.4. Thaşırıphu/ Thaşerıphu/ Haşırıphu/ Şıruh Guaşe

Nartlara yardım eden kutsal bir kadın karakterdir ve Nartların işlerinin rast gitmesini, isteklerinin gerçekleşmesini sağlar. Bir Abdzeh metninde, Nartların Thaşırıphu'ya fasulye falı baktırdığı anlatılır. Nartlar falı beğenirse;

“Thaşerıphu gelinimiz, meleşimiz şiir okuyor”

diyerek, onu överlerdi. Eğer falı beğenmezlerse şöyle derlerdi:

“Kara cadı gibi gözleri,

Uzun sivri bir burnu,

Fırlamış ön dişleriyle

Bir yaratığa benzer.

Kime baksa bayıltır,

Nart yurdunda o varken

Kargaşa eksik olmaz.” (Mijayev ve Pashtova, 2018:193).

Fasulye falına başlanırken;

“Uerxhueny qymiqhah, çverxhuenyn qymiqhah

(Göğe ait, yere de ait kötülük olmasın içinde)”

diye başlanırdı (Şhalakho, 2010:73).

Cerşdz'lar fasulye falına bakarken, falcıların koruyucusu Thaşırıphu/ Şıruh Guaşe'ye hitap ederek, kimin için fal bakılıyorsa onun adını geçirerek şöyle söylerler:

“Bundan kötülük çıkmasın,

Bundan yalan çıkmasın,

Haşırıh, Şıruh Guaşe,

(...) hanımın fasulyesi,

Bu benim fasulyem,

Kendi niyetim dışında

Hiçbirşey istemeden bakıyorum fala.”

(Mijayev ve Pashtova, 2018:68).

### 3.2.5. Vorser

Kahindir ve Nartların yaşlı bilgesidir. Evlerin ocaklarının koruyucusudur. Seteney'in tutsaklıktan kurtarılması Vorser'in tavsiyeleri sayesinde gerçekleşir, ancak orağın nasıl yapılacağını Nartlara anlatmak istemez. Sasriko ve Thoje'y'in zayıf yönlerini öğrenen cadıdır.

Hikayelerde çoğunlukla yaptığı kötülükleri anlatılır. İsmi zamanla, genel ad olarak kullanılmaya başlanmış; tanrısal bilgisi olan, gelecekte olacakları bilen kahinlere Vorser denmiştir (Mijayev ve Pashtova, 2018:217).

## 3.3. GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE ADIGE TOPLUMUNDA ŞİFACILARIN YERİ

### 3.3.1. Eski Dönemde Şifacıların Adıge Toplumundaki Yeri

Kendilerine yakarılan ve kurbanlar sunulan tanrılar ve doğaüstü varlıkların yanı sıra, toplumda bir de “kutsallığın uzmanları” vardır: bunlar ruhları görebilen, göğe çıkıp tanrılarla konuşabilen, yeraltına inebilen, şeytanları, hastalıkları ve ölümü yenebilen kişilerdir (Eliade, 2014:618). Bu kişiler şifacılar ve o dönemde Adıge toplumu içinde, ayrıcalıklı ve saygın bir konumları vardı.

Şifacıların; fiziksel hastalıkların tedavisi yanında, gelecekte haber verme, iyi ve kötü güçleri etki altına alma ve yönetme gibi yetenekleri de vardı.

Bu işlerle uğraşanlar yani wudılar kolay kolay sırlarını vermezlerdi. Çünkü eğer sırrı verirse, fayda olmaktan çıkıyordu; bu yüzden hiçbir maginin formül ya da reçeteyi kayıt altına almamışlardır (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Çerkesler için büyücüler korkulan, yarı tanrı kişiliğe sahip varlıklardır. Büyücüler kıtlık getirebilir, halkı cezalandırabilir (Kaya, 2015:57).

Wuduların bakışlarıyla hareketsiz bırakacak kadar kuvvetli enerjileri vardı. Cinlerle çalışan şifacılar da nazar, ağırlık verme gibi kötü etkileri magi sistemiyle tedavi ederdi. Bunların iyilik yapan beyaz cini ve insanları ele geçirip kötülükler yaptıran kötü huylu siyah cinleri vardı.

Cin çarpmasının tedavisinde azeler; şifa olacak ölünün yattığı höyüğü tespit

ederek, o kişinin kaburgalarından bir parça kemik kesilip getirilmesini istiyorlardı. O kemiği çarpılmış kişi olarak sembolize edip tütsüleyerek, cin çarptığı söylenen ve eğik bükük gezen kişiyi düzeltiyorlardı (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).

Adıgeler arasında, toplumun iyiliği ve refahı için çalışan cadıların olduğuna da inanılırdı:

“Terk edilmiş yerleşim yerlerinin, yabani otlukların ve çöplüklerin cadıların uğrak yerleri olduğuna inanılırdı. Kimi hikayelerde cadıların asıl uğrak yerlerinin ya da merkezlerinin “Oşmahaho” olduğu anlatılır. Cadıların, oradan kendilerine şifalı otlar topladıkları söylenir. Oşmahaho’nun doruklarından üç başak getirip tarlaya serperlerse, ürünün bereketli olacağına inanılırdı. Bu başakları getirenlerin at yarışlarını kazanan cadılar olduğuna söylenirdi. Ürün az olursa “Bu yıl bizim cadılar iyi koşmamış, mahsul iyi değil.” denirdi.

Şapsığ bölgesindeki Sobayuaşha da cadıların toplanma yeri olarak bilinen dağlardandı. Söylenceye göre; tüm halkların cadıları yılda bir kez bu dağda toplanır, bir sonraki yıl hangi meyvelerin olacağı, hangi mutlu ve üzücü olayların yaşanacağı, ne zaman fırtına olup, ne zaman kuraklık olacağını konuşur; bunların insanlara faydası olacak şekilde gerçekleşmesini sağlamaya çalışırlardı.” (Mijayev ve Pashtova,2018:222).

Cadılarla ilgili çok sayıda söylenceler bulunduğu gibi, döneme tanıklık edenlerin yazılı aktarımları da bulunmaktadır.

1666 yılında, azledilen Kırım Hanı Mehmet Giray’la Kafkasya’yı gezen Evliya Çelebi, Hatıkuay bölgesindeki Ubur Dağı eteklerinde kurulu Pedsı köyünde yaşadıklarını, 10 ciltlik seyahatnamesinin 7.cildinde “Abaza ve Çerkez Sihirbazlarının Cengi” başlığıyla şöyle aktarır;

“Biz bu köydeyken 1666 senesi Şevval ayının yirmi ikinci gecesi kıyamet koptu. Şakıyan yıldırım ve saikalardan gökyüzü mahşere dönmüşken ve ortalık simsiyah karanlık olduğu halde birden bire göğü tutup öyle bir aydınlık oldu ki, Çerkez avratları nakış işlese olurdu.

Çerkezlere sual ettik: ‘Vallaha, yılda bir kere böyle kara koncolos gecelerde bizim Çerkez uyuzları ile Abaza uyuzları gökyüzünde uçarak birbiriyle cenk ederler. Siz de dışarı çıkın, korkmayın seyredin.’ dediler.

Meğerse sihirbaz ve cadılara uyuz derlermiş. Biz dahi yetmiş seksen kişi silahlarımızı yanımıza alıp, misafir kaldığımız evlerden dışarı çıktık. Biraz durduk ve baktık ki: Hemen Uyuz Dağı’nın ardından, Abaza cadıları, köklerinden kopmuş ağaçlar üstünde ve küpler ve baltalar ve hasırlar ve araba tekerlekleri ve nice bin türlü eşyalara binip havada uçarak Uyuz dağının üstüne geldiler. Hemen beri tarafta, bizim Çerkezin Hapaş dağı içinden, saçlarını dağıtmış, dişleri fil dişleri gibi dışarı fırlamış, gözlerinden ve burunlarından, kulak ve ağızlarından gemi direkleri gibi ateşler çıkan yüzlerce cadı, at ve sığır leşlerine ve gemi direklerine, deve ölülerine binmiş olarak, ellerinde yılanlar, Evranlar ve ipler ve at ve deve kelleleri olduğu halde, gökte uçarak Abaza cadılarını karşıladılar. İki tarafın uyuzları hemen birbirine girip öyle bir cenk ve cidal ettiler ki korkunç çığlıklarından kulaklarımız sağır olup hepimiz dehşete kapıldık. Tamam altı saat ardı arkası kesilmeden bu müthiş cenk devam etti. Derken üstümüze, keçe ve hasır parçaları düşmeye başladı. Peşinden de, adam ve at ve deve kelleleri ve leşleri yağmaya başladı, daha sonra da küp kırıkları ve balta parçaları ve araba tekerlekleri ve parçaları düşmeye başlayınca, dışarıda olan atlarımız ürküp, boşandı, güçlkle zapt ettik.

Bir de baktık ki, yedi tane Çerkez uyuzu ile yedi Abaza cadısı birbirine sarılıp,



başlarını birbirlerinin çenesi altına sokmuş olarak yere düştüler. Çerkezler seğirtip birbirlerinden ayırdılar. Amma iki Abaza cadısı Çerkez cadılarının gırtlığına dişlerini geçirip kanlarını emmişler. Çerkez uyuzları ölmüş, cadıların beş çifti sağ olarak tekrar havaya gitti, lakin Çerkez cadılarının kanını emip öldüren Abaza uyuzlarını Çerkezler yakalayıp hemen orada ateşte yaktılar. Velhasılı o gece sabah horozlar ötene kadar, cadıların öyle bir cengini seyrettik ki ne diller ile tarif ne kalemler ile tahrir olunur. Ve dehşetten gözümüze asla uyku girmedi. Horozlar öttükten sonra, cadılar tarumar olup dağıldılar. Peşinden de müthiş bir kütürtü oldu ve gökten orman ve dağlara büyük şeyler düştü. Sabahleyin birkaç arkadaş silahlanıp, cadıların harp ettikleri yere gittik. Yerlerde at, eşek ve domuz leşleri, küp kırıkları ve davullar ve baltalar ve uçları sırkılı furun paçavraları ve birkaç tane fil leşleri ve mezardan çıkmış adam leşleri, bardak ve çanak, hasır, yılan, çiyen ve keçiler, koyunlar ve ayı ölüleri ve nice yüzbin türlü buna benzer korkunç şeylerden yerdeki çimenler görünmez olmuştu.

Velhasılı, ben bu gibi şeylere hiç inanmazdım, amma bizimle olan askerlerin binlercesi görüp hayrette kaldılar. Amma Çerkez kişileri yemin edip; ‘Kırk elli yılda beri uyuzların böyle müthiş harp ettiklerini görmedik.’ dediler.

‘Bundan önce beş on cadı yerde kavga ederken havaya çıktıkları olurdu ama bu geceki gibi acaip harplerini görmedik.’ diye söylediler.” (Güneş, 1969:34-36).

Evliya Çelebi’nin 10 ciltlik seyahatnamesinde büyücülerle ilgili ayrıntılı anlatımı, o dönemde mistik karakterlerin toplumda etkin konumda olduklarına dikkat çekmektedir.

Sözkonusu kitapta, Evliya Çelebi vampirlerle ilgili gözlemlerini de “Görülmemiş Acaip Ahval” başlığıyla şöyle aktarmıştır:

“Bu memlekette asla hastalık olmaz, bir adam azıcık hasta olsa yahut olmasa; kara koncolos geceleri olunca o gece uyuzlar, yani cadılar bir köyde veya peşkovda istedikleri hastanın, ya da sağlam adamın kanını içerler. Böylece uyuz uyuzluktan kurtulmuş olur. Ama gene de eskiden uyuz olduğu, gözlerindeki uyuzluk alametinden belli olur. Bu diyarda uyuz Taşçı, yani uyuz ve cadıları bilici, soyca hekim, ihtiyar Çerkez adamları vardır. Bunlara ölü sahipleri para verip, öldükten sonra uyuz olmuş insanların mezarına getirirler. Görürler ki, bir mezarın toprağı bozulmuştur, o mezardan o gece uyuzun çıkıp kan içmeye gittiği anlaşılır, hemen halk üşüşüp mezarı açarlar, bakarlar ki uyuzun gözleri kaçanağına dönmüş, adam kanı içmekten yüzü kıpkırmızıdır. Hemen mel’un uyuzun murdar leşini gorundan çıkarıp, böğürtlen çalisından bir kazık sivriltilip uyuzun göbeğine kakarlar. Allahın izniyle o saat uyuzun sihri bozulup ölü kalır ve uyuz tarafından kanı içilip merhum olan adam ölümden kurtulup dirilir. Eğer kanı emilip ölenin bir kimsesi olmayıp, uyuz Taşçı bulmasa adam hakikaten mort olup gider. Amma bazı adamlar, bu uyuzları mezarda buldurup göbeğine kazığı kaktıktan sonra, ölüm hastası şifaya kavuşup, belki bir daha bu uyuz olursa hayatta olan bir başka uyuz pis leşine hulul etmesin diye göbeğindeki kazıkla beraber mel’un uyuzun murdar leşini ateşe yakarlar. Böylece bütün ibadullah şerrinden kurtulmuş olur. Tanrının hikmeti bu uyuzların leşleri asla toprakta çürümez.” (Güneş, 1969:36).

Burada anlatılanlardan da görüldüğü üzere; o dönemde, toplum içinde Taşçı dedikleri; hekim soyundan gelen kötü güçleri bilen ve tedavi eden görevli ihtiyar Çerkesler vardır.

Evliya Çelebi Seyahatnamesi’nde, gördüğü bir başka tedavi yöntemini “Bir

Başka Acaip Uyuz” başlığı altında şöyle anlatmaktadır:

“Uyuzların bir cinsi dahi hayatta gezerken bilinmez amma vakti gelip kudurduğunda, uyuz, bir adamı veya bir çocuğu tenhada bulup, yahut da suya çıplak giren bir kimseyi görünce hemen kucaklar, kulağından kanını emip koyverir. Kanı emilen adam günden güne hasta olup, ‘bre medet, beni uyuz dövdü ve kulağımdan kanımı içti’ diye haber verince, akrabaları uyuz Taşçılara baş vurup para verirler. Taşçılar şehir, peşkov ve kabakları dolaşip uyuzu ararlar, görürler ki, kan içmekte gözleri kan çanağına dönmüş, hemen o adamı yakalayıp getirirler ve boğazını ve ellerini hasır ipler ile bağlayıp zincire vurular. Zira başka bağ tutmazlar. Uyuz birkaç gün hapis kalınca, günden güne uyuzluğu açığa çıkar. Nihayet, ‘Falan adamın kanını ben içtim, işte, kulağımın ardında kanı vardır, sürdürüm ki uyuzlara görünmek ve uyuz atalarımın yanına gömüldüğüm zaman çürümeyip, birkaç kere dirilip gök yüzünde cenk etmek için ve çok yaşamak için yaptım.’ dedikte, cümle halkın kararı ile bu uyuzun göbeğine yine böğürtlen kazığını saplarlar ve kanını, kanı içilmiş olan hastanın yüzüne gözüne sürerler. Biiznillah hasta şifa bulur, uyuzu da ateşte yakarlar. Bu uyuzlar başka bir soydur, bu uyuz korkusundan yani belki de uyuz soyundandır diye Çerkezler değme adama kz verip kız almazlar. İşte bu Çerkez diyarında gerçi hastalık yoktur amma bu uyuz derdi doğrusu büyük taundan eşedir. Ekseriya Moskof diyarında ve Leh’te ve Çeh’te olağandır. Allah korusun. Amma Rumda kara koncolos olması mukarrerdir vesselam.” (Güneş, 1969:37)

Evliya Çelebi’nin bu anlatımında da Taşçıların tedavi yöntemleri ayrıntılarıyla anlatılmıştır.

A.Davingnon’un 1863’te St.Petersburg’da yayınlanan “A Pouvoir Mysterieux des noix du Diable-Talisman en usage chez les peuplades Circassiennes du Caucase” adlı kitabı; Çerkesler arasında kullanılan büyü, muska, uğur ve çeşitli tılsımları konu alır. A.Davingnon bu eserinde Çerkeslerin Keltler gibi tanrılarını hep ormanlarda aradıklarını belirtir.

“Efsanelerin en başta gelen koruyucusu sihribazlar ve kahinlerdir. Gaipten haber verenler de bunlardır. Başlarında çok yaşlı kadınların anılarını anlatan “Veserezz” vardır. İnsanların avuç içindeki çizgilerine bakıp geleceği bildiren “Equvabl” ile, koyunun kürek kemiğine bakarak kehanette bulunan “Blequapl” en ünlüleridir. Bu sonuncusu, Çerkes halkının insan neslinden olmayıp, güneşten doğan doğaüstü varlıklardan geldiğini ve hatta ilk Pşı’nın kutsal bir kartal yuvasında, Elbruz’un zirvesinde doğduğunu söylemiştir.

Çerkeslerde “Vedi” adı verilen ve istediği kimseleri vudı denilen cinlere çarpıtarak veya onları deli ederek cezalandıran büyücüler de vardı. Bu vediler geceleri “Seberuvaşa” denilen peri ormanlarında toplanır, cinlerle görüşürlermiş.” (Erkan, 1999:72).

Yine Longworth Kafkasya ziyareti sırasında büyülü olduğuna inanılan bir lahitin açılması olayında Çerkeslerin tepkisini şöyle nakleder:

“...Ne hazineden ne de onun koruyucusu olan cinlerden en ufak bir iz bile yoktu. Fakat Çerkesler hazinenin melunca bir büyü ile şekil değiştirerek tuğla ve çanak parçalarına dönüştüğünü; onun koruyucusu olan cinlerin de, Yakub Bey’in varlığından korkarak, kazı sırasında yuvalarına rast geldikleri yer sincaplarına dönüştüklerini kabul ettiler.” (Özsaray, 2012:67).

Görüldüğü gibi yaşanan bu olayda çarpılmak, kötü güçler, büyü, cin, suret

değiştirmek gibi kavramlar içiçedir.

Adıge şifacıların hastalıkların tedavisinde sıklıkla başvurdukları maji yöntemlerinin en etkilisi taklit majisidir. Bu yöntem; bir şeyin taklidini yapmakla o şeyin esasını etkileyerek istenilen sonucu elde etme esasına dayanır.

Hastalık, bir figür üzerinde sembolleştirilerek o figüre yönlendirilir. Taklit majisinin özünde “telkin” kavramının olduğu açıkça görülmektedir. Aşağıdaki örneklerde görüldüğü üzere genellikle bir hayvan, ağaç ya da dal parçası, bitkiler, hastanın kişisel eşyaları, v.b figürlere yönlendirme yapılır.

Adıge şifacılarının taklit majisi yöntemini uyguladıkları tedavi yöntemlerine örnekler aşağıdadır:

- Адэуз/lenf tümörünü geçirmek için; 2 yöntem vardır:  
-Salı akşamı ve Çarşamba sabahı yemek yemeden hiç kimseye görünmeden ormana gidilir. шышъхъэмажъ bitkisini bulup kökünü kazıyıp eve getirilir. Hastaya bu kökün adıyla seslenilip, kök tavan arasına yerleştirilir. Kök kurudukça tümör de küçülür.  
-köstebek yakalanır, boynundan tutarak kuyruğu 3 kez bağlanır ve ayağından tavan arasına asılır. Köstebek can çekişirken tümör küçülür.
- чэ бэгъыгъ/ dalak tümörünü geçirmek için de 2 yöntem uygulanır;  
-kesilen hayvanın dalağı ince bir şekilde kesilir ve çember şekline getirilerek esnek bir hasırla bağlanır. Hasta bu çemberin içinden üç kez geçirilir. Çember kuru, havalandırılan bir odada tavana asılır. Çember kurudukça tümör küçülür.  
-söğütün taze kabuğu çıkarılıp sol bacağı boyutu kadar kesilir ve sobanın üzerine asılır. Dal kurudukça, dalak tümörü küçülür. Bu hastalık çocuklarda görülürse; bir köstebek tarafından kazılmış toprak yığını üzerine çocuğun idrarı yaptırılır, bu ıslak toprak bir beze sarılır ve iyi havalandırılan bir yere yerleştirilir. Toprak kurudukça tümör küçülür (Txarancoва, 1996:79).

Şifacıların majisel güçlerinin yanında, özellikle uzuv kaybetmeden hastalıkları tedavi etmelerindeki yetkinliklerinin anlatıldığı yazılı aktarımlara da rastlanmıştır.

Tornau notlarında, dağlı şifacılarla ilgili önemli bir tespitte bulunmuştur:

“Dağlı sınıkçıların tehlikeli yara ve kırılmaları iyileştirmeleri hayret edilecek birşeydi. Ustalıklarında kesme diye bir olay yoktu. Merminin parçaladığı bacağı kesmeden iyileştirdiklerini hatırlıyorum. Ancak bunlar iç hastalıklarından hiç anlamazlardı.” (Tornau, 1999:185-186.)

Şovalye Taitbout De Marigny, Çerkesya Seyahatnamesi adlı kitabında, 15 Temmuz 1818'deki yolculuğu sırasında yaşadıklarını şöyle aktarır:

“M.Tausch ve ben sabah erkenden atlarımıza atladık, önümüzde uzanan nefis vadiyi büyük bir zevkle izleyerek yola koyulduk. Yolculuk sırasında arkadaşımın isteği üzerine hasta bir Çerkesin evine uğradık. Evdeki gürültüye hayret ettim. Ev halkı her türlü sesi çıkartarak patırtı yapıyor, fakat hastanın başında oturan hekim çok az konuşuyordu. Bu hekimlerin toplumdaki yeri çok önemlidir, kimse onların yerini alamaz. Hastalarını bazı basit ilaçlar ve muskalarla iyi ederler. Çeşitli ateşli hastalıkları iyileştirmek için

hastalarını eski mezarlıklarda büyü ile tedavi ederler.”  
(Şovalye Taitbout De Marigny, 1996:85).

Fransız seyyah Jean-Baptiste Tavernier’in 1628-1668 yılları arasında Asya’ya yaptığı 6 gezisini aktardığı seyahatnamesinde, Adıge şifacıların tedavi yöntemlerinden de bahsetmiştir:

“Avrupa’daki büyük ciltli kitapların ebatında tek kitap vardı. Yaşlı bir adamın eli altında bulunan bu kitaba, sadece o dokunabiliyordu. Bu yaşlı adam öldüğünde, kitabın koruyucusu olarak başka bir adam seçiliyordu. Bu adamın işi, o kitapla birlikte hastaların bulunduğu köylere gitmekti. Adam, ziyaret ettiği hastanın yanında bir mum yakar ve hastayla odada yalnız kalırdı. Kitabı, hastanın göğsüne koyduktan sonra açıp okur ve son olarak, nefesi hastanın yüzünün altına gelecek şekilde hastaya birkaç kez üflerdi. Daha sonra kitabı hastaya defalarca öptürür ve onun başına koyardı. Bu işlem, yaklaşık olarak yarım saat sürmekteydi.

Çerkezlerde hastalıkları iyileştiren kadınlar da bulunuyordu. Bu kadınlar ilk olarak, hastanın vücuduna, özellikle de vücudun ağrıyan kısmına dokunuyorlardı. Bu işlemi birçok kez tekrarladıktan sonra hastanın ağzına geçiriyorlardı. Hastanın ağrısı ne kadar çoksa kadınlar da o kadar güçlü geçirmek zorundaydı. Bu geçirmeyi dinleyen etrafındaki kişiler, bunun hasta için çok şifalı olduğuna ve hastanın ağrısını hafiflettiğine inanıyordu.

Yine başka ilginç bir âdet de başı ağrıyan insanların, tedavi olmak için sadece berbere gitmesidir. Hastanın bacağını, bıçakla iki yerden kesen berber, daha sonra oraya yaranın tekrar iyileşmesi için bir merhem sürüyordu. Çünkü insanlar baş ağrısının, deri ile bacak arasında bulunan bir yelden kaynaklandığını ve eğer keserek havayı alırlarsa ağrıdan kurtulacaklarını düşünüyorlardı (Yıldız, 2018:227-228).

O dönemde Avrupa’da diş çekimi, yaraların tedavisi, vb. küçük müdahaleleri berberler yaptığından Tavernier de, yaraya müdahale yapan kişiyi berber olarak tanımlasa da, işlemi yapan kişinin tarafımızca aze olduğu düşünülmektedir.

Osmanlı-Rus Savaşları sırasında Doğu Anadolu Cephesi’nde Anadolu Ordusu Humayunu Mühimme Başkitabeti olarak görev yapan Mehmed Arif’in anılarını aktardığı kitabında, savaş sırasında Çerkeslerin yaralılarını kendi şifacılarına götürdükleri aktarılmaktadır:

“...Bunların savaşta tuhaf adetleri vardı. Bu adamlar yaralılarını bizim cerrahlara baktırmaz ve hastalarını bizim hastahanelerde yatırmazlar. Kendi adetlerine göre, kendi cerrahlarına baktırmak isterler.” (Arif, 2015:112).

### 3.3.2. Günümüzde Şifacıların Adıge Toplumundaki Yeri

Adıgelerde büyü, sihir, fal, uğur-uğursuzluk, iyi ve kötü güçler, şans-şanssızlık, kehanet, efsun, tılsım, peri, vb. inançlar eski dönemlerden beri vardır ve bu inanışlar günümüzde de varlığını sürdürmektedir.

Ancak tarihsel süreç içinde, toplumsal olaylar, özellikle inanç sistemindeki değişiklikler ve modern tıptaki ilerlemelerle; Şifacıların toplum içindeki etkin rolü geri plana itilmiştir.

Sürgün ve zorunlu göç, Adıge halkının kültürel erozyonuna yol açan kırılma noktasıdır.

“Gerek diaspora çalışmalarında, gerek kültürel antropoloji çalışmalarında, gerek etnik çalışmalarda ve gerekse kimlik çalışmalarında pekçok teorisyenin fikirbirliğine vardığı bir nokta vardır. Buna göre, ulusal, etnik, kültürel, diasporik ve bireysel kimlikler; içinde yaşanılan toplumsal, siyasal, hukuksal ve kültürel yapı ile birlikte karşılıklı etkileşimde bulunan toplumsal grupların nitelikleriyle doğrudan ilintilidir.” (Kaya, 2011:73).

Xabze'nin koruması altında olmasına rağmen, Adıgeler, gittikleri coğrafyalarda karşılaştıkları kültürlerin, kültürlerini etkilemesinin önüne geçememişlerdir.

Kültürel birikimin korunması; sosyolojik, ekonomik, siyasi uygulamaları şekillendiren devlet politikalarıyla da etkileşim halindedir.

Bunların etkileri sonucunda; şifacılık disiplini uygulamaları diasporada zamanla körelerek, yerel kültüre adapte olmuştur.

Bitkilerle tedavi bilimi (Fitoterapi) Türkiye'deki sağlık sektöründe ilgi görmese de, dünya genelinde tedaviler bitkisel tedavi yöntemlerine doğru yönelmektedir. Sadece Almanya'da, tedavi edilen hastaların %60'ından fazlasına bitkisel ürünler reçete edilmektedir (Aktaş, 2017:11).

Diaspora coğrafyasında, Çerkes nüfusunun en yoğun olduğu Türkiye'de, geleneksel, alternatif ve tamamlayıcı tıp kavramlarıyla ilgili ilk yasal düzenleme 29.05.1991 yılında çıkartılan Akupunktur Tedavi Yönetmeliğidir. Bu Yönetmeliğin amacı, akupunktur tedavisinin, diğer tedavi metodlarında olduğu gibi, bilimsel yöntemlerle yapılmasının esas ve usullerini düzenlemektir (Resmi Gazete, 1991:3).

2012 yılında, Sağlık Bakanlığı'nın Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü bünyesinde, 1219 Sayılı Tababet ve Şuabatı Sanatlarının Tarzı İcrası Hakkında Kanunun Ek-13. Maddesi (Resmi Gazete, 2011:1) ile 663 sayılı Kanunun 8 inci maddesinin (ğ) bendine dayanılarak (Resmi Gazete,2011:1) Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı kurulmuştur.

27/10/2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmi Gazetede Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği yayımlanmıştır. Bu Yönetmeliğin

amacı, insan sağlığına yönelik geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulama yöntemlerini belirlemek, bu yöntemleri uygulayacak kişilerin eğitimi ve yetkilendirilmeleri ile bu yöntemlerin uygulanacağı sağlık kuruluşlarının çalışma usul ve esaslarını düzenlemektir (Resmi Gazete, 2014:1).

Yönetmeliğin Ek.3'ünde 15 yöntemin, ünite ve uygulama merkezlerinde sertifikalı hekim ve diş hekimlerince uygulanabileceği belirtilmektedir. Yasallaşan bu yöntemler; akupunktur, apiterapi, fitoterapi, hipnoz, homoepati, sülük uygulaması, kayropratik, kupa uygulaması, larva uygulaması, mezoterapi, proloterapi, osteopati, ozon uygulaması, refleksoloji, müzikterapidir (Resmi Gazete, 2014:1).

Yönetmelik yayımlandıktan sonra Daire Başkanlığı bünyesinde çalışmalar hızlandırılarak devam etmiştir.

9 Mart 2019 tarih, 30709 sayılı Resmi Gazetede yayınlanan Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarının Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik ile de; insanlar üzerinde yapılacak olan, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliğinde yer alan geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarıyla ilgili, klinik araştırmaların, klinik araştırma yerlerinin ve bu araştırmaları gerçekleştirecek gerçek veya tüzel kişilerin kapsamı belirlenmiştir. (Resmi Gazete, 2019:1).

Her iki yönetmelikte de ortak noktanın, halk arasında uygulanan geleneksel tedavi yöntemlerinin devlet kontrolüne girmesini sağlamak olduğu düşünülmektedir.

Bu yönetmeliklerle yasal zemine oturtulan 15 adet geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları halen; uygulama merkezi olarak 23 üniversite ve 41 kamu hastanesinde, eğitim merkezi olarak Sağlık Bilimleri Üniversitesi ile 11 kamu hastanesinde, ünite olarak 49 kamu hastanesinde devlet denetiminde yürütölmektedir (Sanal, 2019:1).

Kuzeybatı Kafkasya'da da günümüzde çok sayıda bitkisel tedavi merkezi, devlet denetiminde faaliyetini sürdürmektedir. Krasnodar'daki "Kafkas Otları Tedavi Merkezi" bu konuda başı çekmektedir. (EK 1.)

Bu merkez astım, böbrek rahatsızlıkları, çocuk hastalıkları, alerjik hastalıklar, omurilik hastalıkları, egzama, onkolojik rahatsızlıklar ve daha birçok konuda tedavi uygulamaktadır (N.Yağan, Sanal, 2007:1).

Aynı hizmete Adigey eczanelerinde de rastlanmaktadır, bitkisel ürünler

fabrikalarda hazırlanmakta, doktorlar tarafından ilaçlarla birlikte bitkisel ürünler de reçetelendirilmektedir.

Kısaca devlet tarafından da vatandaş tarafından da bitkisel tedavi sistemin bir parçası olarak görülmekte, tüm faaliyetler devlet kontrolünde yürütülmektedir (N.Yağan, Sanal, 2007:1).

Göç sonrası Türkiye'ye gelen Çerkeslerde ise mevcut bilgiler, zamanla yerel kültürle karışmış (örneğin; kaynak kişilerce zeytinyağı, ispiroto, v.b. gibi malzemelerin kullanıldığı tedavi yöntemleri hakkında da bilgi verilmiş, kullanılan malzemeler nedeniyle tedavinin Kafkasya kökenli olmadığı açıkça anlaşıldığından, bu yöntemler çalışmamıza dahil edilmemiştir) toplumsal dağılıma nedeniyle de; mevcut birikim büyük ölçüde değişim ve dönüşüme uğrayarak, büyü, dua, okuma, üfleme, vb. dinsel etkilere de maruz kalmıştır.

Günümüzde Aze kavramı artık; hem Türkiye'de hem de Kuzey Kafkasya'da şifalı otlarla ve dua, vb. dini motiflerle sınırlı sayıdaki hastalıklara, ya da doğüstü güçlerin etkisiyle olduğu kabul edilen nazar, cin çarpması, iç sıkıntısı, vb. durumlara tedavi yöntemlerini uygulayan kişileri kasetmektedir (EK 2/a, 2/b, 2/c, 2/d, 2/e, 2/f, 2/g).

Yaptığımız saha çalışmaları sırasında; konuyla ilgili birikimin ve kültürel hafızanın yok olma eşiğini çoktan geçtiği gerçeğiyle karşılaşmıştır.

### **3.4. ADIGE İNANIŞLARI VE ŞİFACILIK**

#### **3.4.1. Kültlerle İlgili İnanışlarda Kutsaliyet ve Korunma İlişkisi**

Yaşamla ölüm, sağlıkla hastalık, bollukla yokluk arasında sürekli olarak boşlukta asılı dururuz: Bunların insanlara dağıtılmaları gizli ve bilinmeyen nedenlerle olur, işleyişleri çoğu kez beklenmediktir ve hiçbir zaman açıklanamaz (Hume, 2016:46).

İnsanların korunma, sırları öğrenme, bolluk ve bereket, sağlık, huzur

beklentileri; kötülüklerle mücadele eden, bereketi sağlayan, huzuru temin eden güçlere karşı inanç geliştirmesine yol açmıştır.

Adıgelerin inanç sisteminde de bu güçler, ağırlıklı bir yere sahiptir.

Kült kelimesi Latince kökenli “Cultus” kelimesinden türemiş olup; “tapınma” anlamını taşımaktadır ve halk arasında ibadet, ritüel, tören, kutsal sayma gibi birçok anlamda kullanılmaktadır.

Geniş açıdan ele alınırsa Kült kavramı; Tanrıya, kutsal kabul edilen varlıklara duyulan inanç, saygı ve bağlılığı göstermek, onlardan isteklerde bulunmak, yakarmak amacıyla ibadet etmek, ritüelleri uygulamak, totem- put, vb. kült ürünlerine tapmak gibi öğeleri kapsar.

Adıge Xabze’de kutsaliyet; hem gelenekleri, hem de dinsel inançları içine alan geniş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Adıgabzede; inanç kelimesinin karşılığı “ШОШЪНЫГЪ” (Huvaj, 2007:87) kelimesi ile karşılık bulurken, din kelimesinin karşılığının olmaması; hiçbir dinin, bütünüyle Xabze üzerinde etkin olmadığını açıkça göstergesi olarak düşünülebilir.

Kutsal sayılan doğa güçlerinin özdeşleştiği kùltlerden yardım isteme geleneği, Adıge kültüründe halen mevcudiyetini sürdürmektedir.

### **3.4.1.1. Tanrı Kavramı**

M.Ö. 5.y.y.’da yaşayan ve insanlığın ilk tarihçisi ve öykü yazarı kabul edilen Halikarnas’lı Herodot’a göre, o çağlarda Kuzeybatı Kafkasya’da değişik tanrılara ve büyüye tapan kavimler yaşamış (Erkan, 1999:26).

Herodot’un bu anlatımına rağmen, Adıgeler için, eski dönemlerden beri Tanrıları da var eden "Тхъашъхъэ" tek yaratıcıdır. “Тхъашъхъэ” kavramına ilişkin olarak en kapsamlı tanım şöyledir:

“Xabze inancında; Tanrıların üstünde “Тхъашъхъэ” kavramı vardır ki bu, varlığın da varoluşun da yaratıcısıdır. Bu kavramın olması; olaylar dünyasının gözlenmesinden doğan kopuk ve hayali çok tanrı anlayışından; bütünseli kavrama noktasına geliş, sezgi ve akıl anlayışına geçiştir. Тхъашъхъэ kavramı, kavram kargaşasının sona erdiği bir gelişim noktasıdır. “ (Serbes, 2012:103).

Тхъашъхъэ, Adıge Panteonu’nun baş tanrısıdır. Diğer tanrıların ve insanların içinde doğrudan yer almaz.



Tanrısal anlaşmazlıklar ve tanrılar ile kahramanlar ve bunlara maruz kalan insanlar arasındaki yanlış anlamalar konusunda en yüksek otorite olarak hizmet eder (Kyek Acφap, 2018:46).

Adıgelerin yüzyıllara dayanan geleneklerine bağlılığı ve bunları ısrarla korumaları, eski kültürü yaşatma tutkusuna kaynaklara da yansımıştır. Fransız gezgin Dubua D'Montpeare, hiçbir eski kabilenin Çerkesler kadar antik ahlak ve geleneklerine bağlı kalmadıklarını belirtmiştir (Betrozov, 2009:240-241).

Toplumsal yaşam pratiği içinde; doğa ve insan ilişkilerinin kuralları kendiliğinden Adıge Xabze'nin içinde yer edinmiş olup; tarihsel geçmişe dayanan kültürel birikim ve toplum hafızasından kaynaklı değerler ve normlar günümüze taşınmıştır.

Yaratıcı Tha günümüzde de, Adıge Xabze içindeki yeri korunmaktadır.

Evrenin yaratıcısı olan Tha'nın insanlara sağlık verdiği ve koruduğu düşünülerek; dans ve müzik eşliğinde tapınma ritüelleri yapılır, dua edilir, armağanlar verilir, adak ve kurban törenleri düzenlenirdi.

Adıgelerin eski tapınma biçimleri "Thatle'u" (Tanrıya yalvarış), belirli bir Tanrı onuruna yapılan kurban kesme törenleri ve Huahua okuma biçiminde bir ayini zorunlu kapsardı (Özbay, 1990:52).

Örneğin, yemeğe başlamadan önce bereket tanrısına yapılan şükran ayini vardı. Evliya Çelebi Seyahatnamesi'nde bu ritüelden şöyle bahsetmektedir:

"Çerkesler yemeğe başlamadan ağaç sofraları geldiğinde bir balmumu yakarlar, herkes muma bir kere "Danev danev mamelok" deyip tapınıp, sonra yemeğe başlarlar. Yemek bitince yine öyle yapar sofrayı kaldırırlar, bir garip temaşadır." (Güneş, 1969:28).

Doğum ve ölüme büyük önem verilir, bu iki olayla ilgili yapılan törenler en önemli kutsal görevlerden sayılırdı.

Adıge Xabze'nin içinde bulunan inanç sisteminde; soyut Tha'nın yanında doğa olaylarını düzenleyen çok sayıda Tanrılar bulunmaktadır. Şible (yıldırım tanrısı), Tlepş (ateş ve demir tanrısı), Thağaleg (tarım, bolluk ve verimlilik tanrısı), Premethaj (ocak/ ateş tanrısı), Sozereş (bereket tanrısı), Mezitha (orman ve avcılarının tanrısı), Wvatha (gökyüzü tanrısı), Amış (hayvanların koruyucu tanrısı), Ahin (büyükbaş hayvanların koruyucusu), Psetha (ruhlar tanrısı), Sewıseres (fırtına tanrısı)

bunlardan başlıcalarıdır.

Bu Tanrılardan kendi sağlıklarının yanısıra bitki ve hayvanların sağlığının korunması için de yardım istemişlerdir.

### 3.4.1.2. Güneş Kültü

Adıgece’de güneşe “Тыгъэ” denir. Proto-Adıgeler, Tha’dan sonraki en büyük tanrı olarak Güneşi kabul ediyordu. Güneş, kötülüklerle mücadele eder, huzuru sağlar, bereket getirir ve hastalıklara şifa olur.

