

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

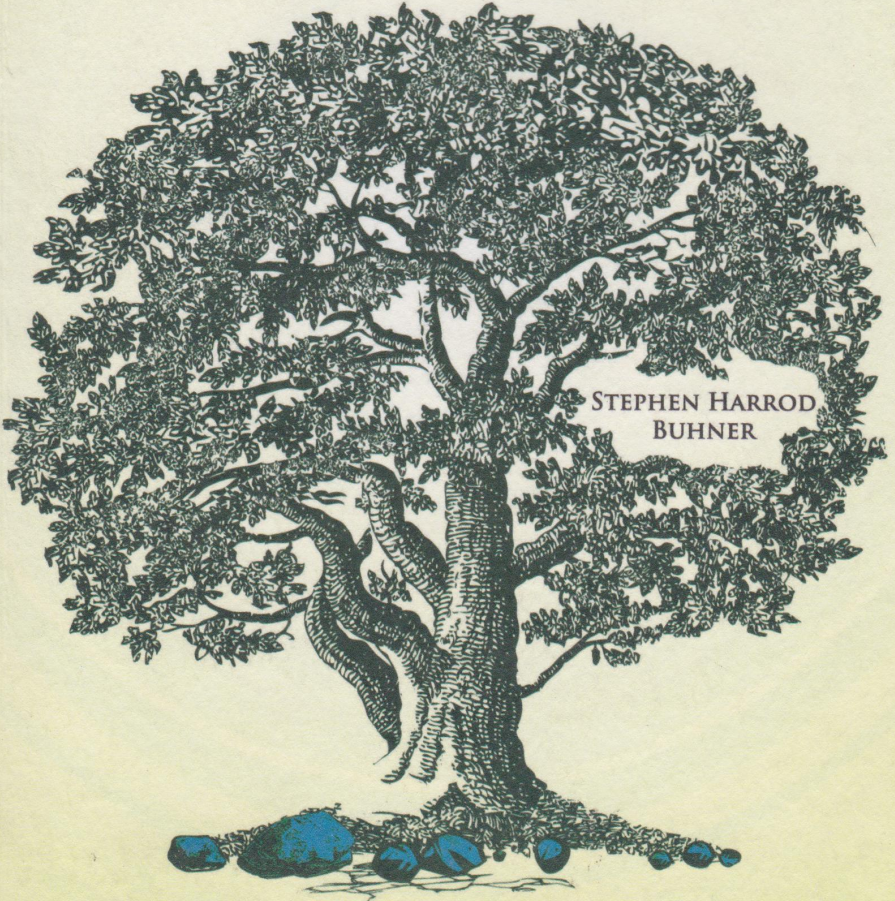
Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

şöpa
dizisi
bir

Yeryüzü ile Konuşma Sanatı

KUTSAL BİTKİLERLE ŞİFACI OLMAK



okuyan  us

Ücretsiz PDF Kitap Arsivi - <https://rantey.org>



1

Stephen Harrod Buhner

**YERYÜZÜ İLE KONUŞMA SANATI
KUTSAL BİTKİLERLE ŞİFACI OLMAK**

İngilizceden çeviren: Tanya Çelebi





Flora Dizisi 1

**Yeryüzü ile Konuşma Sanatı
Kutsal Bitkilerle Şifacı Olmak**
Stephen Harrod Buhner

ISBN: 978-605-4054-73-2

Sertifika No: 13838

I. Baskı: İstanbul, Mart 2012

Yayın Yönetmeni: Ebru Demetgül

Çevirmen: Tanya Çelebi

Editör: Ayşe Dirikman Kalıpçı

Yayına hazırlayan: Seda Arıcıoğlu

Kapak Tasarımı: Ebru Demetgül

Grafik Tasarım: Reyna Yiğit

Film, baskı ve cilt: Duplicate Matbaa Çözümleri San. ve Dış Tic. Ltd. Şti.

Maltepe Mah. Litros Yolu Sok. Fatih San. Sit. No: 12/102 Topkapı,
Zeytinburnu, İstanbul Tel: (0212) 674 39 80, Faks: (0212) 585 00 81

Orijinal Adı: *Sacred Plant Medicine, The Wisdom in Native American Herbalism*

Copyright © 1996, 2001, 2006 by Stephen Harrod Buhner

Bu eserin yayın hakları Akçalı Telif Hakları Ajansı aracılığıyla satın alınmıştır.

Her hakkı saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

© Okuyan Us Yayın Eğitim Danışmanlık Tıbbi Malzeme ve

Reklam Hizmetleri San. ve Tic. Ltd. Şti

Fulya Mah. Mehmetçik Cad. Eser Apt. A Blok No: 30 Daire: 5-6

Fulya, Şişli, İstanbul Tel: (0212) 272 20 85 - 86 Faks: (0212) 272 25 32

okuyanus@okuyanus.com.tr

www.okuyanus.com.tr



1

Stephen Harrod Buhner

YERYÜZÜ İLE KONUŞMA SANATI KUTSAL BİTKİLERLE ŞİFACI OLMAK

Kızılderililerin Bitki Bilgeliği

Nehrin Şifacı Kartalı'nın önsözü ile

İngilizceden çeviren: Tanya Çelebi

okuyan  **us**

Okuyan Us,
Flora Dizisi ile yeryüzü bilgeliğine bir kapı aralıyor.
Bu kapıdan şu an itibariyle görünen, yeryüzünün canını hissedenlerin
dünyanın neresinde olurlarsa olsunlar onu kollamak
ve gözetmek için türlü yollar buldukları.
Biz onlara tanıklık ediyor ve geçmişin izlerini sürüp yarınlara taşıyoruz.
Yaşamı kutlayarak ve çoğalarak...Yolumuz açık olsun...

Flora Dizisi editörü Ayşe Dirikman Kalıpcı
www.olymposflora.com

İÇİNDEKİLER



Teşekkür	7
Giriş	9
Genişletilmiş Önsöz	13
Önsöz	21
1 Kutsal Olan ve Yeryüzü	29
2 Yeryüzü ile Şifalanmak	43
3 Kutsal Bitki Tıbbının Görüleri	51
4 Bir Bitkinin Kutsal Şarkısı	63
5 Bitkilerle Kutsal İlişkiler Kurmak	75
6 Kutsal Yoldan Şifa Vermek	93
7 Şifayı Toprak'ın Derinlerinden Çıkarmak: Tıbbi Bitkileri Yabani Doğadan Toplama Sanatı	109
8 Bitkileri İlaç Haline Getirmek: Herbalizmin Teknolojisi	117
9 Tören: Bitkilerle Daha Derin Bağlar Kurmak	129
10 Rocky Dağları Bölgesinin Dört Kutsal Bitkisi: Kutsal Nitelikleri ve İlaç Olarak Kullanımları	149
11 Bitkiler ve Kutsal Kullanımları ile İlgili Kısa Bir Özet	165
12 Gaia'nın Doğuşu	201
Ek:	
Yabani Bitkileri Toplama Etiği ve Yönergeler	211
Notlar	217
Okunması Önerilen Kitaplar ve Bitki Kaynakları	225
Yazar Hakkında	229

Öğretmenlerime,

Yaratıcı'ya,

Toprak Ana'ya,

Bitkilere,

TEŞEKKÜR



Bir yaşama ve bir eserin meydana gelmesine etki eden insanların sayısı öylesine çoktur ki, onların her birini anmak, bir telefon defteri kadar ilginç ve düşündürücü olan bir listeyi gerektirecektir. Buna karşın, bu kitabın doğuş sürecine destek olan birçok insana şimdi burada teşekkür etmek istiyorum.

Ölmeden önce bilgilerini paylaşma cesareti gösteren şifacılar, özellikle Main'gans ile Baykuş Kadın'a; sebebi kitabımın içeriğinde açıkça görüldüğü üzere büyük-büyük ninem ve dedem C.G. ve Marry Harrod'a; bana dostluğun anlamını öğreten büyükannem Edna Buhner'e; bana yoldaşlık eden oğlum Benjamin'e; gece geç saatlere kadar benimle sohbet edip bana önerilerde bulunan ve desteğini esirgemeyen eşim Trishuwa'ya; cesareti ve -yürüdüğü yola ve kutsal çubuğun görülerine- adanmışlığı için Nehrin Şifacı Kartalı'na; güçlü bir şahsiyeti olan ve benimle sayısız telefon konuşması yaparak sohbetleri ile eğitimini sürdüren Wabun Rüzgan'na; 15 yıllık arkadaşlığı için ve coşkusuyla bize eşlik edip akıl hocalığı yapan Ed Canda'ya; Roberts Rinehart'ta kitaba inanan Toni Knapp ile Rick Rinehart'a; "Giving Voice To Bear" de gösterdiği bütünlük ve içgörüsü ile David Rockwell'e; görkemli çizimleri için Cyncie Marini'ye; beni bitkilere tanıtır yolculuğun başlamasına öncülük eden Catherine Hunziker'e; konuları gözden geçirip yazan Kelly Kindscher ve Bill Lyon'a; ve... küçücük bir umut kıvılcımının bazen ne denli kolaylıkla sönebildiğini bildiği için benim ilk yazılarımı okurken asla gülmeyen, hatta onlara tebessüm bile etmeyen John Dunning'in arkadaşlığına ve bilgeliğine...



GİRİŞ

Nehrin Şifacı Kartalı

Öyle bir zaman ki, iki ayaklılar ailesi için en güncel konulardan biri kutsal olanla yeniden tanışıklığa geçmek iken, Stephen Harrod Buhner'in kitabı bu yolculuğu anlamamız için mükemmel bir fırsat sunuyor. Kitap boyunca paylaştığı kendi derinleşme süreci ile birlikte insanlığın kutsal arayışının doğası üzerine yürüttüğü fikirler, bütünlük ve kutsallığı arayanlara ciddi anlamda yararı dokunabilecek mahiyette. Kutsal olana dair aradığınız bilginin biçimi ne olursa olsun, bu kitap daha engin bir bilgide derinleşmenize öncülük edecek, hatta özellikle de bilgelik yoluna iletecektir. Nitekim bu kitap, salt bilgi içeren bir kaynak değil, deneyimlerin ve bilgelige doğru derinleşmiş olan bilginin de kitabıdır. Tüm bilgelik kaynaklarında olduğu gibi burada da aktarılacak istenen, belli bir konunun yanı sıra (ki bu konu burada kutsal bitkilerin nasıl kullanılacağı ile ilgilidir) iyi bir yaşam sürebilmenin de yoludur. En sade şeylerden ahenkli ve sürdürülebilir bir yaşamın derin anlayışını üretir. Böylesi bir anlayış, böylesi bir biliş, bugünün dünyasında en değerli şeydir.

Yeryüzü ile Konuşma Sanatı, yaşlı yerlilerin ifadelerinden alınan kapsamlı açıklamaların ötesinde onların aktarılış biçimiyle, Stephen'in kendi öğrenme sürecine yaklaşımı ile dile getirir Yeryüzü bilgelliğini... Onun ifadelerinde, Kuzey Amerika toprakları ile uyum içerisinde yaşayabilmenin yolunu arayıp bulmak için herhangi bir renkten, ırktan ya da kültür zemininden gelmek gerekmediği açıklık kazanır. Kadim bitki bilgisini yerli halktan öğrenmek doğal bir şeymiş gibi görünüyor; yine de insanlığımızın tümüne uyanmalı ve spiritüel Yeryüzü bilgelisinin, herkesin doğumuyla birlikte getirdiği bir hak olduğunu idrak etmeliyiz. Yapmamız gereken tek şey, dikkatimizi onun belirişine adanmaktır. Eğer ahengi bulmayı istiyorsak, bu kadim ve hayat dolu potansiyeli farketmeliyiz.

Stephen, “Batının bakış açısıyla bakan insanlar için, bitkilerle kurulacak kutsal ilişkinin anlaşılmasını gerektiren düşünce yapısını kavramanın güç olduğundan” bahseder. Bu kitabı okudukça, kendinizi bu düşünce yapısının içinde bulacak, onun, başka yaşam biçimleriyle aramızda oluşturduğumuz çatlakların içine doğru sızdığını fark edeceksiniz. Tüm insanlığın doğal bir parçası olan bu yol yordamlara uyanırken sevinç duyacaksınız. Eğer bu yolu Stephen ile birlikte yeterli bir süre boyunca yürüyecek olursanız, içinizde çok özel, kadim ve içsel bazı şeylerin kıpırdandığını hissedeceksiniz.

Yeryüzü ile Konuşma Sanatı, bir üst bedenimiz olan Yeryüzü’nü iyileştirmeye yönelik yollar sunar ve bu noktada dikkatimizi insan yaşamının bitki insanlarıyla desteklenmeye başladığı yere odaklar. Her bölüm, çevremizdeki yaşamı samimiyetle dinlemenin büyüleyici gücünün, her şeyin içindeki bilinci onurlandırmanın, yaşamın bilgeliğine derinden saygı duymanın etkileyici birer ifadesidir. Kurtuluşumuz, sayısız nesillerin acıklı tecrübelerinin de doğruladığı gibi doğayı fethetmekle değil, fakat “yabanılığın efendileri olmakla” mümkündür. Bu gerçeği dile getiren kimi yerli halklar, insanların yaşam ağı içerisine ne şekilde dokunmuş olduklarını zamanla kavrayabilmişlerdir.

Burada dile gelmiş olan ifadelerin can ve cesaret verdiği en önemli konulardan biri de kendimizi ve bu dünyayı iyileştirmek için üniversitelerden yüksek notlar almaya veya yüce gurulardan dersler görmeye ihtiyaç duymayışımızdır. Sadece kendimizi yaşama açmanın dışıl dersini almaya ihtiyacımız var; bu, doğumsal hak olarak sahip olduğumuz özümüzdeki derin bilgiyi anmamızı hatırlatacak şeydir.

Kehanetlerimizin de bize aktardıkları üzere biliyoruz ki, bu yeniçağdaki gerçek eğitimci çiftçiler ve hayatta kalmamızı sağlayan yaşamı ellerinde tutanlar olacaktır. İşte bu sebepten Stephen’ın son bölümde Bill Mollison’un sözlerine yer vermiş olmasından ötürü mutluluk duydum; o, kendime iyi bir yaşam için örnek aldığım kişilerden biri. Bill, sürdürülebilir bir kültürü (permakültür) yeniden kurma gayesiyle, sürdürülebilir tarımın ve yaşam yollarının oluşturulmasına adanmıştır kendini. Hayranlık veren sıra dışı yaklaşımı ile bizlere “doğanın kitabını” okuma konusunda cesaret verirken, geriye kalan kitapları da aynı uğurda gübre haline getirmemizi öğütler. Atalarım bana, ağaçların yasayı öğretenler olduğunu söylemişti. Ben bunun üzerinde uzun süre düşünüp anlamını kavramaya çalıştım. Farkındalığım arttıkça, ormanların birer üniversite olduklarını daha bir açıklıkla görmeye başladım; nitekim bu dünya ile doğrudan ve samimiyetle temas kurmak isteyen herkes, orada

çeşitlilik içinde zengin bir yaşamın, sürdürülebilir bir hayatın var olduğunu görebilir.

Yalnızca ağaçlar değil, bitki aleminin diğer sakinleri de bize çok şey öğretecekler. Onlar bizim atalarımızdır; oksijen ve su döngüsü sayesinde bu güzel yeryüzünü yaşanabilir bir hale getirmişlerdir. Bu maddesel ortak yaşamın yanı sıra onlar, biz iki ayaklıların sıklıkla mücadele ettiği duygusal konuları da bir-biri içinde eritebilmişlerdir. Onların titreşim halindeki zekalarından, beslenme ve iletişim kurma doğrultusunda faydalanabilecek olan bizler, bu sayede kendimizi daha bütün hissedecek, çevremizdeki yaşama şifa veren titreşimler yaymaya başlayacağız; çünkü dünyanın bir bütün haline gelebilmesi ilişkilerimizin duygusal bağlamda iyileşmesine bağlı.

Bu yeni zaman gelip çatığında, birbirleriyle iyi ilişkiler içinde olan ve “hayatın” sürdürülmesini sağlayacak yaşam biçimleri içine kendimizi yeniden doğurmaliyiz. Erişmemiz gereken menzil, yalnızca felaketlerin önünü almak değil, güzelliklerin, bereket ve ışığın, zengin bir yeşillik ile kuş cıvıltılarının hüküm sürdüğü yenilenmiş bir yaşam olmalıdır ki bu, yedi neslin çocuklarına gerçek bir armağandır. Toprak Ana mutlu olduğunda bizler de mutlu olacağız. İncil’de yeryüzüne gariplerin egemen olacağından söz edilir; böylesi buhranlarla dolu günlerde bu gerçeği daha iyi anlayabiliyoruz, çünkü İncil’de geçen kelime kökeni itibarı ile “humble” , “humus “ sözcüğü ile aynı kökten türemiştir ve “topraktan olan, toprağa yakın olan” anlamındadır.

Buffalo Kadın Şarkı Söyleyerek Geliyor adlı kitabımda Barış Çubuğu Kadını Beyaz Buffalo Yavrusu’nun (White Buffalo Calf Pipe Woman) gelişini ve bize kutsal çubuk* aracılığı ile getirdiği kutsal armağanları hikaye ediyorum. Birlik ve bütünlüğü simgeleyen bu çubuk, en tesirli törenlerimizden biri olup Yeryüzü’nü iyileştirici güce sahiptir. Stephen da bize çubuğu ile arasındaki sevgi dolu ilişkiden ve bu ilişkisini derinleştirmek üzere izlediği yollardan söz etmekte, çubuğu kullanma eyleminin ne kadar da kutsal olduğuna dair anlayışını açıklıkla aksettirmektedir. Söz konusu olan bir “Kızılderili oyunu” veya çemberdeki diğer bireyleri etkilemek değildir. Çubuk töreni, böylesi bir zamanda hayati önem taşıyan tüm ilişkileriniz adına dua edip onları kutsamak için yapılır. Çubuğa olan bağlılık, onu şifa amacı ile kullanmak ve bu törenin yapılması için çağrıldığınız her yere gitmeye hazır olmak anlamına gelir. Çu-

(*) Barış çubuğu olarak da bilinen, Kızılderililerce tütün ve daha başka bitki karışımlarını içmekte kullanılan pipo (ç.n.).

buğu taşıyan kimse, halkın hizmetkârıdır ve yaşam dokusunu yeniden onarmaya kendini adanmıştır.

Bariş Çubuğu Kadını Beyaz Bufalo Yavrusu bize, Yaratıcı'nın bu Toprak Ana'yı biçimleyici yasasını hatırlatır. *"Her şeyle ve tüm varlıklarla iyi ilişkiler içinde olmalısın."* Bu yasaya bağlı olarak dile getirdiği bir diğer ifade de bize dokunaklı bir şekilde hatırlatmaktadır ki, *"Yaşam çemberinde yer alan herhangi bir kimseye veya varlığa karşı yaptığın şeyi gerçekte kendine yapmaktasın; çünkü her şey Bir'dir."* İster kutsal bitki tıbbı olsun ister başka bir şey, her ne ile meşgul olursanız olun, bu anlayış büyük önem taşır. Stephen'ın bize verdiği birçok alıştırma, hep bu anlayışın yaşamımızda bir gerçeklik olarak yansımalarına yöneliktir. İçsel şifa çemberi alıştırması muhteşemdir, kendi içimizdeki bütünlüğe erişmemiz için kadim bir töreni kullanır. Bu sayede, dıştaki şifa çemberiyle daha etkili bir çalışma yapabiliriz. Bizden her defasında yeniden içimize dönmemizi ister ve bizi öyle bir yere ulaştırır ki, orada kendimizi daha bütün hissederiz. Tüm bunların yanı sıra, bitkilerle olan ilişkimizin yalnızca bizi ilgilendirmedigini fark etmemizi ister bizden. Bizler her zaman kutsal ve güçlü olan yerlere, varlıklara ve unsurlara yönelmeli ve kendimizi onların hizmetine adanmalıyız. Yaklaşımımız her zaman için, bir beklenti veya isteme haline değil karşılıklı bir ilişkiye dayanmalı. İnsan gerçek bir dostuna nasıl yaklaşırsa, oradaki varlıkla da karşılıklı bir alıp verme halinde ve sevgi içinde olmalıdır. Oradaki dostlarımız uğruna kendimizden bir şeyleri feda etmeyi göze almış olmalıyız, bu bizi kutsal ekologlar olarak harekete geçirecektir.

Kısacası bu kitapta anlatılan şey, yaşamın bütünü ile yeniden bağlantı kurabilmemizin, yaşamın güzelliğine ve olasılıklarına uyanmamızın bir yoludur. Bu süreçte hem kendimizi hem de yuvamız olan bu alımlı yeryüzünü tanıyacak ve bunu yaparken şimdiye kadar hissetmediğimiz bir samimiyet ve sevinç duymaya başlayacağız. Bizden beklenen, içtenlikli ve sabırlı bir dinleyici olup çevremizdeki ve içimizdeki yüce seslere kulak vermektir.

Kutsal bitkilerin şıfası üzerinize olsun...

GENİŞLETİLMİŞ ÖNSÖZ



Bu kitap, dünyadan bilgi toplamanın belli bir yolunu tarif eder; burada söz konusu olan, çağdaş kültürümüzün karşı karşıya bulunduğu bir indirgeme yoluna gitmek değildir; bu tüm kadim ve yerli halkların bildiği çok daha eski bir yoldur. Bu yol, dünyanın doğrudan kendisi üzerinden bilgi toplamanın yoludur; bitkisel şifaların kullanımlarını bitkilerin kendisinden öğrenmenin yoludur...

Kadim ve yerli halkların birçoğu, bedenlerinin neresinde yaşıyor olduklarını sorulduğunda ilginç bir açıklamada bulunur, göğüs bölgelerini gösterirler. Oysa bizlerin yaşadığı kültürden insanlara aynı soru sorulduğunda, onlar baş bölgesini işaret ederler; özellikle de gözlerinin yaklaşık 2,5cm üzeri ile kafatasının 5cm ötesine doğru olan yerdir gösterdikleri. Batılılar ile yerli halklar arasındaki büyük farklılık, işte bu noktada belli eder kendini. Nitekim kendini kalbinde tarif edenler ile beyinde tarif edenler, dünyayı oldukça farklı yollardan deneyimliyorlar. Dünyaya kalpleri yoluyla yaklaşanların önünde açık duran alemler, dünyayı beyni ile deneyimleyenler tarafından algılanamaz bile.

Bilinçlilik ile ilgili olarak 1960'ların sonlarında başlatılan araştırmalar, tamamiyle beyin üzerine odaklanmıştı. Batılıların varsayımına göre, bizleri diğer yeryüzü sakinlerinden ayıran farklılık beynimizle ilgiliydi. Halbuki son 20 yılda bazı araştırmacılar, bilinci bu önyargı olmaksızın ele aldılar; dolayısıyla da araştırmalarında çok daha açık fikirli bir yol izleyebildiler. Bu araştırmacılar-dan bazıları, bilincin beyinle sınırlı kalmadığını fark ederken, onun düşünüldüğünden daha hareketli olduğu ve bedendeki daha başka alanları kendine kolaylıkla mesken tutabildiğini farketmeye başladılar. Böylelikle kalbi, kalbin biliş ve farkındalıktaki rolünü incelemeye giriştiler. Son zamanlarda kalp üzerine yapılan çalışmalarda açığa çıkan en önemli keşiflerden biri, her bir organizmımız gibi, insan organizması bütünüünün de doğrusal ifadeler olmadığı ile ilgiliydi; onlar, doğrusal olmayan daha karmaşık organizmalardır; bütünüün parçalarının toplamından çok daha fazlası anlamına geldiği organizmalar...

Bilim insanları, milyarlarca ve milyarlarca molekülün -kapalı bir kabın içine yerleştirildiklerinde- hareketlerinin ilk başta rastlantısal olduğunu keşfettiler. Fakat önceden tahmin edilemez bir anda, tüm moleküller aynı anda eş zamanlı olmaktaydılar. Birlikte hareket edip titreşmeye başlıyorlar, sıkı sıkıya birbirine bağlanmış çiftler halinde eş-düzenli bir bütüne dönüşüyorlardı. Her bir molekülün bir alt birim olduğu tek bir sistem... Eş zamanlı oldukları anda, parçalarının toplamından daha fazlası olan bir şey belirliyordu. İşte bu, ne kadar da yakından bakılsa parçaların içinde asla bulunamayacak şeydi, bizlerin ruhu gibi. Bu eş zamanlılık anında, yeni sistem aniden ortaya çıkan davranış biçimleri de sergiliyordu. Bütün sistem, parçalar ya da alt birimler üzerinde etkin olmaya başlıyordu ve bu sayede daha karmaşık eş zamanlılıkların oluşmasına öncülük ediyordu. Parçalardan bütüne ve bütünden parçalara doğru öyle hızlı ve kesintisiz bir bilgi akışı söz konusu oluyordu ki, bu sayede sistem iyiden iyiye kararlı hale geliyordu. Bu bilgi akışı çevreden içeriye ve içerden çevreye olmak üzere bir yol izliyor ve sistemin kararlılığını etkileyebilecek dış etkenler olup olmadığını inceliyordu.

Bu bilgi akışı çeşitli dillerde ortaya çıkmaktaydı: ısı dalgalanmaları, basınç veya hız değişimleri, kimyasal bileşimlerin ayarları, elektromanyetik sinyallerin akışı ve daha pek çok şey. Fakat tabii ki, konuştuğumuz dildeki gibi, önemli olan sözlerden çok sözlerin özü olan anlamdır. Bir molekülün içindeki anlamları ifade eden elektromanyetik (EM) imza, onu algılayan organizmaya, o molekülün kendi varoluş durumunu ne şekilde etkileyeceğini anlatır. Bu anlamlar incelenir, organizmayla bütünleştirilir ve bir karşılık verilir.

Tüm yaşayan sistemler aynı işleyiş biçimini sergiler; hepsi de kendi kendini düzenler ve ani davranış biçimleri gösterirler. Hepsi de, kendi kendilerini düzenledikleri noktada dengeyi bozacak karışıklıklara karşı olağanüstü hassastırlar. Gerçekte onlar dengenin eksiksiz olduğu anı hatırlar ve yaşamları boyunca o dengeye uyumlanmış olarak kalırlar. Geçmek durumunda kaldıkları eşik, onlar için canlı birer kimlik gibidir. Dolayısıyla içteki ve dıştaki dünyalarını, milyarlarca ve milyarlarca temas noktalarında oluşturdukları, birbirine sıkı sıkıya bağlı çiftler üzerinden gözlerler. Böylelikle varoluşlarını sürdürebilmeleri için gelen tüm enerjiyi, madde ve bilgiyi işleyebilirler. Başka bir deyişle onların her biri ileri bir zeka düzeyindedir; her biri ruhun gücünü taşımaktadır. Bu ruh gücü ise, parçaların toplamından öte bir varoluş durumuyla ortaya çıkan güçtür. Kalbimiz, böylesi doğrusal olmayan bir sistemdir. Bir yandan kendini örgütler, bir yandan da ani davranışlar sergiler. O yalnızca

kuvvetli bir endokrin bezi değildir; o eşsiz bir tür beyindir, bilici, algılayıcı bir organ ve güçlü bir elektromanyetik üretici ve alıcısıdır.

Kalpte kalp atışlarını düzenleyen hız ayarlayıcı hücreler vardır. Kendini düzenleme anında, hız ayarlayıcı ilk hücre, düzenli aralıklarla nabız gibi atmaya veya salınmaya başlar. Onun ardından biçimlenen her hız ayarlayıcı hücre kendini bu ilk hücreye eklemler; böylelikle yeni hücre de ilk hücre ile eş zamanlı atmaya başlar. Eğer kalbin hız ayarlayıcı hücrelerinden biri bedenden alınıp canlı tutulacak ve bir kenarda yaşatılacak olursa ritmi bozulur; çılgınca ve düzensiz biçimde atmaya, çırpınmaya başlar, ta ki ölene kadar. Oysa hız ayarlayıcı bir hücre alınıp bu hücrenin çok yakınında bir yerlere konursa, birbirlerine dokunmasalar bile eş zamanlı hale gelerek birlik içinde çarparlar. Düzensiz çarpan bir hücreyi düzenli çarpan bir hız ayarlayıcı hücrenin yanına getirirseniz çırpınması durur ve onunla birlik içinde atmaya başlar. Onların fiziksel olarak birbirlerine dokunmaya ihtiyaç duymamalarının nedeni -salınan her biyolojik oluşum gibi- çarptıklarında bir elektrik alanı yaratmalarıdır. Birbirine dokunması gereken, yalnızca bu alanlardır.

Bireysel hız ayarlayıcı hücreler, kalpte milyonlarca hücre ile sıkı sıkıya eşleşirler. Onların bir arada oluşturdukları alan, her bir hücrenin tek başına oluşturduğundan çok daha geniştir. Oluşturdukları alanın elektromanyetik gücü, beyinin elektromanyetik gücünden 5 bin kat daha fazladır ve aşırı hassas bilimsel araçlarla bedenden 3 metre uzaktan bile ölçülebilir. Bu alanın en güçlü olduğu yer, bedenin yüzeyinden 45cm.'lik mesafedir ve oradan uzaya doğru sonsuz bir şekilde yayılır; tıpkı radyo dalgaları gibi. (Eğer 150 veya 180cm.kadar mesafede durup kollarını iki yana açmış olan bir arkadaşınıza doğru yavaş yavaş yaklaşmayı deneyecek olursanız, onunla 30 veya 45cm.'lik bir mesafeye geldiğinizde bu alanı hissedebilirsiniz. O anda "onun alanına" girmiş olduğunuzu fark edersiniz. Bu, kalplerinizin birbirine dokunduğu bir deneyimdir.) Bu alan, kabaca omurga boyunca konumlanır, leğen kemiğinden kafatasının tepesine kadar uzanır. Bu tıpkı yeryüzünün manyetik alanı gibidir; Kuzey Kutbundan Güney Kutbuna uzanan...

Kalp hücreleri yalnızca birbirlerine katılmakla kalmazlar; kalp -ve onun alanı da- karşılaştığı herhangi bir elektromanyetik alana dahil olabilir. Bu iki alanın birlik içinde salınmaya başladığı anda, çok hızlı bir bilgi alışverişi gerçekleşir. Kalbin her alanındaki bilgi diğeri tarafından alınırken, kalbin işleyişi değişir; hormonal akış değişir, fizyolojik olarak farklılıklar meydana gelir. Özünde, karşılıklı bir konuşma halidir yaşanan.

Bu tür bir karşılıklı konuşma, bizler için oldukça doğal bir durumdur; çünkü yaşamımızın ilk deneyimlerinden biridir. Annemizin rahmindeyken, anne kalbinin alanıyla çevrelenmiş bir haldeyizdir. Çocuğun oluşmakta olan kalbi, anneninkiyle birlikte çarpar ve doğumdan sonra da özellikle süt verirken aynı durumu sürdürür. Annenin elektromanyetik alanı bilgi ile doludur: çocukla ilgili neler hissettiği, sevilip sevilmediği, istenip istenmediği... Annenin anlam dolu duyguları, kendi elektromanyetik alanının biçimini değiştirmektedir. Bebek ise, mevcut bilgiyi alarak onu çözümler, tıpkı bir radyo alıcısının radyo dalgaları demetini alarak çözümlediği gibi.

Bizler doğumdan sonra her zaman elektromanyetik alanlara karşı hassasiyet gösteririz; çünkü anne karnında böylesi bir iletişim dilinin içinde biçimlenmişizdir. Doğumdan sonraki evrede kalp, karşılaştığı elektromanyetik alanlardan bilgi alabilmek üzere onları düzenli olarak tarar. Bizler bu alanları eşsiz bir yoldan deneyimleriz; duygular olarak.

Nasıl ki temel renkler bir araya gelerek gördüğümüz tüm diğer renkleri oluşturuyor ya da temel tatlar, tadabildiğimiz tüm diğer tatları meydana getiriyorlarsa, temel duygular da –çılgın, üzgün, sevinçli, korkmuş– bir araya gelerek deneyimlediğimiz diğer duyguları meydana getirirler. Kalbin içine aldığı belli elektromanyetik enerji tayfı, renkler veya sesler olarak değil de duygular olarak deneyimlenir. Kalbin işleyişindeki en küçük bir farklılık, yeni duygu kümeleri yaratırken, duygusal durumdaki en küçük değişim de yeni kalp ritimlerinin oluşmasına yol açar. Her ikisi de elektrokardiyografik (EKG) ve manyetokardiyografik (MKG) okumalarda hemen kendini gösterir. Kalp, aslında uzmanlık alanı duygular olan “olağanüstü duyarlı” duyu organıdır. Karşılaştığımız elektromanyetik alanlar içinden algılayabileceğimiz ince duygu farklılıkları, deneyimlediğimiz renkler veya tatlar kadar çeşitlilik gösterirler. Ne yazık ki bu ince ayardaki duygusal dünya algısı, bilinci beyine yerleştirmeye alışmış olanlarımızın içinde körelmeye uğramıştır. Kalple düşünmeye ve bu tür bir algıyı geri kazanmaya başlamanın en sade yollarından biri, önünüzdeki herhangi bir nesneye, belki de bir bitkiye bakarken şu soruyu sormaktır: “*Bu nasıl bir duygu?*” İşte o zaman, bu nesnenin elektromanyetik imzası kalbinizde ilerlerken, o isimlendirilemeyen eşsiz duygu bütününü deneyimleyeceksiniz.

Yaşayan canlılar, oldukça karmaşık elektromanyetik alanlar taşırlar. Her alan, onu meydana getiren organizmayla ilgili her şeyi kodlar; onun sağlık durumunu, tarihini, içinde barındırdığı güçleri ve çok daha fazlasını... Çok basit bir örnek üzerinden ilerlemek gerekirse, bir bitkinin ürettiği her kimyasal, onun kendine özgü elektromanyetik imzasından tanınabilir. Kaldı ki birçok

bitki, her gün yüzlerce ve belki de binlerce farklı kimyasal üretir. Kalbin algısı ile ilgili daha çok bilgi edinmek, bir bitkinin tıbbi etkilerinin o bitkinin elektromanyetik alanıyla doğrudan ilişkilendirilmesi yoluyla doğru bir şekilde belirlenebilmesini sağlar. Elektromanyetik alan kalpten geçince tahlil edilmek üzere beyine yönlendirilir; beyin ise, elektromanyetik imzanın içindeki anlamın özünü kavrar.

Kalpdeki hücrelerin yüzde 60 ila 65'i sinir hücresidir; tıpkı beyinde olduğu gibi. Kalbin sinir hücreleri de beyindeki sinir hücreleriyle aynı biçimde işlev görürler; ganglia'da kümelenir, akson-dendritler üzerinden beden sinir ağı ile bağlantıya geçerler.

Bu rastlantısal bir şekilde gerçekleşmez; kalbin, beyindeki belli merkezlerle doğrudan bağlantıları vardır ve bu bağlantıları kesmek mümkün değildir. Kalp ile beyin arasında her an doğrudan, aracısız bir bilgi akışı söz konusudur. Kalbin amigdala, talamus, hipokampus ve korteksle bütünleşik bir bağlantısı vardır. Beyindeki bu merkezler şu işlemlerle meşguldürler: 1) duygusal hatıralar ve onların işlenmesi; 2) duygusal deneyimler; 3) hafıza, mekansal ilişkiler ve çevreden gelen duygusal girdilerin anlamlandırılması; 4) sorun çözme, akıl yürütme ve öğrenme. Beyinle ve merkezi sinir sistemiyle olan iletişimi güçlendirmek için, kalp kendi sinir taşıyıcılarını (nörotransmitter) üretir ve ihtiyaç oranında açığa salar.

Kalbin elektromanyetik alanı; bir insan, bir hayvan veya bitki olsun herhangi başka bir organizmanın elektromanyetik alanına uyumlandığında bir organizmadan diğerine süratli bir bilgi akışı gerçekleşir. Bu bilgi akışı kendine özgü bir dilde olsa da kelimeler yoluyla gerçekleşmez. Bir anlamda bilgi aktarımına, kelimeleri kullanmaksızın anlamın doğrudan taşınması gözüyle de bakılabilir. Araştırmacıların keşfettiği üzere, bu bilgi öncelikle kalbe akar ve ardından beyin ile kalp arasındaki doğrudan bağlantılar üzerinden ileri işlemler için beyine gider. Bilgiyi saklayabilmek için, onu kullanılabilir bir biçime dönüştürürüz. Tıpkı bir radyo alıcısının radyo dalgalarını müziğe çevirdiği andaki gibi bir tür tercüme süreci gerçekleşir... Halbuki insanlardaki süreç çok daha karmaşıktır. Duyusal veri deposundan, hatıralardan, deneyim ve bilgi birikiminden beyin, bilgi akışıyla ilgili bir gestalt (bütünsel biçim) meydana getirir. Dolayısıyla söz konusu tercüme çeşitli biçimlerde belirebilir: bir dizi görü olarak, ses, görüntü, duygular, tatlar, sözler veya kokular olarak. Çoğunlukla, bu tercümenin beliriş biçimi, genellikle kişilerin içinde büyüdükleri kültüre bağlı olarak değişkenlik gösterir. Burada önemli olan bu tercümelerin aldığı biçim değil, içlerinde taşıdıkları anlamdır

Bu deneyimler, büyük Alman şairi ve botanikçi Goethe'nin de gösterdiği gibi isteyerek başlatılabilir. Veya yerli kültürlerde yaygın olarak bilindiği gibi aniden gerçekleşebilirler. Bu tür ani olaylardan bazılarına bu kitapta değinilmektedir; insan ile bitki arasındaki elektromanyetik alanların birbiri içinde karışması, kendi ahengi içinde gerçekleşir ve eş zamanlılık belirdiği anda, iki organizma arasında doğrudan ve derin bir bilgi akışı başlar.

Antik Yunan döneminde, kalbin diğer canlılarla bu değiş tokuş haline 'aisthesis' adı verilmişti. Bu ifade, kelimenin tam manasıyla 'nefes almak' anlamına geliyor. Yunanlılar, gelmekte olan anlamların etkisi hissedildikçe, iki organizma arasında gerçekleşen bu uyum anına eşlik eden bir tür soluğun kesilmesi veya derin bir ilham durumunun varlığını fark etmişlerdi. Onlar bu durumu, ruhun özünün değiş tokuşu olarak nitelemekteydiler. Öyle ki, parçacıkların toplamından daha fazlası olan ve de eş zamanlılık anında varlık bulan bizlerin ruhuna kendi dışındaki bir ruh dokunuyordu.

Bu tür bir alıp verme halini yaşayan insanlar üzerinde görülen en büyük etkilerden biri, bizlerin asla yalnız olmadığı bilincinin kesintisiz farkındalığıdır. Kendimizi, ruhu olan olayların bizlere bu tür bir paylaşımı gerçekleştirecek kadar önem verdiği ve bizlere eşlik ettiği bir durumun içinde buluruz. Böylesi derin bir alıp verme halindeyken, yalnızca diğer Yeryüzü sakinlerinin zeki olduklarıyla ilgili bir bilgiye bağlı kalmayız; onlarla –bilinç beyinde konumlandırıldığı zaman gerekli indirgemecilik olmaksızın- kalplerimiz yoluyla doğrudan bir bilgi alıp verme halini de deneyimleriz.

O halde yerli halklar, bitkilerden bilgi aldıklarını ya da bilgilerinin görüler veya rüyalar aracılığı ile geldiğini kesinlikle söyleyebilirler. Kaldı ki bu alıp verme hali bitkilerle sınırlı değildir ve doğa aleminin her alanında belirebilir. Bu tür bir yakınlıktan doğan, bir başkasının duygularını algılayabilme doğal hali; insanların dünyaya karşı, doğaya yabancılaşmış oldukları hallerinden çok daha farklı yaklaşımlar göstermesine sebep olur. Doğrudan algılama sürecine dair açıklamalar, bu süreci daha iyi kavrayabilmemize yardımcı olsalar da, bundan daha önemli olan deneyimin kendisidir; onun nasıl bir duygu olduğunu, yaşamlarımızı ne şekilde zenginleştirdiğini, bizleri var etmiş olan varlık alanıyla hangi yol üzerinden yeniden bağıntı kurabilmemizi sağladığını deneyimlemek... Bir ormanı canlı, zeki ve insanın atası olarak deneyimlediğimizde, onu yerle bir etmek gerçekten de çok güçtür.

En nihayetinde kalbi, algılayan ve bilen bir organ olarak yeniden konumlandığımızda belli bir düşünüş biçimi tarafından ele geçirildiğimiz açıktır. Bilinicimizi beynimize konumlandığımızda doğası gereği ortaya çıkan bu

belli düşünüş biçimi, bizim algı ve düşüncelerimizi ifade edişimizi kısıtlar. Monoteizm misali, deneyimlenebilecek olanları dar bir “izin verilenler “şeridiyle sınırlar; diğer tüm algılayışları, batıl inançlar, inanca ters düşen veya kabul edilemez olan yaklaşım şekilleri kabilinden ikinci plana atar. Fakat bu kalp merkezli algılama bildiklerimizin en eskisidir; insanlığımıza ve Yeryüzü’nün ekolojik uzantıları olarak ortaya koyduklarımıza derinden bağlıdır. İndirgemeci ve monoteist yaklaşımlar, beton yaya kaldırımlarına benzetilebilir. Onlar, yabancı olanı baskılar; oysa Hildegard von Bingen’in *veriditas* olarak adlandırdığı yeşilin gücü, hem içimizdeki hem de dışımızdaki kaldırım taşlarını her zaman delip geçecektir.

Bu kitap, bu delip geçişi anlamamın başlangıcı; içimdeki, ışığa doğru uzanan yabancı yeşil parçamla olan deneyimlerimin ilk dile getirilişiydi. Kitabı yazdıgımdan bu yana geçen on iki yılda, bu yolda daha da ilerilere yürüdüm. Yine de, onu tekrar okuduğumda, karşı çıkacak pek az şey buluyorum. Umarım sizler de benim gibi, bu kitabın içinde bizden öncekilerin izlerine rastlarsınız; onlar ki, bizleri içinden fışkırdığımız bu yeşil aleme geri çağırmaktalar. Sizlere güzel bir yolculuk dilerim...

Stephen Buhner
Kasım 2005



1985 ile 1995 yılları arasında, Colorado Bolder bölgesinin biraz dışındaki 30 dönümlük bir araziyle derin ve aşkın bir bağ kurma fırsatım oldu. Orada yaşadıklarım, beni bu kitabı yazmaya yönelten çalışmalarını başlatmama vesile oldu. Ne yazık ki zaman içinde, benim için bunca anlamı olan o toprak parçasında yaşamaya elvermeyen bir yazgım olduğunu fark ettim. İnsanların müdahaleci tavırları, Boulder hükümetinin desteklediği küçük çaplı işletmelerin yönetici zihniyetleri ve de seçtiğim spiritüel yolun daha farklı ihtiyaçları beni oradan ayrılmaya zorladı. 1995'in sonlarına doğru, ailemle birlikte Washington Spokane'in dışındaki Güneş Ayı'nın (Sun Bear) daha önceki vatani olan Vision Dağı'na yerleştik. O on yılda öğrendiklerimse tüm kuvvetiyle zihnimdeki tazeliğini koruyor ve yaşamımın sonuna kadar da öyle kalacağını umut ediyorum.

Öğrendiklerimin birçoğu, belli ifadeleri özel bir biçimde kullanmama yol açtı. Mesela Toprak kelimesini büyük harfle yazar oldum, çünkü hem benim bakış açımdan hem de kutsal bitki tıbbı açısından Toprak/Yeryüzü de sizin gibi, benim gibi yaşayan bir varlıktır; o halde ismi de bu durumu yansıtıyor olmalıdır. Bitkilere değinirken, birçok zaman "ilişkiler" ifadesi kullanılmıştır. Bunun sebebi, bu çalışma çerçevesinde her şeyin canlı kabul edilmesi hatta insanların akrabaları olarak görülmesidir. Başka bir deyişle, eğer onları dünyada yaygın bir şekilde kabul görmüş, insanı en tepeye yerleştiren hiyerarşiye uygun bir dille anacak olsaydım, onlara saygısızlık etmiş olurum.

Kimi yerli halklar ve toplulukların yazılış biçimi, metnin belli yerlerinde farklılıklar göstermektedir. Alıntı yaptığım kaynaklarda farklı yazılışlara sıklıkla rastlandığı için, herhangi bir yerli halktan ya da topluluktan söz ederken, ismini verdiğim kaynakta anıldığı haliyle kullandığımı belirtmek isterim.

"Kutsal Kişi" veya "Şifacı Kişi" tanımlamasının ikisini de aynı kişiler için kullandım. Kimi okurlar bu tür bir yaklaşımı doğru bulmayabilirler, çünkü kimi yerli kültürlerde bu iki ismin birbiri yerine kullanılamayacağı ile ilgili ke-

sin bir fikre rastlamak mümkündür. Bazı kültürlerde, kutsal kişiler şifacılıkla uğraşmaz, bitkisel ilaçlar kullanmazlar, şifacılar bunu yaparlar. Oysa benim kendi çalışmam çerçevesince bu iki şahsiyet birdir; çünkü “şifacılık” kutsal olanın belli bir doğrultudaki belirişidir ve tanımı gereği kutsaldır.

Kutsal bitki tıbbını anlamak, Toprak’a ve üzerinde bulunan her şeye karşı gösterilen belli tutumları ile bakış açılarını anlamak demektir. Bitkilerle olan ilişkimizin temelindeki doğayı kavramaksa bunlardan ilkidir.

İnsanlar ile yeryüzü topraklarındaki bitkiler arasında her zaman güçlü ve karşılıklı bağumlu derin bir ilişki vardı. Bitkiler, yaptıkları fotosentez ile atmosferi yarattılar; dolayısıyla da oksijen soluyan varlıkların evrimine zemin hazırladılar. Bizler birçok yönden, bitkilerin Yeryüzü’ne yayılışlarının bir yan ürünüyüz.

İnsanlık evrimleştikçe, bitkileri akla hayale gelebilecek her ihtiyacı karşılamak üzere kullanmaya başladı; yiyecek, silahlar, sepetler, giysiler, barınak, ilaç gibi... Bu kitabın konusu, insanların bitkileri -özel bir anlamda- ilaç olarak kullanmaları ile ilgilidir. Ele aldığı, insan ve bitki ilişkisinin kutsal olanla örtüştüğü boyuttur; bitkilerin Ruhun bir dışavurumu olduğu alanda... Kutsal alanlarda dolaşabilecek kadar gelişkin bir yetiye sahip olan insan, bitkilerle yaptığı bir anlaşma doğrultusunda onlardan bilgi edinir, şifacılık yeteneğini geliştirir. Dolayısıyla bu kitap bitkilerden hem ilaç hem de kutsal varlıklar olarak söz etmektedir. Bir zamanlar bu ikisi birbirinden ayrılmaz bir bütündü.

Yüzyılın başında yerli halkların bitkilerle ilişkisini ele alan araştırmacıların ve etnobotanikçilerin bilgilerinin bazılarını kullandım. Bunları paylaşıyorum, çünkü insanların dünya üzerinde ne şekilde davranılacağını yeniden hatırlaması gerektiğine inanıyorum; herkesin böbürlenmeden, bir şeyleri küçümsemeden her şeydeki kutsallığı görebilmesi, insanın Yeryüzü’ndeki varoluşu için hayati önem taşımaktadır. Bunları paylaşıyorum, çünkü hikayelerini kayıt altına alan insanlar, bu bilgilerin dünya üzerinden kaybolacağı endişesini taşıyorlardı. Onlar da -tıpkı benim gibi- öğrendiklerinin önemine inanıyorlardı.

Kutsal olandan söz ederken, öncelikle ondan genel bir çerçevede bahsetmek niyetindeyim; onu herhangi dini bir gidişata bağlamayıp, “Toprak merkezli” manevi bir çizgiye odaklanmayı tercih ediyorum. Bu manevi yönelişi tarif ederken, doğaya tapınma, panteizm, Wicca* inancı, paganizm veya Kızılderi’li dini gibi benzeri sıfatların dışındaki bir tanımlamayı seçerek onu özellikle “Toprak merkezli” ifadesi ile tanımladım. Nasıl ki Lutheranism ve

(*) Kökleri hristiyanlık öncesine dayanan yeni-pagan çok tanrılı dini inanış (ç.n.).

Katolisizm Hristiyanlığın belli formlarıysa, Wicca inancı ve Kızılderili dini de Toprak merkezli birer uygulamadır. Benim yönelişim ise bunlardan hiçbiri değildir.

İlk anlamıyla panteizm “bütün evrenin Tanrı olduğu veya kainatın her bir zerresinin Tanrının bir belirişi olduğu” doktriniyle belki de en uygun olanı; ama genel olarak kabul gören “çeşitli kültürlerin bütün tanrılarına tapınma” ikincil anlamı ile değersizleştirilmiş bulunması bizi yanlış yöne götürecektir.

Doğaya tapınma da yerinde bir tanımlama olamamaktadır; çünkü tapınılan, kutsal olanın doğadaki belirışinden çok doğanın kendisidir. On dokuzuncu yüzyıl Hristiyanlarının birçok yazısında bu karışıklığın yansımalarına rastlamak mümkündür. Odak noktaları doğa olan Amerika yerlilerinin ya da başka toplumların dinlerini değersizleştirenler, doğaya odaklı dinsel inanış biçimlerinin düşük nitelikli olmasının bariz bir işareti olarak Yaratıcı ile Onun Yaratımı arasındaki çelişkiyi göstermektedirler.

Paganizm ifadesi çoğu Toprak merkezli şahsiyet tarafından kabul edilmez; çünkü yirminci yüzyıl öncesinde Hristiyan olmayan inanış biçimlerine yapılan zulümler sırasında Hristiyanlar tarafından değersizleştirilmiş bir kavram olarak görülür. Toprak merkezli insanların birçoğu için bu ifade biçimi oldukça olumsuz anlam taşır.

Benim buradaki amacım, belli bir kültüre bağlı dinsel inanış biçimlerine odaklanmak değildir; niyetim, uzun yıllara dayalı kadim bir inanış biçimi olan Toprak merkezli spiritüel bir uygulamayı –kutsal bitki tıbbı olarak- aktarmaya çalışmaktır. İlgilendiğim konu –spiritüel kökenli bürokrasi denebilecek- dinlerden çok, böylesi dinlerin temelindeki spiritüel deneyimdir. Kitabın büyük çoğunluğu Kuzey Amerika'nın Toprak merkezli maneviyatına odaklandığı için, dinsel uygulamaların bazı yönlerini açıklayacaktır; özellikle de kimileri tarafından Amerika yerlilerinin dini olarak adlandırılan yönlerini... Oysa Amerika yerlilerinin dini, Toprak merkezli bir uygulama biçiminden başkası değildir. Dolayısıyla da Amerika yerlilerinin dini veya benzeri bir genel tanımlama yoktur aslında! Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan çeşitli kabileler, binyıllar boyunca Toprak merkezli uygulamaların kendilerine özgü kültürel ifade biçimlerini geliştirmişlerdir. Bazı kabilelerin bu yoldaki ifadeleri diğerleriyle örtüşür, bazıları da hiç örtüşmez.

Süphesiz sizin de fark edeceğiniz gibi, bilimsel görüşün dünyaca kabul edilmiş biçiminin oldukça dışında kalıyorum. Bu beni bilimsel görüşün çoğu kullanılan biçimlerini sorgulamaya sevk etti; yazılarımda bazı yerlerinde bu bakış açısı kendini hissettirmektedir. Özellikle de tıp bilimine bir istisna teşkil

ediyorum. Eski usullere bağı tıp bilimi şifalı bitkileri tanıtırken onların bilim dışı olduklarını ileri sürer ve onlara hurafelerin hüküm sürdüğü daha önceki bir çağın kalıntısı olarak bakar. Onların bu yaklaşımı bilimin suistimali anlamına gelir ki, bu bakış açısı çoğu başka ülkelerden toplanmış olan bunca veri ile de çelişki halindedir. Bilim adamlarının büyük çoğunluğu, bilgi arayışlarını sürdürürken bir tür üstünlük duygusu ile hareket etmektedir. Onların bu yaklaşımı denetimsizce ifade edilirse tehlikeli olabilir. Kaldı ki kültürümüz bilimsel uzmanlara fazlasıyla bel bağlamış durumdadır. Çoğu insan, bilim alanındaki uzmanların düşünceleri ile karşı karşıya kaldığında kendi kendini sorgulamayı bir kenara bırakmaktadır. Acaba bu uzmanlar, doğanın işleyişini gerçekten başkalarından daha iyi kavrayabilmekte midir? Bilimsel topluluğa bağı uzmanların görüşlerine dayanan ve ortaya çıkabilecek çevresel sonuçları dikkate almayan “teknolojinin yanlış kullanımı”, Yeryüzü’ne ciddi anlamda zarar vermiştir. Benimle beraber pek çok başka insan da, teknolojinin güvenle kullanımı konusunda, böylesi geniş çaplı bir etkiye sahip olan bilimin ne derecede belirleyici rol oynaması gerektiğini sorgulamaya başlamıştır.

Amerika kızılderililerine karşı gösterilen ilk baskılayıcı yaklaşımlar, Kuzey Amerika yerli halklarının medeni olmadıklarına, cehalet içinde bulunduklarına inanan, Avrupa kökenli Amerikalıların kültürel inançlarını ve dinini destekleyen bilim insanları topluluğundan gelmiştir.

Bundan daha çarpıcı bir sorun da, bilimsel modellerin sorgulanmaksızın kabul görmesidir. Diğer bilgi toplama yöntemleri de gayet faydalı olmasına rağmen, çoğu bilim adamına göre bilimsel olmayan yöntemlerin hiçbir geçerliği yoktur. Daha farklı yollardan bir şeyler öğrenen insanlar, genellikle dünyanın bilim insanları topluluğunca azarlanmaktadırlar. Böylesi bir akım, benim inanışına göre bu Toprak üzerinde yaşamaya çalışan biz insan türünün ihtiyaç duyduğu “dünyayı anlama” çabasına dair birçok yaklaşımın terk edilmesine yol açmıştır.

Sayırsız yazar, Amerika yerlilerinin dinleri ile kültür biçimlerini ele alan kitapların, durumu duygusal bir açıdan değerlendirdiklerini ileri sürerek onları eleştirmişlerdir. Benim böyle bir niyetim yok; ben daha çok, bir zamanlar dünyada geçerliği olan bir bakış açısını paylaşmak ve bu bakış açısını yerli insanların cesurca dile getirdikleri özgün sözleri ile desteklemek arzusundayım. Bu tarihsel kayıtların, Yeryüzü üzerinde yaşamını sürdürmeye çalışan bizler açısından hayati bir dünya görüşünü içerdiğine inanıyorum. Burada ele aldığım özgün kaynakları aktarırken, herhangi bir kabile adına veya onun manevi deneyimleri ile adanmışlıklarının kültürel kökeni adına konuşmadığımı da

belirtmek isterim. Böylesi bir yaklaşım için gereken donanıma sahip değilim. Ben daha ziyade kutsal alanda, Toprak merkezli bir yolda yolculuğunu sürdüren bir kimse olarak söz söylüyorum. Ve bu uğurda, keşfettiğim alandan, bana çağrıda bulunmuş olan Toprak merkezli dualardan ve kutsal bitki ilişkilerinden bahsediyorum.

Bu kutsal alana girip onu anlamak sizin de doğum hakkınızdır. Sizleri paylaşacak olduklarımı dinlemeye davet ediyorum; sözlerin ötesine geçmeye ve oradaki kutsal alanın dokunuşunu hissetmeye çağırıyorum...

Okuyucuya not: Bu kitabın amacı kılavuz bir bilgi kaynağı olmaktır. İçinde yer alan reçeteler, yaklaşımlar ve teknikler, yalnızca birer destekleyicidir; asla uzman tıp alanındaki herhangi bir tedavinin yerini tutması amacıyla yazılmamıştır. Dolayısıyla da ciddi bir hastalık, nitelikli bir uzmana danışılmaksızın bu vasıtalarla tedavi edilmemelidir.

*Arpa,
yalnızca yanibaşında durup da
kulak kesilmiş olan için dile gelecek
ve insanın kendi iyiliği için,
insana insanı anlatacak...*

–MASANOBU FUKUOKA



1

KUTSAL OLAN VE YERYÜZÜ

*Tüm mistikler aynı dili konuşurlar; çünkü onlar
aynı ülkenin sakinleridir.*

—AZİZ MARTİN

Çocukluğumun geçtiği 1950'li yıllarda hala geniş aileler vardı. Amerikalıların büyük çoğunluğu çiftçiydi ve Kuzey Amerika kıtasındaki birçok insan toprağa yakın bir hayat sürüyordu. Bu topraklarda yaşayan yerliler arasında bu kıta Kaplumbağa Adası (Turtle Island) olarak anılmaktaydı.

Ben, o zamanlar henüz küçük bir yer olan Lousville Kentucky'de büyüdüm. Büyük-büyüknine ve dedelerimin dördünü de tanımakla birlikte özellikle ikisiyle daha yakın bir ilişkim vardı. Ondokuzuncu yüzyılın sonlarında doğup büyümüş olan bu iki insan, Cecil ve Mary Harrod, zamanımızın insanların fazlasıyla yabancı olan bir ruh ve yaşam anlayışına sahiptiler.

Büyük-büyük dedem, hastalığı zıddı ile tedavi eden doktorlar tıp sahasını tekellerine almadan önceki bir zamanda hekim olarak yetiştirilmişti. O zamanlar - antibiyotikler ve penisilin bulunmadan önce- doktorlar hala bitkileri kendi alanlarında kullanmaktaydılar. Büyük-büyük dedem at arabasıyla dolaşan seyyar bir hekimdi; yaşadığı kasabadaki bebek doğumlarının evlerde gerçekleşmesine hizmet ederdi. İnsanlar onu, o da insanları tanırdı; herkes onun evinin bir muayenehane olduğunu bilirdi. O, bebeklerin bu dünyaya gelmesi için onlara yardım eder, bu dünyadan ayrılanların da yanında bulunurdu. Baş-

ka bir deyişle, doğum ile ölüm arasına sıkışmış olan yaşamın birçok evresinde insanlara eşlik ederdi.

Ben doğduğum zaman, o ve büyük-büyük ninem Columbus İndiana'da yaşıyorlardı. Neredeyse emekli olmuşlardı ama evlerinin arka tarafında hâlâ bir muayenehaneleri vardı. Columbus'un dışında bir de küçük bir çiftlikleri vardı ki, hemen her yaz bütün aile orada toplanırdı. O çiftliğe doğru yolculuğa çıkmak, yaşantımın büyük bir kısmını geçirdiğim dünyadan çok farklı bir dünyaya ayak basmak anlamına gelirdi. Elde yontulmuş ahşap bir ambarın ev haline getirilmesiyle oluşmuş olan çiftlik evi yüzyıllıktı. Parçalarına ayrılıp çiftliğe taşındıktan sonra yeniden bir araya getirilmişti. Çiftliğin iki tane de oldukça geniş göleti vardı; bunlardan küçüğü ormanın derinliklerine gizlenmişti.

Büyük-büyük ninem ve dedem başka bir zamandan geliyorlardı. Amerika'nın kalbi olabileceğini düşündüğüm kökenleriyle bağıntılı o zaman dilimindekiler, doğduğumdan bu yana iliklerime işledi. O öyle bir zamandı ki atlar vardı ve herkes elindekini değerlendirirdi. Daha yavaş akan o zamanda kırsal bir yaşam hüküm sürmekteydi. Herkes daha sade, daha toprağa yakındı; insanlar henüz ileri teknoloji ürünü aletlere takılıp kalmamışlardı. Elde yontulmuş yüzyıllık bir ambarın kütüğündeki damarların seçtiği, insanın elinin üzerinde derin damarların görüldüğü; sık ormanların arasında yürürken onun çağrısının işitildiği bir zamandı... Yeni toplanmış böğürtlen kokularının, çamurdan çekip çıkarırken bir şeker kamışından gelen seslerin yükseldiği bir zaman... Yemeğin soğumamasını istediği için acele ettiren bir annenin sesi duyulduğunda gizlenecek bir yerlerin bulunabildiği bir zaman... Şerbet gibi tatlı ve de buzlu bir çayın, buhar damlacıklarıyla bezenmiş sürahilere doldurulduğu, yemek masasının etrafında kahkahaların işitildiği... Yaşlıların kendi çocukluklarına dair masallar anlattığı ve her şeyden önemlisi, insanın ruhunun derinliklerine kadar sevildiğini hissedip bedensel veya kişisel kusurlarına bakılmadığı bir zaman...

Büyük-büyük ninemin ve dedemin yaşam biçimi ruhuma ve varlığımın her bir dokusuna işlemekteydi. Kemiklerim kadar, tüm davranışlarım, dilim, umutlarım ve rüyalarım da onlarla beslenmekteydi. Fakat her şeyden daha temel olan ve süregelen şey ise -onların bana gösterdiği- toprakla kurdukları derin ilişkiydi. Bu ilişki ruhuma erişmişti; bana kendi özel dilinde daha derin bir dünyanın varlığından söz etmekteydi. Bu öyle bir dünyaydı ki, benim içinde yaşadığım insani dünyadan çok çok daha eskiydi.

Toprakla olan bu ilişki biçimi, ailenin fertlerinin öldüğü, kimi yerlerin satıldığı ve büyüklerimin seslerinin yerini televizyonun aldığı ardı sıra gelen

yıllar boyunca suskun kaldı. Geçmekte olan yılların yarattığı boşluk arttıkça bendeki yabancılaşma duygusu da artmaktaydı; kendimle, süregelen değerlerle ve Yeryüzü ile arama giren bir yabancılaşma... Buna karşın, erken yıllarda o toprakla ilişki kurabilmiş olmam, sanki ruhuma ekilmiş bir tohumdu ve en nihayet- hiçbir uyarıda bulunmaksızın- büyümek ve yaşantımın gidişatını değiştirmek üzere sürgün vermeye koyuldu.

O tohum, on yedi yaşına geldiğinde kutsal olanla yaşadığım derin deneyimlerin bir parçasıydı; başıma gelenleri tahlil edebilmeme yardım ediyor, gidişata dair ortaya çıkardığım haritanın bir yerlerinde varlığını sürdürüyordu. Sonunda, kutsal bitki tıbbının dünyasına doğru yol almaya başladığımda, Toprakla olan ilişkimi daha derinden anlamaya teşvik etti beni.

İnsanın dünyayı deneyimlediği öyle bir boyut vardır ki, orada bitkiler insanlarla konuşabilir, insanlar da bitkilerle. Bu boyut, insanlığın bu yerküre üzerindeki tarihi boyunca çoğu zaman kullandığı bir alandır. Oysaki günümüz dünyasında, söz konusu yaşam biçimi şehirlerin arka sokaklarına, en fakir mahallelerine terk edilmiş durumda. Buralarda yaşayan insanlara cahil ve eğitimsiz gözüyle bakılıyor, hurafeleri olan ilkel insanlar oldukları düşünülüyor.



Yaşamın o boyutunu keşfeden insanoğlunun bitkilerle konuşup onları duyabildiği alanda bulduğu bilgi, bugün bilim olarak nitelendirdiğimiz şeyin yayılışı öncesine rastlar. İnsana ait deneyimin o boyutunda yaşayanlar, kutsal olanla yakın bağlar kurabilmenin yollarını ararlardı; Yaratıcı'nın arzusunu bilebilmeyi, Yaratıcı'nın onlara verdiği görüleri dünyaya açabilmeyi sağlayacak olan yolları... Bu şekilde edinilen bilgi (bilimsel çalışmaların da gösterdiği gibi) işlevseldi; şu anda yaşadığımız bilim dünyasından o boyuta baktığımızda, orada bulabildiğimiz bilginin işlerliği karşısında birçoklarının hayrete düştüğünü görebiliriz. Bizler, o yoldan bilgi toplamanın ne demek olduğunu anlayamıyoruz; endüstri toplumları olarak bundan vazgeçmiş görünüyoruz. Kaldı ki birçok yönden daha fakir bir hayat sürüyoruz. Oysa dünyanın sakin köşelerinde biryerlerde hala- binlerce yıldan bu yana yaşadıkları gibi- tüm yaşam ve tüm canlılar ile bağlantısını koparmamış halde yaşayan insanlar var. Azize Teresa'nın Nobel Ödülü'nü alırken söylediği gibi "Fakir olanlar bizler değil, sizlersiniz."

Azize Teresa'nın sözünü ettiği fakirliği şu aşağıdaki öyküleri karşılaştıracak olduğumuzda daha iyi anlamamız mümkündür:

MS. 850 yıllarında Kore'deki ginkgo ağaçları yok olmaya yüz tutmuştu. Henüz 1800'lü yıllarda batı dünyasına gelmiş olan ginkgo ağacının varlığı ile Asya kıtasında yaşayan insanların varlığı arasında sıkı bir bağ olduğu düşünülür. Beslenme ve tıbbi amaçlar için kullanılırken, bir yandan da spiritüel vasıflarının olduğuna inanılır. Ağacın yok olma tehlikesiyle karşı karşıya kaldığı dönemde birçok Budist rahip, ağacın küçük fidelerini manastırların bahçelerine ekerek bu yok oluşun önünü almaya çalışmışlardı. Budistler, ginkgo ağacını mabetlerinin bahçelerine alarak onu yok olmaktan kurtarmış olmanın namını taşırlar.¹ Asya kıtasındaki en büyük ginkgo ağaçlarından biri de Kore'deki Yongmun-sun mabedinin topraklarında büyümektedir; yaklaşık 55 metre uzunluğunda ve 4.5 metre çapında olan bu ağacın 9. yüzyılda toprağa dikilmiş olduğu söylenmekte. Türünün yok oluşunu engellemek



Ginko Ağacı

üzere dikildikten sonra, binyıldan fazla süredir dualarla ve derin bir hürmet eşliğinde ayakta tutulmuş. Bugün hala onu ziyarete gelen insanlar var.

1100 yıl sonrasında, 1950'li yıllarda bir öğrenci Bristlecone Çamı* üzerine yaptığı doktorasını bitirmek üzeredir. Dersle ilgili çalışmasını bitirdikten sonra, yazacağı tez için özel bir çam türünün bulunduğu bir ormandaki saha araştırmasına başlar. Uğrunda çabaladığı konu, bu çam türünü Kuzey Amerika kıtasının en eski ağacı olarak sınıflamaktır.

Günler boyu yolculuk edip çadır kurar; en nihayet üzerinde çalışacağı ağacın bulunduğu alana ulaşır. O, ormanın en yaşlısı olduğuna inandığı ağaçtır. Bir matkap yardımıyla ağaçtan parça alarak halkalarını saymak ve yaşını belirlemek ister. Sahayla ilgili etraflı notlar tutmakta, itinayla hazırlıklar yapmaktadır. Doktora tezinden alacağı derece, bu ağaç üzerinde yaptığı araştırmaya bağlıdır. Fakat ne zaman ki ağaçtan bir parça almak üzere matkabı çalıştırır; makinenin çalışmadığını fark eder. Günlerce çabalayıp onu tamir etmek istese de çabası boşa çıkar. Başka bir matkabı yoktur, ama bir testeresi vardır. Ağacı keser, halkalarını sayarak 4000 yaşında olduğunu öğrenir. İsa'nın yaşadığı dönemde 2000 yaşında olan bir ağaç, bir tez uğruna feda olmuştur...²

Bu hikayeyi paylaşırken derin bir üzüntüye kapılmamak elde değil. Bu hikaye, insanlarla dünya arasındaki uçurumu gözler önüne sererken, bir varlık türü olan bizlerin yoksulluk ve hastalıkla mücadelesine de gönderme yapmaktadır. İnsanın kalbinde uyanan duygular, kimi zaman söze gelemeyecek kadar derin olabiliyor. Yine de bunlar hepimizin bastırmaya çalışıp, çoğunlukla da başarılı olduğu duygulardır. Dünyamızda bir şeylerin yanlış gitmekte olduğunu bilmeyen yoktur. Vatanımız olan dünyanın uğradığı hasar yüzünden kederlenmeyen, bu durumu umursamayan da yoktur. Aldo Leopold'un da değindiği üzere:

Çevrebilimi eğitiminin sancılarından biri de insanın yaralarla dolu bir dünyada bir başına yaşıyor oluşudur. Toprağa reva görülen hasar, sıradan bir gözle bakanların göremeyeceği boyuttadır. Bir çevrebilimci kendine sert bir kabuk edinmeli ve bilimsel sonuçların onu hiç ilgilendirmediğine inanmalı; veya öyle bir hekim olmalı ki, kendini iyi zanneden ve tersini duymak duymak istemeyen bir toplumun içindeki ölüme dair belirtileri görebilmeli.³

(*) Bristlecone pine/ pinea longaeva (ç.n.).

Dünyamızdaki yokluk ve hastalık adına bulunabilecek çarelerden biri, belki de insanların kutsal alanda gezinebilme kadim yetisinin içindedir. Yeryüzü'nün kutsallığı ile yeniden bağ kurabilmeli, doğumuyla birlikte getirdiği bir hak olan kendindeki yetenekleri geliştirmelidir ki kutsal olan uyansın ve insan, yaşamın bütününe dair heyetteki yerini bir kez daha alabilsin.

Kutsal Olan

Bizlerdeki, kutsal olanı arayıp tanıyabilme yetisi, insan dokusunu meydana getiren temel güdülerden biridir ve bizlerin ortak geçmişini biçimlemiş olandır. Kullandığım “kutsallık” terimi, sözlükteki anlamı itibarı ile yüce olan, “ilahî bir öze veya tabiata sahip olan” anlamlarına daha yakındır. Kutsal olan, hem mantığın hem de doğrusal olanın ötesini kapsadığı için, onu basit tanımlara indirgemek, özünü kavramakta yetersiz kalacaktır. Onu tamamıyla anlamak isteyen bir kimse, kutsal aleme girmeli ve onun aşkın doğasını deneyimlemelidir. Tüm dinsel ifade biçimlerinin zemininde bulunan belirleyici bir gerçeklik vardır; bu gerçeklik deneyimlenecek olduğunda hissedilen şey GERÇEK'tir. Bu gerçeklik, bizlerin günlük yaşantılarımızda deneyimlediği gerçeklikten çok daha derin, çok daha anlamlıdır.

Kutsal alanlarda gezinenlerin oluşturduğu haritalar ve o haritaları denetimi altına almak isteyen bürokrasi, dini hareketleri biçimleyip onlara zemin hazırlar. Bu haritalar, dini veya spiritüel adanmışlığın belli kökenlerine karşılık gelir. Bütün insanların, kutsal olanı nasıl deneyimleyeceklerine dair eğilimleri vardır. Mesela kimileri, kutsal olanı bir mekan olarak deneyimler(Amerika Yerlileri); kimileri onu bir şahsiyet olarak deneyimler(Hıristiyanlar); kimileriye zihinsel bir durum olarak deneyimler(Budistler). Kutsal olanın ne şekilde deneyimleneceğine dair bu eğilim, tartışmalara (hatta savaşımlara) yol açabilir; tartışılan, kutsal olana giden “Yolun” doğru bir şekilde deneyimlenmesidir. Din tarihi konusunda ehil olan Mircea Eliade'ın da belirttiği gibi: “kutsal olanın ne şekilde biçimleneceği ile ilgili sınırlayıcı tanımlar yapmak mümkün değildir.”⁴ Kutsal olanın belirişi herhangi bir şeyde, bir kimsede veya bir mekanda gerçekleşebilir. Tanımı gereği, kutsal olan her biçimi alabilir.

Her dinsel ifadenin insani çerçevede bir yeri bulunmaktadır. Dinsel bir ifade için üstünlük iddia etmek, tıpkı başparmağın diğer parmalardan ya da ayağın bacadan üstün olduğunu iddia etmesi gibidir. Her birinin gereğine uygun bir yeri, bir işlevi vardır. Bir kimse, dinin gerçek merkezini aramalı, dinsel

haritaların içerdığı sözel anlatımların ötesine geçmelidir. Eğer bunu yapmayacak olursa, kutsal olanı değil insanı bulacaktır karşısında.

Kutsal olanın devingen bir yönü vardır; o kendini kendi ahengi içerisinde görünür kılma eğilimindedir. O bu dünyaya ulaşmaya ve bilinmeye meyleder. Bedenlenmiş biçimler, maddesel nesneler, kendini arketipsel, evrensel ve kutsal anlamıyla gerçekleştirme eğilimi gösterirler. Bu iki eğilim - kutsal olanın kendini görünür kılması ve her bedenlenmiş varlığın kendini daha derindeki arketipiyle gerçekleştirmek istemesi- öyle bir yoldan bir araya gelirler ki, herhangi bir nesne herhangi bir zamanda kutsal olanın tüm gücünü kendi içsel varlığında birleştirir. Kutsal olan kendini bu dünyada görünür kıldığı zaman, insanın içindeki bir şey onun hemen tanınmasına izin verir. İnsanın özellikle de bilinçaltında bulunan bir parçası kutsal olanı deneyimler ve bilinçli zihnine şu sözlerle seslenir: “işte bu GERÇEK.” Böylelikle bilinçli zihin, kendi ötesinde olanı fark eder; onun çağlayıp geldiği kutsal olanı tanır.

Kutsal olanın insan deneyimine nüfuz edişi, GERÇEĞİN doğrudan iletilmesini temsil etmektedir. Bu Tanrı'nın, Yaratıcı'nın, Allah'ın, Ulu Ruh'un bir iletimidir. Bunu deneyimleyen kişi, insanın ötesine geçen ve böylece insan dilinden ve kültürel yapılanmasından önceki bir evreye denk düşen bir gerçeklikten haberdar olur. Bununla beraber birtakım zorluklar baş gösterir. Bir kimse nasıl olur da insana dair her bir şeyin öncesindeki tarihsel evreyle ilgili olan anıyı ve deneyimi hafızasında tutar? Deneyimini açıklayabilmek ve onu hafızasında tutabilmek için insan, kutsal olana dair doğrudan deneyimini içselleştirilmiş simgesel bir yapılanma üzerinden kurar. Böylece kutsal olan kendini hayalde beliren görülerle, olağanüstü duygu ve düşüncelerle ya da kimi zaman kokular ve tatlar yoluyla ifade eder. Hafızanın yapılanma şekli budur.

İnsandaki hafızaya alma yöntemleri, beş duyu üzerinden yapılır; başka bir deyişle, hafızadaki kayıtlar, yazılımlar halindeki görüntülerin, ses, koku, tat ve duyguların parçacıklarıdır. Böylelikle kutsal olanın deneyimlenmesi, görüntülere, seslere, tat, koku ve duygulara dönüşür; yine de kutsal olan hem bunların hepsidir, hem de hiçbirisi değildir. Kutsal olanla temas etmiş bulunanların sözlü veya yazılı kayıtlarına bakacak olduğumuzda, beş duyuyu da içine alan oldukça zengin deneyimlerden söz ettiklerini görebiliriz.⁵

Güçlü görsel deneyim, sıklıkla insani tutumlara dair talimatları da beraberinde getirir. Kutsal olanla temas halindeyken gelen bu talimatlar, iletimi alan şahsın belli tutumlar içine girmesini talep eder; onun belli bir işle meşgul olmasını veya yaşam biçimiyle ya da davranışıyla ilgili değişimleri gerçekleştirmesini ister. Bu talimatlar genellikle, onları algılayan şahsın varlığında

kayıtlı dilsel bir ifade biçimine bürünürler. İnsanlar, gelen talimatların akla yakın hale gelmesi amacıyla, onları önceden öğrenilmiş kültürel deneyimler veya değerler olarak yorumlar. Dolayısıyla, Hristiyanlığın etkisi altındaki bir ortamda yetişmiş olan insanın, ilahi olanla yaşadığı doğrudan bir deneyim Hristiyan biçimselliği ve simgeleri üzerinden ifade edecektir kendini.

Tüm bu duyuşsal hafıza parçacıkları, kutsal olanın hafızaya kaydedilmesini biçimleyen dilsel veya kültürel yapılanma, kutsallığa dair asıl deneyimi geri getirecek yeteneğe sahip simgeler haline gelirler. Bu unsurlar kullanılmasına rağmen, kutsal olan onlardan ibaret değildir. Kutsallığın deneyimlenmesi, onun aşkın doğasının hatırlanmasını da beraberinde getirir; buna bağlı olarak insanlar, içinde bulundukları yapılanmaların ötesine geçip yetenekleri doğrultusundaki daha güçlü yapılanmaları oluşturmak durumunda kalırlar ki bunu kutsallığın engin biçimselliğini kucaklamak üzere yaparlar. Bu süreçte, insanın kutsal olana dair deneyiminin tamamını aklında tutabilmesi mümkün değildir. Çünkü bu alan uçsuz bucaksızdır. Kaldı ki insan da artık değişime uğramış, yalnızca dünyevi olmaktan çıkmıştır. Hafızada kalan simgelerse, insandan daha başka, daha GERÇEK olan bir şeylerin yoluna işaret etmektedir.

Pekçok kültürde kutsal olanla kişisel bir temas kurabilme arayışı, olgunlaşmamızın ve gelişimimizin ayrılmaz bir parçasıdır. Kutsal olanla temas kurulabildiğinde, içeriği ve doğası doğrultusunda kişinin yaşamına yön verir. Bu sayede kişiye, etik ve saygın bir davranış biçimi ile yaşamsal çalışma alanını belirleyen bir anlam katar. Dahası, kişinin görsel deneyimleri veya topluluk törenleri aracılığıyla oluşan kutsal temasların sıklaşması, daha derin bir maneviyatın zaman içinde ortaya çıkmasına öncülük eder.

Kutsal olanın deneyimlenmesi, oldukça geniş bir yelpazedeki yöntemleri içine alsın da, bunlardan en eski ve en yaygın olanı, pagan dini veya doğa mistisizmi adı altında da bilinen Toprak merkezli uygulamadır.

Toprak Merkezli Maneviyat

Toprak merkezli insanlar için kutsal olan, anın içindedir. O, alemin her bir zerresinde mevcuttur; Yeryüzünün herhangi bir alanı ile daha derin bir ilişki içinde bulunmayı istemekle bile Ruh ile daha yakın bir ilişki içine girilebilir. Bu yakın ilişki üzerinden, insanın kendi yaşantısı kadar topluluk yaşantısını da kılavuzlayacak, ona anlam katacak bilgiye erişmek mümkün olur. Bu daha derin ilişki sayesinde insan, zaman içinde, kutsal olanı törenler aracılığı ile

uyandırma gücüne kavuşur; onu insani meselelerin içine doğru çekerek topluluğun yararına dönüştürürken, şifa, eğitim ve canlandırma amaçlı kullanır.

Toprak merkezli bir maneviyat yolunu seçmiş olanlar için, Toprak'ın *kendisi* bir ibadet yeridir. Onlara göre her şeyin bir ruhu vardır; her ağacın, her taşın, her kökün... Toprak'la bağlantı halinde bulunanlar için, *Yeryüzü'nün her bir zerresi* kutsal olanın belirişi, Ruh'un yaratımıdır. Toprak'ın bütünü kadar onun her bir zerresi de kendini -ganz andere-bambaşka bir şey olarak gösterebilir.⁶ Toprak merkezli kültürlerde ağaca ve taş, kutsal olanın, tanrısal yaratımın bir ifadesi olarak hürmet edilir. Çoğunlukla, ister bir törenle veya kutsal olanın doğrudan belirişiyle taş veya ağaç bambaşka bir gerçeklik sergilemeye başlar; artık kendi türünün arketipini yansıtır. O ne taştır, ne ağaç, ne de bitki; o artık TAŞTIR veya AĞAÇTIR ya da BİTKİDİR; daha derin ve daha anlamlı bir gerçekliğe giden yolun hattıdır. Toprak merkezli dinsel uygulamalara göre yaşayan insanlar yıllarını, hatta kimi zaman tüm yaşamlarını kendini göze görünür hale getirmiş olan kutsallıkla daha derin bir bağ kurmaya adanmışlardır.

Toprak merkezli maneviyat çizgisindeki birey, odaklanacağı kutsal yönü kendisi seçmez; kutsal alem bireye, kutsallığın şu veya bu yönüne odaklanması gerektiğini bildiren belirtiyi herhangi bir biçimde ulaştırır. Kimi zaman görü aracılığı ile gelirken (kutsal olanın şahsın varlığına nüfuz etmesi), kimi zaman mekana gelen bir duyum olur (kutsal olanın dünyevi bir alana nüfuz etmesi); kimi zamansa "işaretler" aracılığı ile kendini belli eder - kişinin kendinde, ailesinde veya çevresinde oluşan yönelimlerle varlık bularak insanı belli bir yola iletir.

AYININ ardında yatan gerçeklikten etkilenen bir kimse, spiritüel yaşamın odağını, gücünü ve Ruh ile iletişimini ayının daha derinlerdeki arketipi aracılığıyla bulur. Kutsal olan ve ayının arketipi, AYI ile derin bir iletişime geçen kimseyle konuşur, güç ve bilgi aktarımında bulunur. Zaman içinde bu kimse, AYI ile kurulan kişisel bağ ve bilgi akışını kullanarak, ayının arketipinin normale dönüp dünyevi bir gerçeklik halinde belirmesini ve değişimi etkilemesini sağlayabilir. Böylesi bir kimsenin manevi gücü olacaktır; fakat bu gücün kapsadığı alan ve kullanılış biçimi belli durumlarla sınırlıdır. Bu güç, ancak belli hastalıkların belirdiği veya bazı törenlere gereksinim duyulduğu ya da topluluğun buhranlara düştüğü zamanlarda kullanılabilir haldedir. Daha başka zamanlarda, daha farklı ihtiyaçlar için, belli bazı arketipler etkin hale gelmez; onlara erişmek mümkün olmaz.

İnsanların, kutsal olana ve onun tüm belirişlerine karşı derin bir ilgisi vardır. Bu özellikle Toprak merkezli insanlar için doğrudur. Kutsal olanın

bedenlenmiş bir biçimde kendini gösterme aşaması, biçimin kutsal arketipe bürünme eğilimi Toprak merkezli insanların çok iyi bildikleri konulardır. Onların gözünde yaşam, kutsal olanın durmaksızın kendini biçimlerde ifade ettiği bir aşk ilişkisidir. Kutsal olanın yakınında olmak, GERÇEĞE yakın olmaktır; kutsallığın gücü ile beslenmek demektir. Uzun vadede bir kimse, bu sayede GERÇEK olur; kutsal olanın gücünü kendi içinde taşıyan bir GERÇEK...

Toprak Merkezli Maneviyatın Ekolojik Etkileri

Doğa alemiyle bu tür bir ilişki içine girmek, ekolojik olarak destekleyici davranışlara dönüşür. Akriba veya Ruh'un kutsal bir ifadesiymiş gibi hissedilen bir varlık türünü ortadan kaldırılabilecek derecede avlamak artık zor bir şey olur. Endüstrileşmiş toplumlardaki bireylerin büyük çoğunluğu bu tür bir duygudan yoksun kalmışlardır; onlar için Toprak ve toprağın unsurları birer kaynaktan veya araştırma konusu olmaktan öteye geçmemektedir. Yaşamın böylesi değersizleştirilmesi, Yeryüzü kadar bizim hayatımızda da dehşetli etkiler bırakmaya başlamıştır. Doğanın düzeni dahilindeki diğer üyelerin değerini azımsamakla, kendimizi de değersizleştirmiş bulunuyoruz. Yeryüzü ile bizlerin yaşamını yeniden düzenleyecek olan, hürmet edebilme ve hayatla aramızdaki bağlantıyı yeniden hissedebilme yetimizdir.

Yeryüzündeki kimi yerlerin diğerlerinden daha yarayışlı olduğuna dair Asya'da eski bir inanış vardır. Mesela Koreliler için, inşa edilecek şehirlerin, evlerin ve konumlandırılacak olan mezarlıkların, ahengi sağlayacak şekilde yapılandırılması çok önemlidir. Bu inanış düzenlenip geliştirilerek, *geomancy** adı altındaki sanat ve bilime dönüşmüştür. Bu bilim doğrultusunda yarayışlı olduğuna inanılan yerler, genellikle dağlık alanlar, güçlü ve yaşlı ormanların, bereketli bitki yaşamının bulunduğu yerlerdir. Yeryüzü'nün bu yaşamsal gücünün farkına varılması ve yarayışlı yörelerin korunma arzusuyla birlikte, *geomancy* hem Kore'de hem de Çin'de uygulanan yoğun bir ekolojik güç haline gelmiştir. Endüstrileşme, batılı yaklaşımların ve yaşam biçimlerinin benimsenmesi, *geomancy* uygulamasına gösterilen rağbeti belli ölçüde engellemişse de hala Asya'daki yaşantının bir parçası olmayı sürdürmektedir.

Hong-key Yoon, "*Kore'deki Kültür ve Doğa Arasındaki İlişki*"⁷ adı altında *geomancy* üzerine yaptığı araştırmasında, Kore hükümetinin 2000 yıllık kayıt-

(*) Bir avuç toprağın alınıp tekrar yere atılmasıyla oluşan şekiller üzerinden kehanette bulunma, tahmin yürütme (ç.n.).

larına bakarak herhangi bir yörenin çevresel durumunu etkileyen kararları ele almıştır. Bu doğrultuda farkına vardığı, Korelilerin belli bir bölgede belli zaman aralıklarıyla yaptıkları aşırı hasatla o yerin geomantik yarayışlılığını etkiledikleriydi. Alınan kararlarla bu bölgeler 150 yıl boyunca hasat sınırları dışında tutuldu ve böylelikle ağaç nüfusunun kendini yenilemesine ve geomantik uyumu yeniden sağlamasına imkan tanınmış oldu. Yoon, bu döngüsel yaklaşımın Kore tarihi boyunca hep tekrar ettiğini ortaya koyabilmişti. Yeryüzü'nün kutsallığına ve gücüne dayanan bu anlayış, Kore'deki kimi yerlerin yüzyılı aşkın bir süre için nadasa bırakılıp insan müdahalesinden korunmasını sağlamıştır. Bu sürecin içinde yasalar da olmasına rağmen bu yasalar, zaten Kore insanların birçoğu tarafından beslenen inancı güçlendirmişlerdir. Belli bir yerin dinlendirilip ona hürmet gösterilmesi, yeni bir uygulama olmadığı gibi sadece Kore'ye has da değildir.

Benzer şekilde, endüstrileşme öncesindeki birçok kültürün kozmolojisi, Toprak'taki kutsal gücün ve ilhama dayalı bilginin veya Yeryüzü ekosistemi-ne ait unsurların deneyimlenmesine izin vermektedir. Kutsal olanın kendini belli yerlerde ortaya çıkarması durumu, endüstrileşme öncesindeki kabilelerin bazı bölgeleri kutsal veya dokunulmaz yerler olarak belirlemesine, böylelikle de onları insan müdahalesinden korumalarına zemin hazırlamıştır.⁸ Böylesi yerler el değmemiş olarak kalır ve kutsal olanla daha yakın bir temasa geçmek isteyenlerin gereksindiği ortamı sunar. Bunun ekolojik sonucu ise sıra dışı bir çeşitliliğe sahip geniş çaplı yabanıl alanların kesintisiz varoluşudur.

WorldWatch araştırmacıları şunları söylüyor:

Asya'nın güneyi ile güney doğusundaki çiftçiler, kutsal koruluklara geleneksel bir biçimde hürmet ederler. Onların kudretli tanrıların meskenleri olduklarına inanırlar. Panama'daki Kuna ile Embera Choco Kızılderilileri, yaşlı ormanlık alanları doğaüstü parklar, yabanıl yaşam ve ruhlar için sığınak olarak ayırırlar. Brezilya'daki Tukano Kızılderilileri ise, ormanlar kadar suyollarını da koruma altına alırlar; derelerin neredeyse yüzde 62'sini dokunulmaz olarak ilan etmeleri sayesinde bu ince su kolları balıkların sığınağı haline gelmiştir.⁹

1989 yılında Sierra Club tarafından yabanıl alanlarda yürütülen bir gözlem, Yeryüzü topraklarının üçte birine denk düşen 4,8 milyar hektarlık bir alanın hala insan tarafından değil, doğal güçlerce denetlendiğini ortaya koymuştur. Söz konusu araştırmaya göre, hala sürmekte olan en sağlıklı ekosistemler o

bölgelerdedir ve o bölgelerle yerli halkların yaşadığı yerler neredeyse eşdeğer bir yapı sergilemektedir.¹⁰

Yeryüzü'nün esenliği ile kutsal olanın deneyimlenmesi arasında temel bir karşılıklı ilişki durumu vardır. Kutsal olanla bağlantı zayıfladıkça, Yeryüzü'ndeki canlı, yabanıl ve kutsal yerler de azalmaya yüz tutacaktır.

Dünyanın bu şekilde kutsallıktan yoksunlaşması, modern bir olgudur. Amerika Birleşik Devletleri ile birkaç ülkeden başka her ülkede kültürel bağlamda desteklenip kabul gören, içsel mistik geleneksellik vardır. İnsandaki kutsal olanı deneyimleme eğilimi kaybolmuş değildir; fakat bu gibi durumlarda, kıymetten düşmüş, gizliliğe bürünmüş bir haldedir. Mistik deneyimlere sahip kişiler, gelişimlerine yön verecek olan, kültüre dayalı bir kılavuzluktan ve yaşlılardan yoksundurlar. Onların içinde bulunduğu durumun(kutsal olanla temas halı) alenen kabul edilebilmesi mümkün değildir; ne de doğrudan ruhsal deneyim ile gelen bilgiyi ve yenilenmiş yaşam enerjisini topluluklarına aktarabilmeleri mümkün olabilmektedir. Oysa yaşadıkları deneyimin amaçlarından biri de budur... Sonuç olarak kültürün kendisi anlamını ve doğrultusunu kaybetmeye başlar; kültürün filizlendiği Toprak ise değersizleşmeye meyleder. Bir toplumun canlılığını koruyabilmesi için o toplumun üyeleri GERÇEK ile bağlantılarını sıklıkla yenilemelidirler.

GERÇEK ile bağlantısını yenileyen bir kimse, kutsal olanın mantık dışı unsurları ile yüz yüze gelir. Öyle sahalara ayak basar ki, orada bilindik sınırlara ve tanımlamalara rastlayamaz. Dolayısıyla farklı bir *anlam* bütünlüğü arar. Aradığını günlük yaşamının içindeki nesnelerde, birbirinden ayrı gibi görünen olaylarda bulur, çünkü artık onlar kutsal olanı yansıtmaktadırlar. Böylece kişi hem kutsal hem de dünyevi olanı aynı anda yaşar.

Bir alanı, aynı büyüklüğe ve aynı biçime, fakat farklı bir anlam bütünlüğüne sahip bir başka alanla kaplı bir şekilde algılayabilmek, modern anlayışla zordur. Halbuki birçok kültürde, bütün Toprak merkezli kültürlerde, insanların kutsal alanlara seyahat edip orada buldukları anlamların bilgisini geri getirmeleri çok olağan bir durumdur. Bu tür bilgilerin bir kısmı, Yeryüzü'nün belli bölgelerinin kutsal olduğuna, dolayısıyla da rahat bırakılıp hürmet görmesi gerektiğine işaret eder.

İnsanlar kutsal alanlarda seyahat ettiklerinde, hem kutsal olanı hemde onun ifade ediliş biçimlerini içsel yetileriyle anlarlar. Kutsal seyyahlar, kutsal alemin belli bir yönüne, kutsal ifadenin belli bir biçimine odaklanarak yaşamalarını Ruh'u o belli biçimi veya yönüyle anlamaya adarlar. Bunun bir örneği de kutsal olanın bitkiler yoluyla ifadesidir. Kutsal olan, kendini ifade ederken

kadim ve iyi belirlenmiş bir yol izler. Toprak merkezli insanlar için bu yaklaşım, kutsal bir insan olabilmeye ileten bir tutumu, Tanrı bilgisine erişmenin ve kutsal olanın gücünü topluluğuna geri getirebilmenin bir yolunu ifade eder.

Bu kutsal kişilerden birçoğunun adı sanı asla bilinmeyecektir. Fakat atalarımızın, insan DNA'sı ile kutsal mekanlara bıraktıkları sayesinde kişi yol bulup seyahat edebilir. Kutsal alanda seyahat edebilmenin zorlu yanı yok olmamıştır; fakat atalarımızın o yollardan daha önce geçtiğini bilmek, onların geçtiği yerlerdeki izleri bulabilmek, bu işi kolaylaştıracaktır. Çakan Şimşek'in (Crushing Thunder) babasının söylediği gibi:

Eğer daha fazla insanı iyileştirebilesin diye gerçek lütuflara kavuşmak istiyorsan, uzun bir süre içtenlikle bu lütuflar adına oruç tutmalısın. Ola ki dört belki de on kudretli ruh seni lütuflandırdıklarında ve senin bir gün çocukların olup da birinin başına bir şey geldiğinde, bir şifacı aramak durumunda kalmazsın. Yapacağın tek şey, kendi şifa heybene bakmak olur. Onun içine bakıp da bulacağın ilaç, çocuklarının rahatsızlığı ne olursa olsun onları iyileştirecektir. Bununla da kalmayacak; bir müddet sonra insan kardeşlerin seni çağırarak ve onları iyileştirmeni isteyecekler. İşte o zaman şifa heybeni açacak ve mahcup olmayacaksın; çünkü sen hasta bir insanı nasıl iyileştirmen gerektiğini bileceksin; çünkü sen ona hayrı dokunacak olanı taşıyor olacaksın. Sen onun derdinin nerede olduğunu bileceksin; ve bu lütuflara olağanüstü çabalarıyla erişmiş olduğundan ötürü her ne söylersen, her ne yaparsan etkili olacaksın. Eğer sen birinin yaşayacak olduğunu söylersen o yaşayacak. Eğer ilacına uygun sunularda bulunursan, eğer onunla her zaman konuştuğun şekilde konuşursan ve eğer ilacından kendisindeki gücü hastana aktarmasını isteyecek olursan, ilacın bunu yerine getirecektir. Eğer gerçekten de bitkilerine iyi bir tütün sunarsan, eğer onların şerefine ziyafetler düzenlersen ve ardından onların kendilerindeki gücü ortaya koymalarını isteyip de ardından onlarla tıpkı insanlarla konuştuğun gibi konuşursan, bu bitkiler şüphesiz senin onlardan istediğini senin hatırın için yapacaklardır. İşte bundan sonra, hastalarının sana sunduğu armağanları gönül rahatlığı ile kabul edebilirsin; hiçbir utanç duymaksızın... Çocuklarınsa o armağanları üzerlerinde taşır, onlardan güç alırlar. Mutlu ve esenlikli olurlar. Öyleyse ilaçlarıyla ilgilenme konusunda olağanüstü hassas davranmalısın. İlaçlar her türlü amaca hizmet ederler. Onların bizlere bağışlanmış olmasının nedeni de budur.

Bizler, kendimizi iyileştirmek için onları kullanmalıyız, çünkü Yeryüzü'nün Yaratıcı'sı onları bize bu amaç için vermiştir.¹¹

YERYÜZÜ İLE ŞİFALANMAK



1988 yılının başlarıydı; şiddetli bir mide ağrısı ile uyandım. Aşağı yukarı 20 dakika, hareket edemeyecek durumda öylece yattım. Bana ne olduğunun merakı içindeydim. Birden ağrı yatıştı; iyileşmiştim, ama ter içinde ve yorgundum. İyileştikten sonra, başıma gelenin besin zehirlenmesi, apandisit ağrısı gibi rahatsızlıklar olabileceğini geçirdim aklımdan. Fakat ağrı tamamen kaybolup kısa bir zaman aralığında yeniden tekrar etmeyince üzerinde bir daha düşünmedim.

Bir ay geçmişti ki benzer bir kramp belirdi. Ağrı geçer geçmez de yine düşündüklerimi bir kenara attım; ama üçüncü kez ağrı belirdiğinde doktorumun muayenehanesinin çok yakınındaydım ve dişlerimi sıkarak hızla onun yanına gittim. Çok acı çektiğimi görünce beni hemen sıraya almayı kabul etti. Sağımı solumu yoklayıp araştırdıktan sonra, neyin yolunda gitmediğini bilemediğini itiraf etti. Benden 45 dolar alıp bir uzmana görünmemi tavsiye etti.

Uzman doktor, beni yoğun programının arasına sıkıştırarak iki hafta sonraya gün verdi. Randevu günü geldiğinde, muayene masasında yatarken, midemi sırtıma doğru kuvvetle ittikten sonra bir anda geri bıraktı. Çektiğim ağrı inanılmazdı. Ne yaptığını sorduğumda, “geri tepen bir ağrı” olup olmadığını denetlediğini söyledi. Ardından, uzman doktorla beraber yanındaki birkaç hevesli asistanı on beş dakika boyunca beni ıstıraplı denemelerden geçirdiler. Sistematiik bir şekilde, ülser ya da safra taşı veya böbrek taşı olduğunu öne sürüyorlardı. Sonunda hala benimle ilgili sorunu bulamadıklarında belli belirsiz

bir hevesle keşif amaçlı bir ameliyatı düşünmemi önerdiler. Bunun üzerinde düşünceğimi söyleyerek 150 dolar ödedikten sonra oradan ayrıldım. Ne yapacağımı bilmiyordum.

Tesadüf eseri kısa bir zaman önce yerel bir herbalistle tanışmıştım; o bana osha adında bir bitkiyi göstermişti. Bu bitki çoğunlukla karın bölgesindeki kramplar için kullanılmış. Daha önce yaşadığım Colorado Boulder bölgesinde bu bitkiden bol miktarda yetişiyordu. Böyle bir olayın eş zamanlı olarak belirmesinden ilham alarak osha bitkisini denemeye karar verdim. Ameliyat ihtimalini seçmeyecektim.

Birçok bitki kökü kazıp kuruttum. Onları yanımda taşıyor, gün boyu kemi-riyordum. Bir kez daha karnıma ağrı girdiğinde, aynı bitkiyi toz haline getirip bir kapsüle aldım. Bitkiyi bu şekilde içtiğimde ağrılarım büyük oranda azalıp kayboldu. Böylelikle osha bitkisini kullanmayı sürdürdüm. İki ayın sonunda kramp nöbetleri düzenli bir şekilde kaybolmaya yüz tuttu. Ve en nihayet tamamıyla kayboldu.

Osha bitkisini kullanmaya başladığım andan itibaren, bu yabancı ilacın o güne değin kullandığım tıbbi ilaçlardan nitelik açısından farklı olduğunu hissetmiştim. Her gün az bir miktar aldıkça, içimde iş gören yabancı bitkinin ruhunu hissetmeye başlamıştım. Osha'nın yaşayan bir varlık olduğunu içsel olarak biliyordum; onun kendine has bir zekası vardı. Özellikle de bedenimle arasında öyle bir karşılıklı ilişki kurmuştu ki, onun ruhunun bende ki hastalığı iyileştiriyor olduğunu anlamıştım. Bununla beraber çok güçlü bir keşif yapmıştım: hayatımda ilk kez Toprak'ın beni iyileştirdiğini deneyimlemiştim. Toprak'ı canlı ve bilinçli bir varlık olarak deneyimliyordum, bu kavram yalnızca zihnimde olan bir gerçeklik olmaktan çıkmıştı. Soyut olandan yaşayan bir deneyime doğru yol almıştım.

Yaşadığım çevredeki tarlalarda, vadilerde büyüyen bitki tarafından iyileştirilmiş olmak beni dönüştürücü bir deneyimdi. Toprak merkezli maneviyatın hem öğreticisi hem de öğrencisi olarak geçirdiğim 20 yıla rağmen, hala yabancı bitkileri birçok Amerikalının gördüğü gibi görmekteydim. Kimi yabancı bitkilerin adlarını biliyor, kimilerinin de yenebilir kısımlarını ve meyvelerini ayırt edebiliyordum. Bunlara ek olarak, onları üç grupta toplamıştım: büyük bitkiler (ağaçlar), Orta boylu bitkiler (çalılıklar) ve küçük bitkiler (otlar ve ayrıklar).

Şimdiyse bitkilerin dünyası ve bitkisel ilaçlarla ilgili öğrenebileceğim her şeyi öğrenmek istiyordum; özellikle de onların ardında gizlenen kutsallık ve ruh alemiydi ilgimi çeken. Takip eden altı yıl boyunca zamanımın çoğunu

evimin civarındaki bitkilerin olağanüstü dünyasını keşfetmekle geçirdim. Önce bitkilerin fiziksel özelliklerini öğrenmeye odaklandım; saatler boyu yakın çevredeki tarlalarda ve ormanlarda büyüyen yabancı bitkileri gözlemleyip inceledim. Zamanla yöresel bitkilerin büyük çoğunluğunu her mevsimde, büyümesinin her aşamasında izlemiş ve tanımıştım. Onları içtenlikle tanımaktı bu yaşadığım. Yaşadıkları çevreyi, ne şekilde büyümekten hoşlandıklarını, en sevdikleri toprağın nasıl olduğunu öğreniyordum. Ellerimle köklerini hissediyor, ağızla tatlarına bakıyor, burnumla kokularını alıyordum; verdikleri şifayı vücudumda deneyimliyor ve onları ailemdeki hastalıkları iyileştirmek için kullanıyordum. Yaşamıma nüfuz etmeye başlamışlardı.