Adıgeler kendilerinin güneş ışınlarından çıktıklarına, hatta ilk prenslerinin kartal yuvasında dünyaya geldiğine inanırlar.

“Te diğe nebitzım tiheçığ” (Biz güneş ışınlarından çıktık.)

deyimi Anadolu’da yaşayan Adıgeler arasında halen kullanılmaktadır (Serbes 2012:344).

Nart Destanlarından birinde, işini bitiremeyen Setenay Guşe;

“Ey Güneş,

Yaşamın kaynağı Güneş,

Bitkilere can veren,

Canlıya derman veren Güneş,

Ne olur duy sesimi,

Dur durakla biraz..

Durakla ki bitireyim işimi..”

diyerek, Güneşi kutsamakta ve yakarmaktadır (Özbay, 1990:158).

Çerkeslerin hala şöyle bir deyişi vardır;

“Ölümsüz güneş saklanmaya ve yeniden doğmaya devam ediyor.” (Natho, 2009:118).

V.İ.Markovın Kuzeybatı Kafkasya’daki 644 dolmeni incelediğinde; dolmenlerin güneşe dönük inşa edildiğini belirlemiştir. Bu inceleme sırasında başka ilginç bir husus daha ortaya çıkarmıştır. Eğer dolmen çok kuytu, gölgeli, güneş görmeyen bir yerdeyse (yüksek dağlık arazi, sık ormanlar, vb. nedeniyle) dolmenin cephesi, güneş ışıklarının odaklandığı ve yansıdığı yüzeylere dönüktü. Bunlar kayalar, uzak ağaçlar bile olabilir ve fiilen kuzeyde olması bile önemli değildir.

Böyle dolmenler, ışığı sözkonusu yansıtıcılardan alıyorlardı. Bütün bu yön hususları, dolmenleri yapanların güneşe taptıklarını açıkça ortaya koymaktadır (Markovin, 2008:102-103).

Adıgele güneş tutulması olduğunda, at üzerinde dövüş yaparlardı (Z.Dzıbova ile görüşme 27.02.2018).

### **3.4.1.3. Ay Kültü**

Adıgece'de aya "Маээ" denir. Çerkesler, Güneş ve Ay'ın ağabey-kardeş olduklarını düşünüyorlardı. Yeni ay zamanında, insanlar önceden belirtilen yerlerde bir araya gelip çeşitli taleplerle aya seslenirlerdi.

Örneğin; dua eden gerekli eşyaları yanında getirir ve insanlara aynı eşyalardan versin diye aya gösterirdi. Genellikle safkan bir inek getirip toplanmış kalabalığın önüne koyarlardı ve aya gösterip ondan insanlara çok sayıda safkan inek sağlamasını isterlerdi. Çerkesler, ayın yüzeyindeki karanlık noktaları, bir çoban ve onun koyun sürüsü olarak yorumluyorlardı. Ayın parlak yansıması, onlar için yağmurlu havanın belirtisiydi. Eğer yeni ayın uçları yukarı bakıyorsa kurak bir ay geçecek, aşağı bakıyorsa da yağmurlu bir ay geçecekti. Aynı zamanda bütün bir popüler inanç döngüsünü de ayla ilişkilendiriyorlardı. Örneğin; ay tutulması, bir salgın hastalığın habercisiyken; ayın silik kenarları savaş demektir (Natho, 2009:118).

Yine ay tutulmasıyla ağrıların başlayacağına inanılırdı (Z.Dzıbova ile görüşme 27.02.2018).

### **3.4.1.4. Ağaç ve Orman Kültü**

Ağaç kültürünün temelinde, ağaçların ruhuna karşı saygı ve ağacın yararlılıklarına karşı duyulan saygı anlayışı vardır. Ağaçlar insanlara yardım eder, hastalıkları iyileştirir, kötü ruhları uzaklaştırır.

Tanrısalığa yaklaşma olarak ağaca tapmak, bütün kadim dünyada yaygın bir uygulamaydı (Hall, 2012:282).

İbadet için seçilmiş olan ağaç dalları altına iltica eden canı, affa savunmaya nail olurdu (Baj, 1995:81).

Eski kavimlerde olduğu gibi, otokton Kafkasyalılarda da meşe ağacı kutsal sayılır, ağacın tanrısal bir ruh taşıdığına inanılırdı (Bi, 2011: 239).

Halk meclislerinde alınan kararlar ulu bir ağacın tepesine çıkan bir adam tarafından açıklanırdı. Bu tören yapılmadan kararlar geçerli ve yasal sayılmazdı (Özsaray, 2012:74).

Sonbaharda ormana giderek kutsal saydıkları asırlık meşe ağacının (ЧЪЫГЫЖЪЫ) altında, Yüce Tha'ya sağlık ve bereket için dua ederlerdi.

Adıge şifacıların tedavilerde kullandıkları ilaçların çoğunluğu bitki ve ağaç kökenli olup orman florasından faydalanmışlardır.

Diğer kültürlerde tapınaklar varken; Adıgeler ibadet, dans ve müzik eşliğindeki kutsama eylemlerini, “Kotij” denilen kutsal meşe ağacının altında yaparlardı.

Ayrıca; genç kızlar kötülüklerden korunmak ve şans getirmesi için meşe ağacının kabuğunu elbiselerinin gizli bir yerine dikerlerdi (Ş. İyigün ile görüşme 15.09.2018).

Adıgelerde, arınmak ve Tha'ya yakınlaşmak maksadıyla kurban ritüeli vardı. Bu ritüel, kutsal meşe ağaçlarının bulunduğu koruluklarda yapılırdı.

“Thamade öncelikle, Tha'ya temizleneceklerine dair dua eder; arkasından, sağ elinde “Şuat” denilen içki dolu bir ağaç kadeh, sol elinde mayasız büyük bir çöreklerle ilerler; sonra bunları yanındakilere vererek; onların elindekileri alır ve yine aynı duayı yapardı. Üzerine dua okunan bu şuat ve çörekler dağıtıldıktan sonra; kurbana dua okur ve kurbanın başına şuattan biraz döküp, kıllarından bir parça alarak, arkasında duran 3 balmumu şamdanda yakılır ve kurban kesilirdi” (Özsaray, 2012:92-93).

Bu ritüelin karanlık güçlerin kötü etkilerinden koruduğu inancı hakimdi.

Ayrıca, korkulan tanrılardan biri olan orman ve av hayvanları tanrısı Mezitha'ya da, giz dolu ormanlardaki kötü ruhlardan koruması ve yardım etmesi için törenler düzenlenirdi.

Bu suretle ibadet yapmaya tahsis edilmiş olan mukaddes ormana Çerkesler “Tha Şeg” derlerdi (Baj, 1995:80).

Kurumuş armut ağacı da kutsal kabul edilirdi:

“Eski Adıgeler kurumuş armut ağacını fırtına ve rüzgar tanrısı Seoseres'in simgesi sayarlar ve evlerinin bahçesinde böyle bir ağaç bulundurlardı. Bu ağaca Bahar Bayramı'ndan başka bir günde dokunulmazdı. Ağaç önce suyla yıkanır, tepesine bir parça peynir konur ve dallarına orada bulunan konuk sayısı kadar koni biçiminde süsler takılır, sonra evin içine yerleştirilirdi. Üç gün üç gece yenilir içilir, bayram yapılır ve Seozeres'e fırtınalar estirip azgın dalgalarla ve rüzgarlarla denizcilere zarar vermemesi için dualar edilir, festival bittiğinde ağaçtaki peynir ve diğer yiyecekler misafirlere dağıtılır, sonra ağaç tekrar bahçedeki eski yerine konulurdu.” (Özsaray, 2012:75)

Yakarış ve ağıtlarla veba, çiçek, humma ve diğer hastalıklardan korunmayı, yeni doğan çocukları kem gözlerden saklamayı amaçlarıydı (Özbay, 1990:52).

Hastalıklardan korunmak amacıyla ДэльэпсэчІкІ/ Delepseç'k dedikleri ritüeli, ceviz ağacının altında uygularlardı:

“Baharla birlikte hastalıkların geldiği düşünülüyordu baharın başlangıcında Detlapse’şek yapılırdı. Bunun dışında büyük bir salgın hastalık gelmişse, zamanına bakılmadan yapıldığı da olurdu. Köyün yakınında iyice kök salmış ve serpilmiş bir ceviz ağacının altı bir insanın içinden geçebileceği genişlikte kazılırdı. Tüm halk, ağacın altından sürünerek geçer, özellikle de çocukları geçirirlerdi. Adaklar adanır, yemekler yenirdi. Evden ayrılamayan kadınlara da dileklerinin gerçekleşmesi için bu yiyeceklerden götürülürdü” (Mijayev ve Pashtova, 2018:74)

Delepseç'k ritüelinde, kutsal ceviz ağacının altında hasta bebekler için farklı bir tören daha yapılırdı. Bu ritüelde, önce kutsal ceviz ağacının kökünün altında büyük bir çukur kazılır, bu arada yemekler hazırlanır. Hafif elleri ve nazik gözleri olan iki komşusu çukurun iki tarafına davet edilir. Hasta bebek iki komşu tarafından kökün altındaki çukurdan, elden ele geçirilirken, yaşlı şifacı aşağıdaki tılsımlı sözleri söyler:

“Узи, бзэджэ-наджи иІэр пэрэз!

(Ağrı, sızı ne varsa uzaklaşsın gitsin)

Узи бзэджэ-наджи иІэр отэт!

(Ağrı, sızı ne varsa aksın gitsin)

Bu sözlerle elden ele kökün altından geçirilen hasta bebek annesine verildikten sonra, çukur tekrar toprakla doldurulur. Böylece, hastalığın bebekten ayrılarak çukurda kaldığı ve bebeğin iyileşeceğine inanılır (Z.Dzıbova ile görüşme, 28.02.2018).

Yakarış ve ağıtlarla veba, çiçek, humma ve diğer hastalıklardan korunmayı, yeni doğan çocukları kem gözlerden saklamayı amaçlarıydı (Özbay, 1990:52).

### 3.4.1.5. Gök Gürültüsü- Yağmur/ Yıldırım Kültü

Gök gürültüsü ve yıldırım olayının o çağ insanının beyninde oluşturduğu korku ve imaj, yıldırım tanrısı Şible’yi Kafkas mitolojisine kazandırmıştır (Özbay, 1990:8).

Şible, gök gürültüsü ve şimşek tanrısı ve yağmur koruyucusudur.

Çerkeslerde yıldırım çok önemli ve saygı gösterilen bir doğa olayıdır ve yıldırım gökten inen bir tür melektir ve yaratıcının özel olarak seçtiği yerlere düşerler. Yıldırım oluşması için bazen dualar edilir (Şovalye Taitbout De Marigny,1996:60).

Çerkes mitolojisinde Şible, gökyüzünde siyah bir ata biniyor ve atın çifteleri gök gürültüsü ve şimşek yaratıyordu. Çerkesler, gök gürültüsünün ve şimşekin tanrıların elinde olduğuna inanıyorlardı. Bu yüzden yıldırım düşen yerler, ağaçlar ve taşlar kutsal kabul ediliyordu. Şimşek çarpması sonucu ölen kişinin ardından ağlamıyorlardı. Böyle bir kişinin tanrılar tarafından kutsandığı düşünülüyordu ve öldüğü noktaya gömülüyordu. Mezarı kutsal kabul edildiği için yağmur duasına çıkanlar tarafından ziyaret ediliyordu (Natho, 2009:119).

Aynı şekilde, yıldırım çarpan hayvanlar da kutsanıyordu ve Şible'yi onurlandırmak adına, bazen 3 gün bazen de 7 gün Şible Wuic yaparlardı. Günümüzde Wuic düğünlerin başlangıç ve kapanışında yapılmaktadır.

Adıgelerin yağmur tanrıçası Khantseguşe için de, ayinler yapılır ve törenler düzenlenerek koruma ve yardım istenirdi.

Yağmur ve yıldırım tanrıları vokal repertuarda görülür. Yağmur tanrıçası Khantseguşe ya da Ele'ye (Aziz Eliah'tan öykünölmüş) adanmış ritüel şarkıları, katılımcıların, ellerinde tanrıçayı simgeleyen bir resmini tutarak, yiyecek depolayan köylülerin evlerinin önünden geçtiği alaya eşlik eder. Alay nehir yatağındaki bir ziyafetle ve ritüel banyosuyla sona erer. Şimşek tanrısını onurlandıran bir halka dansına (Şible Wuic) "Ele sopai" şarkısı eşlik eder ve yıldırımın düştüğü yerde söylenir. Köylüler Tanrının onlara indiği inancıyla, ölüme neden olsa da yıldırım düşmesini coşkuyla karşılar (Kaya, 2015:214).

Yine Şiblenin vurduğu çarptığı taşlar kötülüklerden korunmak için, meyve ağaçlarına evlerin girişlerine beşiklere konulurdu (Teuv Aslan ile görüşme 27.02.2018).

Adige savaşçılar yıldırım düşen ağaçların kabuklarını deri bir keseye koyup bunu üzerlerinde taşırlardı. Bu kabukların onlara cesaret verdiği, uğur getirdiği ve kötülüklerden kazalardan belalardan koruduğuna inanılırdı (G.Besler ile görüşme, 10.09.2018).

Savaş başlamadan önce gök gürler, ya da şimşek çakarsa iyiliğe,

kazanacaklarına yorumlardı (Baj, 1995:79).

Kuraklık yıllarında yakarışlarla yağmur yağdırmaya uğraşırlardı (Bugün bu gelenek, yağmur duaları ve islami inançlarla bütünleştirilmiş olarak uygulanmaktadır.) (Özbay,1990:52).

Kuraklık sonucu yağmur duası yapılır ve yağın bereketli yağmurlar için şükran ağıtları yakılır, tabii bunlar gökgürültüsü ve yıldırım eşliğinde gelirler (Şovalye Taitbout De Marigny, 1996:60).

### 3.4.1.6. Dağ Kültü

Avrupa'nın en yüksek dağlarından biri olan Elbruz Adıgeler için kutsaldır, birçok mitolojik söylencede adı geçen Kaf Dağı Nartların yurdudur ve dünya kültürlerinde ağırlıklı bir yere sahiptir.

Özdemir Özbay'ın da kitabında vurguladığı gibi;

“Tüm Dünya uluslarının sözlü edebiyat ürünlerinde, masallarında bir “Kaf Dağı” sözüdür sürüp gider, binlerce yıldan bu yana... Peri Padişahının o görkemli sarayı Kaf Dağı'nın ardındadır. O sarayda yaşayan güzel Prenses'e ulaşmak olanaksızdır. Saraya giden yolları dokuz başlı ejderhalar, kartallar beklemektedir. Bütün hayal ürünü güzellikler, mutluluklar, bu dağın aşılmaz geçitlerinin arkasındadır. Bu durum insanoğlunun ulaşmak istediği, olan değil, olması lazım gelen hedeftir. Belki de çağımız insanını aradığı evrensel barış ve mutluluğun bir anlatım tarzıdır. Bu mutluluk, barış, sevecenlik doludur. Güneş hep Kaf Dağı'ndan doğar, Uygarlık ateşi bu kutsal dağa çivilenen kahramanlar sayesinde ulaşmıştır insanoğluna... Kısacası Kaf Dağı binlerce yıldan bu yana Dünya toplumlarının rüyalarını süsleyen bir masal ülkesi olma özelliğini günümüze dek sürdürmüştür.” (Özbay, 1999:7-8).

Dağların ruhu, inatçı yaşlı bir adamdı ve yüksek dağların tepesinde yalnız yaşardı. Dağların ruhu huzurlu ve sakinse çevrede çiçekler açar, ormanda kuşlar şarkı söyler; ama sinirliyse dağlar bulutlarla kaplanır, yer titrer ve nehirler gürlür (Natho, 2009:121).

Yaşadığı coğrafyayla şekillenen Adıge toplumunun yaşam biçiminde dağ kültürü, tanrılara ulaşmak için kullanılan yolların başında gelmekteydi.

“Dağlarda kutsal sayılan yerler vardı ki, buralar oturulmayan ıssız yerlerdi. Bunlar bir meşe ağacı, bir ayazma, bir mezar kalıntısı idi. Hastalar, şansı yardım etmeyenler, saldırıya veya hakarete uğrayanlar, malı çalınanlar ellerinde hediyeler ve adaklarla bu kutsal yerlere akın ederlerdi. Avcılar başarılarının devamı için buraya üveyik, keçiboynuzu veya avladıkları hayvan ve kuşları getirirlerdi. Belirli günlerde bağış ve adaklar sunulurdu. Bu toplantılarda dans ve müzik eşliğinde şölenler düzenlenirdi.” (Özsaray, 2012:85)

### 3.4.1.7. Ateş/ Ocak ve Ocak Zinciri Kültü

Kafkasolog B. Ömer Büyüka; “Atalarımız dillenmeden önce ateşi tanımışlardır.” demektedir (Bi, 2011:164).

Adıgelere ateşi Sasrıko getirmiştir. Zaten isminin manası da ateşle ilgilidir. Sasrıko; sıcak çocuk, ateş saçan, yakan erkek çocuk anlamlarına gelir (Özsaray, 2012:85).

Adıgelerde ateş temizleyici bir güç, kötülüklerden arındırıcı, kötü ruhlardan koruyucu olarak görülmekte; hastaların tedavisinde ateşten faydalandığı bilinmektedir.

Adıgeler için ateş, ocak ve ocak zinciri kutsaldır. Özellikle ocak kültü ailenin sürekliliği ile özdeşleştirilmiştir. Ocak tanrısının adı Jegupatha’dır.

Eğer doğumun zor olacağı anlaşılırsa, karnına ocaktan alınan kül konur, böylelikle doğumun poblemsiz ve çabuk olacağına inanılırdı (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).

Ateşe verilen kutsaliyet nedeniyle, Adıgeler arasında ateş dolaştırılmaz, dağıtılmazdı. Örneğin;

-evden dışarı sık sık ateş çıkartılmasının iyi olmadığı, bunun eve yangın ya da hastalık getireceğine inanılırdı. Yangından kalan eşyalar başkalarına verilmezdi.

-arıların oğul verme zamanı geldiğinde, arı çobanları başkalarına ateş verirse arıların çoğalmayacağına inanılırdı (Mijayev ve Pashtova, 2018:114).

Adıgeler, Ateş Tanrısı Premethaj’ı anmak adına, selamlaşırken;

“Mafehu Apş/ Ateşin yansın”

Eve yeni giren gelin için sunulan iyi dileklerde;

“Wune c’aşha mijeti jeu, wuıtkhajeu wepsow/ Ocağın sönmeden huzur içinde yaşa” temennilerini sıklıkla kullanırlardı (Öner, 2001:51).

Ateşin sönmeden yanması, Çerkeslerde en büyük dilekti. Bu nedendir ki gelin odasına “Maf’e Wune” de denmiştir (Özsaray, 2012:87).

Eski Adıgeler evde yanan ocağı ve onun zincirini de kutsal addederlerdi. Yemin bu zincire el sürülerek yapılırdı (Özsaray, 2012:87).

Bunun yanında en büyük beddua yine ateş üzerinedir. Birine kızdıklarında; “Babanın ateşi sönsün.”derler (Bi, 2011:165).

Adıgeler için ateşin koruyuculuğu yanında temizleyici özelliği de vardır.



Özellikle; karanlık güçleri, kötü ruhları kovduğu ve ruhu temizlediğini düşünürlerdi.

Ölümlerin üstüne ateşin ve kanın sembolü olarak kırmızı boya serpiliyordu (Bi, 2011:185).

Salgın hastalık zamanlarında yaktıkları ateşin etrafında sığırları yürütürlerdi (Natho, 2009:118).

Adıge Nart Destanları'ndan Nesren Jak'ın hikayesinde;

“Kötü Pakue, insanların elindeki ateşi çalıp dağlara devlerin (yinişler) yurduna kaçıtır. Toplum ateşsiz kalınca lider Nesren Jak ateşi geri getirmek için uğraşır. Hatta ateşi Tanrıların elinden almak içinde onlara karşı gelir. Tanrıların gazabından korkan insancıklar, onlara yaranmak için Nesren Jak'i Elbruz Dağı'na çiviler. Üzerine saldıkları kartal bütün gün Nesren'in ciğerlerini gagalar. Yarası akşamları kapanır. Fakat kartal sabah tekrar gelir. Onun yardımına Hımış'ın oğlu Nart Peterez yetişir, kartalı öldürür. Elllerinde ateş ile birlikte dönerler.” diye anlatılır (Bi, 2011:166).

Bu anlatımda da görüldüğü gibi, Nartlar ateş için Tanrıların gazabını bile göze almıştır.

Bu destanın tekstinin ortaya çıkışı Hz.İsa'dan önce 4-5.binlere rastlamaktadır. Belki de insanların ateşi henüz yeni tanıdıkları çağlara uzanmaktadır (Özsaray, 2012:86).

Yine destanların ulu anaerkil figürü, Nartların annesi Setenay da; iyiliğin, erdemin, sönmeyen ateşin, ocağın ve ailenin simgesidir (Özby, 1990:57-58).

### 3.4.1.8. Demir Kültü

Sasruko'nun Kuban kıyısındaki tarlasını sürerken, şimşeğin doğurduğu demiri bulup metal ustası Aynar Jiy'e götürmesiyle, Nartlar demirin sırrını öğrendiler. Demirin bulunuşu, Adıge toplumunun tarım ve hayvancılığa dayalı topluma, dolayısıyla kültürel ve sosyal hayata geçişini kolaylaştırdı.

Kafkas Nart Destanlarında çok geniş bir yer tutan ünlü Nart Tlepş; Maden Çağı uygarlığı aşamasının ve Nart toplumunun yeni buluşlarının simgesidir. İlk orağı, ilk maşayı, değişik kılıçları, büyük mızrakları, okları demirden yapmıştır. Bir göz kırpmasıyla demirleri eğmekte, istediğinde ateşin yanmasına engel olmaktadır. Burada onun “Ateş Tanrısı” olduğu açıklık kazanmaktadır. Silah yapımı görevini de üstlendiğinden aynı zamanda silah tanrısı ve “Demirciler Piri'dir (Bi, 2011:287).

Adıge toplumu demire verdiği kutsaliyet nedeniyle; toprağın ekilmesi,

ekinlerin toplanması, hasat, vb. gibi onun yararının görüldüğü yerlerde saygısını göstermek için törenler yapardı. Toplum içinde insanların, hayvanların ve bitkilerin yaşam döngüsünün sağlıklı yürütmesinde demirin ayrıcalığının olduğu göz ardı edilmezdi.

Shapsugh şifacılar, yarayı iyileştirme ya da şeytan çıkarma işlemi sırasında Tlepş'in sihirli iyileştirme gücünden yardım isterlerdi:

Уатэ, уэтэжыеу, уэтэжыеу псынкіа!

Уэ Лъэпшыэуэ зиуатэмэ уатэр егъэпсынкіа!

Уэ Лъэпшыэуэ зиуатэмэ псынкіэу егъэхъужья!

(Jaimoukha, 2009:61).

#### 3.4.1.9. Su Kültü

Su tüm canlılar için vazgeçilmez hayat kaynaklarından. Proto-Adıgeler de suyu yaşam kaynağı olarak görürler ve Su- Rüzgar- Irmak Tanrısı Seoszeres'e saygılarını göstermek için törenler düzenlerlerdi.

Bu törenlerde su kültürüne konu nehir, kaynak, sulak yerler, göl, vb unsurlarla temasta bulunup suyun koruyucularıyla yakınlaşarak, her türlü sıkıntı ve dertleri için onlardan yardım istenmektedir.

Jabaghi Baj, Çerkesler adlı kitabında Seoszeres'ten yardım istenmesini şöyle anlatır:

“Yağmur için bu mabuda dua eden çiftçi, tarlada kurumuş ot üzerine biraz su döker; genç kadın, koca, anne eğer sevdikleri veya kendilerine ilgili olanlardan biri denizde bulunacak olursa, kurbanlarını denize götürmek üzere nehirle bırakırlar ve dalgaların bu hediye, deniz enginliğinde tahtı bulunan bu mabudun huzuruna vardıracağına inanırlar. Mabud da sadık kullarının dua ve kurbanını kabul ettiğini rüzgarların akıntısı veya bulutların hareketleriyle bildirmiş.” (Baj, 1995:80).

Seteney'in yaşam çiçeğini bulduğu hikayede de suyun canlılar için önemine, suyun kutsaliyetine vurgu yapılmıştır:

“Seteney, Kuban kıyısında gördüğü çiçeğin güzelliğinden etkilenerek ona sahip olmak ister ve söküp getirdiği çiçeği bahçesine diker. Sabah baktığında görür ki, diktiği çiçek boynunu bükmüş, yaprakları buruşmuş, solmuş gitmiş. Nedenini anlayamadığı bu duruma çok üzülür ve tekrar aynı çiçekten bir kök daha getirip

diker. Ancak sabah kalktığında yine solup buruşmuş çiçekle karşılaşır. Onu yerinden koparıp yaşamasına engel olduğunu düşünerek üzülür, kendine çok kızar. Seteney'in üzüldüğünü gören Şible şimşekler çakar. Birden bire gökyüzü kararır, gök gürlemesi gelir ve arkasından yağmur başlar. Ertesi gün Seteney, canlanmış çiçeği görünce sevinçle şöyle bağırır;

“..... Şimdi anladım; Su çiçeği canlandırdı, Su candır.”

(Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019)

Adıgeler suyun kötülükleri ve hastalıkları temizlediğine inanırlardı. Hastalıkların iyileştirilmesine ilişkin uygulanan ritüellerde suyun temizleyici ve iyileştirici gücüne başvurulurdu. ЧАПШІ adı verilen yaralının uyutulmaması töreninde, içeriye giren herkes pulluk demirine üç kez vurur ve odaya biraz su serper (Şovalye Taitbout de Marigny, 1996:85).

Adıgeler için Kuzey Kafkasya'ya hayat veren Terek ve Kuban ırmakları kutsaldır. Onların inancına göre, dağlarda çıkan şifalı kaynak suları da kutsaldı (Özsaray, 2012:85). Adıge halkı madensuyunu “Nart Sane” olarak adlandırmıştır (Özbay, 1990:56).

1334 yılında Kafkasya'yı gezen Arap gezgin İbn-Batuta, Psıfabe'deki (Beştau, bugünkü Pyatigorsk) şifalı sulardan bahseder. Bu maden suyunun ve şifalı banyoların mucizevi yararlarını anlatır (Erkan, 1999:29).

Şifalı ve mineralli suların tedavi edici özelliklerini eskiden beri bilen Adıge şifacılar, bu sulardan, böbreklerde ve idrar yolları hastalıkları, romatizmal hastalıklar ve cilt hastalıkları başta olmak üzere birçok hastalığın geleneksel yöntemlerle tedavisinde yararlanmışlardır. Maykop'a yakın köylerden biri olan Blaşapsine (Блащапсынэ) Köyü'ndeki Şifa Çeşmesi (Псапэ Плын) yöre halkı tarafından halen kullanılmaktadır (EK 3).

Adıgeler eskiden beri, mineral kaynaklarının “kutsal” şifalı sular olduğuna inanmışlardır (Меретуков,1990:154).

Günümüzde de halk arasında devam eden suyun iyileştirici gücünün olduğu inancı, su kültü inancından başka bir yere bağlanamaz. Hasta yatağına su serpilmesi, anne ve yeni doğan bebeğine kırk gün içinde ortalama üç kez banyo yaptırılması Adıgeler arasında suyun kutsallığına olan inancın, günümüzde hala var olduğunun göstergesidir.

### 3.4.2. Ruhun Ölümsüzlüğü

Çerkesler, ruhun yaşam alanını daha farklı belirtiyorlardı. Bazıları ruhun kalp ve kanda olduğunu söylüyordu. Çoğunluk boğazda olduğunu düşünüyordu. Üçüncü bir grup ise, ruhun kafada yaşadığını iddia ediyordu. Bir insanın ya da hayvanın ölüm anında, ruhun bedeni terk ettiğine inanıyordu. Çerkesler aynı zamanda, kötü birinin ruhunun kötü birine, iyi birinin ruhunun da iyi birine geçtiğine inanıyorlardı (Natho, 2009:121).

Adıgeler “Hadrikhe” dedikleri bir ölüer dünyasının varlığına inanır, buranın korkunç bir yer olmadığını, oraya gidip dönmenin olası olduğunu kabul ederlerdi.

Eski dönemlerdeki inançlarının, halen Xabze kuralları içinde yaşatıldığı açıkça görülmektedir. Örneğin; Çerkeslerde Hıristiyanlıktan önceki inançlarına ilişkin olarak, bazı adetler ve törenler dahi yakın zamanlara kadar mevcut idi. Nitekim ölüer ruhlarına heryıl uygun bir zamanda ziyafet verilir ve ölüye yiyecekler sunulurdu ki; bu adet Çerkesler arasında “ЖЪЫХЪАКІЭ” diye bilinmektedir. Bu durum, Çerkeslerin çok eski zamanlardan beri ruhun ölümsüzlüğüne inandıklarını gösterir (Met Çünatıko Yusuf İzzet Paşa, 2002:252-253).

Adıgeler, atalarının ruhlarının onları koruyup gözettiği, yol gösterdiğine inanıyorlardı.

Eskiçağda Yunanlılar, vatanından uzakta ölen birinin hatırasına dikilen taş “kenotaph” derlerdi. Dar stel şeklinde olan bu mezar taşları, Kafkasyalı dağlı halklar için de geçerliydi. Vatanından uzakta ölen kişilerin anısına bu taşlar dikilirdi. Eski dönemlerde, bu taşlardan önce, ölen kişi için mezar yapılır ve boş bırakılırdı. Kurgan ya da mezarlıkta bulunan bu mezara her türden gereken ayin ve tören yapılır, yemek ve koruyucu eşyalar konurdu (Markovin, 2008:107)

Buna örnek olarak, Autl dağı’nda bulunan boş dolmen örnek verilebilir. Burada ateş yakılmamış; sadece belirli bir kokuda ve aromalı bir bitki yakılarak içerisi tütsülenmiştir. Ölü olmamasına rağmen cenaze töreni mizansenini yapılmış, sembolik olarak ölen kişi dolmene konulmuş ve ateş yakılarak “büyü” ile ruhu davet edilmişti. Büyü yoluyla, tütsülemeyle uzaktaki ruha çağrı yapılmıştı.

Dolmenin karşısındaki kayanın üzerindeki güneş resimleri de ölen kişinin ruhunu aydınlatmak için buraya yerleştirilmişti. Bu sembolik güneşler; mekandaki

ruha gece-gündüz ışık ve rahatlık verecekti. (Markovin, 2008:108)

Görüldüğü gibi; ölen kişinin ruhu, tütsü yakılıp büyü yoluyla çağırılarak güneşin koruyuculuğuna teslim edilmektedir.

### 3.4.3. Batıl İnançlar

Adıgelerde bereket, iyileştirme, korunma ve arındırma amacını taşıyan inanışlardan bazıları şunlardır;

- Hapeşıpkhe/ köpeğin burnunu bağlama, kaybolan hayvanları kurtların kapmaması için yapılan büyüsel bir işlemdir. Bir ip parçası ya da hayvan tendonuna düğüm atılırken dualar edilir (Mijayev ve Pashtova, 2018:89).
- Haneyi kötülüklerden korumak için, bahçe kapısı girişindeki çitlere öküz başı iskeleti asılırdı (Teuv Aslan ile görüşme 11.09.2018). (EK 4).
- Yine kötülüklerden korunmak için, meyve ağaçlarına evlerin girişlerine beşiklere Şıblenin çarptığı taşlardan konulurdu (Teuv Aslan ile görüşme, 27.02.2018).
- Yola çıkanları, savaşa gidenleri, malın korunması, kayıp hayvanların bulunması için katlanır bir bıçağı açarak üflenir ve geri kapatılırdı. Bu işleme Sezedetlha denir. (Mijayev ve Pashtova, 2018:89).
- Kayıp birini geri getirmek için, kapı koluna ip ya da kumaş parçası bağlanarak aşağıdaki tılsımlı sözler söylenir:

“КЪЭКІОЖЬ, КЪЭКІОЖЬ, УКЪЭМЫКІОЖЬМЭ УСЫУКІЫН, УСЫУЛАН.

(Geri dön, geri dön, geri dönme seni öldürürüm.)

КЪЭКІОЖЬ КЪЭКІОЖЬ УКЪЭМЫКІОЖЬМЭ ПЩЫМ ИБЖЭГУ УЗГЪЭКІОНЭП

(Geri dön, geri dön, geri dönme prensin düğününe gelme)”

(Унарокова, 2015:144).

- Adıge savaşçıların su prensesinden çalıp getirdikleri bileği taşlarının, köyü kötülüklerden koruduğuna inanılırdı, bu taşları Adıge erkekleri bellerinde taşırlardı (Teuv Aslan ile görüşme, 11.09.2018). (EK 5/a- 5/b-5/c).
- Cadılar bileği taşını bir küpün içinde saklarlar ve kullanırlardı. Bileği taşını kendilerine sürerlerse kediye dönüşüp bacalardan girerlerdi (Mijayev ve Pashtova, 2018:222).

- Her hastalık ve talihsizlik şeytan ruhların varlığıyla ilişkilendiriliyordu. (Natho, 2009:116).
- Haşhaşte, çalınan hayvanı geri getirmek için yapılır. Bir köpek kafatasına arpa dökülüp dualarla üflenir, “kafanın içindeki arpa yeşerene kadar hırsızlar şişer denilerek” gömülürdü (Mijayev ve Pashtova, 2018:89).
- Hasta bir insanın odasının girişinde ya da yeni doğmuş bir bebeğin beşiğinde Sozereş’in dalları üzerine mumlar yerleştiriyorlardı (Natho, 2009:117-118).
- Hastalıktan kurtulmak için “Kurmen” (kurban) kesilir. Bu genelde kara tavuk olur. Hasta; kadın ise başının üstünde soldan sağa, erkek ise sağdan sola çevrilerek hastalığın geçmesi dilenerek kesilir. Kafası, ayakları ve iç organları toprağa gömülerek, geri kalan kısımları halujla birlikte gelenlere yedirilir. (B.Özbek ile görüşme, 20.02.2018).
- Çocuğu olmayan kadınlar şifa bulmak için, kutsal yerlere ve kutsal mezarlara giderek dua ederlerdi (Камиловна и Имрановна, 2011:3).
- Doğum sırasında kötü etkilerden korumak için, annenin eline iki tane Şıblaşe taşı verilirdi (Ş.İyigün ile görüşme, 21.02.2019).
- Çocuklarına kötü kişilerin isimlerini vermekten sakınırlardı; ancak yakışıklı, erdemli ya da bir kahraman ise büyükbabasının ismini toruna vermeyi uygun görürlerdi. Büyükbabasının ya da atasının ismiyle, ruhunun ve erdemlerinin bir kısmının da bebeğe geçeceğine inanıyorlardı (Natho, 2009:121).
- Geleneklere göre, bazı durumlarda, bebeğe doğumdan sonra eve giren ilk yabancınn adı verilirdi. Üst sınıflar arasında, bebeğe adını veren kişiye beyaz tüylerle süslü bir ok, alt sınıflar arasında, bebeğe adını veren kişiye bir gömlek bezi veya vaftiz gömleği verilirdi (Jaimoukha, 2009:12).
- Uğursuzluk getirdiği kabul edildiğinden doğan kız çocuğa beşik gönderilmez. Bebeklerin doğuşu şerefine ekseriyetle kurban kesilir (Baj, 1995:25).
- Ömrü kısa olmasın diye bebeğin beşiğini yapmak için kullanılacak ağaç gün batarken kesilmezdi ve suyun ötesine geçip getirilmezdi (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Beşikler, büyülü, koruyucu ve iyileştirici güçleri olduğuna inanılan alıç ağacından yapılır, kesilen parçalardan küçük boncuklar yapıp beşiklerin başına asılırdı. Alıç ağacının koruyucu gücü olması için sudan geçmemesi

gerektiğine inanılırdı (Mijayev ve Pashtova, 2018:87).

- Beşiklerin ayak kısımları, kutsal kabul edilen kuşburnu ağacından yapılırdı (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Erkek çocuklar doğduğunda iyi bir binici olsunlar diye başlarında kırlangıç uçururlardı (Özsaray, 2012:73).
- Lohusalık döneminde anne ve bebek 40 gün odadan çıkarılmaz; hem bebeğin beşiğine hem de annenin yastığının altına, bir kutunun içinde hoş kokulu otlarla birlikte yıldırım düşmüş meşe ağacının kabuğu koyulur (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Çocuğu grup zamanında uyutmayı iyi saymazlar (Baj, 1995:26).
- Çerkesler, uyuyan bir insanın ruhunun geçici olarak bedeni terk ettiğine inanıyordu, bu yüzden uyuyan bir insanı kaba bir hareketle ya da yüksek sesle uyandırmak yasaklanmıştı. Günbatımında uykuya dalmak, uyuyan birini uyandırmak ta yasaktı (Natho, 2009:121).
- Yıldızların ve ayın gözünün iyi olduğu düşünülürdü. Sarılık hastalığı olanlar aya gösterilirdi. Şifacılar, “Çarşamba yıldızlarını otlara baktırmak gerek” diyerek ilaçlarını o akşam bahçeye koyarlardı (Mijayev ve Pashtova, 2018:131).
- Yerin ve suyun gözü olduğuna inanılırdı. Yerin ya da suyun gözünün değdiği kişiler baş ya da bel ağrısı çekerdi. Çocuklar bir yerde düştüğünde, yerin gözünün değmemesi için, çocuklar oradan ayrılmadan önce bir demirin ucuyla etrafı çizilirdi. Çizilen yerin ortası kazılır, kazılan toprak temizlenir, suyla karıştırılıp yerin gözünün değmemesi için çocuğa içirilirdi. Suyun gözü değdiği için ölen insanların olduğu söylenirdi (Mijayev ve Pashtova, 2018:131).
- Mezarı aydınlatmak için çıra (wezdiğe) mezar taşıyla birlikte dikilirdi. (Tuna, 2009:224.)
- Mezar taşlarından bir parça alıp eve getirildiğinde, evdeki hastanın iyileşeceğine inanılırdı (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).
- Yıldırım çarpması sonucu hayatını kaybeden ve savaşlarda vurularak ölen kişilerin mezarındaki toprak kutsal kabul edilirdi. Bu toprağın Tha tarafından kutsandığına inanılır, topraktan bir parça hastanın yattığı yere konduğunda ya

da hasta üzerinde taşıdığına şifa olacağına inanılırdı.

Kurşunla ölen kişinin mezarında şöyle bir ritüel oluyordu:

Aze nenej mezara gider, önce mezarın taşını sever, ardından mezar toprağına dokunarak aşağıdaki sözlerle Tha'dan şifa isterdi;

“Ah yavrum,

Adigelerin yiğidi vefat ettin,

Ey yüce Tha'm,

Karşına gelen bu kişinin bir hatası varsa affet,

Ah biricik sevgili Tha'm,

Akrabamızın oğlu-kızı (kimin için alınıyorsa bu toprak onun adı söylenirdi) çok hasta,

Ah biricik sevgili Tha'm,

Vurularak ölen kişinin toprağını şifalı yaparsın,

Bu yiğidimizin toprağını da şifalı yap,

Bu yavrumuza da şifa olsun,

Bu toprak

Ağrıdan kıvranana şifa olsun,

Bu toprak

İhtiyacı olana can olsun.”

Bu yakarıştan sonra, mezar toprağından bir parça alınarak hastaya götürülürdü (A.Arslan ile görüşme, 28.06.2019).

- Kurt ve tilkinin yol kesmesi uğur, tavşanın yol kesmesi uğursuzluk sayılırdı (Özsaray, 2012:73). Buna ilişkin Tornau'nun kitabında şöyle bir olay anlatılmıştır:  
“Tambi kırk Çerkes atlısı ile Rusları basmaya geldi. Ruslar bu baskının olacağını bildikleri için tuzak kurdular. Kuban'a tam varmadan onların yolunu bir tavşan kesti ve otuzüç atlı bu hayra alamet değildir diye geri döndüler. Yedi atlı ve Tambi buna önem vermediler ve baskına giderlerken tuzağa düşürülerek öldürüldüler.” (Tornau, 1999:233).
- Gece kapı ya da pencereden su dökülmesinin kötü ruhları rahatsız edeceği, sabah ilk iş kapı önünün suyla temizlenmesinin iyilik getireceğine inanılır.
- Ocağın su serpilerek söndürülmesinin aileye kötülük getireceği inanıldığından bunu yapmak yasaktır.
- Jeştevo/ karabasanın gelmemesi için, yatmadan önce 7 kez “şha tsuk (küçük



kafalı)” sözleri tekrarlanır. Ayak küçük parmağının arasına yüzük parmağı sokulup koklanır (Mijayev ve Pasthtova, 2018:102).

- Yaralının yattığı odanın beyaz badanası üzerine, üç parmak genişliğinde odayı çepeçevre saran siyah bir kemer gibi siyah badana yapılır. Yaralının önünde duran içi su dolu bardağın içine de bir beyaz yumurta konur. Siyah kemer badanası ile yumurta nazardan koruma içindir (Baj, 1995:62).
- Salı günü hasta ziyareti yapılmaz (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).
- Salı sabahı uyandıklarında hatırladıkları rüyaların gerçekleşeceğine inanırlardı (Mijayev ve Pasthtova, 2018:143-144).
- Konuşurken Sasrıko’dan bahsedersen yağmur yağar (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).
- Çakal ulumasını yağmurun habercisi kabul ederlerdi (Özsaray, 2012:73).
- Nartların gömülü olduğu höyüklerden toprak alıp getirilince yağmur yağacağına inanılırdı ve yine o topraktan alıp hastalara suya katıp içirilince hastanın iyileştiğine inanılırdı. O höyüklerden bugün bir tane kalmıştır ve Yecerekuay köyündedir (Asfar Keuk ile görüşme, 27.02.2019).
- Sağanak yağmuru kesmek için; dualar eşliğinde, baltanın kesici tarafı fırının köşesine yerleştirilir (B.Özbek ile görüşme 20.02.2018).
- Cuma akşamları üstü açık sudan içmezler.
- Çocuğu az olanlar, Cuma günü dikiş yapmasın (Mijayev ve Pasthtova, 2018:115).
- Çerkesler paça eti yemezler. Özellikle paça yiyen kadının çocuğunun salyalı olacağı düşünülür (Yılmaz, 2017:35).
- Çarşamba sabahı bulunan yılan derisi şifalıdır (G.Besler ile görüşme 08.01.2019).
- Cuma günü başım ağrıyor diyenin, bir sonraki Cuma başı ağrır (Z.Dzıbova ile görüşme 27.02.2018).
- Büyücülerin lanetinden kurtulmak için kurt pençesi taşırlardı (Özsaray, 2012:67).
- Gece bir yere giderken kötülüklerden koruması için; doğadaki güçlü yabani hayvanların derilerinden bir parça genç kızların boyunlarına asılırdı (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

- Xabze inancında; iyiliğin doğu ile güneyden, kötülüğün ise kuzey ve batıdan geldiğine inanılırdı. Bu inancın yerleşmesinde, doğa olaylarının payı muhakkak ki büyüktü. Doğudan tabiata yaşam veren ışık, güneyden serinlik ve yağmur geliyordu. Kuzeyden ise, soğuk, kar, fırtına gelirken; canlılara yaşam veren güneş batıda kaybolarak, yeryüzünü karanlıklara boğuyordu (Serbes, 2012:102).
- Ninnilerin çocukları koruduğuna inanılır (Kaya, 2015:214).
- Ninnilerde de güzel temenniler aktarılır; erkek çocuklara “kahraman olacak, yiğit olacak, adı duyulacak, bütün herkes onu tanıyacak” gibi sözler söylenir. Kız çocuklarına da “hep güzel olacak, hanımefendi olacak, eli maharetli olacak” gibi güzel temenniler söylenir (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Nazar olmasın diye, ocak isini çocukların alınlarına sürerlerdi. Türkiye’deki Çerkesler ocak isini çocukların kulaklarının arkasına sürüp bunu gizlerler (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Мерем Ачмиз’den kaydedilen tılsımlı sözler nazardan korumak için hastaya üflenir:

“Ихъу хырихи,  
 Ибз хырибзи,  
 Иош лырибзи Шъузы уб иягъэ сэкӀыгъэмэ,  
 Быбзы узы тхъэ ешӀ!,  
 Пшъэшэ уб иягъэ сэкӀыгъэмэ,  
 Лшы тхъам ремыгъэщэжъ.  
 Лшы уб иягъэ сэкӀыгъэмэ,  
 Чъыгъэ бэн тхам фарегъэшӀ.  
 Зынэ имытрэ, зышъэ имытрэ  
 Яягъэ сэкӀыгъэмэ,  
 Тхъафор лыон,  
 Тхъафор лыбгэн  
 Непэ хэшъэе маф,  
 Нэмыштэжъы мафэп  
 Тхъэр зимэфэ лыапӀэм сырехъакӀ.”  
 (Унарокова, 2015:144-145).

- Adigeler göz değmesine karşı, alıç ağacı dallarından kesilmiş küçük parçaları yanlarında taşırlardı. (Mijayev ve Pashtova, 2018:87).
- Nazar olmuş birisini iyileştirmek için, Türkiye’den Надимы Беданокковой’den kaydedilen tılsımlı sözler hastaya üflenir:

“Нэщыр-зы

Нэщыр-тІу

Нэщыр-щы

Нэщыр-плІы

.....

Нэщыр-пшІы

Гоцэнагьор Гоцэнашхьом емышхьуагьоу ерехьужь!”

(Унарокова, 2015:145).

- Ateşli hastaları ziyarete gelenlerin niyetlerini anlamak için, haşlanmış sıcak yumurta hastanın yattığı yerdeki soğuk su dolu bir kaba batırılır. Eğer yumurta çatlarsa, gelen ziyaretçi kötü niyetlidir ve bunun hastaya iyi gelmeyeceği düşünüldüğünden ziyaretçi odadan çıkarılır (G.Besler ile görüşme, 10.09.2018).
- Bebeği kötülüklerden korusun diye kuru otlardan yapılmış kutu içine yıldırım düşmüş meşe ağacının kabuğunu koyuyorlardı (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Genç kızları kötülüklerden korumak için, elbiselerine görünmeyecek şekilde
- meşe ağacı kabuğundan bir parça gizlenirdi (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Şıblaşе denilen ortası delik uğur taşları; nazardan ve kötülüklerden korumak amacıyla beşiklerin baş kısmına, giysisiz kalmamak için yün taraklarına, yiyeceksiz kalmamak için yayıkların üstüne asılırdı (Ş.İyigün ile görüşme 15.09.2018). (EK 6.).
- Süt dolu kaplar gözden uzak tutulur, gösterilmez ve sütün içine ocaktan alınan bir parça kömür atılıp komşuya öyle götürülür (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018, F.Altın ile görüşme 19.06.2019).
- Evi kötülüklerden korumak için; Türkçe adı yavşan olan kokulu ot demet

yapılarak bütün odaların tavanına asılırdı (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

- Kabus gören birinin, uyandığında kimseyle konuşmadan dışarı çıkıp bir taşı tersyüz etmesi gerekirdi, aynı şekilde yattığı yatak ta tersyüz edilirdi. Yüzlerini yıkamadan rüyalarını anlatmazlardı. Yaratıkları kandırarak rüyalarını onlara duyurmamak için, köşedeki süpürgeye anlattıklarını söylerlerdi (Mijayev ve Pashtova, 2018:143)
- Kötü rüyaların gerçekleşmesini önlemek için bensiz siyah koç kurban ederlerdi. Buna ilişkin olarak, Osmanlı Devleti'nin ilk Kafkasya Valisi Ferruh Ali Paşa'nın katibi Haşim Efendi'nin hatıralarını yazdığı kitabında, üzüntüden hastalanan Ali Paşa'nın son günleriyle ilgili şunlar anlatılmıştır:

“...Aradan bir saat geçmişti ki, Kuban taraflarında oturan, ve Ali Paşa'nın çok hürmet ettiği bir Şeyhin Halil ismindeki oğlu, telaş ve acele ile Ali Paşa'nın sarayına geldi. Paşanın huzuruna çıkıp; ‘Validem sizin için bu akşam kötü bi rüya gördü, babamdan tabirini rica edince, o da: ‘Paşa efendimizin başında bir müsibet dolaşmaktadır.’ diye tabir etti, annem de beni acele size gönderdi. Babamın tavsiyesi gereğince, bensiz siyah bir koç kurban etmenizi rica etti’ dedi. Ali Paşa, sırf Halil Efendi ve adamlarının gönlü olsun diye böyle bir koçun bulunup kurban edilmesine izin verdi. Yapılan aramada tarif edildiği gibi büsbütün bensiz siyah bulunamadı ama ona yakın bir koç bulundu, sarayın eşliğinde kurban edildi.” (Güneş, 1969:173).

- Yüzyıllardır Karden ailesinin koruduğu Sasrıko'nun havlusunun Adıgeler arasında mistik özelliklere haiz olduğuna inanılır. Rivayetlere göre, Kabardey'de geçmişte yaşanan çok büyük kuraklıklarda, Sasrıko'nun havlusu saklandığı yerden çıkartılıp köyün içinde gezdirildikten sonra, üzerine birkaç damla su serpildiğinde, Kabardey'e 1-2 gün içinde yağmur yağdığı defalarca anlatılmıştır. (G:Besler ile görüşme, 08.01.2019.)

Karmokov'un Sasrıko adlı kitabında da havludan şöyle bahsedilir;

“Anlatılara göre Sasrıko, keskin ağızlı çark (janşerxh) ile biçilen bacağındaki yarasını o havlu ile sarıp bağlamıştır. Ülkede kuraklık başgösterse Sasrıko havlusu törenle sandıktan çıkarılır ve yağmur yağar, kuraklık sona erer. Bu birçok kez sınıp kanıtlanmıştır” (Karmokov,t.y.:133). (EK 7).

### 3.4.4. Dini İnançlar

Diğer dinlerde görülen oruç, kurban, dua vb. ibadetler Proto-Adıgelerde de mevcuttu. Çok tanrılı dönemden sonra tek tanrılı dinler Adıge boylarına girmişse de hiçbir din, bütünüyle Xabze üzerinde etkin olamamış, hiçbir ideolojik yönelim ve

dini anlayış Xabze'nin önüne geçememiştir. Günlük yaşamdaki dayatmalara rağmen, din her zaman yerleşik geleneklerin gölgesinde kalmıştır.

Zaman içerisinde Musevilik, Hıristiyanlık ve Müslümanlık dinleri bölgede yayılmaya çalışılsa da, geleneksel inanış hiçbir zaman bırakılmamıştır.

Hıristiyanlık Çerkezistan'da 4.yüzyıldan beri vardır. Fakat aşırı bir güce erişememiştir. Bunun en önemli nedenlerinden biri Çerkesce'nin yazılı dil olmamasıdır. Sonraki tarihlerde Çerkesler Müslüman olmuşlar, ancak İslamiyet de aynı nedenlerle fazla güçlenememiştir (Ersoy ve Kamacı, 1994:185-186).

17.yüzyılda bir yandan İslami tebliğ sürerken, bir kısım Kafkasyalının eski atalar dini üzere bulunduğu anlaşılmaktadır. 1659'da Kafkasya'yı ziyaret eden Evliya Çelebi, bu durumdan bahsederken:

“Bu Çerkes kavmine kafir desen ol adamı katl iderler, La ilahe illallah dirler amma...” demektedir ve bazı yerlerde ağaçlara tapan kimselere rastladığını yazmaktadır (Bice, 1991:10-11).

Görünürde İslamiyet yayılmaya başlamış, ancak Çerkesler, daha önce Hıristiyanlığa olduğu gibi İslamiyete de kayıtsız kalmıştır (Berzeg, 2010:160).

Bölgeye gelen gezginler Çerkeslerin dinlerini anlamakta zorlanmışlardır.

XVIII.y.y başlarında; Abre De La Motre, Çerkeslerin dini görüşlerinin kesin bir sisteminin olmadığını ve paganlık, Hıristiyanlık ve Müslümanlığın farklı unsurlarının bir karışımı olduğunu ifade etmiştir (Natho, 2009:115).

Adıgeler İslamiyetin şeriat kuralları, Hıristiyanlığın kuralları yerine Xabze denen geleneksel kurallarına uymayı sürdürmüş ve eski dinlerin kalıntılarını yakın zamana kadar korumuşlardır.

İtalyan coğrafyacı Giorgio Interiano'nun 1502'de Venedik'te basılan ve Çerkesya Seyahatnamesi adıyla yayınlanan gezi notlarında şu ifadeler bulunmaktadır:

“...Hıristiyanlığa mensupturlar ve rahipleri Yunan kökenlidir. Vaftiz olmazlar, sekiz yaşından önce vaftiz töreni yapmazlar; birçok kişi için bir araya gelerek, basitçe kutsanmış su serperler ve rahip kısa bir kutsama yapar. Herkes gibi yağma ile yaşayan soyluları, altmış yaşına varmadan kiliseye girmezler; bunun kilisenin kutsallığına zarar vereceği düşünüldüğünden caiz görülmez. Bu yaşlara geldikten sonra soygunculuğu bırakarak, gençliklerinde kilise kapısının dışında ve ancak at üstünde dinleyebildikleri ayine katılırlar.” (Interiano, 2017:13).

Şovalye Taitbout De Marigny'nin 1818'deki Çerkesya Seyahati sırasında şahit

olduğu aşağıdaki olayı eserinde aktarmıştır;

“Çerkesler kesinlikle din yobazı değildirler. Çerkes Müslümanlarının dinlerini pek o kadar ciddiye almadıklarını da saptadım. Prens Mehmet’in oğulları ve kızlarının dini törenlerde birbirleriyle şakalaştıklarını gördüm. Hatta bazıları camide hocanın lafını bile dinlemiyorlardı. Bir seyahatimde Çerkesya’ya benimle gelen bir hanımın boynundaki haç, Çerkeslerde tepki yerine memnuniyet uyandırdı.” (Şovalye Taitbout De Marigny,1996:57).

Günümüzde; dini motiflerle geleneksel ritüeller, bütünleştirilmiş olarak uygulanmaktadır. Bolluk, bereket, hastalıklardan koruma, vb niyetlerle ayet, vb. islami araçların kullanıldığı; koruyucu büyüler, tılsımlar, muskalar, vb. yollara başvurulmaktadır.

### **3.4.5. Diğer**

#### **3.4.5.1. Dualar, İlahiler**

##### **3.4.5.1.1. Dualar**

Duayı öteki dinsel törenlerden ayıran çok önemli bir özellik bulunmaktadır. Çünkü öteki dinsel ayinlerde, insan ile kutsal arasında üçüncü bir kişi ya da kişilerin bulunmasına karşın, dua ayininde böyle bir şeyin varlığı sözkonusu değildir. Yani dua ayininde araçlar ya da üçüncü kişiler yoktur (Korkmaz, 2012:41).

Duada söylenen sözlerle ilgili olarak P.Christian’ın ifadesi şöyledir; “Biri tarafından söylenen söz, aynı onun adı gibi, onun geniş bir şekilde gelecekteki kaderini belirler. Evet, adlar ve sözler, ya hayırlı ya da zararlıdır; onlar, Yüksek Akıl tarafından elementlerine iliştilmiş saklı tesirleriyle, belli bir anlamda, ya zehirleyici ya da sağlık vericidirler.” (Blavatsky, 2017:114-115.).

Şovalye Taitbout De Marigny, seyahati sırasında bizzat dahil olduğu iyileşme durumunu kitabında şöyle aktarır:

“Gelincik’e ilk ziyaretimde bir Çerkes, bir akrabasının uzun zamandan beri çektiği, bilinmeyen bir hastalık için dua etmemi istemişti. Ben de dua etmeyi kabul etmiş, bunun hastaya bir yararı olmayacağını düşünmüştüm. Bir doktor ciddiyeti ile bu işi yapmışım. Kırım’a döndükten sonra bu garip olayı tamamen unuttum. Çerkesya’ya tekrar geldiğimde aynı adam, birgün hasta akrabası tarafından gönderilen bir sepet yumurta ve bir peynir ile geldi. Akrabasının tamamen iyileştiğini ve bunun da benim duam sayesinde olduğunu anlattı. Ben de hiç bozmadan onun iyileşeceğini söyledim. Aslında

hayretler içinde kalmıştım. Bu ya bir rastlantı ya da hastayı olumlu yönde etkileyen psikolojik bir durumdu.” (Şovalye Taitbout de Marigny, 1996:85).

Adıgeler duanın iyileştirme gücüne inanırlar, hastanın başında dua ederek, duanın manevi gücünü kullanırlardı.

Yine hastalıklardan ve kötülüklerden korunmak, iyilik-bolluk ve bereket gibi dileklerini iletmek için tanrılara dua ederlerdi. Bireysel yapılan duaların yanında, şifacıların da yönettiği toplu dualara da sıklıkla başvurulurdu.

### 3.4.5.1.2. İlahiler-Temenniler

“ХЪУАХЪО” (Huahua) yani ilahiler, anlamlı- anlamsız sesler ve yakarışlardır. Aynı zamanda doğum, ölüm, düğün, taziye, kutlama gibi toplumu ilgilendiren konularda, işin özelliğine göre, cemiyetin ileri gelenlerinin yaptığı temenni içeren konuşmalar da huahua olarak adlandırılır (C.Soycan ile görüşme, 23.02.2019).

Tlepş (Ateş-Demir-Silah Tanrısı), Thagalec (Bolluk ve Ürün Tanrısı) ve Mezıtha (Orman ve Avcılar Tanrısı) gibi tanrılar; Adıgeler için emeğin belirli birer simgesi, üretim kaynaklarının koruyucularıdır. Herbirine Huahualar adanmış ve bunlar günümüze kadar ulaşmıştır (Özbay, 1990:50).

“Huahua” denilen melodi, söz ve dansın eşlik ettiği ilahilerle; hem tanrılar yüceltilir hem de dileklerde, isteklerde bulunulurdu.

Yıldırım tanrısına yakarı zorunluluğu, şiirsel anlatıma bürünerek şiirsel bir dua, bir yakarı ortaya çıkarmıştır (Özbay, 1990:8).

Şıble onuruna düzenlenen törene (EK 8) eşlik eden huahua bunların en belirgin örneğidir:

“Yéyle, yéyle, di jilem wukhémıwue (Elle Elle, evlerimizi yıkma)

Yéyle, yéyle, di ğaş’eriy khexhume (Elle Elle, yaşamlarımızı koru)

Yéyle, yéyle, Thaş’eğ mez kuwum ğes (Elle Elle, Thaşag ormanını yakma)

Yéyle, yéyle, kxhujjıpsım déğafe (Elle Elle, bize içecek saf su içir)

Yéyle, yéyle, fadem yé’abıx.” (Elle Elle, sen de iç bizim içkimizden)

Bu yakarışlarda; insanoğlunun doğanın üstün güçlerine karşı duyduğu korku

açıkça sezilmektedir (Özby, 1990:49).

Melodiler genellikle birbirine paralel birkaç sesli bir harmoniye sahiptir. Tarihi Adıge koyun kırpma şarkısı bu türe ilginç bir örnek olarak gösterilebilir. Şarkının ritmi çoban makasının darbelerinin çağrışımını vermektedir.

Orakçı huahasında ise çalışmanın temposu ile bağlantılı olarak bir ritm ve kompozisyon çizmektedir;

“K’aper ye’s  
Lepsır Khok,  
Belağıkızr mesıs  
Jeruwme khopsır meğuj.”

Melodi, söz ve dansı birleştirmek kollektif bir uygulama gerektirir. Adıge Huahualarında bu kollektif ruhu algılamak olasıdır (Özby, 1990:50).

Yine mısır çapalama, ot biçme, yün tarama işleri gibi ortak üretim sürecine ilişkin; çalışmaya başlamadan önce söylenen, yapılacak işle ilgili bolluk, bereket, iyilik dileyen, tılsımı olduğuna inanılan huahualar vardır.

Huahualar, özellikle çok tanrılı dönemlerde tanrılara yakarış ifadesi olmuştur. Buna tipik bir örnek olarak “Hanse Guaş” adlı yağmur duası gösterilebilir. Ayrıca yaban arılarını yapılan kovanlara çağırın şarkılar da vardır (Kaya, 2015:213).

Stav Zivushan ile birlikte hastalıklardan (çiçek hastalığı) koruyan tanrıydı. Şapsığların çiçek hastalığının tedavisinde söyledikleri huahuada şöyle denir:

“Stav, Hükümdar,  
Kendi üstünde hakimiyet kabul etmeyen  
Acele et, Şifa!  
Derman ol!” (Natho, 2009:121).

Adıge kabilelerinden Kabardeyler ise Bereket Tanrısı olarak inandıkları Thağaleg için şu huahuayı okurlardı:

“Ah, Tanrımız,  
Thağaleg-mucize-işçisi,  
Bırak başladığımız iş çoğalsın!  
Ah, Tanrımız,  
Bırak saban demirimiz başarsın,



İlk oluk ne şanslı,  
Bırak toprak ısınsın,  
Isınsın ki iyi bir hasat versin,  
Ah, Tha'mız bırak öyle olsun..."

Adıgelerin Müslüman olduktan sonra de bu ilahileri söylemeye devam ettiklerini, ancak bu kez isteklerini aracı tanrı saydıkları Thağaleg yerine doğrudan Allah'tan istediklerini görüyoruz. Şöyle ki:

"Allah'ım! Cennetin ve dünyanın yaratıcısı,  
Sen herşeye kadirsin!  
Bugün başlayan saban demiri..." (Özsaray, 2012:105)

Buradan, Adıgelerin eski inanç sistemlerine İslam dinini adapte ederek geleneksel inançlarını uygulamaya çalıştıkları söylenebilir.

Törenlerde; ilahiler, danslar ve şarkılarla iç içedir. Konuya göre her törenin ilahisi, uyulması gereken kuralları farklıdır ve seremoni şifacıların da gözetiminde, Thamadeler tarafından yönetilir.

### **3.4.5.2. Danslar, Şarkılar**

#### **3.4.5.2.1. Danslar**

Hareketle anlatım; sözden ve yazıdan önce insanın kendisini anlattığı en eski iletişim yoludur.

İlk insanlar önceleri kendi başlarına, içgüdülerine uyarak dans ettiler. Yinelenen ritmik hareketlerin, doğüstü duygular çağrıştıran güçlü etkileri olduğunu fark ettiler. Buradan, dansta büyülü bir gücün var olduğu düşüncesi doğdu (Kaya, 2015:238).

İnsanları bir arada tutmak, ritüelleri ve gelenekleri yaşatmak ve bunları kuşaktan kuşağa aktarmak amacıyla kullanılan en etkin yöntemlerden biri de danstır.

Uygarlığın gelişmesiyle birlikte dans, artık var olduğu şekilden çıkmış ve başka bir şekle bürünmüş, ilkel büyü danslarından dinsel törenler ve ayinler

doğmuştu. Giderek dansa kurallar çıktı ve dans çoktanrılı dinlerde tapınmanın önemli biçimlerinden biri oldu. (Kaya, 2015:239)

Adıgelerin tanrıları onurlandırmak, doğa olaylarını etkilemek, kötü ruhları kovmak, hastaları iyileştirmek amacıyla düzenledikleri törenlerde oynanan dansların başlıcaları aşağıdadır:

#### **3.4.5.2.1.1. Wuic**

Çerkeslerin en eski danslarından biridir ve törensel niteliktedir. 2000 yaşındaki Nart Mitolojisi'nin müziği de Wuic dansının müziğidir. Ömrün başlangıcı, yaşamın sonu olmadığını gösteren bir danstır. Çok tanrılı döneme ait bir dini tören kalıntısı olduğu ve 5000 yıllık kökeni olduğu düşünülmektedir (Kaya, 2015:246).

Törenlerde yapılan dansların çoğu zaman içinde unutulsa da, yaşam döngüsünü sembolize eden wuic, bugün de varlığını sürdüren birkaç danstan biridir.

Tanrılara yakarış ayini tamamlandıktan sonra, akşam başlayıp gündeğana kadar sürdürülür; güneş doğunca dans sona ererdi. İşte bu nedenle wuic dansına, gündeğumu anlamına gelen "nehuşş" sıfatı eklenirdi. (Kaya, 2015:246).

#### **3.4.5.2.1.2. Guşhephe**

Къущэхъапхьэ çocuğu beşiğe bağlama törenidir.

Adıgeler, çocuğun doğumundan sonra anne güçsüz düşer ve çocuğunu koruyamaz, kötü ruhlar çocuğa zarar verebilir düşüncesiyle kötü ruhların çocuğa zarar vermesini önlemek için toplanarak tören düzenlenir, dans edilirdi.

Doğan çocuk kız ise o evden beyaz güvercinler havaya uçurulur, erkek ise silah sıkılırdı. Eskiden bu eğlenceler bir hafta kadar sürmekteydi, günümüzde ise bu geleneğe rastlanılmamaktadır (Kaya, 2015:248-249).

#### **3.4.5.2.1.3. Sozresh**

Bereketin, bolluğun, düzenin, aile dirliğinin tanrısı olan Sozresh için

düzenlenen törenlerde, sonbaharda hasat bittikten sonraki mahsul için oynanan şükran danslarındandır.

Bereket Tanrısı Sozresh'in simgesi “yedi çatallı bir alıç dalı” veya “yedi çatallı geyik boynuzudur”. Dalların üzerine mumlar dikilirdi. Bu suretin etrafında yapılan Wuic, Çerkesler için o senenin ürününe şükür, gelecek sene için de dua niteliğini taşırdı (Kaya, 2015:249).

### 3.4.5.2.2. Şarkılar

Adıgelerin geçmişten günümüze gelen şarkılarının içinde tedavi etmek amacıyla söylenen şarkılar da vardır.

Bu şarkılar, tedavi veya cerrahi müdahale sırasında; hasta ve şifacılar, hasta yakınlarına moral vermek için havayı yumuşatmak amacıyla yakarış gibi söylenirdi (C.Soycan ile görüşme, 23.02.2019).

İyileştirme şarkıları (Şiapshe wordher) hastanın yatağının kenarında söylenir, hastalıkları ve yaralıları iyileştirdiğine ve hatta oku veya kurşunu çıkarmak için kullanıldığına inanılır (Kaya, 2015:213).

TEŞU Murat'ın 1969'da derlediği Azelerin Şarkısı aşağıdadır:

Іазэм иорэд

(Op), штаукьІэу шъхьалымэ,

(Op), зегъазэ, (о, орайда)

(Op), мы Іэзэ лъшІумэ

(Op), шъуегугъу, марджа.

(Op), мы Іэзэ лъшІумэ

(Op), шъуегугъу, (о, орайда)

(Op), шъузыкІегугъухэрэр

Ищэхэх, марджа!

(Op), щэр зэрыхыхэрэр

(Op), тыжын, (о, орайда)

(Op), тыжыны кыІухэра,

(Op), мэжгъыжыгъ, (о, орайда)

(Op), тыжыны кыІухэра,

(Op), мэжггыжыгъ, (o, орайда)

(Op), зэпэжггыжыжыжэо

бгэм рябгъад, марджа!

(Guche Zamudin ile görüşme, 08.02.2018).

Tedavi (sağaltım) amaçlı şarkılar; kemik kırığı, yaralanma, alerjik hastalıklarda hastaların iyileşmesine yardımcı olmak amacıyla söylenen şarkılardır (Kaya, 2015:214).

Kızamık Şarkısı bunlara örnek verilebilir:

Шьорэкі Орэд

(Уэ), си дэхэ дахи!

(Vo, benim güzel güzelim!)

(Уэр), си дэхэ нагъуи!

(Vor, benim güzel el gözlüm!)

(Уэр), дэнэгъо шъхъаци, бзыуцыфэу кышъо,

(Vor, ipeksi saçım, pamuk tenlim)

(Уор), зыкышъом хахъоу,

(Vor, tenine bulaşan,)

(Уор), хъэу тетым сожыра.

(Vor, oraya bulaşan da neyin nesidir?)

(Уор), си Хъаджэмосэра,

(Vor, benim (yarama derman olacak olan) Hacı Musa'm mısın)

(Уор), сымэджэпэсэра,

(Vor, benim şifacım mısın)

(Уор), шэузэльгыгушюу,

(Vor, sen güler yüzlü genç adam)

(Уор), быны гушыагъоу,

(Vor, sen hanenin sevinci)

(Уор), шъукъызэхан!

(Vor, sen bizimle birlikte kal!)

(Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).

Kızamık hastalarına söylenen diğer bir şarkı da şöyledir:

Шъорэкі Орэд

Зиусъаным янэри жэгъуфы, зиусъана,

Зиусъаным янэри фыжъыбза, зиусъана,

КІэІко фыжъыбзэри редзэкІы, зиусъана,

ИидзэкІыпІэри къеуфэ, зиусъана,

Фарэм фэдэуи мэзечъэ, зиусъана.

(Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).

Çiçek hastalarına söylenen şarkıda ise, çiçek hastalığının doğrudan adı anılmadan insani vasıflar atfedilir, tıpkı feodal soylularda olduğu gibi “Efendimiz” diye hitap edilirdi:

Zyuizhan ciume ya pacsa,

Ue pacsexer ya qhuaza,

Sy uered uereda ue sy uereda.

Tleustemizer xeqhafa,

Mafe yafarexer zeblyexhua.

Sy uered uered ue sy uereda,

Zyuishan yi csi qhexhuipver

Sideu qhexhuine daxa!

Sy uered uereda ue sy uereda.

Zyuizhan yi csi qhexhuipvemy

Çighi dexaber qyeçveçva,

Sy uered uereda ue sy uered.

Kvuejinim zitiryebitem

Tlvizheu desher yiqhuisseu

Sy uered uereda ue sy uereda.

Pcaceu desxer qifacueu

Qhetlexhu pcserxer quirmena

Sy uered uereda ue sy uereda.

(Şhalakho, 2010:64-65).

Hastalar için düzenlenen eğlencelerde, hasta kişinin moralinin düzelmesi için oyunlar oynanır ve şarkılar söylenirdi. Ayrıca suda boğulanları aramak için söylenen şarkılar, çalınan ezgiler de söz konusuydu (Kaya, 2015:214). Hastaları eğlendirmek için söylenen şarkılardan örnekler aşağıdadır:

#### КІәпщә Орәд

(Уәр), штаукІәу шъхьалымә, (Уәр), зәгъаз, (уо уорайда),  
(уо), мы Іәзә лышІумә, (Уәр), шъуегугъу, марджа!

(Уәр), мы Іәзә лышІумә, (Уәр), шъуегугъу, (уо уорайда),  
(уо), шъузыкІәгугъухәри ищәхох, марджа!

(Уәр), шәр зәрыхырәр, (Уәр), тыжын, (уо уорайда),  
(Уәр), тыжыны кыІухәра, (Уәр), мәжъгыжъгъ, марджа!

(Уәр), тыжыны кыІухәра, (Уәр), мәжъгыжъгъ, (уо уорайда)  
(Уәр), зәпәжъгыжъжъжъжоу бгъәм рябгъад, марджа!  
(Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).

#### КІәпщә Орәд

КъзыІотәжыгъәр ХъутІыжъ Заурбәч  
ХьакІәщ нәкІым зырегъэзащ,  
ШыкІәпщынәжъыр теогъәлал,  
Пщы Алмызә защәм сәгъакІуи,  
КъэкІожыфә нес сыомытән.

Даурбәтәным земыгъәгъаз,  
Къундауз шІуцІер зипәІо тхьпкІ,  
(.....зәдытипІаль,  
Тхьаркъожыльгъәр зәдытичәл,

Лыгъае къақІомэ тызэдикІын,  
 Ныбджэгъу кІасэм зырегъэхьылІ,  
 Джагъом урихьылІэмэ укъыхинэн,  
 КІасэм урихьылІэмэ удищыжбын.  
 (Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).

### 3.4.5.3. Atasözleri, Deyimler

Gelişmiş bir sözlü edebiyat birikimine sahip olan Adıge toplumunda, toplumun değer ölçülerini yansıtan atasözleri ve deyimler sosyal hayatın içinde halen kullanılmaya devam etmektedir.

“Çerkes cemiyetlerinde irticalen yapılan konuşmalar sözlü edebiyatın şaheserleriydi. Yazılmadıkları için kalıcı olamadılar. Bir kişi herhangi bir konuda konuşacağı zaman, önce o konuyla ilgili bir atasözü veya bir deyim söyleyerek veyahut ta bir anekdot naklederek söze başlamaktadır. Böylece konunun daha iyi anlaşılması ve konuya motive olmaları sağlanmaktadır. Bu nedenle her Çerkes çok sayıda atasözü bilmek durumundadır.” (Yılmaz, 2016:3).

Günümüzde de geçerliliğini koruyan, konuya ilişkili atasözlerinden bazıları şunlardır:

- Fazla yemeği mide hazmetmez.
- Az yemekle doymasını bil.
- Gece uçan cadıyı insanlar bilir.
- Hastalığa pes dersen, tepene biner.
- Ne kadar acı da olsa ilaç ilaçtır. (Yılmaz, 2016:9-22)
- Rüzgar olmadan soğuk soğuk değildir, öksürük olmadan hastalık bir hastalık değildir (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Sarımsak yedi derde şifadır.
- Can sıcak sever.
- Dünyada iyi şey sağlık, sevmek ise mutluluktur.
- Kan çıbanı insanın yüreğini emer, çiçek hastalığı ise unutulmaz.
- Kan çıbanı yedi hastalığa bedeldir.
- Anadandoğma hastalık şifa bulmaz.
- Gözağrısı aşıkâr, gönül ağrısı gizlidir.
- Hasta, darı çorbasını sever.

- Hasta için iyi gıda ilaç yerine geçer.
- Uzun süre hasta olan huysuz olur.
- Her hastalığın ilacı vardır.
- Kızamık deri rengini değiştirir, çiçek kalpten hiç çıkmaz.
- Çiçek hastalığı yüzü mahveder.
- İnançta şifa vardır.
- İyi beslenen çocuğun yanakları al olur.
- Tedavisi olmayan hastalık yoktur.
- Yılanın soktuğu kişi şişer.
- İlacın fazlası, vücuda zarar verir.
- Çok yemeden karnını doyur. (Çelikkıran, 1994:87-240).



## 4. ADIGE ŞİFACILARIN HASTALIKLARDAN KORUNMA, TEŞHİS VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

### 4.1. HASTALIKLARDAN KORUNMA

#### 4.1.1. Beden Sağlığı

Adıgeler günlük yaşamlarında beslenme ve temizlik başta olmak üzere, gerek bireysel gerekse toplum sağlığını korumaya yönelik birçok konuya önem vermiş, çevresel etkileri gözönünde bulundurup sağlıklı yaşam tarzları geliştirerek bunları gelenek ve kültürlerine de yerleştirmişlerdir.

1837’de Çerkesler arasında iki sene kalan İngiliz gezgin Mr. Bell eserinde, Çerkesya’da hiç deli görmediğini hayretle kaydederken bunu orada tabiatın noksan bir eser meydana getiremeyecek derecede mükemmel olmasına bağlı olduğunu, Çerkes sosyal kurumlarının da buna yardım ettiğini ifade ederek Çerkeslerin pratik bir millet olmasını da bu coğrafi çevrelerinin etkilerine bağlar (Baj, 1995:9)

Yine 1837-1838 yıllarında bölgeyi gezen J.A. Longwort ta eserinde şöyle demektedir:

“Çerkeslerde dikkat ettiğim bir özellik de erkek, kadın herkesin dik durması idi. Şişmanlık ise Kafkasya’da pek itibar görmemektedir, ben burada kaldığım sürece tek bir şişman insana rastlamadım.” (Erkan, 1999:55).

F.A. Kolenati 1859’da yaptığı Çerkesya gezisine ilişkin gözlemlerini aktardığı seyahatnamesinde, Çerkeslerin zinde kalmak için yaptıkları karışımların tariflerinden 2 örnek vermiştir:

- Önemli ilaçlardan biri olan Madschjou ya da Madschjue, kompleks bir bileşim olan şifalı bir lapadır. Merhem gibi olana kadar etsuyuyla kaynatılır, günlük olarak yarımından bir ölçüye kadar alınır. İçeriği aşağıdadır:

- Şıra	5 Mischall*
- Portakal kabuğu	2 Mischall
- Cadiz köpüğü	10 Mischall
- Sümbül preparatı	5 Mischall
- Anason tohumu	2.5 Mischall

- Ak-Dschidsuhak	2.5 Mischall
- Karanfil	3 Mischall
- Safran	1 Mischall

- Aşağıdaki tüm malzemeler ezilerek bal ile karıştırılır. İçeriği aşağıdadır:

-Ulbarış özü, patpat veya

banotu tohumları	3 Solotnjc**
- Sümbül preparatı	1 Solotnjc
- Anason veya biber	1 Solotnjc
- Ak-Zidschak	0,5 Solotnjc
- Karanfil	2 Solotnjc
- Safran	2 Solotnjc

Bunların tümü ezilerek toz haline getirilir. 20 Zolotnjc şeker gülün suyuna karıştırılarak, hazırlanan toz bunun içinde eritilir. Günlük olarak 0.5 Zolotnjc alınır (Kolenati, 1859:87).

\* Mischall= Bir solotnjc miktarı karşılığı eski sıvı ölçü birimidir.

\*\* Solotnjc/ Zolotnjc = Rusya'da 1800'lü yıllarda kullanılan, eski ağırlık birimidir. Bir Solotnjc 4,25 gr. karşılığına gelmektedir.

Adıgelerde akıl ve beden sağlığı yanında ruhsal olgunluğa ulaşmak için günlük yaşam içinde hareketli ve mücadeleci faaliyetlerde bulunmak esastır.