Osha bitkisi ile yaşadığım derin deneyim, her zaman için belleğimde güçlü bir hatıra olarak kalmıştır. Bu deneyimi diğer bitkilerle de yaşayıp yaşayamayacağımı görmek istiyordum. Farklı bitkilerle olan ilişkimi derinleştirmek için saatler harcamaya başladım. Kimi zaman bir bitkiyle sessizce otururken, kimi zaman da herhangi bir bitkiden bana akan görüntüyü ya da duyguyu zihnimde tutarak günlük işlerimi yapmayı sürdürüyordum.

Haftalar, hatta aylar boyu her bitkiye ayırdığım vakitler sonrasında “bir duygu tınısını” diğerinden ayırmaya başlamıştım. Bir yılı geçkin bir süre boyunca her bitkideki duygu tınısının özünü damıtıp bilgi haline getirene kadar bununla uğraştım. Başka bir deyişle, o duygu tınısının kalbinde gizlenen temel unsurları, onu diğerlerinden ayıran duygusal tadı öğrendim.

Her bir varlık türü ve her türe ait her bir bitki, benim içsel olarak bir duygu halinde deneyimlediğim farklı bir enerji, farklı bir yaşamsal öz taşıyor. Bu duygular, kızgınlık, üzüntü, sevinç veya korku gibi kolayca ayırt edilebilen duygulardan çok daha incedirler. Onlar, belli bitkilerin ya da türlerin ayırdedici temsilcileridir, duygusal gölgelerden oluşan geniş bir yelpazeyi temsil ederler.

Bu tür duygu tınılarını ayırt edebilmek için, bir alışveriş merkezinden rastgele on kişiyi getirip önünüze sıraladığınızı hayal edin. Düşüncenizi işin içine katmaksızın, onları görür görmez sizde uyandırdığı duyguları tanımlayın. Her bir duygu tınısı, özellikle benzer altyapıya, giysilere ve sosyo-ekonomik sınıflara sahip olanlar arasında farklılık gösterecektir. İnsanlar sıklıkla hiç bilincinde olmaksızın bu önseziyi kullanarak “bir kimseye” karşı duygularını tahlil ederler. Belli duygu tınılarını ayırt edebilmek, yalnızca insanlarla sınırlı kalmayıp dünyamızdaki herşeye uygulanabilecek bir yaklaşımdır. Ben bu tekniği yıllarca kendi verdiğim dersler ve şifalandırma uygulamalarım için kullanmıştım; ama bu kez ilk defa bitkilerle birlikte kullanıyordum. Tüm bitkilerin, hatta

tüm canlı varlıkların birbirinden farklı enerjileri veya duygu tınları olduğunu keşfettim; eğer insan dikkatini yönlendirirse bunları hissedebiliyordu. Birçok insanın bir köpek yavrusu ile karşılaştığında deneyimlediği duyarlılık da benzeri bir süreçmiş gibi görünüyor. Köpek yavrusuyla karşılaşan insanda o ana özgü bir duygusal tepki oluşur ve bu süreç dünyamızdaki herhangi bir şeyle bilinçli olarak yaşanabilir.

Yıllar içinde bu temel süreci içsel bir derin düşünce (meditasyon) ve deney yoluyla -tepkiyi bir eyleme dönüştürebilene dek- geliştirdim. Zaman içinde bitkideki bu duygu tınısına odaklanıp onu ilaca dönüştürmeyi ve o ilaç birisi tarafından kullanıldığı müddetçe odaklanmayı sürdürmeyi öğrendim. Bitkideki duygusal tınıyı veya enerjiyi bilinicimin ön saflarında tutabildiğim zaman, onunla ilgili duyularımı geliştirebildiğimi fark ettim. Öyle ki, bir süre sonra benim bedenimde de aynı oranda bir kızgınlık, korku, sevinç veya keder belirmektedir. Bu yetenek. insanın kişisel iradesini yönlendirdiği niyete bağlı gibi görünüyor.

Belki de, bitkilerle ilgili bu doğal olayı araştırdığım süre içindeki en etkileyici örneklerden biri, melekotu (angelica) bitkisi ile ilk karşılaşmamdı. Osha bitkisinin akrabası olan melekotu, Boulder yöresinde pek de rastlanmayan bir bitki. Onun bol miktarda bulunduğu bir yere pek az rastlamışımdır. Yamaçların kuzeye bakan eteklerindeki gölgelik alanlarda, ırmak kenarlarında büyüyen melekotunu ilk gördüğümde, böyle bir ırmağın kenarı boyunca yürüyor, çoğunlukla aylarla geyiklerin kullandığı patikada ilerliyordum. Duyularım, içinde bulunduğum çevreyle bütünleşmişti sanki: taşların üzerinden aceleci bir edayla akan ırmağın sesi, ormanın gölgeleri arasından sızan geniş ışık demetleri ile aydınlanmış derin yeşillikler, yaşlı bir ormandan gelen tanımlanamaz kokular ve zengin alt bitki örtüsü. Yolun kenarından döndüğüm bir sırada tüm dikkatim, ırmağın kenarındaki bir bitkiye odaklandı. Bitkinin boyu iki metreye yakındı. Güçlü ve uzunca bir sapın üzerini taçlandıran tohum kümeleri, düzensiz aralıklarla sap boyunca dizilmiş geniş yaprak yüzeyleri vardı. Bitkinin kendisi öyle özel bir nitelik saçmaktaydı ki, yaptığım araştırmadan beni alıkoyacak kadar güçlüydü. Bulunduğu yere doğru yönelerek yanına oturdum. Bitkiden gelen en yoğun duygu tınısı, ondaki sessiz saygınlık ve ruh olgunluğuydu. İlk karşılaşmamızda belki de bir saatimi orada geçirdim; daha sonraki yıllar boyunca da aynı yerde tohumlarından biten çocukları ile nice saatler geçirdik. O bitkinin niteliklerini, onun kendine has duygu tınısını tanımayı öğrenmiştim; o benim en önemli bitki yakınlarımdan biri haline gelmişti.

Melekotu, yüce bir saygınlığa, bir bütünlük duygusuna sahip. Bir bakıma, doğada ve insani koşulda sıklıkla karşılaşılacak iki zıt kutbu dengeleyici bir yönü var. Onun doğası bütünüyle ve de kelimenin tam manasıyla dışıl...

Yıllar boyu bitkilerle oturduktan sonra, kendimi yarı uyanık- rüya görür duruma geçmiş bulduğum zamanlar yaşamaya başladım. Böyle zamanlarda bitkiler benimle şifalı kullanımları hakkında konuşuyorlardı. En derin deneyimlerden birini, Kuzey Amerika'nın her yerinde ağaçlar üzerinde büyüyen liken bitkisi usnea ile yaşadım. Usnea, güçlü bir antibiyotik; belli bir oranda da penisilin ile rekabet edebilecek bir bitki. Onunla oturup ondaki duygu tınısına odaklanmaya çalıştığım sırada öyle bir zihinsel duruma girdim ki, bu bir tür uyanış anı veya uykuya geçiş anı gibiydi. Görüşüm yumuşamıştı ve renkler daha canlı görünüyordular. Usneanın genellikle hafif olan duygu tınısı öylesine güçlenmişti ki birden bire kendimi onun içinde kaybolmuş hissettim; kişisel sınırlarımın her zamanki hali de eriyip gidiyordu. İşte o anda, bitki bana genç bir adam gibi göründü; saçları dalgalıydı; bitkinin büyümesine benziyordu. Bana gülümseyerek, usneanın Yeryüzü ekosistemi içindeki öncelikli görevinin ağaçları iyileştirmek olduğunu söyledi. Usnea, gezegenin akciğer düzeneği için bir antibiyotik görevi görmekteydi; insanlarda görülen etkileri ise, ağaçlar üzerindeki etkisinin sadece bir yan ürünüydü. Her türlü akciğer düzenegindeki enfeksiyon için etkili olduğunu söylediği usneanın en belirgin özelliği buydu. Tüm bunları söyledikten sonra oradan ayrıldı ve ben, içine girdiğim halden uyanarak kendi çevremi farkına vardım yeniden.

Hayatımın daha erken bir evresinde, on yedi yaşlarında iken, ardı ardına görsel deneyimler yaşamıştım. Bu o zaman için biraz tedirgin edici bir durumdu. Derindeki kutsal olanla ilişki kurmaya yönelik bu ilk deneyimler bana başka türlü bir yaşam biçiminin varlığını göstermişti. Uzun yıllar boyunca, başıma geleni sorgulamama neden olan deneyimim daha sonraları beni, kültürler arası dinsel gelenekler üzerine bir lisans çalışması yapmaya zorlamıştı. Geçen yıllarla birlikte böylesi deneyimler tekrarlanıyor; artık onları endişe verici bulmuyorum, fakat bitkilerle aramda yaşananlar kendi içinde bazı sorunların belirmesine yol açtı.

Gezegeneimizdeki çeşitli unsurları yalnızca insana hizmet amaçlı ürünler olarak görmeye meyleden bir dünya görüşünden etkilenmiş bir haldeyken, yabancı bitkilerin canlı birer varlık olmanın ötesinde insanlardan ayrı, bağımsız bir yazgıları olduğunu ayırtmaya başlıyordum. Ne kadar çok bitkiyle temas edersem, o denli çeşitlilik gösteren bir canlı varlık nüfusunun yaşadığı bir dünyada buluyordum kendimi. Yaşamımın büyük bir kısmını, o canlıların

varlığından habersiz geçirmiştım. Dahası, bitkiler insani istek ve ihtiyaçlarla çoğunlukla ilgilenmiyorlardı.

Buna karşın, önümde açılan bu yeni dünyayı seviyordum; bitkilerden beni bu yolda derinleştirmelerini istedim. Verdikleri yanıt tereddütlüydü, ama daha sonra bu isteğimi kabul ettiler ve bu süreci devam ettirebilmemiz için belli koşulları yerine getirmemi istediler. Eğer bitkilerle konuşma ve onlardan gelen yanıtları duyabilmeyi istiyorsam, onlara saygıyla yaklaşmam, onlarla aramda bir fark gözetmemem gerekiyordu. Eğitim verdiğim zamanlarda onlar adına konuşmamı ve yerli halkların bu kıtada nüfusun çoğunluğunu oluşturduğu günlerde olduğu gibi insan dünyasında seslerinin yeniden duyulmasını arzu etmekteydiler. Bu antlaşmayı yapmak zor değildi, fakat bazen uygulaması zordu. Daha sonraları yerli kültürler üzerine araştırma yaparken fark ettiğim gibi, bu kesinlikteki koşullar, dünyanın birçok yerinde kutsal bitki tıbbının ayrılmaz bir parçasıydı.

Hala bir sorunla karşı karşıyaydım. Bitkilerle konuşma fikrini kabullenmem gerekiyordu. Nitekim, bilgiye kutsal bir deneyim üzerinden erişilmesi fikri, günümüz dünyasına yabancı bir kavram. Bir yönden zihninin kutsal halleriyle olan derin bağlantımı kabullenirken, doğrudan ruhsal deneyimle bilgiye ulaşmanın kültürümüz tarafından tuhaf karşılandığının da farkındaydım. Öyle ki, böyle bir hal normal dışı kabul edilmekte, hatta bazen hastalıklı bir durum olarak açıklanmakta...

Şifalı bitkilerle yaşadığım deneyim, çift yönlü bir durumu da beraberinde getirmekteydi. Bir yandan osha bitkisinin ruhu tarafından şifa bulmuş biri olarak bitki ruhları ile daha derinden konuşabilmenin hazzını yaşıyor, bir yandan da bitkilerin kendisinden gelen bilgi üzerinden bitkisel şifa verme fikrinin, benim şifacılığa dair anlayışımı dahi zorladığı bir durumu deneyimliyordum. Çoktandır bütüncül şifaya inanan, onu savunan biriydim, fakat yaşadıklarımın bu anlayışı dahi aştığını görüyordum; bilgi, akılcı düşüncenin ötesinde daha başka kaynaklardan gelebiliyordu.

Amerikalıların büyük çoğunluğu gibi ben de, her türlü ruhsal ve duygusal unsuru küçümsemeye meyleden güçlü bir analitik geleneğin içinde yetişmiştim. Ruhsal açıdan bakıldığında modern bilim, her şeyin yüzeyinde görülebilene yoğunlaşıp gerçekliğin tek bir boyutuna yönelmektedir. Kültürel ve eğitsel süreçlerimiz, güçlü bir bilimsel zemin üzerinden seyrini sürdürdüğü için, kutsal olduğu kadar insana has olan daha derindeki unsurlar, gerçekliği tek yönlü bakış açısının ötesine geçemeyen bir kültürel görüşe terk edilmiştir. Hem mantık dışı hem de ölçülemez unsurları içeren kutsal alan, istatistiksel

incelemelere dayanan bakış açıları ile çelişkiye düşebiliyor. Buna karşın, birçok kimse gibi ben de her iki dünyanın dokunuşunu duyumsuyor ve onları birbiri ile uzlaştırma arzusu taşıyorum; eğer böyle bir şeyin gerçekleşme ihtimali varsa tabii! Bu içsel anlaşmazlıktan ötürü, deneyimlediklerimin analitik bir modelini bulma ihtiyacı duyuyor, insani tecrübenin tarihsel çerçevesindeki yerimi bulmaya çalışıyordum.

Üniversitedeki danışmanım Profesör Edward Canda, görsel mistik deneyimlerin ne şekilde gerçekleştiğini konu alan analitik bir model oluşturmam yolunda beni yüreklendirdi. Tezimi bu analitik modeli geliştirmek üzerine hazırladım -bu yöntemi yıllardır verdiğim derslerde hâlâ kullanıyorum. Kutsal bitki tıbbı hakkındaki deneysel çalışmalarım derinlik kazanırken, bir yandan da bu tür bir araştırmayı bir kez daha deneyip tekrar etmeye karar verdim. Böylelikle, başıma geleni daha iyi kavrayabileceğim bir model meydana getirebilirdim belki. Kutsal olanı deneyimleme alanında kavramsal bir harita bulmaya ihtiyacım vardı. Bu tür deneyimlerin izlerine rastlayabileceğim alansa, etnologların Amerika'daki yerli halkların kültürü içinde bitkileri ne şekilde kullandıkları ile ilgili anlatımlarıydı. Dolayısıyla araştırmamı bu alanda yoğunlaştırdım.

Araştırmalarımı başlattığımda, bir kütüphaneye giderek bitkisel ilaçlarla çalışırken uygulanan kutsal gelenekler üzerine birçok kitaba danışacağımı düşünmüştüm. Oysa hüsrana uğradım; tıbbi bitkilerle ilgili etnobotanik rehberlerin büyük çoğunluğu, bitkilerle iyileştirmenin ruhsal boyutunu ya abartılı biçimde ele almakta ya da konu bile etmemektedir. Yerli halklar arasında hallüsinojenik bitkilerin kutsal kullanımını tanımlayan, Weston La Bane'in *Peyote Kültü* gibi birkaç kitabın dışında, bitkilerin ruhsal özelliklerine değinen kitaplar konuya yüzeysel, hatta amatörce yaklaşıyorlardı. Biraz daha derinlere inmeliydim.

Ara sıra, anlaşılması zor kaynaklara yapılan rastgele göndermelerle karşılaşıyordum. Bunlar şaman kültürünün bitki ruhları ile derin kutsal bir bağ geliştirebildiğine işaret etmekteydi. Bu tür alıntılar öylesine azdı ki, ciddi bir çalışma başlatacak kadar kaynak bilgi edindiğimden emin olduğumda aradan beş yıl geçmişti. Araştırmalarım doğrultusunda kutsal bitki tıbbının hayranlık verici dünyasındaki daha derin ruhsal gerçekliklere eriştimse de, başlangıç noktasındaki araştırmam beni öyle bir yolculuğa çıkardı ki kendimi tezatlıklarla dolu kültürel bakış açılarının ve önyargılı raporların arasında, tıpkı vahşi bir ormanda gibi hissediyordum.

Yerli halkların şıfacı kültürüne dair güvenilir, gerçek bir bilgi bulabilmek çok zorlaşmıştı. Ne de olsa on dokuzuncu yüzyıl ile yirminci yüzyılın başlarındaki etnograflar, Amerikan yerli halkının şıfa inanışlarını ve uygulamalarını ya Hristiyanlık dışı ya da bilim dışı hurafeler olarak görmekteydiler; onların bitkisel ilaçların ruhsal kullanımına dair gözlemleri çoğunlukla y zeyssel ve muhalifti. Araştırmacıların çalışmasındaki bu yaklaşım, benim kendi içimdeki sezgisel olan ve doğrusallık taşımayan kutsal deneyimler ile doğrusal, analitik ve akılcı düşünce arasındaki çatışmayı yansıtıyor gibiydi. Sonuç olarak, bu yeni alanla ilgili harita oluşturma çabalarım, beni kendi Avrupa-Amerikan kültürümün aynı konuyla olan  atışması üzerinde durmaya sevk etti. Bir sonraki safhada yaptığım araştırmayı daha karmaşık hale getiren konu, kabile inançlarını ele alan etnolojik yazıların onlar arasındaki benzerlikler üzerinde değil farklılıklar üzerinde yoğunlaşması oldu. Yine de, bulduğum bazı daha erken tarihli etnolojik bulgular sayesinde, ilk elden şamanların ve yerli şıfacıların gözlemlerini ve yayınlanmamış doktora tezlerini içeren yazılarla temas etmem mümkün oldu. Bu kayıtlar, paha biçilmez i  görüleri ve kutsal bitki tıbbının geleneksel yöntemleri hakkında gözlemleri içeriyordu.

Gözden geçirdiğim yazılar, şıfacı insanların kendi sözlerini içermekteydi. Her örnekte, bilgilerinin öncelikli kaynağının Yaratıcı ve içine girdikleri “kutsal görü hali” olduğu konusunda emindiler. Kimi yerli halkların kültüründe, nesilden nesile aktarılmış olan bilgiye önem verilse ve bu bilgi kullanılıyor olsa bile, şıfacılı a dair en etkili bilgiler, bitki ruhları veya daha başka yardımcılar aracılığıyla ulaşan görüler ve rüyalara dayandırılmaktaydı. Aslına bakılacak olursa, dünyamız ve bizlerin bu dünyadaki yeri ile ilintili bilginin bir araya toplanmasına öncülük edebilecek, akılcı olanın dışında başka bir yol daha var...



KUTSAL BİTKİ TIBBINİN GÖRÜLERİ

Öncelikle vurgulanması gereken, bitkilerin kutsal belirislerinin tümünün, uyumlu cümleler sistemine, yeşil örtünün kutsal önemi kuramına işaret etmesidir...¹

—MIRCEA ELIADE

Bitkilere dair bilginin görsel kaynağı, yerel halkların iyileştirme yöntemlerini anlatanların birçoğu tarafından tasdiklenir. Onların sözlerini okurken şu konu açıklık kazanmıştı: şifacıların her birinin sözlerinde bazı gerçeklerin ışığı parlamaktaydı. Dünyaya gelecek olan çocuklara verdikleri önemi, kutsal olana karşı gösterdikleri derin saygıyı ve yalnızca bitkilere has olan bir alandaki kutsallığı detaylı bir şekilde anlatıyorlardı.

Kutsal olan, kendini insanlara farklı biçimlerde gösterir. Yerli halkların kutsal kişileri, görü biçiminde gelen eşsiz ilhamlar yoluyla tıbbi bitkiler hakkında ayrıntılı bilgi edinmiş, onlarla ne şekilde şifa verileceğini öğrenmişlerdir. Kuzey Amerika'nın yerli halkları ile karşılaşan Avrupa kültürlerinin bu yaklaşımı anlayabilmeleri çok zor olmuştur; dolayısıyla çoğu zaman kendilerine bu kaynak üzerinden anlatılanları kabul edememiş, onları değersiz görmeyi yeğlemişlerdir. Oysa Kızılderililerin bitki dünyasına dair ayrıntılı bilgilerini tamamıyla görmezden gelmek de mümkün değildir. Çağdaş araştırmalar, yerli ilaçların geleneksel kullanımlarının pekçoğunu doğrulamaktadır.² Yerli halklardan bitki tıbbıyla ilgili daha ayrıntılı açıklamalar istendiğinde hepsi: sözleşmiş gibi bilgi kaynaklarının görülerden, rüyalardan geldiğini veya bitki-

nin kendisinin tıbbi kullanımını söylediğini belirtmişlerdir. Bu durum, araştırmacılar açısından sorun yaratmaktaydı. Bilgiyi bilimsel ve akılcı bir yoldan toplamaya alışmış olduklarından, kendilerine aktarılan bilgiyle ilgili başvurabilecekleri bir kaynak yoktu ellerinde.

Amazonlarda kauçuk toplayan genç, Manuel Cordova Rios, Güney Amerika'daki bir kabile tarafından kaçırılmış ve bitkilerin kutsal kullanımı konusunda eğitilmişti; onun yaşamını *Yukarı Amazonların Büyücüsü* adı altındaki eserde kaleme alan R.Bruce Lamb'e çok önemli bir noktayı şu sözlerle açıklamıştı:

Dostum, bilmelisin ki bu alanın derinliklerine indikçe, resmi dilin yazılı ya da sözlü ifadeleri yetersiz kalır. Eğer elimden gelseydi seninle bir görüş oturumuna girdik ve sen o zaman anlardın. Ama bunun için zamana ihtiyaç var. Şimdilik önemsiz sözlerle, esnek olmayan ifade biçimleriyle yetineceğiz.³

Ruhun alanında seyahat edenler, orada bulduklarını ifadeye dökmek istediklerinde her zaman bu sorunla karşılaşır. Yine de, bitkisel ilaçlarla ilgili tanımladıkları alan, kültürden kültüre, kıtadan kıtaya benzerlik gösterir.

Hepsi de bitkiler yoluyla kutsal alanla temas kurmaya çalışanların bitkilerin dünyasına girmesi gerektiğinden söz ederler; fakat bunu yaparken her şeyi bilen bir insan gibi değil, bir şeyler öğrenmeye gelmiş bir arayıcı gibi davranmalıdırlar. Orada bitkiler insanlarla, insanlar da bitkilerle konuşabilir. Bitkilerle veya herhangi bir varlıkla konuşabilmek için ruhsal güç birikimine ve kutsal alanda yürüme yeteneğine ihtiyaç olduğunu söylerler.

Sioux'lara göre:

Nesnelere gizemli güçler yükleyerek onları kutsal hale getirmek, yalnızca böyle nesnelerle konuşup söylediklerini anlayabilen erkeklerin yapabileceği bir şeydir.⁴

Meksika'daki Mitlenoslar'a göre:

Bitkiler onunla konuşur ve o da bitkilerle konuşur; bu onun doğayla olan -diğer Mitlenos'ların yaşam biçiminin bir parçası olmadığı açıkça görülen- bir ilişkisidir.⁵

Ve Zuniler'e göre:

Zuniler bitkileriyle yaşarlar; bitkiler onların bir parçasıdır. İnisiye olmuşlar bitkilerle konuşabilir, bitkiler de onlarla konuşabilir.⁶

Ve Papagolar'a göre:

Bitkisel bir özü toplarken ve onu belli bir doğrultuda kullanırken o bitkiyle veya ağaçla konuşmak, alışılmış bir şeydi.⁷

Her bir kültürde ortak olan, bitkilerle konuşabilme becerisi, türler arasındaki iletişim ve bilgi alış verişidir. Toprak merkezli insanların, bu tür bir iletişimin doğabilmesi için gerekli gördükleri ortak unsurlar vardır. Mesela bir bitkiye, sahip olunabilecek bir nesne gözüyle bakılması, onu aşağılayıcı bir yaklaşımdır. Eğer bitkiye bu şekilde yaklaşılabilecek olursa, o bitki gücenecek ve insan topluluğunun ihtiyaç ve arzularına karşılık vermeyecektir. Kutsal kişilere göre, bitkilerle de bir insanla konuşur gibi konuşulması gerekir. Kimi zaman şifacı insanlar olarak tanımlanan kutsal kişiler, bitkilerin daha derinlerdeki ruhu ile temasa geçer, onlarla konuşup saygıyla yaklaşırlar ki, bu sayede kutsal bitki tıbbının güçlü birer şifacısı haline gelirler. Şifacıların, bu güçlerini insan topluluğunun yararına kullanması beklenir; yalnızca kendi yararına değil...

Bitkilerin insanlarla, insanların da bitkilerle konuştukları sahaya girebilmek için gerek duyulan düşünce durumunu daha iyi kavramak üzere şu kısa kılavuz hayallemeyi gerçekleştirmeye çalışın. Bu alıştırmayı dışarıda doğal bir yerde yaparsanız daha iyi sonuç verir.

Tamamıyla saflığı yansıtan bir doğal ortamda, ormanda veya çayırdaki olduğunuzu hayal edin. Uzaktaki ormanı hayal edin, çimenlerin arasında esen rüzgarı hissedin, kuşlarla birlikte tüm doğanın sesini duyun. Bu hayali geliştirebildiğiniz kadar geliştirin. O ortamı hissettiğinizde, iştirip görebildiğinizde ve kendinizi tamamıyla o alanın içinde deneyimlediğinizde, bir dakika için gevşeyerek gerginliklerin bedeninizden gitmesine izin verin. Toprağın, sanki sınırsız cömert elleriyle sizi taşıdığını hissetmeye çalışın; öyle ki belinizi doğrultmak için fazladan bir güç sarf etmeniz gerekmesin; Toprak ana bunu sizin için yapıyor olsun... Şimdi hayali bir durumu deneyimlemeye başlayın: düşünün ki ne şehirler var, ne de sizin bildiğiniz anlamda bir medeniyet... Kendinizi görmekte olduğunuz bu doğal ortamda yaşamaktasınız. Gidecek başka bir yer de yok. Çevrenize bakıp etraftaki bitkileri, ağaç ve çimenleri görmektesiniz. İşte var olan her şey bu gördüklerinizden ibaret.

Şimdi hastalandığınızı hayal edin; danışabileceğiniz hiç kimseniniz olmadığını. Ne eczaneler var, ne hastane, ne de doktor, yalnız başınasınız. Şimdi bitkilerin farkına varın. Eğer hangilerini ne şekilde alacağınızı bilerseniz sizi iyileştirecekler. Bu görüntüyü bir süre için tutmaya çalışın. Bu deneyimle birlikte, kimi atalarımızın uzun zaman önce kendilerini nasıl hissettiklerini ve yerli halkların birçoğunun hala hissettiği durumu yeniden idrak edebiliriz.

Bu durumu kendiniz için hayal etmeyi başarabilirseniz, iyileşmeniz için bitkilere nasıl da bağımlı olduğunuzu daha iyi hissedebilirsiniz. Böylesi bir yaşam biçimine sahip olan insanlarla bitkiler arasındaki ilişki bağılılıktır. İnsanlarda bu bağılılığın sonucu olarak bitkilere karşı içsel bir saygı oluşur. Hayatta kalmalarının bitkilere bağı olduğunu farkederek ve bitkilere karşı kendiliğinden saygı duyarlar; insanların çevrelerine olan bağılılığını bilirler.

Şimdi bir başka hayalleme yapmayı deneyelim: Bugünün şehirlerinde yaşadığınızı hayal edin. Bugünkü koşulda dünya yaşamıyla ilgili taşıdığınız düşünce biçiminin içine girin. İlaçlarınızın hastanelerden, doktor ve eczanelerden geldiğini, hepsinin de insanlar tarafından üretildiğini hatırlayın. Hastalanmışsanız size bir hap verirler. Böylesi bir durumun diğerine kıyasla nasıl bir duygu yarattığını deneyimlemeye çalışın.

Bu ikinci örnekte, Toprak'la ilgili hiç bir şeye bağı değilsiniz. Burada ihtiyaç duygusu yoktur, her şey insan tarafından denetlenmektedir. İnsanların büyük çoğunluğu bu koşul içinde bir hayat sürmektedirler. Bu koşulda Toprak'a karşı saygı duygusunun uyanması çok güçtür; çünkü başka bir insan eliyle meydana getirilmiş olanın dışında herhangi bir şeye ihtiyaç yokmuş gibi görünmektedir. Böylesi bir düşünce durumunda yaşayan insanlar, bitkilere baktıklarında, onları ancak potansiyel birer ürün olarak görürler. Bitkileri inceleyerek onların esasını oluşturan parçaları tahlil ederler; onları deneylerden geçirerek ilaç olarak kullanılabilircek yönlerini saptamaya çalışırlar. Burada keskin bir sebep-sonuç ilişkisi söz konusudur; insan A'dan başlar B'ye gider...

Oysa insan ilk örnekteki çerçevede veya dünya görüşünde yaşıyorsa durum çok farklıdır. Burada bitkiler insanlardan daha güçlü olarak deneyimlenir. Onların içsel güçleri vardır ve o güçleri, doğru şekilde yaklaşırsa insanlığın faydası yönünde kullanabilirler. Yerli halklar bu bakış açısıyla yaşadıkları için, onların dünyaya nasıl baktıklarını derinden anlamadıkça bitkilerle olan ilişkilerini kavramaya yönelik her girişim sonuçsuz kalacaktır.

Bitkilerin yerli halklarca nasıl kullanıldığını araştıran etnobotanikçiler, dünyanın dört bir yanındaki yöresel kültürlerin tıbbi bitkileri şaşırtacak dere-

cede benzer amaçlar için kullandıklarına sıklıkla tanık olmaktadırlar. Fakat bundan daha ilginç olan, dünya üzerindeki kültürlerin aynı bitkilerde buldukları belli ruhsal niteliklerdir. rnek olarak sedir ağaçlarının bulunduğu her kültürde sedirin yardımsever ruhsal niteliklere sahip olduğu ve olumsuz kuvvetlere karşı durabildiği bilinmektedir. Etnobotanikilerin birçoğu bitkilerin kullanımındaki bu benzerliği fark etmiş, bunu 'hayranlık verici' olarak nitelemişlerdir.⁸ Bir etnobotaniki bitkiler üzerinde çalışırken, civanperemini yerli halklar tarafından kanamayı durdurmak üzere nasıl kullanılmaya başlandığını görebilir. Bu noktada basit bir sebep sonuç ilişkisi devreye girmektedir: civanperemini yaraya tatbik edersin ve kanama durur... Aynı akıl yürütmeyle açıklanması daha güç olan konu, bunca kültürün nasıl olup da birbirleriyle hiç temas etmedikleri halde, sedir ağacı ve benzeri birçok bitkide aynı ruhsal nitelikleri grebildikleridir. Ne tıp biliminin kullandığı modeller ne de tıbbi kullanımlarını ve bu niteliklerini açıklamakta izledikleri yol bu durumunu açıklamaya yeterli değildir. Her yerli kültürde, bitkilerin şıfa için eşsiz



Kaz (Goose)

özelliklere sahip olduğuna ve bu özelliklerin ancak rüyalar ve görüler aracılığı ile anlaşılabilceğine inanılır.

Toprağa yakın bir yaşam sürenler, Toprak'ı ve onun üzerinde büyüyen her şeyi sevenler, bitkiler de dahil olmak üzere her şeyin bir ruhu olduğuna inanırlar. Onların inanışına göre bitkiler, Yaratıcı veya kimi daha başka güçlü ruhlar, bitkilerin şifa amaçlı kullanımı hakkında doğrudan bilgi aktarımında bulunabilirler. Bu rüyaların ve görülerin geliş biçimi kadar yorumlanmış şekli de, dünya üzerindeki kültürler arasında inanılmaz bir benzerlik göstermektedir. Kültürlerin birçoğunda şifacı olmak ve hastaları tedavi etmek, kişinin bir rüyası veya görüşü yoksa uygunsuz kabul edilmiştir.

Geçtiğimiz iki yüzyıldan bu yana, yerli kültürler giderek saf dışı bırakılmış, yerlerinden edilmiş ve onların bitkiler dünyasına dair topladığı bilgiler kaybolmaya yüz tutmuştur. Buna karşın, tüm bunların kaybolmasından endişe duyan ve kutsallığa ilişkin derin bir bilgiye sahip olan bazı insanlar deneyimlerini ayrıntısıyla etnobotanikçilere ve Frances Densmore gibi etnomüzikologlara aktarmışlardır; bilgilerinin, çocukları için ve Yeryüzü'nün kutsallığını seven tüm insanlar için korunmasını umut ederek... Onlara, gösterdikleri cesaret ve ileri görüşlülükleri için fazlasıyla minnet borcumuz olduğunu düşünüyorum.

Aşağıda, kutsal bitki tıbbını uygulamaya başlamadan önce bir kişiye gelen görüye ilişkin güzel bir örnek anlatılmaktadır. Bu aktarım, 1900'lerin başında Teton Sioux'larından olan Kaz (Goose) tarafından Frances Densmore'a anlatılmış bir deneyimi içeriyor:

Genç bir adamken, okları ve yayı olan iyi bir nişancıydım. Orduya katıldığımda bana bir silah ve mermiler verdiler. Hedefimi hiçbir zaman sektirmezdim. Bir sabah şafak sökmeden uyanmıştım, avlanmaya gidecektim. Tepeyi dönünce birden bir antilop çıktı karşıma; bana doğru geliyordu. Benimle arasında az bir mesafe kalmıştı ki, durdu. Bana bakıyordu. Ardından otlamaya koyuldu. Tüfeğimi alıp birkaç kez ateşledimse de hiçbir etkisi olmadı. 16 mermi attıktan sonra, sorunun ne olabileceğini düşünmeye başladım. Dört mermi daha koyup yeniden ateş ettim; ama her ne olursa yine bir sonuç alamamıştım. Antilop otlamaktan vazgeçip yavaşça oradan uzaklaştı. Ardından bir sesin üç kez seslendiğini duydum; dördüncü seslenişinde bana bir şarkı söyleyeceğini bildirdi; onu dinlememi istiyordu. Başımın üzerinde bir yerlerden gelen ses güneşe bakmamı söyledi. Doğmakta olan güneşin üzerinde bir adamın çehresi vardı. Adam, tüm hayvanlara, ağaçlara ve doğadaki her-

şeye yukarı bakmalarını söylüyordu. Güneşin önünde, ağaç dallarından yapılmış bir baraka durmaktaydı; barakanın önündeyse çok parlak bir nesne... ikisinin arasında duran bir adam da kartal tüyünden bir giysi giymişti. Çevresinde sayısız çeşitlilikte kuşlar uçuşmaktaydı. Oradaki parlak nesne kutsal bir taşı; ateşe tutulmuş kızılıktaki bir rengi vardı. Bunun ardından bir başka ses duydum. Bana verilecek olanı görmemi ve onu almamı istiyordu. Kuş biçimindeki bir varlık indi yere; onun toprağa değdiği yerden bir bitki belirdi. Bu olay üç kez oldu. Üzerimdeki ses, bu üç bitkiyi hastaları iyileştirirken kullanmam gerektiğini söyledi. Dördüncü kez kuş biçimli varlık yere indiğinde bir iskelete dönüştü. Üzerimdeki ses, insan bedeninin yapısını incelememi istedi. İskeletin içine kan aktı ve iki omzunun arasında bir bufalo boynuzu belirerek kanı kendine çekti. Üzerimdeki ses bunun bir alamet olduğunu ve benim kanla ilgili hastalıkları iyileştirmede herhangi bir kimseden daha fazla güce sahip olacağımı bildirdi. Bufalo boynuzunu kan hastalıklarını tedavide kullanacak olduğumu söyleyen ses artık kutsal taştan geliyordu. O zamandan beri ben bu yöntemi izliyorum. Bunu insanın uyurken gördüğü rüya gibi görmedim, onu gördüğümde sabahın erken saatleriydi ve ben avlanmaya çıkmıştım.⁹

Toprak merkezli kültürlerin birçoğunda, böylesi görümlere erişmek üzere yapılan bir görü arayışı töreni vardır. Görü arayışı, bir kimsenin yabancı doğaya giderek, kültürünün bağlılıklarından tamamen uzak orada bir süre kaldığı ve kutsal olanla bağ kurma arayışına girdiği bir zaman aralığını tanımlamak üzere kullanılan bir ifadedir. Bu tür bir inziva, görü belirmeyecek olsa bile faydalıdır; kaldı ki, oruç ve derin dua hali güçlü görsel deneyimi de beraberinde getirecektir. Görü arayışının amacı, kişisel doğrultunun ve yaşamsal amacın yeniden canlandırılması ve yenilenmesi, kutsal alandan gelecek olan yeni bilgilerin bağlı bulunulan topluluğa fayda sağlamasıdır.

Buna rağmen birçok görü deneyimi aniden belirir. Kaz'ın deneyiminde olduğu gibi, hiç aranmadığı halde birden bire beliren görü halleri söz konusu olur; kimi zaman uyanırken, kimi zaman uyurken... Bazı mistik gelenekler bunu lütuf hali olarak adlandırırlar. Bu gibi görümler, duygusal veya fiziksel hastalık zamanlarında da belirebilir. O zaman görü aracılığı ile kutsal alandan gelen bilgi, sıkıntıya düşmüş olan kimsede iyileşmeyi gerçekleştirecek yeterlidir. Mary Baker Eddy, bu tür bir deneyim sonrasında Hristiyan Bilim hareketini kurmuştu. Toprak merkezli geleneklerde görülen belki de en bilindik

görü deneyimlerinden biri de Sioux'ların kutsal kişisi Kara Geyik'in bir sıkıntı anında yaşadığı ve de John Neihardt'ın Kara Geyik Konuşuyor adlı kitabında kayıt altına aldığı deneyimdir. Bu uzun ve ayrıntılı görü sırasında Kara Geyik'e, halkına yardımda bulunacak olan bitkiler verilmiştir:

Yüzümüz doğuya yönelmişti; bir tuhaflık gördüm ve ardından kanatları olan iki adamın doğu yönünden bize doğru gelmekte olduklarını fark ettim. Her birinin sinesinde birer yıldız vardı... Ellerinde de birer bitki taşımaktaydılar. O bitkileri bana uzatırken dediler ki: 'Bunu al; bununla yeryüzünde istediğin her şeyi yapmaya girişebilir ve yaptığını da tamamına erdirebilirsin.' Bana bitkiyi tanıtırken onu yere bırakmamı söylediler; yere değer değmez kök salıp filizlendi ve çiçek verdi. Çiçeğin içinden öyle bir ışık demeti çıkmaktaydı ki, göklere erişti... ve kainatın tüm varlıkları bu ışığı gördü.¹⁰

Kara Geyik bu görüden uyandığı zaman, arkadaşı Bir Yan'ı (One Side) da alarak görüsündeki bitkiyi bulmaya gitmişti. Bitkinin adı Seher Yıldızıydı (Daybreak Star).

Büyük bir tepenin başına çıktık ve bir yer gördük ve bunun görü sırasında gözlerimin önünde beliren yere yakın bir yer olduğunu anladık. Orada oturup heyoka şarkılarından bazılarını söylemeye başladık. Ardından, ilk görüde söylediğim şarkıyı söylemeye koyuldum. Şarkı bittiğinde, batı ufkunda saksaganların, kargaların, tavuk ve kartalların belli bir nokta etrafında dönerek uçtuklarını gördüm. Bir Yan'a döndüm ve dedim ki: 'Dostum, işte tam orada bir bitki duruyor.' O bunu biliyor gibiydi ve sonra da dedik ki: 'Haydi gidip bakalım, ne olduğunu görelim.'

Grass deresine doğru yöneldik; biraz daha aşağıda kuru bir dere daha vardı, onu izledik. Tepeden gördüğümüz yere yaklaştığımızda kuşların hepsi uçup gözden kayboldular. Üç veya dört kurumuş sel çukurunun bir arada durduğu yerin hemen yanı başında o bitkiyi gördük. Hayatımda böyle bir bitkiyle ilk defa karşılaşıyordum. İki sapı vardı ve dört yönün tüm renklerini kendinde toplamıştı. Toprağın dört bir yanına sumak, söğüt ve bazı otlardan oluşan bir karışım sundum. Bitkiye bir dua sunarak şu sözleri söyledim: 'Şimdi sen ve ben iki bacaklılara

gideceğiz; ama yalnızca en zayıf olanlarına... Cesur ol, çünkü zayıfları mutlu günler beklemekte.”¹¹

Bitkilerin kutsal kullanımına yönelik görü deneyimleri Sioux’larla sınırlı değildir. Dünyanın her bir yanında ve Kuzey Amerika’nın her bölgesinde bu görüler yaygındır.¹² Dünyanın her bir yerindeki kutsal kişiler, bitkinin bedeni ile ruhunu ayrı tutarlar. Bitkilere dair bilgileri görüler veya rüyalar yardımıyla veya yaşlı bir kimsenin kılavuzluğuyla alırlar fakat iyileştirenin bitkideki kutsal özellikler olduğunu söylerler. Bitkinin bedeni yardım etse dahi, şifaya sebep olan esas etken değildir.

William C. Sturtevant’ın doktora metni olan *Mikasuki Seminole’lerin Tıbbi İnançları ve Uygulamaları* (Yale 1955), kutsal bitki tıbbının bu yönünü ele almaktadır. Bir defasında, kendisine bilgi aktarımında bulunanlardan bir kimseye, su ile karışık halde bulunan bazı bitkilerden söz ederken onları bir “ilaç” olarak nitelediğinde, uyarı ile karşılaşmıştı. Sözünü ettiği bitkilerin kendisi değildi ilaç olan, onlar yalnızca suda demlenmiş bir çay olabilirlerdi. Şifacı kimse onları bir törenle ve de (Seminole’lerin özel örneğinde görüldüğü üzere) kendi nefesiyle bir ilaç haline getirmediği sürece onlar bu etkide bulunamazlardı.

Seminole’ler Yaratıcı’yı anarken, Onu “Nefes Veren” veya “Hayat Veren” anlamına gelen *fisah ki’*: *ko’mihci* ifadesi ile çağırırlar. Bitkinin bedeni hastalanmış olan kişinin bedenine yardımda bulunsa dahi onu iyileştirmez. Oysa bir şifacı, aldığı eğitimle ve Ruha olan yakınlığı sayesinde bitkilerdeki sağaltıcı gücü harekete geçirir.

Sturtevant izlenimlerini ifade etmeyi şöyle sürdürür:

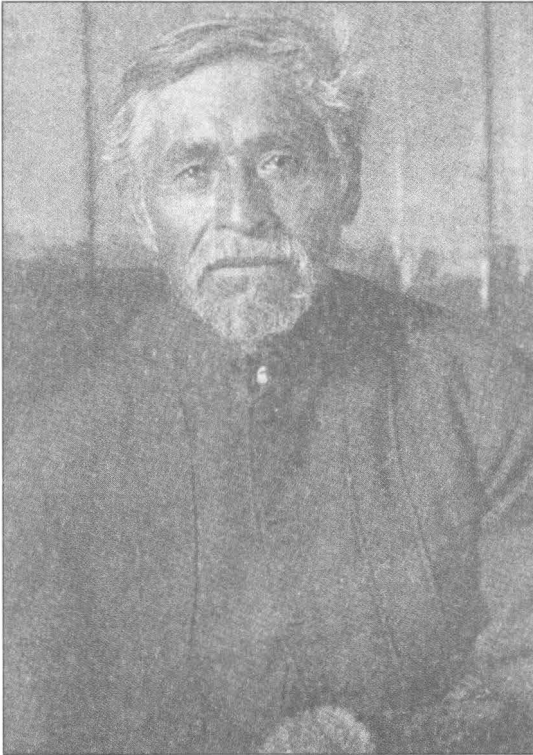
En başarılı doktorlar, kendi bedenlerinde ‘canlı bir ilacı’ taşıyanlardır; onlar bu sayede diğerlerinden daha etkin bir biçimde iyileştirirler. Böyle bir adam ilaç hazırladığı zaman, onun bedenindeki bu madde etrafta salınmaya başlar ve öyle bir koku saçar ki, bu koku hastanın vücuduna nüfuz ederek onun iyileşmesine yardımcı olur.¹³

Mikasuki’lerin bu anlatımı, Makah’ların (Nootka) Genç Doktor adındaki şifacısının anlatımıyla benzerlik gösterir. O da bir rüyasında ruhlar alemine götürülmüş ve orada, hastalara şifa verecek olan şarkılar öğretilmiştir. Rüyasının bir yerinde:

Orada bulunanlardan biri bir şarkı söylediğinde, onun ağzından çıkan bir yılan hasta olanın bedenine girdi; ardından buharlaşıp yükselirken hastanın tüm bedenindeki hastalığı da beraberinde götürdü.¹⁴

Ruhun dünyasını içsel bir biliş ile tanımak, insanın GERÇEKLİK ile karşı karşıya bulunduğunu bilmesi anlamına gelir. Onu bir kez tanımış olan, bir daha yanılgıya düşmeyecektir. Bir kez o alemdeki öğrenme sahasına adım atmış olanlar, ruhun alemine kendi iradeleri ile girme yetisini geliştirmeye başlarlar; ve onu öğretme ve iyileştirme amacıyla yardıma çağırırlar. Böylelikle şifa verecek olan kutsal gücü uyandırmayı öğrenirler.

Ruhun dünyasına adım atabilme yetisi, yerli halklar arasındaki kutsal kişilerin başlıca niteliklerinden biridir. Ruhun güçleriyle, kutsal alemle ve gör-sel durumlarla çalışmaya başlayan kimselerin, bu tür deneyimler için gide-rek daha fazla fırsat yaratıyor olmaları, bu halkların ortak bir tecrübesi gibi görünmektedir. Zaman içinde, kutsal alanla ilgili daha fazla bilgi edindikçe



Genç Doktor

bu sahada hep daha ileriye doğru yol alma becerisi gösterirler ki, bu onların kabile yaşantısındaki görevlerinin hayati bir unsurudur. Onların kutsal alandaki ilerleyişleri, hem kabileye hem de her bir kabile üyesine yardımcı olacak bilgiyi aktarabilmelerine zemin hazırlar. Belli ruh güçlerine odaklanmış olsalar da, onların öncelikli görev tanımlarını “ruhun aleminde seyahat edip toplumun hayrına bilgi toplayan” olarak yapmak yerinde bir yaklaşım olabilir. Yerli kültürlerin uzun zamandan bu yana fark ettikleri gibi bu yeti her bir kimsede farklı derecelerde kendini gösterir. Kutsal alana girme yetisi ne denli örtük ise, bu yetiyi bir görev olarak kullanmaları o denli olasıdır.

Günümüz dünyasında, şifacılığın bilimsel çalışma ve denemelere dayandırılması yaygın hale gelmiştir. Başka bir deyişle şifacılık, bilgiye dayalı bir alan olup çıkmıştır. Halbuki analitik araştırmalar ve denemeler ile kutsal deneyimler yoluyla edinilmiş bilgi arasında hayati bir farklılık vardır. Kutsal yolda yürüyenler için, Yaratıcı’dan gelen bilgi, dünyevi bilgidен çok daha güçlüdür. Diğerleri için, bitki tıbbının veya olağandışı şifa yöntemlerinin bilimsel verilere dayandırılarak haklı gösterilmesi gerekmektedir. Böylelikle kutsal bitki tıbbı dünyevileşir.

İlkel insan neden bitkiyi kullanmak gibi bir karara varmıştı? Bunu anlamak pek de güç olmasa gerek; bitki zaten bunu güzel bir biçimde açıklamaktaydı... İnsandaki bitkiyi anlama yetisi nereden gelmişti? Ortak atalarımızla olan bağlantımızdan ve yine ortak bir zeminde Ruh ile aramızdaki bağlantıdan... Fakat insanlar bunun böyle olabileceğini unuttuklarında, insan olabilmenin temel bir yönünü de unutmaktadır.

Söz konusu aleme girebilip bitkileri tanıma, Ruhun onlara söylediklerini duyabilme yetisi her birimizde vardır. Her birimizin ruhunda, böyle bir deneyimin özlemi hâlâ varlığını sürdürür...



BİR BİTKİNİN KUTSAL ŞARKISI

İşte bu yüzden Şaman şarkısı, ruh ile madde arasındaki derin ilişkinin bir temsilcisidir. Nefesin ruhu, insan bedeninin içinden bir ezgi olup çıkarken, insanın gözünde parıldayan ışıklı ruha benzetilebilir...¹

—JOHN HALIFAX

Bitkilerle yakınlığım arttıkça, onları daha bir insan gibi görür oldum. Onlarla çalışırken, onları toplarken, onları ilaç haline getirirken, her gün çevremdeki tarlaların içinden geçerken onlarla konuşurum; kimi zaman yüksek sesle, ama çoğunlukla içimden seslenirim onlara. Benim ifade biçimim onları selamlamak ve hoşgeldin demek olarak yansır; tıpkı birbirini önemseyen iki insanın arasındaki iletişimde olduğu gibi. Zaman geçtikçe bu konuşma bir mırıldanmaya, aslında bir tür şarkı söyleme haline dönüştü. Karşılaştığım bitkinin kişiliğine ve benim onunla olan ilişkiye dayalı olarak her biriyle aramda farklı bir bağ oluştu.

Kutsal bitki tıbbı ile ilgili tarihsel kayıtları incelerken, birçok kültürde her bitkinin kendine özgü şarkısı olduğuna inanıldığını fark ettim. Ruh'un gücü, bitkinin veya şifanın kuvveti bir şarkı biçiminde deneyimlenip ifade edilmekte. Her bitkinin kendine özgü olan şarkısını öğrenmek gerektiğine inanılırken, bir yandan da şifa verici gücün bu şarkı aracılığı ile aktarıldığı düşünülmekte. Seminoleler'e göre:

Seminollerin şifalı formüllere dair bilgisi, geleneksel olarak, kadim zamanlardaki kudretli peygamberlerden (owa':la:'ti) gelir. Bu insanlar hayvanların veya doğa olaylarının ezgilerini duymuş ve şarkıları öğrenmişlerdir... Bir peygamber, yaklaşık 20 metre ötedeki çalılığın Creek dilindeki ezgisini işitebilir veya yağmur yağarken çatıdan damlayan su taneciklerinin içindeki Creek şarkısını ya da bir ateşin Mikasuki dilindeki türküsünü duyup öğrenebilir...²

Şarkılara dair deneyim ve onların söylenmesi yalnızca Seminole'ler ile sınırlı değildir; daha kuzeydeki Cherokee'ler de bu deneyimi bilmekteydiler:

Adamın biri bir zaman ormana gitmişti. Orada dört gün boyunca yalnız kalıp derin düşünceye dalmıştı. Bir başına yürümüş yürümüşü ki, yumuşak, alçak ve tatlı bir sesin şarkı söylediğini işitti. Dinleyip izlemeye koyuldu. Çok güzel, küçücük bir çiçek alımlı haliyle bir ileri bir geri salınmaktaydı. Şarkının bu küçük çiçekten geldiğini biliyordu. Çiçeği çevreleyen toprağın üzeri tertemizdi. Adam şarkıyı öğrenene kadar dinledi.³

Ojibwa'larda:

Eski günlerde tüm önemli şarkıların rüyalarda bestelendiği söylenir. Bir şarkı bir kimseye rüyasında gelir; o da öğrendiği şarkıyı ihtiyaç duyduğunda veya bir tehlike sezdiğinde söylemeye başlar. Bu şekilde bestelenen şarkılar, savaş yolunda, şifacılıkta ve hayatın sorumluluğunun ciddi biçimde üstlenildiği zamanlarda söylenirdi.⁴

Kutsal bitki tıbbının kutsal şarkılarla ilgili unsurunun özellikle de Kuzey Amerika'da böylesine yaygın olduğunu görmek beni şaşırtmıştı. İnsan kültüründe ve deneyiminde kutsallığın ifade edilmesine dair araştırmalarım doğrultusunda, tüm büyük dinsel geleneklerde kutsal olanın kendini müzik yolu ile ifade ettiğini bildiren alıntılarla karşılaşırıyordum.⁵ Fakat Kuzey Amerika'nın yerli halkalarında bu durum, uzun bir geçmişe dayanan ve de iyiden iyiye geliştirilmiş bir gelenek olarak çıkırıyordu karşıma.