“İşlerin tatil zamanı olan ikindiden sonra hergün, köyün uygun bir yerinde ihtiyar ve gençleri, spor yapmak amacıyla ayrılmış olan geniş çayırılıkta toplanırlar. İhtiyarlar bir halka oluşturarak günlük mesele ve işlere dair sohbette bulunurken; diğer taraftan gençler taş atarlar, yaya koşusu, nişan, güreş müsabakaları yaparlar... Bunlardan başka yüksek atlarlar. Uzak mesafeye atlama hususunda yarış yaparlar. Çelik ve çomak oynarlar. Kızak kayarlar. Egav yani tenis oynarlar. Bu gibi sporları yaz ve kış ciddiyetle takip ederler, idmansızlarla, beceriksizlerle alay ederler. İşte bu müsabakalar ve idmanlar okuldur. Bu idmanlar ve milli itiyat sayesinde çocuklar akınlarda uykusuz ve yemeksiz, susuz kalmaya uzun müddet dayanırlar. Kötü hava şartlarına karşı dirençli olurlar...Erkek çocukları kaba elbiselerle kürk giymezler. Evlerinde kaba ve yumuşak döşekte yatmazlar. Bu rahatı kuvvetli ve dayanıklı olması lazım gelen çelik vücutlarına yakıştırmazlar. Hasır ya da yamçı üzerinde yatarlar. Başlarının altına eyerlerinin yastığını koyarak yatarlar.” (Baj, 1995:42)

Sağlıklı gıdalarla beslenmeye dikkat etmeleri yanında, aşırı yemekten de kaçınırlar.

Hastalıklar ayakta atlatılmaya çalışılır; hastalığı abartmak, büyütme toplumca ayıp karşılanır (A.Büken ile görüşme, 12.04.2018).

#### 4.1.2. Çocuk Sağlığı

Yeni doğan bebeğin beşiğinin sağlığa uygun olmasına dikkat edilirdi.

“Döşek olarak ufak darı kabuğundan doldurulan bir minderi beşiğe koyarlar, darının cilalı kabukları çok acıcı olduğundan modern hekimliğin zamanımızda kullandıkları hava döşekleri gibi vücudun biçimine göre gerilip çekilmekte ve vücudu yün ve pamuk şilteler gibi pişirmemekte olduğundan çocuk uzuv ve adelerinin tabii bi surette gelişmesine mani bulunmamaktadır. Bu minderi hergün güneşe koyarak havalandırırlar ve güneşletirler. Bu şekilde nemden korumayı ve ve sağlığa uygun olmasını sağlarlar. Çocuğun vücudunun dik olması için döşegin düzgün olmasına dikkat ettikleri gibi, boyunun kısa olmaması ve kambur görünmemesi için de, başının altına kalın yastık koymazlar. Bilhassa kızların kısa gerdanlı olmamalarına anneleri dikkat ederler” (Baj, 1995:26).

O dönemde Kafkasya’yı ziyaret eden gezginler eserlerinde; bu beşiklerde yatan Adıgelerde romatizma, kireçlenme, fitık gibi kemik rahatsızlıklarının çok çok az görüldüğünü yazmışlardır (Ş.İyigün ile görüşme,15.09.2018).

Bebekler daha kundaktayken disipline alıştırılır, belini dik tutacak şekilde beşikte yatırılırdı (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).

Beşikte “sübye” kullandıklarından beşik kirlenmezdi (Baj, 1995:26). Döşek, beşiğin tam ortasında bulunan ve beşiğin tabanındaki sürgüye denk gelen oyuğa göre hazırlanır, bebeklerin altı hep kuru kalırdı, Maykop’ta bu sistemi kullanan aileler

halen vardır. (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018). (EK 9).

Kız bebekler için, dikdörtgen bir beyaz kumaşa balmumu sürüp katlayarak oluk oluşturup bebeğe sararlar; böylece bebeklerin altının kuru kalması sağlanırdı. Erkek bebekler için, olgunlaşmış kuzunun sağ ayağından diz kapağından ayağa kadar olan kemiği kaynatılıp içindeki ilikler temizlendikten sonra kalan kemik kısmına delik açılarak bebeğin bacaklarının arasına, diğer ucu da oluğa yerleştirilir, böylece idrarın sürgüye akması sağlanarak bebeklerin altının kuru kalması sağlanırdı (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

Kışın ise beşiği sıcak tutmak için, alttaki sürgüye saçta kavrulmuş toprak, ılık kül ya da ısıtılmış kum dökülürdü (S.Tuç ile kişisel iletişim, 24.03.2018: Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

Bebekler sessiz ortamlarda uyutulduğundan; yalnızlık hissi duyup ürkmelerini önlemek için, beşiklerin başına mutlaka “Şıblaşe” denilen ortası delikli uğur taşlarından asılırdı. Beşik sallandıkça, belli bir ritimle birbirine çarpan taş ve ahşaptan çıkan doğal ses, bebeğin irkilmesini önlerdi. (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

“Bebek beşikten kaldırılınca vücuduna temas etmiş olan örtüler değiştirilerek mutlaka yenisi konur. Çerkes kadınları, çocuğun hayatının temizliğe bağlı olduğunu bildiklerinden bu konuya çok dikkat ederler. Bu nedenle çocuğu sabah, akşam yaz ise soğuk, kış ise az ılık su ile hemen iki defa banyo ederler. Bazıları yaz ve kış soğuksu ile yıkarlar. Kadınların bazısı da sabah, öğle, gece yatılırken olmak üzere üç defa banyo ederler. Çocuğu beyaz olan kadınlar şaka olmak üzere –vucuduna kir yapıştırmadım ki esmer olsun- diye iftihar ederler. Soğuk su ile banyo edilen çocukların daha sağlam ve çevik olacağına inançlarından soğuk su banyosunu tercih ederler. Sabah, öğle, ikindi ve yatarken çocuğu dört defa muntazaman kaldırırılar ve süt verirler. Çocuğu grup zamanında uyutmayı iyi saymazlar. Diğer üç vakitte çocuk kaldırılınca değil, beşiğe yatırılırken banyo edilir. Banyodan sonra yatırılan çocuğun iyi uyuyacağını, bilhassa geceyi rahat geçireceğini söylerler.” (Baj, 1995:26).

İtalyan coğrafyacı Giorgio Interiano'nun gezi notlarında da şundan bahsedilmektedir:

“ Adıgeler, yeni doğan çocuklarını, ne kadar soğuk olursa olsun suda yıkarlar ve böylece çocuklar bir nevi çelikleştirilmiş olurdu.” (Özbay, 1999:22).

Adıgelerin özellikle erkek çocukları için, 2800 yıl önceden beri uyguladıkları geleneksel demir suyuyla çelikleme ritüelleri de bulunmaktadır. Bu ritüellerinde; bir yaşına gelen erkek bebekleri sağlıklı büyüsün, sağlıklı olsun diye; demirci atelyesine getirerek önce saçlarını kazıyorlar, sonra kızgın demir soğutulurken kullanılan küllü ve demir tozlu suya sokarak yıkıyorlardı. Günümüzde modern tıp ta bu suyun faydalarından bahseder (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018). (EK 10).

Bu tören sırasında “Demir gibi sağlıklı ol, sert ol” temennilerinin olduğu woredler söylenirdi (G.Besler ile görüşme, 08.02.2018).

Çocuklara kalın, pamuklu şeyler giydirilmez, vücudun sıcak ve soğuğa dayanıklı olması için elbisenin hafif fakat zari olmasına dikkat ederler (Baj, 1995:27).

#### 4.1.3. Toplum Sağlığı

Adige toplumu, yaşam alanlarını kurarken doğaya saygı ve temizlik esaslarını gözönüne alarak yerleşim birimlerini oluştururlardı (EK 11).

Evler, mutlaka dere, akarsulara yakın yüksekliklere kurulurdu. Yerleşilecek bölge seçilirken; önce çığ yumurta toprağa gömülür, birkaç gün sonra gömüldüğü yerden çıkarılıp çatlak olup olmadığına bakılırdı. Çatlak varsa toprağın hareketliliği tesbit edilmiş olup daha güvenli bir yer seçilirdi.

Erkek ve kadınların tuvaletleri evlerin dışında mutlaka birbirinden ve akarsulardan uzak noktalara inşa edilirdi (Teuv Aslan ile görüşme, 15.09.2018).

Evler doğaya uyan malzemeler kullanılarak hava alan, tek katlı, ahşap ve yüksek tavanlı yapılır, rutubete karşı önlem olarak duvarların içi ve dışı sıvanırdı. Kapı daima iki kanatlıdır. Kanadın birisi yaz ve kış gündüzleri açık bırakılır (Baj, 1995:176).

Gerek aile içi gerekse toplum içi ilişkilerin ağırbaşlılık, resmiyet esaslı olmasının toplum sağlığını gözeten bir tarafı olduğu da düşünülebilir. Örneğin;

- Toplum kuralları gereği Adige kızlarına dokunmak kesinlikle yasaktı (Teuv Aslan ile görüşme, 15.09.2018).
- Mikrop ve kötü bir şey bulaşmasını önlemek için Adige kadınlarının ellerine dokunmak yasaktı, bu nedenle eve gelen misafirle tokalaşma geleneği yoktu. Adige kadını elini misafire tokalaşmak için uzattığında, elini kıyafetinin kolundaki geniş parçanın altına saklardı, karşıdaki yabancı elbisenin o bölümüne dokunurdu böylelikle tokalaşmış olurlardı (Ş.İyigün ile görüşme,15.09.2018). (EK 12).
- Akrabalar arası evlilik yasaktır.

Yün ve deri başta olmak üzere doğal malzemelerle dokunan kumaşlardan

yapılan giysilerde temizlik, sadelik ve rahatlık ön plandadır.

Adıgelerin temiz, besleyici ve kuvvetli gıdalardan oluşan geleneksel beslenme tarzında az yiyerek sağlıklı kalmak esastır.

“Çerkeslerin yemekleri kendine has bir durumdadır. Yemekte çeşitlilikten ziyade gıdai bir meziyet ve gösterişten fazla bir nefaset ararlar. Az ve kuvvetli yemek, yemek adetleri olduğundan yemekler daha çok et, süt yoğurt ürünleridir. Mide şişiren sebze pek itibar etmezler. Çerkeslerde şişman bulunmaması, kuvvetli bünye sahibi ve mütenasip endamlı, gürbüz vücutlu olmaları gıda alma usulleriyle yakından ilgilidir. Geniş omuz ve orta kalça, dar bel besleyici ve az yiyen bu insanlara mahsus gibidir. Dökerek yemek yemeyi de terbiyeye aykırı görürler ve çocuklardan başkasına yakıştırmazlar.” (Baj, 1995:178-180).

Yine Mr. Bell eserinde; gezisi sırasında hiç sakat ve deliye rastlamadığını, alkollü kişi görmediğini, Adıgelerin birçok hastalığın adını dahi bilmediklerini yazmaktadır (Yılmaz, 2017:90).

Yine; 1929'da Kuzey Kafkasya'da A.A. Григорьев tarafından, bölgede yaşayan Şapsıg, Ermeni ve Rus nüfus baz alınarak halk sağlığı alanında karşılaştırmalı ve kapsamlı bir çalışma yapılmıştır.

Hazırlanan raporda; diş hastalıkları, tiroid bezi hastalıkları, sıtma, tüberküloz, trahom, cilt hastalıklarının halklar arasındaki görülme sayıları; toplum ve aile hayatı, yaşam biçimleri ve ev düzenleri, kadının konumu ve sosyal yaşamdaki yeri, çocuk sağlığı, vb konularla ilgili sonuçlar paylaşılmıştır. (Григорьев, 1929:17-69).

Sözkonusu raporda; genel olarak Şapsıglardaki hasta sayısı diğer halklara göre oldukça düşük sayılardadır. Şapsıgların ev yaşamı, toplumsal düzen, çocuk ve toplum sağlığına ilişkin kurallara bağlı olduğu da raporda anlatılmaktadır.

Adıgelerin binlerce yıllık mutfak kültürlerinde yer alan kefir ve kundusuw gibi geleneksel içeceklerin, insan sağlığı için sayısız faydalarının olduğu bugün modern tıp tarafından da kabul edilmektedir.

“Kafkasyalıların sağlıklı ve uzun yaşamlarının sırrı olan ve gençlik iksiri olduğu kabul edilen kefir, Kuzey Kafkasya orijinli inek, koyun ve keçi sütünden yapılan sindirimi kolay, serinletici, ekşi ve köpüklü bir süt ürünüdür.

Eski Rusya İmparatorluğu ve Sovyetler Birliği dönemlerinde hastane ve sanatoryumlarda, özellikle metabolik düzensizlikler ve alerjik rahatsızlıklar ile modern tedavinin mümkün olmadığı zamanlarda tüberküloz, kanser, mide, bağırsak rahatsızlıklarının tedavisinde kefir kullanıldığı biliniyor. Kefir, mide ve pankreas gibi bazı organların salgılarını artırıyor. Ayrıca sinirsel rahatsızlıklara, iştahsızlığa ve uykusuzluğa karşı iyi geldiği belirtiliyor. Bronşit ve safra rahatsızlıklarının iyileşmesine yardımcı olduğu görüşü halk arasında dillendiriliyor. Enfeksiyonlara karşı bağışıklık sistemini güçlendirdiği belirtiliyor. Kafkasya'da yaşayan kişilerin uzun ömürlü olmalarının da kefir tüketimine bağlı olduğu görüşleri, birçok araştırmacı tarafından savunuluyor.” (Uysal, Sanal, 2011:1).

Kosta Diinitch'in 1888'de Paris'te, Paris Tıp Fakültesi'nde doktora tezi olarak yazdığı kitap (Le Kephir, on champagne lacte de Caucase origine, morphologie du champignon action physiologique et importance therapeutique.) kefir hakkındadır. Bu mucizevi içecek hakkındaki tüm bilgileri içerir (Erkan, 1999:83).

Sofra geleneğinde mamrısın yanında su yerine verilen kundusuwun da hücre yenileyici özelliği olduğu, 24 saatte hücre yenilediği bilinmektedir (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

Rostov-na Doni Kent Üniversitesi Onkoloji Merkezi'nin kanser konusunda Adıgey'de yaptığı incelemelerde kanser hastalığının az görülmesinin nedenini dört mevsim meyve yemeleri ve çok acıbiber tüketmelerine bağlamıştır (Yılmaz, 2017:90).

Geleneksel beslenme tarzı yanında, halk arasında sağlığın korunması için yapılan bazı uygulamalar, günümüzde de rağbet görmektedir. Örneğin;

- Adıgelere göre, insan vücuduna zararı olan sıvılar vücutta sızma yapar; insanın sızma noktası kulak memesinin arkasıdır, bu duruma “thakume bzym yiwuj” derler. Sızma olduğunda, eşek kulağından alınan 7 damla kanı Nisan ayında yağın yağmur suyuna koyup içerler. Bu içeceğin vücudu temizlediği ve “koetz wuz” dedikleri bu işlemin iç hastalıkları önlediğine inanırlardı (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).
- Hastalıklardan korunmak için, söğüt dallarını kesip kömür olana kadar yakarlar ve bu kömür parçalarını yutarlardı. Yazları Thamadeler söğüt ağacının altında otururdu (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).
- Kafkas halkları ve diğer birçok halk arasında, Adıgelerin vücut yapısının laktozu hiç kabul etmediği bilinir. Bu nedenle, saf sütü içmezler, beslenmelerinde ekşi süt ürünleri çok yaygındır (Шомахов, Sanal,2010:2).
- Sağlıklı kalmak için, sabah-akşam ısırganotu demlenerek bir bardak içerler (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Adıgelerin inancına göre sürekli sofrasında belice/turp bulunduran ve tüketenleri yılan, akrep, böcek, vs sokmaz, soksa da hiçbir şey olmaz. (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

Adıgeler tüm hastalıklara kötü ruhların sebep olduğunu düşünürlerdi (Клемм, 2015:56). Örneğin; Dağlılar kuduz hastalığına köpek görüntüsüne sahip olan kötü bir ruhun sebep olduğuna inanırlar; her ne kadar evlerde baksalar da köpekleri, eskiden beri "kirli" olarak nitelendirirlerdi. Çocukların köpeklerle oynamasına izin verilmez, evin içine girmesine izin verilmez, dokunmamaya çalışılırdı.

“Belki de dağlıların içinde ekinokok hastalığına çok nadiren rastlanması sıralarından biri budur. Ekinokok (köpek hastalığı), liken, uyuz gibi hastalıkların kaynağını bilmemelerine rağmen, örneğin; "Eğer bir köpeğin kazdığı çukura girersen, vücudun katı bir kabukla kaplanacaktır" ya da "Köpeğin yuvarlandığı yere yatarsan, kaşıntı kaparsın." diyerek hastalıkların önünü kesmişlerdir” (Шомахов, Sanal,2010:2).

Bulaşıcı hastalıklar ortaya çıktığında; “Detlapse’şek” dedikleri ritüeli yaparak hastalığı kovduklarına inanırlardı. Bu ritüelde;

“Su kıyısında bir kuyu kazılarak, kuyunun altından bir tünel açılır ve kuyunun içinde tezek yakılırdı. Kuyunun üstü dallarla kapatılarak tezek dumanı içeri hapsedilir ve insanlar kuyunun altındaki tünelin içinden sürünerek geçerdi.

Detlapse’şek, insanın temiz ve hastalısız şekilde dünyaya tekrar gelişini, yeniden doğuşunu temsil eden bir törendir” (Mijayev ve Pasthtova 2018:59:).

Bu inançlar, toplum sağlığını gözeten doğal koruma mekanizmaları olmuşlardır.

## 4.2. HASTA BAKIMI

Hippokrates’in Di Reginine Acutorium/Akut Hastalıklarda Perhiz adlı eserinde;

“Ağır hastalara yalnızca etsuyu ve bitki suları verilmesini önermekte, hasta güçlenmeye başladıktan sonra ise beslenme programına katı gıdaları da eklemekteydi. Hasta ve yatalaklara arpa suyu ve yulaf çorbası veriliyor, hastaya verilecek besinlerde kimi şarap türleri de yer alabiliyor, ama daha çok ‘hydromel’ (fermente edilmiş sulu bal ya da bal şerbeti) ile ‘oxymel’ (sirkeli bal şerbeti) öneriliyordu” (Tez, 2017:37).

Çerkeslerin geleneksel diyetinde, oluşumu derin antik çağlara dayanan bir takım beslenme ilkeleri ayırt edilebilir. Fermente yulaf ezmesi, arpa ve mısır unu ürünlerinden elde edilen bal ilavesiyle kullanılan özel sıvı et suyu varlığına ilişkin bilgiler Nart dönemine aittir (Тхагапцова, Sanal, 2019:1).

Adige şifacılığında da tedavi sürecinde diyet yaygın olarak kullanılır. Adıgelerin geleneksel yemeklerinden tatlı-ekşi bir çorba olan bedjın’i yaparken,



yulafın kabuğu çıkarılarak özü kaynatılır ve sıcak olarak bal şerbetiyle yenir (Baj, 1995:182).

Yine bağışıklık sistemini güçlendiren ve antibakteriyel özelliği olan balın ilaç olarak kullanımının yanısıra, bal şerbeti olarak ta Adıge mutfağında da önemli bir yeri vardır.

Hippokrates'in açıklamalarından yola çıkarak; hem bedjin/ yulaf çorbası hem de bjeşov/ bal şerbetinin tedavi sürecinde, Adıgelerin hastalara verdikleri diyet yemeklerinden olduğu düşünülebilir.

Ayrıca tüm hastalıkların tedavisinde melek otu, sığırdili otu, meyan kökü ve papatya suda kaynatılarak, hastaya verilmektedir ((КЛЕММ, 2015:56).

### 4.3. HASTALIKLAR VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

Kafkasya, zengin fauna ve florası ve endemik bitkileri ile doğal şifalı bitkiler eczanesi durumundadır (Yılmaz, 2017:91).

Kuzeybatı Kafkasya doğası, zengin şifalı bitkileriyle yöre şifacılarının doğal tedavi yöntemlerine kaynak olmuştur. Adıge şifacılar, yöresel şartlara bağlı ortaya çıkan bir hastalığın şifasının yine o bölgedeki şifalı bitkilerde olduğunu bilirlerdi. Örneğin; dağların kuzey yamaçlarında bronş ve akciğer iltihabına sıklıkla rastlanırdı. Bu nedenle, Adıge şifacıların bu konuda oldukça fazla sayıda şifalı bitki sunması şaşırtıcı değildir (Иломанов, Sanal,2010:2).

Adıgeler hangi bitkinin nerede (kaya altı, dere kenarı, vb), nasıl (çiğ ya da kurutarak, vb) ve ne kadar kullanılması gerektiğini asırların tecrübesiyle öğrenmişler ve uygulamışlardır. Bitkilerin;

- Çiçekli bitkilerin çiçeklenme esnasında toplanacağı,
- yaprakların çiçeklenme öncesinde toplanacağı,
- köklerin ilkbaharda ya da sonbaharda toplanacağı,
- meyvelerin olgunluk zamanında toplanacağı,

konusunda bilgi birikimleri vardı. Ayrıca;

- kırağı düşer düşmez toplanacak otları,

- ilk yağmur yağdığında ve son yağmur yağdığında toplanacak otları,
- mevsimsel değişikliklere göre ayrı ayrı toplanacak otları,
- gün ışığında yada karanlıkta toplanması gereken otları

biliyorlardı ve nasıl toplanması gerektiğine ilişkin teknik bilgiye de sahiptiler (Yılmaz, 2017:92, Asfar Keuk ile görüşme 27.02.2019, M.Sarı ile görüşme 11.04.2019).

Zehirli olanlar hariç, ilaç yapımında kullanılan bitkiler güneşte kurutulmazdı. Papatyada çiçek, nanede yaprak, meyan otunda kök, kuşburnunda meyve, meşede kabuk, ketende tohum, keberde çiçek tomurcuğu toplanır, kuşburnu çiğ düştükten sonra toplanırdı (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).

Adıgelerin yaşadıkları coğrafyadan edindikleri bilgilerle geliştirdikleri özgün tedavi yöntemlerinin çok azı, günümüze ulaşabilmiştir. Bunların da tam anlamıyla ayrıntıları barındırmadığı görülmektedir. Birçok yöntemin tedavi süresi, ilaçların hazırlanış biçimleri, dozları, kullanım şekilleri ile ilgili bilgileri zaman içinde yitirilmiştir.

#### 4.3.1. Ağrılar

##### 4.3.1.1. Bademcik/Boğaz Ağrısının ve İltihabının Tedavisi

- Soğan soyularak bütün halinde pişirilir ve hastanın tahammül edebildiği sıcaklıkta bütün olarak ağzına konulur. Bu esnada mümkünse hastanın burnundan soluması sağlanır. Genellikle gece yatarken uygulanan bu yöntem, üç dört gün süre ile tekrar edildiğinde bademcik sorunu ortadan kalkar (H.Turan ile görüşme 28.01.2018, Yılmaz, 2017:106).
- Bademcik ağrıdağında ve şiştiğinde, Aze sabah aç karnına boğazı ovalardı (Teuv Aslan ile görüşme 11.09.2018, Z.Günhan ile görüşme 30.03.2018).
- Boğaz ağrılarını geçirmek için keçi sütünün içine keçi yağı eritilip içildiğinde boğaz ağrısını geçirir (L. Gogunokova ile görüşme 12.04.2018).
- Kotsimargho/ böğürtlenin yaprak ve tomurcukları çiçek açmadan toplanıp gölgede kurutularak bademcik ve boğaz iltihaplarında kullanılır (Yılmaz, 2017:95).

- Perejy/çakal eriğinin gölgede kurutulmuş yaprakları ve çiçekleri bademciklere ve soğuk algnlığına iyi gelir (Yılmaz, 2017:96).

#### 4.3.1.2. Baş Ağrısı, Baş Dönmesi, Beyin Sarsıntısının Tedavisi

##### 4.3.1.2.1. Baş Ağrısının Tedavisi

- Azeler, baş bölgesindeki damarlardan kan alarak ağrıları gideriyorlardı. Jneps gazetesinin çeşitli sayılarında konuyla ilgili bilgilere rastlanılmıştır:

-‘The Anglo American’ dergisinin 27 Nisan 1844 tarihli sayısında yapılan işlem anlatılmıştır:

“Kanatma yöntemini daha çok kafadaki hastalıklarda uyguluyorlar. Ağrılı bölgeyi demir bir kesiciyle yarıyorlar, kanamayı durdurmak için de ısırgan otu veya pamuk kullanıyorlar” (Jneps Gazetesi, Sanal,2011:1).

-“The Lancet Gazetesi Editörüne, Çerkesler tarafından uygulanan garip bir kanatma şeklini bildirdiği için, üniversitemizin askeri cerrahi bölümünde tahsilini tamamladıktan sonra Karadeniz’de donanma görevi yapan Bay Beveridge’ye minnettarım. Beveridge’nin yazdıklarını ekliyorum: Ayın 19’unda, Gelencik’te bir Çerkese uygulanan kanatma metodu gözlemlendi. Hastanın alnındaki damarların şişmesini sağlamak için bir mendil boynuna sıkıca bağlandı, arkadaşı keskin bir aletle alnındaki damarlarda birkaç delik açtı. Sonra kanı durdurmak için boynundaki mendili alnındaki deliklerin üzerine bastırarak bağladı. Hastanın şikayetinin baş ağrısı olduğu öğrenildi.” (Jneps Gazetesi, Sanal, 2012:1) (Ek 13).

- Düşen birisinin щъарз дечай/ baş ağrısı olduğunda, Aze önce bir iple baş çevresini ölçüp, el hareketleriyle sorunlu olan bölgeyi bulup yerine oturtuncaya kadar ovalayarak ağrıyı geçirirdi. İple ölçümü tekrar yapıp düzeldiğine emin olduktan sonra hastayı gönderirdi (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Manda yağı başın üzerine konulur ve sızdırma yapmayacak şekilde sarılarak bir gece bekletilir (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).

- Patates dilimlenip tülbente yan yana dizilir alın ve Őakaklara sıkıca baēlanır, aērı dinene kadar birkaç saat aralıklarla işlem tekrarlanır (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Yeni sürmüş sēt kabuēu Őiēnenirse baş aērısına iyi gelir (Yılmaz, 2017:106).

#### **4.3.1.2.2. Baş Dönmesinin Tedavisi**

- Baş dönmesi nedeniyle dengesini kaybeden hasta, düz yere yatırılarak ayak baŐparmakları iple baēlanır, vücut hiÇ hareket ettirilmez, Baş önce 45 derecelik bir ağıyla saēa Őevrilir, biraz beklenerek eski yerine getirilir. Sonra aynı ağıyla sola Őevrilir ve tekrar düzeltilir. BaŐdnmesi geÇer (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).
- Sarmısak ve ayran iğilerek baş dönmesi durdurulur (Y.Doēan ile görüşme, 02.02.2018).

#### **4.3.1.2.3. Beyin Sarsıntısının Tedavisi**

Beyin sarsıntısı geÇiren hasta sabah ağken, kafası sıcak suyla yıkanır. Đ diş sarımsak ezilerek, bir parĐa tereyaēın iÇine karıştırılıp başa sürülür. Baş yn örtüyle sıkıca sarılır. Bu işlem 3 gün boyunca tekrarlanır (B.zbek ile görüşme 20.02.2018).

#### **4.3.1.3. Baēırsak Aērısının Tedavisi**

ArdıÇ meyvesi kaynatılarak suyu hastaya iÇirilir (Y.Doēan ile görüşme, 02.02.2018).

#### **4.3.1.4. Gz Aērısının Tedavisi**

- Kesilen büyükbaş hayvanın safra kesesini kesesi alınır iÇindeki safra bir Şişeye konularak serin ve karanlık bir yerde muhafaza edilir. Bu sıvı gözü

ağrıyan kişilerin göz kapağına yatarken sürülür. Fazlaca sürmek göz kapağının derisini tahriş ettiği için çok ince bir şekilde bu sıvı sürüldükten sonra hasta sırtüstü yatırılır ve ağrı geçene kadar bu tedaviye devam edilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).

- Koruk göz ağrılarına iyi gelir (Yılmaz, 2017:108).

#### **4.3.1.5. Kemik Ağrısının Tedavisi**

- Kemik ağrısını dindirmek için, çiğ yılan eti ağrılı bölgeye haricen konur (Yılmaz, 2017:97).
- Ayak ya da el parmaklarında kemik çıkması olduğunda sancıyı kesmek ve şişliği indirmek için , kokulu otun (ceviz büyüklüğünde üstü dikenli, kötü kokulu bir bitkidir) yaprakları koparılıp o bölgeye bağlanırdı. Bu işlem kemik çıkığı kaybolana kadar sürdürülürdü (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).

#### **4.3.1.6. Ma'ahı Tedavisi**

- Ma'ahı denen ve vücutta gezen ağrıya deva olacak ayetlerin olduğu muska yazılır (Teuv Aslan ile görüşme, 11.09.2018).
- ШкІЭплъ/ Şk'eplh, iki yılda bir yetişen, yaprakları pütürlü ve kırmızı siyah karışımı bir rengi olan yabani bir ottur. Çerkesler tarafından, bu bitkinin yaprakları demlenerek ağrıların hafiflemesi için hastalara içirilir, kökleri ise yemeğe renk katması için kullanılırdı. Türkçe adı bilinmiyor, İngilizce adı ise "Echium Rubrum Jack"tir (Dönmez, 2014:42, Барэсбий:1992,194).

#### **4.3.1.7. Bel Ağrısının Tedavisi**

Yeni sürmüş söğüt kabuğu çiğnenirse bel ağrısına iyi gelir (Yılmaz, 2017:106).

#### 4.3.1.8. Eklem Ağrılarının Tedavisi

- Asmanın taze dal ve yaprakları ısıtılarak eklem ağrılarına haricen uygulanması tedavi edicidir (Yılmaz, 2017:94).
- Patates püresi eklem ağrılarına iyi gelir (Yılmaz, 2017:105).
- Tuz ısıtılıp bez torbanın içine doldurularak ağrıyan bölgeye konur (Yılmaz, 2017:107).

#### 4.3.1.9. Karın Ağrılarının Tedavisi

- Karın ağrılarında, karın bölgesi kalın bir şalla bağlanarak, dereotu (kon, cedgın), maydanoz (konthurey), kuşburunu (hatsıbane), civanperçemi (konthureynepts) tohumları kaynatılarak suyu içilir (Шомахов, Sanal,2010:2).
- Hastaya, ısırgan otu (şıpsırane), beyaz marya( yajaşho), düğün çiçeği (kadabe), binbirdelikotu (ğojvudz) kökleri, yabani hindiba (faf'egın) kökünden sıkılmış suyu içirirlerdi (Шомахов, Sanal,2010:2).

#### 4.3.2. Akciğer Hastalıklarının Tedavisi

- Tüberküloz/Jen'vuz hastalığının tedavisinde, yağlı yiyecekleri içeren özel bir rejim uygulanırdı. Bu rejimde; ceviz, keçi yağı, kaz yağı, porsuk yağı ve ayı yağı, kurutulmuş porsuk eti ve kurutulmuş ayı eti, çiğ yumurta ve kükürt karışımı, kara ineğin sütü ile tereyağı karışımı, koyun ve kısrak sütü karışımı, haşlanmış et, ilkbahar ve sonbahar başında toplanmış çam ağacının yeni dalları ve reçinesi ile süt, iç yağı ve eşek sütü karışımı, kültür ve orman üzümünün meyveleri kullanılır (Шомахов, Sanal,2010:2).
- Tüberküloz/ Jen'vuz hastalığını iyileştirmek için porsuk, kış uykusuna dalmadan önce (çünkü o zaman hayvan en çok beslenmiş kış uykusunda ona yetecek kadar yağ stoku vardır) yakalanarak kızartılıp hastaya yedirilir (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Veremde yavru köpek kafası fırında yakılarak iyice kurutulur daha sonra bu kafatası dövülerek toz haline getirilir elde edilen bu toza bal ilave edilir. Ardından zeytin tanesi büyüklüğünde yuvarlak haplar oluşturularak bir gün

bekletilir ve hastaya yedilirdi (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).

- Verem hastalarına karatavuk yedirildiğinde iyileşeceğine inanılır (O.Halman ile görüşme, 12.03.2018).
- İltihaplı balgam tedavisinde hastaya, yumurta sarısı ile söğüt (dzet) ağacının kabuğundan yapılan kömür tozu karışımı verilirdi (Шомахов, Sanal,2010:2).
- The Lanset adlı medikal yayının 2 Eylül 1854 tarihli sayısı ve İngiltere’de çıkan The Colonist Gazetesinin 21 Aralık 1837 tarihli sayısında; Çerkesya’da ceviz ağacından elde edilen şekerin akciğer hastalıklarına ve halsizliğe iyi geldiği kanıtlanan bir işlemde bahsedilmektedir:  
 “Ağacın gövdesine ilkbaharda bir delik açılıp ağacın özsuğunu çıkartıyorlar ve onun koyulaşmasından sonra bunu ilaç olarak kullanıyorlar” (Jineps Gazetesi, Sanal,2012:1).
- Üst solunum yolu hastalıklarında; dev pelemir otunun (Bjaniko) dallarından kaynatılmış suyu içirilir ve hasta terletilir. Bu amaçla hastaya kaynatılmış ıhlamur (bziyuh) çiçeği suyu, kaynatılmış kuşüzümü (Saney) yaprağı suyu, kaynatılmış böğürtlen (marakuaptse) meyvesi ve köklerinin suyu, kaynatılmış karadiken (Pijey) köklerinin suyu ve kaynatılmış şahin otu (guaşer’u) suyu içirilirdi. Ayrıca mera çobanları Kafkasya Ormangülü (Ağurtsey) yapraklarından çay hazırlardı (Шомахов, Sanal,2010:2).
- Keskin dağ rüzgarlarını soluyanlar zatüreye yakalanır. Hastayı iyileştirmek için vücutta bıçakla yara açılarak, gerektiği kadar uzun süreli kan akıtılır (Клемм, 2015:56).
- Akciğerlerini üşütenler ve tüberküloz hastalarının tedavisi için, sadece malt ile yapılmış maksime içirilir. Bu şekilde yapılmış Maksime aynı zamanda cildi besler, kanı temizler ve kilo vermeye yardımcı olur (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Üşütmede peynir suyu ile tuzsuz kaymak karışımı, ya da yabani sarımsak (kaler) ile peynir suyu karışımı kaynatılarak hastaya içirilir (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Çocuk üşüttüğü zaman ciğerleri dolarsa öksürürse, ciğerlerini temizlemek için keçinin yağını eritip çocuğun sırtına sürülür ve çocuk giydirilip yatırılır. Yağ çocuğu terletir ve iyileştirir (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).

- Ş'gaçeş/ Damar otunun yaprağı (EK 14), ayva yaprağı, malta eriğı, nane kaynatılarak yapılan ilaç öksürük ve balgama iyi geliyor (V.Eroğlu ile görüşme, 29.03.2018).
- Balgam söktürücü olarak Çuha çiçeğın (şeytantlako) köklerinin ya da kurutulmuş sinir otunun kaynatılarak hastaya içirilir (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Adıgeler öksürük için meşe üzerinde yetişen yapraklı ökse otu kullanmayı tercih eder. Ökse otunun genç dalları sonbahar veya kış sonunda toplanır, kurutulur ve kuru bir yerde saklanır. Çay şeklinde demlenmiş ökse otu yaprakları, öksürük ilacı olarak verilir (Тхагапсова, Sanal, 2019:3).
- Bal ile sülün yağında pişirilen helvanın, balgamı söktürerek akciğerleri temizlediğı bilinmektedir (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Balgam söktürücü olarak hastaya, yağlı keklığın kaynatıldığı süt içirilir. Ayrıca haşlanmış keklık eti ve suyu da yararlıdır (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Astım için eşit oranda sinirli ot- kekik karışımı kullanılarak çay hazırlanır. Bu çay, bildiğimiz bitki çayları gibi hazırlanabilir. Sinirli ot çayı kaynatılmadan mümkünse ılık su ile demlenmelidir. Etkisini bir kaç gün içinde balgam söktürerek ve vücutta genel bir rahatlama sağlayarak gösterir (O.Halman ile görüşme, 12.03.2018).
- Nefes darlığına karşı kokulu otun beyaz renkli çiçeğı toplanarak güneşte iyice kurutulur. Sigara gibi sarılarak içildiğinde nefes darlığına karşı iyi gelir (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Abaza otu, tarlalarda yetiştirilerek arılar salınır. Buradan alınan bal, nefes darlığına iyi gelir (Bırsır Jantemir ile görüşme, 11.01.2018).
- Nefes darlığı çeken hastaya, tavuk haşlanarak yağlı suyu içirilir (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Öksürük (p'sçe) ve ses kısıklığı (makır yiçaş) belirtileri olan üşütmede; göğsü yumuşatmak için, keçi yağı ya da tereyağı sütün içine karıştırılarak hastaya içirilir. Keçi yağı göğüs kısmına sürülür, hastayı yatırılıp iyice örtülür (Шомахов, Sanal, 2010:2).
- Aşırı öksürük krizinde at eti yedirilir ve at yağı göğüs kısmına sürüp hastanın sıcak kalması sağlanır (Шомахов, Sanal,2010:2).



### 4.3.3. Ateşli Hastalıkların Tedavisi

- Çeşitli ateşli hastalıkları iyileştirmek için hastalar, eski mezarlıklarda büyü ile tedavi edilir (Şovalye Taitbout De Marigny, 1996:85).
- Kardan önce çıkan Zerice bitkisi ilk kar yağdığı zaman toplanıp kaynatmadan, çiğ olarak şekerle ezilerek kavanozlarda dolapta saklanır. Hastalıktan korumak için ya da hasta olduktan sonra ateşi düşürmek için çocuklara sıcak suyla sulandırarak verilir (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Mamqutey/ahududu bitkisi çiğ olarak şekerle ezilip kavanozda saklanır. Özellikle boğaz hastalıklarında ateşi düşürmek ve terletmek için sıcak suyla sulandırarak hastaya verilir (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Bebekler ateşlendiğinde; keçi yağı ateşte yumuşatılarak boynuna, koltuk altına ayak altına sürülerek ateşi düşürülür (Bırsır Jantemir ile görüşme, 11.01.2018).
- Şhomç/ kestanenin kabuğu suda kaynatılarak yapılan çayı ateş düşürücüdür (Yılmaz, 2017:102).

### 4.3.4. Cilt Hastalıklarının Tedavisi

#### 4.3.4.1. Döküntüler

- Cildinde streten kaynaklı döküntü olan birine ne olduğu söylenmeden köstebek ya da fare eti yedirilir. Yedirdikten sonra ne yediği söylediğinde, midesi bulanana hasta içindeki rahatsızlığı safra olarak çıkartarak şifalanır (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Vücutta semik denilen alerjik döküntüler olduğunda, döküntülerin üzerine deniz suyu içmiş birisinin tükürüğü sürülürse döküntünün geçeceğine inanılırdı (Ş.İyigün ile görüşme, 21.02.2019).
- Liken (dzamiha) tedavisi için; meşe ağacının kabuğu (jıgey), ardıç (kueradere), cermica, hanımeli (antıra) yaprakları ve çiçekleri, titrek kavak suyu (pkhaşabe), bidens (çarına) ve mührüsüleyman kökü karışımı, kartopu

ağacının meyvesi (zarıcey), yanmış kağıdın külleri ve ondan ayrılan yağlı sıvı kullanılırdı. Yaralı cilt kısmına ise tavuk safrası ve tam olgunlaşmamış mısırın suyu (nartihu) sürülürdü. Bunun yanısıra bazen yumurta sarısının da eklendiği çam katranı sürülürdü (Шомахов, Sanal,2010:1).

- Haziran ayında toplanan dağ otları beyaz bez torbada bekletilerek korunur; döküntünün türüne göre yoğurt ya da tereyağıyla karıştırılıp krem yapılır ve döküntülü bölgelere sürülürdü (Teuv Aslan ile görüşme, 11.09.2018).
- Isırgan otunu lapa yapıp döküntü olan yerlere sürülür, ayrıca saç dökülmelerinde de uygulanır (V.Eroğlu ile görüşme, 29.03.2018).
- Cilt döküntülerine kaz yağı sürülürdü (L. Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Ardıç katranı cilt hastalıklarında kullanılır (Yılmaz, 2017:94)
- Kaynağacının kabukları suda kaynatılarak elde edilen su ciltteki lekeleri ve çilleri giderir (Yılmaz, 2017:102).
- Deride kaşıntı nedeniyle olan pullanma için, tereyağının içine ufak yapraklı Pı'ıjin otu karıştırılarak, pullanmış bölgelere sürülürdü (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Isırgan otunu yine tereyağına karıştırıp krem yaparsan deriye iyi geliyordu hayvana da yaparlardı at'dır inekdir onlara da yaparlardı (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Çerkesler ş'çifaşhe/ uyuz hastalığını geçirmek için; kömür, ekşi süt ve kükürt karışımı, ekşi süt ve şap karışımı, şap ve sabun karışımı, yağ ve kükürt karışımı ile ceviz ağacının tuzlanmış külünü hastalığın olduğu bölgelere uygularlardı (Шомахов, Sanal,2010:1).
- Uyuz hastalığında şifalı ılık su kaynağının içine kül ekleyip banyo yapılır (Шомахов, Sanal,2010:1).
- Tavuk gübresi ve tuzlanmış kepek karışımı ile yapılmış merhem uyuz hastalığının iyileştirirdi (Шомахов, Sanal,2010:1).
- Bebekler isilik olduğunda ya da başlarında kepeklenme olduğunda; Хьаджрэт Уц/ Mehdi otunun kökü kaynayan yağın içine atılarak, yağ pembe renk alıncaya kadar kaynatılır. Karışım soğuyup katılaştıktan sonra sorunlu bölgelere sürülür (Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).

- Çocukların cilt hastalıklarında un, kurutulmuş sinir otu (f'aruy tha'pa) ve eritilmiş tereyağı kükürtle karıştırılarak merhem kıvamına getirilip kullanılırdı (IIIomaxov, Sanal,2010:1).

#### 4.3.4.2. Egzama

- Kantaron otu ve çam sakızı ezilir ardından tereyağına karıştırılarak krem haline getirilir. Elde edilen bu krem yaraya sürülür (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).
- Kabuklu egzama türlerde sarımsak (bjınıhu) ve unutmabeni çiçeği kaynatması (k'ruhugu) kullanılırdı (IIIomaxov, Sanal,2010:1).
- Egzama olan bölgeye dıva/ sülük konulur (K.Yılmaz ile görüşme 13.04.2018, M.Sarı ile görüşme 11.04.2019).
- Eldeki egzamanın üzerine göztaşı sürüldüğünde o yaralar göz göz olup iyileşir (Ş.Demir ile görüşme 30.03.2018).
- Kuru egzamada, sinekler ezildikten sonra, egzama olan bölgeye sürülerek deri tedavi edilirdi (IIIomaxov, Sanal,2010:1).
- 1835-1838 yıllarında Batı Kafkasya'da bulunan Rus subayı Feodor Feodoroviç Tornau; anılarını anlattığı kitabında, cilt hastalıklarından nasıl korunduğundan bahsetmiştir:  
 “Zemininde tahta olmayan evler, doğuda olan sıcak banyonun burada olmayışı, sağlıksız az yemek sıradan Çerkeslerde çok sık görülen iğrenç deri hastalığına da sebep oluyordu.  
 Bu hastalık ve pislikten korunmak için haşlanmış tütün suyunu ellerime ve bedenimin her yerine sürüyordum. Uyuz hastalığını, cüzzam hastalığını ve bunlardan ayrı olarak diğerlerini de gördüm. Çocukların omuz ve boyunlarında balık derisi gibi kalınlaşmış yara ve kabukları görüyordum” (Tornau, 1999:181).
- Nisan ayında merada yeşil otlarla beslenen sığırın yeni dışkıları üzerinde biriken sıvı, birçok cilt hastalığının tedavisinde haricen kullanılmaktaydı (Yılmaz, 2017:106).
- Şcapsıps/ egzama tedavisi için, yaygın olarak katran ve güvercin gübresinden hazırlanan merhem kullanılırdı. Ayrıca ballı inek safrası, toz, kükürt ve eritilmiş tereyağından oluşan karışıma; yumurta sarısı, kurum, sirke ve bakır tozu, yanmış arpa (harpa), hint sümbülü köklerinin kaynatılmış suyu ya da

hint sümbülü köklerinin ezmesi eklenecek mehem yapılır ve hastalıklı bölgeye sürülürdü (Шомахов, Sanal,2010:1).

- Zemihe/egzama deniz suyu içmiş birisine okutup üfletilip daire içine alınıp çevrilirdi (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Islak egzama türlerinde, nehir taşlarında biriken yosunları yağ ve tuz ile kaynatıp, cildin ıslak yüzeyine uygulanırdı (Шомахов, Sanal,2010:1).

#### 4.3.4.3. Ala Hastalığı

Manda yağı hafif tuzlanarak hastaya yedirilir (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

#### 4.3.4.4. Siğil

- Tar'quaf (yeşil yapraklı bitki) bir bezle Hamzırayçe guraf(Siğil) üzerine koyulup dua edildikten sonra, bez toprağa gömülür. Bir hafta içinde siğil kaybolur (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Hamışkal/siğil üzerine dua okunarak etrafına dal parçasıyla çember çizilir (Ş.Demir ile görüşme, 30.03.2018).
- İncir ağacının yaş dalları kırıldığında akan sütümsü sıvınsır ve siğillere sürülürse tedavi eder (Yılmaz, 2017:100).
- Siğillerin üzerine üç kere ihlas bir kere fatiha duası okunarak, bir kutunun içine siğil sayısı kadar arpa ya da iğde dalı konur. Yanlış uygulanırsa siğiller yok olacağına daha da artar (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).
- кѡамЫч/ siğil sayısı kadar siğil duası okunarak, her okuma sonrası yorgan ipine düğüm atılır. Dua bittikten sonra ip siğillerin üzerine sürülür, hastaya ipi su kenarında bir yere gömüp direkt eve gelerek eşiği geçene kadar arkasına bakmaması söylenir.

Üç gün sonra kaşınmayla beraber siğiller dökülmeye başlar. Tekrarlanmaması için üç kez İhlas ve bir kez Fatiha suresi okunur (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

#### 4.3.4.5. Cilt Kuruluğu

- Cildin yumuşaması için eller şejips/ peynir suyunun içinde tutulurdu. Ayrıca saçların parlak olması için yıkadıktan sonra peynir suyuyla durulanırdı (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Ciltte kuruluğu önlemek, yüzü hava şartlarından korumak ve cildi beslemek için maksimumun dibine çöken tortusu yüze maske olarak uygulanır (O.Halman ile görüşme,12.03.2018).
- Huş ağacının kömürü haşlandıktan sonra cilt ovulurdu. İşlemin sonucunda cilt sertleşir ve kalınlaşırdı. Daha sonra cildi yumuşatmak için taze yağ sürüyorlardı (Шоматов, Sanal,2010:1).

#### 4.3.4.6. Vitiligo

Buğday tarlalarının kenarlarında sınırlarına yakın, hafif nemli olan yerlerde yetişen asidik özellikli ř'hun otu (EK 15) (Türkçe adı bilinmiyor), tohuma dönmeden önce Nisan ayının son haftası ile Haziran ayının birinci haftasına kadar toplanır. Bir tutamı havanda ezilip lapa haline getirilerek yüzdeki belirlenen bölgeye sürülür. Sürülen lapa, cilde iğne gibi batmaya başladığı anda lapa ciltten temizlenir. (Eğer hastanın yaraları geç iyileşiyorsa bu tedavi kesinlikle uygulanmaz.)

Temizlenen bölgeye tha'goş/efelek otu (EK 16) konur. Tha'goş yüzde kuruduktan sonra, o bölgeden iltihap akar. Akıntı bitene kadar tha'goş kullanılır. Bu yöntem bir kez uygulanır ve dört ay içinde iyileşme sağlanır (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

#### 4.3.4.7. Çıban Tedavisi

- Isırgan otu yaranın üzerine konup bir gece bekletilerek içindeki iltihabın dışarı akması sağlanır (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).
- Lokum ince tabaka haline getirilip çıbanın üzerine konur ve bekletilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Soğan kaynatılıp çıbanın üzerine sıcakken sarılıp soğanın o irini çekmesi

beklenirdi (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).

- Soğan dilim halinde çıban üzerine konulup bekletilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Sarımsak ve karanfil ezmesi karıştırılıp çıbanın üzerine konur ve kuruyana kadar bekletilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Şark çıbanı denilen hastalıkta önce soğanı pişirilip yumuşatıldıktan sonra çıbanın üzerine konur ve içindeki irini çektirilirdi. Bu işlem soğan yerine katranla da uygulanırdı (S.Çapar ile görüşme, 04.05.2018).
- Şığaoep otu/ hava civa otu, belli bir sıcaklıkta bal mumu eritilir, temiz bir bezin üstüne yayılır, pres halinde dondurulur, avuç içi büyüklüğünde kesilerek muhafaza edilir ve çıbanın üzerine konur. Bu yöntemde şehude denir (A.Yıldız ile görüşme, 21.03.2018).
- Kabağın etli kısmı pişirilip çıbanın üzerine sürülür (Yılmaz, 2017:101).
- Etyapan otunun (EK 17) her mevsimde yeşil olan yaprakları toplanarak havanda veya sert bir zeminde, hiçbir katkı yapılmadan tereyağı kıvamına getirilir. Çıbanın içindeki irin boşaltıldıktan sonra, çıbanın ağzı açık yara halindeyken, dış deri eski haline gelene kadar yara üzerine sarılır (C.Soycan ile görüşme, 23.02.2019).
- Habzegü otu iyileşene kadar çıbanın üzerine kapatılır. (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Пырамыбжъ/ Kara mürver ağacının (Хьэкъун, 1992: 147) yaprakları sütle kaynatılarak büyük çıbanların üzerine sarılır (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### **4.3.4.8. Çiçek Hastalığı**

- Adıgeler 6 aylık bebekleri çiçek hastalığına karşı aşısı yaparlardı. Vücutun üç yerinde göbek deliğinin yanında, sağ avucun içinde ve parmakların arasındaki sol ayağının üzerinde delme yapılarıydı. Aşılanmış bebeklerin vücudun alt yarısı taze keçi derisine sarılırdı. Isı etkisi altında sivilceler, üst kısımlara ve yüze dokunmadan hemen hemen sadece vücudun alt kısmında ortaya çıkardı. Yine diğer bir yöntem de; sert dikenli hasta olmuş çocuğun bir

yerine batırıp; dikenle daha sonra hasta olmayan çocuğun parmağındaki etle tırnak arasına batırarak aşı yapıyordu (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).

- İngiliz cerrah John Cook ta, Adigeler çocukları çiçek hastalığı ile enfekte ederler ve hasta çocuğa bir hediye gönderirlerdi. Bu hediyenin, çocuğa yardım ettiğine ve tedavinin başarılı olmasına yardım ettiğine inanırlardı. Bu hediye pamuklu bezle sarılır, beze bir parça kurşun bağlanarak hasta çocuğun koltuk altlarına konurdu. Çiçek bozuğunun kuruyup düşmesine kadar kurşunlu bez hasta çocuğun koltuk altlarında 3-4 gün kalırdı. Sonra bu düşen çiçek bozuğu kapalı bir kaptan, enfekte edilecek başka bir çocuğa götürülürdü ve aynı şekilde çocuğun koltuk altlarına bağlanırdı (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### **4.3.4.9. Dermatit**

Adıgece adı Цэмыхыр olan Dermatit için, eller yıkandıktan sonra, penceredeki buğulanma sonucu oluşan birikinti parmak uçlarıyla toplanarak dermatitli bölgeye sürülür (Z.Dzıbova ile görüşme 27.02.2018; Ş.İyigün ile görüşme 21.02.2019).

#### **4.3.4.10. Kaşıntı**

- Fafe denilen cilt hastalığı kaşıntıya neden olur. Apse şeklinde şiddetli de olabilir. İnek tereyağı pılıjın bitkisi köküyle (bazı bölgelerde şikepl denir), kızgın ateşte tavada eritilir ve hakiki balla karıştırıp krem haline getirilerek hastalıklı bölgelere uygulanır (A.Yıldız ile görüşme, 21.03.2018).
- Goşe ape denen bitki, kır nanesi ve şehude/ bal mumu iyice yoğurulup misket gibi yuvarlanarak tablet şekline getirilir. Bu tabletler közün üstüne atılarak, dumanında hasta vücuduna tütsü yapar (A.Yıldız ile görüşme, 21.03.2018).
- Kaşıntıdan kurtulmak için, vücut kaynatılmış yonca (thampiş) suyu ile veya karga gözünün (inbır) suyu ile yıkanır ve ayrıca hastaya atkuyruğu (cadupaşçe) suyu ya da sadece temiz suda banyo yaptırılırdı. Cilt kaşıntısını gidermek için bal ve karanfil ağacının (şecenıpl, şecenıgo) karışımı da

kullanılırdı (Шомахов, Sanal,2010:1).

#### 4.3.4.11. Dolama

- Dolama olan parmak közlenen soğanın içine sokularak bir gece bekletildiğinde sabah irinin aktığı görülür (Ş.Demir ile görüşme 30.03.2018, Y.Doğan ile görüşme 02.02.2018).
- Dolama olan kol, önce iple sıkıca bağlanır, Dere kenarlarında serin yerlerde yetişen Wuıtzıdıj/ tatala otu/ acı otun yeşil yaprakları, dalı, meyvesi, kökü dahil kaynatılıp soğumaya bırakılır. Dayanılabılır sıcaklık derecesine gelince dolamanın olduğu kol dolamanın bitiminde iple sarılarak parmak bu suya batırılır-çıkarılır. Bu işlemden sonra dolama olan bölgede yeni temiz deri ve tırnak çıkar, hastalık tamamen sona erer (K.Yılmaz ile görüşme,13.04.2018).
- Soğan közde ısıtılıp yumuşatılır. Katlarından açılır ve hastalıklı ve iltihaplı yere bezle sarılır. İltihapların akıttığı ve yaranın kuruyup iyi olduğu görülene kadar işlem tekrarlanır (H.Turan ile görüşme 28.01.2018, S.Yamaç ile görüşme 20.12.2017).

#### 4.3.4.12. Saçkıran

- Dişi Katran ve kırmızıbiber karışımı, akşamdan saçkıran olan bölgeye sürülür, sabaha kadar bekletilirdi, ertesi gün, katran sürülen bölge, tereyağ sürülerek bir süre bekletilir ve sabunla yıkanır, aynı uygulama bir duruma göreme 3-4 gün, bazen bir hafta uygulanırdı (O.Berk ile görüşme, 20.03.2018).
- Tavuk dışkısı ısıtılarak lapa haline getirilir ve saçkıran olan kabuklu ve irinli bölgeye kalın bir tabaka halinde sürülür. Üstüne bezle bağlanarak bir gece kapalı tutulur. Sabaha kadar iltihap kurur ve kabuk şapka gibi düşer. Kalan saçlar da dökülür ve sadece kırmızı yara halinde kafaderisi kalır.

İnek sütünden yapılan tereyağının içine, nivaşko/göv taşı ve şigenipş konarak yavaş yavaş eritilip merhem yapılır. Bu merhem kafa derisindeki yara iyileşinceye kadar sürülür. Yara iyileştikten sonra Xaspane/itburnu



otunun köklerinin ince ve taze olanları kazılarak topraktan çıkarılır. Temizlendikten sonra bir tencere suyun içinde, su bir avuç kalana kadar kaynatılır. Kırmızı rengi alan bu karışım, başka bir taba alınıp biraz daha kaynatılarak yoğunlaştırılır.

Tavuğun iki-üç tüyü birbirine bağlanarak, sözkonusu karışım bu tüylerle el değirmeden saçsız bölgeye sürülür. İlaç bitene kadar, sabah akşam bir kez sürülerek işlem tekrarlanır. Kısa süre sonra kafada saç gür şekilde çıkar (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).

- Çeşitli dağ otları karışımıyla lapa yapılarak saçkıran olan bölgeye sürülür. Kuruması beklenerek yıkanmaz. Yaralar dökülene kadar bu işlem tekrarlanır ve kesinlikle el değdirilmez (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Isırgan otu lapa olarak saçkıran olan bölgeye sürülür (V.Eroğlu ile görüşme, 29.03.2018).
- Kabuklu saçkıranın tedavisi için kafayı iyice su ile yıkar, tüm apseleri çıkarılır ve eritilmiş tereyağı ile kezzap karışımı sürülürdü (Шомахов, Sanal, 2010:1).

#### 4.3.4.13. Yanıklar

- Yanık üzerine tabaka halinde yumurta akı sürülerek, iyileşene kadar tekrarlanır. İşlem süresince yanığın üzeri kesinlikle kapatılmaz (G.Besler ile görüşme, 08.02.2018).
- Yanıkların tedavisinde bal kullanılır (Yılmaz, 2017:95).
- Kaz yağı kaynatılıp tekrar dondurulduktan sonra muhafaza edilir, yanık iyileşinceye kadar her gün sürülür (H.Turan ile görüşme 28.01.2018, Yılmaz, 2017:102).
- Пырамыбжъ/ Kara mürver ağacının yaprakları sütle kaynatılarak yanık bölgenin üzerine kapatılır (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).
- Etyapan otunun her mevsimde yeşil olan yaprakları toplanarak havanda veya sert bir zeminde, hiçbir katkı yapılmadan tereyağı kıvamına getirilir. Yanık bölge temizlendikten sonra, günde bir kez ince bir tabaka halinde üzerine kapatılarak üzeri kapatılır. Yanık izi kalmadan yara iyileşir (C.Soycan ile

görüşme, 23.02.2019).

- Yumurta bakır kapta kaynatılarak yanıkların üzerine sürülür (Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).
- Çiğ patates rendelenerek yanıkların üzerine konulur (Yılmaz, 2017:105).
- Böceklerin evdeki kiriş ve mertekleri yiyerek ürettikleri tahta tozu yanık üzerine serpilir (G.Besler ile görüşme, 10.09.2018).

#### 4.3.5. Göz Hastalıklarının Tedavisi

##### 4.3.5.1. Göz İltihabı

- İltihabı geçirmek için, ahududu çiçeği, unutmabeni kök (kırühugu), peygamberçiçeği (bjendehupej) ve yınbır otu kaynatılarak elde edilen su ile gözler yıkanır (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- İltihaplı göze erkek çocuk doğurmuş kadınların anne sütü damlatılır (Z.Dzibova ile görüşme, 27.02.2018).
- Kuş kirazı ağacı (çipt'sapşhape) ve dededikeni yapraklarının karışımından hazırlanan sıvı kullanılır (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- Bal, protein ve şap, yılan yağı, şeker ve yanmış yun karışımından ilaç hazırlarlardı (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- Yağmurdan sonra topraktan toplanan solucanlar önce suda bekletilir, sonra tertemiz olana kadar yıkanır. Temiz bir kaba konarak üstüne şeker dökülüp solucanlar salgısını bırakana kadar bekletilir. Bu şeffaf jel göze damlatılarak iltahap kurutulurdu (Teuv Aslan ile görüşme, 27.02.2018).
- Göz iltihabını kurutmak için; ebeğümeci (khueivudz) yaprakları ve yumurta akı ezmesinden yapılmış ilaç uygulanırdı (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- Koyunun ya da alabalığın kurutulmuş safrası suyla karıştırılıp iltihaplı yere sürülür (IIIomaxov, Sanal,2010:2).

#### 4.3.5.2. Nekııuf/ Katarakt

- Saç teli yıkanıp steril hale getirildikten sonra, saç teliyle katarakt çizilerek alınır (Ş.İyigün ile görüşme, 21.02.2019).
- Beyaz salyangoz kabuğu dövülerek toz haline getirilir. Elde edilen bu toz kataraktlı göze dökülür ve kataraktın yırtılması sağlanır (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).
- Ak üvez yapraklarının suyu kataraktlı göze damlatılarak at teli ile katarakt kesilip alınır (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.5.3. Arpacık

- Arpacık göz kapağında oluşursa, apseli yere ekmek ya da hamur parçası koyulur, daha sonra o parçayı köpeğe yedirirlerdi (Шомахов, Sanal,2010:2).
- Arpacık çıkan gözün iç kısmına anne sütünden damlatılır (Z.Günhan ile görüşme, 30.03.2018).
- Arpacık için tedavi edici duaların yazdığı muska hazırlanırdı (Teuv Aslan ile görüşme, 11.09.2018).
- Arpacık için Adıgelerin sihirli tedavi yöntemi de vardır. Naç'eguu olan hastalığın ismini değiştirip Kuaje'guu (kuaje – köy, guu – boğa) ismini takarak hastalığın ruhunu aldatacaklarına inanırlardı.

“Naç'eguu dersin gözün etrafını dolaşır, Kuaje'guu dersin tüm köyü dolaşamayacağım deyip vazgeçer gider” derlerdi (Шомахов, Sanal,2010:2).

#### 4.3.5.4. Göz Kurtları

Mezar otu meyvası közün içine dökülerek çıkardığı dumana hasta gözleri açık şekilde bakar, böylelikle çıkan dumanla kurtçukların dökülmesi sağlanırdı (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).

#### 4.3.5.5. Görme Bozuklukları

Görüşü iyileştirmek için;

- kuşüzümü ile bal karışımı yenir,
- tam pişmemiş ciğer tüketilir,
- şahinotu (guaşeşçi'u) ve müge (kalerdegu) çiçeği kaynatılarak suyu içilir (Шомахов, Sanal, 2010:1).

#### 4.3.5.6. Gözden Yabancı Cisim Çıkarılması

- Dil ile gözün içindeki yabancı cisime ulaşarak mekanik temizleme yapıldıktan sonra tükürük verilerek sterilizasyon sağlanır (Z.Günhan ile görüşme, 30.03.2018).
- Kızılıcık (zeyi) suyu ve at kuyruğu (cedupaşçe) otunun suyu göze damlatılır (Шомахов, Sanal,2010:2).

#### 4.3.6. İç Hastalıklarının Tedavisi

##### 4.3.6.1. Mide Rahatsızlıklarının Tedavisi

- C'ariko/ yer elması çiğ olarak yendiğinde hazımsızlığı giderir (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Kazmaq/deniz dikenini bitkisi toplanıp yıkanır. İyice ezildikten sonra çıkan suyu içilir (L.Gogunokova ile görüşme,12.04.2018).
- Ş'ejips/peynir suyu içildiğinde mide rahatsızlığını geçirmektedir (L.Gogunokova ile görüşme,12.04.2018).
- Kırmızı renkli olan Пльыисъ (Türkçe adı bilinmiyor) otunun; kökleri kaynatılarak yumuşatılır ve eritilmiş tuzsuz tereyağının içine karıştırılır. Yağ kırmızı renk alıncaya kadar bekletilir. Aç karna yenildiğinde mide ağrılarında iyi gelir (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).
- Karden Wutz otu gölgede kurutulup iki ay süreyle her sabah aç karnına içilir (Ö.Demirci ile görüşme, 07.05.2018).

- Çetiğının yaprakları yeşilken toplanıp gölgede kurutulur, ufalanıp un haline getirilerek Çerkes tuzunun içine katılır. Mide yanmalarına iyi gelir. “Çerkes Poyu” da denir (Yılmaz, 2017:97)
- Et çıkartan ot tazeyken kaynatılıp içildiğinde bütün mide ağrılarına iyi gelir (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Karden wutz kaynatılıp suyu sabaha kadar bekletilir. Bir gece dinlendirilen sudan her gün bir bardak içildiğinde mide ağrısı yok olur (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Gastrik mide hastalıklarında hastaya, kaynatılan sinir otunun suyu, kıyılmış andız otunun köklerinin sıvısı, sarımsaklı tuz, sarımsak, sarımsaklı yoğurt, ezilmiş şalgamı (andag'ure), ekşi süt ve tuz karışımı verilir. Sarımsak sütle ve tuzla ya da şap ve tuzla içilirdi (Шомахов, Sanal, 2010:3).

#### **4.3.6.2. Safra Taşının Tedavisi**

- Adıgeler safra taşının kiskanç, kötü insanlarda olduğuna ve taşın çıkarılarak hem bedenin hem de ruhun temizlenmesi gerektiğini düşünürlerdi. Bunun için, iki ateş yakılır ve o iki ateşin ortasına o insan oturtulur; sıcaklığın ekisiyle midesi bulanıp kusmaya başlar, kustukça da hem ruhu hem bedeninin iyileştiği düşünülür (L.Gogunokova ile görüşme,12.04.2018).
- Turp safra taşlarını düşürülmesinde faydalıdır (Yılmaz, 2017:107).

#### **4.3.6.3. Böbrek Rahatsızlıklarının, İdrar Yolları Rahatsızlıklarının Tedavisi**

- Nartukthasş/ mısır püskülü kaynatılıp suyu içilir (L.Gogunokova ile görüşme,12.04.2018).
- Defne yaprağı kaynatılıp suyu içildiğinde böbrek taşını düşürür (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Ayrikotu mesanedeki taş ve kumları düşürür (Yılmaz, 2017:93).

- Hatsibane şe'ey/ yabani gülün yaprağı dökülünce kalan tohumu kaynatılıp içildiğinde böbrek rahatsızlıklarına iyi gelir (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Asmanın budanmasından hemen sonra budanan yerlerinde biriken damlalar bir fincanda biriktirilip içildiğinde böbrek taşı düşürür (Yılmaz, 2017:94).
- Büyük baş hayvanın safra kesesi alınır içindeki sıvı bir şişeye konularak serin ve karanlık bir yerde muhafaza edilir. Safra sıvısının böbreklerdeki taş ve kuma iyi geldiği düşünülür ve bu tip ağrısı olanlara bu sıvı içirilir. İğrenç bir tadı olan safra sıvısı bal ile karıştırılarak hastaya verilir ve bu karışım böbreklerdeki taş ve kumu eritir (H.Turan ile görüşme 28.01.2018, Yılmaz, 2017:105).

#### **4.3.6.4. Sıtmanın Tedavisi**

- Miye/Yaban ekşi elması marmelatı yapıp hastaya yedirilirdi (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).
- Söğüt ağacının kabuğunu alıp çiğ ve taze olarak ezerek, çıkan suyu hastaya içirilir (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Soylu birinin mezarına gidilip, izin isteyerek bir avuç mezar toprağı alınır. Toprak kimseye göstermeden beyaz bir beze sarıp eve getirilir. Hasta sıtmadan kurtulunca, toprak tekrar geri götürülür (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### **4.3.6.5. Guatr Tedavisi**

Ham ceviz çiğnenmeden günde iki tane yutulduğunda guatr hastalığını geçirir (L.Gogunokova ile görüşme,12.04.2018).

#### **4.3.6.6. Uurlar**

Ade/Uurların tedavisini bu konuda uzman şifacılar yapardı. Erkeklerdeki uurları adehyu, kadınlardaki uurları adebzı olarak adlandırır ve bunların tedavisinde özel taşlar kullanırlardı (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.6.7. Parmak Kurdu

Панарица Шхэ denilen; parmakları kemiren bir kurt türü olup, bir tür bitki ile tedavi edilirdi. Kaygan karakterli olan bu bitki toplandıktan sonra iyice yıkanıp, yaprakları karıştırılmadan, sapları ve kökü kaynatılırdı. Hasta parmak direkt suya batırılmaz, alışması için önce buharına tutulur sonra suya batırılırdı. Bir süre suda bekletilen parmağın derisi yumuşadığında, deve dikenini (Удыпанэ) ile delinerek, cerahat dışarı akıtılırdı. Parmak iyileşene kadar, suda tutma işlemine devam edilirdi. (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.6.8. Tansiyonun Tedavisi

- Tansiyon çıktığında; Flağo denilen, büyük bir dikiş iğnesi kadar, yassı formda gümüşden yapılmış aletle kan akıtılarak tansiyonun düşmesini sağlıyorlardı (Ş.İyigün ile görüşme,15.09.2018). (EK 18).

Çift taraflı flağoda ise mafsalla birbirine bağlanmış, biri daha büyük olan 2 adet sivri uçlu alet bulunurdu, büyük olan flağo atlardan kan almak için kullanılırdı. Aze, kan akıtılacak yeri belirledikten sonra, bir eliyle flağoyu sabitleyip, diğer eliyle tuttuğu bir dal parçasını yay gibi çekip bırakınca flağonun sivri ucu belirlenen yeri delip kan akıtılmasını sağlardı ya da aynı işlemi eliyle vurarak ta yapabiliyordu (C.Devrim ile görüşme, 15.12.2017).

Osmanlı Devleti'nin ilk Kafkasya Valisi Ferruh Ali Paşa'nın katibi Haşım Efendi hatıralarını yazdığı kitabında, Kafkasya'nın durumuyla ilgili endişe ve üzüntüden hastalanan Ali Paşa'nın, öleceğini anlayıp, gelen ziyaretçileri karşılayabilmek için kan aldırarak istediğinden şöyle bahsetmiştir:

“Ali Paşa türbesinin inşaatını bitirdikten sonra; geceleri türbesinde ibadet ederek, gündüzleri devlet işleriyle meşgul olarak böylece kırk gün geçti..... Kırk gün sonra, bir sabah evinden çıkıp adamlarına: ' Artık vakit yakındır, hasta olarak aranızda birkaç gün daha misafir kalacağım, dostlar ve yakınlarımız gelir ziyaret ederler.' diyerek hafiflemek için, cerrahın gelerek bir miktar kan almasını emretti. Gelen cerrah üç kere neşter vurduysa da kan çıkmadı, Ali Paşa adet yeri buldu diye cerrahı savdı.” (Güneş, 1969:173).

- ХъамышхъунтI/ Alıç'ın olgunlaşan meyveleri kaynatılarak, günde 2-3 kaşık içildiğinde tansiyonu düzenler, kalp ağrısına da iyi gelir (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.6.9. Ödemin Giderilmesi

Пырамыбжъ/ Kara mürver ağacının olgunlaşan meyveleri kaynatılarak, günde 3 defa içildiğinde, vücuttaki su birikimini önleyerek ödemi indirir (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.6.10. Sıtmanın Tedavisi

Balkabağının çekirdeklerinin etrafındaki yumuşak iplikimsi doku, çekirdeklerden ayrılarak suya koyulur. Bir süre sonra su sararır. Bu sudan unla hamur hazırlanıp, küçük küçük ekmekler pişirilir. Hasta iyi olana kadar işleme devam edilir (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.3.7. Sekte Hastalığı/Kalp Durması/ Geçici Ölüm

Tetliçuw/ Sekte hastalığı olan bir kişi, ikinci defa bu atağa yakalandığında hiçbir vücut fonksiyonu çalışmaz, geçici ölüm halinde kalır. Nabız durur, göz bebeğindeki ışık kontrol edilir, sönmemişse toprak banyosu yaptırılır.

Toprak kazılır, hastanın sadece başı dışarda kalacak şekilde vücudun tamamı toprağa gömülür ve hasta yalnız bırakılmaz. Toprak vucuttan zehiri alırsa hasta hiçbir şey olmamış gibi ayağa kalkardı. (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

#### 4.3.8. Hayvan Sokmaları/ Hayvan Isırmalarının Tedavisi

- Zehirli hayvan sokmalarında, ahlat filizi ezilerek ısırılan bölgeye sürülür (Yılmaz, 2017:93).
- Arı sokmalarında fesleğen kullanılır (Yılmaz, 2017:99).
- Hatminin taneleri dövülüp cilde sürülürse, zehirli böcek sokmalarına karşı korur (Yılmaz, 2017:99)
- Akrep sokmasında tükürük sürülür (Yılmaz, 2017:107).
- Asmanın genç sürgünleri ve genç yaprakları böcek sokmalarında zehiri alır (Yılmaz, 2017:108).



- Örümcek ısırmasında, Kuran'dan bir ayet okunarak, aşağıdaki tılsımlı sözler üç kez üflenir:

“Убэджыхъумэ- сыбэджыхъу,

(Eğer sen erkek örümceksen ben de erkek örümceğim)

Убэджыбзымэ- сыбэджыбз,

(Eğer sen dişi örümceksen ben de dişi örümceğim)

ПкӀуачӀэ нахьы скӀуачӀэ нахъ лъэш,

(Gücüm senin gücünden daha fazla)

Ужэ нахьы сыжэ нахъ ин.

(Ağzım senin ağzından daha büyük)

Зынэ имытрэ, зышъэ имытрэ

(Gözleri de yoksa, akli da yoksa)

Я ягъэ окӀыгъэмэ,

(Eğer sana zarar verdiyse)

Тхьафор лъыон, Тхьафор лъыбгэн,

(Büyük Tanrı ceza verecek, Büyük Tanrı kızacak)

Узэцкъагъэм сецкъэжъын.

(Kimi ısırdıysan o da seni ısıracak)”

(Унарокова, 2015:144).

- Köpek ısırmasında, iki tane beyaz fasulye ortadan ikiye bölünerek, yaranın üstünü tam kapatacak şekilde yapıştırılarak hava alması kesilir ve mikrop alması önlenir. Yara iyileşince fasulyeler kendiliğinden düşer (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Arı sokması ve karıncaların ısırıkları ısıtılmış taş, toprak ve tuzla ovalanır (Шомахов, Sanal,2010:1).
- “Yılan sokmasını tedavi eden şifacılar Влэнапщэ/ Blenapşe denirdi. Onların üfleyerek yılanı çatlattığı söylenir. Yılanın, ısırıldığı insanın yanına tekrar geleceğine inanıldığından, hasta pencereden uzakta, evin içinde yatırılırdı. Hava sıcaksa sundurmanın altında yatırılır ve yılanın geldiğini haber vermesi için yanına bir kara horoz bağlanır, hastanın başında 3 gün 3 gece beklenirdi. Влэнапщэ topladığı otlardan ilaç yaparak hastaya üflerdi” (Зэфэс Айдэмыркъан, 2006:32).

Bu üfleme sırasında söylenen tılsımlı sözlerin en eksiksiz olanı, Şapsuğ bölgesindeki Курац Ачмиз'den kaydedilmiştir:

“Е, кӀежъыр кьопибл  
 Къолэжъибл зэдытес,  
 Ем зэдешэс  
 Псым зэдыхау,  
 Чэбэихъу хырабз  
 Чэбэибз хырах  
 Пщыблэр гъэпщи  
 ПщыкӀэр гъапэ  
 Узэгъэпэн, узгъэлӀэн, узэгозгъэутын- сӀуи сыкъэкӀуагъ.  
 (Унарокова, 2015:145).

#### 4.3.9. Kan Rahatsızlıklarının Tedavisi

- Kanın temizlenmesi için sinirli otu çiğ olarak ya da pekmezi yapılarak ya da kurutulularak yenir (O.Halman ile görüşme, 12.03.2018).
- Perejıy/ çakal eriğinin gölgede kurutulmuş yaprakları ve çiçekleri kanı temizler (Yılmaz, 2017:96).
- Ceviz yaprağı suda dinlendirilir, bu su içildiğinde kanı temizler (Yılmaz, 2017:96).
- İçinde çam çırası bekletilmiş su içilirse kan şekerini düzenler (Yılmaz, 2017:97).
- Naş'e/ kavunun çekirdekleri kurutulup kaynatılarak içildiğinde kanı temizler (Yılmaz, 2017:101).
- Kanamalı bölgeye yumurta akı sürüldüğünde kanamayı keser (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Kansızlık çeken hastaya kedinin karaciğeri ya da dalağı yedirilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Kara mürver bazen çalı, bazen bir ağaç şeklinde olabilir. 20 kadar ağaç, çalı ya da otsu bitki türünün ortak adı Mürver'dir (Хьэжъун, 1992:35).

Бэрэжъей (EK 19) denilen cinsinin kırmızı meyveleri olgunlaşınca toplanarak tereyağına karıştırılır ve dondurulur. Bu karışımdan hergün bir kaşık yenilirse kansızlığı tedavi eder (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### **4.3.10. Kırıklar, Çıkıklar**

##### **4.3.10.1. Kafatası Kırığı**

İnce bir tahta parçası ya da uzun bir iğne, kafa çevresi kadar uzunluktaki bir ipin tam ortasına bağlanır. Tahta parçası ya da iğne alnın tam ortasına yerleştirilir. Hangi taraf kısa kalırsa, o tarafta kafatası kırığı var demektir. Üç diş sarımsak ezilerek, bir parça tereyağın içine karıştırılarak baş ovalanır ve yün örtüyle sıkıca sarılır. Hasta aç bırakılır. Bu işlem; üç gün boyunca tekrarlandıktan sonra; bir gün yün örtüyle sıkılı şekilde durur. Bu süre sonunda ipe ölçme işlemi tekrarlanır. Eşit uzunlukta olduğu görülürse kafatası kırığı düzelmiş demektir (B.Özbek ile görüşme, 20.02.2018).

##### **4.3.10.2. Kırıkların Kaynaması**

- Kırıkların çabuk iyileşmesi ve düzgün kaynaması için kurutulmuş etten çıkartılan yağ ve köpüğü kullanılırdı. Kurutulmuş et ateşin üzerinde yavaş yavaş kaynatılır, üzerinde biriken yağ ve köpük ayrı bir kaba alındıktan sonra, pişen et hastaya yedirilir, üzerine de et suyunu içirilirdi. Yağ ve köpüğü ise kırık kemiğe sürülür, bu işleme kemik iyileşinceye kadar devam edilirdi. Kırığın hareket etmemesi için de, küçük ağaç parçaları ile desteklenip sabitleyerek sarılıyordu (Yılmaz, 2017:103, G.Besler ile görüşme 10.09.2018, H.Turan ile görüşme 28.01.2018, M.Sarı ile görüşme 11.04.2019).
- Şığaoğep otu/havacıva otu (sığırdili) kırık kemik üzerindeki eziklere sarıldığında iyileştirir (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Kırık kemiği güçlendirmek için, et haşlanırken üzerinde biriken köpük alınarak krem haline getirilip kırık üzerine sürülürse kemiği güçlendirir (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).