Kuzey Amerika kabileleri içindeki, belki de en önemli yaklaşımlardan biri "eğer bir insan, insani gücün ötesindeki bir eyleme kalkışacaksa, insani gücün ötesindeki bir kudrete sahip olmalıdır" anlayışı idi.⁶ Böylesi kabileler açısından

rüya kavramı, muazzam bir önem taşımaktaydı; kaldı ki şarkılar da rüyalar-
da verildiğinden ötürü kutsal olanın gücünü simgelemekteydiler. Saygıdeğer
müzikolog Frances Densmore'un da belirttiği gibi:

Rüyalar ve onların şarkıları Kızilderiliye doğal uykusu sırasında gelebi-
lir, eğer ki böyle bir deneyime koşullanmış zihinsel bir durum içindey-
se... Fakat genç bir insana gelen ilk önemli rüya, oruç tuttuğu uyanıklık
halinde erişir. O sırada sessiz bir yerde yalnız başınadır. Zihni eylemsiz
bir durumdadır ve o gizemli bir kaynaktan geleceğini umut ettiği bir
imgenin belirmesini bekler. Sessizlik titreşmeye başlar; ritmik bir hale
gelir ve zihnindeki bir ezgiye dönüşür. Bu onun "rüya şarkısıdır". Bu
onun sahip olabileceği en kişisel şeydir... Beyaz müzisyen, tanrısına
atfettiği şarkılar besteler; Kızilderiliye bekler ve dinler; ta ki gizil güç
tüm doğaya nüfuz edip de onunla bir şarkının içinden konuşana dek...
Kızilderili, kendisinin de doğanın bir parçası olduğunun farkındadır;
onun yakını değil!

Rüya şarkısının ve belli eylemlerin yardımıyla insan, rüyasında gör-
düğü gizemli güçlerle yeniden bağlantıya geçebilir.⁷

Rüya Tıbbının Önemi

Yerlilerin spiritüel dünyasında, rüyalar yolu ile kainatın kutsal güçleriyle
derin bağlantıya geçmek, hayati olduğu kadar merkezi bir konum teşkil et-
mektedir. Frances Denmore'un şarkılar hakkındaki yazısında belirttiği gibi,
Kızilderililer, rüyalar yoluyla gizemli güçlerle iletişime geçmeyi beklerlerdi.
Rüyalar ve şarkılar, Kızilderililerin en kudretli şahsi edinimleridir; onlar sa-
yesinde kendilerini daha GERÇEK hissederler. Rüyalar kimi zaman Kaz'ın
durumunda olduğu gibi uyanık halde belirir; kimi zamansa uyurken. Ama
onların varlığı her zaman kültürlerin kendini ifade ediş biçimlerinin canlı bi-
rer parçası olmuştur. Kültürün enerjisinin büyük çoğunluğu onların belirme
ihtimaline, gerçekten belirişine, ve dünya üzerindeki eylemsel yansımaya
odaklı olmuştur. Kültürel törenler, büyük oranda rüya veya görüler üzerin-
den düzenlenmiş, kişisel hayattaki çok önemli kararlar hayati öneme sahip
rüyalar ve görüler olmaksızın alınmamıştır. Bitkisel şifa alanında da rüyaların
önemi büyüktür. Bitkiler hakkındaki ortak bilgilerin günlük konuşmalarda

paylaşılmasına veya bir kültürdeki pekçok insan tarafından biliniyor olmasına rağmen kudretli bitkisel şifaların tüm bilgisi rüyalar yolu ile gelmiştir.

Bitkilerin görüntüleri ve onların kullanımları çoğunlukla yerli halkların insanlarına aniden gelse de; birçok kültürde bitkilerin de insanlara rüya gördürerebildiklerine tanık olunmuştur. Böyle bir anda, bitkinin kendisi insanların içindeki dile gelmemiş ihtiyacı bilerek onların bilincine sızar ve kendisini aramaları, tanımaları ve onu ne şekilde kullanacakları yolunda telkinde bulunur. Jesse Complanter su baldıranından (water hemlock-muskrat kökü) bahsederken, İroquois'lerin arasında geçen bu tür deneyimlere değinir.

Yaşlılar derler ki, muskrat kökü, şifa bulmak için isteyebileceğin tüm diğer bitkilere benzer. Onu istediğinde, her neredeyse ayağa dikilerek sana seslendiğine inanırlar. Bu yüzden de aradığın bir ilacı bulman kolay olur; özellikle de kokusu böylesine güçlüyse...⁸

O dönemde, Jesse Complanter ile İroquois'lerin arasında yaygınlaşmış olan intihar konusunu görüşmek üzere gelenler, özellikle de su baldıranının bu amaç için kullanımı konusunu sorgulamaktaydılar; o ve bu konuda görüşleri alınan diğer şifacılar, insandaki içsel ihtiyaç ile bitki dünyasının bu ihtiyaca yanıt vermesi arasındaki bağıntıya değinmişlerdi. Su baldıranı, diğer pek çok bitkiden farklıydı; diğer bitkiler 'insanın yardım çağrısına yanıt verip kendisini şifalandırmak üzere beklerken, bu bitki insanı harap etmeye niyetleniyordu.'⁹ Şifacıların söylemine göre bu bitki intihara meyli olanlara çağrıda bulunmaktaydı. Böylelikle ormanda yürüyüşe çıkmış olan birinin onu bulması çok kolay oluyordu. Bu, bir bitkinin özel ve dahası olumsuz bir etkisidir. Oysa birçok durumda, ister bilinçli ister bilinçsizce istenmiş olsun, bir insanın ihtiyacına yanıt verebilecek olan bitki onun rüyalarına gelmeye ve onu kendisine doğru çağırmaya başlar.

Ses Ansiklopedisi

Yerli halkların deneyimledikleri rüyaların büyük bir kısmı şarkılar içermektedir. Bu rüyalar, belli bir kişisel gücü, kutsal bir sahiplenmeyi temsil etmekteydi; geldikleri kaynağa bağlı olarak da çok farklı amaçlar için kullanılırlardı. Şarkılar elementlerden, bitkilerden ya da hayvanlardan gelebilirlerdi.

Çoğunlukla, hayvanların görüldüğü rüyalar, bir savaştaki, avdaki veya şifa bulmadaki güçle ilgili olabiliyordu.

Şarkılar, kişisel güç kaynağı olarak kabul edildiklerinden ötürü onlara erişmek üzere etkin bir çaba harcanırdı. Şarkılara erişim kimi zaman görü arayışıyla, kimi zaman bir başkasının çırağı olmakla mümkün kılınırken, kimi zaman da satın alınırdı ki, bunu bedeli genellikle çok yüksek olurdu. Bazı kültürlerde her bitkinin bir şarkısı olduğu düşünülürdü. Böyle bir kültürde, kutsal bitki tıbbında çıraklık eğitimi gören kimseden, her bir bitki ile uzunca vakitler geçirmesi ve o bitkinin şarkısını öğrenmesi istenebilirdi. Eğitimi tamamlaması için, kullanılan her bitkinin şarkısını söylemesi beklenirdi kendisinden.

Kathleen Harrison, Peru'daki Mestizoların inancından söz ederken, bireysel bitki şarkılarının yaygın doğası ve önemine değinir:

Her türün kendine has bir şarkısı vardır. Eğer bir görü sırasında veya bir bitkinin huzurunda kendinizi onun varlığına teslim etmiş ve kalbinizi ona açmış bir haldeyken size bir şarkı bağışlanmışsa, bu gerçekten de bir armağandır. Ve siz bu şarkıyı sonsuza kadar hatırlarsınız ve onu uygun olan her durumda söylersiniz. Bu şarkının gücü vardır, şifa verici bir gücü... bazı şarkılar bir curandero ya da curandera'dan* diğerine aktarılken, bazıları da yalnızca şahsımıza gelirler. Onlar, tıpkı tohumların bir başka düzlemdeki simgeselliği gibi ses düzlemindeki bir ansiklopedinin ögesidirler...¹⁰

Harrison'un şarkılar ile tohumlar arasındaki özdeşliğe işaret eden son cümlesi derin ve önemli bir içgörüdür: "...onlar, ses düzlemindeki bir ansiklopedinin ögesidirler... Rüyalar ve onların belirgin belirişlerinden biri olan şarkılar, bizi kutsallığın, doğrusal olmayan ve sezgisel yönüyle temas ettiren bağlantı noktalarıdır. Bu, yerli halkların çok öncelerden beri farkında olduğu bir gerçektir. Kutsal bitki tıbbında uzmanlaşan kutsal kişiler, kutsallığın sezgisel ve kudretli yönlerine ulaşmalarını sağlayan şarkıların varlığını fark ettiklerinde, ses düzeyindeki ansiklopedilerini geliştirmek amacıyla rüyaların ve rüyadaki şarkıların arayışı içine girerler. Şarkılar da buna karşılık vererek onların kutsal alana girmelerini kolaylaştırır. Şarkıların çoğalması ise kutsal kişilerin şifa verme, iyileştirme ve eğitme becerilerini artırır.

(*) Şifacıya kadın veya erkek oluşuna göre verilen ad (ç.n.).

Bu ses düzlemindeki ansiklopediye başvuran kimseler, zaman zaman başkalarının söylediği bir şarkının gücünü fark eder ve onu satın almak isteyebilirler. Böyle bir durumda, eğer şarkının sahibi onu satmaya karar verecek olursa, ona bir kıymet biçer; uzlaşmaya varıldığında şarkının sahibi diğerine “şarkıyı öğretir; onu ne şekilde kullanacağını açıkladıktan sonra onunla birlikte kullanılacak olan bitki türünü tanıtır.”¹¹

Her kutsal şarkı, bir insanın kutsal alanla temas ederek insanlık dünyasına yararı dokunacak bir şeyleri geri getirdiği bir zamanı temsil eder. Kendi deneyimlerime baktığımda, en güçlü kutsal şarkıların, kutsallığa dair güçlü deneyimler yaşandığı zaman geldiklerini fark ediyorum. İnsan, bir başka alandaki dünyanın etkisiyle öylesine kendinden geçebiliyor ki, kutsallığın gücü böylesi zamanlarda insanın ruhsal yapılanmasını derinden etkileyerek köklü değişimlere yol açıyor. İnsandaki ruhsal yönün dünyevi unsurları değişime uğrarken, insan bunu “kutsal yaşamla ilgili olmayan şeylerin kişiliğinden sıyrılıp atılması” olarak deneyimler. Kutsal olanla temasında karşılaştığı özel gerilimler ve güçlerle birlikte, sevinç, üzüntü, keder veya insan yaşamının trajedileri, insanı kelimelerin yetersiz kaldığı, çaresizliğe düştüğü alemlere doğru sürükler. Böylesi zamanlarda, Orpingalik’in Rasmussen’e söylediği gibi: “Şarkılar düşüncelerdir, insanın büyük güçler tarafından etkilendiği ve alışlagelmiş konuşma dilinin artık yeterli gelmediği yerde nefesle söylenmiş.”¹²

Alışlagelmiş konuşma dili yeterli gelmediğinden, çatışma veya gerilim şarkılar aracılığı ile çözümlenmesi, sorunlara çare bağlamındaki eşsiz bir yolu temsil eder. Çözümlemenin eşiğinde duran kişi, var olan ses düzlemindeki ansiklopedinin belli bir yerine dokunarak oradan bir çatışmaya çözüm getirecek olan, fakat doğrusal olmayan bir belirişi çekip çıkarır. Bir şarkı aracılığı ile dile gelen çözümsellik, aynı sıkıntıyı yaşayan bir başkasına dokunduğunda, onun da şifalanmak üzere kullanacağı bir şarkı haline gelebilir.

Şarkılar da diğer şeyler gibi yoğunluk ve güç açısından farklılıklar gösterirler. Farklı amaçlar için başvurulmuş çok farklı şarkı türleri vardır. Daha önce de belirttiğim gibi kimi şarkılar, insanlara yardımcı olma arzusu duyan hayvanların ruhlarından gelebilir.

Teton Siouxlarından olan ve 20.yüzyılın başlarında yaşamış bulunan Kartal Kalkanı (Eagle Shield), şifacılıkta kullanılabilecek pek çok kutsal şarkı derlemiştir. Bu şarkıların tümü, ona ayının armağanıdır. Ayı, şifacıya bilgi aktarımında bulunabilecek en güçlü hayvanlardan biri olarak tanınırdı. Bilgisinin kendisine bir ayı tarafından geldiği bilinen şifacılar, şifacıların en güçlüləri kabul edilirdi.¹³ Şifacı Siyaka’nın dile getirdiği gibi:



Kartal Kalkanı

Ayı, doğası gereği asabidir; buna karşın başka hayvanların dikkatini çekmeyen otların farkına vararak onları topraktan çıkarır ve kendisi için kullanır. Ayı, topraktaki kökleri yiyen tek hayvandır; özellikle meşe palamudu, kaya armudu ve kiraz gibi meyveleri yemekten çok hoşlanır. Bu üç meyve sıklıkla daha başka bitkilerle karıştırılarak ilaç elde etmek için kullanılır. Kiraz yemeyi seven bir kimseyi gördüğümüzde onu ayıya benzetiriz. Bizler, bitkisel ilaçlar açısından ayının tüm hayvanların başında geldiğine inanırız. Dolayısıyla, rüyasında ayıyı gören bir kimşenin de hastalıkları iyileştiren bitkileri kullanmada uzman olacağını anlarız. Ayı, şifalı bitkileri iyi tanıyan bir hayvandır, çünkü başka hiçbir hayvanın toprağı kazacak bu denli elverişli pençeleri yoktur.¹⁴

Kartal Kalkanı'nın ayıdan gelen bir şarkısı yerel geven (astragalus) türü ile birlikte kullanılırdı. Bu bitkinin Lakota dilindeki ismi *cante' yazan'pi icu'wa'* dır. Bitki çayı olarak hazırlanarak kalp rahatsızlıkları veya mide ağrılarını gidermek için verilirdi hasta kişiye. Şarkısını söylemeden önce Kartal Kalkanı şu duayı okurdu:

Te'han mawa'ni kte sni ecan'ni ke'yasi to'ksa eca'na maya'ni ketlo'.

TERCÜME: Yürümem uzun zaman alır diye düşünebilirsin; ama sen kısa bir süre sonra yürüyebileceksin.

No. 85. "You Will Walk" (Catalogue No. 514)
Sung by EAGLE SHIELD

VOICE ♩=72
DRUM not recorded

Ta - ku wa - kaj ya - tin kte - lo ka - haj - tu - ke
ma-ni ye - lo

TERCÜME: Yürüyeceksin: Kutsal bir şey yiyeceksin ve şimdi yürüyeceksin.

Kartal Kalkanı'nın şarkıyla birlikte uyguladığı bir başka bitki de böbrek hastalıklarını iyileştirmekteydi. Yabani marul (*Lactuca pulchella*), Lakotaların dilinde *azun'tka yazan'pi on'piyapi* ismiyle bilinirdi. Bu bitki kurutulduktan sonra çayı yapılırdı. Bir defada üç içimlikten fazlası hazırlanmazdı, çünkü onu gece boyu saklamak doğru olmazdı. Günde üç defa içilen bitkiyle ilgili olarak Kartal Kalkanı şu sözleri söyler: "Bir kimse her ne kadar acı çekerse çeksın, bu ilaç o noktaya ulaştığında ağrıyı rahatlatır. Genellikle 6 defa içildikten sonra bu etki devreye girer."

No. 87. An Appeal to the Bear

(Catalogue No. 517)

Sung by **EAGLE SHIELD**Voice $\text{♩} = 84$

Drum not recorded

A-te ho-ye - ya a-te ho-ye - ya i-yo-tl - ye wa-ki -
ye a - te ho-ye - ya i-yo - tl - ye wa-ki - ye yo

TERCÜME: Ayıya Yalvarış: Baba, bir ses gönder. Baba bir ses gönder. Zor bir iş yapıyorum. Baba bir ses gönder. Zor bir iş yapıyorum.

Bir bitkinin şarkısının, onun ilk duyulduğu anda içinde bulunulan kutsal zihinsel durumu yeniden yaratan hatırlatıcı bir araç olduğuna dikkat edilmesi gerekir. Şarkının kendisi, bir bitkideki ona has kutsal gücün armonisini çözmekteyse de, onu kullanan kişinin anlayışı ile ona yönelmiş niyeti olmaksızın yetersiz kalacaktır. Kutsal bir bitki şarkısı söylendiğinde, kişinin dikkati bitkinin simgelemekte olduğu kutsal alanı yeniden yaratmaya yönelmiştir. Bir başkasından öğrenilmiş olan şarkıyı, ona can veren deneyimi yansıtmaksızın taklit etmenin bir anlamı yoktur. Cherokee şifacısı Yüzücü'nün (Swimmer) James Mooney'e söylediği gibi:

“Reçetenin ezbere okunması, eğer bir sonuç almayı istiyorsak yeterli olmayacaktır. Onunla birlikte hangi bitkiyi kullanacağımızı ve her şeyden önemlisi, çalışırken nasıl bir yol izleyeceğimizi de bilmemiz gerekir.”¹⁷

Bir şarkıyı başkasından almış olan kimse, ruhlar alemine karşı duyarlı olmalıydı; nitekim oradan iletilen bir tür iyileştirmeydi ve şarkı, bu iyileştirmenin anahtarıydı.

Kutsal şarkıları öğrenme sürecine girdiğimde, ilk önce şifalı otlarla sade bir konuşmaydı yaptığım. Zaman içinde, her bitkinin kendine özgü bir enerjisi olduğunu fark ettim. Bu enerjinin kendi ritmi vardı ve giderek bir şarkı haline

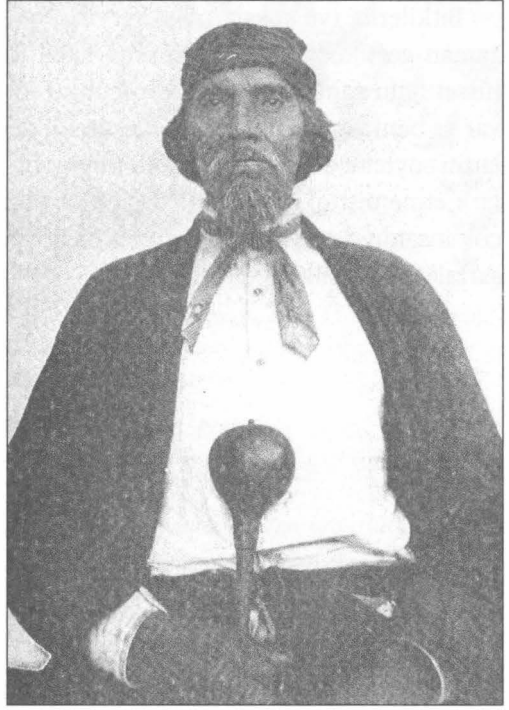
dönüşmekteydi. Kimi bitkilerle aramda daha güçlü bir bağ oluştukça ve onlar bana yarı uyku halinde gelmeye başladıkça, türlerden her biriyle farklı bir zihinsel durumu deneyimlediğimi farkettim. O zamanlar geliştirdiğim şarkılar, o andaki ruh halimi yeniden canlandırabiliyor; dolayısıyla da o bitki türünün içindeki gücü şarkının yardımıyla etkinleştiriyorlar.

Kutsal şarkıların kullanılması konusunda Yüzücü'nün James Mooney'e aktardığı sözler belirgin ve gerçek bir anlam taşır: "Çalışırken nasıl bir yol izleyeceğimizi bilmemiz gerekir." Ne de olsa, şarkı yoluyla kutsal gücü uyardırmaya çabalarken, üzerinde düşünülmesi ve hatırlanması gereken önemli şeyler vardır; özellikle de bu güç şifa için kullanılacaksa...

Kutsal bir şarkıyı kullanmaya hazırlanırken, her şeyden önce dua etmek gerekir. Bu, önceden olmuş olaylardan bağımsız bir zaman ve mekanda nasıl bir seyir izleneceğini belirler. Başka bir deyişle, bu noktadan ötede gelecek olanın kutsallığını ifade eder ki, bu sayede insan, ardı sıra belirecek olaylara içsel dünyasında hazırlanmış olur. Kişi şarkıyı söylemeye başladığında, tüm zihni ve ruhu ile ona eşlik etmelidir. İnsan, enerji durumlarındaki çok ince farklılıkları ayımsayabilir ve kutsal bir şarkıyı söylemeye başladığında, bell bir amaca yönelmiş olan eşsiz ve kudretli bir varlığı şekillendirmektedir. Bu durumda, başından itibaren ve tüm şarkı boyunca ona dikkatlice eşlik edilmesi, şekillenen şarkının daha önceden gelenle uyuşup uyuşmadığının içsel olarak denetlenmesi gerekir.

Bitki, çoğunlukla süreçteki kılavuzluğunu esirgemeyerek enerjisinin şarkıyı söyleyenle ince bir uyum içinde harmanlanmasına izin verir. Eğer ki şarkının amacı şifalandırmaksa, onu, niyet edilen işlevine doğru dikkatlice yönlendirmelidir.

Yerli halkların birçoğu, Avrupalı Amerikalıların zihinlerini bu tür bir biçimde odaklayıp yönlendiremediklerini belirtmişler, Kızılderili olmayanların kutsal şarkılarla herhangi bir çalışma yapmamaları gerektiğini düşünmüşlerdir. Bana göre böylesi biraz aşırı bir yaklaşım olmakla beraber, ben de günümüz insanların dikkatlerini yönü belirlenmiş bir sonuca odaklayamadıklarına tanık oldum. Yerli halkların şifacıları, kararsız iradenin ve odağın, hastalığa hatta ölüme kadar gidebileceğine inanırlar. Kendi deneyimlerim ışığında, çok sık olmamakla beraber, kararsız zamanlarda yaşadığım belirgin bulantı hissini azaltabilmenin bazen güç olduğunu farkettim. Ama böyle zamanlarda, şarkının beraberinde gelen güce odaklı kalamayışımdan ötürü ortaya çıkan hasarı itinayla gidermeye çalıştım.



Swimmer

Şarkılar ve tören bittiğinde, bir kez daha dua etmek gerekiyor ki, oluşan kutsal alandan çıkılıp dünyevi alan ve zamana geçilebilsin.

Duayı şarkı aracılığıyla ifade ettiğimde, sanki bütün evren benim daha önceden tanımadığım bir biçimde onu dinlemeye koyulur; ben ve çevremdeki her şey bir araya gelir. O zaman aralığında, insan olma durumunun kendi içinde var olan ikilik azalır ve içinde yaşadığım çevreyle bir bütün halinde hissederim kendimi. Bu süreçte, söylediğim bitkinin şarkısını bana erişmiş olan ritmiyle söylerken, bitkinin ruhu canlanır. Kendi alışkın olduğu yaşam biçiminin yavaşlığından, içine dokunmuş bulunduğu Yeryüzü yaşam ağından sıyrılıp yükselir. Ben de alan değiştiririm ve ikimiz birlikte, varlıklar arası iletişimin mümkün olduğu başka bir aleme gireriz. İşte o zaman aralığında, bitkiyle ondan istediğim şeyle ilgili konuşabilmem ve bitkinin de benim söylediklerimi duyabilmesi kolaylaşır. Ardından, ilaç hazırlama safhasında, bitkiye nüfuz etmiş olan diri ruh biçim kazanır; odaklanır ve iyileştirmek üzere hasta insanın bedenine girer.

Bitkilerin (ve kayaların ve Yeryüzü'nün) ritmi ve onların bireysel şarkıları, zaman geçtikçe benim yaşantıma daha fazla nüfuz etmekte. Kendimi yalnız hissettiğim zamanlar çok nadir, çünkü tüm yaşamın kendine özgü bir şarkısı var ve beni kendi ses yapılarıyla sürekli destekliyor. Yeryüzü'nün kutsal şarkılarını söylemeden önce ne denli büyük bir boşluğun içinde yaşıyor olduğumu fark etmemiştim. Bu yabancılaşma ve boşluk duygusunu yaratan şey ise birçok insanın deneyimlediği dokunma doygunluğundan çok, Toprak'ın ve bitki şarkılarının eksikliği olsa gerek.



BİTKİLERLE KUTSAL İLİŞKİLER KURMAK

Sence bir insanı parçalarına ayırıp onu meydana getiren unsurları dağıttıktan sonra, onun resme ya da müziğe karşı bir yeteneği olup olmadığını ölçüp biçecek bir makineden medet ummak mümkün müdür? Hayır! Öyleyse bunu benim bedenime yaşattıktan sonra, nasıl olur da benimle ilgili bir şeyler bildiğini öne sürmekteisin...

—MELEKOTU

Büyük-büyükbabamın çiftliğinde geçirdiğim günlerden bu yana, derin ilişkiler kurabileceğim bir toprak parçasına kavuşmayı istiyordum. Uzun yıllar süren bir çalışma hayatından sonra eşim Trishuwa ile birlikte, Flatiron adı verilen muhteşem kaya oluşumlarının bulunduğu Colorado Boulder dışındaki ilk toprağımızı aldık.

Gençlik yıllarımda, Golden-Colorado dışındaki dağlarda küçük bir kulübede üç yıl geçirmiştım. Toprak'a yakın bir yaşam sürmenin, azla yetinmenin ne demek olduğunu biliyordum. Fakat şu andaki gidişatta, daha öncesinden bilmediğim yeni unsurlarla karşı karşıyaydım. Bu kez araziye sahiptim. Daha öncesinde olmayan bir tür sorumluluk duygusu vardı yeni olan. Ve bu kez, daha öncesinde eksik olan bir şey yapmıştık; günlerce dua edip tören yapıp güçlü, diri ve kutsal olan toprağın nerede olduğunu sorgulamıştık.

Bunun bizi nereye götüreceğinden habersizdik...

Yeni evimiz -ki tüm işleri kendimiz yapıyorduk- 5cm'ye 15cm'lik çerçevelerin üzerine kaplanmış kontrplaklardan oluşan, ahırdan bozma bir mekandı;

fakat bu ilkel koşullardan çok, üzerinde yaşadığımız toprağın gücüydu bizim için yoğunluk kazanan. Ayaklarımızdan girip kemiklerimize işleyen, ruhumuzun derinliklerine temas eden bu güç, dünyamızı alt üst etmekteydi.

Ruhlarımız şehrin hayhuyuna öylesine alışmıştı ki, bedenlerimize akmakta olan vahşî Yeryüzü'nün gücünü kendinde barındırabilecek kuvveti geliştirmemişti. Öyle bir zamandı ki, eski yaklaşımlar ve zihinsel durumlar çalkantılarla çökmeye yüz tutarken yeni evimizle daha uyumlu yeni yetenek ve tutumlar geliştirmeye başlamıştık. Fakat zaman biraz daha ilerlediğinde evimizle ilişki kurmayı, toprağın üzerinde daha dengeli adımlar atmayı öğrenecektik. Ruhumuz ve kişiliğimiz, bu toprak üzerinden gelip içimize işleyen kutsallığı kendinde barındırabileceğı bir hale büründü. Toprakla ilişki kurmuştuk; ama bu sürecin bir yerlerinde öğrendiğim başka bir şey oldu: yabancı bir bitki ile ehlileştirilmiş bitki arasında bir fark vardı.

Oraya yerleştikten kısa bir müddet sonra bazı meyve ağaçları dikmiştim. Onların, benim yardımım olmaksızın topraktan boy verip büyüyeceğini düşünmüştüm. Nitekim aynı toprak üzerindeki diğerk ağaçların yaptığı da buydu. Oysa benim aldıklarım, daha dayanıklı olmaları amaçlanarak genetik yapısıyla oynanmış ağaçlardı; onları sürgün verebilecekleri uygun yerlere diktiğim halde durumları pek iyi görünmüyordu. Onların çevresinde yetişen yabancı bitki ve ağaçlar her yıl büyüdükçe büyüyordu. Diktiğim meyve ağaçları için söyleyebileceğim en iyi şey, geyiklerin onları çok leziz bulmasıydı.

Bu ağaçların sürgün vermemesi bana tuhaf geliyordu. Dev bir sekoyaya hayat veren, onu insan müdahalesi, gübresi, ilacı, sulama düzeneğı, soğuktan korumak üzere örtme girişimleri olmaksızın büyüten güç nasıl olup da benim oraya diktiğim ağaçları büyötmüyordu? Ardı sıra gelen yıllarda, yaşadığım yerde cılız bedenleriyle ve üç beş yaprağı ile hala varlığını zerafetle sürdürmeye çalışan bu ağaçlarla ilgili sayısız tavsiye ile karşılaştım. Anlaşılan oydu ki, onları büyötmeye çabalamak onların hizmetinde olmak demekti; tıpkı bir çocuğa bakar gibi bakımını üstlendiğim takdirde büyüyecek ve meyve vereceklerdi. Ama ben hâlâ yabancı ağaçların insan müdahalesinden yoksun bir halde böylesine güçlü bir şekilde büyüyüp de diğerk ağaçların büyüyemediğine inanamıyordum.

Bu durum beni, içimde hâlâ taşıdığım derin bir keşfe sürükledi. Yabancı bitkilerin bedeninde hareket eden kudretli bir yaşam gücü var. Oysa insanların bitki türleri üzerindeki genetik çalışmalarına karşın, ehil bitkiler bu yaşamsal gücü aynı oranda taşımıyorlar. O dönemde de şimdi de aynı şeyi merak eder dururum; kendi elimizle yarattıklarımızın içindeki yaşamsal gücü zayıflattı-

ğımız halde, nasıl olup da bunu normal bir durummuş gibi kabullenebiliyoruz?

Tüm bildiğim bundan ibaretti; ta ki uzun yıllar boyu çift sürmeden tohum yetiştirmenin, onları gübreleyip ilaçlamadan büyüterek teknolojik çiftçiliğe eşdeğer mahsul alabilmenin yolları üzerinde çalışmalar yapmış olan Masanobu Fukuoka'nın yaptıkları ile tanışana kadar...¹ Fukuoka, 1913 yılında Japonya'nın güneyindeki küçük bir çiftçi köyünde dünyaya gelmiş. Mikrobiyoloji okuyup bitki patolojisi alanında uzmanlık geliştirmiş. 25 yaşına geldiğinde, bilimsel tarımcılık alanında derin bir içgörü deneyimi yaşamış ve yetiştirdiği bitkilere doğanın gücünü ne şekilde iletebileceği üzerine -yaşam boyu sürece- bir çabaya girişmiş. Ehlileşmiş ve yaban olan arasındaki farkı deneyimlemek için, üzerinde düşünülecek hala pek çok şey var.

Bitkilerle kutsal bir ilişkiye geçmek isteyen kimsenin, bitkilerle oturup onları tanımaya çalışması elzemdir. Bitkilerin yaşamlarını ve onların iletişimlerini hissetmek kolaylaştıkça ehlileşmiş bitkiyle yabani bitki arasındaki fark daha da belirgin hale gelir. Ehlileştirilmiş bitkiler güzeldir ve insanların bakımlarıyla ilgilenmelerine olumlu yanıt verirler; fakat onlarda eksik olan bir tür canlılık ve yaşamsal güç söz konusudur. Birçok insanın da belirttiği gibi, ehil bitkiden meydana gelen mahsul, hastalıklara karşı dirençsizdir.² Bu zayıflığı bitkilerin kendisinde hissetmek mümkündür. Belki de bu farklılığı gözler önüne serebilmenin en kolay yolu, bir kurt ile evcil bir köpek veya bir aslan ile ev kedisinin insanda uyandırdığı duygu tınısının ne kadar farklı olduğu üzerinde düşünmektir. İşte aynı farklılık hissi bitkilerle kurulan ilişkide de vardır.

İlaç yapmak ve kutsal bitki ilişkileri kurmak konusunda yabani ve ehlileşmiş bitki arasında büyük farklar vardır. Yabani bitkiler, ehil bitkilerin taşımadığı güç ve zekaya sahiptirler. Kaldı ki yabani bitkilerin yanına giden bir insan ricacı konumundadır, ister. Yabani bir bitkinin peşine düşmüş olan kimse, o yabani bitkinin nerede, hangi miktarda ve hangi mevsimde var olduğuna bağlı kalmak durumundadır. Oysa çiftlikte, insanın idaresi altında büyüyen bitkilere sahip olunmuş bir mülk gözüyle bakma eğilimi vardır. Çiftçi, mahsulünün sahibi ve denetimcisi olduğundan ötürü güç dengesi yer değiştirir. Artık o çiftçi, yabanıl doğadaki bitkiye giden ve onun kendinden verdiği gıdayı ve ilacı kabul eden biri olmaktan çıkmıştır. Yabani olan onun ayağına gelmiştir şimdi; onun heves ve nazlanmaları eşliğinde büyümektedir, evcil olmuştur...

Birçok kimse, yerelleştirilmiş bitkiler ile insanın eşdeğer bir düzeyde kurabildikleri ilişki üzerine yazılar yazmıştır. Findhorn Bahçesi, Machele Small Wright'ın çalışmaları ve Masanobu Fukuoka, bunlar arasında ilk akla gelenler.

Benim yönelimim farklı; ben, hiç ehlileştirilmemiş olan bitkiler adına konuşmak istiyorum.



Bitkilerle kutsal bir ilişki kurabilmek için, onların her birine bir şahıs gözüyle bakıp, kendinizmiş gibi hissedip, kendinize davranılmasını istediğiniz gibi davranmanız önemlidir. Tüm varlıkların bir farkındalığı vardır ve her biri Ruh'un dokusundan yapılmıştır. Ortak dokumuz olan Ruh'tan doğan varlıklar olduğumuz için birbirimizle iletişim kurabiliriz. Yeryüzü'nün insan olmayan sakinleri ile ilişki kurmanın en elverişli yolu ise törendir.

Törende sözler olsun veya olmasın, önemli olan *anlamın* iletilmesidir. İletilen anlamın yaşama ve bitkilere karşı gerçek bir saygı duygusunu içermesi *şarttır*. Bu olmadan, biçimin kendisi pek az şey ifade eder. Çünkü bitkiler, sizin neler hissettiğinizi *bilirler*. Onları gerçekten önemseyip önemsemediğinizi hissedebilirler.

Bu derinden gelen önemseme hali, yerli halkların hepsinde ve de Ojibwa'lar gibi Toprak'a yakın bir yaşam süren herkeste görünür bir özelliktir:

Şifacı kadın... yazara bir bitki getirdi; onu gösterip göstermeyeceği ile ilgili uzun bir süre çelişkide kalmıştı. Bitkinin varlığı karşısında duyduğu hayranlık ve yakınlık aşıkardı. Bu, bitkinin dimdik duran sapına, yapraklarına ve ince beyaz köklerine dokunuşundan da belliydi ama kadının bitkiden ayrılmaya pek gönlü yoktu...³

Bitkilerle ilişki kurmaya başlayacaksanız, onlardan hoşlanıyor olmanız çok önemlidir. Belki de bunu kolaylaştırmak için, yabani doğada sizi çeken veya içinizde bir şeylerin kıpırdanmasına yol açan bir bitkiyi bulmakla başlamalısınız. İnsanı duygusal olarak en çok çeken bitkiler genellikle ağaçlardır; belki siz de böyle hissedebilirsiniz.

Seçtiğiniz bitkinin yanı başında oturup ona duyduğunuz hayranlık ve güzelliği karşısında hissettiğiniz sevinç gibi duyguların akmasına izin verin. Ona aşk duymaya çalışın. Sevdiğiniz herhangi bir kimseye baktığınız zaman gördüğünüz güzelliği onda da görmeyi deneyin, bugün nasıl göründüğünü farketin. Size hissettirdiklerini gözlemleyin. Ona bir dua okuyun veya kısa bir konuşma yapın; onunla oturup varlığından ötürü sevinç duymak için izin isteyin. Şimdi neler hissettiğinize bakın; size verdiği karşılık ne oldu?

Batı kültüründe yaşayan insanların büyük çoğunluğu bu tür yaklaşımları tamamıyla unutmuş bir haldedir. Onlar, bitkiden gelecek yanıt ile kendilerinin yüklediği anlam arasında sıklıkla çelişkiye düşmektedirler. Size öğretilmiş olanlardan arınabilmek kolay değildir elbet! Bunun üzerinde çalışmak gerekir. Bu tıpkı, beyaz bir kumru olmayı isteyen kuzgunun hikayesine benzer. Kuzgun uzun yıllar boyunca çalışıp çabalar, bir kumru gibi şarkı söylemeyi, onun gibi yürüyüp konuşmayı dener. Ne zaman ki bu eyleminin imkansız bir çaba olduğuna kanaat getirir, artık bir kuzgun gibi davranmayı da unuttuğunu fark eder.

Her birimiz, olmadığımız şeyleri olma yolunda az ya da çok eğitilmişizdir. Kültür yapımız gereği çocukluğumuzda bize verilmek istenen eğitim doğrultusunda, içsel duygularımızı, kutsal olanı deneyimleme yetimizi desteklemeyen bir düzenin içine itilmişiz. Bunun tam aksine, öncelikle mantıklı olana dayanıp güvenme, daha farklı bilgi edinme yollarına şüphe ile bakma yönünde terbiye edilmişiz. Böylesi bir süreçte, bir anlamda Toprak'taki köklerimizden koparılmışız. Bizleri bekleyen en önemli ödevlerden biri, diğer yeteneklerimizi tamamıyla dışlayarak yalnızca mantıksal düşünceye dayalı olan öğrenme biçimini “unutmaktır”. Bu unutuş süreci, bitkilerle kutsal ilişkiler kurabilmemiz açısından bir gereksinimdir. Bir kimse bir “dağ gibi düşünmeyi” öğrenmelidir. Bir dağ gibi düşünebilmeye başladığınızda, tüm yaşamın iyiliği adına düşünmeye başlarsınız; ve insan, bu bütün içerisinde olması gereken yere konumlanır.

Masanobu Fukuoka, bu konuya şu sözlerle değinir:

Bir dağ patikasındaki menekşe, özel biri için açmaz. Ama yanından geçen kimse onu görmezden gelemes ve bir daha unutamaz. Ben, arpa ve buğday yetiştirebildiğim için çok talihli hissediyorum kendimi. Arpa, yalnızca yanbaşıda durup da kulak kesilmiş olan için dile gelecek ve insanın kendi iyiliği için, insana insanı anlatacak... Üniversitede bir Profesör bir zaman, “felsefe ile dini, bilim dünyasında uzak tutmak gerektiğini” söylemişti bana. Eğer arpa onun söylediklerini duymuş olsaydı, büyük ihtimalle şöyle yanıt verecekti ona: “Bilimi arpanın dünyasından uzak tut.”⁴

Dünyaya bu gözle bakmaya başlamak mümkündür. Unutma süreci devreye girdiği andan itibaren, kadim bilgiler ve görme biçimlerimiz kendi ahenklerine geri dönmeye başlarlar.

Avustralyalı yağmur ormanı eylemcisi John Seed, Avustralya'daki iki kız kardeşin, toprakları üzerinde hâlâ yerli bitkilerin bulunduğu küçük bir alanı seçerek araziyi "geri çağırdıkları" bir hikâyeden söz eder. Bahar mevsiminde, sonradan ekilmiş olan bitkilerin filizlerini sökmüşlerdi; yaptıkları bundan ibaretti. Yerli bitkiler ve otlar öncesinden çok daha güçlü biçimde belirmeye başlamıştı ve kardeşler her yıl bu ayıklama çabalarını arttırdılar. O yörede yok olmaya yüz tutmuş olan yerli bitkiler de çoğalmaktaydı. Yerli bitkiler bir erozyon kanalına ulaştıklarında bunu normal karşıladılar; artık geri çağırma çalışması kendi seyrinde giden bir süreç haline gelmişti. John Seed, bizim kendi içimizde de buna benzer bir durum olduğuna değinir. Sonradan bize tanıtılmış olan tohumların (inançlar) ayıklanmasıyla birlikte, yerli bitkiler (kadim bilgi) yeniden kendi ahengi içinde belirmeye başlayacaktır.

Bu "unutma" sürecinde, bitkileri yeniden hissetme ve ıstıme sürecinde insan pek çok şeyi farketmeye başlar. Hepsinden daha güçlü bir şekilde, Yeryüzü'nün çektiği acıyı hisseder. Bundan kaçmak mümkün değildir. Bu konuyla ilgili en güçlü deneyimlerimden birini Florida'ya seyahat ettiğim zaman yaşamıştım.

Bir gün Trishuwa ile birlikte dışarı çıkıp bitkilerle temas kurmaya ve onlara dualar sunmaya karar vermiştik. Seçtiğimiz yer heybetli ağaçlarla dolu, sık bir bitki örtüsü ile bezeliydi. Ama oturduğumuz zaman topraktan ve bitkilerden gelen güçlü bir kızgınlık duygusu ile karşılaştık. Bize verebilecekleri faydalı bir şeyleri yok gibiydi; bunu sert bir dille ifade etmekteydiler. Onlarla uzun süre konuştuk ve öfkelerinden kendimizi sakınmadık; en nihayet acı ve kızgınlıklarının anladığımızda biraz olsun sakinleştiler. Eğer arzu ediyorsak törenimizi yapabileceğimizi ve onların bu düşüncüyü takdir ettiklerini, fakat bunun bir yarar sağlamayacağını söylediler bize. O bölge için geç kalınmıştı; artık yardım edilecek durumda değildi, çünkü toprak kendisine verilmiş olan hasarın karşılığını verecekti. Onu durdurabilmek mümkün değildi. Bölgede yaşayan insanların nasıl olup da oradaki tüm varlıkların bu çığlıklarına rağmen günlük hayatlarını devam ettirebildiklerini merak etmiştim. Bizden başka herhangi bir kimsenin bu kızgınlığı hissedip hissetmediğini bilmek istiyordum. Birkaç yıl sonra, *Hikmeti Koruyanlar* adlı kitapta Mikosukee Seminole'lerin şifacısı Bufalo Jim'in şu sözleri ile karşılaştım:

Bufalo der ki: Yeryüzü bir hayvana benzer. Hayvan hastalandığı vakit sancılanıp kıvrılır. Ölmeden önceyse iyiden iyiye titrer, tüm bedeniyle. İşte biz bunu deprem ve yanardağ olarak adlandırırız. Göreceksiniz ki,

bu durum gerçekleşmeye başladı bile. Yeryüzü, ölüm öncesinin sancılarını yaşıyor; kıvranıp titriyor.

Yaratıcı, Florida'yı bir geyiğin burnu şeklinde biçimlemiştir. Yakın bir zamanda Yaratıcı, geyiğin burnunu kıracak ve Florida denize karışacak. Seyredin, bunun gerçekleştiğini göreceksiniz. Vakit gelmek üzere; artık onu durduracak bir güç yoktur.⁵

Ne yazık ki Florida'da yaşadığım, o durumdaki tek deneyim değildi. Her nereye gitsem bitkiler benimle Yeryüzü'nün sancısı hakkında konuşuyor ve gelecek zamanlardan söz ediyor. Onların konuştuklarını duyabilme yetinizi geliştirdiğinizde siz de onların söylediklerini duymaya başlayacaksınız. İnsan ırkı olarak, türümüzün yaptıkları adına bir sorumluluk taşıyor olduğumuzu anlamak çok önemlidir. Yeryüzü ve bitkiler bunu anlarlar. Kutsal bitki tıbbının birer emanetçisi olmak isteyenler için onları bekleyen en acil görev Yeryüzü'nün çektiği sancıyı anlamaktır. Buna, Yeryüzü'nde yaşayanların bütün ilişkilerinin sancısı da dahildir.

Başlangıçta bu hissediş insanı zorlayabilir. Olup bitenlerin şiddeti gerçekten de yoğun bir düzeye erişmiştir. Fakat bu engeli aştığınızda, Yeryüzü'nün sancısını hissetmenize rağmen dengenizi korumayı başardığınızda, Yeryüzü'nün iyileştirilmesi uğrunda kayda değer bir konuma erişirsiniz. Şifacıyı bekleyen ilk görev- ister bir şahısla çalışıyor olsun, ister Yeryüzü ekosistemi ile- öncelikle varlığını sürdüren acıyı anlamaktır. Acı çeken bir kimsenin en içten arzusu bu acısının bir başkası tarafından anlaşılmasıdır. Belki başka zamanlarda, kutsal bitki tıbbının emanetçisi insanları beklemiş olan daha farklı görevler vardı. Oysa bizim zamanımızda, Yeryüzü'nün sözcüleri ve kutsal bitki tıbbı emanetçileri olarak Yeryüzü'nün sancısından kaçmayıp onu anlıyor olmalıyız.

Öyleyse, bir bitki ile oturup onu sevmeye başladığınızda ve de onun konuştuklarını duyabilecek düzeye geldiğinizde, o size birçok konudan söz edecektir. Eğer size sancısından bahsedecek olursa, onu duyup hissetmeye çalışmanız çok önemlidir. Bitkiler, kendi zamanınızın sıkıntılarını taşıyacağınızı bildiklerinde sizinle birçok şeyi paylaşmaya başlarlar; kendi dünyalarına ait hikayeler, şifacılık alanında nasıl kullanılacaklarına dair bilgiler ve daha nice manevi, duygusal ve fiziksel mesele... Sizinle paylaşma sürecine giren bitkiler, sizden bazı uygulamalar yapmanızı isteyebilirler: dualar okumanızı, tutun, sunmanızı, uzun bir müddet herhangi bir bitkiyi yanınızda taşımanızı, her sabah onlarla derin düşünce(meditasyon) halinde olmanızı veya onlara şükran söylemenizi isteyebilirler.

Eğer bu istenenleri yerine getirme sözü verecek olursanız, o sözü asla ihlal etmemelisiniz. Bitkiler, trafiğin sıkışıklığından, çocukların okulda oynadıkları oyunlardan veya eşinizle yaptığınız tartışmadan haberdar değildirler; onların bildiği insanların uzun bir süredir sözünde durmadığıdır. Bitkisel tıbbın gücünü taşıyabilmek istiyorsanız güvenilir olmalısınız; bitkiyle ilişkiniz adına verdiğiniz söz dokunulmazlık içermelidir. Her ilişkide olduğu gibi burada da güven duygusunun gelişmesi, sözlerin tutulmasına bağlıdır. Ne kadar güvenilir olursanız, bitkilerin size aktardıkları da o denli çoğalır ve taşıdığınız güç kadar sorumluluk da buna bağlı olarak artar.

İlişkiyi Geliştirmek

Bitkilerle ilgili öğrenme sürecine girerken, onları sizinle tanıştıracak biriyle temasa geçmeniz faydalı olacaktır. Başlangıçta 3 veya 4 tür bitkiye odaklanmanız yeterlidir. Eğer mümkünse her gün onlarla vakit geçirmeye çalışmalısınız. İlaç olarak kullanımlarıyla ilgili onlardan bilgi alın ve bu bilgileri kendiniz için kullanın. Onları sık sık düşünür, hallerini duyumsayarak aranızdaki duygusal bağı derinleştirirseniz, bir müddet sonra yaşamınıza girip onun ayrılmaz bir parçası durumuna gelecekler.

Onları yabanıl doğada gözlemleyin; yılın her bir mevsiminde nasıl büyüdüklerini izleyin. Hangi başka bitkilere ve hayvanlara fayda sağlıyorlar? Bir ekosistemden diğerine renkleri değişiyor mu? Kökleri mevsimden mevsime değişiklik gösteriyor mu? Yoksa yıldan yıla mı değişiyor? İlaç olarak her mevsim, her yıl ayrı bir tat veriyorlar mı? Bedeninize hissettirdikleri neler var? Hangi tesirlere yol açıyorlar? Bir bitkiyi toplayıp onu ilaç haline getirdikten sonra onun sizi iyileştiriyor olması size neler hissettiriyor? Tadı nasıl? Her bir parçası aynı tadı veriyor mu? Dokunduğunuzda neler hissediyorsunuz? Kokusu nasıl?

Bu ayrıntıci dikkat hali, Toprak merkezli insanların bitkilerle ilişkisi açısından köşe taşı konumundadır. Bu sayede, bitki hakkında dikkatli ve ayrıntılı bir anlayış kazanırken, onların kullanımı, insanlarla aralarındaki ilişki ve ekosistemdeki yerlerine dair bilgi edinirler. Ayrıntılı tahlile dayalı bilgi ile derin duygusal/manevi deneyimin bir aradalığı doğrultusunda oluşan bu bilgi bütünü, kutsal bitki tıbbını uygulayanların kendi içlerinde taşıdıkları bir tür güç bütünüdür.