- Kırıklara çeşitli bitkisel ilaçlar sürüp, tahta çubuklarla sabitleyip sabunla yumurta akını karıştırıp sürüp tahtanın üzerine sarıyorlardı (Ş.İyigün ile görüşme 15.09.2018, S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Kırıklarda yumurta akı ve un ile yapılan alçı kullanılırdı (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Kırık kemik doğru pozisyona getirilerek ağaç dallarıyla desteklenir. Un, yumurta akı ve tuz karışımına bulaşmış uzun bandajlarla sıkıca sarılır (Клемм, 2015:57).
- Temiz bez yumurta akı ve bal ile yapılmış bulamaça batırılıp kırık bölgeye sarılarak sertleşmesi beklenir (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Yumurta delip sarısı içinde bırakılarak akı bir kaba alınıp içine sabun rendelenirdi. Bu karışım bembeyaz olana kadar çırpılarak koyulaştırılıp beze sürülür ve kırık üzerine sarılırdı (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Kırıklara Şuşxuve yapılırdı. Tuzu iyice kaynatıp o tuzun içine bir bez koyulur. Bez tuzu iyice çekince, bu bezle kırık sarılarak hareket etmesi önlenirdi (S.Çapar ile görüşme, 04.05.2018).
- Kırık üzerinde morarma olduğunda, orayı yeni kesilmiş hayvan derisi ile sararlardı (S.Çapar ile görüşme, 04.05.2018).
- Yeni kesilmiş koyunun derisinin iç tarafından bir parça yaranın etrafına sarılır ve derinin kenarlarını dikilir. Deri yaraya yapışır ve yarayı sıkılaştırır; bu parça değiştirilmez. İltihap yok denecek kadar az görülür ve hasta kısa sürede iyileşir (Колетани, 2017: 74).

#### **4.3.10.3. Parmak Kırığı**

Deriden özel bir yöntemle örülmüş aparatla parmak sabitlenir. (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018). (EK 20/a- 20/b).

#### **4.3.10.4. Çıkıklar**

Çıkık eklemlerin yerine yerleştirilmesi için; hasta, tuzlu arpa yedirilmiş bir ata bindirilip göğüs üstü atın sırtına yatırılır. Elleri ve ayakları yumuşak keçi kılı

ipiyle hareket etmeyecek biçimde sıkıca bağlanır. Hastanın ayakları çok uzun ise, atla çıkık eklem arasına şişirilmiş şarap tulumu koyulur.

Ata su içirildikçe at şişmeye ve yükselmeye başlar. Vucut gerginleşirken, şifacı ve yardımcısı da çıkık eklemleri hızlıca yerine yerleştirir. Eklem düzeldiğinde hemen ipler kesilir ve hasta attan indirilir. En etkili ve daha az ağrılı olduğu için bu yöntem şifacılar sıklıkla başvururdu. Çocukların tedavisinde şarap tulumu kullanmazlardı (Колетани, 2017:75).

#### 4.3.11. Kangren

- Ayak kırıklarında kemik çürüyüp kangren olduğunda; çürüyen etin yerine inek eti konur (İnsan vücudu sadece at kemiği ve inek kemiği ile etini kabul eder). İnsanın eti ineğin eti ile kaynaşır.

Ağaç yontmak için kullanılan k'aako aleti ile kangrenli et yontularak çıkartılır ve üstüne inek eti kalıp gibi oturtulur. Üzüm havanda iyice ezilir, eritilen lokumla karıştırılır, bir bezin üstüne konularak yaranın üzerine sarılır. Bu işleme et ete iyice kaynayıp deri geri gelene kadar devam edilir (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).

- Parmakta kangren başlayınca, temiz bir kesiciyle, kangrenli bölge lime lime kesilerek dokular açılıp hava alması sağlanır (A.Katı ile görüşme, 28.04.2018).

#### 4.3.12. Kulak-Burun-Boğaz Hastalıklarının Tedavisi

- Blaşha/ Yılan başı, boğaz ağrısını iyileştirmek için kullanılan bir tılsımdır; nazara karşı da kullanılırdı. Önceleri gerçek bir yılanın temizlenmiş, iplik bağlanmış kafa kemiği, hastanın ya da çocuğun yatağına koyulurdu. Daha sonra deniz kabukları da bu iş için kullanılmaya başlandı (Mijayev ve Pashtova 2018:58) Yine kabakulak gibi boğaz hastalıklarına yakalanan çocukların boynuna asılırdı, boynuna astıktan sonra içine su konuyordu çocuk bu suyu içiyordu (Ş.İyigün ile görüşme 15.09.2018) (EK 21).
- Kabakulak hastalığında; yaş meşe ağacı parçasının üzerindeki kabuklar hafifçe

temizlenir. Kalan yaş kısım, sobanın üzerinde ısıtılarak kulak arkasındaki bezelere konur (Fehmi Altın ile görüşme 22.01.2019).

#### 4.3.13. Romatizmal Hastalıklar ve Kireçlenmelerin Tedavisi

- Lahana yaprakları eklem romatizmalarına/ Jıwız iyi gelir, yapraklarını alıp sararasanız ağrılı bölgeye sekiz saat bekletip ağrıyı emer alır (F.Tümer ile görüşme, 28.04.2018).
- İlkbaharda ilk cevizler çıkmaya başladığında; cevizler bir zeytin büyüklüğüne geldiğinde üç dört avuç kadar toplanarak, önce ahşap bir havanda iyice dövülür, ezilen cevizleri bir kaba konarak içine beş altı ceviz yaprağı koyup kaynatılır; kaynayan bu posaya tereyağı konarak merhem haline getirilir. Elde edilen merhem, sabah akşam iltihaplı bölgelere sürülerek üzerine tekrar ceviz yaprağı sarılır. (G.Besler ile görüşme, 14.03.2018).
- Kaplıca olan bir bölgeye yakın bir yerde derinliği bir metre, uzunluğu bir insan boyu bir çukur kazılır. Kazılan bu çukur içinde ateş yakılarak toprak iyice ısıtılır. Yanan ateş kalıntıları dışarı alınır. Çukurun tabanına Тхарыкьо (su kenarlarında yetişen geniş yapraklı bir bitkidir) ile kaplanarak, üzerine keçe ya da koyun postu yerleştirilir.

Bu işlemler yapılırken hasta olan kişi termal su içinde bir süre dinlenir. Sonrasında, çıplak olarak (hiçbir yere temas etmeden) el üzerinde götürülerek bu çukura yatırılır. Üzerine yine sıkıca koyun postu sarılır. Dışarıdan hava (oksijen) gelmesi engellenir. Hasta ne kadar ortamdan rahatsız olsa ve çıkmak istese de, üzerindeki posttan hastanın teri çıktığı gözlemleninceye kadar orada kalır. Sonrasında, hemen öncelikle hastanın yüzü açılarak hava alması sağlanır ve hasta çukurdan çıkarılır.

Görenlerin anlattıklarına göre bu derece hasta olup, başkalarının yardımı ile tedavi için gelenler, tedavi sonrası ata binerek kendi başlarına gitmişlerdir. Ancak, tedavi sırasında ölümler de yaşanmıştır (G.Besler ile görüşme, 08.02.2018).

- Maykop yakınlarında, Штурбино (Sturbino) ve Джамбечий (Cамбечий) köyü arasında bulunan Псын Іээгъу (şifalı su); efsanelere göre, bahara gök

gürültüsü saldırısından oluştu ve dini inançlara göre kutsal kabul edildi (Меретуков,1990:153).

Псын Іээгъу kemik ağrılarını iyileştirmektedir, yürüyemeyecek durumdaki hastaların bu su ile yıkandıklarında kısa sürede ayağa kalktıkları bilinmektedir. Yine bu şifalı suyun çıktığı yerin etrafındaki çamur, ağrıyan eklemlere sürüldüğünde, ağrıyı kısa sürede geçirir (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

- Dizlerde oluşan kireçlenme veya ağrılar için, kalın but etlerini ağırlı yerlere sarıp birkaç gün bekletilir. (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Bje/çınar yapraklarının testere dişli olanları yeşilken toplanır, gölgede kurutulur. Suda 1 dakika kaynatılıp sabah-akşam bir ay içildiğinde kireçlenmeyi giderir (Yılmaz, 2017:97).
- Kotsıpeplij/ kuşburnu romatizma ağrılarını azaltır (Yılmaz, 2017:101).
- Yeni sürmüş söğüt kabuğu çiğnenirse romatizmaya iyi gelir (Yılmaz, 2017:106).
- Koyunun öd kesesi yırtmadan çıkartılıp temiz bir şişeye suyu boşaltılır ve karanlık bir yerde muhafaza edilir. Temiz bir bez veya pamukla ağırlı yerlere sürülür. Fazlası deriyi kaldıracığından tedbirli kullanılır (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Jıvuz/romatizma rüzgârdan ve aşırı üşütmeden kaynaklanan bir hastalık olup Adigeler arasında oldukça yaygındı. Tambukan Gölü'nün şifalı çamuru ısıtılarak romatizmalı eklemlere sürülür ya da ısıtılmış çamurda banyo uygulanır (Шомахов, Sanal, 2010:1).

#### **4.3.14. Yaralanmalar**

- Şığaoep otu/ hava civa otu, belli bir sıcaklıkta bal mumu eritilir, temiz bir bezin üstüne yayılır, pres halinde dondurulur, avuç içi büyüklüğünde kesilerek muhafaza edilir. Ğuağa, yaralanma ve çıban gibi vakalarda üstüne sarılarak tedavide kullanılır. Bu yöntem şehude denir (A.Yıldız ile görüşme, 21.03.2018).
- Yaralanmalarda devedikenin (Hıvbane) taze sıkılmış suyu kullanılırdı. Ayrıca

sıcak boğa yağı ile ezilmiş hint sümbülünün kökü ile kükürt karışımı merhem haline getirilerek yaralı bölgeye uygulanırdı (Шомахов, Sanal, 2010:1).

- Kanamalı yaranın üzerine, 10 gün boyunca kurutulmuş Wuitçewutz ufalanarak sarılır. 11.günde 10-15 adet kırmızı siyah solucan tuza konarak bir gün bekletilir. Krem kıvamına gelen bu karışım hergün kanamalı bölgeye sürülür. Bir ay içinde tamamen iyileşme sağlanır (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Bedih/Örümcek ağını kanı durdurmak için yaraya basarlardı (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Sinirli otu her türlü yaralanmalarda kullanılırdı bu ot yaranın mikrop kapmasını engeller ve hızla iyileşmesini sağlardı (O.Halman ile görüşme, 12.03.2018).
- Hazerweş denilen bir ot vardı adı sinirli ot, bununla hem yaraları tedavi ediyorduk açık yaraları ama tazeyken kullanıyorduk kanı durduruyordu ve yarayı çok çabuk iyileştiriyordu, bu otu kurutup hoş kokusu vardır yemeklerde katarsan salatalara katarsan aynı zamanda antibiyotik etkisi gösteriyordu, mikropları öldürüyordu (D.Kızılkaya ile görüşme, 25.03.2018).
- Arslanpençesi yaraların çabuk kapanmasını sağlar (Yılmaz, 2017:94).
- Yaralanma ve kesiklere 10 gün boyunca, topraktan canlı siyah solucanı çıkartıp onu tuzla karıştırıp merhem yapılarak yara ya da kesiğin üstüne sürülüp üstünü temiz bir bezle sarılır, 10 günün sonunda yara tamamen iyileşir (C.Doğu ile görüşme, 27.03.2018).
- Hazırlarda ateşte kavrulmuş koyun tüyü taşınırdı. Ateşli silahla yaralanmalarda bu tüyü yaraya koyarak kanın akması engellenirdi (C.Devrim ile görüşme, 15.12.2017).
- ЛыкІә Уц/ Etyapan otunun her mevsimde yeşil olan yaprakları toplanarak havanda veya sert bir zeminde, hiçbir katkı yapılmadan tereyağı kıvamına getirilir. Açık yaranın üzerine, yara temizlendikten sonra iyileşene kadar, günde bir kez üzerine sürülür (C.Soycan ile görüşme, 23.02.2019).
- ЛыкІә Уц, kışın ipe dizilerek kurutulur. Kullanılacağı zaman nemlendirilerek yaranın üzerine kapatılır (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).
- Ökse otunun meyveleri zehirli olmasına rağmen kaynatılarak, iltihaplı



yaralarda harici bir ilaç olarak kullanılır (Txarapcova, Sanal, 2019:3).

- Açık yaralarda Wuitçewutz/taze et getiren ot, kırsal yerlerde yetişir, yaz olunca topraktan sökülür, kökü ile kaynatılıp yaralara pansuman yapılır, yaprakları da gölgede iyice kurutulup ufalanır yaralara dökülür. (O.Cerrah ile görüşme, 13.04.2018) (EK 22).
- Wuitçewutzın dalları, yaprakları alındıktan sonra kaynatılır, suyu açık yaraya pansuman yapılır (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Papatyaları toplayıp kurutulur, çiçekler kuruduktan sonra toz mikrop kapmasın diye yaraya dökülür (Ş.Demir ile görüşme, 30.03.2018).
- Bal mumu, tereyağı, çam sakızı, kantaron otu, karden wuitz, şigelh, tavşan kursağı, ısırğan otunun hepsi kaynatılıp süzülür ve bir teneke kapta soğumaya bırakılır, bu kap birdaha kullanılmaz. Bu merhem açık yaralara sürülür (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).
- Lıcevıts, yaprakları adaçayına benzeyen, kırlarda yetişen hoş kokulu bir bitkidir. Gölgede kurutulup ufalanarak un haline getirilir. Kesiklerin, yaraların çok kısa bir zmanda kapanmasına yarar. Sapları kaynatılarak yara pansumanında kullanılır (Yılmaz, 2017:103).

Şhalaxhue Abu, Çerkes Tarihinden yaşanmış öyküleri derlediği kitabında; 1783'te Pşize ovasındaki savaş sırasında, Adigelerin yaralı bir Rus askerini Habzegu otuyla tedavi etmelerini aktarmıştır:

“Bolet komutasında beş atlı yola çıktı. Hayli ilerlediler. Derken ormanda bir inleme sesi geldi kulaklarına. Atları sesin geldiği yere yönelttiler. Baktılar ki bir Rus askeri yatıyor.

.....

Bolet atından indi. Arkadaşları da onu izledi. Yaralıya yaklaştı, bıçağıyla pantolonunun paçalarını kesip açtı. Kurşun, bacak kemiğini parçalamıştı. Öteki bacağı sağlam gibiydi ama attan düşünce onun da diz kapağı çıkmıştı. Bolet doğrulup ayağa kalktı. Çevresine bakındı. Ormana doğru gitti, birtakım otlar toplayıp döndü.

-“Bunlar ne ki Bolet?”

-“Habzegu (İtdili, Sinir otu)”

-“Neye yarar bu?”

-“Yaraya sürülür. Şunları biraz sudan geçir de Ğuç'ıps, yassı bir taş üzerinde biraz döv, ez! Ben de o zamana kadar çıkan diz kapağını yerine koyarım.

Siz ikiniz, Dışşec' ile Paç'e, adamı koltuklarından iyice kavrayın!”

.....

Bolet ezilmiş, dövülmüş itdilini ince bir tülbente sardı; burdu, sıktı, acı suyunu yaranın ağzına damlatmaya başladı. Sivriltilmiş ve pamuk sarılmış ince bir çubukla da kurşunun izini takip ederek ta kemiğe kadar yaranın içini bir güzel temizledi, itdili suyuyla doyurdu. Kemiğe dayanan kurşunu çıkardı. İtdili suyuna bulanmış tamponlar yaptı. Üzerlerini itdili yapraklarıyla kapattı. Yarayı gerektiği gibi sardı, sıkıca bağladı. Sağ ayağında bir sorun yoktu, herşey normaldi. Bolet, parmaklarıyla işaret ederek beriki ayağının da on güne kadar iyileşeceğini bildirdi.” (Şhalaxhue, 2001:142-144).

- Habzegu/ köpek dili otu yaprağının bir tarafı yaranın üstüne konur ve yarım saat beklenir. Bu süre zarfında yara açılarak iltihap yüzeye çıkartılır. Yanma hissi olduğunda, habzegunun yaprağının diğer yüzü yaranın üzerine konur ve iltihap yaprak tarafından emilerek yara kurutulur. İltihap bittikten sonra pis kan gelir ve işleme devam edilir. Hiçbir şey gelmediğinde yani yara tamamen temizlendiğinde işlem sonlandırılır. Yara 2-3 günde kapanır (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Adıgelerin Lıxlış dedikleri bir hastalık vardı. El parmakları ayak parmakları, bazen kulakta başlayan morarma ve ardından etin ve kemiğin çürümesi şeklinde devam eden açık yaraların olduğu bir hastalıktı.

Bunun için öncelikle; Sığır Kuyruğu (EK 23) denilen ot ile dağ kekiği bir tencereye konular kaynatılırdı, sonra bu kaynayan otların buharının üstüne açık yara tutulup üzeri bir bezle örtülür, bu buharda açık yaralar dezenfekte edilirdi. Ardından bu açık yaralara ilaç otundan yapılan merhem uygulanırdı. İlaç otu her sene toplanır, gölgede kurutulur sonra un kıvamına gelene kadar öğütülürdü. Toz halindeki ilaç otunun içine hayvanın ödsuyu, aşhadaş diye bir malzeme kaşıkla veya kepçe ile ateş közü üzerinde kristal olana kadar kaynatılarak eritilirdi. Eriyen karışım siyahlaştıktan sonra soğumaya bırakılırdı. Soğuyan karışım merhem olarak yaraya sürülürdü. Açık yaralarda çok fazla et çürümesi varsa toz şeker, pudra kıvamında dövülür ve merhemden önce uygulanırdı. Bu buhar ile dezenfekte ve merhem sürme işi bir hafta, on gün kadar sürerdi (O.Berk ile görüşme, 20.03.2018).

- Habzegu/ sinir otu yaralara tampon yapılır (Yılmaz, 2017:106).
- Sinir otu genel olarak iltihaplı yaralarda ve boğaz sorunlarında oldukça etkilidir Sinir otunun sap, çiçek, tohum, yaprak, kök kısımları kullanılabilir (O.Halman ile görüşme, 12.03.2018).
- Kurşun çıkartıldıktan sonra, hastanın kan kaybından ölmemesi için ve kanı durdurmak için; tereyağı eritilip sıcak olarak kurşun deliğinin içine akıtılıp yara dağlanır ve kanamayı durdurulurdu; sonra çeşitli otlar ile yara iyileştirilirdi (Ş.İyigün ile görüşme, 15.09.2018).
- Kesik yaralanmalarında, köknar ağacı veya semaver ağacının sakızları toplanıp, dağ kekiği ve kaz ayağı otu ile birlikte bir tencereye konur. İnek

sütünden yapılmış tuzsuz tereyağı eklenerek krem haline gelene kadar ateşte kaynatılır. Elde edilen bu krem, derin kesik yaralanmalarında kullanılır (B.Gireyhan ile görüşme, 25.04.2018).

- Kesikli yaralanmalarda; çedar (şacıdz) otu, ormangülü (auyeiğurts) kökleri ve yaprakları, andız otu, kırlangıçotu (şeytanuşha), marya (yajaşho) ve kara diken (Şçıfaşhagin) otu, bidens (çarına) suyu, iğde ağacı (çıtııpey) meyvesinin tozu, çam katranı kullanılarak banyo yapılırdı. Yaralı bölgeye, ekşi sütle birlikte at kuzukulağı köklerinin (Bleşeğafa'u) suyuyla nemlendirilmiş bir bandaj uygulanılırdı (Шоматов, Sanal,2010:1).
- Tetre meyvası suda kaynatılır elde edilen suyu yaralara sürülerek dezenfekte edilmesi sağlanırdı (Y.Doğan ile görüşme, 02.02.2018).
- Kazmaq/deniz dikeninin turuncu meyvesi yaraları çok hızlı şekilde iyileştirir. İlk önce toplanıp iyice ezilir. Yağlı tortu cam kavanoza koyulur, karanlık kuru ve serin yerde bir hafta bekletilir açık yaralara bunu sürüyorlar ve çok çabuk iyileştirir, halen Kabardey'de kullanılıyor. (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Şığakuş denen beyaz renkli mantar, belli zaman sonra, doğada kendi kendine kuruduktan sonra, sapından sıkılıp şapkasından toz çıkartılır. Bu toz yaralara döküldüğünde iyileştirir (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Küçük yaralanmalarda, küçük kesiklerde taze et koyulurdu (S.Çapar ile görüşme, 04.05.2018).
- Sinesına denilen yerden en fazla beş santim on santim büyüyen bir papatya türü vardır. Bu papatyanın çiçeği ayrı, sapı ayrı, kök kısmı ayrılarak herbiri yaralanmalarda kullanılır, hepsi bir anda kullanılmaz (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).
- Et çıkaran ot, inek tereyağı ve bal mumu üçünü bir arada kaynatılıp süzülür ve merhem yapılarak yaralara sürüldüğünde açık yara hemen kapanır (A.Katı ile görüşme, 28.04.2018).
- Her türlü yaralanmalarda, yara bakımı yapıldıktan sonra, iyileşene kadar keçi ya da koyun postu ile kapatılırdı (B.Gireyhan ile görüşme, 25.04.2018).
- Çerkes kamasını alevde kızdırıldıktan sonra şiş olan yere batırıp delik açılırdı. Açık yara, bir tencerede kaynatılan Wuitçewutz buharına tutularak cerahatin

boşaltılması sağlanırdı. Bu işlemden sonra çeşitli otlarla yapılan merhem sürülerek yaranın kapanması sağlanırdı (K.Yılmaz ile görüşme, 13.04.2018).

- At kuyruğu kılı ile yaraları dikerlerdi (L.Gogunokova ile görüşme, 12.04.2018).
- Çayırılarda, ormanlarda ilkbaharda 4-5 cm çapında önce beyaz renkte çıkan, sonbahara doğru kahverengi toz halini alan puf mantarı yaraların ve kesiklerin tedavisinde kullanılırdı (Yılmaz, 2017:105).

Tedavi sırasında; otlarla yapılan ilaçların ağırlıklı olarak kullanıldığı görülmektedir.

Bu yöntemlerle birlikte, iyileşme süreci birtakım ritüellerle de desteklenmektedir. Bunların en bilineni hastayı uyutmamak için düzenlenen ЧАПШІ (Ç'apşak'ue) ölüm kovma törenidir (EK 24).

Yaralının veya hastanın uyuması halinde canının onu terk edeceğine inanan Çerkesler, ölümü ağır yaralının veya hastanın yanından kovmak için odada bulunan değerli eşyaları çıkarırlar. Odanın girişine, her gelenin birkaç kez vuracağı biçimde saban demirleri yerleştirilir, ziyaretçiler topluca gelip hastanın yanına girdiklerinde hep birlikte yüksek sesle gürültü yaparlardı. Genç kızlar tören elbiselerini giyip törene katılır, çeşitli dans ve şarkılarla hastanın uyumamasını sağlardı. Bu gelenek, daha yumuşatılmış bir şekilde yakın zamana kadar hâlâ sürdürülmekteydi.

Şovalye Taitbout De Marigny, 1818'deki Kafkasya seyahati sırasında bizzat dahil olduğu iyileşme durumunu kitabında şöyle aktarır:

"...Yaralanmalar için yöntem başkadır. Yaralının evindeki silahlar dışarı çıkarılır. Kapıya içi su dolu bir tabak, içine de bir yumurta konur. Bunun yanına bir pulluk demiri de bırakılır. İçeriye giren herkes pulluk demirine üç kez vurur ve odaya biraz su serper. Genç kızlar ve çocuklar yaralının şerefine bestelenmiş şarkılar söylerler ve tavana asılarak aşağıya sarkıtılmış olan bir çörekten ara sıra ısırırlar ve yerler. Asıl amaç kötü ruhları kovmak olmalıdır" (Şovalye Taitbout de Marigny, 1996:85).

Ç'apşak'ue; Jabaghi Baj'ın Çerkesler kitabında 'Şapş' adıyla anlatılmaktadır:

"Çerkesler yaralılarına iyi oluncaya kadar eğlenti (düğün) yaparlar. Gece uykusu ağır olduğundan kötü rüyalarla silkilince yarasının açılacağını tahmin ettiklerinden, gece uyutmamasını tıbben gerekli sayarlar.

Yaralı yattığı müddetçe, her gece dostlarından biri koç, tosun keserek tören yaparBu şekilde her gece toplananlara bir ziyafet verilir. Bu ziyafet gece yarısından önce verilmez. Yaralının yatağı misafir odasında serilir. Ancak yaralı kızlar harem dairesinde yatarlar. Eğlentileri de orada erkekler tarafından yapılır.

Yaralının yattığı odanın beyaz badanası üzerine, üç parmak genişliğinde odayı çepeçevre saran siyah bir kemer gibi siyah badana yapılır. Yaralının önünde duran içi su

dolu bardağın içine de bir beyaz yumurta konur. Yine yaralının önünde bir sapan demirine sertçe bir defa vurulur. Bardaktaki sudan biraz hastanın yüzüne sürülür. Siyah kemer badanası ile yumurta nazardan koruma içindir. Çekiç te tembih edici alet olarak kullanılır.

Geceleyin, köyün bütün delikanlıları ile kızlar yaralının evinde toplanır. Bütün gece dansa, müziğe devam edilir. Oyuna ara verildiği dinlenme zamanında yaralı törenlerine mahsus şarkıları iki kişi karşılıklı söyler. Bu sırada tam sessizlik hüküm sürer ve herkes dikkatle dinler” (Baj, 1995:62-63).

1835-1838 yıllarında Batı Kafkasya’da bulunan Rus subayı Feodor Feodoroviç Tornau; anılarını anlattığı kitabında, şahit olduğu bu törenden de bahsetmiştir:

“Yaralı olan Kabartay’ın yanına gittiğimde önceden duymuş olduğum bir olaya şimdi tanık oluyordum. Çerkesler ağır yaralı olan birinden ölümü uzaklaştırmak için ilk günü uyutmazlardı. Onun için evi temizlenir, iyi eşyaları yerleştirilir ve evin giriş kapısına bir demir konulurdu ve eve giren herkes bu demire üç kez vururdu. Komşu kızlar ve erkekler toplanarak sohbet ederler, oynayıp şarkılar söylerlerdi. Sınıkçı hayati tehlikeyi atlattı deyinceye kadar ölüyü diriltir dedikleri gürültüyü birkaç gün yaparlardı.”(Tornau, 1999:185).

Osmanlı-Rus Savaşları sırasında Doğu Anadolu Cephesi’nde Anadolu Ordu-yı Humayunu Mühimme Başkitabeti olarak görev yapan Mehmed Arif’in anılarını aktardığı kitabında, ölümü kovma töreni şöyle aktarılmaktadır:

“Asıl konudan çıkılıyorsa da, yeri geldi diye yazıyorum: 1301(1883) ve 1302 (1884) senelerinde Adliye Müfettişliği göreviyle Kastamonu vilayetinde bulundum. Dolaşma ve teftiş esnasında, Bolu sancağına bağlı Düzce kazasına giderek yirmi gün, bir ay kadar orada kaldım. Bu kazada Kafkasya’nın muhtelif kavim ve kabilelerinden 35.000 kadar nüfus meskundur. Çerkeslerin orada bizzat gördüğüm adetlerinden biri de, bunların kendi tedavi usullerinden midir, nedir; bir yaralı hastayı gece uyutmazlar. Hatanın yakınlarından birisi bir öküz kesip etini pişirdikten sonra, hastanın bulunduğu eve getirir. Bütün civar, kızlar ve erkekler toplanıp o öküzü yedikten sonra, kızlar kendilerine mahsus olan şarkı ve sazla, sabaha kadar hastanın başında dans ederik hastayı uyutmazlar. Gündüz ne yaptıklarını bilmiyorum... Ertesi gece de, hastanın bir başka dostu bir inek keser. Yine aynı âdeti yerine getirirler. Ta hastanın gece uyumasının artık zararı olmayacağı doktorları tarafından tasdik olununcaya veya belirli bir süre doluncaya kadar hal böyle devam eder.” ( Arif, 2015:113).

Sürgün yolunda yaşanan olayları derleyip öyküleştiren Yılmaz Dönmez’in Umut Yolcuları adlı derlemesinde şifacı Mihamçeri Hute’nin açık yaraları tedavi etme yöntemleri aktarılmıştır:

“Mezişha’daki mağaraya sığınan Tseyhablelilerin yaşlıları yine bir wunafe (toplantı) yaptılar. Vatanlarını terk etme konusunda acele etmemeye, en azından bu kışı mağarada geçirip gelişen durumlara göre hareket etmeye karar verdiler. Bu arada savaşta ağır yaralanan Aşıwhableli L’işe Aslankeriy zekaret durumundaydı. Bir Rus kurşunu omzunun dibinden girmiş ense kökünü parçalamıştı. Zamanla da yaranın olduğu bölge çürümeye başlamıştı. Yaranın iyileşmesi için yapabildikleri sadece sıcak su ile yarayı temizlemek ve temiz bir bez parçası ile sarmaktı. Bunun dışında şifa dağıtma yeteneğine (Ne tşçapse) sahip olduğu bilinen Mihamçeri Hute hergün yaranın üzerine işaret parmağı ile bir dikine, bir de yanlamasına bir çizgi çekiyor, ne söylediği kendisinden başka kimsenin anlamadığı bir şekilde mırıldanarak dua ediyordu.

Mağaradaki diğer iki yaralının çeşitli yerlerinde kesikler ve kırıklar olduğu için bu

konuda uygulayacakları tedaviyi biliyordu. Açık yaraların kapanması için hergün mevsimi olduğu için ormandan taze ‘Habzegu’ (sinir otu) toplayıp tampon yapıyorlardı.” (Dönmez, 2014:42).

Bu anlatımda Habzegu otunun adı açıkça verilmektedir.

1835-1838 yıllarında Batı Kafkasya’da bulunan Rus subayı Feodor Feodoroviç Tornau; anılarında, iltihabın kurutulmasından bahsetmiştir:

“Aslankoz, Nogay’ın oturduğuna bakmadan beni hemen ziyaret etti. Ayağımın iyileşmesi için kaymak koyuyordu. O da iltihabı kurutuyordu.” (Tornau,1999:205).

F.A. Kolenati 1859’da yaptığı Çerkesya gezisini yazdığı seyahatnamede, Çerkeslerin ateşli silahlarla veya kesicilerle oluşan yaraları iyileştirme yöntemlerinin etkinliğinden bahsetmiştir:

“ Hastanelerde ve revirlerde çürüten mikrop hızla yayılırken, azeler çok hızlı ve etkili bir şekilde yaraları tedavi ederler. Yabancı cisimlerden arındırma, ateşli silah yarası tedavisinde ilk yapılacak şeydir. Bunun için, çığ alabalığın sırt kemiği etten temizlenerek farklı boyutlarda kısa kesilir ve yuvarlak şekil verip törpülür ve yeterli miktarda gelecekteki kullanım için depolanır. Bu şekilde hazırlanmış sırt kemikleri kesici delici ateşli silah yarasının içinden farklı yönlere geçirilir. Bu yöntem çok acı ve barbar gibi görünüyor ancak onun sayesinde yara, giysi liflerinden ve özellikle koyun yününden temizlenir. Böylece yara, tedaviyi engelleyen ve cerahata neden olan herşeyden temizlenir.

Sonra yeni kesilmiş koyunun derisinden bir parça, iç tarafı yaranın üzerine sarılarak derinin kenarları dikilir. Deri yaraya yapışır ve yarayı sıkılaştırır; bu parça değiştirilmez. Cerahat fazla olmaz ve bazen hiç görülmez, iyileşme en kısa sürede olur ve hasta sıkıntı çekmez.” (Колетани, 2017: 74)

#### 4.3.15. Sinir Hastalıklarının Tedavisi

- Sinirleri zayıf olanlara ve uykusuzluk çekenlere bol kayısı yedirilir (Yılmaz, 2017:101).
- Чэты Шъхъауз/ migrenin tedavisi için; kara tavuk kesildikten sonra eti ezilerek iki gün başa sarılı tutulur. (Ş.İyigün ile görüşme, 21.02.2019).
- Şhomç/ kestanenin kabuğu suda kaynatılarak yapılan çayı sinirleri yatıştırıcıdır (Yılmaz, 2017:102).
- Goşeepe/ nane hem yaş hem de kuru olarak demlenerek ya da kaynatılarak çay olarak içildiğinde sinirleri teskin eder (Yılmaz, 2017:104).

#### 4.3.16. Cerrahi Müdahaleler

Maykop Devlet Müzesi arkeoloğu Teuv Aslan, Tewuyehable köyünün batısında yaptığı kazı çalışmaları sırasında, Proto Meot dönemine ait 12 cm. boyunda 2800 yıllık bir bronz neşteri bütün olarak gün ışığına çıkarmıştır (Teuv Aslan ile görüşme, 27.02.2018).

Yine, Maykop Devlet Müzesi'nde sergilenen siyah bileği taşları da Nartların hekimliğine dair bulunmuş en yaşlı objelerdendir ve Maykop Kültürü'ne aittir. Bu taşları yaranın üzerine tutup üzerine su dökerek yaranın sterilizasyonunu sağlıyorlardı (Teuv Aslan ile görüşme, 27.02.2018).

Nart Destanlarında adı geçen şifacı Bedoh; eşi Tlebitsejey'in atı Cıncır yaralı halde eve gelince, yaraları bileği taşından süzülen suyla iyileştirir. Yine ölen birinin koltuk altına bileği taşıyı koyarak onu hayata döndürür. Aşemez'in ok yaralarını bileği taşından süzdürdüğü suyla iyileştirir (Mijayev ve Pashtova, 2018:56).

Adıge şifacıların cerrahi müdahalelerdeki yetkinliğine en iyi örneklerden biri de; Proto Adıgelerin yaşadığı Kuzey Kafkasya topraklarındaki Krasnodar ve Stavropol bölgelerindeki antik mezarlardan çıkarılan Aeneolitik döneme ait trepanasyon izleri taşıyan kafataslarının bulunmasıdır (Кириченко Д.А., Sanal,2018:1). (EK 25/a, 25/b, 25/c, 25/d).

Trepanasyon uygulanan kafataslarında; dört değişik trepaning yöntemi uygulandığı görülmüştür;

1. Скобления (kazıma)
2. Прорезания (kesme)
3. Сверления и прорезания (delme ve kesme)
4. Иссечения фрагментов прямоугольной формы (dikdörtgen kesme)

(Кириченко Д.А., Sanal,2018:1). (EK 26).

Adıgeler kangren, vb. zorunlu haller dışında ampute (kol-bacak kesilmesi) işlemini yapmazlardı. Bu müdahaleye başlamadan önce; bitkiler kaynatılıp, kesilecek bölge bu kaynayan bitkilerin buharına tutulur. Sterilazyon sağlandığına emin olduktan sonra, çürüyen kol ya da bacak kesilir. Kesik bölgesindeki deriler açılıp, sağlam bölgeden alınan deri parçası kesik üzerine yama şeklinde dikilerek kesik kapatılır. Kesik bölgesi iyileştikten sonra odundan yapılan protezlerle hasta yaşamını

sürdürür (C.Devrim ile görüşme, 15.12.2017).

Moskova Üniversitesi bilim insanları, 1939 yılında Şapsug bölgesine gittiklerinde, Adige azelerin insan kemiklerinin yerine hayvan kemiklerini koyduğuna şahit olmuşlardır (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

Bacağın alt bölgesindeki kırılmalarda, kemik onarılamayacak durumda hasar görmüşse; Aze ve yardımcısı bacağı ölçüsünü alıp o ölçüye uygun tayları inceleyerek ve uygun ölçüye sahip tayı belirler. Yardımcı tayı keserken, Aze bacağı açarak kırık kemiği mafsallarından çıkarır.

Aynı sırada yardımcısı da taydan çıkardığı bacak kemiğini anında getirip bacağına yerleştirir. Bacağın adaleleri kapatılarak dikilir. (C.Devrim ile görüşme, 15.12.2017).

Cerrahi müdahalelerde alet olarak balık kılıcığının kullanıldığı da bilinmektedir (B.Gireyhan ile görüşme, 25.04.2018).

#### 4.3.17. Diğer

- Adigece adı Ç'aapşe olan bir hastalık vardır. Yüzde yanma şeklinde sancılı şişlik olduğunda, Ç'aapşe hıcın denen bu durum olduktan sonra, Aze uygun duaları okur, ertesi gün hiçbir şey kalmaz (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- “Kuduz hastalığının tedavisinde;
  - yaraya şizandra üzümü (dığujgatle) ve gazelboyunuzu (cırmapej) yaprakları koyulur.
  - 2-3 hafta boyunca yaralara kurutulup ezilmiş mayıs böcekleri ile pansuman yapılır.
  - yaraya temiz toprakla karıştırılmış ekşi süt sürülür.
  - hastaya fark ettirmeden onu ısırın köpeğin kanı içirilir ve kalbi yedirilir.
  - ispanyol sineği tozu ve o sineklerin yediği otlardan yapılan karışım bir bardak suyun içinde seyreltilerek; idrarda kan pıhtıları ortaya çıkana kadar her sabah aç karnına hastaya içirilir. Aynı toz, ısıktan oluşan yaraya serpilir.
  - canlı güvercini bir kabin üzerinde ortadan kesip, akan ılık kanı hastaya içirilir, sonraki 3-5 gün boyunca aç karınına kurutulmuş, toz haline getirilmiş arı ile güvercin kanı karışımı içirilir.
  - kurutulmuş siyah tarla böceğinden toz (haşharı' o ğın) hazırlanır, bu toz suda eritilip hastaya içirilirdi. Şifacılar ilkbaharda, siyah tarla böceğini yakalayıp kılı bir döngü yardımıyla, böceğin içindeki sıvının akmaması için zarar vermeden onu öldürdülerdi. Onları iyice ufalayıp, azar azar suda eritip hastaya içirirlerdi. Daha sonra hastanın gözlerini bağlayıp karanlık bir odada 40 gün boyunca tutarlardı” (Шоматов, Sanal,2010:2).
- Menenjit olan hastaya siyah köpeğin karaciğer ya da dalağı yedirilir (H.Turan ile görüşme, 28.01.2018).



- Kas tutulması olduğunda, şepsırago/ısırgan otu toplanarak tazeyken, ağırlı bölgeye bir avuç yapıştırılır (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Bağırsaklardaki kıl kurtlarının tedavisi için, kabak (kab) ve karpuz (kharbiz) tohumları, kokulu otu, söğüt kabuğu (dzel), pelin otu (hunğatl'e), civanperçemi yaprakları, sarımsak kaynatılır (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- Bağırsak kurtundan kurtulmak için aç karnına, sülün karaciğeri ile birlikte kül oluncaya kadar yakılmış safranın karışımı, süt ile veya kabuğu ile birlikte yakılmış tavuk yumurtası (güvercin yumurtasının daha faydalı olduğu kabul edilir) tozu ile birlikte içilirdi (IIIomaxov, Sanal,2010:2).
- Dr. M.A. Pçinalok'un Guaze gazetesindeki yazısında, çeşitli hastalıklara şifa olan; papatya, zehirli baldıran gibi çeşitli bitkilerden bahsedilmektedir (Yılmaz, 2017:91).
- Her türlü kemik hastalıklarında, şifacılar hayvan kemiklerini birbirine tıklatarak tılsımlı sözler söyleyip hastayı iyileştirirlerdi (EK 27) (Z.Dzıbova ile görüşme, 27.02.2018).

#### 4.4. HAYVAN VE BİTKİ HASTALIKLARININ TEDAVİSİ

Tarih literatüründe Adıgeler, çevre ve doğaya duyarlı ve itinalı davranan bir halk olarak anlatılır (Hotko,2011:3).

Şovalye Taitbout de Marigny'nin Çerkesya Seyahatnamesi'nde;

“Kendileri pek sevmedikleri halde Çerkesler bu ülkede pek bol bulunan kaplumbağalara dokunmamaktadırlar.” (Şovalye Taitbout de Marigny, 1996:35)

diyerek Çerkeslerin doğaya duyarlılığını vurgulamıştır.

MÖ 63'te doğan ve MS 25'te ölen Yunanlı tarihçi Strabon Kuzeybatı Kafkasya gezisi sırasındaki izlenimlerinde;

“...Bu ülkenin halkı olağanüstü yakışıklı ve iri yapılı insanlardır. Bu ülkede bitkiler ve hayvanlar bile çok gelişmiş ve iri göründü bana...” der (Erkan, 1999:26).

Kuzeybatı Kafkasya'nın yüksek dağlar, zengin su kaynakları, verimli topraklar, oksijen kaynağı ormanlar gibi coğrafi özellikleri yanında kendine has iklim

çeşitliliği; insanlar gibi hayvanlar ve bitkilerinde sağlıklı ve uzun ömürlü olmalarını sağlamıştır.

Bu zenginlik, yalnız Kafkasya'ya has endemik bitkiler ve hayvanların var olmasına sebep olmaktadır. Avrupa Birliği Çevre Örgütü'nün Maykop'ta düzenlediği konferansta; bitki ve hayvan çeşitliliği bakımından dünyanın en zengin beş bölgesinden biri olduğu belirtilmiştir (Yılmaz, 2017:92).

Kuzeybatı Kafkasya coğrafyası, geçmişte Çerkeslerin doğal müttefiki konumunda olmuş; tarım, hayvancılık, ormancılık başta olmak üzere birçok alanda geçim ve yaşam olanakları sunmuş, kültürel gelişime katkıda bulunmuştur.

Adıge şifacılar, toplum sağlığı yanında bitki ve hayvan sağlığıyla ilgili de birikim ve deneyim sahibiydi.

Azeler yalnızca insanları değil, hasta hayvan ve bitkileri de iyileştirmeye çalışırlardı (Serbes, 2012:247).

Çalışmamız sırasında bu yöntemlerden çok azının günümüze ulaşmış olduğu görülmüş, kültürel hafızadaki erimenin bu alanda da etkili olduğu gözlemlenmiştir.

#### **4.4.1. Hayvan Hastalıklarının Tedavisi**

Adıge toplumunun yaşam felsefesini yansıtan Xabze kurallarında; doğa ve çevre ilişkilerinin önemle gözetildiği bilinmektedir.

“Xabze’de yaygın olarak kullanılan “Psaguat” sözcüğü vardır ve hayvanlar için kullanılır. Hayvan konuşamaz; ama üzülebilir, ağlayabilir, sevildiğini anlayabilir. Ayrıca hayvan insanın yaşamsal bir arkadaşı olarak, tarihsel süreç içerisinde toplumla beraber gelmektedir. Örneğin; toplumumuzda dünyanın yaradılışıyla ilgili şarkıda, çamur olan yeryüzünü sertleştirmek için tepelenmesinde koyunların kullanıldığı belirtilmektedir. Bu da gösteriyor ki, koyun ilk ehlileştirildiğinden beri insanların dostudur. Keza Xabze toplumunda atın kendine has, çok ciddi ve büyük bir önemi vardır. O kadar ki at, sahibinin arkadaşı, yoldaşı, savaş aracı, binek aracı ve her türlü işbirliğine koşan bir dostudur. Bazı söylencelerde de köpek simge olarak kullanılmaktadır. Kısaca çevreyi oluşturan hayvanlar ve bitkiler alemiyle ilgili Xabze kurallarında koruma, sevme, dost edinme ve onun bir kişilik sahibi olabileceğine inanma esasları vardır.” (Tuna,2009:271).

Kafkas insanının en önce evcilleştirdiği hayvan köpekti. Onu sığır, koyun, keçi, domuz ve kümes hayvanları, daha sonra da geyik izledi, en son evcilleştirdiği ise at oldu (Bi, 2011:175).

Autl Dağı'ndaki dolmenlerin kazılarında, sıkça köpek kemikleri ortaya

çıkarılmıştır. (Markovin, 2008:107) Buradan anlaşılıyor ki, Proto Adigeler köpeği evcilleştiren ilk toplumlardadır.

Evliya Çelebi, 1666'da Kafkasya'ya yaptığı gezi sırasındaki izlenimlerinde; "...Hayvancılıkta çok ilerlemişlerdir. Geceleri köylerini çok büyük köpekler korur..." der (Erkan, 1999:31).

Dolmen bölgesinde bulunan hayvan kemiklerinden; sözkonusu dönemde, sığır gibi iri hayvanların beslendiği tespit edilmiştir. Koyun ve keçiye fazla rağbet edilmemiş, daha çok sığır ve domuz beslemişlerdir. Bu ise onların göçebe değil, yerleşik olduklarının göstergesidir. Ayrıca öküz ve at kemikleri de dolmenlerin içinde bulunmuştur (Markovin, 2008:109-110).

M.Ö. 3000'de Kuban nehrinin güneyinde Maykop Kültürü doğup gelişmiştir. Sözkonusu dönemde Kuzey Kafkasya'da at, artık evcilleştirilmişti ve binek hayvanı olarak ta yaygındı. Böylece Ön ve Orta Asya ile birlikte Kuzey Kafkasya, atın ilk olarak evcilleştirildiği bölgelerden biri sayılabilir (Betrozov, 2009:69).

Yine Kafkasya bölgesinde, arkeologların ortaya çıkardığına göre 2000 yıl kadar önce defnedilen bir Sind komutanının höyük haline getirilen mezarında 400 atın kemikleri bulunmuştur (Karmokov,t.y:15).

Tarım ve hayvancılık Çerkeslerin başlıca geçim kaynaklarıdır. Büyükbaş, küçükbaş ve kümes hayvanları ile binek hayvanları gerek besin ihtiyacını karşılamada, gerek giysi ihtiyacını gidermede, gerek ulaşımı kolaylaştırmada, gerek alet yapımında insanların en büyük yardımcıları olmuştur. Sadece bunlarla kalmayıp bazı ilaçların yapımında, avcılıkta ve tarımda da hayvanlardan yararlanılmıştır.

İnsan yaşamının vazgeçilmez bir parçası haline gelen evcil hayvanlar, onun nazarında değerli bir varlık hâline gelmiş, hayvanlarda görülen hastalıkları da tedavi yoluna gitmişlerdir. Öyle ki Hititlerde sağlam hayvanları, hasta hayvanların yanına götürünlere ceza veren yasalar konulmuştur (Yurdakök 1999:457).

Çerkesler yaygın olarak bozkırlarda sığır sürülerini, dağlarda ise koyunları yetiştiriyordu. Aynı zamanda keçi, ve at yetiştiriciliği de yapmaktaydılar (Natho, 2009:90).

Dağlıların atların sürüde tutulması ve ıslahı ile ilgili temel teknikleri, sürüleri dağlara yaz boyunca sürmeleri ve kışın, yemyeşil, engin, düzlük ovalarında yemleme hazırlıkları ile geliştirilmiştir (Красников, Sanal, 2019:2).

Kafkasya'nın zengin bitki örtüsü ve gür ormanları içinde doğal hayvan varlığı da günümüze kadar hayatiyetini sürdürmüştür (Özsaray, 2012:23).

Adıgeler toplum sağlığını korumak adına uyguladıkları yöntemleri hayvanların yaşadıkları alanlarda da gözetmişler; hayvanların yaşam alanlarında temizliğe özellikle önem vermişlerdir. Bununla birlikte sağlıklı beslenmeleri, korunmaları, aşırı yorulmamaları, yavruların bakımına özen gösterilmesi, vb. konularda da toplumsal sorumluluk üstlenmişlerdir.

Adıge şifacılar hayvan hastalıklarının tedavisinde bitkisel, hayvansal ve madensel maddelerle yapılmış ilaçlar ile tedavi yöntemleri geliştirmişlerdir. Bu yöntemlerden günümüze ulaşanlar aşağıdaki başlıklarda aktarılmıştır:

#### **4.4.1.1. Zehirlenmeler**

- Zehirlenen hayvana iyileşene kadar Kundewutz içirilir (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Zehrin etki etmemesi için çeşitli dualar okunur, üflenir (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).

#### **4.4.1.2. Kırıklar**

- Büyükbaş hayvanların ayak kırıklarında kırık bölge düzeltilip, yumurta akıyla sabun karıştırılarak beze sürülür ve kırık olan bölgeye sarılarak sabitlenir (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018,).
- Koyun, keçi gibi hayvanların ayak kırıklarında iki tahta ile kırık sabitlenir, üzeri keçe ile sarılır (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).

#### **4.4.1.3. Yaralanmalar**

- Yaralar kızgın bir demirle dağlanır (A.Katı ile görüşme, 28.04.2018).
- Yün kırpma sırasında deri kesilirse, keşiğin üzerine anında sıcak kül basılarak hem acısı hafifletilir hem de dışardan mikrop kapması engellenir, onun üzerine katran sürülür (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).

- Koyunu kırparken, deride kesik oluştuğunda iltihabı önlemek için, üzerine bolca tezek külü (яжбэ) bastırılır (G.Besler ile görüşme, 08.02.2018).
- Atın eyerin altında kalan sırt bölgesinde yaralar olduğunda; Karden Wutz kurutulduktan sonra elle ufalanıp elekten geçirilerek yumuşak toz haline getirilir. Bir hafta- on gün kadar iyileşme durumuna göre, sırttaki yaralı bölgeye serpiştirilerek kesin sonuç alınır (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).

#### 4.4.1.4. Diğer

- Ezilme, burkulmalarda kuru soğan külde pişirilerek sözkonusu bölgeye sarılır (S.Yamaç ile görüşme, 20.12.2017).
- Kışın kapalı yerlerde bulunan sığırlardaki kilo kaybını önlemek ve kilo almasını sağlamak için, ökse otunun meyveleri olmadan yaprak ve sapları yem olarak verilir (Тхагапцова, Sanal, 2019:3).
- Aşırı yiyip şişen hayvanlar, karnının şişi inene kadar atla kovalanıp koşturtulur (S.Tuç ile görüşme, 24.03.2018).
- Koyunların karnı şişince kan akıtma yapılır (Ş.Demir ile görüşme, 30.03.2018).
- At iştaktan kesilirse, Şifinçesilhas denilen yöntemle ağzının içine bıçakla kesik atılıp kan akıtılırdı (S.Tuç ile görüşme,24.03.2018).
- Koşmaktan yorulan atı çatlamaktan kurtarmak için, burun kısmındaki poğubje denilen yeri kesilir (A.Katı ile görüşme, 28.04.2018).
- Fazla yem yiyen at çok susar, Psınçe diye bir durum olur. Bu durumda susamasını önlemek için atın damağı kesilir (A.Katı ile görüşme, 28.04.2018).
- Çift taraflı flağoda ise mafsalla birbirine bağlanmış, bir daha büyük olan 2 adet sivri uçlu alet bulunurdu, büyük olan taraf atlardan kan almak için kullanılırdı. (C.Devrim ile görüşme, 15.12.2017).
- Atın sırt bölgesinde oluşan ve Kenke denilen tümörlü bölge açılarak afyon yerleştirilip, tedavi edilir (A.Katı ile görüşme,28.04.2018).

- At ve inek gibi büyük hayvanların derilerinde olan tahrişlerde; ısırgan otu tereyağına karıştırıp krem haline getirilerek tahriş olan bölgeye iyileşene kadar sürülür (M.Sarı ile görüşme, 11.04.2019).
- Atlarda Пэгүпч/Peğupç denilen hastalık görülür. Bu hastalık, atın burnunda oluşarak soluk almasını güçleştirip ölüme kadar götürebilir. Adıgeler bu kıkırdağı özel bir alet yardımıyla çıkarırlardı (Зэфэс, 2006:141).
- Kuduz hayvanlara kurutulmuş ve toz haline getirilmiş kraliçe arı yedirilir (Шомахов, Sanal,2010:3).
- Oğlak, kuzu, buzağı gibi yavru çiftlik hayvanlarına göz değmemesi için, alıç dallarından çit yapılarak, sopalardan birine at kafatası geçirilirdi. Aynısını arıcılar da yapardı. Yine öküzlerin boynuna alıç dalı asılırdı. Kümes hayvanları ve çiftlik hayvanları alıç dallarından yapılan sopalarla güdüldü. (Mijayev ve Pashtova, 2018:87).

#### 4.4.2. Bitki Hastalıklarının Tedavisi

1890'da M.Kekler'in yazdığı "Aus Wald und Welt-Aus dem Kaukas" adlı ilimsel çalışmada; Kafkasya'nın orman bakımından çok zengin bir ülke olduğundan ve olağanüstü irilikte Kafkas türü birçok ağaç ve bitki bulunduğundan söz eder (Erkan, 1999:86).

"Kuzeybatı Kafkasya'nın biyolojik çeşitliliğindeki sıradışılık dikkat çekmektedir; burada endemik (sınırlı arazide yaygın olan) ve yerli bitki ve hayvan türleri sayısı biyolojik çeşitlilik konusunda fikir vermektedir. Buradaki bitkiler alemi, yaklaşık 3.000 türü kapsamaktadır. Ve bunların 1.700 kadarı yüksek tip bitkilerdir. Ayrıca 416 tür endemik olup sadece bu bölgede rastlanır; bitki türlerinden %36,6'sı yüksek dağlık ve çimenlerde, %16'sı ise ormanlarda yetişen türdendir. Kafkas Milli Parkı, bölgedeki buzul çağı öncesi bitkileri temsil eden relik (kalık) türlerin yetiştiği merkezlerden biridir. Toplam relik tür sayısı 169 olup halen ormanları oluşturan cinslerin tamamı, aslında eskiçağ orman bitkileridir" (Agrba ve Khotko, 2007:18).

Şovalye Taitbout de Marigny'ni de Çerkesya Seyahatnamesi notlarında;

"Bütün bu ülke bana pek verimli göründü. Öyle bitkilerle örtülüydü ki botanikçi olmadığımı adeta üzuldüm. Bir sürü baharat yapılabilecek ıtırılı bitkilere de rastladım." (Şovalye Taitbout de Marigny, 1996:35).

diyerek, doğal bitki örtüsünün eşine az rastlanır zenginliğine vurgu yapmaktadır.

Ancak göç sonrasında dağıldıkları coğrafyalarda ise Çerkesler, maalesef

böylesi doğal zenginliğe bir daha rastlayamamışlar, bitkilerle ilgili derin bilgi birikimlerini zamanla kaybetmişlerdir. Günümüzde ise bu bilgiler artık genel kültür düzeyinde korunmaya çalışılmaktadır.

Kafkasya'da tarıma elverişli arazi çoktur. Burada üzüm yetiştirmek için çok uygun topraklar vardır (Velichko, 2016:111).

Dünyanın en saygın bilginlerine göre elma, armut, erik, kiraz, kestane ve bazı diğer meyvelerin vatani bizzat Kuzeybatı Kafkasya'dır. P.M.Jukovski, dünyada bahçeciliğin gelişmesi açısından Kuzeybatı Kafkasya'nın büyük öneme sahip olduğunu yazmıştır (Agrba ve Khotko, 2007:18).

Eskiçağdan beri tarımcılık yapan Adıgeler, Kuzeybatı Kafkasya'da orman-bahçe ve orman-tarla sistemini uygulayarak bölgeyi baştan başa dev bir bahçeye dönüştürmüşlerdi. Şapsuğ yöresindeki geleneğe göre, baharda ilk defa ormana giren her kişi bir meyve ağacı aşısı yapmak zorundaydı (Agrba ve Khotko, 2007:27).

Adıgelerin hububat ve yabancı meyve türlerini ıslah ederek melez türler geliştirmesi, eski dönemlerden beri aşılama tekniği konusundaki bilgi sahibi olduğunun göstergesidir.

Yabancı türleri ıslah etme bilgisi yanında, iyileştirme ve bitki koruma tekniklerinde de ileri düzeyde bilgileri varken, bu bilgi birikimi maalesef kaybedilmiştir. Günümüze ulaşabilen bu yöntemler aşağıdadır:

#### **4.4.2.1. Bitkiler Zararlılarından Kaynaklı Hastalıkların Tedavisi**

- Meyve ağaçlarını zararlılardan korumak için yapraklarına odun külü atılır (G.Besler ile görüşme, 10.09.2018).
- Ökse otu kaynatılarak, ağaç gövdelerini karıncalardan ve diğer böceklerden korumak için kullanılır (Тхагапцова, Sanal, 2019:3).
- Ormana dikilen asma çubukları kızıl ağaç, dut, vb ağaçlara sarılırdı. Bu gibi Adige bağlarında hastalık olmuyor ve verimi yüksek oluyordu (Bi,2011:106). Bu yöntemlerle topraktan gelecek zararlılardan koruma sağlanıyordu.

#### 4.4.2.2. Diğer

- Şıblenin çarptığı taşlar nazardan ve kötülüklerden korumak için meyve ağaçlarına asılırdı (Teuv Aslan ile görüşme, 27.02.2018).
- Demir eksikliği nedeniyle verimin düşmesini engellemek için;
  - Asmaların kökünün olduğu toprağa demir tozu gömülür
  - Meyve ağaçlarının köklerinin olduğu toprağa demir parçası gömülür
  - Saksıda yetişebilen kısa boylu bitkilerin kök kısımlarındaki toprağa büyük çiviler çakılır (G.Besler ile görüşme, 14.03.2018).
- Tarım alanlarında her yıl farklı bitki türlerinin ekim dikimi yapılarak, toprağın veriminin düşmesi engellenir (G.Besler ile görüşme, 14.03.2018).





## 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 5.1. SONUÇ

Şifacılık disiplini her şeyden önce, barındırdığı tecrübenin içinde; toplumun geçmişinden süregelen uygulamaları, korunan pratikleri, geleneksel yaklaşımları ve inançları, yaşam biçiminin kodlarını saklamaktadır. Bu disiplin aynı dil gibi, gelecek kuşaklara kültürel aktarımı sağlar.

Bu disiplinin temsilcisi olan şifacılar, doğayı gözlemleyerek ve doğal şifa olanaklarını bulup tecrübe ederek doğanın dilini çözmüş, bitki ve şifa bilgisini bilen ve kullanan, birikimlerini halk inançlarıyla harmanlayan “kültür taşıyıcılarıdır”.

Bu kişiler, şifalandırma konusunda derinleşmiş kişilerdir. Toplumun sağlık sorunlarına çözüm bulmak amacıyla; bitkiler, madenler ve çeşitli malzemelerden ilaç yaparak doğal tedavi yöntemleri, sihir-büyü-tılsım yaparak ve zihnini hasta kişiye yoğunlaştırarak majik tedavi yöntemleri, İslamiyetten sonra da muska yazarak-dua okuyarak dinsel tedavi yöntemleri geliştirmişlerdir.

Şifacıların bu özgün yöntemleri, geleneksel bir öğreti halinde usta-çırak ilişkisiyle sözlü olarak sonraki jenerasyonlara aktarılmış; bu bilgiler toplumun hafızasında birikerek kendini korumuş, her türlü dış etkilere rağmen devamlılığını sağlamıştır.

Kuzeybatı Kafkasya coğrafyası, geçmişte Çerkeslerin doğal müttefiki konumunda olmuş; kendi insanına tarım, hayvancılık, ormancılık başta olmak üzere birçok geçim ve yaşam olanakları sunmuş, kültürel gelişimlerine katkıda bulunmuştur.

Kuzeybatı Kafkasya doğası, zengin şifalı bitkileriyle yöre şifacılarının doğal tedavi yöntemlerine kaynak olmuştur. Adıge şifacılar, yöresel şartlara bağlı ortaya çıkan bir hastalığın şifasının yine o bölgedeki şifalı bitkilerde olduğunu bilirlerdi.

Çalışmamız sırasında edinilen bilgiler genel anlamda değerlendirildiğinde, Adıge toplumunun şifacılık birikiminin kronolojik altyapısı ortaya çıkmaktadır;

- Proto Adıgelerden gelen mitolojik bilgilerde doğanın gizleri; şifalı otlar, tılsım, sihir, v.b. majik yöntemlerle çözümlenmeye çalışılmıştır.
- Adıge toplumu, tarım toplumu olmasıyla birlikte yerleşik düzen ve toplu

yaşamla tanışmış; toplumsal sağlığın korunmasının önemi anlaşılmış, zengin bitki florası ve coğrafyanın yardımıyla, davranış ve toplum kurallarında şifacılık yerini almıştır.

- Savaşlarla birlikte cerrahi yöntemler ve pratikler geliştirme gerekliliği ortaya çıkmıştır.
- Sürgün sonrası toplumsal dağılma nedeniyle de; mevcut birikim büyük ölçüde değişim ve dönüşüme uğrayarak, büyü, dua, okuma, üfleme, vb. dinsel etkiler başta olmak üzere yerel kültür, yaşanan ülkedeki politikalar, sosyal etkileşim vb. dış etkilere maruz kalmıştır.

1864 Sürgünü, Adıge halkının kültürel erozyonuna yol açan kırılma noktasıdır. Toplumun binlerce yıllık kültürel birikimi köklerinden koparak, ait olmadığı coğrafyalarda yaşama tutunmaya çalışmış; buralarda karşılaşılan fiziksel, toplumsal, kültürel ve sistemsal farklılıklar, diğer kültürel öğeler gibi Adıge şifacılığına da adaptasyon zorunluluğunu dayatmıştır.

Toplumsal hafızanın sürgünle diasporaya taşınması, arkada kalanlarda da eksiklik yaratmıştır.

Her coğrafyanın şartları farklıdır. Sürgün sonrası;

- Kuzey Kafkasya'daki zengin endemik bitkilerin olduğu coğrafyayı arkasında bırakan toplumsal hafızanın neredeyse tamamı, elindeki derin şifacılık bilgisiyle diasporaya geçmiş, kalanlar haliyle bilgi eksikliğiyle karşı karşıya kalmış ve yeni gelen kültürle etkileşime girmiş,
- Diasporaya geçen şifacılar ise farklı coğrafi bölgelere yayılarak, birbirinden farklı diasporik şartlarla karşılaşmış, yaşamak zorunda bırakıldıkları yeni coğrafyalardaki şartlara, önceden uyguladıkları disiplini adapte etmek zorunda kalmışlardır.

Kültürel erozyona yol açan sürgünle birlikte, Adıge şifacılık disiplini değişim ve dönüşüm sürecine girmiştir. Çalışmamız da; geleneksel yöntemlerin adaptasyon baskısına maruz kalması sonucu sözkonusu alandaki eksen kaymasının etkisiyle meydana gelen değişim ve dönüşüm ile bunlara etki eden iç (dilin konuşulmaması, sonraki kuşakların ilgisizliği, vb) ve dış (paylaşılan coğrafyada yaşayan diğer

kültürlerle etkileşim, devlet politikaları, vb) faktörlerin etkisine odaklı olmuş, mümkün olduğunca saf bilgilere ulaşılmaya ve kayıtlamaya gayret edilmiştir.

Çalışmamız sonucunda aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır:

- Diğer kültürel öğelerde olduğu gibi, konumuzla ilgili geçmişe ait yazılı bilgilere, o dönemde bölgeyi ziyarete gelen yabancı gezginlerin gözlemlerini aktardıkları eserlerde rastlanılmıştır. Adıgelerin kayıtlama ve arşivleme geleneğinin olmaması, ayrıntılara ulaşılmamasına olanak tanımamıştır. Bugün bile toplum hafızası ve kültürel birikimin sözlü aktarım geleneğinin korunması altında olduğu gözlemlenmiştir.
- Adıge şifacılığının, toplumun gelişim sürecinin kronolojik altyapısını barındıran alanların başında geldiği de görülmüştür.
- Adıge şifacılık belleğinin kaydedilmemiş olmasının yanında, Adıgelerin eski inançlarının yeni inanç sistemlerinin içinde de hayat bulduğu gerçeğinden hareketle; eski inançlarına ait izlerin günümüzde en fazla şifacılık disipliniinde korunduğu gözlemlenmiştir.
- Hem Türkiye hem de Kuzey Kafkasya'daki tedavi yöntemlerinde, ilaçlarla ilgili tariflerin ayrıntılarına ya da reçete örneklerine rastlanmamıştır.
- Türkiye'deki Adıgelerde sürgünle gelen şifacıların derin birikimi bir sonraki kuşakta aynı potansiyelini koruyamamış; bilgi aktarımı günümüzde kulaktan dolma bilgi düzeyine inerek, dinsel motiflerin baskın olduğu bir görünüme bürünmüştür. Aynı durum Kuzey Kafkasya'daki saha çalışmamızda da karşımıza çıkmıştır.

Sonuç olarak; Adıge şifacılık bilgisinin, Proto Adıgelerden günümüz Adıgelerine “sözlü aktarım” yoluyla iletilmesinin kuşaklar arası aktarımlarda iç ve dış faktörler nedeniyle sekteye uğradığı, bir sonraki kuşağa zayıflayarak geçtiği, günümüze gelindiğinde ise hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya coğrafyasında yaşayan Adıgelerde değerinin anlaşılammış ve korunammış olduğu; disiplin olmaktan çıkarak genel halk bilgisi düzeyine indiği düşünülmektedir.

## 5.2. ÖNERİLER

Adıge şifacılığındaki her uygulama, her pratik geçmişten gelen izleri taşımaktadır. Bu bağlamda; günümüz itibarıyla, geçmişten gelen kültürel belleğin her türlü zamansal ve mekânsal erozyona rağmen elde kalanıyla, gelecek kuşaklara aktarımı toplumumuzun önceliklerinden olmalıdır.

Vurgulamak gerekir ki; bu alanda acil kayıtlanması gereken ve halen geçerliliğini koruyan kadim bilgiler, pratikler ve ipuçları toplumun hafızasında arka planda saklı durmakta ve keşfedilmeyi beklemektedir. Dolayısıyla;

- Aynı dil motifi gibi şifacılığın da, kültürel öğeleri koruyucu ve geleceğe aktarıcı rolü göz ardı edilmemelidir. Modern tıp biliminde zamanla birçok uygulama terk edilmiş, yöntemleri işlerliğini yitirmişse de; geleneksel tedavi yöntemleri halk arasında bir şekilde uygulanmaya devam etmiştir. Adıge toplumunun hafızasında saklı kalmış ve yok olma tehlikesi eşiğini çoktan geçmiş bu değerli bilgi birikimi mümkün olduğunca kayıt altına alınmalıdır.
- Hem Türkiye hem de Kuzeybatı Kafkasya’da, bu alanda kültürel erozyona neden olan faktörlerle ilgili tespitler bir araya getirilerek, sosyoloji, psikoloji gibi diğer bilim dallarıyla ortak metotlar ve çözümler geliştirilebilir.
- Adıge şifacılığında arda kalan bilgileri, hayvan ve bitkilerin tedavisiyle ilgili yöntemlerin de dahil edildiği temel başlıklar altında toplayıp; tıp, eczacılık, kimya gibi diğer bilim dallarıyla ortaklaşa araştırarak, konunun pozitif bilimde de temellerinin atılması gerekliliği olduğu söylenebilir.
- Üniversite ve sivil toplum örgütlerimizin işbirliğiyle, hem Türkiye hem de Kuzey Kafkasya’da ayrıntılı saha çalışmasına geçilerek, şifacılığın son kuşak temsilcilerindeki birikime ulaşılması için gerekli çalışmalara başlanmalıdır.

Nartlardan bu yana nesilden nesile aktarılarak biriktirilmiş Adıgelerin şifacılık disiplininin Türkiye’de de Kuzey Kafkasya’da da değeri anlaşılamamış, korunamamıştır.

Bu kadim bilgilere sahip diasporalı ilk kuşak Adıge şifacılar artık aramızda değillerdir. Zaman içindeki her türlü olumsuzluğa rağmen, onların kadim disiplininden arda kalanlar, kullanılsa da ya da değişime uğrasa da, toplumumuzun hafızasında bir yerlerde günışığına çıkarılmayı beklemektedir.

## АДЫГАБЗЭ ЗЭФЭХЫСЫЖЬ (ADIGESE ÖZET)

АДЫГЭХЭМ СЫМЭДЖЭНЫГЪЭ ШЭНХАБЗЭУ ЯАГЪЭХЭР

КАНАТ ХЪАЯТ

КАВКАЗЫБЗЭХЭМРЭ ЯКУЛЬТУРЭХЭМРЭ ЯОТДЕЛЕНИЕ

АДЫГАБЗЭМРЭ ЛИТЭРАТУРЭМРЭ ИКЪУТАМ

УПЧЭЖЪЭГЪУ: ДР. ЕГЪЭДЖАКІУ ФЭХЪМИ АЛТЫН

Мэкууогъумаз 2019, нэкуубгъу: xiii+190.

Адыгэхэм ижыдэдэм кыкІэу тхыгъэ ялагъэп. Гуиль-шъхъаилъэу лъэпкъым ишІэныгъэу зэІукІагъэр, зыІотагъэмрэ едэІугъэмрэ зэІэпахызэ, уахътэм шаухъумэныр, джырэ мафэхэм кынагъэсыныр, шІэныгъэр къагъэгъунэныр хабзэу ахэлъыгъ.

Мы хабзэм кызэрихъ зекІуакІэу, шъошІ хъуныгъэм, цыф зэхэтыкІэм, зэгурыІуакІэм, сымэджэныгъэм еІэзэнырэ гъэхъужынырэ афэдэ Іофхэм яхъылІэгъэхэр зыІэ кыфэхэрэм ІорыІуатэкІэ цыфхэм къалыІэсыжъэу щытыгъ.

Сымаджэм игъэхъужын-еІэзэн хабзэхэм ашъхъарыкІэу, хахыгъэ шапхъэм епхыгъэу, хабзэ афэхъугъэ шыкІэхэр, яшъошІ хъуныгъэрэ ящыІэкІэ-гъэпсыкІэрэ зэрэшытыгъэр хэолъагъо. Сьд фэдэ шІэныгъи (жэ-тхъакІумэ зэпыдзагъэм тетэу) ІорыІуатэкІэ зэлагъэІасыжыщтыгъ.

Мы Іофыгъор зезыхагъэр Іазэхэр ары. КъэкІыхэрэм яшІуагъэхэр ауплъэкІузэ, нэмыкІ цыфхэми яшІошІ кыхагъафэзэ Іэзэгъу Іофыр зэрахъагъ.

Къыднэсыжыгъэ тхыдэм узеплъыкІэ, адыгэхэм Іэзагъэу зэрахъагъэм ылапсэхэр кыхэщых:

- ижырэ адыгэхэм яэпос хэль шІэныгъэхэмрэ чІыопсым ишъэфхэмрэ зэпаубытэу, Іэзэгъу зыхэль къэкІыгъэхэмрэ агъэфедэу сымаджэ гъэхъужыным зэрэдэлэжъагъэхэр олъэгъу;
- адыгэхэр мэкуу-мэщ шІэным зыхахъахэм, зы чІыпэ щыпсэухэу, куп хъухэу, къуаджэхэр агъэуцоу фежъагъэх. Кулым (Лъэпкъым) ипсэуныгъэ къэгъэгъунэныр ячІыналъэ кыщыкІыгъэхэм ибаигъэкІэ зэшІуахыгъ ыкІи куп щыІакІэ шэнхабзэхэр агъэуцугъ;
- заохэр кызежъэми, уІагъэ гъэхъужыныр, щэ хэхыныр утыгум

кыхьагъ;

- яхэгъэгу кырафыхэу, ячыналъэ забгынэ кынэуж, лъэпкъым Iэзагъэм фэгъэхьыгъэу ахэль хьугъэ шIэныгъэм пызыжыгъэх. ЗыIукагъэхэ диным кызыериIоу сымаджэм феджэхэу, фепщэхэу, нэпх фашIэу хьугъэх.

Нарт эпосым зыщIэ кыхэхьырэ Сэтэнай-гуашэр лъэпкъым ишIэныгъэ кыухьумэу, кьэкIощтыр ыльэгъоу, хьуштыр ышIэу щытыгъэу кьаIуатэ. Лъэпшъ нарт кIалэхэм яуIагъэхэр, зэпыутыгъэ шхужьхэр, кьупшъхьэхэр гьучIыкIэ пигъэжэжыгъэу кьаIуатэ.

Мыекьуапэ Iуашъхьэм зетIэхэм, кьагъотыгъэ Iэмэ-псымэхэм ащыщэу, ыныбжь ильэс минитIурэ шьийрэм (2800) нэсэу, джэрзым хэшIыкIэгъэу маисэжъ ахэль. Зэрелэзагъэхэр кыхэхэщэу шъхьэ, пкъы кьупшъхьэхэр кыычIэкIыгъэх.

Адыгэхэр зыщыпсэугъэ чыпIэм кыщагъотырэ Iэмэ-псымэхэм лъэпкъыр зынэсыгъэ шIэныгъэр кьагъэлыагъо. Лъэпкъыр итэкьу-ипхьэхъ зашIы кынэужи ишIэныгъэхэм щыкIэгъэшхо зэрафэхьугъэр ольэгъу.

Мы ушэтыным тимурадыр: ижьырэ адыгэхэм сымэджэныгъэхэм зерелазэщтыгъэхэр, джырэ адыгэхэм IорыIуатэкIэ кызыэрэлыагъэлэсыжыгъэр, лъэпкъыр зызэбгыратэкьум ыужи адыгэм гуиль-шъхьаилъь шIэныгъэ кызыэрафэмынэжыгъэр кьэдгъэлъэгъоныр ары.

Тиушэтын уцугъуищ мэхьу:

1. Апэрэ уцугъом сымэджэныгъэхэр, ахэр кызыхэкIыхэрэр, зерелазэхэрэр, Iазэгъу шIыкIэу яIэхэр кьэтIотагъ.
2. ЯтIонэрэ уцугъом адыгэ Iазэхэм, ижъым щегъэжыагъэу непэрэ мафэхэм анэсэу ашъхьарыкIыгъэхэр, хахьо е хэкIэу фэхьугъэхэр кыщытIотагъ.
3. Ящэнэрэ уцугъом адыгэ Iазэхэм цIыфыхэр сымэджэныгъэхэм зэрэщаухьумэщтыгъэхэр, сымаджэм зерелазэщтыгъэхэр, кьэкIырэ уцхэр агъэфедзэ, IэзакIэу яIагъэхэр хэкум исхэм кьаIотагъэхэмрэ Тыркуем исхэм кьаIотагъэхэмрэ кыщыттыгъ.

Тиушэтын тызэупчIыгъэмэ кьытфалотагъэхэр хэдгъэхьагъ. МыкIодыжыын тхыгъэу утыгум кьытлхьагъ.

**ГушыIэ лъапсэхэр:** адыгэ, IэзакIэ, Iазэ, сымэджэныгъэ, ижьырэ гъэхьужыкIэхэр.

## KAYNAKLAR

### 1. Kitaplar

- Agrba, Bella S. ve Khotko Samir H. (2007). *Çerkesya Ada Uygarlığı*. (Çeviren: Orhan Uravelli). Ankara. Kafdav Yayınları.
- Aktaş, Ü. (Ekim 2017). *Bitkisel Kürlerle İlaçsız Tedavi* (II.Baskı). İstanbul. Hayykitap.
- Aktaş, Ü. (Ağustos 2018). *İlaçsız Yaşam* (21.Baskı). İstanbul. Hayykitap.
- Altunay, E. (Ağustos 2012). *Kadim Cadılık Öğretisi* (1.Baskı). İstanbul. Sınır ÖtesiYayınları.
- Altunay E. (2014). *Paganizm-I Kadim Bilgelige Giriş* (4.basım). İstanbul. Hermes Yayınları.
- Arif, M. (Mart 2015). *Başımıza Gelenler* (6.Baskı). (Günümüz Türkçesine Aktaran: İlyas Özdemir). İstanbul. Babıali Kültür Yayıncılığı.
- Armstrong, K. (1998). *Tanrı'nın Tarihi* (1.Baskı). (Çeviren:Oktay Özel-Hamide Koyukan-Kudret Emiroğlu). Ankara. Ayraç Yayınevi.
- Asil, E. ve Soner O. (1989). *Mut, Gülnar, Ermenek Yöresi Halk İlaçları Üzerinde Bir İnceleme*. Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri, 23-25 Kasım 1988. Ankara. Ankara Üniversitesi Basımevi. Sy:39-46.
- Baj, J. (1995). *Çerkesler* (1.Basım). Ankara. Ayyıldız Yayınları.
- Blavatsky, H.P. (Mart 2016). *Peçesiz İsis* (I.Basım). (Çeviren: Ruya S.Uğurlu). İstanbul. Mitra Yayınları.
- Blavatsky, H.P. ( Temmuz 2017). *Gizli Öğreti-Bilim, Din ve Felsefenin Sentezi I.Cilt* (2.Basım). (Çeviren:Ruya S.Uğurlu). İstanbul.Mitra Yayınları.
- Berzeg, N. (2010). *Çerkesler-Kafkas Sürgünü: Vatansız Bırakılan Bir Halk* (5.basım). İstanbul. Chiviyazıları Yayınevi.
- Betrozov, R. (Ocak 2009). *Çerkeslerin Etnik Tarihi*. (Çeviren: Orhan Uravelli). Ankara. Kafdav Yayınları.
- Bi, M. (2011). *Kafkas Tarihi-I*. Ankara. Berikan Yayınevi
- Bice, H. (Haziran 1991). *Kafkasya'dan Anadolu'ya Göçler*. Ankara. Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

- Buhner, S. H. (Mart 2012). *Yeryüzü İle Konuşma Sanatı Kutsal Bitkilerle Şifacı Olmak* (I.Baskı). (Çeviren: Tanya Çelebi). İstanbul. Okuyan Us Yay.
- Candan, E. (Şubat 2017). *Gizli Sırlar Öğretisi* (21.Baskı). İstanbul. Sınır Ötesi Yayınları.
- Cankat, E. (Temmuz 2012). *Abzeh Tarihi* (1.Basım). Antakya. Ürün Yayınları.
- Cirhinlioğlu, Z. (2018). *Sağlık Sosyolojisi* (7. Baskı). Ankara. Nobel Yayın Dağ.
- Dönmez, Y. (2014). “*Umut Yolcuları*” *Tarihi Anılar ve Öyküler*. Ankara. Kafkas Araştırma Kültür ve Dayanışma Vakfı.
- Duke, J.A. (2008). *Yeşil Eczane*. (Çeviren: İsmail Tulçalı). İstanbul. Pegasus Yay.
- Eliade, M. (Aralık 2014). *Şamanizm* (3.Baskı). (Çeviren: İsmet Birkan). Ankara. İmge Kitabevi Yayınları.
- Erkan, A. O. (Haziran 1999). *Tarih Boyunca Kafkasya* (1.Basım). İstanbul. Çiviyazıları Yayınları.
- Ersoy, H. ve Kamacı A. (Ekim 1994). *Çerkes Tarihi* (3.baskı). İstanbul. Tüzm zamanlar Yayıncılık.
- Григорьев, А.А. (1929). *Советская Медицина На Северном Кавказе 2-ое.Приложение*. Ростов. Издание Кравого Управления Эдравоохранения Северо - Кавказского Края Год Издания Шестой.
- Gökbil, A. R. (2012). *Büyük Şifalı Bitkiler Ansiklopedisi*. İstanbul. Bilim Teknik Yayınevi.
- Güneş, M. (1969). *Evliya Çelebi ve Haşim Efendi'nin Çerkezistan Notları*. İstanbul. Hüsniyat Matbaası.
- Hall, M. P. (2012). *Tüm Çağların Gizli Öğretileri* (3.Basım). (Çeviren:Murat Sağlam). İstanbul. Mitra Yayınları.
- ХЪЭКЪУН, Б. (1992). *Адыгэ КъэкӀыгӀэцӀэхэр*. Словарь Адыгских Названий Растений, Налшык: Эльбрус.
- Hotko, S.H. (2011). *Çerkeslerin (Adigelerin) Tarihi*. (Çeviren: Orhan Uravelli). Maykop. Arpa Yayıncılık.
- Hume, D. (Mayıs 2016). *Din Üstüne* (5.Baskı). (Çeviren: Mete Tunçay). Ankara. İmge Kitabevi Yayınları.
- Huvaj, F. (Nisan 2007). *Türkçe-Adıgece Adıgece-Türkçe Sözlük*. Ankara. Yorum Basın-Yayın San.Ltd.Şti.