Yerli halkların insanları, kutsal bitki tıbbı ile ilgili bilgi bütünlüğünün çift katlı doğasının her zaman farkında olmuşlardır. Onlar, kendi dünyalarındaki bitkileri izleyerek batılı botanikçilerden çok daha derin bilgiler edinmişlerdir. Onların eğitimi ve gözlemleri detaylıdır; bitkileri tanımlarken batılı düzenlerin ötesinde karmaşık ve ayrıntılı betimlemelerde bulunurlar.⁶ Yerliler, kendi yörelerindeki bitkilerin büyüme aşamalarını, tohumdan solmuş yaprağına kadar her evresini isimlendirip tanımlayabilecek durumdadırlar çoğu zaman.⁷

Yöredeki kozalaklı ağaçlardan her biri için bildikleri bir isim vardır; üstelik bu ağaçların aralarındaki farklılıklar öyle göze görünür belirginlikte de değildir... Beyaz insanların çoğu pek de gözlemci değiller ve bitkilerin yaşamını Kızılderililer kadar bilmiyorlar.⁸

Kolombiya'nın Barasana bölgesindeki Kızılderililer, meyvesine ve çiçeğine bile bakmadan tüm ağaçları birbirinden ayırabiliyorlar; bu, üniversiteli botanikçilerin bile bazen yapamayacağı birşeydir.⁹ Yerli halkların kullandığı kimi bitki tanımlama yöntemleri, batılı botanikçiler tarafından kullanılan yöntemlerden daha karmaşıktır. Harold Conklin, Yale Üniversitesi'nde 1954 yılında hazırladığı bitirme tezinde, etno- botanik doğrultusunda halk tarafından yapılmış olan sınıflandırmayı anlamının önemi üzerinde durmuş ve herhangi iki sınıflama yöntemi arasında kayda değer farklılıklar bulunduğuna değinmiştir. Mesela Hanunoo yerlileri batılı bilim insanlarından daha fazla bitki ismi anmaktadırlar. Bu temel unsuru tanımamak onların bitki ilmini anlaşılabilir hale getirecektir.¹⁰ Sınıflandırma ve adlandırma konusunda karmaşık bir yol izlemiş olan daha nice kültür vardır; bunlar arasından Zapotekler, "bitkileri çoklu boyutlarda araştırmışlardır."¹¹

Bu ayrıntılı bilgi bütünü geliştirirken, yalnızca gözleriniz değil duygularınız da dünyayla ve bitkilerle kuracağınız bağlantıda birer kapı vazifesi görecektir. Bedeninizin bitkiyi algılayış biçimi, eczaneden alınan ilaçlar üzerinden asla deneyimleyemeyeceği bir yoldan gerçekleşir; dolayısıyla zaman içinde onun size aktardıklarına güven duymanız gerekir. Bedeninizin bitkilere ne şekilde yanıt verdiğini kavradığınızda, kendinizi bilip güven duyacak ve gelen bilgiyi de aynı güvenle kabul ediyor olacaksınız.

Bitkilerle ilişki kurmayı arzulayan insanların, kendilerini yakın hissettikleri bir bitkiyi küçük bir kesenin içinde boyunlarına asmaları, faydalı bir yaklaşım olabilir. Kalp seviyesinde durması gereken bu kese en az bir yıl boyunca ta-

şınmalıdır. Böylelikle bedeniniz bitkinin varlığına alışırken, siz de onu sık sık düşünme alışkanlığı edineceksiniz.

Geceleyin, üzerinde çalıştığınız bir bitkinin kökünü yastığınızın altına koyabilirsiniz. Bu sayede o bitkiyle ilgili şifa rüyası görmeniz kolaylaşabilir ve aranızdaki bağ derinleşebilir.

Bir bitkiyi kullanmak üzere toplayacağınızda, ona dualar ve tütün sunmanız önemlidir. Dua ve sunu, bitkilerle ilişki kurma yolundaki öncelikli unsurlardır, bu yolla onların temel doğası ve kişilikleri onurlandırılmış olur. Tüm Toprak merkezli insanlar için kutsal bitki tıbbi uygularken dua etmek ve hasat zamanı geldiğinde de onları tütün gibi elle tutulur bir armağan sunarak onurlandırmak zaruridir.

Bitkinin alındığı yerdeki çukura bir tutam tütün konulur. Bu No-no'mis'e- insanlığın büyük annesi olan toprağa- sunulan bir şeydir ve Ki'tshi Man'ido'nun onun bedeninde büyüttüğü ve bizim ondan edindiğimiz nimetlere karşılık olarak sunulur.¹²

Tütün, bir şeyler alınması halinde ona karşılık verilen bir sunudur. Bu yaklaşım, topraktan bir şeyler almış olan kişinin hiçbir şeyin bedelsiz olmadığını bildiği ve her eylemde bazı mecburiyetlerin bulunduğu anlamını taşır. Kaldı ki dualar bitkiyi uykusundan uyandırır; onu yaşamsal dokudaki beşiğinden kaldırarak kendisinden beklenen bir şeyler olduğunu bildirir. İroquois'lerden David Jack'in söylediği gibi:

Tütün, bulunan ilk bitkinin yanı başına bırakılır; böylelikle bitki, ondan bir şeyler istiyor olduğunuzu bilir. Bir başkası evinize gelip de sizi kucaklayıp götürmeye kalksa, ne yapacağınızı şaşırırsınız. İşte aynı durum bitki için de geçerlidir.¹³

Dualar da -bitkiye yapılan elle tutulur sunular gibi- dünyanın dört bir yanındaki her kültürde ortaktır. Filipinlerde:

Bir tek hastaya yetecek kadar ağaç kabuğu, yaranın boyu uzunluğunda kesilir; ardından, birkaç kırmızı veya beyaz tohumdan boncuk ağaç gövdesinin yanı başına bırakılır, bitki ruhunun sahibine bir ödeme (gawad) olsun diye...¹⁴

Bitkiye ve Yeryüzü'ne sunularda bulunmak iyiye de, bunu yaparken ezbere bir davranıştan öte bir yaklaşım sergilemek önemlidir. Sunu eyleminin temelinde saygı ve şükran duygusu bulunmalıdır. Tütün sunmayı duymuş olan pek çok insan bunu ezbere bir biçimde yapar. Yazık ki bu tür bir davranış, saygıdan, bitkinin gerçekten canlı bir varlık olduğunun bilincinden ve onu toplayan ile aynı özü taşıdığına dair anlayıştan yoksundur. Böylesi kimseler, bir bitkiye bir insana davranır gibi davranmanın ne demek olduğunu kavrayamamışlardır. Eğer gerçekten Yeryüzü'nün ve bitkilerin hissettiklerini duyumsamaya başlamışsanız, onların biçimselliğe çok da önem vermediklerini anlayacaksınız; onların arzusu samimiyet görmektir; niyetin ve duygusal bağın samimiyetini görmek... Bugün için Yeryüzü'ne ve bitki ilişkilerine sunabileceğimiz en büyük armağan samimiyetimizdir.

Bu gerçeğe rağmen, yerli halkların kültürleri, şifacılar ve şifacılarından aktarılmış olanları öğrenenler arasında dua ve sununun doğru biçiminin ne olduğuyla ilgili anlaşmazlık vardır. Bu anlaşmazlıklar, daha ziyade kültürel farklılıklara dayanmaktadır; herhangi bir saygısızlık değildir söz konusu olan. Bitkilerle aranızdaki ilişkiyi geliştirmeye çabalarken, dua ve sunuda bulunma eyleminin bitkiyle kurduğunuz bağla kendiliğinden doğmasına izin verin. Ezberci bir yol izlemek gibi bir derdiniz olmasın. Hangi biçimselliği geliştirmiş olursanız olun, sundüğünüz dua ve tütünün ardındaki anlamı görmekten alıkoymayın kendinizi. Nitekim bu noktada çok daha derin bir gerçeklikle karşılaşmaktayız. Kültürel farklılıklara bakılmaksızın dua ve sunu her zaman yapılan uygulamalardır. Bunun ne zaman ve ne şekilde uygulandığı ise kişiden kişiye, kültürden kültüre değişim göstermiştir.

Duayı, derin bir bağın kurulduğu haliyle sunmanın bir diğer önemli yönü de Toprak şifası kavramıdır. Toprağın gücü, kendinden doğan her bir şeye akmaktadır. Bir bitkiyi kestiğimizde, ona akan yaşam gücünü kesmiş oluruz. Dolayısıyla, Topraktaki bu gücün dağılıp gitmediğinden ve de bitkinin bedninde varlığını sürdürdüğünden emin olmalıyız. Masanobu Fukuoka bu konuya doğrudan temas etmektedir:

Doğa dediğimiz yaşayan ve bütünsel olan biyosistem, ne yanlılabılır ne de parçalarına ayrılabilir. Bir kez parçalandı mı ölür. Başka bir deyişle, doğanın bir parçasını koparıp alan kişinin elinde tuttuğu unsur ölmüş haldedir, yine de -araştırdıkları şeyin artık eskisi gibi olmadığını fark etmeyerek- doğayı kavradıklarını ileri sürüyorlar. İnsan, lime lime ettiği ölü bir doğa unsurunun parçaları hakkında bilgi toplayıp onu "tanı-

diğını”, “kullandığını” veya “fethettiğini” düşünerek yanılıya düşer. Nitekim düşünme biçimi ne kadar akılcı olursa olsun daha başından yanlış izlenimlerle yola çıktığı için doğayı anlama konusunda hatalı bir yaklaşım sergiler ve sonuçta herşey tümünden hatalı olur.¹⁵

Bu bilgi ilaç yapılmak üzere toplanan bir bitkideki yaşamsal gücü -Yeryüzü şifasını- korumada hayati bir önem taşır. Bir bitkiyi toplarken düşüncelerimi onun içindeki aktif yaşamsal gücü korumaya odaklarım. Bunu gerçekleştirebilmenin yolu, bu gücün varlığına karşı duyarlı olmaktan ve onunla bilinçli iletişim kurmaktan geçer. Dua etmek ve bitkiyle konuşmak bu süreci başlatır başlatmasına, ama bitkideki bu gücü *sabitleyecek* olan eylem yine bitki şifacısının içinde saklıdır. Seminoleler nefeslerini kullanırlar, fakat bu eylem de aslında simgeseldir. Nefesle birlikte dışarıya akan, yaşamsal güçtür ve bitkideki şifa kuvvetini etkin hale getirir. Toprak'ın yaşam gücünü bitkinin içinde sapasağlam tutabilme durumunda, bitkinin ve bunu yapan Toprak'ın yaşam gücüyle iç içe geçmiş, örülmüş olan, bitki uzmanının kendi yaşam gücüdür.

Toprak'taki şifa gücünü çağırıp, ona içindeki yaşam gücünü yeryüzüne doğru yükseltmesini söylerim, o zaman bitkinin ruhu şarkı söylemeye başlar. Hem Toprak hem de bitki, benim onlara duyduğum sevginin farkındadır; dolayısıyla benim iç varlığımda can bulurlar ve orada meydana gelen öz, benim bedenimde varlığını sürdürür. Ve ben her an ona eşlik ederim. Ardından ilaç hazırlarken, onu bir hastaya verirken yine ona eşlik ederim. Toprak'taki yaşamsal gücü bu şekilde hissedebilmek, uzun yıllar süren bir öğrenmeyi gerektirir; kaldı ki bir o kadar onu içsel bir biliş ile çağırarak sürer; bir o kadar da onunla bitkiyi bir araya getirmek ve bir o kadar daha onu içeride tutarak belli bir hedefe yönlendirmek sürer. Öğrenmek isteyen bir kimse, böyle bir şeyin var olduğunu bilmeli, gerçeği bulabilmek amacıyla onun üzerinde gayretle çalışmalı...

Kutsal bitki tıbbı dahilinde kullandığım en güçlü törenlerden biri, kutsal çubuktur. Bitki tıbbı ile daha derin bir bağ kurabilmek üzere birçok kültürde çubuğun kullanılması söz konusu olmuştur. Kimi zaman, belli bir bitkiyi toplamaya gitmeden önce onun resmini zihnimde tutarak çubuğu tütürür, bitkiyi törene dahil ederim. Böyle zamanlarda bitkiye bazen tütün sunar, onu ilaç yapmak üzere bulup toplayabilmem için ondan yardım isterim. Bu süreç, aramaya çıkacağım bitki ile aramdaki güçlü bağı derinleştirirken, ondaki şifa kuvvetinin açığa çıkmasına belirgin bir şekilde öncülük eder. Buna rağmen bitkisel ilaç toplama sürecindeki her eylem, anın içindeki ihtiyaçlara ve bit-

kiden gelen bilgiye bağılı olarak zamandan zamana, bitkiden bitkiye farklılık gösterir. Kimi zaman ilk bulduğum bitkiyi toplarım; kimi zaman da toplamam. Bu meseleler Ruh'a ve bitki ilişkisine bağılı olarak değışkenlik gösterir. Başka eğıtmenler veya başka kültürler bunu daha farklı biçimlerde uygulayabilirler. Bazen bir eğıtmen, bitkiyi toplarken metal makaslar kullanılmasını istemeyebilir; bazı eğıtmenler de bunu önemsemeyebiliyorlar. Öğrenme sürecindeyseniz, başlangıçta eğıtmeninizin yaklaşımına göre hareket etmeniz daha akıllıca olur. Eylemlerinizi konusundaki farkındalığınız arttıkça ve de bilinçli bir şekilde hareket etmeye başladıkça, sizin için elverişli olan GERÇEĞİN dokusunu aramaya koyulabilirsiniz. Bunu yaparken, her zaman kendi içinize dönüp hem bitkiyi hem de kendinizi onurlandırdığınızdan emin olmalısınız.

Bitkileri toplarken sunulan dua ile ilgili bir örnek olması açısından, İroquois'ların şıfacısı Jesse Cornplanter'ın bitkileri toplarken gösterdiği kutsal yaklaşıma bir bakalım:

Tütünü sunarken, her ayrıntıya değinilir. Ateşe atılan bir tutam tütünle birlikte nice sözcük dökölür dilden. Orada iletilenlerin hepsi dumana karışır; birkaç söz daha söylendikten sonra bir tutam daha tütün atılarak sesleniş sona erdirilir. Duanın iletisi belli bir aracıya erişir. Nitekim türlü ruhlar vardır, fakat iletiyi duyanlar şıfacı ruhlardır; onlar onu dumanın aracılığıyla ışıtırler, çünkü yalnızca onlara seslenilmiştir.

İlaç haline getirilecek bitkileri toplamaya gidecek olsam, her şeyden önce tütün yakar, tüm bitkilere şıfalı olanları toplamaya geldiğimi iletirdim. Böylelikle tüm bitkiler, benim gelişime hazırlanmış olurlar. Duadaki seslenişin süresi, ruhani kişinin gücüne ve adına yakarıшта bulunulan sebebin doğasına bağılı olarak değışir. Kendilerine yapılan hitabı duyanlar dinlemeye başlarlar. Tütün, insanın değış-tokuş aracıdır ve onunla bitkiler ve hayvanlardaki kuvveti açığa çıkarır; o, insanlarla tüm ruhlar arasındaki iletişim aracıdır. Bu, gerçek insanların(ongwe'owe) gerçek tütünüdür (oye?'gwa owe).

Örneğin ayrıık otu (wire grass) ancak, koşarken tütün saçılıp yol üstünde büyümekte olanlarından birer avuç kadarı yolunduktan sonra kusturucu ilaç olarak kullanılmalıdır. Kişi, şıfacı güçlere seslenmeli ve onlara kendi bedenine girmeleri için çağrıda bulunmalı; ki o kimse, lacrosse (Amerika yerlilerine özgü bir spor türü) gibi bir sporu yapabilmek için otun esnekliğinden güç alabilsin. Kişi, ilacı kullanacak olanın

ismini duyurmalıdır. Böylelikle tüm şifacılar onun iletisine kulak verir ve belli bir kişiye belli bir zamanda, belli bir amaç için yardımda bulunurlar.

Diyelim ki bir kimse, kırık bir kemiği onarmak üzere su keneviri (boneset- eupatorium perfoliatum) bulmaya gitti. Karşılaştığı ilk bitkinin bulunduğu yere tütün sunusunu bırakır, fakat o bitkinin yanından geçip gider; aynı türden ikinci bitkinin yanına vararak onu toplar. Ardından, toplamaya çıkmadan önce bütün şifalı bitkiler için yapılmış olan tütün sunusu bu kez belli bir bitki için tekrarlanır.¹⁶

Sunu ve Duanın Genel Yöntemi

Bir bitkiyi aramak üzere yürüyüşe çıktığınızda, hatta yola çıkmadan önce, bitkiye dua edip ondan yardım isteyin. Onunla konuşun ve ilaç yapmak için toplayacağınızdan haberdar edin. Kendiniz veya bir başkası için mi topladığınızı anlatın. İyileştirmesini beklediğiniz hastalık konusunda ondan yardım istediğinizi dile getirin. Eğer başkalarına faydası olması amacıyla daha sonrası için hazırladığınız bir ilaçsa, bitkiden ona ihtiyacı olan kimseye şifa vermesi için istekte bulunun. Onu toplamaya gittiğinizde, önce bir süre yanı başında oturun. Ona dokunup bedeniyle temasa geçin. Bir tutam tütünü ister bitkilerin çiçeği üzerine ister toprağa serpin ya da yere bir çukur açarak tütünü içine koyun. Bunlardan hangisi size daha doğru geliyorsa onu uygulayın. Bitkiyi toplarken, eğer bu bir kökse onu itinayla kazmalı, zarar gelmemesi için elinizden geleni yapmalısınız. Bu kökü gözlemleyin. Size nasıl bir duygu vermekte? İlaç olmak üzere sizinle gelmekten memnuniyet duyuyor mu? Üzerindeki toprağı silkeleyin. Kökü veya kökleri eve getirerek güneş görmeyen, ama sizin onları her gün görebileceğiniz bir yere koyun. Gün içinde onların yanından geçtikçe selamlayıp dokunun ve koklayın onları.

Bu sürecin her bir aşamasında yetkinleşebilmek yıllar sürecektir. Gerçekleştirilmekte olan eylemin ruhunu ve niyetini sürekli zihinde tutabilmek, o niyeti dıştaki amaca yönlendirmek ve bu amacın yerine geldiğinden emin olmak... Bunların hepsi öğrenilmelidir.

Eğitmenler bu konuda destek verirler. Onlardaki duyarlılık, oldukça arınmış canlı bir geri bildirim vazifesi görerek öğrencilerin kutsal durum ve süreçlerle ilgili bilgilerini daha da arındırmalarına fırsat verir.

Kutsal Şifa Bohçası Hazırlamak

Kendime veya başkalarına yardım edebileceğini düşündüğüm bitkileri yanımda taşıyabilmek için her zaman şifalı bitki keseleri bulundururum. Küçük bir kese arabamda durur; evimde duran çok daha büyük bir bitki kesesini de başkalarının evlerine götürmek üzere bekletirim. Bir üçüncüsü ise yalnızca kutsal tören içindir. Kimi zaman bitkileri kullanırken büyük bir törene ihtiyaç olmayabilir. Kendinizdeki veya başkasındaki bir yaraya uygulayacağınız bitkiye sade bir şekilde teşekkür etmeniz bile yeterli olacaktır. Hasarın büyük olduğu ve spiritüel işlemleri gerektirdiği diğer durumlarda derin bir tören ve şifa çalışması gereklidir.

Yakınlık kurduğunuz bitkilerle aranızdaki ilişkiyi geliştirdikçe, törenlerde kullanmak, kendinizi ve ailenizi iyileştirmede yararlanmak üzere onlardan bazılarını kutsal bir kese içinde taşımak isteyebilirsiniz. Kesenizin her bir parçası alabildiğine kutsallık içinde hazırlanmalıdır; her biri derin bir saygı ve törenle



Kutsal Şifa Heybesi

o keseye dahil edilmelidir. Dünyanın ruhları ile bitkilerin ruhlarından yardım istemek için dua etmek, böyle bir şifa kesesi oluştururken önemli bir yaklaşım olacaktır. Kaliforniya Kızılderililerinden Karuk'ların örneği bunu gözler önüne sermektedir:

O, her bitkinin üzerine dua okur. Önce bitki türlerinden birini alır ve onu yüzüne yakın bir mesafede ellerinin arasında tutar. Onun üzerine okuduğu duayı bitirip sepete geri koyduktan sonra bir başka bitki türünü alır. Ona başka bir dua okuyup sepete yerleştirir. O bunu bütün bitkiler için ayrı ayrı uygular...¹⁷

Böyle bir şifa kesesi bulundurmaya başladığınızda size armağan olarak gelen veya hiç düşünmediğiniz yerlerde karşınıza çıkan nesnelere tanık olursunuz. Bu şifa kesesi ile uzun yıllar yaşayacaksınız ve o, hem yaptığınız işler hem de kendiniz için gerekli pek çok gücü içinde barındıracak. Onu hazırlarken

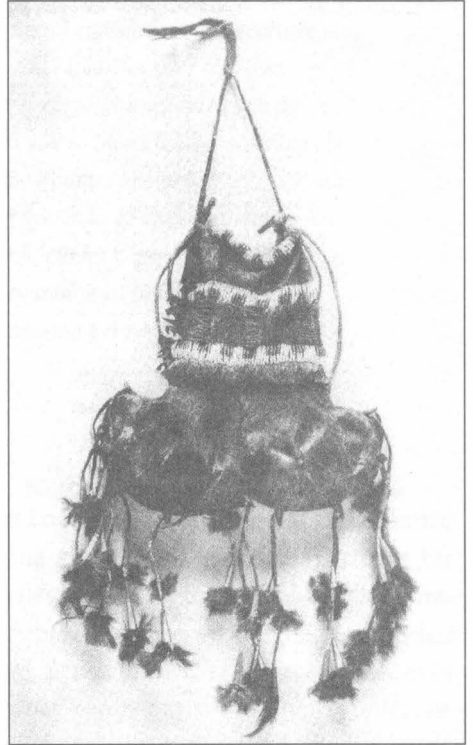


Kartal Kalkanı'nın Vizon
Kürk Şifa Heybesi

tüm zihninizle orada olmaya gayret etmelisiniz. Aşağıdaki satırlar, on dokuzuncu yüzyılda yaşamış bir Sioux şifacısının şifa kesesinden söz etmektedir:

Kartal Kalkanı'nın şifa heybesi, Sioux'ların i'kusana (beyaz çene) adını verdikleri, bir vizonun tüm derisi kullanılarak yapılmıştı... Bu heybenin içindeki güderiden ceplerin içine bitkiler yerleştirilmişti; bağlar halinde bu bitkiler gündüzleri dış avluda durur, geceleri içeriye alınır, onlara büyük bir saygıyla davranılırdı. Bir şifa heybesinin ceplerindeki küçük bağların sayısı, onu taşıyan insana bağlı olarak değişirdi. Mesela, Oturan Kartal'ın taşıdığı heybede yedi küçük bağ vardı; fakat bunların, kullandığı ilaçların ancak az bir kısmı olduğu söylenirdi. Kartal Kalkanı'nın dört ana şifa ilacı vardı ki, bunlardan en önemlisini boncuklu bir kılıfın içinde taşırdı.¹⁸

Başlangıçta insanlar bitkilerle ilgili bir şeyler hissederler; bu bir tür sezgisel “başkasının ne hissettiğini algılama” durumudur. Onlarla kurduğunuz ilişki



Sioux Şifa Heybesi

geliştikçe, “Kutsal Bitki Tıbbının Görüleri” adı altında ele alınan üçüncü bölümdekine benzer deneyimler yaşamaya başlarsınız. Bu, çoğu zaman uzun yıllar sürer. Fakat bitkilere dair bilgi ve kişisel güç arttıkça, kutsal bitkinin kuvvetini -duygusal dengeyi yitirmeden- akıl ve kalpte barındırabilmek gerekir.

Sakinmadan, şüpheye düşmeden inanmalıyız; reçetelerin içindeki kudrete sarsılmaz bir güven duymalıyız. Nitekim çağırdığımız ruhlar “zihnimizdekileri bilirler” ve eğer inancımızın zayıfladığını görürlerse ne onlar ne de ağızımızdan dökülen kelimeler bize yol gösterecektir...¹⁹

Bitkilerle ilişki kurarken onlara eşit davranmak, en önemli yaklaşımlardan biridir; ikincisi, uygun bir törendir (dualar ve tütün sunusu) ki bu tören gerçek duygulardan doğmalıdır; üçüncüsü, bitkilerin ilettiklerini algılayabilmektir (bu bir karşılıklı konuşma olmalıdır, bir tartışma değil...); dördüncüsü, bitkinin sizden istediklerini yerine getirmenizdir; beşincisi, aranızdaki güven bağına asla zarar vermemenizdir ve eğer vermişseniz de - bir arkadaşınızın kalbi kırıldığında yaptığınız gibi- vakit kaybetmeden onarmanızdır.



6

KUTSAL YOLDAN

ŞİFA VERMEK

Tüm hastaların sağaltımı rüyalarla uyumluydu. Hiç kimse, yapması gerekenler kendisine bir rüyada bildirilmedikçe hastayı iyileştirmeye kalkışmazdı; böylesi bir rüyanın yükümlülüklerini de gözardı edemezdi. Her insan, yalnızca rüyasının kendisine verdiği reçeteye uygun olan hastalıkları iyileştirirdi. Atıcı (Shooter) der ki: "Eski günlerde Kızılderililerin hastalıkları sayılıydı; bu sebepten çok da çeşitlilik gösteren bir ilaç gereksinimi yoktu. Şifacı tek bir hastalığı ele alırdı ve onu başarıyla tedavi ederdi. O bunu rüyalarıyla uyum içinde yapardı. Bir şifacı, her türlü bitkiyi rüyasında görmeye çabalayıp her türlü hastalığı iyileştirmeyi denemezdi, çünkü hepsini birden başarıya ulaştırması imkansız olurdu, bir hayvanın veya bitkinin rüyasını gereğince gerçekleştiremezdi. Çok fazlasına bel bağlar, hiçbirinden netice alamazdı..."¹

—FRANCES DENSMORE

Bitki tıbbı konusunda öğrendiklerim çoğaldıkça, ara sıra aile hekimimize gidip bazı şeyleri ona danışıyordum. Ama giderek benimle ilgili duruma bir tanı koyamamaya, koysa bile durumu iyileştirecek bir tedavi yolu bulamamaya başlamıştı. Dahası, ne kadar hoş bir insan da olsa hastalığın yüzeyinden kökendeki soruna inemediği iyiden iyiye ortaya çıktı. Gerçek anlamda neyin yolunda gitmediğini *bilemiyordu*; sadece, söz konusu durumun belli yönleri ile ilgili edinilmiş bilgilere sahipti. Eğer tedavi gerektiren durum, kolaylıkla elde

edilebilen antibiyotiklerin dışına taşmışsa, hastalığı iyileştirebileceği çok az vasıta bulabiliyordu; bazen de hiçbir şey bulamıyordu. Şifa vermeye yönelik bu tür bir yaklaşım beni giderek daha mutsuz etmekteydi. En sonunda, tatmin edici olmaktan uzak bir tedavi sonrasında birkaç haftayı derin düşünce halinde geçirdim. Bedenimi iyileştirme yolunda izlediğim sürecin ayrıntıları üzerinde durdum. Elimde olan tüm reçeteleri, altı yedi yıldan bu yana bana verilmiş tüm ilaçları gözden geçirdim. Karşıma çıkan manzara, düşüncemi alt üst edecek kadar dehşet vericiydi. Bütün bu yıllar boyunca çaresini aradığım hastalıklardan bir tanesi bile iyileşmemişti; bildiğim bitki ilaçlarıyla daha etkili, daha ekonomik ve daha memnuniyet verici bir tedavi yolunu tutmam işten bile değildi. Bu iç görüş beni adamakıllı sarsmıştı. Neticede sıra dışı bir karara vardım. Bundan böyle hastalıkların tedavisi için *hiçbir* doktora gitmeyecektim.

Bu kararı alır almaz çeşitli hastalıklara yakalanmaya başladım. Yan tarafımda beliren bir ağrı aylar boyu geçmemişti. Gözlerim bulanık görmeye başlamıştı; başım ağrıyor, midem ağrıyordu. Ellerimde hissizlik oluşmuştu; sağ tarafımda yukardan kürek kemiğimin altına doğru vuran müthiş bir ağrı vardı.

İyiden iyiye korkmuştum. Nasıl bir saçmalığın içindeydim? Belki de kansere yakalanmıştım; ya da kalbimde bir sorun vardı. Yoksa karaciğeri saran bir bozukluk beni dehşetli bir ölüme mi sürükleyecekti? Her şeye rağmen kararımdan vazgeçmemiştim.

Bir yıl boyunca hastalıklarımdan her birini bitkiler ve törenler yardımıyla vücudumdan uzaklaştırmak için çabaladım. Her biri -ancak bir başka yerimde baş gösterene dek- yok olmuş gibi davranıyordu. Böylelikle bedenim nasıl çalıştığını etrafıca öğrenmem gerekti. Bedendeki her bir düzeneği tedavi edici yüzlerce bitkiyle tanıştım. Korkumla yüzleşmeye başlamıştım.

Aylarca derin düşünce hali içinde oturup korkumu hissetmeyi denedim. Kaynağına inmeye başladıkça korkum kaybolmaya yüz tuttu. Çok erken yaşlardan itibaren, yalnızca uzmanların bedenimle ilgili sorunu bulabilecekleri öğretilmişti bana. Bu gücü “geri almaya” karar verdiğimde kendimden şüphe ettiğim çok uzun bir dönem geçirdim. Nasıl olmuştu da biz insanlara, kendimizle ilgili olarak neyin yolunda gitmediğini bilemeyeceğimiz öğretilmişti? Nasıl olup da yabancı biri bizim iyileşmemizden, bedenimizle ilgili bilgiden, bedenimizdeki, zihnimizdeki ve ruhumuzdaki sorunlardan sorumlu hale gelmişti? Bulduğum yanıtlardan hoşnut değildim. Ne de olsa ölümden korkmayı da öğretmişlerdi bana; bu yabancılar bana öğretilen korkudan beni koruma vazifesini vermişlerdi kendilerine.

Ölümün ve korkumun dünyasına adım attıktan bir müddet sonra ölüme karşı duyduğum korkuyu yitirmiştim. Korkum azaldıkça, bedenimle ilgili olarak yolunda gitmeyen ne olduğunu daha bir açıklıkla görmeye başladım, bunu *bilmeye* başladım. Bunu görebildiğim anlarda doğru bitkiyi, doğru töreni de görebilmem mümkün olmuştu. Onları kullandım. Artık kendimi, genç bir delikanlı iken hissettiğimden daha iyi hissediyordum. Artık, bir şifacı ile sağlık çalışanı arasındaki farkı kavrayabiliyordum.



Başkalarına bitki ilaçları ile şifa vermeye başladığınız zaman, kutsal bitki tıbbı kadar kadim ve eşsiz olan bir sahaya adım atmış olursunuz. Her şifacı bitkisel ilaçlar kullanmasa bile tüm şifacıların şifa verirken ortak olarak sahip oldukları bir şeyler vardır. Belki de en temelinde, hepsinin odağında yalnızca hastalığın belirtilerini hafifletmek değil bir iyileştirme eylemi yer almaktadır.

Birçok şifacı için, hastalığı tedavi etmenin ortak yolu belirtilerin hafifletilmesidir. Hastalığın kendisi veya belirtileri, mevcut metinlerde aranır, aralarından bir tedavi yöntemi seçilir ve o uygulanır Bana göre, gerçek anlamda bir iyileştirme için bunların ardındaki önemli bir konuya –*ihtiyaca*– parmak basmak gerekir. Bu ihtiyaç, birçok insanın içgüdüsel olarak hissettiği bir açlıktır ki insanı bir doktordan diğerine dolaştırır; çünkü doktor da ne olduğunu bilememektedir.

Hasta olan insanın içinde, kendisini yakın hisseceği ve onun çekmekte olduğu acıyı hafifletebilecek samimi bir şifacı ile karşılaşma arzusu, çok derinlere kök salmış bir ihtiyaçtır. Yerli şifacılar arasında, bir insanın bir başkasını iyileştirebilmesi için hastanın çektiği acıyı algılamasının bir gereklilik olduğuna inanılır. Eğer ki hasta, çektiği acının karşıdaki tarafından algılandığına kanaat getirirse, karşıdan gelen şifayı alacak duruma gelir. Theodor Sturgeon'un "Scars" (Yaralar) adlı kısa hikayesinde bu gerçeğe temas ettiğini düşünüyorum:

Öyle bir zaman vardır ki taşınan yük insana ağır gelir; o zaman onu bir yere bırakmak gerekir. Ama bu, doğası gereği bir kayaya bırakılacak ya da omuzlanıp bir ağacın kovuğuna kondurulacak bir yük değildir.

Onu taşıyabilecek tek bir şeye biçim verilmiştir ki bu, bir başka insanın zihnidir.²

Hastanın acısını algılamak, onun içinde yaşadığı sağlıklı zemini samimi-yetle kavramak demektir. Hastanın içinde yaşadığı zemini anlamak, ima ettiklerini anlamak; orada olmanın hasta için ne anlama geldiğini kavramak... ve ardından, ikinizin birlikte yapacak olduğunuz eylemi anlamak; hasta olanın acıları ve krizleri karşısında bir an bile endişeye düşmeden, kaçıp gitmeden... İşte budur onun acısını taşımak.

Bitkisel ilaçlarla şifa vermenin ayrılmaz unsurlarından biri de, hastalık dediğimiz krizlerin olduğu sahaya adım atmak ve korkusuzca orada durabilmektir. Kişinin kendi bedeninde ve benliğinde krizin iyileşmesinin özü yakalanır ve çözülür. O zaman, kullanılacak tedavinin ne olduğu bilgisi bu duruma uygun hali ile gelir.

Ve aslında Şaman, hastanın bedenindeki kötü ruhları çekip çıkarabilmek için onları kendi bedenine almak durumunda kalır. Böyle yaparak, kendisi hastasından çok daha fazla acı çeker, çok daha fazla mücadele eder.³

Bu durumda uygulayacağınız şifa reçeteleri, hastalığın özüne dair kendi gerçek bilginizden kaynaklanır, kitaplardan çıkıp gelmez. İşte bir şifacı ile sağlık çalışanı arasındaki fark da *budur*.

Başkalarının acıları üzerinde güç kazanmak isteyen bir kimse kendi acısını taşımalı, kendi orucuna katlanmalıdır.⁴

Hasta bir kimse size geldiğinde bulduğunuz rahatsızlık, hastalık yapıcı organizmaların dışındaki birçok sebebe bağlı olarak ortaya çıkmış olabilir. Hastalık, insanın kendi doğasının dışına çıkmış olmasından kaynaklanabilir; bir kaza sonucunda baş göstermiş olabilir. Eski düşünüş ve varoluş biçimini ortadan kaldırmak üzere ortaya çıkan bir bunalım biçiminde gelmiş olabilir. Dışsal olumsuz etkilerden kaynaklanmış ya da Yeryüzü'nün kızgınlığından ileri gelmiş olabilir. Dikkatsizlik neticesinde bir başkasının hastalığı kendisine bulaşmış olabilir. Savaşta veya bir şeyleri kaybetmekten kaynaklanabilir.

Şifacı olarak, farklı hastalık biçimlerinin ayırımına varmak gerekir. Bir tür hastalığa çare olan tedavi bir başka hastalığa aynı etkiyi yapmayabilir. Batılı

iyileştirme biçimleri, çoğu zaman hastalıkların ardında yatan sebeplere yönelmemektedir. İlaçlar bedene uygulanırken, ruhta işgal ettiği yer dokunulmadan kalır. Yerli halkların insanları her hastalığı farklı ele almışlardır. İki hastalık bile birbiri ile özdeş kabul edilmemiştir. Her biri farklı bir yaklaşımla tedavi edilmeye çalışılmıştır. Cherokee şifacısı şöyle söyler:

Doktor, bir hastaya baktığı zaman bir şarkı söylerdi. Her hastalık için bir başka şarkısı vardı ve her doktorun şarkıları da diğerinkilerden farklı olurdu.⁵

Hastalığın daha derinlerde, fiziksel olanın ötesinde bir sebebe dayalı bulunduğu inanmak, bugünün kültürü tarafından kabul gören tedavi biçimleriyle ters düşmektedir. Bitkilerle kurulan ilişkide olduğu gibi, bu sahada da daha derin bir görüş geliştirerek biçimlerin ötesine bakabilmeyi öğrenmek gerekir.

Mircea Eliade'in dediği gibi: "Hastalığın tehdidi altındaki bir yaşamsal bütünü yeniden var edebilmek için, öncelikle onun *ad originem* safhasına geri dönüp kozmogoniye (evrenin yaratılışının başlangıcı) tekrarlamak gerekir". Başka bir deyişle, her bir şeyin bütünselliğini koruduğu başlangıçtaki kutsal zamana geri dönüp o bütünsellik içinde hasta kişiyi yeniden yapılandırmak gerekiyor. Hastalık, hayati öneme sahip bir işlevi yerine getirir: onun sayesinde mevcut bir durum yıkılır ve canlı varlık değişime hazır hale gelir. "Herhangi bir durum, öncelikle yok edilmedikçe değişime uğrayamaz."⁶ Şifa amaçlı pek çok törenin oluşturulduğu yer, *ad originem* aşamasına geri döndüğü ve kutsal zamanın yeniden yaratıldığı yerdir.

Bu özdeki zamanı yaratabilmeyi ve şifacı olmayı isteyen bir kimse, kutsal dünyalarda ve hastalık durumunda da kendi dengesini koruyabilmelidir. Korkularını bir kenara bırakabilmeli, kişisel gücünün sınırlarını sorgusuz biliyor olmalıdır. Kişisel ölüm korkusunu aşmadıkça usta herbalist olmak mümkün değildir. Hastanın ölümü korkusunun ötesine geçmedikçe de usta bir şifacı olunamaz.

Şifa verirken kutsal bitkilerle çalışan bir kimse için, dengeyi korumak en öncelikli konulardan biridir. Barbara Meyerhoff "Peyote Avı" ismini verdiği muhteşem kitabında Huichol Kızılderililerinden ve onların manevi geleneklerinden söz eder. Bu kitabının yanı sıra yazdığı "Şamanın Dengesi" adındaki bir başka metinde "Bilinen ve Bilinmeyen Dünyalarda Denge ve Aracılık" konusuna değinerek, kutsal şifacılık ve şaman uygulamaları doğrultusunda ihtiyaç duyulan dengeyi araştırır.

Şamanın dengesi, kendine has bir duruşu ifade eder. Bu öyle bir dengedir ki, ne bir hesaba kitaba dayalıdır, ne de zıtlığın çözümlenmesiyle erişilen durağan bir durumdur. Bu bir uzlaşma değildir. Bu daha ziyade ani bir gerginlik gibidir; iki niteliksiz gücün birbiriyle karşılaşp kafa kafaya gelmeleriyle ve uzlaşmaksızın kaosun eşliğinde birbirleriyle çekişmeleriyle oluşan, zihinde değil deneyimde yaşanan bir gerginlik gibi. Aristo geleneğine göre eğitim görmüş bir batılı için bu oldukça rahatsızlık verici bir durumdur.⁷

Meyerhoff, yaptığı saha çalışmasında Luiseno Kızılderililerinden biri olan şifacı Domenico ile çalıştığından bahseder. Hastalarını gördüğü hafta sonlarında, ziftli kağıtla kaplı barakasının üzerine tırmanır, bir bacağını diğerinin arkasına katlayarak öylece dururdu. Meyerhoff bir müddet sonra, Domenico'nun bu davranışı ile kutsal dünyalardaki dengesini gözler önüne sermekte olduğunu fark etmişti. Huichol Kızılderilileri üzerine yaptığı daha sonraki bir çalışmasında, şifacı (onların tabiri ile *mara'akame*) Ramon Medina Silva da denge konusundaki becerisini göstermişti.

Bir öğleden sonra, kaydetmekte olduğumuz hikayeyi hiçbir açıklama yapmaksızın yarıda kesti ve benimle birlikte Huichollerden birkaç dostu da alarak evinin dışındaki bir yere doğru yürümeye başladı. Yahyılarların coşkulu bir şelale ile bölündüğü bu yerde çağlayan su, yaklaşık 300 metre yükseklikten sivri ve kaygan kayalar üzerine akmaktaydı. Şelalenin eteğine geldiğimizde Ramon ayakkabılarını çıkardı ve bu yerin şamanlar için özel bir anlamı olduğunu belirtti. Şelalenin öte yanına geçmeye başlamıştı bile; kollarını iki yana açmış, bedeni öne doğru eğilmiş, başı geride, tıpkı bir kuş misali sık sık durup tek ayağının üzerinde soluklanarak bir kayadan diğerine atlıyordu. Zaman zaman kayboluyor, yeniden belirip sıçırıyordu. En nihayet karşıya varmıştı... Onun bu gösterisi beni ürkütmüş, kafamı karıştırmıştı ama Huichollerin hiçbirinde bir endişe belirtisi yoktu. Kadınlardan biri bana, kocasının bir *mara'akame* olmak üzereyken bunu başaramadığını, çünkü dengesinin eksik olduğunu anlattı. Kocasının sosyal ve şahsi istikrarsızlığından söz ettiğini düşünmüştüm, çünkü alkolikti ve alışılmışın dışında davranışları vardı. O gün orada ustaca bir denge gösterisine tanık olduğumu biliyordum, ama ertesi gün Ramon ile konu üzerinde sohbet ederken neler olup bittiğini daha iyi kavradım. “Bir *mara'akame*, olağanüstü bir



Ramon Medina Silva

dengeye sahip olmalıdır” diyerek kemanının yayı üzerinde gezdirdiği parmaklarıyla bu durumu örneklemeye koyuldu. “Aksi halde hedefine ulaşamayarak ya bu yana düşer ya da diğer yana...” derken, parmaklarıyla hayali bir uçurumdan düşer gibi yaptı ve şu sözlerle sürdürdü konuşmasını: “Karşıya geçmek isteyen bir kimse için yol dardır; eğer dengesi yoksa aşağıda bekleyen hayvanlara yem olur.”⁸

Dengenin önemi Huichollerle sınırlı değildir. Koreli şamanlar arasında, özellikle kadınların çok keskin olan pirinç sapı doğrama bıçakları üzerinde yaptıkları denge dansı vardır ki, bununla ruhsal güçlerle trans halinde iletişim kurduklarını göstermiş olurlar. Keskin bıçaklar; fıçı ve masalarla, kutular ve büyük kavanozlarla desteklenmiş yaklaşık 180 cm yüksekliğindeki bir yığının üzerine yerleştirilir. Bu yığıntılardan oluşan kule, Gök ile Yeri birleştiren dikey eksen temsil eder. Şaman, keskin bıçakların kenarlarını yalayıp onları açık duran ağzına bastırdıktan sonra yığının tepesine koyar. Orada bir saat kadar dans eder ve beş ana yöne dualar sunarak rehber ruhlarıyla iletişime ge-



Koreli Şaman: Pirinç sapı
doğrama bıçaklarının üzerinde
trans halinde danseden şaman
(Fotograf: Edward R. Canda)

çer. Yetkin bir şaman düşmeyecek, herhangi bir yeri kesilmeyecektir. Şamanın tam anlamıyla dengede durabilmesi, fiziksel bağlamda yaralanabilen insanın sınırlarını aşabilmesi, kılavuz ruhlar tarafından desteklendiğinin göstergesi olarak kabul edilir.⁹

Kutsal dengeye erişilmesi, bitkiler kullanılsın veya kullanılmasın kutsal şifacılığın gereksinimlerinden biri ve ayrılmaz bir parçasıdır. Denge, her ülkedeki her gelenekten gelen şifacının bildiği bir konudur. Eğer ki şifacı, ciddi ve korkutucu bir hastalık durumunda dengeyi bulamaz ve onu koruyamazsa şifa veremez; böylelikle kendisi ve yakın çevresindeki herkes hastalığa yakalanabilir.

Denge becerisi, çok özel bir zihinsel odaklanma gerektirir. Ruhun duygusal etkisi ve hastalığın kuvveti, bitkisel ilacın gücünü zihnin ön saflarında tutabilmek, hastanın çektiği acı, şifa törenini başarıyla sonuçlandırmak, kutsal olanın gücünü çekebilmek, tüm bunlar ciddi bir gücü gerektirir ve iyileşme



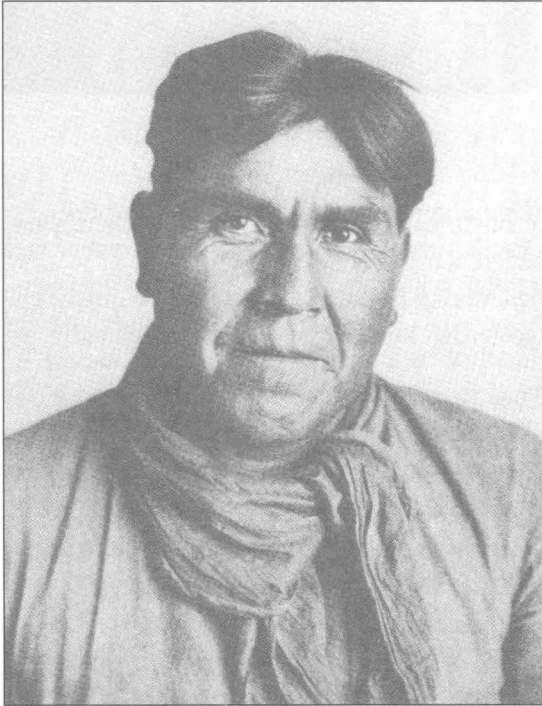
Baykuş Kadın

sürecinde oldukça uzun bir süre boyunca korunmalıdır. Tereddüde düşmenin veya dengeyi kaybetmenin bedeli ağır olabilmektedir.

Aşağıdaki anlatım, Papago şifacılarından Baykuş Kadın'ın (Owl Woman) gücünü ve hastalığı tedavi ederken gösterdiği kutsal dengeyi konu almaktadır.

Baykuş Kadın'ın şarkılarını kaydetmek bütün bir günümü almıştı. Nitekim kayıt cihazına şarkı söylemek istemiyor, öğrencisi Garcia'nın kayıt yapması konusunda ısrar ediyordu. Usulca söylediği şarkıları, yalnızca Garcia'nın hatırlamasını kolaylaştırmak için tekrar ediyordu; sonlara doğru ona eşlik etmeye başladıysa da sesi öylesine alçaktı ki kayıt yapmaya imkan vermiyordu. Güne başlarken, ruh dünyalarına yaptığı ziyaretlerden bahsetmişti; onları anlatırken tılsımlı bir görüntüye bürünmüştü. Tuhaf bakışlı gözleri çok uzakta bir yerleri gözlüyor gibiydi. Hava soğuk olduğundan, Papago kadınlarının başlarına taktıkları

beyaz berenin yanı sıra siyah şalını sıkıca bedenine sarmıştı (resimde de görüldüğü gibi). İlk iki saat boyunca Garcia hiç şaşırmadan, onun kendisine söylediği şarkıları birbiri ardınca söylemeyi sürdürmüştü. Fakat bir süre sonra bazı kelimeleri atlamaya başladı. Papagolar çok konuşkan insanlardı. Yaşlı kadın birdenbire canlanmış, coşkulu bir edayla dolmuştu. Yanımdaki tercümanın dediğine göre, Garcia'ya "birkaç kelimeyi unuttuğu için cesaretinin kırılmaması gerektiğini" söylemişti. Sanki hiçbir şey olmamışçasına devam etmeliydi. Garcia görevini yerine getirmek için çabalıyor, yaptığımız çalışma da ilerliyordu; fakat yaşlı kadın şarkı söyleyen öğrencisine iyice yoğunlaşmıştı. Bu dili anlamayan bir kimse dahi, öğrencisini cesaretlendirdiğini ve ilgisinin dağılmaması için onu desteklediğini fark edebilirdi. Yaşlı kadının berrak, hareketli bir hali vardı ve nükteli sözleriyle herkesi yürekten güldürüyordu. Öğleden sonra Garcia artık istikrarla şarkı söylüyordu söylemesine de yaşlı kadının yüzü yorgundu... Kim bilir kaç geceler boyunca -bir insanın



Siviriano Garcia

titreşmekte olan hayatını seyrederken- şarkı söyleyenleri güçlü kişiliği ile vazifelerinde desteklemişti.¹⁰

Böyle kişisel bir odaklanmayı destekleyecek olan kasların, güç ve becerilerin gelişmesi yıllar alır. Onlar, şifa verebilmek üzere gereksinilen gücün temel ve ayrılmaz bir parçasıdır. Bu süreçte insan, hastalığın alanına girerek onun belirtilerini tanımayı öğrenir. Başlangıçta, yüzleşmek durumunda kalanlar ürkütücü gelebilir. Ne de olsa hastalığın dehşet verici bir yanı vardır: ölüm... İnsanın hastalıkla karşılaştığı anda hissettiği, hastalığa ve ölüme verdiği duygusal ve şahsi yanıtların içsel olarak araştırılması önemli bir meditasyon çalışmasıdır. Bu alanı tanıdıkça korku azalacak, alışıldık bir zeminde olmanın güveniyle adım atmak kolaylaşacaktır.

Bu alan herkese farklı görünür. Görsel ve duysal yönleri, kültürel ve bireysel özellikler tarafından şekillendirilir. Her şifacı bu alanı tanımlarken, eşsiz seslerden, koku ve görüntülerden, tatlar ve duygulardan söz eder; çünkü her şifacı diğerinden farklıdır; dolayısıyla da hastalık alanının betimlenmesi şifacıdan şifacıya değişiklik gösterir. Ama değişmeyen tek bir gerçeklik vardır ki, her bir şifacı o sahayı çok yakından ve de hiç tereddütsüz tanımaktadır.

Sibirya'daki Tavgi Samoyed şifacılarından Sereptie için ruh dünyası betimlemesi şu sözlerle dile gelir:

Hasta bir kimseyi aramaya koyulduğum yol dardır, tıpkı bir iplik gibi. Beni kimin kılavuzladığından habersiz, önümde yalnızca güneş ve ayı görürüm. Dar yolun alt tarafında koni biçimli viran çadırlar vardır; işte bu yolda insanın nefesini ararsınız. Yolun yukarı doğru kıvrılan kısmı bir hayli karmaşıktır. Bunun sebebini bir türlü anlayamam. İyileşecek olan adamın nefesi beyaz bir iplik gibi, ölecek olanın nefesi kara bir ipliğe benzer. O yolda ilerlerken yan taraflara baka baka yürümeye devam edersiniz. Ardından adamın *nil'ti*'sini bulur, onu yanınıza alırsınız. (Nil'ti, insanın yaşamsal özlerinden biridir ve şamanın onu hastalık dünyasından geri getirmesi gerekir.)¹¹

Huicholler için durum bundan biraz daha farklıdır. Eğer ki bir insan *kupun'sini* (yaşamsal özünü, ruh veya canını) kaybetmişse, şifacı olan *mara'akame* onu aramaya gider.¹²

Kişinin bir parçası, ruhunun veya canının bir parçası bazen kaybolur ve uzaklarda bir yerlerden yol bulup geri dönmeye çabalar. Bu ayrılığın farklı se-

bepleri olabilir, fakat ruh onarılmadıkça hastalık devam eder, hatta adım adım daha kötü bir duruma doğru seyrini sürdürür. Pek çok durumda şifacı, ölümler diyarına seyahat eder; ruhu iyileştirip geri getirir.¹³ Ölümler diyarına yapılan seyahat, birçok ülkede, birçok kültürde benzer açıklamalarla tanımlanan bir sahaya kapsar.¹⁴ Hastalık diyarında alçak bir duvar veya sınır bulunmaktadır. O sınırın ötesine geçen kişi genellikle ölüme mahkumsa da, oraya geçerek hayatta kalmayı başarabilen çok az sayıda şifacı vardır. Bazı ülkelerin olağanüstü güçlü şamanlarının o sınırı geçip geri gelebildikleri söylenir. Eğer ki ruh sınırın ötesine geçmemişse, şaman veya şifacı onu sağaltarak kişinin bedenine geri getirir. Aşağıdaki anlatım, sınır çizgisinin ötesine geçip kaybolmuş ruhu geri getiren bir şamanı konu almaktadır:

Yardımcı ruhlarının şefaatinde, Gölge Krallığı'na giden yolu izlemişti. Küçük bir evin yanına gelmişti ki, bir köpeğin havladığını fark etti. Yolun muhafızı olan yaşlı bir kadın, evden çıkarak ona, sonsuza kadar mı yoksa kısa bir müddet için mi geldiğini sormaktaydı. Şaman ona yanıt vermeyerek yardımcı ruhlarına seslendi. "Yaşlı kadının sözlerine aldırış etmeyin, durmaksızın yürüyün." Biraz ötede bir dere vardı. Derede bir kayık, derenin karşı yakasında ise çadırlar ve adamlar durmaktaydı. Ruhlarının rehberliğinde kayığa bindi ve dereyi geçti. İndiği yerde hastasının ölmüş yakınlarının ruhları ile karşılaştı. Onların çadırına girdi; hastasının ruhu oradaydı. Ölü akrabaları ona hastasının ruhunu vermeyi reddettikleri için onu zora başvurarak almak durumundaydı. Sağlıkla yeryüzüne geri getirmek üzere hastanın ruhunu içine çekti ve kaçıp gitmesini engellemek için kulaklarını tıkadı.¹⁵

Tüm hastalıkların kendi özel sahası vardır. Şifacı, söz konusu sahaya girebilmelidir; oradaki belirtileri korkusuzca tanıyıp hastanın ruhuna kılavuz olmalı ve onu oradan çıkarmalıdır.

Kutsal bitkilerin dünyasında, bir bitkinin kutsal gücü ile hasta arasındaki bağlantıyı sağlayan şifacı, ikisi arasındaki aracı konumundadır. Törenlerin ve sürecin dinamiklerini kavrayan ve onlara odaklanabilen şifacı, bu sayede temel kutsal zamandaki gücü şimdiki dünyevi zaman ve mekana taşıyacaktır. Hastanın ruhu böylelikle hastalığın henüz var olmadığı kutsal mekandaki zamana götürülmüş olacaktır. İyileşme sürecine eşlik eden kutsal yardımcı kuvvetler vardır ki, bunlardan biri de bitkilerdir. Bitkilerin bedenindeki şifa verici güç, hasta insanın bedenini kuvvetlendirerek hastalığın barınmasına izin vermeye-

cek hale getirir. Törenlerle ve bitkilerdeki şifa gücüyle insanın ruhu yeni bir düzene kavuşur, böylelikle hastalığın ardında yatan sebep varlığını o kişinin içinde sürdüremez hale gelir.

Borderline kişilik bozukluğu olan bir kişiyi bitkilerle tanıştırdığım ilk günü anımsıyorum. Aşırı kırılgan, son derece huzursuz, 28 yaşlarında bu kadın, boşanma sürecinin en hararetli dönemindeydi ve fazlasıyla öfke duyduğu bir durumu deneyimliyordu. Bir araya gelip konuştuğumuz zamanlarda sıklıkla içindeki boşluk duygusundan söz ediyordu. Sanki koca bir delikti hissettiği ve bedeninin neresinde bulunduğunu bile tarif edebiliyordu. Bu süreçte yardımı dokunabileceğini düşündüğüm bir bitkiden, güçlü ve iç organlarla ilgili bir yanıt almıştım. Bir gün birlikte yürüyüşe çıktık; bir derenin kıyısı boyunca, eski bir ormanın derin gölgelerini yaran güneş ışıkları eşliğinde yürüdük. Kısa bir süre sonra, çok önceden karşılaştığım melekotu bitkisinin yavrularına rastladık. Kadına dikkatle bakıyor, bitkinin onun üzerindeki etkisini izliyordum. Bitkiyi gördüğünde durdu, derin bir nefes aldı. Bedenindeki titreme hali kaybolmuştu. Alnındaki gerginlik, yerini daha yumuşak ve rahatlamış bir görüntüye bıraktı. Bedeninin bir parçası haline gelmiş olan gerginlik yitip gitmişti artık. Gözlerinin bir özelliğiymiş gibi duran katı sabit bakış ise sıcaklıkla dolmuştu. Bana döndü ve yüzünde bir gülümseme ile şu sözleri dile getirdi: “Ne kadar muhteşem!”

Orada öylece otururken, melekotu ile öğrendiğim yoldan sohbet etmeye başladım. Onu yanımdaki kadınla tanıştırdım. Melekotu ile ilgili bildiğim her şeyi de kadına anlattım. Elleri sürekli hareket halindeydi; bitkinin çevresini dört dönüyor, yapraklarına dokunuyordu. Ona aşık olmuş gibiydi. Gözlerini kapatıp gevşemesini ve bitkiyle zihninde konuşmasını salık verdim. Bana aktardıklarına bakılırsa, bitkiyle arasında oldukça yoğun bir ilişki gerçekleşmişti. Bitki ona, uzun boylu, güçlü, olgun bir kadın gibi görünmüştü. Ona bitkiyle bir süre sohbet ettikten sonra, içindeki o boşluğa gelmesi için çağrıda bulunmasını önerdim. Bunu yaptığı anda bedeni doğruldu, yüzündeki küçük kız ifadesi kayboldu ve yerini daha farklı çizgilere bıraktı. Gözlerini açtığında sadece şu cümleyi sarf etti: “Hayatımda ilk kez içimde boşluk duygusu ve yalnızlık hissetmiyorum.”

Sonraki günlerde, bu alıştırmayı defalarca tekrar etmesini istedim. O da günlük görevini yerine getirmek üzere, yürürken sürekli kendi içinde melekotu ile sohbet etmeyi sürdürdü. Ona yanında taşıması için köklerinden bir parça ve içmesi için yine aynı kökten elde ettiğim bir sıvı vermiştim. Epey faydası olmuştu. O her derde deva bir bitki değildi, fakat kadının ihtiyacına yanıt

verecek nitelikteydi. Melekotunu kadınlarla ilgili olarak pek çok kez kullandım ve çoğunda da başarılı oldum. Birçok kadının içinde o tuhaf boşluk duygusunun bulunduğunu fark ediyordum, tıpkı melekotunun sapındaki boşluk gibi... İçindeki boşluk duygusundan veya rahminde (özellikle de aybaşı dönemlerinde), duygusal yaşamında ya da ruhunda bir dengesizlik hissettiği için sıkıntıya düşen kadınlara genellikle melekotu veriyorum.

Kutsal bitkilerle çalışan bir şifacı için, her bitkideki belirgin spiritüel nitelikleri ayırt edebilmek çok önemlidir. Bu anlayış, hastanın yaşamakta olduğu kriz ile eşleştirilir. Bitki ya da bitkiler, iyileştirme sürecine dahil edilir ve ruhları uyandırılarak hasta insan ile tanıştırılır. Eğer ki bu eylemler düzgün bir şekilde yapılırsa, bitkiler hastanın iyileşme sürecine yoldaş olacaklardır. Bitkiler insanların dostudurlar; onlara yardım ellerini uzatmaktan mutluluk duyarlar.

Kuzey Amerika'daki Creek Kızılderilileri, avlanmaya giden insanların hayvanlara gereken saygıyı göstermedikleri için hastalıkların oluştuğuna inanırlar. Kendini savunmak durumunda kalan hayvanlar, insanlara bulaşan hastalıkları yaratırlar. Bitkilerse insanların böylesine acılar çekmesi karşısında üzüntü duydukları için bu hastalıklarla başedecek devalar olmayı kabul etmişlerdi.¹⁶ Cherokee'ler açısından da, mesele bundan çok da farklı değil:

Her ağaç, her çalı ve bitki, hatta her ot ve yosun, adı geçen her bir hastalık için çare olmayı kabul etti ve dedi ki: 'Ben, bana ihtiyaç duyup da çağırarak olan her insanın yanında yöresinde bitmeye hazırım.'¹⁷

Her insanın içinde, tüm yaşam ile iletişim kurma, her bir canlının içindeki arketipi kavrama yetisi vardır. Bitkiler, kendilerini dinleyen bir kimseyle, şifa veren fiziksel ve spiritüel niteliklerini paylaşırlar. İnsan önce bitkilerin kutsal sahaları ile ilgili bilgi edinir; ardından onlarla bağ kurmayı, onları onurlandırmayı öğrenir. Bir sonraki aşamada bitki ilaçları hazırlamayı, hastalığı kavrayıp şifa vermeyi öğrenecektir. Hangi yolun izleneceği veya hangi bitkinin kullanılacağına dair şüphe duyduğunuzda dua edip bitkilerden yardım isteyebilirsiniz.

Eğer ki doktor, hastayı rahatlatarak olan tedavi konusunda tereddüde düşmüşse, bitkinin ruhu ona uygun ilacı önerecektir.¹⁸

Şifa vermeyi öğrenen kimse, ölümle yüzleşmeli, artık ondan korkmama-
lıdır. Tüm insanlar ölümlüdür. Eğer bir insan zamanının ötesinde yaşarsa,

hatta bir kişilik özelliği bile zamanının ötesinde yaşamaya devam ederse, o insan karikatürleşir. Nitekim ölüm, insanın bu alemdeki yolculuğunun ayrılmaz bir parçasıdır; dolayısıyla da şifacının bu gerçeği iyileşme sürecine dahil etmesi gerekir. Şifacı, hastanın yüzleşmekte olduğu krize bir çözüm getireceğine dair sarsılmaz bir inanç ve saygı beslemelidir; getirdiği çözüm 'ölüm' olsa bile... Hastalık alanı, ölüm alanının da kapsar. Ölümün kendine has kutsal boyutlarını keşfetmek ve onlar üzerinde denetim sahibi olmak gerekir. Şifacı, kutsallık, bitki ilişkileri, törenler, hastalığın alanı ve ölüme dair kutsal bir bağ kurabilmiş olmak gibi çeşitli konulara vakıf olmalı, onları doğru zaman ve mekanda uyandırabilmelidir. Öte yandan kendi yerini bilmeli, kibrini ardında bırakmalıdır.

Tüm bunları mümkün kılan, insandaki mevcut güçten daha kudretli bir güç vardır. Bu öğretiyi için kimbilir kaç yıl gerekir! Bu, insan ifadesinin kadim arketipidir. Birçok konuda olduğu gibi bu alan da günümüzde dünyevileştirilmiş, parçalarına ayrılmıştır. Fakat kutsal bitki tıbbı gibi, bu alan da yeniden öğrenilebilir. Atalarımız bu yoldan daha önce geçmiştir.



ŞİFAYI TOPRAK'IN

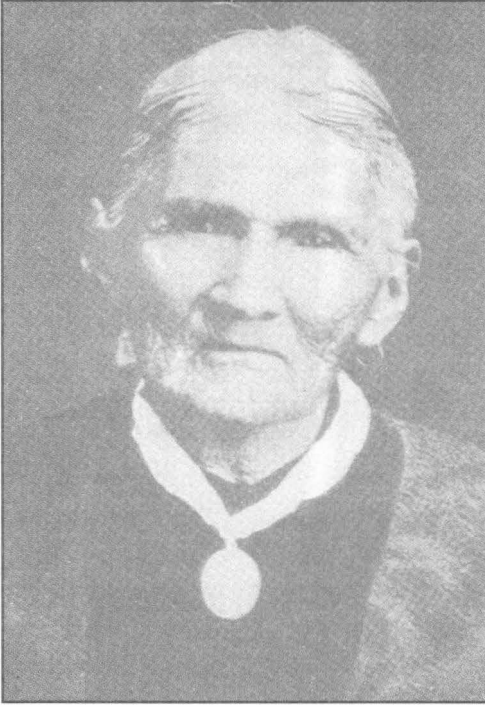
DERİNLERİNDEN ÇIKARMAK

Tıbbi Bitkileri Yabanıl Doğadan Toplama Sanatı

Natawika için, tıbbi bitkileri düzenli olarak toplamak, bir çiftçinin ekinlerini mevsiminde hasat etmesi kadar olağan bir alışkanlıktı. Birçoğunu evinin yakınlarından toplardı. Kökleri itinayla yıkar, fazlalıklarını kırpardı. Daha büyük olanlar boydan ikiye kesilir, bir ipe bağlanır ve kuruması için yüksek bir yere asılırdı. Küçük köklerle evinin batısındaki uzunca bir masanın üzerine yayılıp güneşte kurumaya bırakılırdı. Burada şifalı bitkilerini de hazırlardı; onları kökleri havaya doğru bakacak şekilde baş aşağı asar, kuruturdu.¹

—FRANCES DENSMORE

Toprak'a ve bitkilere gidip onlardan şifa derlemek isteyen bir kimsenin itinayla ve bilgiyle hareket etmesi çok önemlidir. Şifalı bitki toplamaya giden yerli halklar, dünyanın dört bir yanında da olsa benzer kutsallıkta bir yaklaşım sergilemişlerdir. Kimi teknik konularda farklılık gösterebilirler dahi yaklaşımlarının temelindeki zihinsel tutum aynıdır. Oysa bitkileri ticari bir unsur olarak görmeye başlayanlar açısından düşüncesizce bir hasat etme durumu ortaya çıkmaktadır. Bitkilerin dünyasına girdiğiniz zaman gördüklerinizle ilgili bir anlayış geliştirebilmeniz aylar, hatta yıllar sürebilir. Onların arasındaki derin bağlardan öylesine uzun bir müddet uzak kalmışız ki, onları kavrayabilmemiz



Natawika

kolay olmayacaktır elbet! Öğrenme sürecinin uzun olduğunun ve bu alana bir öğrenci konumunda girdiğinizin farkında olmalısınız.

Belki de öğrenmenin en iyi yollarından biri, “bir dağ gibi düşünebilmek”tir. Bu ifade, *A Sand County Almanac* kitabının yazarı Aldo Leopold’a ait. Kitabında “bir dağ gibi düşünmeyi” öğrendiği ilk anı anlatan Leopold, dünyadaki varlıkların birbiri ile karşılıklı ilişkisini de ilk o zaman keşfettiğinden söz eder.

Yazar sözettiği zamanda bir arkadaşı ile öğle yemeği yemektedir. Birden bire, hemen biraz aşağıdaki derenin içinde geyiğe benzettikleri bir şeyin akıntıya karşı yüzmekte olduğunu görürler. O şey en nihayet onların bulunduğu kıyıya vardığında, onun bir geyik değil kurt olduğunu fark ederler. Anne kurdun ardı sıra yavruları da neşe içinde onun yanına varırlar. Leopold ile arkadaşı tüfeklerindeki mermileri birbiri ardınca ateşlemeye koyulurlar. İkisi de ‘kurtlar azalırsa insanlar tarafından avlanabilecek geyik sayısı artar’ diye düşünmektedirler.

Ateş etmeyi bıraktıklarında, anne ile yavrulardan biri ölümcül yaralar almış, diğer yavrular ise ortadan kaybolmuştur. Leopold hadiseye dair şu sözleri dile getirir: “Son nefesini vermekte olan anne kurdun yanına geldiğimizde, gözlerindeki yeşil, öfkeli ateşi görebilmiştik. O zaman, onun gözlerinde, benim için o an yeni– ama şimdi çok iyi bildiğim- bir şeyi fark ettim. Yalnızca anne kurdun ve dağın bildiği bir şeydi bu...”²

Daha sonraki yıllarda kurt neslinin giderek tükendiğine tanık olan Leopold, bir yandan da aç gözlü ve dizginsiz iştahlı geyiklerin dağları birbiri ardınca istila ettiklerini görmüştü. Ekosistemde yaşayan varlıklar arasında bir ilişki vardır ve bu ilişki, göze görünmese de olağanüstü büyük bir gücü barındırmaktadır. “Şifayı toprağın derinlerinden çıkarmak” üzere olduğunuz zaman bu güce yaklaşmış bulursunuz kendinizi. Onunla yakınlaşırken onun neye yaradığını görmeyi öğrendiğinizde sevgi ve saygı ile ona hürmet etmeniz kendiliğinden olur. Böylesi bir yaklaşım ve anlayış, şifayı aramanın ve bitkileri hasat etmenin temelindeki unsurdur.

Bilinen hastalıkların birçoğu, yalnızca on bitkinin bilgisiyle tedavi edilebilir mahiyettedir. Kimi şifacılar yalnızca bir veya iki bitkiyi³ tanır, kimiyse binlercesini⁴; ama on bitkiyi tanımak, genellikle yeterlidir. Çok uzaklardan gelen bitkileri tanımanın pek bir önemi yoktur; yaşadığınız çevrede, parklarda veya evinizin arka bahçesinde yetişen bitkiler, ihtiyaç duyduğunuz iyileştirici gücü tam anlamıyla taşır vaziyettedirler. Hatta onlar daha yararlıdır. Ne de olsa onlar ve siz aynı toprakta, aynı ekosistemin içinde bir yaşam sürmektesiniz. Aynı sudan içip aynı havayı solumaktasınız. Başka bir deyişle, aynı topluluğun bir parçasısınız. Çevrenizdeki bitkilerle ilişkiye geçtiğiniz zaman, yaşadığınız toprakla aranızda bir bağ kurmuş olursunuz. Yıllar boyu aynı bitkileri aynı yerde görür, aynı topraktan toplarsınız. Üstelik de bu bitkilerdeki iyileştirici güce dair bilginiz yıldan yıla derinleşirken, onlar hakkında birçok farklı şey öğrenirsiniz. Bir yandan da onlardaki iyileştirici gücü uyandırma beceriniz artacaktır.

Her bir bitki topluluğunda, o bitki topluluğunun türediği büyükanne ve büyükbaba bitkiler vardır. Bu bitkilere dokunmamak gerekir. Onlar sıklıkla bayırların üstlerinde yetişerek tohumlarını aşağılara doğru bırakırlar. Aralarında binli yaşlara erişmiş olanların bulunduğu bu ata bitkiler, ehil olmayan birinin gözüne diğerlerinden farksız gibi görünür. Oysa buzul çağlarından beri bu dünyadaki varlıklarını sürdüren kimi ata bitkiler, insanların bu karalar üzerindeki ilk adımlarına dahi tanık olmuşlardır. Güney batı çöllerinde yetişen bir çalı olan Chaparro (cahaparral-Chaparro amargosa) bitkisinin karbon yaşının

12.000 olduğu saptanmıştır.⁵ Ondan daha yaşlı olanları da vardır. Bylesı bir yaş ve bilgelıgın huzuruna varırken alçakgönüllü olmalısınız.

Ata bitkilerin rahatsız edilmemesi gerekir. Onlar, tütün ve yakı dumanıyla, dua ve tören ile onurlandırılmalıdır. Bylesı bir bitki ile karşılaştıgınızda, onun arketipi ile karşılaşmışsınız demektir ve bu büyük bir gücü barındırır içinde.

Yaşlıların yanı sıra yetişen genç bitkiler ve onların sürgünleri, ilaç yapmak ve beslenmek amacıyla toplanacak olanlardır. Onlara dua ve tütün sunmalısınız. Eger kökünü toplayacak olursanız, bunun doğal bir neticesi olarak bitkinin ölme ihtimali yükselecektir. Onun sizin ihtiyaçlarınız ğrunda yaşamını feda ettiğini hatırlamalı ve saygı duymalısınız. Osha gibi bazı bitkilerin kökleri çok uzun olduğundan köklerini tamamıyla çıkarmak oldukça gttr. Bu, bitki açısından yararlıdır, çünkü bu sayede kırılarak içeride kalan kök büyümeyi sürdürerek bir sonraki yıl ve sonrasında yeniden sürgün verebilecektir. Daha başka bitki türleri için durum bundan farklıdır. Köklerinin kazılmasıyla birlikte bitki lme terk edilmiş olur. İşte bu sebepten, birçok insan köklerin sonbaharda toplanması gerektiğini hisseder, çünkü o zaman bitki tohumlarını atmış olacağı gibi yaşamsal gücü de toprağın altına dönmüş olacaktır. Buna karşın baharda kazılması gereken kökler de vardır. Onlar bahar mevsiminde daha güçlüdürler, dolayısıyla o zaman toplanmaları daha faydalıdır. Birçok insan bitkilerin kışın uyuduklarını düşünür; halbuki bitkinin kökleri durmaksızın ilerlemekte ve bahar mevsiminde yeni bitkiyi ve tohumları oluşturmak üzere gereksindiği kuvveti bedeninde biriktirmeyi sürdürmektedir. İlkbaharda birçok bitkinin kökü daha besili, daha canlıdır. Osha bitkisi için de aynı durum geçerlidir.

Bitkileri hasat etmeye başladıktan sonra, zaman içinde hangilerinin baharda, hangilerinin sonbaharda toplanması gerektiğine dair tecrübeniz artacaktır. Kızıl kök (*Red root- Ceanothus Americanus*) gibi bazı kök bitkiler, sıkı bir don düşer düşmez sonbaharda toplanmalıdır. O dönemde kökün i kabuğu parlak bir kıvıllığa erişirken kökün dış kısmındaki beyaz rengin üzeri pembe lekelerle bezenir. Bu kökten elde edilen tentür* veya çay koyu kırmızı renkte olurlar ve sonbahar köklerinden yapıldığı zaman çok daha güçlü bir etki gösterirler. Köklerin büyük çoğunluğu, güneş görmeyen havadar bir yerde kurutulmalıdır. Onları her gün gzlemeli, dokunmalı, onlarla aranızda oluşan yakın bağı korumalısınız.

(*) Bir veya birden çok bitkinin alkolde bekletilmesi sonucu elde edilen sıvı (.n).

Bir kök çıkarmak üzere kazdığınız toprağı, kökü aldıktan sonra çukura geri doldurun. Eğer bitki tohuma durmuşsa tohumları silkeleyin. Kökün üzerindeki toprağı ise elinize veya dizinize çarparak temizledikten sonra sağlıklı olup olmadığını denetleyin. Kökün canlılığına ya da çürüyüp bozulmuş olmadığına dair bir duygu uyanmalı içinizde. Köklerin çoğunu yıkamak gerekmez. Corallorhiza (*Coral Root- Corallorhiza maculata*) bu duruma bir istisna teşkil eder. Onun beyaz mercanlara benzeyen kökleri toprağı öylesine dolanmıştır ki, onları bir süzğüde yıkamadan toprağını arıtmak neredeyse imkansızdır. Ben tüm kökleri bir kurutma tepsisine koyarım. Kimi insanlar küçük kökleri bir araya bağlayarak asmayı tercih ederler. Daha büyük köklerin ikiye kesilmesinde fayda vardır; böylelikle çürümesinin önü alınmış olurken kuruması kolaylaşacaktır. Yapışkan ve nemli yapıdaki kökler, diğerlerine göre daha uzun bir zamanda kurur. Toplayacağınız kök iki yıllık bir bitki ise onu ilk yılın sonbaharında veya ikinci yılın ilkbaharında hasat etmelisiniz. Kökler uzun yıllar sonra güçlerini kaybetseler de, bu durum bitkiden bitkiye değişiklik gösterir.

Eğer bitkinin yaprak ve sap gibi toprak üstü kısımlarını toplayacaksanız, onlara dokunmalı, onları kesmeden önce güzelliklerini takdir edip sevinç duygunuzu deneyimleyecek kadar zaman tanımalısınız kendinize. Onları toplanmanın en iyi vakti, sabahın erken saatleridir ki henüz güneşin yaprakları buruşturmadığı o saatlerde bitkilerin üzerinde hala çiğ taneleri bulunur. Onları kurutacaksanız, küflenmelerini engellemek üzere çok da büyük olmayan demetler halinde bağlamalı, güneş görmeyen havadar bir yere baş aşağı asmalısınız. Bitkileri topladığınız civarda köklerin kalmış olmasına özen göstermelisiniz ki bu sayede bir sonraki yıl yeniden sürgün verebilsinler. Hydrastis (goldenseal- *H.canadensis*) ve Amerikan ginsengi (*Panax quinquefolium*) gibi bitkilerin toprak üstü kısımlarının toprak altındaki kökleri kadar etkili olduğunu da bilmenizde yarar vardır. Bu bitkilerin yaprak kısımlarının hasat edilip satılmamasının sebebi, dükkanlardaki saklama sürelerinin çok uzun olmamasıdır. Yapraksı bitkiler suda yıkanmamalıdır; yalnızca silkelenip el yardımıyla tozları alındıktan sonra kurutulmaya bırakılmalıdır. Eğer üzerlerinde böcekler varsa, onları daha sert bir şekilde silkelemek gerekir. Toprak üstünden toplanan bitkiler bir yılın sonunda kuvvetlerini kaybederler. Dolayısıyla her yıl yenilenmek ihtiyacındadırlar.

Ağaç kabuklarını toplanmanın en iyi zamanı sonbahardır çünkü yılın diğer mevsimlerinde kolayca ağaçtan ayrılmayabiliyorlar. Ben ağaçlardan uzun dallar kesmeyi tercih ediyorum. Böylelikle ağacın bütünlüğüne dokunmamış olu-

yorum ve ağaç sağlıklı biçimde büyümeye devam edebiliyor. Dalın üzerinden kabuğunu hiç vakit kaybetmeden soymalı, kurumasına izin vermemelisiniz. Soyduğunuz ağaç kabuklarını güneş görmeyen havadar bir yerde kurutmalısınız. Ama beyaz söğüt gibi bazı ağaç kabukları, birkaç saat güneşte kalmaktan oldukça fayda görür. Bir süre güneş ışığını hissetmeleri için bırakıldıklarında söğüt kabukları, kendilerinin ve şifalarının bir parçası olan kokularını daha da güçlendirirler.

Bitkileri hangi yerlerden topladığınıza dikkat etmelisiniz. Çok büyük miktarlar toplamamanızda yarar vardır. Nitekim Corallorhiza gibi kimi bitkiler sayıca nadirdirler; görebildiğiniz dört bitkiden yalnızca birini hasat etmelisiniz. Hissettiklerinize kulak verin ve ilaç olarak kullanacağınız kadarını alın. Bitkiye, ne kadarını toplayabileceğinizi sorun. Her zaman uyanık olun; nereden bitki hasat ettiğiniz konusunda dikkatli olun. Şimdilerde toprağın hastalanmış olduğu durumlarla karşılaşmak işten bile değil. Böyle bir yerden toplayacağınız bitki de hastalıklı olacaktır.

Bütün halinde saklanan bitkiler, kırılıp ufalanmış veya toz haline getirilmiş bitkilerden daha uzun süre korurlar güçlerini. O halde bitkileri olabildiğince bütün halinde muhafaza etmeye özen göstermelisiniz. Onları elinizden geldiğince güneşten ve havadan uzak tutmalısınız. Birçok toplumun geleneğinde bitkiler, evin ya da herhangi bir meskenin girişlerine asılır, kış boyu kullanılırdı; ta ki ertesi yıl yenilenene değin...

Topraktaki şifayı bulup çıkarmak, öğrenilen ve sistematik bir yetenektir. Nitekim hatırlanması gereken pekçok şeyin yanı sıra geliştirilmesi gereken birçok yeteneği de içine alır. Bu konuyla ilgili olarak çeşitli insanlar, çeşitli yollar izlemektedirler. Bu tıpkı ahşap veya deri işleme zanaatı gibi bir zanaattır. Kalbinizle duyguyu anımsar, ruhunuzla ruh halini, zihninizle de topraktan bulup çıkarmanın ayrıntılarını hatırlarsınız. Yabanıl doğadan bitki toplama sanatına ilişkin pratik bilgiler rehberini Ek bölümünde bulabilirsiniz.

O henüz bir çocukken, annesi ona bitkilerin kullanımını öğretmeye çalışır, dikkatini veremediği anlarda kulak memesinin birine bir iğne geçirirdi. Eğer umursamazlığını sürdürürse diğer kulağını da delerek şöyle söylerdi: “Şimdi artık ne dediğimi daha iyi dinlersin.” Annesi ona bitkileri ve onların nasıl kullanıldığını hatırlamasını öğütlerken şu konuşmayı yapmıştı: “Ben öldükten sonra, doktordan şifa bulamamış yardıma muhtaç olan hasta bir kimse sana gelerek Natawika'nın ilaçlarını sorabilir.” Her hizmetin bir karşılığı olduğunu bilen Harriet annesini



Harriet Longley

şu sözlerle yanıtladı: “Bunun karşılığını ödeyemem, ama bu bitkileri kullandığımda masaya bir tabakta tütün bırakır, senin ruhunun gelip onu içtiğini hayal ederim.” Annesi: “Sen bana şimdiden karşılığını vermiş oldun.” diyerek karşıladı onun sözlerini. Bu talimatların neticesinde Harriet, 1929 yılına dek 56 bitki ve ağaç türüyle ilgili bilgi toplamış, onların nasıl kullanılacağına dair açıklamalarda bulunmuştu. Eğer bu toplama işi daha geniş bir alana ve daha uzun bir zamana yayılsaydı, çok daha yüksek bir rakama ulaşılabilirdi.⁶



BİTKİLERİ İLAÇ

HALİNE GETİRMEK

Herbalizmin Teknolojisi

Bir kovanın dörtte birini sıcak su ile doldurdu; üç bitkiden oluşan toz halindeki karışımdan bir küçük kaşık dolusu alıp kovanın içindeki suyun doğu yüzüne bıraktı ve şöyle dedi: “Wa'bunong (Doğuya)”; ardından güneyine koyarak şu sözleri söyledi: “Ca'wunong (Güneye)”... en nihayet batıya ve kuzeye de koyarak şöyle seslendi: Ningbi'anong (Batıya), Kiwe'dinong (Kuzeye)... Böylelikle suyun yüzeyi dört küçük toz öbeği ile donandı. Bunun üzerine esas terkinin bulunduğu kapalı keseyi açtı, bir kaşığa doldurduğu az miktarı her bir öbeğin orta yerine itinayla serpti. Yine dört bir yönün doğusundan başlayıp kuzeyinde bitirdi, fakat bu kez dört ana yönün isimlerini anmadı. Bitki terkiibi kısa bir müddet sonra suyun içinde eriyip kayboldu. Kimileri bu terkinin daha güçlü bir tat vermesi için onu kaynatmak gerektiğini düşünse de Main'gans'a göre artık ilaç hazırды. Ona göre tadı yerindeydi ve günde dört kez küçük miktarlarla başlayıp zaman içinde miktarı artırmak gerekiyordu. Yazara verdiği ilacın tamamı onun belirlediği ölçü kabına göre alınmalıydı. Kayın ağacı kabuğundan yapılma bu ölçü kabı bir yemek kaşığı miktar alır. İç taraftaki çizimler hayvanları simgeler ve bu ölçünün bu ilaç için geçerli olduğunu belirtir.

—FRANCIS DENSMORE

Tıbbi bitkiler genellikle dört türlü kullanılır (kaldı ki bu daha farklı kullanımların dışlandığı anlamına gelmez): Soğuk veya sıcak suda demleyerek;

alkol ve su karışımı içinde bekleterek tentür halinde; bitkinin gücünün bir yağa aktarıldığı merhem halinde; veya bitkiyi değişime uğratmadan kökünü çiğneyerek, yiyerek ya da bitkiyi toz haline getirip doğrudan veya kapsül biçiminde yutarak...

Bitkiyi bir halden başka bir hale getirerek ilaç olarak kullanırken, her aşamada ona dualar okumak çok önemlidir. Alkolde beklettiğiniz bir bitkinin yanında otururken, henüz topladığınız bütün halindeki bir bitkinin yanında hissettiklerinizden daha farklı duygular içinde olursunuz. Böyle bir durumda, bitkinin gücünün biçim değiştirdiği halin içinden yansıyabilmesi için, onun ruhuna dua ve tören aracılığı ile seslenerek onu yeniden gerçek bir ilaç haline dönüştürmek gerekir.

Demleme ve Kaynatma

Demleme; bitkiyi ister soğuk, ister sıcak (ama kaynamayan) suda bekletmekle olur. Kullandığınız su, bulabildiğiniz en saf su olmalı, musluk suyu olmamalıdır. Yağmur suyu, sağlıklı su pınarları ile su kuyuları ya da saflaştırılmış sular yararlıdır. Uçucu yağları bakımından güçlü olan bitkiler (temel yağlar ve parfümler gibi güçlü kokuya sahip olanlar) en iyi soğuk suda bırakılır özlerini. Diğerleri için sıcak su daha elverişlidir. Onların belli bir süre suda bırakılmaları gerekir. Bitkinin içinde durduğu suya özündeki unsurları salması için 15 dakika ile gece boyu arasında değişen bu bekletme süresi bitkiden bitkiye değişiklik gösterir. Camdan veya kilden yapılmış kaplar soğuk veya sıcak suda çözülecek bitki açısından daha uygundur. Sıcaktan kırılıp çatlamayacak cam kaplar, kapaklı kavanozlar, bitkideki özlerin uçup gitmesini sağlar.

Sıcak Demleme'ye Bir Örnek

Genel besleyici özellikleri için kullanılan bu demleme, özellikle menopoz dönemindeki kadınlara önerilir.

Kurutulmuş, kesilip elenmiş ısırgan, yulaf samanı, kırmızı karanfil, alfalfa* (Medicago sativa), atkuyruğu ve naneden yarımşar kilo alın ve karıştırın. Karışımdan bir kahve kupası ölçüsünde alıp çeyrek litrelik kaba koyun; üzerine

(*) Bir yonca türü (ç.n.).



Main'gans

sıcak su ekleyip kapağını kapatın. Sabahleyin karışımı süzerek bitkilerden ayırın ve iki gün boyunca bu bitki suyunu için. Bitkilerden elde ettiğiniz suları iki günden fazla saklamamalısınız, çünkü bozulmaya başlayacaklardır.

Burada kural, 60-70 kg. civarında gelen insanların bu sıvıdan günde iki fincan kadar (yaklaşık 600 gr.) içmeleridir.

Sıcak su ile hazırlayacağınız demlemeler için şöyle bir yol izleyebilirsiniz:

YAPRAKLAR: Her dörtte bir litre suya 40 gr. kadar yaprak konulup ağzı sıkıca kapatılır ve dört saat bekletilir. Kalın yapraklar daha uzun süre suda kalmalıdır.

ÇİÇEKLER: Her dörtte bir litre suya 40 gr. çiçek konularak 2 saat boyunca bekletilir. Taç yaprakları ince olan çiçekler daha az zamana ihtiyaç duyarlar. 1

TOHUMLAR: Yarım litre suda 40 gr. tohum yarım saat boyunca bekletilir. Rezene gibi kokulu tohumların daha az bir zamana ihtiyaçları varken (15 dakika kadar), kuşburnu gibi tohumların 3-4 saat bırakılması gerekir.

AĞAÇ KABUKLARI VE KÖKLER: Yarım litre sıcak suya 40 gr. konulur ve sekiz saat boyunca bekletilir. Kırmızı karaağaç gibi bazı kabuklar için bir veya iki saat yeterlidir.

Sıcak veya soğuk suda farklı sonuçlar veren bitkileri soğuk suda demlemek daha elverişlidir. Mesela sıcak suda acılık veren civanperçemi, soğuk suda bekletildiğinde acılık vermemektedir. Civanperçeminin antispazmodik özelliğe sahip aromatik ögeleri soğuk suda çözünürken, bitkinin acılık veren ögeleri açığa çıkmaz.

Soğuk demleme hazırlarken sıcak demleme için izlenen yöntemler uygulanır, fakat her bitkinin suda kalacağı süre yine kendine özgü olacaktır. Bu sürelerle dair tecrübeyi zamanla edineceğiniz gibi bitkilere ilişkin birçok kitapta da bu konuyla ilgili kılavuz bilgi bulabilirsiniz (öneriler için Okunması Önerilen Kitaplar ve Bitki Kaynakları bölümüne bakın).

Kaynatma yoluyla bitkiyi çözeltme, suda bekletme yönteminden çok daha etkili olabilir. Bu yöntemle ilgili olarak izlenen genel yol 40 gr. bitkinin 3 fincan (1,5 litre) suda kaynatılmasıdır; ta ki su miktarı yarılanıncaya dek... Çelik tencere veya cam haricinde alüminyum kullanmamaya özen göstermelisiniz. Bitkinin miktarı, kullandığınız bitkiye bağlı olarak bir çorba kaşığı ile 500 gr. arasında değişebilir. Kaynatılarak elde edilen bitkisel sular, iki günden fazla olmamak kaydıyla buzdolabında saklanabilirler.

Bitkileri Tentür Haline Getirmek

İçilebilir tentürler, taze veya kuru bitkilerin alkolde veya su katılmış alkolde bekletilmesiyle elde edilir. Bitkiler taze olduklarında belli oranda su içerirler. Taze bir bitki 95 derecelik saf alkole konulur; iki ölçü alkole bir ölçü bitki yeterlidir. Şöyle ki: Eğer bir kavanoza 100 gr. civanperçemi koyarsanız üzerine 200 gr. saf alkol ilave edersiniz. Vida kapaklı kavanozlar bu uygulama açısından elverişlidirler. Kapağını kapattıktan sonra kavanozu iki hafta boyunca güneşte bırakmalısınız. Bu sürenin sonunda kapağı açar, içindeki sıvıyı bir tülbent yardımıyla süzüp iyice sıkarsınız; ta ki bitkilerin içinde hemen hemen hiç sıvı kalmayana dek... Alkol, bitkinin barındırdığı tüm suyu dışarı çeker. Dolayısıyla elde edeceğiniz bitki tentürü, alkol ve su karışımından oluşmuş olacaktır. Ben genellikle taze bitkileri kıyıp küçük parçalar halinde kesmem. Pekçok herbalist bu şekilde bir yol izlemeyi tercih eder, çünkü bu sayede bit-

kinin daha geniş bir yüzeyinin alkol ile temas etmiş olacağını, dolayısıyla da daha güçlü bir tentür elde edeceğini düşünür. Benim çalışmalarım da bitkiler bütün kalmayı tercih ediyor. Ben çoğunlukla taze köklerden tentür yapmam. Eğer yapacak olursam da onları küçük parçalara ayırırm. Eğer bitkinin toprak üstündeki kısımlarından bir tentür elde etmek istersem de onları olabildiğince bütün halinde bırakırım. Herkes en elverişli yöntemi kendisi bulmalıdır.

Bitkiler kururken, özlerindeki nemli içeriği kaybederler. Birçok tıbbi bitkinin içerdiği nemi listeleyen tablolar vardır; bunlar arasında, Michael Moore'un Güneybatı Botanik Okulu tarafından hazırlanan tablo iyi bir kaynaktır. Mürrüsafi sakızı/mirra (myrrh gum - commiphora myrrha) gibi bazı bitkiler hiç su içermezken, nane gibi bitkiler fazlasıyla su içerirler. Kuru bitkilerden bir tentür hazırladığınızda, ona, bitkinin taze olduğunda içerdiği miktar kadar su katmalısınız.

Kuru bitkilerden elde edilecek tentür, genellikle 5 ölçü sıvıya bir ölçü bitki eklenerek hazırlanır. Mesela osha kökü ağırlık olarak %30 su içerir. Eğer ki 100 gr. toz haline getirilmiş osha kökünüz varsa, ona 500 gr. sıvı, yani, 350 gr. %30'luk alkol ve 150 gr. su eklersiniz. Bu karışımı hazırlarken de musluk suyu kullanmamalısınız; saf su gereklidir. Kuru bitkiler olabildiğince ince öğütülmeli, mümkünse bir öğütücü kullanılmalı. Onları, kullanılacağı zamana kadar bütün halinde saklamanız daha uygundur. Tentür haline getirmek için, onları iki hafta boyunca beklettikten sonra kavanozun kapağını açar, bitkiyi süzersiniz.

Taze bitkilerle çalıştığınızda, neredeyse koyduğunuz kadarını geri alırsınız, fakat kuru bitkiler ve özellikle de kökler söz konusu olduğunda elinizden geldiği kadarını geri alabilirsiniz. Tentürlerin koyu renkli cam kavanozlarda saklanması daha uygundur. Bu sayede güneş ışığıyla birlikte meydana gelebilecek olan kimyasal yıkımın önünü almış olursunuz. Bu şekilde muhafaza ettiğiniz tentürleri yıllarca saklayabilir, başka tentürlerle karıştırıp (az da olsa bazı tentürler birbiri ile uyum sağlamayabilir) ilaç olarak hazırlayabilirsiniz. Uzun süre dayanabildikleri ve kolaylıkla hazırlanabildikleri için birçok herbalist tentürleri tercih etmektedir. Tentürleri kullanırken hangi miktarlarda alınacağına değinen birçok bitkisel kaynak bulabilirsiniz. (Kaynaklar bölümüne bakınız...)

Mide Ekşimesi Durumunda Kullanılabilecek Tentür Karışımı:

Her birinden 10 mililitre olmak üzere: civanperçemi, poleo nanesi veya İngiliz nanesi ve dağ çayı (betony- stachys türü) 40 gr'lık koyu renkli ve damlalıklı bir cam şişeye koyun. İhtiyaca göre 1/3 ila ½ damlalık kadar kullanın. Bu karışım mide ekşimesi ya da bulantıyı birkaç saniye içinde dindirecektir.

Merhemler İçin Bitki Özlü Yağlar Hazırlamak

Bir merhem yapabilmek için gereken ilk adım, bitkinin tıbbi öğelerini bir yağ temeline aktarmaktır. Bunun ardı sıra, elde edilen bitki özlü yağ balmumu ile yoğunlaştırılıp çok da katı olmayan bir kıvama getirilir.

Kurutulmuş bitkilerden bitki özlü yağ elde edebilmek için, kullanacak olduğunuz bitkiyi elinizden geldiği ölçüde ince toz haline getirmelisiniz. Öğütüğünüz bitkinin tozunu ateşe dayanıklı bir cam tencereye koyduktan sonra üzerine yağ ilave edin. Zeytinyağı iyi bir tercih olacaktır. Bitki tozunu yağ ile iyice karıştırın, üzerini 1cm. kadar geçecek şekilde biraz daha yağ eklemeniz gerekebilir. Bu karışımı sekiz saat fırında düşük ısıda pişmeye bırakın (gece boyunca). Kimi şifalı bitki uzmanları bitkiyi 10 gün boyunca 100 derecede pişirmeyi tercih ederler. Pişirme işi tamamlandığında, yağı sağlam bir kumaş yardımıyla iyice süzüp sıkmalısınız.

Taze bitkilerden bitki özlü yağ elde edebilmek için, bitkileri koyu renkli cam bir kavanoza koyup üzerini örtecek kadar yağ ilave edin. Yağ oranı öyle olmalı ki, bitkilerin hiçbir yeri hava ile temas etmemeli. Bitkiyi bu şekilde iki hafta boyunca güneşte bekletin. Ardından bitkileri bir tülbent yardımıyla sıkıp süzülen yağın oturmasını bekleyin. Aradan geçen bir günün sonunda, bitkilerin içinde doğal olarak bulunan suyun dibe çöktüğünü göreceksiniz. Yağı bir başka kaba alıp suyu dökmelisiniz. Kimi şifalı bitki uzmanları, bitki özlü yağ elde etmeden önce, bitkileri 24 saat boyunca, yaprakları üzerine döktükleri az miktardaki alkolde bekletmeyi uygun bulurlar. Ardından da yağı ilave edip iki hafta bekletir ve süzerler. Bu şekilde süzülen bitki özlü yağdan geriye suyla birlikte alkol de kalır.

Merhem Yapmak

Bitki özlü yağı bir cam kaba veya çelik tencereye koyun. Ocağın üzerinde kısık ateşte ısıtın. Isınmış olan yağa küçük parçalar haline getirdiğiniz balmumunu ekleyin (bir fincan yağa 75 gr. olmak üzere...). Bazıları balmumunun rendeler, ama ben onları birkaç parçaya bölerek ilave etmeyi tercih ediyorum. Balmumu eridiğinde, birkaç damlasını küçük bir tabağa damlatarak soğumaya bırakın. Dokunun - çok yumuşaksa biraz balmumu, çok sertse biraz daha yağ ekleyin. Karışımı bir kavanoza boşaltıp üzerini kapatmaksızın soğumaya bırakın. İyi bir yara merhemi yapmak için aşağıdaki bitkileri kullanabilirsiniz:

1 litre zeytinyağı	37 gr. Turnagagası
55 gr. Karakafes otu (comfrey - Symphytum türü)	18 gr. Osha
kökü	18 gr. Usnea (Ağaç likeni)
27 gr. Ekinezya	1 tatlı kaşığı E vitamini
37 gr. Chaparral (çalı bitkisi)	148 gr. Balmumu
18 gr. Dulavratotu (burdock - Arctium lappa)	

1. Ağır bir kaba yağ koyun. Alüminyum veya dökme demir kullanmayıp cam veya çelik kullanmayı tercih etmelisiniz.
2. Tüm bitkileri olabildiğince ince toz haline getirin.
3. Yağa bitkileri ekleyin.
4. Düşük ısıda bütün bir gece fırında bırakın.
5. Fırından alıp soğumaya bırakın; ardından da yağı süzüp bitkilerden ayırın.
6. Tencereyi temizledikten sonra yağı yeniden tencereye koyup ocağın üzerinde kısık ateşte ısıtın.
7. 148 gr. balmumunu tartıp ilave edin. (Genellikle her yarım litre yağ için 74 gr. balmumu kullanmak gerekir.)
8. 1 tatlı kaşığı E vitaminini ekleyip karıştırın.
9. Merhemi küçük merhem kavanozlarına koyup üzerine etiket yapıştırın.
10. Eğer merheminize koku katmak isterseniz, herhangi bir yağ esansını ekleyebilirsiniz.

Kimi yaralara, nemli olan merhemler iyi gelmeyebilir; ben böyle durumlarda, yaranın üzerine doğrudan bitki tozu koymayı tercih ediyorum. Yara merhemi yapılırken kullanılan bitkiler toz haline getirildiklerinde, kanamayı durdurup hızla iyileşmeyi sağlarken bir yandan da iltihaplanmayı önüyorlar. Yara iyileşmeye başladıktan sonraysa artık merhem bu süreci tamamına erdiliyor.

Karakafes otu kökü, hücrelerin süratle iyileşmesine öncülük ederek yaranın iz bırakmadan kapanmasını sağlıyor. Ekinezya, usnea, chapparal ve osha bakteri, mantar ve virüslere karşı etkin ögeler içermektedirler. Dulavratotu bitkisi cilt için eşsiz bir ilaç, turnagagası ise kanamaları durdurucu etkiye sahiptir...

Bitkileri Bütün Halinde Kullanmak:

Yara merhemi için kullanılan bitkilerin aynıları, kurutulup öğütüldüğü takdirde doğrudan yara üzerine uygulanabilir. Bitkileri olabildiğince ince bir toz haline getirdikten sonra birbiri ile karıştırıp hafifçe yaranın üzerine serpebilirsiniz. İnce toz halindeki bitki, kalın haldeki bitki parçalarının yol açabileceği sürtünmeye engel olacaktır. Bu tozu ayak mantarını tedavi amacıyla çorap ve ayakkabı içerisinde de kullanabilirsiniz.

Birçok bitki, gerekli olduğu hallerde yenebilir mahiyettedir. Osha, bu bitkiler arasındaki en önemli örneklerden biridir; onu boğaz ağrılarında ve hem virüs hem de bakteri kaynaklı üst solunum yolları enfeksiyonlarında kullanabilirsiniz. Güçlü bir bitki olduğundan ötürü onu az miktarlarda yemek daha faydalıdır. Kimi zaman bitkiyi bütün haliyle ve tentür olarak bir arada kullanmanız da olumlu sonuç verir.

Mide Ülseri Durumunda Kullanılacak Bitki

Ülserlerin tedavisinde kullanılan kimyasal ilaçlar, midede asit salgılanmasını azaltarak mide mukozasının tahrişini önlerler. Tagament, simetidinden elde edilen bir ilaçtır ki, histamin reseptörlerini engelleyerek midede gastrik asit ve pepsin salgılanmasının önünü alır. İlacın bu etkisinden ötürü, on iki parmak bağırsağı ile midedeki ülserlerin tedavisinde yaygın olarak kullanılmaktadır.

Bu günlerde Kuzey Amerika'da Valium'dan sonra en çok reçete edilen ikinci ilaç olduğunu söyleyebiliriz.²

—DAVID HOFFMAN

Yakın zamana değin ülserin, stres, perhiz veya çevresel etkilerle birlikte midede aşırı asit salgılanması sonucu ortaya çıktığı düşünölmekteydi. Hekimler de bu aşırı asit salgılanmasını azaltıcı ilaçlara meyletmekteydiler. Bir araştırmacının kısa süre önce yaptığı bir keşif sonucu, mide ve on iki parmak bağırsağı ülserlerinin -hiç tahmin edilmeyen- *helicobacter pylori* adındaki bakterinin etkisiyle tetiklendiğinin fark edilmesiyle, bu tedavi protokolü de sorgulanmaya başlandı. Daha önce kullanılan asit engelleyici ilaçlar, kimi zaman süresiz kimi zaman da uzun vadeli tedaviler için reçete edilmekteydi. Bu tedavilerin maliyeti, başlangıçta ödenen 150 dolarla kalmayıp aylık 40 dolarlık yan harcamaları da beraberinde getiriyordu. Hastalara köklü perhiz değişimi ve stresi azaltacak teknik yöntemler tavsiye ediliyordu. Buna karşın, asit engelleyici ilaçlar kesildiği anda yeni bir ülser baş gösteriyordu. Maryland'daki Ulusal Sağlık Enstitüsü tarafından yeni protokoller üzerinde yürütölen araştırmalar, daha uzun vadedeki düşük maliyetlerin yanı sıra tedavi süresinin de kısalmasına da işaret etmekte.