- Interiano, G. (Kasım 2017). *Çerkesya Seyahatnamesi* (1.Basım). (Çeviren: Gamze Gül Özfirat). Ankara. Kafkasya Yayınları Basın Yayın Tercüme.
- Karmokov, H. (t.y). *Sasrıkua*. (Çeviren: F.Huvaj-B.Berezgov).-Rusya Federasyonu UNESCO Komisyonu.
- Kaya, A. (Ocak 2011). *Türkiye’de Çerkesler Diasporada Geleneğin Yeniden İcadı* (1.Baskı). İstanbul. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Kaya, Y. (Nisan 2015). *Çerkesler Tarih-Mitoloji-Gelenek Cilt I*. İstanbul. Dahi Yayıncılık Eğitim Basım Ticaret- Ramazan Güven.
- Клемм, Г. Ф. (2015). *Культура и Быт Черкесов 1845*. (Перевод с нем: Саранчиной Г.С., Составитель: Б. Едыдж). Майкоп. Издательство “Паштов З.В.”
- Kolenati, F.A. (1859). *Reiseerinnerungen von F.A. Kolenati, Professor etc.* (Zweiter Theil). Mit 16 Holzschnitten. Dresden. Verlagsbuchhandlung von Rudolf Kuntze.
- Колетани, Ф.А. (2017). *Путешествие по Черкессии*. (Второй Том). Майкоп. Полиград-ЮГ.
- Korkmaz, M. (2012). *Mitolojik Dinlerin Gizemi Cilt I*. İstanbul. Kum Saati Yay.
- Кук, А. (2018). *Мир Хартов*. Майкоп. Адыгейское Республиканское Книжное Издательство.
- Lüleci, N. (2014). *Türkiye’de Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları’na Yaklaşım*. Geleneksel Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamalarına Uluslararası Bakış Konferansı Bildirisi, 7-8 Mart 2014. Derleyen: Mehmet Zafer Kalaycı. T.C.Sağlık Bakanlığı Yayınları. Sy:67-70.
- Markovin, V.İ. (2007). *Cüce Evleri İspunlar (Kuzeybatı Kafkasya Dolmenleri)*. (Çeviren: Orhan Uravelli). Ankara. Kafdav Yayınları.
- Меретуков, К.Х. (1990). *Адыгейский Топонимический Словарь*. Москва. Издательство Прометей.
- Met, Y. İ. (2002). *Kafkas Tarihi*. Ankara. Kalkan Matbaacılık.
- Mijayev, M. ve Pashtova M. (Ağustos 2018). *Çerkes Mitolojisi Ansiklopedisi* (1.Basım). Çeviren: Erdoğan Boz. Ankara. Metropol Yayınları.
- Morris, B. (Şubat 2004). *Din Üzerine Antropolojik İncelemeler Bir Giriş Metni* (1.Baskı). (Çeviren:Tayfun Atay). Ankara. İmge Kitabevi.

- Natho, K. (2009). *Kafkasya'da ve Kafkasya Dışındaki Çerkesler*. (Çeviren Ömer Aytek Kurmel). Ankara. Kafkas Bilimsel Araştırma Merkezi. İstanbul.
- Öner, Ç. (2001). *Şu Bizim Çerkesler* (2.basım). İstanbul. Can Yayınları.
- Özbay, Ö. (Ocak 1990). *Mitoloji ve Nartlar*. Ankara. Kafdağı Yayınları.
- Özbay, Ö. (Mart 1999). *Dünya Mitolojisi ve Nartlar* (1.Baskı). Ankara. Kafkas Derneği Yayınları.
- Özer, N. (1989). *Türk Halk Hekimliğinde Kaplıcalarımız*. Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri, 23-25 Kasım 1988. Ankara. Ankara Üniversitesi Basımevi. Sy:203-209.
- Özkan, A.M.G. *Toprak Ana'dan Gelen Şifa Tıbbi Bitkiler*. Aktüel Arkeoloji Dergisi. Kasım- Aralık 2014. Sayı: 42. Sy: 68-85.
- Özsaray, M. (2012). *Çerkeslerin İslamlaşması*. İstanbul. İz Yayınları.
- Türk Dil Kurumu (2011). *Resimli Okul Sözlüğü*. Ankara. TDK Yayınları.
- Saraç, E. (2010). *Doğanın Şifalı Eli*. İstanbul. Doğan Egmont Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş.
- Serbes, N. (Mayıs 2012). *Yaşayan Efsane Xabze* (2.baskı). Ankara. Phoenix Yayınevi.
- Şar, S. (1989). *Halk Hekimliğinin Dünü ve Bugünü*. Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri, 23-25 Kasım 1988. Ankara. Ankara Üniversitesi Basımevi. Sy:221-227.
- Şhalaxhue, A. (2001). *Kuban Kahramanları*. (Türkçesi: Fahri Huvaj). Ankara. Adige Yayınları.
- Şhalaxho, A. (Aralık 2010). *Çerkes Folkloru*. (Çeviri: Adnan Cankılıç). İstanbul. Nart Yayınları.
- Şovalye Taitbout De Marigny (Şubat 1996). *Çerkesya Seyahatnamesi*. (Çeviren:Aydın Osman Erkan). İstanbul. Nart Yayıncılık.
- Taneri, P.E. ve Akış, N. (Kasım 2017). *Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemleri*. Tıbbın Alternatifi Olmaz! Geleneksel Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları. Yayına Hazırlayanlar:Serpil Tütüncü ve Nilay Etiler. Ankara.Türk Tabipleri Birliği Yayınları. Sy:55-97.
- Tanilli, S. (2014). *Yaratıcı Aklın Sentezi Felsefeye Giriş* (15.Baskı). İstanbul. Yazın Basın Yayınları.

- Tez, Z. (Kasım 2017). *Tıbbın Gizemli Tarihi* (3.baskı).İstanbul. Hayykitap.
- Türk Tabipleri Birliği (Ekim 2012). *Bitkisel Ürünler ve Sağlık: Bilimsel Çerçeve ve Etik Açısından Yaklaşım*. Ankara. Türk Tabipleri Birliği Yayınları.
- Tütüncü, S. (Kasım 2017). *Geleneksel, Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarına Genel Bir Bakış*. Tıbbın Alternatifi Olmaz! Geleneksel Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları. Yayına Hazırlayanlar:Serpil Tütüncü ve Nilay Etiler. Ankara. Türk Tabipleri Birliği Yayınları. Sy:11-53.
- Тхагапсова, Г.Г.(1996). *Народная Медицина Адыгов*. Майкоп. Адыгейский Республиканский Институт Гуманитарных Исследований.
- Tornau, F. F. (Temmuz 1999). *Bir Rus Subayının Kafkasya Anıları* 1.Baskı. (Çeviren: Keriman Vurdem). Ankara. Kafkas Derneği Yayınları.
- Tuna, R. (2009). *Adıge Xabze*. İstanbul. Asya Yayınları.
- Velichko, V. L. (2016). *Kafkas-Rus Dosyası*. (Çeviren: İbrahim Gazigil). Ankara. Astana Yayınları.
- Едыдж, Б. (2017). *Адыгэ Лексикон*. Мыекъуапэ. Полиграф-ЮГ.
- Yılmaz, K. (Ekim 2016). *Çerkes Atasözleri* 1.Baskı. İstanbul. Tunç Yayıncılık.
- Yılmaz, K. (Ocak 2017). *Çerkes Mutfak Kültürü Yemek Gelenek ve Görenekleri* (1.Baskı). İstanbul. Tunç Yayıncılık.
- Зэфэс, А. (2006). *Тарихъ-ЛъэпкъшIэныгъэ Энциклопедие ГуыцIэлъэ КIэжI Адыгабзэ На Русском Тырку*. Мыекъуапэ. Адыгэ Республикэм Итхыгъ ТедзапI.

## 2. İnternet Kaynakları

- Akupunktur Tedavi Yönetmeliği (1991). T.C. Resmî Gazete, 20885, 29 Mayıs 1991.  
<http://www.resmigazete.gov.tr/arsiv/20885.pdf>.
- 6225 Sayılı Bazı Kanun ve Kanun Hükümünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun (2011). T.C. Resmî Gazete, 27916, 26 Nisan 2011.  
<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/04/20110426-1.htm>.
- 663 Sayılı Sağlık Bakanlığı ve Bağlı Kuruluşlarının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükümünde Kararname (2011). T.C. Resmî Gazete, 28103, 2.11. 2011.  
<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/11/20111102m1-3.htm>.

- Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği (2014). T.C.Resmî Gazete, 29158, 27 Ekim 2014.  
<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2014/10/20141027-3.htm>.
- Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarının Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik (2019). T.C. Resmî Gazete, 30709, 9 Mart 2019.  
<http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2019/03/20190309-2.htm>.
- Erer, M. T. ve Can D. (20.11.2016). *Mersin İlinde Bir Kadın Şifacı*. Lokman Hekim Dergisi. Yıl: 2017. Cilt:7. Sayı:2. Sy: 82-90.  
<https://dergipark.org.tr/download/article-file/643823>. (18.09.2018, 11:17).
- Gün, M. ve Şahinoğlu S. (15.12.2014). *Büyücülükten Şifacılığa Kadın Sağaltıcıların Öyküsü*. Mersin Üniv.Tıp Fak. Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, Yıl:2015, Cilt:5, Sayı:1,Sy:27-32.  
<https://dergipark.org.tr/mutfd/issue/43172/523683>. (07.06.2019,16:23).
- Hufford, D. J. (2007). *Halk Hekimleri*. (Çeviren: Yard. Doç. Dr. Mustafa Sever). Millî Folklor Dergisi. Yıl:19. Sayı:73. Sy:73-80.  
<http://www.millifolklor.com/PdfViewer.aspx?Sayi=73&Sayfa=70>  
(02.02.2018, 23:16).
- Jaimoukha, A. (2009). *Circassian Customs & Traditions A Brief Introduction АДЫГЭ ХАБЗЭ*. International Centre for Circassian Studies. Sy:163.  
<https://www.circassianworld.com/1626-circassian-customs-traditions-by-amjad-jaimoukha>. (21.06.2019, 11:25).
- Камиловна, М.М. и Имрановна Х.З. (2011). *Традиционные Обычаи И Обряды Народов Северного Кавказа И Дагестана, Связанные Сбесплодиемю*. Вестник Майкопского Государственного Технологического Университета. Sy:1-13.  
<https://www.academia.edu/39588524>. (19.06.2019, 09:18).
- Кириченко, Д.А. (2007). *Трепанация черепа на территории Кавказа и Анатолии (энеолит-эпоха бронзы)*. Sy:1-3.  
<http://www.academia.edu/3363968>. (08.06.2018, 01:03.).

- Красников, А. С. (20.01.2019). *История Формирования И Преобразование Горных Пород Лошадей Северного Кавказа*. Sy:1-2.  
<https://zen.yandex.ru/media/id/5a60368257906a2fcf791879>.  
 (20.06.2019, 20:28).
- Nirun, A. (17/08/2014). *Maji Sanati*. Sy:1. <https://www.bilinmeyen.com/maji-sanati>.  
 (28.05.2019, 18:47).
- Özkan, T. S. (2013). *Folklorun Yüz Yılında Halk Hekimliği Çalışmalarına Bir Bakış*. Millî Folklor Dergisi. Yıl 25, Sayı 99. Sy:137-144.  
<http://www.millifolklor.com>. (16.03.2019, 23:10).
- Sanal, (15 января 2010). *Адыги и Медицина- Алексей Озермесович Шомахов*. Sy:1. <http://www.diary.ru/~alimsherkes/p92559359.htm>  
 (26.06.2018, 08:46).
- Sanal, (1 Eylül 2011). *Çerkesya'da Tedavi Yöntemleri*. Jneps Gazetesi. Sy:1.  
<https://www.jinepsgazetesi.com/-12329.html>. (14.12.2017, 16:50).
- Sanal, (1 Nisan 2012). *Çerkeslerin Tedavi Metodları*. Jneps Gazetesi. Sy:1.  
<https://www.jinepsgazetesi.com/-12408.html>. (29.12.2017, 20:18).
- Sanal, T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı Ana Sayfası. <https://getatportal.saglik.gov.tr>. (28.06.2019, 23:50).
- Temren, B. (1998). *Din Antropolojisi Açısından İnanç ve Din Olgusuna İlişkin Bir Değerlendirme*. Ankara Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi. Cilt 38. Sayı 1-2. Sy: 301-311.  
<http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/26/1613/17359>. (03.08.2018, 19:12).
- Тхагапсова, Г. (20.01.2019). *Этномедицина адыгов, омела – адыг. кугъу, гъо*. Sy:1-3. <https://zen.yandex.ru/media/id/5a60368257906a2fcf791879>.  
 (07.06.2019, 08:25).
- Тхагапсова, Г. (2019). *Некоторые Диетологические Принципы В Традиционном Питании адыгов*. Sy:1-2.  
<https://zen.yandex.ru/media/id/5a60368257906a2fcf791879>.  
 (27.06.2019, 18:10).
- Türkmen, H. Ö. (05.04.2011). *Tarihsel Olarak Kadın Şifacılık Ve Tıbbın Değerleri*. Lokman Hekim Journal. Cilt:1. Sayı:2. Sy:21-27.  
<https://dergipark.org.tr/download/article-file/643305>. (01.03.2018 14:18).

- Uysal, H. R. (1 Kasım 2011). *Kefir; Fıçıda Ekşitilen İçecek*. Jineps Gazetesi.Sy:1. <https://jinepsgazetesi.com/-12055.html>. (21.12.2017 21:10).
- Унарокова, Р.Б. (2015). *Заговоры в традиционной культуре адыгов*.  
Ежеквартальный рецензируемый, реферируемый научный журнал «Вестник АГУ». Выпуск 4 (168) 2015.Sy:142-147.  
<http://vestnik.adygnet.ru/files/2015.4/4083/142-147.pdf>. (03.06.2019 14:18).
- Yağan, N. (2017). *Kuzey Kafkasya'nın Şifalı Bitkileri, Fitoterapi ve Sağlıklı Yaşam*. Sy:1. <http://www.circassiancenter.com/cc-turkiye/turizm/adigey/27-kkdasifalibitkiler.htm>. (18.5.2019,11:03).
- Yıldız, Y. (23.03.2018). *17. ve 18. Yüzyıl Batılı Seyyahların Eserlerinde Çerkez Kültürüne Dair Notlar*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. Cilt:18. Sayı: 1-18.Sy:219-240.  
<https://dergipark.org.tr/basbed/issue/38800/459482>. (07.06.2019,15:30).

### 3. Kaynak Kişiler

SIRA NO	ADI SOYADI	D. YILI	D. YERİ	MESLEĞİ
1	Ahmet Arslan	1971	Burhaniye	Maliyeci
2	Alaittin Büken	1938	Menemen	Eczacı
3	Asfar Kuek	1952	Maykop	Nartolog
4	Ata Katı	1929	Pınarbaşı	Askeri Hakim
5	Aytekin Yıldız	1966	Beşkazak	Emekli
6	Batıray Özbek	1946	Yeleme	Araştırmacı, Yazar
7	Batuhan Girayhan	1994	Bursa	Kalite kontrolör
8	Bırs Jantemir	1992	Maykop	Bilg.Mühendisi
9	Cankat Devrim	1946	Düzce	Emekli
10	Cem Doğu	1970	Bandırma	Mali Müşavir
11	Cevdet Soycan	1955	Akbaba	Emekli, Eğitimci
12	Demir Kızılkaya	1959	Pınarbaşı	Emekli
13	Fehmi Altın	1961	Çorum	Dr. Öğr. Üyesi
14	Fehmi Tümer	1964	Çorum	Emekli, Yazar
15	Gökhan Besler	1971	Tokat	Köpek Eğt.Uzm.
16	Guche Zamudin	1953	Maykop	Müzişyen
17	Hayrettin Turan	1954	Cemilbey	Emekli Maliyeci
18	Kurulay Yılmaz	1940	Bozüyük	Emekli, Yazar
19	Liza Gogunokova	1978	Nalçık	Fizik Mühendisi
20	Muazzez Sarı	1936	Koldere	Ev hanımı
21	Oğuz Berk	1969	Turhal	İş adamı
22	Orhan Halman	1956	İstanbul	Makina Ressamı
23	Oktay Cerrah	1945	Bozüyük	Emekli
24	Özgür Demirci	1973	Soğucak	Çiftçi
25	Saim Tuc	1934	Pınarbaşı	İş adamı
26	Sait Çapar	1947	Pınarbaşı	İş adamı
27	Suriye Yamaç	1930	Göksun	Ev hanımı
28	Şengül İyigün	1954	Kayseri	Müze Görevlisi
29	Şerafettin Demir	1932	Balıklidere	Emekli
30	Teuv Aslan	1948	Maykop	Arkeolog

31	Vedat Eroğlu	1964	Uzuntarla	İşletmeci
32	Yavuz Doğan	1976	İverönu	Esnaf
33	Zarema Dzibova	1973	Cambeçiyeye	Arşiv Görevlisi
34	Zübeyde Günhan	1959	Balıklıdere	Emekli



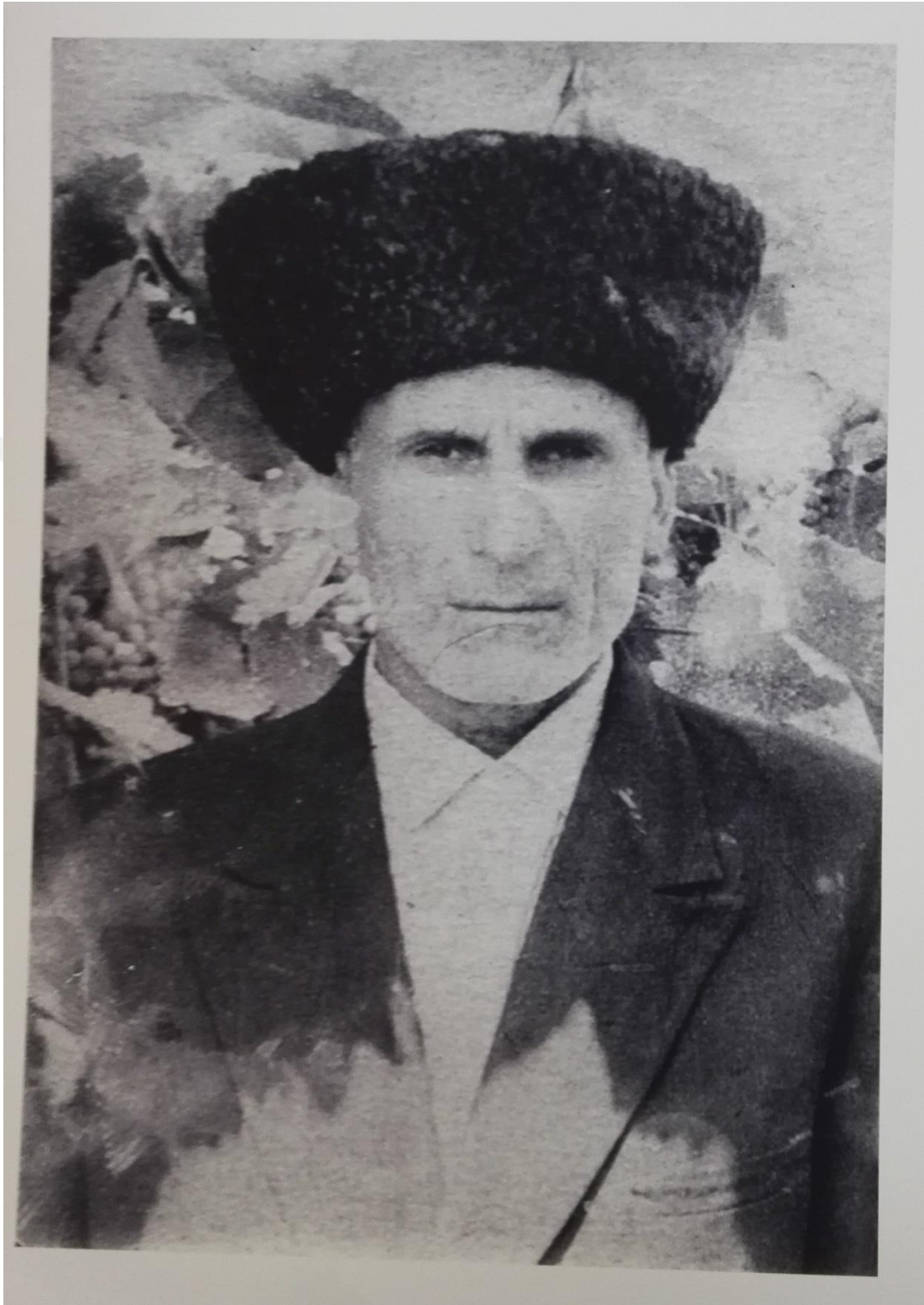


**EKLER**

**EK 1:** Krasnodar Kafkas Otları Tedavi Merkezi.



**EK 2/a:** Maykop Müzesi arşivi- K r Aze/ Hodz (tarih bilinmiyor)



**EK 2/b:** Z.Dzıbova kişisel arşivi.-Aze Hunago-tarih bilinmiyor.



**EK 2/c:** Z.Dzıbova kişisel arşivi.-Aze Afeşij Цуца- Çambeçiye Köyü-1973.



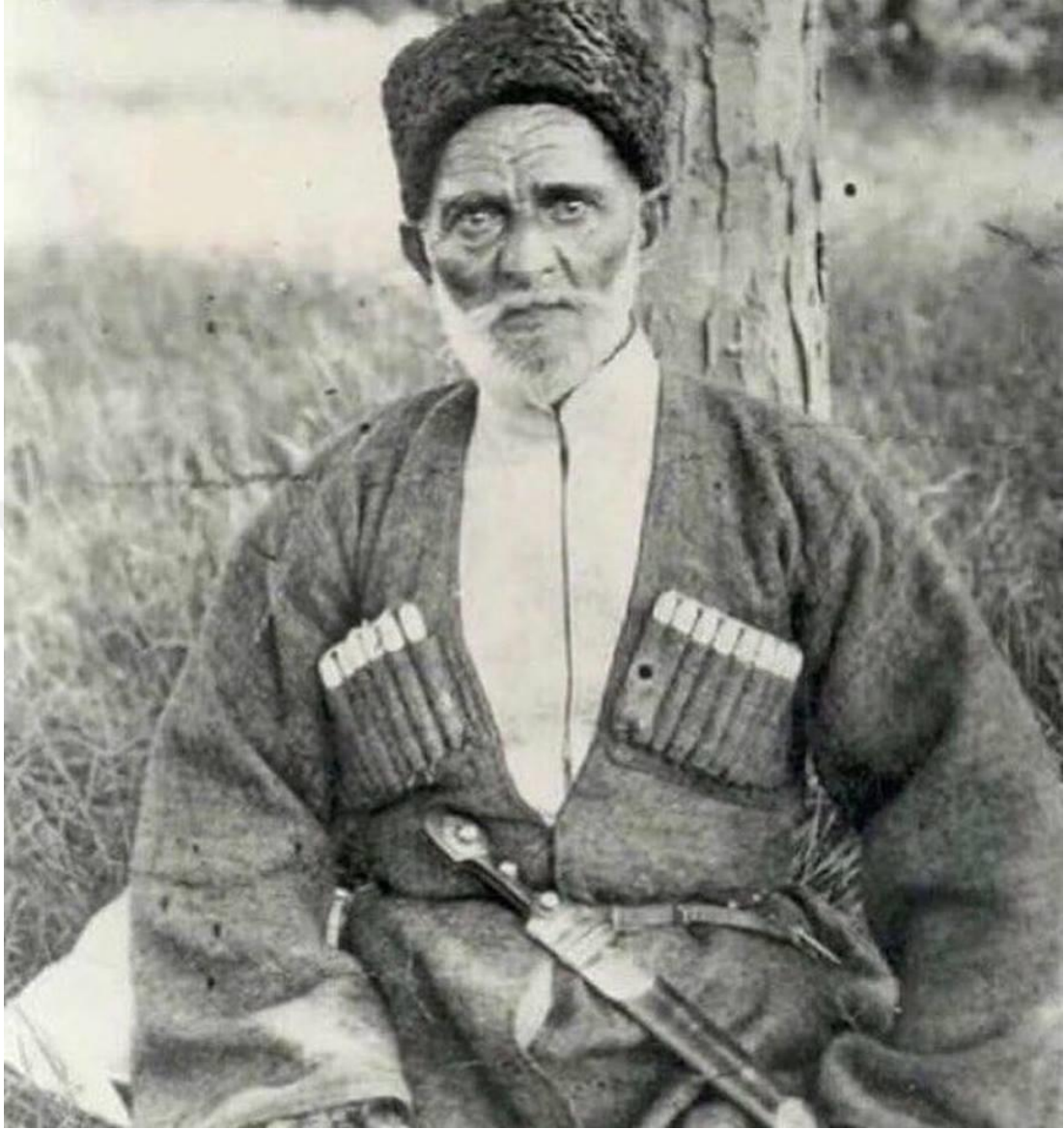
**EK 2/d:** Maykop Müzesi arşivi- Hekim Kadın- Fedz Köyü- 1987.



**EK 2/e:** Kurulay Yılmaz kişisel arşivi-Aze Yewtuk Hatice Yılmaz- Bozüyük-tarih bilinmiyor.



**EK 2/f:** Liza Gogunokova kişisel arşivi-Aze Roza-Nalçik-tarih bilinmiyor.

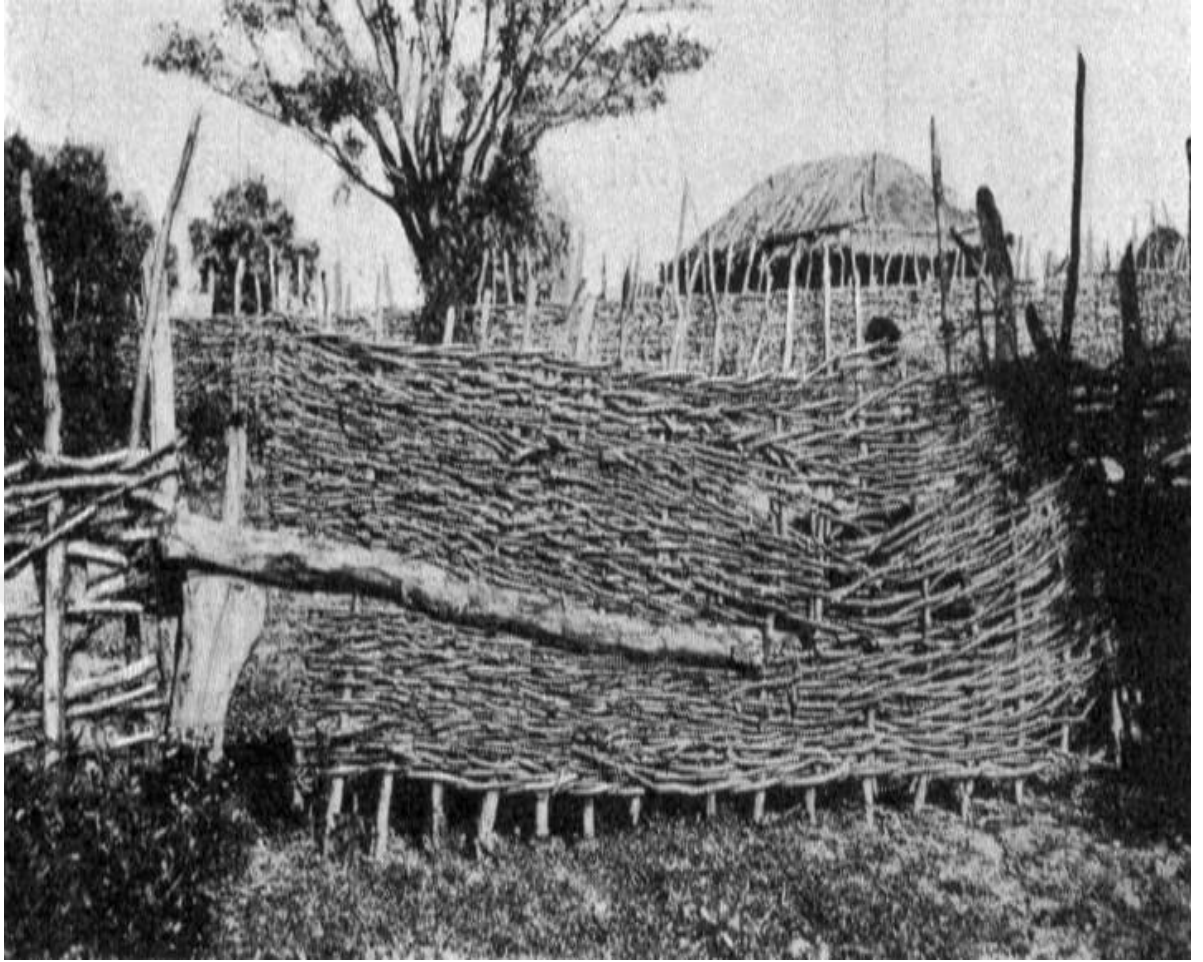


**EK 2/g:** Gökhan Besler kişisel arşivi- Aze Napso Yebaruk Haneshevich-Aguy  
Köyü-tarih bilinmiyor.





**ЕК 3:** Маукоп Мүзеси Арşиви- Блащапсынэ Хъаблэ- Псапэ Плын (Блащарсине Көуү- Şifa Çeşmesi)-1929.



**EK 4:** Teuv Aslan kişisel arşivi-Maykop civarı- Köy evinin bahçe girişindeki öküz kafatası- tarih bilinmiyor.



**Ek 5/a:** Maykop Müzesi- Bileği taşları örnekleri.



**Ek 5/b:** Maykop Müzesi- Bileği taşı örneği.



Ek 5/c: Maykop Müzesi Erken Bronz Dönemi Adıge Savaşçısı kimeri.



**EK 6:** Maykop Müzesi- Beşiğe asılı Şıblaşe taşı.



**EK 7:** Gökhan Besler kişisel arşivi- Sasrıko'nun Havlusu.



**EK 8:** Gökhan Besler kişisel arşivi-St. Elias ritüeli-18 Mayıs 1638, Sanatçı: Adam Olerius.





**EK 9:** Maykop Müzesi- bebek beşiği.



**EK 10:** Maykop Müzesi- demirci atölyesi.



**EK 11:** Maykop Müzesi- Adıge evi maketi.



**EK 12:** Maykop Müzesi arşivi- geleneksel tarzda s'aaye.



**EK 13:** Maykop Müzesi arşivi- Başağrısı tedavisi örneği- yer ve tarih bilinmiyor.



**EK 14:** Ş'gaçeş/ Damar otu görseli.



**Ek 15:** Ş'hun otu görseli.



**Ek 16:** Tha'goş/ efelek otunun görseli.





**EK 17:** Etyapan otunun görseli.



**EK 18:** Maykop Müzesi- Flağo görseli.



**EK 19.** Kara Mürver meyvesi.



**EK 20/a:** Maykop Müzesi- Deri parmaklık aparatı ön kısım görseli.



**EK 20/b:** Maykop Müzesi- Deri parmaklık aparatı arka kısım görseli.



**EK 21:** Maykop Müzesi- Blaşe/Yılan başı taşı görseli.



**EK 22:** Wuitçewutz görsele.



**EK 23:** Sığır Kuyruğu otu görseli.





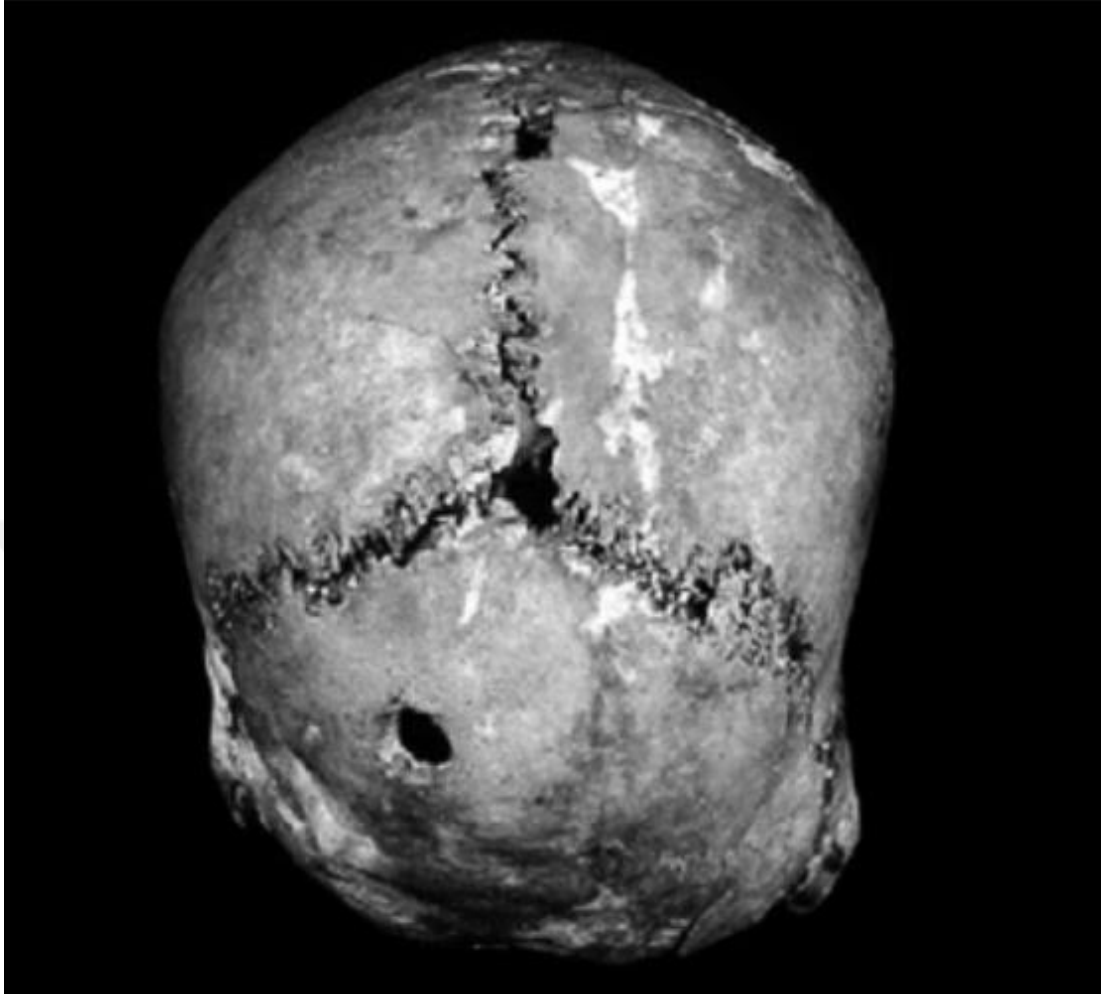
**EK 24:** Maykop Müzesi arşivi- Kube Talib Hatataevic'in ЧАПШІ töreni-1929.



**EK 25/a:** Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.



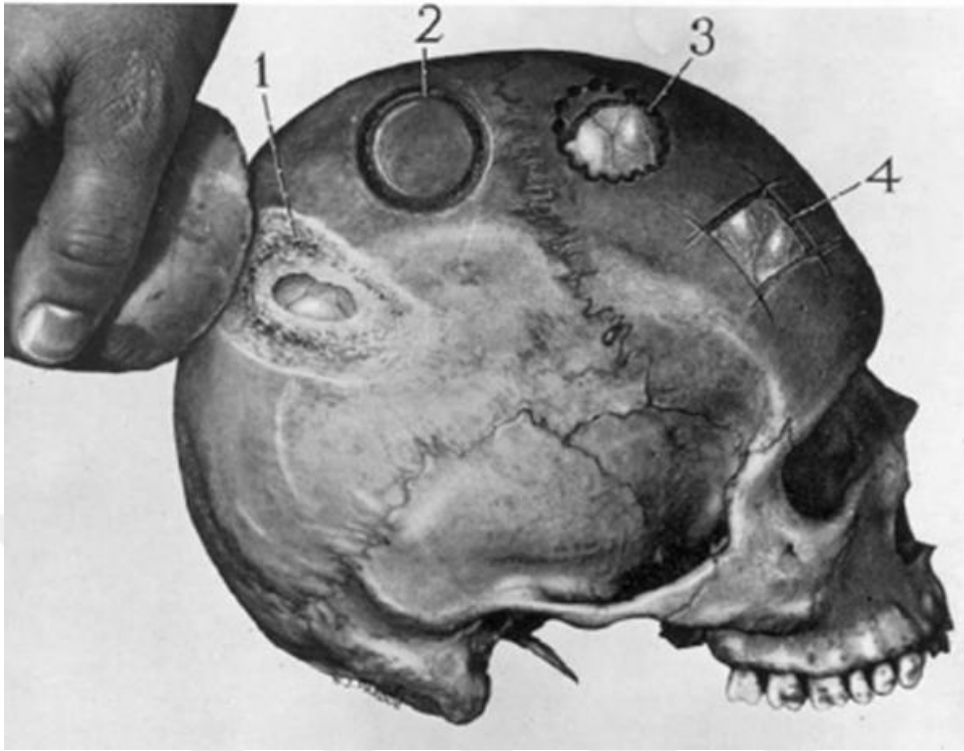
**EK 25/b:** Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.



**EK 25/c:** Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.



**EK 25/d:** Kafkasya Bölgesi arkeoloji çalışmaları-Trepanasyon örneği.



**EK 26:** Kafatasının trepanasyonu yöntemleri.



**EK 27:** Maykop Müzesi- Tedavi amaçlı kullanılan hayvan kemiği görseli.