Araştırmacılar, *helicobacter pylori*'nin soruna merkez teşkil ettiğini düşünerek, ülser için üç tıbbi tedavi yöntemini denediler. Bu sorunun varlığını daha farklı deneylerle tasdik etmeksizin buldukları, bakteriyi antibiyotiklerle, asit engelleyicilerle süratli bir şekilde yok etme yönteminin bedeli 372 dolardı. İkinci yöntem olan, mideye bir endoskop yerleştirmenin bedeliyse 391 dolardı. Oysa endoskopi ile yapılan testlerin maliyeti 598 dolar ile 3000 dolar arasında değişebilmektedir. İzlenen üçüncü yolda, hekimlerin asit engelleyicileri kullanmayı yeğledikleri durumda ortaya çıkan maliyet 679 doları bulurken ülser hali yeniden belirecek olursa antibiyotik vermeyi sürdürmektedirler.³

Bakterinin varlığını gerçek kabul ederek başvurulanan bitkisel tedaviye bakacak olduğumuzda, Maryland'de araştırılan yöntemlerin hepsinden daha ucuz bir maliyetle karşılaşılıyor; yaklaşık 80 dolar. Ciddi bir mide ülserini tedavi etmek üzere kullanılacak bitkiler şunlardır: Hatmi ve karakafes otu kökü (comfrey root), bizmut, greyfurt çekirdeğı özü, chaparro amargosa ve çöl söğüdü (desert willow). Bu bitkiler şu şekilde bir yol izlenerek kullanılır:

1. Toz haline getirilmiş hatmi ile karakafes otu kökü eşit miktarlarda karıştırılır. 30 gün boyunca, elma suyuna iki yemek kaşığı eklenmek suretiyle günde iki kez içilir.
2. Sonraki 60 gün boyunca, yalnızca hatmi kökünden iki yemek kaşığı elma suyuna eklenerek günde iki kez içilir. Hem hatmi hem de karakafes otu kökünün kapsül şeklinde değil, yalnızca toz halinde alınması gerektiğini fark etmişsinizdir. Çünkü bu bitkiler ancak toz halindeyken mideyi tamamiyle kaplar.
3. 300 mg. bizmut, ilk 30 gün boyunca günde 3 defa alınmalıdır.
4. 15 gün boyunca, günde üç defa olmak üzere 6 damla greyfurt çekirdeği özü.
5. 15 gün boyunca günde üç defa olmak üzere, chaparro amargosa ile çöl söğüdünün eşit miktarlarda karıştırılmasıyla elde edilen bitkisel sıvıdan bir tatlı kaşığı.

Greyfurt çekirdeği özü ile cahaparro- çöl söğüdünün bir arada alınması, ülser yol açan bakterinin yok olmasını sağlar. Hatmi kökü, karakafes otu kökü ve bizmut ise ülserli mideyi yumuşatıp iyileştirirler.

Bu tedavi yöntemi oldukça etkilidir; 20-30 yıl gibi uzun sürelerden sonra ülserinin tekrar ettiğini bildiren hastalar bile bu yöntemle bir hafta gibi kısa bir zamanda fayda gördüklerini fark etmişlerdir. Küçük bir uyarı: Kimi tıp araştırmacıları ve bitkisel şifa uzmanları, karakafes otu kökünün içerdiği pirolizadin alkaloitlerinin karaciğerde hasara yol açabileceğinden şüphe duymaktadırlar. Bu sebepten ben bu kökü, ancak ülserin ileri derecede olduğunu düşündüğüm durumlarda kullanıyorum, kullanım süresini de 30 gün ile sınırlıyorum.

Karakafes otu bitkisinin maruz kaldığı bu tartışmalı durum, bitkilerin geleneksel kullanımı doğrultusundaki önemli bir noktayı gündeme getirmektedir. Bitkilerin şifa amaçlı kullanımı konusunda birçok karşıt düşünceyle karşılaşmak mümkün; onların ne şekilde kullanılacakları, hangilerinin güvenli olduğu veya kimlerin onları kullanabileceğine ilişkin tezat görüşler vardır. Birçok hekime göre, bitkisel yaklaşımlar, insanlığın daha sade, daha bilimden yoksun olduğu dönemlerden kalma uygulamalardır. Bitkisel tedavi uygulayan tıp insanları, ancak ileri derecede eğitim görmüş kişilerin bitkisel ilaç tedavileri önerebileceklerine inanmaktalar. Kaldı ki kullanılacak bitkilerin de laboratuvarlar aracılığı ile denetlenip içerdikleri etken maddeler konusunda sertifikalandırılması gerektiğini düşünürler. Öte yandan, geleneksel Çin tıbbı uygulayanlar, yalnızca bu yönde eğitim görenlerin Çin tıbbi bitkilerini kullanmalarının

doğru olacağını ileri sürerler. Oysa geleneksel olarak bitkiler herkesin ortak emanetiydi. Herkesin evinin yanında yöresinde yetişen veya tarlalardan toplanan bitkilerden ailelerin ve dostların faydalanacağı basit terkipler hazırlanırdı; hem de uzman sınıfının müdahalesi olmaksızın... Bu son konu, giderek büyüyen bir dünya nüfusunun sağlık gereksinimlerini karşılamak açısından oldukça hayati bir meseledir.

Dünya Sağlık Örgütü ile UNESCO, nüfusun aşırı artması ve sağlık konusundaki sorunları ele almak üzere 1970'lerin ortasında bir çalışma gerçekleştirmişti. Bu çalışma doğrultusunda vardıkları sonuç şu olmuştu: Bu denli hızlı bir nüfus artışının sağlığa yönelik ihtiyaçlarını karşılayacak olan, Batılı tedavi yöntemlerinin ötesinde teknolojik bir tıbbın uygulanması olabilirdi. 1978 yılının Mayıs ayında, aynı çalışma neticesinde WHO (Dünya Sağlık Örgütü) Genel Başkanı'na, dünya sağlık gereksinimlerine yanıt verecek olan "geleneksel tıbbın" yeniden değerlendirilip kullanılması için yüzyıl sonu itibarıyla programlar başlatması talebinde bulunmuşlardı."⁴

Geleneksel şifa yöntemlerinin birçoğu, batı bilimi tarafından savunulan yaklaşımlardan oldukça farklıdır. Bunların büyük çoğunluğu, daha farklı kaynaklara, varsayımlara ve değerlere dayandırılmış bilgileri temel almaktadır. Bunlardan biri kutsal bitki tıbbıdır. Şifa vermeye yönelik böylesi farklı yaklaşımların bilimsel bağlamda doğrulanması ve çözümlenmesiyle birlikte ortaya çıkan tehlike, kutsal bitki tıbbı ve benzeri yaklaşımların da özünü yitirmesidir.

Bir bitkiyle yakınlaşmak, hor görülen ayrık otlarını anlayabilmek; bitkinin sesini ve onun ne şekilde ilaç haline geleceğini, insanlara ne şekilde şifa vereceğini öğreten Ruh'un sesini duymak, Toprak'la kurulacak bağın ve Toprak'tan gelen şifanın özüdür; bu, herbalizmin özüdür. Bu, devletin görevlendirdiği uzmanlarca kolaylaştırılmış çok daha sade bir şey olmalı. Çünkü bu öyle bir aleme aittir ki, orada insan ve kutsal olan, bitkinin varlığında birbiriyle temas eder. Ait olması gereken yer burasıdır. Bu sayede her şifacı kendi yolunu bulur ve kendi farklılığı ile var olur. Olması gereken şey budur. Bizler öncüleriz; gidilecek yönü gösteririz sadece. Ojibwa'lar şöyle der:

Gelen her şifa kişinin kendine özgüdür; onları genelleyemeyiz. Bir bireye sorduğunuzda sizi şöyle yanıtlar: 'Ben sana kendi ilacımı tarif edebilirim. Başkalarının ilaçları hakkında bir bilgim yok; aynı bitkileri ne şekilde kullandıklarını da bilmiyorum.'⁵



TÖREN

Bitkilerle Daha Derin Bağlar Kurmak

Büyüdüğüm yıllarda, annemin babasının, benim ve arkadaşlarımın düzenli olarak kiliseye gitmemiz gerektiği konusunda ısrar ettiğini hatırlıyorum. Bana göre bu tecrübenin açıklanabilir bir yanı yoktu; anlamsızdı. Orada yaşananlar, o güne değin yapmaya mecbur bırakıldığım en sıkıcı deneyimdi; hatta okuldan bile daha sıkıcıydı... Ben daha ziyade büyük annem ve babamın çiftliğinde toplanacağımız günlerin heyecanı içinde yaşıyordum. Bir şekilde o zaman, canlı bir tören kilisenin olması gerektiği haliyle ilgili hissettiğime daha yakın bir şeydi. Kimse bu olayla ilgili bir yorumda bulunmadıysa da herkes aynı duyguyu hissetmişti. İbadeti, güçlü bir sevgi seline ve yaşayan bir öze sahip olmak olarak görüyordum; bu, gitmeye mecbur edildiğim kilise hizmetlerinde eksik olan şeydi.

Yıllar geçtikçe ve ben öğretmenlerimi bulup görülerim arttıkça, gerçek törenlerle çalışmaya başladım; bu sevgi seline ve yaşayan öze sahip törenlerle. Farkettim ki, insanın en güçlü buluşu olan dili anlayamazdı Yeryüzü. Oysa törenin varlığında Yeryüzü'nün anladığı dil saklıydı.

Tören, insanın kendi içinden çıkabileceği gibi, bir görü ile gelebilir, bir öğretmen tarafından verilebilir ya da belli bir kültürden kaynaklanabilir. Hangi kaynaktan gelirse gelsin kökeni aynıdır. Bu, insanın kutsal olanı hissetme ve hürmet duyma kapasitesinin biçimlendiği ve ifade bulduğu bir süreçtir. Bir kimse bu yoldan Yeryüzü'ne, Yaratıcı'ya, belli eylemlerin, davranış ve niyetlerin yardımıyla neler hissettiğini, neler düşündüğünü iletmiş olur. Töreni ya-

pan kişinin niyeti, törenin biçiminde dışarı yansır. Bir yandan da aynı süreçte, insanlık, ruh alemi ve Toprak'taki değişik unsurlar canlı, yaşayan ve yeni bir dokuda birbirlerine bağlanırlar.



Yerli halklar, insanın kutsal olanla arasındaki bağlantıyı düzenli biçimde yenilemedikçe yaşam dokusundaki yerini unutacağını ve ardı sıra hastalık ve uyumsuzluklara maruz kalacağını eskiden beri bilirler.

John Seed, Kuzey Amerika'nın en eski yerleşim yerlerinden birinde yaşayan Hopi'lerin Toprak'la bağlantıyı yenilemek üzere hala tören maskeleri taktıklarını ve topluluk ritüeli düzenlediklerini anlatır. Bu bağlantı deneyimi ritüel boyunca sıklıkla tekrar edilmelidir; aksi halde yitip gidecektir. Bağlantıyı yitirme eğilimi, belki de biz insanların doğasında var olan olağan bir şeydir ve bu yüzden törenler aracılığı ile düzenli olarak yenilenmelidir.

Çoğu tören sadedir, çünkü çoğunlukla törenin biçimi değil, niyet ve anlamıdır önem taşıyan... Her sabah Yaratıcı'ya bu yaşam için bir teşekkür sunmak, bitkilerle bağlantıya geçmek üzere yardım istemek, adaçayı ile tüt-sü yapmak çok da zor değildir... Diğer zamanlar, kutsal bir güç barındıran mekanlara gidildiğinde teşekkür etmek, orada bir sunu bırakmak, Toprağı onurlandırmak yeteri kadar iyi bir şey olur.

Toprak'ı ve tüm yaşamı onurlandırmanın karşılıklı süreci unutulmaya terk edildiği için, böylesi kutsal bir tarzda davranmaya başlayan herkes, yaşam dokusunu onarmaya ve Yeryüzü'nde elverişli bir denge yaratmaya yardım etmiş olur. Ojibwa'ların eğitimci Güneş Ayı (Sun Bear), Yeryüzü'nün gelecekteki değişimleri karşısında, ancak topluluk içinde olanların ayakta kalabileceklerine sıklıkla değinirdi. Ayakta kalanlar, bir tabak kuru fasulyenin başında oturmuş, diğer yanına da tüfeğini dayamış kimseler olmayacaktır. İlk başta onun insan topluluğundan söz ettiğini düşünmüştüm; fakat bunun üzerinde daha derin düşünmeye başlayınca, her birimizin, yaşam ağı topluluğunun dokusunda eşit ve dengeli bir şekilde yer almayı öğrenmesi gerektiğini anladım.

İnsanların bir kez daha yaşam ağı ile dengede olmaları için, onları destekleyici birçok temel tören ve geleneksel uygulama geliştirilmiştir. Terleme çadırı, kutsal çubuk, görü arayışı ve şifa çemberi, Kuzey Amerika halklarına ait uygulamalardan bazılarıdır. Kutsal bitki tıbbıyla çalışırken bunlardan ikisinin

–kutsal çubuk töreni ve şifa çemberinin- özel bir güce sahip ve çok yararlı olduklarını keşfettim ve –belli nedenlerden dolayı- sizlerle bu ikisini paylaşmayı seçtim.

Kutsal çubuk töreni, ruhun yönlendirilmiş niyeti ile dolduğunda, bir törenin ne denli ayrıntılı ve karmaşık olabileceğini gözler önüne seriyor. Diğer birçok Asya geleneğinde olduğu gibi çubuk töreninde de amaç Yeryüzü, Gök ve İnsan arasında birliği sağlamaktır. Bu eşsiz biraradalığın kutsal bitki tıbbı ile özel bir ilgisi vardır ve bunun üzerinden pekçok şey öğrenmek mümkündür. Netice olarak kutsal bitki tıbbı uygulayanlar arasında çubuk kullanımı orta dercede bir yaygınlığa sahipti. Bu kullanımına dair bir örneği, anemonla ilgili bölümde bulabilirsiniz.

Şifa çemberi, kutsal bitki tıbbının temel öğelerinden birini temsil eder; yerlilerin, bütün yaşamın bir çember olduğuna dair anlayışlarını simgelerken, yaşam ağı içerisindeki her şeyin yaşam heyetinde bir arada bulunduğunu ve insanların, yaşamın içinde ilerledikçe aslında büyük bir çemberin çevresinde seyahat ediyor olduklarını anlatır. Dolayısıyla, Toprak merkezli deneyimin ileri seviyede gelişmiş bir ifadesi olduğu için şifa çemberinin özel bir ilintisi vardır. İnsan gelişiminin, psikoloji ve çevrenin ötesine geçen, özel ve belirli aşamaları olduğu ve bitkilerin bu çember etrafındaki seyahatin belli aşamalarında destekleyici bir yeri olduğu inancını bir araya getirir. Kısacası, kimi zaman bitkiler belli bir yönün gücünü içlerinde taşırlar; bitkilerle çalışırken bu gücün farkında olmak şifa törenleri sırasında fayda sağlayacaktır.

Bu törenlerden her birinde tütsüleme yöntemi kullanılabilir; kutsal çubuk töreninde her zaman, şifa çemberinde ise bazen. Bu iki törenle ilgili daha ayrıntılı açıklamalara girmeden önce, Toprak töreninin ana unsurlarından biri olan olan “tütsüleme”den biraz söz etmek istiyorum.

Tütsüleme

Bir bitkinin yakılmasıyla birlikte açığa çıkan dumanda hem kendimizi, hem törene katılan diğer kişileri, kullanacak olduğumuz bitkiler veya aletleri bir tür “yıkama”ya tabi tutarız. Tütsüleme, törensel olayın zamandaki yerini belirler; şu andan itibaren olup bitecek herşeyin kutsal olduğunu belirtir. Tarih boyunca, tütsü için şu dört bitkiden biri kullanılmıştır: Sedir, hierochloe (sweetgrass - H.odorata), adaçayı veya pelinotu (wormwood - artemisia).

Tütsü yapacağımız zaman, kurutulmuş bitkiyi bir kap veya kaseye koyar, yakarız. Ardından ateşi söndürür, bitkiyi tütmeye bırakırız. Yakılan bitkilerden yükselen dumanlarla kişi yahut nesneleri, elimizin ya da bir kuş tüyünün yardımıyla yelpazeleyerek tütsüleriz.

Çeşitli kültürlerde geleneksel olarak, tütsüleme amaçlı kullanılan bitkilerin olumsuz tesirleri ortadan kaldırdığına ve dengeyi yeniden sağladığına inanılır.

Kutsal Çubuk

Amerika Kızılderililerinin törensel çubuğu, yüzlerce yıldan bu yana kullanılmaktadır. Bugüne kadar bulunabilmiş en eski tören çubukları, Ohio'da yapılan tarih öncesi kazılardan çıkmıştır. Basit birer oluk şeklinde olan bu çubuklar, çamur ve kaymaktaşıdan yapılmaktaydı. Uzun gövdeli çubukların en eski olanlarının hayvan başı biçiminde oyulmuş hazneleri vardı.

Törensel çubuk kullanımı, 11. yüzyılda Mississippi nehrinden daha içerideki göllere ve doğudaki ovalara kadar yayılmıştır. Avrupalılar tarafından bu çubuğu kullandıkları gözlemlenen ilk kabilelerden biri Nova Scotia bölgesindeki MicMac'lar olmuştur. Bu çubuklar, kutsal törenlerde Toprak insanları tarafından en az bin yıldır kullanılmaktadır.¹

—JOHN FREESOUL

Çubukla çalıştığım yıllar boyunca, görüler vasıtasıyla gelen öğretileri izledim; başkalarıyla çalışmalar yürütüp bulabildiğim her kaynağı okudum. Ve bu konunun tarihçesi ve geleneği ile ilgili erişebildiğim her şeyi öğrenmeye çalıştım.

Tören çubuğunu kullanan Kuzey Amerika'daki yerli halkların birçoğunun, onun kültürlerinde ortaya çıkışına dair efsaneleri vardır. Kimi halklar, onu bir başka halkın armağanı olarak tanımış, kimileri kutsal şahıslardan veya Yaratıcı'nın insanlara gönderdiği doğaüstü varlıklardan edinmiştir. Yaratıcı'nın müdahalesi tarafından kutsal bir varlık veya peygamber aracılığı ile insanlara iletilen bu armağan, Yahudi geleneğine göre Musa'ya verilen levhalara ya da Hristiyan geleneklerinde İsa'nın ortaya çıkışına benzer.

Kutsal çubuğun ortaya çıkışına ilişkin eski bir hikayeye, George Catlin'in Kuzey Amerika yerlileri arasında yaptığı seyahatlerinde aldığı notlarda rastlarız:

Çok eski bir zamanda, büyük bir kuş biçiminde gelen Ulu Ruh, kayalardan oluşmuş bir duvarın üzerine kondu, çevresindeki halkları yanına çağırırdı, kızıl taştan bir parça kırdı ve bunu bir çubuk haline getirerek tüttürdü. Dumanlar, orada bulunan kalabalığın üzerinde gezinirken O, kızıl çocuklarına, bu kızıl taşın onların soyu olduğunu, onların bu taştan meydana getirildiklerini, herkesin kendisine çubuğu tüttürerek ulaşması gerektiğini söyledi; taşı yalnızca çubuk yapmak için kullanmalıydılar. Ve o taş tüm halkların olduğu için onun zemini kutsaldı; dolayısıyla üzerinde silah olmamalı, hatta kullanılmamalıydı.²

Çubuğun her bir parçası belli bir şeyi temsil etmektedir; ucundaki hazne kadındır ve sap kısmı erkek... Hazne et ve kandır, sap ise kemikler... Hazne Toprak anadır, sapı ise Gök Baba... Çubuğun sapı ve haznesi, yaratılmış tüm varlıklar ile Ulu Ruh arasındaki doğrudan bağlantıyı ve her insanın Ruh'la bağlantıda olmak için yürüdüğü uzun ince yolu temsil eder. Böylelikle, çubuk birleştirildiğinde, her şey tek bir bütün halinde birbirine bağlanmış olur. İkilik ortadan kaybolur.

Çubuğun içerisine konan tütün, birçok bitkinin karışımından meydana gelir. Sıklıkla kullanılan tütün karışımı, tütün yaprağı (nicotiana), sığırkuyruğu (mullein -verbascum), ayı üzümü (uva ursi- arctostaphylos), adaçayı (sage-artemisia), ahududu (raspberry-rubus), kıızılsöğüt (red willow-salix) ve kimi zaman başka pekçok bitkiyi içerebilir. Mümkün olan her durumda bitkileri çubuğu taşıyan kişi toplamalıdır. Bitkileri toplarken belli bir kutsal yaklaşım göstermeli ve onları kendisi tütün karışımı haline getirmelidir. Kendilerini içilmek üzere feda eden bitkilere şükran duaları sunulmalıdır.

Çubuğun içimi sırasında, dört yöne, bitkiler alemine, hayvanlar alemine, ve onların ruhlarına, Ulu Ruh'a, Yaratıcı'ya, Yeryüzü'ne, göğe, insanlara, güneşe, aya ve Ruh'ta olan herşeye, Yeryüzü'ndeki kayalara ve kimi zaman pek çok başka şeye daha tütün karışımından bir tutam sunulmalıdır. Bu yolla, çubuk tüttürüldüğünde, tüm evren törene katılır.

Çubuktan çekilen her bir nefesle birlikte Ulu Ruh'a, Yaratıcı'ya iletilmek üzere bir dua okunur. Bu çubuk, her neye ihtiyaç duyulmaktaysa onun için yapılan duada kullanılır. Bu duaların bütünlüğüne işaret eden bazı yönergeler

vardır; dua, insan olsun olmasın tüm yaşamı ve -sadece insanın değil- tüm ilişkilerin sürekli varoluşunu onurlandırmalıdır. Bu haliyle çubuk, Toprak merkezli başlıca araç olur, çünkü o sadece insanlara değil tüm varlıklara aittir. O, her şeydeki yaşamsal öz ile konuşur ve o özü temsil eder. O halde çubuğu taşıyan kimse, onun sahibi değil yalnızca emanetçisidir. Çubuğu taşıyan kimse, tüm yaşamın ve yaradılışın yaşam gücünün sözcüsüdür.

Joseph Epes Brown'a Kara Geyik tarafından anlatılan öyküde, Barış Çubuğu Kadını Beyaz Bufalo Yavrusu bu konuya şu sözleriyle değinir:

Bu kutsal çubuk ile Yeryüzü'nde yürüyeceksin; çünkü Yeryüzü senin büyükannen ve annendir ve o kutsaldır. Onun üzerinde attığın her adım bir dua gibi olmalıdır. Bu çubuktaki hazne, kızıl taştan yapılmıştır; o Yeryüzü'dür. Taşa kazınmış olan bufalo yavrusu tam ortada olup annenin üzerinde yaşayan dört ayaklıları temsil eder. Çubuğun sapı ise tahtadandır ve o, Yeryüzü'nde büyümekte olan her şeyi temsil eder. Çubuğun sapı ile haznenin birleştiği yerde asılı duran bu on iki tüy, büyük orman kartalından, Wanbli Galeshka'dandır; kartalı ve havada yaşayan tüm kanatlıları simgeler. Tüm bu insanlar ve evrendeki her şey, bu çubuğu içenle bağlantı halindedir; onların hepsi de Ulu Ruh Wakan Tanka'ya seslenirler. Sen bu çubuk ile dua ederken, her şey adına ve her şeyle birlikte dua edersin.^{3*}

Çubuğu taşıyanın kültürüne, geldiği soya bağlı olarak gelişen belli çubuk törenleri vardır ve yüzlerce hatta belki de binlerce görü bu törenlere öncülük etmiştir.

Çubuk, Ruh'la birleşmek için kullanılabildiği gibi, zor zamanlarda yardım almak ya da bir hastayı iyileştirmek amacıyla da kullanılabilir. Bu durumlarda ne şekilde kullanılacak olduğu, ihtiyaca ve o andaki kullanıma göre farklılıklar gösterir. Çubuklar, çok bilinen pipotaşından** başka pek çok malzemedен hazırlanabilir; kullanılacak taşın yumuşak olması yeterlidir. Su mermeri, lüle-taşı, sıklıkla kullanılan taşlar arasındadır. Kaldı ki, elverişli olduğu düşünülen herhangi bir ağacın kullanılması da mümkündür. Eğer bir kimse çubuğu kullanmak üzere çağrılmışsa, doğru olan taş çok kısa sürede karşısına çıkacaktır.

(*) Oklahoma Press Üniversitesi'nin izniyle yapılan yeni basım.

(**) Pipestone-Kızılderililerin özellikle de bütün çubuğu oymak için kullandıkları bir tür taş (ç.n.).

Çubuğu taşıyan kimse çubuk törenini uyguladıkça, çubukla onun arasında derin bir bağ oluşmaya başlar. En nihayet “çubuk” uyanır ve diri hale geçer. Uyanmış olan bir çubuk, onu taşıyan kimse (insan topluluğu) ile Ruh arasındaki bir kanal haline gelir. Nasıl her şeyin içinde bir ruh ve can gizli ise, çubuğun içinde de bir can vardır. Çubuğu taşıyan kimse, çubuğun ruhu ile temasa geçerek, insan topluluğu, Toprak ve tüm yaşam adına kutsal bir aracı olma görevini üstlenir. Francis Densmore, “Şarkı ile Doğaüstü Arasındaki Bağlantıya İnanan Kızılderili” isimli makalesinde bu olaya değinir:

Yazar, Sioux’ların güvenilir bilgi aktarıcısı ve şarkı söyleyeni olan Yalnız Adam’a (Lone Man) çubuk üzerinden edinilen bilgiler hakkında sorular sormaktaydı. Ona, bir ruhun gelip çubuğun içine girerek bilgi verip vermediğini sordu. O da böyle bir durumun söz konusu olmadığını, fakat kimi koşullar altında çubuğun “kutsal” hale gelip Kızılderililerle konuştuğunu söyledi.⁴

Çubuktaki bu yaşayan ruh, tören sırasında çubuğu taşıyan kimse ile temasa geçmesi için bilinçli olarak uyandırılmalıdır.

Toprak merkezli uygulamalarda bulunan kimselerin neredeyse tümünün, tören sırasında kullanacakları, topraktan gelen birtakım nesneleri vardır. Bu nesneler, Ruh’la birleşmenin odağını ve yaratılıştaki ruhun özünün ve canının onurlandırılmasını temsil ederler. Onlar, Toprak’la ilişkide ve insanların geçiş törenlerinde özel bir yer teşkil ederler; Toprak merkezli bir yolda yürüyenlerin, alemler ve artan ruh derinliği arasındaki dengesini sağlayan birer araçlardır.

Çubuk töreninin her safhası, evrenin kutsal arketipi ile birleşmeyi yansıtır. Bu birlik içinde geçirilen yıllar içerisinde kişi, bu arketipleri anlamaya, onlarla kişisel bir iletişim kurmaya başlar. Onlar aracılığıyla Yaratıcı’ya ve kendi gerçek doğasına yakınlaşır. Bu süreçten gelen özel güç, insanın kendisinin, ailesinin, arkadaşlarının ve içinde yaşadığı topluluğun sıkıntılarını gidermek üzere uyandırılabilir.

Kutsal bitki tıbbı konusunda çalışmalar yapan insanlar, duaları sırasında Yaratıcı’ya seslenerek Yer’in ve Gök’ün güçlerini bilinçli bir şekilde uyandırır. Kutsal bitki tıbbı uygulayan birinin bedeninde, Yer’in ve Gök’ün güçleri dengededir ve o kimse bir bitkilere ilaç olması için çağrıda bulunduğunda, kutsal güç uyandırılır. Kişi bu çubuğu kullandıkça bu süreç de gelişme gösterir. Tören çubuğu ile, kökenleri Asya’da bulunan savaş sanatları arasında bir

benzerlik vardır. Bu savaş sanatlarının merkezinde, kişinin bedeninde Yer ile Gök'ü bir araya getirmesi yatar. Bu eşsiz bir davranıştır ve kutsal bitki tıbbının her türlü derin bilgisinin merkezindedir. Şimdi vereceğimiz ayrıntılı örnekte, bir çubuk töreninin seyri içindeki her bir aşama için gerekli olan zihinsel durum üzerinde duracağız. Her bir eylem, Yer ile Gök'ün birleşimini güçlendirir ve ardı sıra, istenen sonuca doğrudan niyet edilir. Bu süreç, törenin her biçiminin merkezi durumundadır.

Töreni gerçekten kavrayabilmek ve o dünyaya adım atabilmek için, kendi dilimizdeki kelimelerin yetersiz kaldığı belli zihinsel ve güce dair hallerin varolduğunu anlamak gerekir. Oysa kültürel yaşamlarının bir parçası olarak kutsal olanla güçlü bir bağlantı kurmuş olan yerli halklar bu durumları açıklayıcı yeterlikte kavramlar geliştirmişlerdi; özellikle de çubuk töreni söz konusuysa...

Kutsal Olana Dair Terimler

Her kabilede, kutsal olanı betimlemeye yarayan belli bir kavram vardı. Sioux'lar için o *wakandı*; Ojibwa'lar onu *manido* olarak adlandırır, Omaha'lar *wakanda* derlerdi; Mandan'lara göreyse o *ho'pinis*⁵ idi. Bu terimler, Asya'daki *taonun* benzeri betimlemelerdir. Bu kavramları "kutsal" olan anlamı ile sınırlamak doğru değildir çünkü bundan daha fazlasını ifade eder. Bu kelime, her şeyin varlık bulduğu her şeyin kutsal merkezine gönderme yapar. O halde Sioux'ların sözcük dağarcığındaki kavramın ve Joseph Epes Brown'un bir alıntısındaki anlatımın ışığında, herhangi bir şeyin barındırdığı *wakan* ölçüsü, o nesnenin veya eylemin, "*Wakan Tanka*"da var olan ilke veya ilkeleri yansıtabilme becerisine göre değişkenlik gösterir; "*Wakan Tanka*" Ulu Ruh'tur, Bir Olan'dır.⁶ Amerika'daki yerli kültürler arasında bu kavramın ortak olması, kutsal olanın belirişlerini algılama duyarlılığının ve bir şeyin kendi içinde barındırdığı kutsallığın derecesini ayırt edebilme kapasitesinin varlığına işaret etmektedir. Yerlilerin yaşamındaki her şeye temel teşkil eden bu belirgin özelliğin anlamını kavramadıkça, çubuğun veya diğer kutsal nesnelerin ya da törenlerin anlaşılabilmesi mümkün olmayacaktır. Tören çubuğunun yerli insanlara geliş hikayesini anlatan her eski aktarımda bu ifadelerle rastlanmaktadır; kültürel bağlamda ne söylenmek istendiğini içeren ifadelerden, söylenmiş olanlar kadar söylenmemiş olanların da algılanması çok önemlidir.

Kutsal Çubuk Töreni

Kutsal bir araç olan çubuk, iki sürecin en güçlü öğelerini birbiri içinde kaynaştırır. İlki, bir koan ile meditasyon yapan Budistlerin uygulamasına özdeşir. Koanlar, kelimelerin mantıksal anlamının ötesine geçerek daha yüksek bir gerçekliğe erişmek üzere düzenlenmiş ifadelerdir. “Tek bir elini çırpıtığında nasıl bir ses çıkar?” ifadesi, bunlar arasında en bilinenidir. Tören çubuğu, adanmış bir halde çalışan kişiyi -tıpkı bir koan gibi -insanı gündelik gerçekliğin ötesine taşıyarak daha derin kutsal gerçeklerin bulunduğu bir bilinçlilik ve anlayış seviyesine getirebilir. İkincisi, çubuk töreni evrendeki mevcut iki-liğin birin içinde eridiği bir eylemdir.

Çubukla yapılan törendeki her eylem belli bir kutsal anlam taşır. Başka bir deyişle, tören sırasında uyandırılan soyut ve belirgin bir spiritüel anlam söz konusudur. Bu törenlerde, içilmekte olan çubuğun türü ve geliş şekline göre farklı unsurlar bulunsun bile, genelde tüm çubuk törenleri özde birbirleriyle aynıdır.

Çubuk ile birlikte birkaç başka şey daha çubuk bohçasını oluşturur. Kendi kesesinde duran tütün karışımı, çubuk yakılmadan önce ve içimi sırasında tütünü doldurmaya yarayacak bir ucu daha dar bir sopa ve kibritler. Tütsüsü yapılacak bitkiler içinse, içinde adaçayı veya pelin otu bulunan bir kese, bir tütsü çanağı ve çıkan dumanı tütsülenmekte olan nesneler üzerine dağıtacak bir tüy ya da kuş kanadı. Tüm bunların üzerine konulacağı bir sunak yaygısı veya örtü ve hepsinin içinde saklanabileceği bir kutu vardır. Çubuğu taşıyan kişi için kutsal sayılan başka nesneler ile birlikte bütün bu törensel eşyalar, yine törensel bir bohçanın içerisinde taşınırlar.

Çubuk töreni bohçasını açıldığında, ilk önce sunak yaygısı yere serilir ve üzerine tüm eşyalar dizilir. Örtünün üzerinde bulunan her nesnenin üzerinde gezdirilecek bir tütsü yakılır. Tütsü yakılıp çubuğu taşıyan kişiden başlayarak törene katılan diğer kişilerin üzerinde de gezdirildikten sonra, önce sapı ardından haznesi olmak üzere çubuk tütsülenir. Çubuk taşıyıcısı, tütsüleme işlemi bittikten sonra çubuğu tütsünün bulunduğu çanağın üzerinde kuzeyden güneye ve batıdan doğuya gezdirir. Önce sapı, sonra haznesi tütsülenip dudağa değecek olan ucuna da duman gönderilir ki, bu sayede içi dışı arınmış olur. Törene başlamadan önceki bu hazırlık safhasında, zihin dinginleşme fırsatı bulur; törene katılan diğer kişiler de uygun bir tutum ve zihinsel durum içerisine girerler. Tüm bunlar, o andan itibaren deneyimlenecek olan her şeyin kutsal olduğuna işaret eder; öncesinde yaşanmış her şeyi geride bırakarak...

Bir sonraki adım, çubuğun sapı ile haznesinin bir araya getirilmesidir. Hazne sol elde ve sapı sağ elde tutularak Yaratıcı'ya doğru havaya kaldırılır ve ondan içmek için izin istenir. İşte bu, doğası gereği koan geleneği ile benzerlik gösteren ilk eylemdir. Çubuğu taşıyan kişi, kutsal olanın belirmesi için aracılık yapar. Çubuğu taşıyan kişinin eğitimi, yönlendirdiği niyeti ve duyarlılığı, kutsallığın gücünü uyandırır ve töreni tam anlamıyla *wakan* hale getirir. Bir sonraki adım, verilecek izni duyabilmek için dinlemeye geçmektir. Ancak ve ancak izin geldikten sonra çubuğun sapı ile haznesi bir araya getirilir. Bu birleşme anında, evrendeki ikilik birin içinde eriyip gider. Bu eylem, çubuğun doğasının ve amacının temelidir. Nitekim bu birleşme ve çubuğun tütürülmesi eylemine katılım sayesinde ki, insan olan ve olmayan, halklar ve kültürler ve yanı sıra dünyevi ve kutsal olan arasındaki ayrılıkların ötesine geçilir. Her şey bir ve tek olur...

Ardından çubuğun doldurulma aşamasına gelinir. Haznesi yerde, gövdesi kucakta olmak üzere bekleyen çubuğa genellikle dört tutam tütün yerleştirilir. Her tutam tütünlle birlikte, yaşamsal ağı bir parçasının oradaki çembere ve çubuğa gelmesi için çağrıda bulunulur. Böylelikle, yaşamın bütünü bu sürece dahil edilir.

Bir tutam tütün karışımı başparmak ile işaret ve orta parmağın yardımıyla tutulur, Yaratıcı'ya doğru kaldırılırken bir dua okunur. Örneğin:

*Yaratıcı, Toprak Büyükanne, tüm yakınlarım, bu yerdeki tüm Ruhlar
Sizlere sesleniyor ve bize katılmanızı diliyorum
Hepinizin bu çubuğun içinde yeri var*

İkinci bir tutam alınarak Yaratıcı'ya kaldırılır, duaya devam edilir:

*Tüm yeşillikler arasındaki ilişki
Ağaçların ruhları ve osha ve tüm yeşil büyüyen şeyler
Sizlerin bize katılmasını diliyorum
Hepinizin bu çubuğun içinde yeri var*

Üçüncü bir tutam alınır ve Yaratıcı'ya doğru yükseltilirken dua etme eylemi sürdürülür:

*Hayvanlar arasındaki ilişki, iki bacaklı, dört bacaklı
Kanatlı, yüzen ve yerde sürünen herkesi bize katılmaya davet ediyorum*

Hepinizin bu çubuğun içinde yeri var

Ve en nihayet dördüncü bir tutam alınır:

*Dört yöndeki güçlere sesleniyorum; taşların insanlarına
Ateş, su ve havaya, yıldızlar arasındaki ilişkiye
Bizden önce bu yolu yürümüş olan herkese sesleniyor
Ve onları bizimle olmaya davet ediyorum
Hepinizin bu çubuğun içinde yeri var*

Her bir tutam alındığında, yaşamsal ağın içindeki bir parça çubuk törenine katılmak üzere davet edildiğinde, çubuğu taşıyan kimse, uyandırılmakta olan alttaki *anlama* tamamıyla odaklanır. Yaşadığımız dünyadaki diğer varlıkların katılımı gerçektir; sözde bir söylem değildir. Kişi, onların gerçekten oraya geldiklerini ve çubuk töreni için, orada bulunan heyetteki yerlerini aldıklarını hissedebilmelidir. Bu güçleri uyandırabilmek, onların gerçekten gelip yerlerini aldığını hissetmek ve iletişime geçebilmek yıllarca çalışmayı gerektirebilir.

Dördüncü adımda çubuğa dualar okunur. Eğer törene katılan daha başka kimseler de varsa, çubuğu sağdan sola doğru dolaştırmak gerekir. Çubuğu alan kişi, hazneyi sol elinde ve sapını sağ elinde tutarak adına dua etmek istediği her ne ise onu dile getirir. Örneğin kendisi veya başkaları adına yardım isteyebilir, Yaratıcı'dan gelen yardıma karşılık şükranlarını sunmak, yaşanmakta olan bir acıyı ifade etmek ya da hissettiği sevinci paylaşmak; her neyi dile getirmek istiyorsa, bunu o anda yapmalıdır. Çubuk, çemberdeki herkesin elinde dolaştıktan sonra çubuğun taşıyıcısına geri gelir.

Beşinci adım, çubuğun yakılmasıdır. Çubuk yakılır, iyice yanana dek derin bir nefes çekilir, ardından önce sapı olmak üzere Yaratıcı'ya doğru havaya kaldırılır, O'nun içmesi için. Bu aşamada, yine alt bir *anlam* gizlidir; çubuğu taşıyan kimse, Yaratıcı'nın gerçekten gelip çubuktan içtiğini hissedene dek, samimiyetle, alçakgönüllülük ve niyetle bu konu üzerinde çalışma yapmalıdır. Yaratıcı çubuktan içtikten sonra, çubuğun sapı yere doğru indirilerek Toprak Ana'ya sunulur. Toprak Ana da içtikten sonra birbiri ardınca Dört Yöne sunulur, her birinin içmesi beklenir. Ancak ve ancak ondan sonradır ki, çubuğu elinde tutan tütünden içer.

Altıncı adımda tütünün içimi gelir. Bu süreçte kişi, Yaratıcı ile derin bir ilişkiye geçer; duman, ciğerlere kadar çekip dolaştırıldıktan sonra havaya salınır. Böylelikle çubuğun içindeki dualar somut bir biçim kazanmış olurlar. Ardından bedenle harmanlanmak üzere bu kutsal duanın bir parçası bedende

kalır ve bedenın bir parçası duayla birleşir. Dua bu kez bedenden çıkarak Yaratıcı'ya yükselir ve evrenin bir parçası haline gelir. Bu süreçte kişi, yaratılmış her şeyle bütünleşmiş olur. Tütün içme işlemi çubuğun içindeki tütün tamamıyla bitene dek sürer.

Çubuk boşaldığında onu taşıyan kişi çubuğu havaya kaldırarak, Yaratıcı'ya ve her şeye çubuğun varlığı için teşekkür eder.

*Ey Yaradan, Sana bu çubuğun armağanı için
minnetimi sunuyorum; bir günden diğerine,
bir çubuktan ötekine geçerken ben(biz)
Sana sesleniyor ve “evet, evet, evet” diyorum(diyoruz). A-ho!*

En son aşamada çubuk kenara konur, temizlenip bir yere kaldırılır.

Çubuğun Tıbbi Bitkilerle Kullanılması

Çubuk, oldukça karmaşık bir spiritüel araçtır ve burada hakettiği kadarıyla anılması güçtür. Buna karşın, onu tıbbi bitkilerle çalışırken ne şekilde kullan-
dığımı dair bazı ayrıntılara değinmek istiyorum.

Belli bir bitkiyle derinlemesine çalışırken, onun ruhu ile aramdaki bağlantı alabildiğine derinleştirmek isterim. Yalnızca bu amaç için yaptığım tören kimi zaman günler, haftalar ya da aylar sürebilir. Töreni yapacağım zaman, bitkinin yetiştiği yerde oturur, tütün çubuğumun heybesini açarım. Ardından törene başlarım; fakat birlikte çalıştığım bitkiyi tören boyunca eş-katılımcı olarak odağımdan hiç ayırmamaya gayret ederim. Bu süreç, bitkiyle aramda net bir iletişimin gerçekleşmesini bir hayli kolaylaştırır. Bu sayede, bitkinin bana bilgi aktarımında bulunabileceği zihinsel duruma doğrudan erişebilmem mümkün olur. Bu aşamaya ulaştığımda, bitkinin ruh özü benim bulunduğum çembere gelerek bana eşlik eder. O zaman bitki, kendi ruh güçlerine özgü fiziksel bir biçim kazanır. Bu beliriş gerçekleştiğinde, tütün çubuğum ve bitki ile birlikte dua etmeye başlarım; benden yardım isteyen, zorluklar içinde bulunan kimseler adına... Bitkinin ruhuyla birlikte yaptığım günler veya haftalar boyu süren bu çalışma esnasında, aramızda derin bir dostluk bağı kurulur. Bitkinin ruhu, çubuk tarafından güçlü bir şekilde davet edilir fakat bir kez bağ kurulduktan sonra, çağırıldığında ortaya çıkar ve günler veya haftalar boyu aynı durumu sürdürebilir. Söz konusu zamanlarda, kendi kulla-

nımı, Toprak ve şıfa ile ilgili ayrıntılı bilgiler verir. Sonra, birisini iyileştirmeye çalıştığım sırada, bitkinin ruhu gelir ve eğer istenirse hasta olan kişinin bedenine girerek sağlığını ve dengesini düzeltmeye başlar. Çubuk bu bağlamda benim için, bitkilerin ruhunu titreke ve belli belirsiz bir duygu durumundan çıkartıp, keskin ve hatları belirgin ruhsal bir varoluşa dönüştüren yaratıcı bir araç konumundadır. Bitki ruhunu bu şekilde tanımlayabilmek -çubuk töreninin diğere aşamaları gibi- gelişmesi biraz zaman alacak bir süreçtir. Fakat ilk aşamalarda bile, hasta olan kişinin kullandığı bitkinin şıfa gücünü ve ruhunu olağanüstü bir şekilde geliştirir.

Şıfa Çemberi

Güney değil midir yaşamın kaynağı... oradan gelmez mi çiçeklenen dal? Ve yaşamının gün batımına doğru yol alan insan, oradan gelmekte değil midir? Ardından beyaz saçların bulunduğu kuzeye doğru yaklaşmayacak mıdır? Daha sonra eğer hala yaşıyorsa, ışığın ve anlayışın kaynağı olan doğuya varmayacak mıdır? Ve yine dönmeyecek midir başladığı yere; ikinci çocukluğuna... hani yaşamını tüm yaşama bağışladığı ve bir zamanlar topraktan gelen bedenini toprağa geri verdiği o yere? Bunun üzerinde ne kadar düşünürsen o kadar anlam bulacaksın.⁷

—KARA GEYİK

Toprak merkezli spiritüel çizgide, çok az da olsa kalıcı kutsal yapılar vardır. Bunlardan ikisi, şıfa çemberi ve terleme çadırıdır. Kutsal çember her kültürde var olmuşsa da, kutsal çemberin özel bir biçimi olan şıfa çemberine her kültürde rastlamak mümkün değildir. Oysa terleme çadırının farklı biçimlerdeki yapılanmasına her kültürde ve her kıtada rastlayabilirsiniz. Terleme çadırı töreniyle ilgili burada pek bir şey söylemeyecek olsam da William K.Powers'ın 1982 yılında Nebraska Üniversitesi tarafından yayımlanan "YUWİPI: *Oglala Ritüelinde Görü ve Deneyimler*" adındaki eserinden bir alıntıyı paylaşmak istiyorum. Bu muhteşem kitabı terleme çadırına, görü arayışına veya yuwipi törenine ilgi duyan herkese tavsiye ederim. Onun bu konuyla ilgili sözlerini burada aktarmak istememin sebebi, Toprak merkezli kutsal yapıların kalıcılı-

ğına değinirken kullandığı belagatli dildir. Aşağıdaki satırlar, Toprak merkezli dinsel uygulamanın özünü eksiksiz bir şekilde ifade etmektedir:

Mimari açıdan bakıldığında, Oglala dininde kalıcı tek kutsal yapı terleme çadırıdır. Kimi zaman rüzgarlarla sağa sola savrulan bu yapı, Kızılderililere ayrılmış bölgelerdeki noktaları andıran Hristiyan kiliselerine tezat oluşturur- her biri bir diğerine benzeyen dört köşe kutuların hepsinde aynı çan kulesi; aynı misyoner inşaat firması tarafından üretilmişçesine orada asılı duran çanlar... Hepsinde de ayin beyazına boyanmış; üstlerinde de mavi ya da yeşil çatılar. Sanki seri üretimden çıkmış, federal devlet tarafından inşa edilip arazi sahibine sağ salım teslim edilmiş prefabrik evler gibi...

Terleme çadırı, Oglala dininin mükemmel bir sembolüdür; kullanılmadığı müddetçe zavallı birer yapıyı andırırlar: kubbeyi oluşturan söğüt dalları yere saplanıp eğildikten sonra kumaş şeritlerle veya iplerle bir araya bağlanmışlardır. Kullanılmadıkları zaman sıradan görünen bu yapılar, kiliselerin tam aksine her an kutsal bir görünüme sahip değildirler. Beyaz adamın kiliseleri, kültürün alt yapısını oluşturan sosyal, siyasi ve ekonomik kurumlar ile dini birbirinden ayırdığını ortaya koyarcasına, kutsal görüntüsünü her an koruyan bir konumdadır. Oysa terleme çadırı, Oglala'ların sadelik ve basitlik ilkesini tam anlamıyla yansıtmaktadır. Çünkü bütün evren zaten bir mabettir; her şey her an kutsallık içindedir, insan ile doğa arasında uyumsuzluk yaratacak derecede bir insani müdahale olmadığı sürece... Böyle zamanlarda tüm yaşayan varlıkların arasındaki dengeyi yeniden tesis edecek bir tören yapmak gerekir; ancak böyle zamanlardadır ki, terleme çadırı gibi bir yapı dünyanın geri kalanından ayrılır ve geçici bir süre için özerk bir yer haline gelir. Tören boyunca özel davranış biçimleri devrededir ve bu doğaya karşı farklı bir yaklaşımı gerektirir.

Kullanılmadığı zamanlarda, terleme çadırı çocukların oyun alanı haline gelir. Onlar içeri dışarı koşturup durur, tören sırasında ısınmış taşların bulunduğu orta yerdeki çukurun içine girerler. Bu yer aynı zamanda birçok köpeğin uğrak yeridir; bacaklarını kaldırıp, Wakatanka'nın her yanı kuşatıcı özelliklerini onurlandırmak adına oraya bırakılmış kutsal dalları kendi alanları olarak ilan ederler. Bu yer, örümceklerin, karıncalarla çekirgelerin, sabah kahvaltısı için söğüt çatıya konmuş yağmacı kuşlardan kaçıp, sığınacak bir yer arayan sineklerin de bir araya geldik-

leri bir meskendir. Kimi zaman baş kaldırmış bir öküzün, kimi zaman ürkmüş bir atın gelip dinlendiği bu mesken herkesi kucaklayacak kadar geniş bir yapıdır; üstelik de kesik dallarının arasından esen rüzgarlara karşın ayakta durmaya çalışırken... İşte terleme çadırını bir bakıma kutsal kılan, onun gösterdiği bu geniş yürekli yaklaşımdır; tıpkı insanlar gibi o da, doğanın nazlı halleri ile karşı karşıyadır ve onun durmak bilmez dayatmalarına rağmen varlığını sürdürmek durumundadır.⁸

Terleme çadırı gibi şifa çemberi de pek gösterişli olmayan bir yapıdır. Çoğunluğu taşların basitçe bir daire biçiminde yere konmasıyla oluşturulan bu çemberlerin arasında otlar kolayca bitmeye başlar; dolayısıyla da birkaç yıl kullanılmayacak olduklarında onları bulmak zorlaşır. Fakat onların Stonehenge'den Kuzey Amerika kıtasındaki yaklaşık 20 bin örneğe kadar uzanan çok eski bir tarihi vardır. Bu çemberler, farkındalığı odaklayıcı bir işlev gördükleri gibi yaşayan tüm canlılarla bağlantı halinde bulunmayı da sağlarlar.

Geçmişte insanlar, Yeryüzünde kutsallığın belirdiği ve de ilhamların güçlü olduğu bir yere geldiklerinde, bu yeri belirleyici bir işaret bağlamında taşları çember halinde dizerlerdi. Neticede, taşlardan oluşturdukları çember şunu ifade ederdi: "Bu yer kutsaldır. Bu yere adım attığında kutsal bir zaman ve mekana adım atmış olursun." Zaman içinde taşların üzerine taş eklenerek duvarlara dönüştürülürdü; böylelikle kutsal alan daha bir açıklıkla belirlenmiş olurdu. Kimi kültürler, bu duvarların üzerine çatılar koyarak onları kilise haline getirmişlerdir. Bazısı, New Mexico'daki Ulusal Bandolier Anıtı'ndaki Avlakların Anası olarak bilinen kadim mabet gibi alçak duvarlardan oluşurken, bazıları da yalnızca çember halindeki taşlardan meydana gelirdi.

Şifa çemberi, tüm yaşamı temsil etmektedir. O çemberde oturduğunuz zaman, kutsallığı uyandırırınız; tüm yaşam o heyette sizinle beraberdir. Yaşam dokusundaki canlılar arasından yalnızca insan bu töreni kullanarak yaşamın bütün bağları ile iletişimi yeniden onarabilir. Hayvan ilişkileri, bitki ilişkileri, taşların ve ruhların ilişkileri, hepsi de o heyette bulunmak üzere çembere gelirler. Bu sayede dünya ile bağlantılarımız yeniden onarılmış olur ve Yeryüzü iyileşmeye başlar.

Yaşam çemberi, şifa çemberi, evrendeki her şeyin haritasıdır adeta! Yaşam dokusunun ayrıntılı planı... Kara Geyik'in de söylediği gibi, bu çember her şeyde varlık bulur; hatta her birimizin içindedir ve kendi içimizdeki heyetin bir simgesidir.

Bir insan, eğer içindeki yaşam uyumsuz ve düzensiz bir haldeyse tüm yaşam ile bağıntıya geçemez. Şifa çemberinin kendi içinizde ne şekilde var olduğunu kavramanız önemlidir; onu tanıyarak her bir yönüyle yeniden uyumu yakalamayı öğrenmeniz de... Bu içinizdeki çemberden başlayarak adım adım bir sonraki çembere ve bir sonraki çembere geçebilirsiniz; ta ki tüm evreni çevreleyen çembere erişene dek.

İçinizdeki Şifa Çemberi

İçinizdeki şifa çemberiyle, içsel heyetinizle çalışmaya başlarken, rahat oturabileceğiniz ve rahatsız edilmeyeceğiniz bir yer bulmalısınız. Birkaç derin nefes aldıktan sonra gevşeyin. Hazır olduğunuzda gözlerinizi kapatıp kendinizi çayırlıktaki bir yolda yürürken hayal edin. Burası çok huzurlu bir çayırılık; kuş cıvıltıları ile rüzgarın otlar arasındaki esintisini duymaktasınız. Yürümeye devam ediyor ve bir tepeye varıyorsunuz. O tepeye çıkan yolu izlerken, zirvesine doğru baktığınızda orada bir evin durduğunu görüyorsunuz. Kapısı açık; yaklaşıp içeriye giriyorsunuz. İçeride büyük bir odada buluyorsunuz kendinizi; odanın ortasında büyük oval bir masa ve çevresinde çok sayıda sandalye var. Sandalyelerde oturan insanlar, hayvanlar veya daha başka canlılar olabilir; kimi sandalyeler de boş duruyordur. O masanın etrafında sizin de bir yeriniz var. Yerinize oturup masanın etrafındakilere bakıyorsunuz. Bu masanın etrafında oturanlar, sizin içsel heyetinizin üyelerini temsil etmekte; onlar belki de gün içinde sıklıkla hiç önemsemediğiniz kendinizle ilgili yönleriniz de olabilir. İşte oradalar, içinizdeki çocuk, bilge ebeveyn, her şeye “hayır” diyen yanınız, savaşçı yanınız, ağırbaşlı yanınız ve daha başkaları... İçsel heyetinizde bulunan üyeler genellikle on beşten daha az değildir. Onlarla konuşun ve onları tanımaya çalışın.

Zaman içinde onların her biri ile iyi ilişkiler içinde bulunmanız gerekir; tek bir tanesini dahi içinizdeki çemberin dışında bırakmamaya özen göstermelisiniz. Bu epey uzun bir zaman alabilir. Aralarından bazıları, onları bu denli uzun bir süre ihmal ettiğiniz için size kızgın olabilirler. Bunun üzerinde çalışmaya yeterli zamanı ayıracak olursanız, yaşamınızdaki eylemlerle ilgili ortak bir karara varabilirsiniz. Böylelikle, hiçbir yanınız yabana atılmamış olacak, herhangi bir seçim yaptığınızda her yönünüzü dikkate almış olacaksınız ve yaptıklarınızı nefretle karşılayan asık yüzlü bir yanınız da kalmayacak. Bunun sonucunda kendi içinizde, yaşamınızda ve eylemlerinizde bir bütünlük ve güç

hissetmeye başlayacaksınız. Bu noktaya erişebilmek, elbette ki biraz adanmışlık gerektirecektir. Ben kendi çevremdekilere, her sabah içsel heyetleri ile konuşmalarını ve bunu bir yıl boyunca düzenli olarak sürdürmelerini salık veriyorum. Heyetlekilerin her birini tam anlamıyla tanımak ve onlarla yeniden iyi ilişkiler kurmak ancak böylesi bir sürecin sonunda mümkün olabilir.

Bu alıştırmaların ışığında, şifa çemberinin dışsal olarak nasıl uygulandığını da görebilirsiniz. Çemberin etrafına, kendi içinizdeki yönlerin yerine toplumunuzdaki, aileniz ya da yaşam dokusundaki üyeleri yerleştirmeniz yeterlidir. Ardından, orada bulunan üye veya varlıklarla da -tıpkı içsel yanlarımızla yaptığımız çalışmada olduğu gibi- bağlantı, denge ve uyumu sağlarsınız.

İçsel heyetle çalışmak, kutsal bitki tıbbının hayati konularından biridir. Nitekim kutsal alanlara seyahat eden bir kimse, gerçekliğin özü ile temasa geçer; kendisinin, başkalarının, dünyanın ve olup biten her şeyin ne olduğuna dair bir *gerçekliktir* bu... Bu zor bir süreçtir. Seyyahlar bu süreçte kendi kişiliklerinin en derindeki unsurlarını yeniden gözden geçirip biçimlendirirken, belki de yıllarını verirler bu uğurda. Bu süreç yaşanmak durumundadır, çünkü bilinçsiz yönleri, yaşamlarındaki tüm diğer eylemleri de etkileyecektir. Eğer bir kimse yüksekte korkuyorsa, yüksek yerlerden kaçınacak ya da yüksek bir yere geldiğinde korku hissedecektir. Hatta yüksek bir yerin düşüncesi bile onun korkuyu hissetmesi için yeterli olacaktır. Eğer bir kimse güç kazanmak istiyorsa, korkusunun kökenini anlamalı ve onun ötesine geçmeyi başarmalıdır.

Tıbbi bitkilerle çalışırken, başlangıçta, insanın kendisinden yansıyan duygularla bitkiden gelen gerçek bilgi arasında bir ayrım yapabilmesi güç olabilir. İçsel heyete yönelik birkaç yıllık yoğun bir çalışma, neyin hangi kaynaktan geldiğini ayırt etme yeteneğini geliştirecektir ki, bu yetenek söz konusu alan için kaçınılmaz bir gereksinimdir. Dahası, pek çok kutsal hal, korku veya endişe içerir. Kişinin kendi içsel dengesini her durumda koruyabilmesi gereklidir. İnsanın kendi içsel heyeti ile sıkı bağlar kurmuş olması, bu dengenin sağlanması için zemin teşkil edecektir. Böylelikle içsel heyetteki her bir üye, ruhsal yoğunluk anında işbirlikçi bir yaklaşım sergileyecektir. Kaldı ki içsel heyetteki üyelerin bitkilerle kurdukları iletişim kendilerine özgüdür; ve eğer kişi kendisi ile dostluk bağları kurabilmişse, daha zengin ve daha farklı öğrenmeler de söz konusu olacaktır.

Bir Şifa Çemberi Yaratmak

Bir şifa çemberi oluşturma töreni; kutsal bir alan, kutsal bir çember yaratma kadim ritüeli ile yaşamın bütününi iyileştiren, bu evrendeki tüm yaşam ile iyi ilişkiler içinde bulunmayı hatırlatan bir uygulamadır. Taşlardan oluşan bu basit çember, tören sırasında onurlandırılan tüm yaşamsal güçlerin yaşam çemberine katılmasıyla birlikte bir tür enerji girdabı haline gelir. Kutsal yerleri tüm yaşam ile uyum ve denge içinde onarmak, Yaratıcı'nın ve yaradılışın bize bağışladığı yaşam armağanını geri sunmak demektir. Çember, yaşam dansının mandalasıdır; birbiri ile karşılıklı bağıntı halinde bulunan her şeyin bitmek bilmez döngüsüdür...

Kutsal mekanı belirleyici görevi üstlenmiş olan taşlar, aynı zamanda o heyette hazır bulunan Yeryüzü topluluğunun üyelerini temsil ederler. Taşların çemberinde dört kapı vardır; her biri pusulanın bir yönünü işaret eder: kuzey, güney, doğu ve batı. Çemberin orta yerinde bulunan daha büyükçe bir taş ise, her şeyin merkezi olan Ruh'u temsil eder. Yönlerden her biri belli bir arketipi simgeler ve çoğu zaman o arketipin insan yaşamında ne şekilde yansıdığını gözler önüne seren bir odak konumundadır. Şifa çemberini kutsal bir gelenek olarak uygulayan halkların yaklaşım biçimleri arasında küçük farklar bulunmakla beraber, temeli oluşturan arketipler ve yapılar özde aynıdır.

Güney, yaşamın başlangıcıdır; çocukluk ve baharın geri gelişi, her şeyin yeşerme zamanıdır. Bu evrede umut hüküm sürer ve yaşam tüm canlılığı ile her yere hakimdir. Bu yenilenme ve yeniden doğma zamanında insan, ebeveyni veya kendine yaşamsal destek veren başkalarıyla temas halindedir; alıcı konumundadır.

Batı, ergenlik çağıdır; insan bu evrede çocukluktan geçip kendi ruhundaki şeytanlarla mücadele etmeye başlar. İşte bu zamanda içerdeki savaşçı uyanır ve kendi içinde olup bitenleri keşfe çıkar; kim olduğunu ve neden var olduğunu araştırır. Bu zamanda insan karanlıklara dalar, dengesini ve gücünü bulur. Kendine özgü kimliğini ararken, kendi yaşamının sebebini ve anlamını belirlemeye çabalar. Bu zamanda insanlar, önemsiz olanları bir kenara bırakma mücadelesine girerler. Bu yıkıcı süreç genellikle acı vericidir ve içimizdeki savaşçı bu zamanda uyanarak sorunları çözmek üzere yardımımıza gelir. Sonuçta insan bu evrede, kişisel güce, dengeye ve gerektiği zamanlarda bir savaşçı olma becerisine kavuşur ve korku duymaksızın karanlıklara girebilir.

Buradan sonra kuzeye dönülür. Kuzey, orta yaşın zamanı, aynı zamanda mevcut durumun sürdürülme zamanıdır. Bu zamanda insan, omuzlarında

yaşlıları, kucağında ise çocukları taşır. Orta yaşın insanları, insanlık dünyasının devamı için gereken işleri üstlenenlerdir. Artık onlar için başkalarının bakımını üstlenmenin ve verici olmanın zamanıdır. Artık kendini bir kenara koyup ilgisini başkalarına yöneltmenin zamanıdır. İşte bu, olgunluğun zamanıdır.

Daha sonra sıra doğuya gelir. Doğru, aydınlanmanın ve yaşlılığın zamanıdır. Artık bu evrede insan için bilgelik, günlük hayatın bir parçasıdır. Gençlik yıllarına ait olan her şeyden vazgeçilmiş, bilgeliliğin gençlere aktarılması derdine düşülmüştür. Bu zamanda insanın spiritüel dünya ile ilişkisi derinleşir ve bu dünyadan göçmek üzere hazırlığını yapmaya başlar. Tüm bunlar yaşamın her safhasında, insanın her eyleminde hep yeniden beliren kalıplardır.

Bir çember oluşturabilmek için, incelikle ona uygun bir yer belirlemelisiniz. Bahçenizin sakın bir köşesi, bu amaca uygun bir yer olabilir. Evinizin içindeki sakın bir yer bile bu amaç için kullanılabilirse de açık alanda bir yer daha elverişli olacaktır. Olumlu hisler taşıdığınız belli bir yere karar verdiğinizde, o yer için dualar okuyun; ardından adaçayı ile tütsüleyip bir şifa çemberi oluşturmak niyetinde olduğunuzu açıklayın. Şimdi artık taşları bulma zamanı. Kendinizi iyi hissettiğiniz yabancı yerlere gidin, yardım için dualar okuyun ve taşları aramaya başlayın. Dört yöndeki dört kapı için sekiz büyük taş ve her kapının arasına dizmek üzere en az dört taş ve her şeyin kaynağını simgeleyecek bir büyük merkez taşı bulmalısınız. Güneş Ayı'nın şifa çemberine dair özellikle "*Çemberle Düş Görmek*" isimli kitabı, bir çember oluşturmayla ilgili farklı yaklaşımlar sunarak ince ayrıntılara yer vermektedir.

Bulduğunuz her taşı tütsüleyin; ona dualar okuyup onu aldığınıza karşılık bir tutam tütün bırakın. Taşları, çemberi oluşturacağınız mekana götürün. Tüm taşlar hazır olduğunda, onları tören eşliğinde yerleştirmeye başlayın. Her taş, nereye yerleştirilmek istediğini sorarak size telkin ettiği yere yerleştirin. Çember tamamlandıktan sonraki bir zamanda yeni taşlar eklemek isteyebilirsiniz. Boulder dışındaki toprağımızda yarattığımız şifa çemberinde olduğu gibi Washington'daki Vision Dağları'nda oluşturduğumuz çemberde de gittiğimiz her ülkeden topladığımız taşları kullanmaya çalıştık; çünkü onlarla, böylesi sıkıntılı bir zamanda Yeryüzü'ne destek verebilecek bir çember yaratabilirdik. Dolayısıyla şifa çemberimiz, 30-40 kişiyle tören yapılabilecek büyüklüğe ulaştı.

Kutsal çubuk gibi şifa çemberinin de her ögesi bir *anlam* taşır. Zaman içinde, tıpkı tütün çubuğunda olduğu gibi çemberin farklı özellikleriyle ilgili meditasyon yapmak ve daha derinlerdeki anlamlarını kavrayarak onlarla

iletişime geçmek önemlidir. Böylesi bir anlayış seviyesine bir kez erişildi mi, şifa amacıyla çemberin belli anlamlarının uyandırılması mümkün olacağı gibi, arzu edilen birçok sonuca ulaşılması da kolaylaşacaktır.

Bitkilerle çalışırken, belli bitkiler ile çemberin çeşitli yönleriyle temsil edilen farklı kutsal güçler arasında benzerlikler bulunduğunu keşfedersiniz. Başka bir deyişle, kimi bitkiler güneyin veya kuzeyin gücünü yansıtır gibidirler. Kimileri, sanki şifa çemberinin bütünü içinde taşırlar. Dolayısıyla, bitkilerle çalışırken yalnızca bitkinin tıbbi gücünü değil o bitkinin kendi içinde barındırdığı yönün gücünü de uyandırabilirsiniz. Eğer bu anlayışı kazanmışsanız, bir kimseye belli bir bitki üzerinden vermeye çalıştığınız şifanın gücü artacaktır. Bazı insanlar, güneydeki çocukluk yıllarını geride bırakmakta zorlanırlar; sanki gençlikten erişkinliğe geçecekleri batı yönüne gitmemek için direnirler. Batıda onları bekleyen savaşçı ruhu geliştirmek istemezler; tüm insanların yaşamlarında yüzleşmek durumunda kaldıkları karanlıkla karşı karşıya gelmekten kaçınır, kendi kılıçlarını nasıl taşıyacaklarını öğrenmeyi reddederler. Böylesi bir zorlukla karşı karşıya olan bir kimseye, batıdan gelen bir bitkiyi vermek, onun, şifa çemberinde o yöne doğru ilerlemesine yardımcı olabilir. Bir başka örnekte, uzun süredir gerilim yaşayan, aşırı sorumluluk yüklenmiş, fazlaca ebeveyn davranışlı ve çocuksuluklarını unutmuş insanlara, güneyin bir bitkisini vermek gerekebilir. Böylelikle o yönlerini hatırlayarak yeniden içsel dengelerine kavuşmaları mümkün olabilir.

Yönlerin özünü hissetmeye başladığınızda, karşınıza çıkan bitkilerde o özü tanıyabilecek duruma gelirsiniz. Ve onları tıbbi bağlamda kullanmayı öğrenirsiniz.



ROCKY DAĞLARI

BÖLGESİNİN DÖRT KUTSAL BİTKİSİ

Kutsal Nitelikleri ve İlaç Olarak Kullanımları

PULSATILLA

Güneyin bitkisi

OSHA

Batının bitkisi

USNEA/AĞAÇ LİKENİ

Kuzeyin bitkisi

MELEKOTU

Doğunun bitkisi

Yaklaşık 150 bitkiyi öğrenmiş olmamla birlikte, bunlar arasından bazıların ruhu öylesine güçlü ki, onların benimle birlikte çalışan spiritüel yoldaşlarım olduklarını düşünüyorum. Onları, fiziksel rahatsızlıklar için ilaç olarak kullanmanın yanı sıra hasta olan insanların ruhunu iyileştirmek için tören sırasında da kullanıyorum. Şimdi sizlerle, onlar hakkında öğrendiklerimi paylaşmak istiyorum.

Bana güçlü birer spiritüel yoldaş olduklarını düşündüğüm dört öncelikli bitki var: Pulsatilla, osha, usnea/ağaç likeni, melekotu... Her birinin kendine özgü bir kişiliği var ve gelip benimle konuştukları zaman, belli fiziksel biçimlerde görünürler. Pulsatilla küçük bir kız çocuğu gibidir; ağaç likeni, kendisi gibi karışık saçlı yaşı belirsiz genç bir adama benzer; osha, koyu kahve rengiyle, hantal ve güçlü yapısıyla erkek bir ayı gibidir; melekotu ise, olgun ve güzel bir kadındır sanki, sessizliğinin ardında bitmek tükenmek bilmez bir güç saklayan...

Yine bu bitkilerin farklı cinsiyetleri vardır benim için: İkisi erkek, ikisi kadındır. Her birini her iki insan cinsiyeti için kullansam da, erkek olanı erkeklerde, dişi olanı dişilerde kullanmayı tercih ettiğim durumlar daha fazladır. Nehrin Şifacı Kartalının giriş bölümünde değindiği ve bitkilerin “biz iki bacaklıların sıklıkla mücadelesini verdiğimiz duygusal sorunları kendi içlerinde halledebildiklerine” dair tanımını çok gerçekçi buluyorum. Bitki ile insan cinsiyetlerini birbiri ile eşleştirmeye çabalarken, bitkilerin, insanların duygusal sorunlarını -kadın veya erkek oluşlarına bağlı olarak- çözmelerine destek verebildiklerini fark etmiştim. Bu sürecin kimi ayrıntılarına, kutsal şifa ile ilgili 6.bölümde değinildi.



PULSATILLA

Pasque flower-Pulsatilla patens-

Güneyin Bitkisi

Bu bitkinin botanikteki ismi *Anemone patens* veya *Pulsatilla patens*'dir. Dakota'lar onu *hokshi-chekpa wahcha* (ikiz çiçek) ismiyle çağırırlar. Lakota'lar *hoksi' cekpa* (bebek bağı), Blackfoot'lar *napi* (yaşlı adam), Omaha ve Ponca'lar *te-zhingha-makan* (küçük bufalo ilacı)adı ile anarlar. Omaha ve Ponca'lar için bu bitki, kutsal bir ilaçtı ve ona yüksek bir değer verirdi. Bu son iki kabilede, pulsatillayı ancak Te-sinde gen'lerin' şifacısı kullanabilirdi.

Alt tarafı tüylerle kaplı olan eflatun renkli pulsatillanın küçük köklerinden yükselen sapları üzerinde genellikle bir veya iki çiçek açar. Her şeyden önce sinir sistemini sakinleştirip rahatlatan bu bitkiden, özellikle de aşırı gerginlik ve endişe içinde bulunan veya fazlasıyla kızgın ve korku dolu kişilerin fayda göreceğini söyleyebilirim. Bu bitki insanı yumuşatıp sakinleştirir; gerilimini çözmesine yardımcı olur. Kısacası, o sinirlerin gıdasıdır. Bedendeki sinirsel uyarımların enerjisel titreşimlerini değiştirerek, daha çocuksu, mutlu ve özgür bir kimsede bulunan sevgi ve ilgi dolu tutumlara dönüştürür. Onun en belirgin kullanım sahaları arasında yumurtalık ağrısını, boyun ve baş ağrısı ile kulak ve sinüslere bağlı olarak beliren ağrıları sayabiliriz.

Birçok bitki uzmanı, taze pulsatilla ile uzun süre temas edildiğinde ciltte kabarmaya yol açtığından söz etmekteyse de ben onların bu düşüncesine katılmıyorum. Kaldı ki, bitki zaten bu özelliğinden ötürü geleneksel olarak ciltte karşı etki yapması amacıyla uygulanmaktaydı. Şöyle ki: bedenin belli bir yerine konularak orada cildi tahriş etmesi sağlanırdı; böylelikle vücudun bir başka yerindeki yangı veya kızarıklık azaltılmaya çalışılırdı. Bu yöndeki uygulamalardan biri de el eklemlerindeki şişliklerin giderilmesidir. Parmakların üzerine konduğunda derinin kızarmasına sebep olan bitki, bir yandan da onun altındaki eklem yerlerindeki şişliklerin rahatlamasına yol açar. Bitkiden elde edilen tentürün gereğinden fazla tüketilmesi kusmaya neden olur, ki ben de bir saat içinde bu bitkinin tentüründen 10-15 damla içtiğimde bulantı hissetmiştim.² Ancak tentürün bu miktarda içilmesi, aşırı gerginlik ve ani sancı gibi durumları ortadan kaldırmada oldukça etkili olabiliyor. Bitkinin bu denli güçlü oluşu ve yan tesirler gösterme ihtimalinin bulunması nedeniyle dikkatlice kullanılmasında yarar vardır.

Avrupa geleneğinde, pulsatillanın, Yunan Tanrısı Adonis'in ölmek üzereyken kaybettiği kan damlasından hayat bulduğuna inanılır. Adonis, Afrodit'in sevdiği adamdır; Afrodit, bu güzel yüzlü adamın hayatta kalabilmesine izin verilmesi için yalvarır. Bunun üzerine Zeus, Adonis'in zamanını üçe bölerek kendisi, Yeryüzü'nde Afrodit ve yer altı dünyasında da kraliçe Persefon arasında pay eder. O artık bitkilerin tanrısı olarak kutlanacaktır; ölümü ile yeniden doğuşu ise mevsimsel büyümeyi ve doğanın yenilenişini simgeleyecektir. Yunan hekimi Pliny, pulsatillanın rüzgar (anemos) adıyla anıldığını, çünkü yalnızca rüzgar estiğinde çiçek açtığını belirtmiştir. Gerçekten de anemon çiçeği, rüzgarın estiği yerlerde yetişme eğilimindedir.

Colorado Boulder bölgesinin çevresindeki dağlarda, pulsatilla, bahar güzeline* ardından baharda açan ikinci çiçektir Diğer bitkiler açtığında, pulsatilla saçları beyazlamış bir başı andırır. Birçok kültürdeki insan için bu bitki baharın/yaşamın başlangıcını, insanlığın gençlik çağını ve yaşlılığa doğru ilerleyen yaşam döngüsünün tamamını simgeler.

Bu bitki ilaç olarak kullanıldığında sakinleştirici etkisiyle sinirleri gevşetir. Onun bıraktığı etki, tıpkı çocuklukta yaşanan çocuksu ve genç duyguların benzeridir. Şifa çemberinde güneyin bitkisi olan anemon, yeniliğin ve yaşamdaki baharın simgesi, gençliğin bitkisidir.

(*) Spring beauty-Claytonia virginica- Baharda Kuzey Amerika'nın doğusunda çiçek açan bir bitki (ç.n.).

Yaşlı bir Dakota, bahar mevsimindeki ilk pulsatilla ile karşılaştığında çocukluğunu anımsar; keder ve deritten kuşlar ve çiçekler kadar özgür bir halde, oyun oynayarak gezdiği tepeleri hatırlar. Toprak Ana'nın kucağındaki çiçeğin yanı başına oturur ve çubuğunu çıkarıp tütün doldurur. Ardından çubuğunu saygıyla Toprak'a doğru tutar; sonra göğe, kuzeye, doğuya, güneye ve batıya doğru uzatır. Bu sessiz selamlamanın ardından çubuğunu içmeye koyulur. Yaşamındaki değişen sahneleri gözden geçirerek derin derin düşünür; sevinçleri, üzüntüleri, umutları, yapabildikleri, hayal kırıklıkları ve onu yolun bu aşamasına getiren göze görünmez güçlerin ona verdiklerini geçirir aklından ve inanır, yolun sonuna değin kılavuzlanacak olduğuna... Çubuğundaki tütün bitince ayağa kalkar; çiçeği alarak, onu evdeki torunlarına göstermek üzere yanında taşıırken bir şarkı söyler. Bu, İkiz Çiçek'in şarkısıdır. Onu çocukken öğrenmiştir. Şimdiyse onu torunlarına öğretmektedir.³

Pulsatilla'nın şarkısı

Cesaretlendirmek isterim

Diğer çiçek ülkelerinin

Çocuklarını

Şimdilerde Yeryüzü'nün her yerinde biten

Onlar uyanıp da derin uykulardan

Gelirken Toprak'ın kalbinden yeryüzüne

Ben burada beklerken yaşlanmışım

Ak saçlı olmuş başım



OSHA

Ligusticum porteri

Batının bitkisi

Osha bitkisinin botanikteki ismi *Ligusticum porteri*'dir. Onun ayılar tarafından kullanılıyor oluşu, birçok farklı kültür arasında bilinen bir hikayedir;

çoğu zaman ayı ilacı olarak anılması da bu sebeptendir. Meksika dilindeki *chuchupate*'nin, kadim Aztek dilinde ayı ilacı anlamına geldiği söylenir. Colorado'ya ilk gelen göçmenler onu Colorado öksürük kökü olarak tanımlamışlardır, çünkü bu duruma karşı gerçekten tesirli bir bitkidir. Hemen herkes onu yalnızca osha adıyla çağırır.

Osha, eğer Rocky Dağlarının bio-bölgesinde yaşamaktaysanız kullanabileceğiniz en öncelikli tıbbi bitkilerden biridir, Meksika'dan Kanada'ya kadar olan bölgedeki Rocky Dağları silsilesi boyunca 2000 metreden yüksek yerlerde yetişir. Virüslere karşı etkin unsurlar taşıdığından nezle veya soğuk algınlığı baş gösterdiği anda hemen kullanılmalıdır. Boğaz ağrısı ve bronşlarda iltihap gibi durumlarda süratle yumuşama sağlayarak ağrının etkisini ortadan kaldıracaktır.

Çayı kadar, toz haline getirilmiş kökü veya tentürü de bakterilere karşı etkilidir ve ciltteki yaraların iltihaplanmasını önlemede oldukça başarılıdır. Özellikle öksürük şuruplarında kullanılır; *Batı Dağının Tıbbi Bitkileri* adlı kitabında basit bir öksürük şurubundan söz eden Michael Moore, bir ölçü toz haline getirilmiş kökün iki ölçü bal ile karıştırılmasını, ardından bir saat kadar sıcak suda bekletilip soğuyunca süzülmesini tavsiye ediyor. Bununla birlikte, bitkinin her türlü öksürük şurubu reçetesindeki etkisi mükemmeldir.

Osha, aynı zamanda midede hazımsızlık için de çok iyi bir ilaçtır. Onun, özellikle de midede veya bağırsakta henüz baş göstermiş olan ülserlerin yarattığı ağrı ve kasılmalara karşı faydalı olduğunu fark ettim (tıpkı aynı aileden gelen melekotu ve tavşancıl otu* gibi). Fakat bu hastalıktaki asıl faydası virüs ve bakterilere karşı taşıdığı etken özelliklerdendir.

Tıbbi olarak kullanılan kısmı köküdür. Tohumları ile yapraklarıysa, mutfakta frenk maydanozuna benzer şekilde kullanılabilir. *Bu bitki, çok zehirli olan bir bitkiyle kolaylıkla birbirine karıştırılabiliyor; "baldıran".* Onlar arasındaki en temel farklılık kökleridir. Osha'nın kökü oldukça tüylüdür; kerevizi andıran güçlü bir kokusu vardır. İçteki yumuşak dokusu ise sarı renkte olup sabunsu bir his verir. Fakat bu bitkinin yanı başında oturup onu tanımaya başladığınızda, artık onu bir başka bitkiyle karıştırmazsınız. Böyle oluncaya dek, topladığınız bitkinin osha olmasına çok dikkat etmelisiniz. Onunla ilgili olarak yanılığa düşeceğiniz tek bir bitki vardır; baldıran...

Bitkinin yaprakları maydanozunkine benzer. Çiçeğinin sapı ve tohum zarfının karakteristik *umbel* (şemsiye) görüntüsüne sahip olduğu osha bitkisi, 60

(*) Cow parsnip-heracleum sphondylium (ç.n.).

ila 90 cm uzunluğuna kadar büyüyebiliyor. *Umbellifereae* ismini alması da bu özelliklerinden ötürüdür. Köklerini kazmak için bir küreğe ihtiyaç duyarsınız. Kökleri oldukça güçlü ve dirençlidir; genellikle titrek kavak ağaçlarının bulunduğu ormanlarda kavakların kökleri arasında büyürler. Bu da onların kazılıp çıkarılma işlemini güçleştirir. Osha, dağların 2000 metrelik yüksekliklerinden itibaren görülebilen bir bitkidir. Güneşte kurutulduğu zaman hasar görmeyen nadir bitkilerden biri olan osha, uzun yıllar saklanabilir; çünkü kökünde bulunan bakteri ve virüs karşıtı etken maddelerden ötürü çürümeyecektir.⁴

Osha, ehlileştirilmekten hoşlanmaz; kültür bitkisi olarak yetiştirilmesi ne-redeyse imkansızdır. O, yabani bir bitkidir.

Osha, batının bitkisidir, insanın “kendi içine baktığı” yerde... O, başkası tarafından bakılmaya muhtaç olmayı tercih etmeyen bir bitkidir. Çünkü o, karanlıkların içine girmeyi göze alıp kendi şeytanları ile savaşmak durumunda olanların bitkisidir. Öncelikli olarak erkeksi bir bitki olmakla beraber, tüm diğer bitkiler gibi kadınların da faydalanabileceği özelliktedir. Osha bitkisi ile oturup meditasyon yaptığınız zaman onun çiçeklerine veya yapraklarına odaklanmak gibi yanılgıya düşmeyin; onun bütün yaşamı ve gücü köklerinde-dir. Narin yaprakları insanı yanıltacaktır. Dolayısıyla onunla oturduğunuzda, zihninizin bitki sapından aşağıya doğru toprağın altına, onun yaşadığı yere se-yahat etmesine izin verin. Orada onun -indeki bir ayı misali- toprağın altını kendine mesken tuttuğunu göreceksiniz. Eğer oshayı işbirlikçi bitkiniz olarak yardıma çağırmayı düşünüyorsanız, kendinizdeki savaşçı kuvveti uyandırmış olmalısınız. Oshanın gelmesi ve sizinle olması için ona ricada bulunmazsınız; siz ona güç ve kuvvetin hazır bulunduğu bir yerden seslenirsiniz. Osha sizin bir savaşçı olduğunuzu bilirse, zaten sizinle olup size yardım edecektir.

Kendi içlerindeki kötülüklerle mücadele eden, kendilerindeki savaşçı kuv-veti geliştirmeye çabalayıp karanlıkla savaşan insanlara Osha vermeyi tercih ederim. Oshayla çalışmak için, güçlü duyguları olan tutkulu bir kimse haline gelmeye istekli olmalısınız. Gücünüz ve hiddetinizin açığa çıkmasına izin ver-meli; kuma bir çizgi çekip; “Yeter! Buradan ötesi yok” diyebilmelisiniz.

Osha, sorunun kökenine iner. O, parçalanma sürecinde olanlara yardım eder. Derinden bir değişimin gerçekleşmesi için gereken sıyrıp atma, ayıkla-ma sürecini anlar. O, “Ayının Barış Antlaşması”nı öğrenmek üzere mücadele verenler içindir.

Oshadaki enerjinin çoğu, ayı enerjisidir. Ayılar bu bitkiye kediotu gibi davranırlar: Üzerinde yuvarlanır ve kendilerini onun kokusuna bularlar. Er-kek ayıların, kökleri kazıp çıkararak kur yapmak amacıyla eşlerine uzattıkları

bilinir. Bir ayı, kış uykusundan henüz uyandığında bulabilirse osha bitkisini yer; bu sayede sindirim sistemini temizlemek ister. Kökü ağzında sulu bir macun olana dek iyice çiğnedikten sonra, onu pençelerinin üzerine tükürerek yüzünü temizler. Ardından da bitkiyi sıkarak suyunu tüm bedenine dağıtır. Nitekim bu bitki, vücut parazitlerine karşı çok güçlü etken maddeler içermektedir. Ama ayılar tüm bunları nereden öğrenmişlerdir? Bunu kimse bilmesede, ayıların bitkilerle ilgili bilgilerinin olduğu her kültürde efsanevi bir şekilde anlatılır. Ayı, birinci derecede şifacı bir hayvan olarak kabul edilir, çünkü bitkileri kendini iyileştirmek için kullanır.

Ayı ilacı olarak kabul gören bitkisel ilaçların tümü çok güçlü birer iyileştiricidirler. Çünkü ayı, şifa veren hayvanların arketipidir; dolayısıyla onun şifa veren gücü ile ilgili sayısız hikaye vardır.

Uzun zaman önce Kaplumbağa Adası'ndaki bir köyde geçen şöyle bir hikaye anlatılır: Yaşlı bir adam köye gelir. Bedeni yaralarla kaplı olan bu yaşlı çok kötü kokular yaymaktadır. Hastadır, fakat ne yiyecek ekmeği vardır, ne de kendine ait bir eşyası...

Evlerden birinin önüne gelir ve sorar: "Bana yardım edebilir misiniz? Kalamak bir yere ve yemek yemeye ihtiyacım var, çok açım."

O evde yaşayanlar, ondaki hastalığın çocuklarına bulaşmasından korktukları için onu oradan uzaklaştırırlar. Böylesi hasta bir adamı evlerinde konuk etmek istemezler. Kapı kapı dolaşan adamcağız, her defasında aynı tepkilere maruz kalır.

Hasta ve umutsuz haliyle köydeki en son evin kapısına varır. Bu ev, köydeki diğer evlerden biraz uzakta, büyük bir ağacın dalları altında gizlenmiş gibidir.

Yaşlı adam eve yaklaşarak kapıyı çalar ve ev sahibinden yardım ister. İçeriden onu gören kadın, yaşlı ve yardıma muhtaç olduğunu anlar. Onu içeriye alarak yemek yedirir; dinlenecek bir yer gösterir. Yemeğini yedikten sonra kendisine gösterilen döşegün üzerine yatan yaşlı adam derin bir uykuya dalar.

Ertesi gün bir gün öncesinden çok daha iyi durumdadır, fakat hala yoluna devam edecek kadar sağlığına kavuşmamıştır. O gün de ev sahibi kadının ona sunduğu yiyeceklerden yiyip yeniden dinlenir. Ertesi gün uyandığında, kendisini önceki gün olduğundan çok daha kötü hisseder. Kadıncağız bilebildiği tüm şifa yöntemlerini uygulasa da yaşlı adamın durumu giderek kötüleşir. En nihayet bildiği her şeyi denedikten sonra, artık adamın öleceğini düşünmeye

başlamıştır. Adam da bunun farkındadır ve yattığı yerden elini kaldırarak kadıncağızı yanına çağırır.

“Rüyamda Ruh bana ormanda yetişen ve beni iyileştirecek olan bir bitkidenden söz etti; Sana da bunu söylememi istedi” diyerek yerini tarif eder ve şöyle sürdürür sözlerini: “Tek yapacağın, gidip onu bulmak.”

Kadıncağız ormana gider ve bitkiyi bulur. Tam da onun tarif ettiği yerde duran bitkiyi dua ve törenle toplar. Eve döndüğünde yaşlı adam ona, bitkiyi ilaç haline getirmek için gerekli olan dualardan ve törenlerden bahseder. Kadın bu söylenenleri uygulayarak ilacı ona içirdiğinde adam iyileşir, günden güne güçlenir.

Fakat aradan çok kısa bir zaman geçmesiyle birlikte yeniden hastalanır. Kadıncağız yeniden onu iyileştirmeye yönelik tüm bilgisini kullandığı halde bir sonuç alamaz. Adam her gün biraz daha kötüleşmektedir. Bir kez daha ölüm döşeğine düştüğünde, kendisini iyileştirecek olan ve rüyasında ona Ruh tarafından bildirilen ikinci bir bitkiyi anlatmak üzere kadını yanına çağırır. Kadıncağız onun söylediklerini uygulayınca adam yeniden iyileşir.

Bir yıl boyunca aynı olaylar seyrini sürdürür. En son bitkiyi kullandıktan sonra iyileşen adam bir daha hastalanmaz. En nihayet yatağından kalkarak kapıya yönelir; kadına dönerek şu sözleri söyler: “Ruh bana bu köyde bulunan ve insanları nasıl iyileştirmesi gerektiğini öğrenmeyi bekleyen bir kimsenin varlığından söz etmişti. Ben buraya seni bulmak ve sana şifacılıkla ilgili tüm bildiklerimi öğretmek için gönderildim. İşte bu görevi yerine getirdim.”

Son kez kapıya yönelen adam kapıdan çıkarak ışığa doğru yürümeye başlar. Kadıncağız kapıya koşarak dışarıya baktığında, ormana girmek üzere olan adamın büyük bir ayıya dönüştüğünü görür.

İşte şifacılık insanlara böyle yollardan gelirdi. Sioux şifacısı Çift Kalkan’ın (Two Shields)dediği gibi:

Ayı rüyada, insanların iyileşmesi için onlara bitkiler sunar halde görülen tek hayvandır. Ayı, herhangi başka bir hayvandan ya da insandan korkmaz; insanlar onun kötü huylu olduğunu söylerler, oysa bize bu nezaketi gösteren tek hayvandır. Dolayısıyla ayıdan gelen ilaç, özellikle etkili bir şifa olarak kabul edilir.⁵

Ayıdan gelen pek çok bitkisel şifa şarkısı vardır. Sioux şifacısı Oku’te de ayıdan gelen şarkılardan birini aktarmıştır:⁶

Sung by SUDOTKA

Voice $\text{♩} = 80$

DRUM not recorded

(1) (1) (3)

(2) (3) (1)

(3) (1) (4)

Pa - zi - lu - ta

wal ya - tin kto ka han - ta e na - zily - ye ma -

to ho - ma - ki - ye a

TERCÜME: *Bunu Ayı Söyledi:* Bir ilacı, bir bitkinin kökünü yiyeceksin. İşte burada yetişiyor. Bunu bana ayı söyledi.

Oshanın tadı ve kokusu güçlüdür. Onun tüylü kökünü elinize aldığınızda gücünü hissedebilirsiniz. Bir parça tadınca, onun ağzınızda patlayıp tüm vücudunuza yayılacak kadar güçlü bir tadı olduğunu fark edersiniz. Osha, bir şifa heybesinde taşınacak iyi bir bitkidir.



AĞAÇ LİKENİ / USNEA

Usnea türleri

Kuzeyin bitkisi

Latince de ağaç likeninin farklı türleri *Usnea barbata*, *U. longissima*, *U. hirta*, *U. florida*, *U. ceratina* ve *U. dasypoga* gibi isimlerle anılır. Görünüşünden ötürü ona verilen ortak ad “Yaşlı Adamın Sakalı”dır. Dakota’lar ona *Chan wiziye* adını vermişlerdir; “ağacın kuzey yamacında” veya “kuzey rüzgarının Ruh’u” olarak tercüme edilen bu ismin içindeki *Chan*, ağacın üstünde manasına gelirken, *wiziye*, karlara ve çam ağaçlarına karşı veya kuzeyin efsanevi beyaz devi olan kuzey rüzgarı gibi anlamlar taşır.

Ağaç likeninin, sümüksü zar sistemiyle ilgili olan akciğerler, bağırsaklar, boğaz, sinüsler, idrar ve üreme yolları gibi bölgeler üzerinde iyileştirici etkisi vardır.

Liken türleri, Birleşik Devletler’in kuzey bölgeleri boyunca yetişir. Grimsi yeşil renkte olan bu bitki genellikle meyve ağaçlarının, köknar, meşe ve çam ağaçlarının üzerinde büyür. Tüm türleri antibiyotik ve antifungal (mantar yok edici) unsurlar içerir. Genellikle püsküllü ya da tüylü görüntüleri vardır. Daha rutubetli bölgelerdeki ağaçlar üzerinde büyüyenler, uzun gür dallar halinde aşağıya sarkar vaziyettedirler. Colorado’da genellikle püsküller halinde bulunan likenler, çam ve köknarların altında büyür. Bir püskülün boyu bazen bir kivi meyvesinin büyüklüğüne ulaşırken bir yandan da kesilmiş ya da ölmek üzere olan ağaç kütüklerinin tamamını kaplayacak şekilde bir yayılım gösterebilirler.

Bu bitki, ortak yaşama sahip iki bitkiden oluşmuş gibidir; dış kısmı (korteks) grimsi yeşildir ve antibiyotik etkisi gösteren bileşikler barındırır; içteki kısım (tallus)* ise bağışıklığı uyarıcı öğeleri taşır. İçteki tallus, ağaç likenini biraz olsun parçaladığınızda görünen, korteksin içindeki ince beyaz iplikçikten oluşur. Tallus, ıslakken esnektir; tıpkı lastik gibi. Kurduğunda ise esnekliğini

(*) Kök, gövde ve yaprak farklılaşması olmayan algler, mantarlar ve bazı ilkel yosunlarda görülen basit bitki yapısı (ç.n.).

kaybeder. Usnea yassı değil yuvarlaktır. Üzeri ise minik kabarcıklarla (papilla) kaplıdır. Bu haliyle tüylü veya kıvrıkcık saçlı birine benzer.

Toz halinde veya bütün halde cilt enfeksiyonlarında kullanılabilen usnea, inanılmaz etkilere sahiptir. Alkolde tentürü yapılarak, bütün halde yenerek ya da çay yapıp içilerek tüberküloz ve akut bakteri enfeksiyonları gibi iç hastalıklarında kullanılabilir. Duş olarak da trikomonas ve maya enfeksiyonlarına karşı kullanılabilir. Herbalistler genellikle usneayı mantar enfeksiyonlarında, lupus (deri veremi), trikomonas, meme iltihabı, varis ve tropik ülserler, ikinci-üçüncü derece yanıklar, plastik cerrahi, ayak mantarı, saçkıran, idrar yolu enfeksiyonu, soğuk algınlığı, nezle, bronşit, akciğer zarı iltihabı, zatürree, tüberküloz, sinüs enfeksiyonu, stafilokok, dizanteri ve streptokok gibi hastalıklara karşı kullanırlar.⁷

Ağaç likeni türleri, tüberküloz tedavisinde oldukça etkilidir. Aslına bakılırsa ağaç likeni içindeki etken madde olan usnik asit, "1:20.000-1:50.000 sulandırıldığında tüberkülozun ilerlemesini tamamıyla durdururken, 1:200.000-1:2.000.000 sulandırıldığında büyümesini engelleyici etki göstermiştir."⁸ Daha farklı kaynaklar, usnik asitin etkililiğinin, bire bir milyon kere⁹ sulandırıldığında streptomisin düzeyine geldiğini belirtirler. Bu açıdan bakıldığında, bitkiden elde edilecek tentürün etkin ölçekleri, günde 3 defa 2-7 damlalık arasında değişecektir. Etkili tedavi en az 6 aylık süreyi gerektirir.

Usnea, dünyanın farklı yerlerindeki birçok kültürde geniş bir kullanım alanına sahiptir. Kanarya Adaları'nda yara iyileştirici, İtalya'da mide asidi giderici, Arjantin'de antiseptik, Suudi Arabistan'da bakteri önleyici ve Şili'de tümör oluşumunu engelleyici olarak kullanılması bunlardan bazılarına örnek teşkil eder. Kore ve Arabistan'da kadınlardaki adet dönemi gecikmelerinde kültürel olarak kullanıldığı da bilinmektedir. Hamilelik sırasında kullanılması ters etkiler yaratabiliyor. Ağaç likeni, suda zor çözünen bir bitki olduğundan bitkinin bütün halde kullanılması veya alkol tentürü haline getirilmesi tercih edilmektedir. Buna rağmen geleneksel kullanımda çayı yapılması veya suda bekletilmesi, su ortamında da bazı faydalı etken maddelerinin açığa çıkmasını sağlar.¹⁰

Kuzey Amerika'da ağaç likeninin böylesine rağbet görmesine karşın onun Kuzey Amerika yerlileri tarafından kullanılışı ile ilgili çok az bilgi olması gerçekten de dikkat çekicidir. Tüm diğer dünya kültürleri tarafından tanınmış gibi görünen bu bitki, fiziksel ya da ruhsal birçok şikayetin giderilmesinde kullanılır. Mesela Kiowa'lar onu çıbanları için kullanır, pek çok yerli halk da ondan boya maddesi olarak faydalanır.

Ağaç likeni kuzeyi, ağarmış saçların bulunduğu yönü temsil eder. Geze-
genin akciğer sistemini oluşturur. Ağaç likeni, genç bir adam görünümünde
bana geldiğinde kullanımları hakkında konuştu, özellikle de onun gezege-
nin akciğeri konumundaki ağaçlar için ne denli önem taşıdığından söz etti.
İnsanlar tarafından kullanılıyor olması ikincil bir konuydu bunun yanında.
İşte ilk defa o zaman, bitkilerin ekosistemde nasıl da ilaç vazifesi gördüklerini
anlamıştım; onlar, evrimleşip gelişerek Yeryüzü'nün ekosisteminin, Gaia'nın,
kendi içindeki sağlıklı dengesini korumasına yardım etmişlerdi. O zaman,
bitkilerin bize verdikleri şifanın, bu döngünün doğal bir parçası oluşumuza
bağlı bir sonuç olduğunu kavradım. Usnea ağaçlardaki enfeksiyonla savaşıyor;
ve böylelikle yağış rejimlerinin belirlenmesinde hayati bir işlevi var. Usnea'da-
ki gücün en kuvvetli yönlerinden biri AĞAÇlara özgü güçtür. Usnea ile ağaçlar
arasında kadim bir antlaşma vardır ve insan usneanın ruhsal yönleriyle daha
derin bağlar kurduğunda, insanlardan çok önce var olmuş kadim güçlerle de
bağlantıya geçmektedir.

Usnea ile ilişkim derinleştikçe ve de onun kendine mesken tuttuğu ruhsal
alana doğru seyahat ettikçe, onu anlayabilmenin pulsatillayı, oshayı ve mele-
kotunu anlamak kadar kolay olmadığını fark ettim. O, benim insan duyarlılı-
ğımın algılayabildiklerimin ötesinde bir yerlerdeydi, yerini belirleyen işaretleri
takip etmek zordu ve kafa karıştırıcıydı. Usnea ile daha derin bağlar kurabil-
mek için AĞAÇLARın daha derindeki ruhsal yönleriyle bağ kurmalı ve onlar-
dan usnea ile bağlantı için izin istemeliydim.

*Büyükbaba Usnea
Sen kuzeyden gelirsin
Uzun bacaklarınla
Sana sesleniyorum bütün insanlar adına
Ve senden öğretilerini duymak istiyorum
Her şeyin birbirine nasıl da bağlı olduğunu hatırlat bize
Seninle ağaçlar arasındaki kadim antlaşmadan söz et
Ve iyileştirici gücünü getir bize*



MELEKOTU

Angelica türleri

Doğunun bitkisi

Melekotu türlerinin botanikte, *Angelica archangelica*, *A.atropurpurea*, *A.pin-nati*, *A.gayi*, *A.tomentosa*, *A.Hendersonii* gibi isimleri vardır. Fakat bununla birlikte, onun yaygın olarak kullanılan ismine bakıldığında, hangi kutsal amaca hizmet ettiğini görebilmek mümkündür: yüce melek, yüce melekotu, kadim melek, ustanın otu ya da kökü anlamına gelen masterwort (wort: eski İngilizce'deki *wyrt* kelimesinden türemiş, kök veya ot anlamındadır; yani ustaotu gibi bir anlamı var...) Tüm bu isimler onun meleksi yapısına işaret etmektedir. Creek Kızılderilileri ona *Notosa* derler.

Herbalistler, melekotunu üreme sistemini düzenler, adet dönemindeki gecikmeleri önleyici, kramp giderici (üreme organları veya bağırsaklardaki), sindirim sistemini düzenleyici ve şişkinliği önleyici, soğuk algınlığı veya öksürük durumunda balgam söktürücü, terlemeyi önleyici ve idrar yolları enfeksiyonlarını gidermek için idrar söktürücü olarak kullanmaktadırlar. Melekotu, idrar yolları için antiseptik görevi görür. Eklemlerde yangıyı azaltıcı etkisi vardır. Bedenin virüslere karşı dirençli olmasını sağlar, fakat akrabası osha kadar etkin değildir. Kullanılan kısmı, öncelikli olarak kökü ise de, tohumları mide bulantısına karşı başarıyla kullanılır . Sap ve yaprakları daha az etkilidir; Avrupa'da daha çok şekerleme şeklinde tatlı olarak tüketilir, likör endüstrisinde de tatlandırıcı olarak kullanılır.

Melekotu kökü, olduğu haliyle yenebilir vaziyettedir; küçük bir parçasını cebinizde taşıyıp zaman zaman çiğneyebilirsiniz. Kök kısmı genellikle tentür halinde kullanılır (günde 4 kez 30-60 damla); tohumları da tentür haline getirilebilir (günde dört kez 10-30 damla) veya tohumların kendisi ağızda çiğ-nenebilir.

Melekotu ile osha, baldıranlarla aynı aileden geldikleri için, kimi baldıran (hemlock) türleriyle az da olsa benzerlikler gösterir. Bu yüzden osha ile zehirli baldıran, melek otu ile su baldıranı bazen karıştırılabilir. Kökünün ve -onun kadar olmasa da- yaprakları ve tohumlarının kendine özgü, kerevizi andıran

bir kokusu vardır; ama bu tam bir melekotu kokusudur. Onu topladıktan sonra ellerinizi kestiğiniz kökün üzerinde gezdirirseniz, iç tarafında sabunsu kaygan bir yüzeyinin olduğunu hissedersiniz. Yaprakları geniş, oval biçimli, aşağı yukarı 7-8 cm. boyundadır ve daha küçük yaprakçıklara ayrılmıştır. *Melekotu çok zehirli olan su baldıranı ile birbirine karıştırılabildiğinden, doğru bir şekilde ayırt edilmesi şarttır.*

Bitki genellikle 180 cm boyuna ulaşır. Tepesinde duran çiçek ve tohum semsiyesini taşıyan sapı etkileyici bir görünümüne sahiptir.¹¹ Amerika'da bulunan onsekizden fazla Kızılderili halkının melek otunu, batılı tıbbi yöntemlerine benzer yollarla şifa amaçlı kullandığı bilinmektedir.¹² Ben kendi adıma onun, adet dönemi düzenleyici, kramp ve bulantıları giderici olarak çok faydalı olduğuna inanıyorum. *Hamilelik sırasında aksi tesirler gösterebilir.* Creek Kızılderilileri, mide rahatsızlıkları durumunda melekotu kökünü çiğneyip suyunu yutar ya da kurutup tütünle birlikte içerlerdi.

Melekotundan insana akan kadınsı duygu ve çok güçlü bir ruh saflığı beni her zaman şaşırtmıştır. O, utangaç bir bitkidir, bolca yetişmez. Her zaman su kaynaklarının civarlarında biten bir su bitkisidir. Onun ruhu ile oturup derinleştığınız zaman, melekotunun Yer ile Gök arasındaki bir dengede bulunduğunu hissedersiniz. İçi boş, güçlü sapı yerden yükselirken, alemler arasındaki ruhsal gücü üzerinde taşırcasına dimdik durur. Şamanların birçoğu, ruh dünyalarında seyahat ettiklerinde dengeyi koruyabilmek için melekotunu yanlarında bulundurmaya tercih etmişlerdir.

Melekotunun ruhu güçlüdür; kendi içinde bir boşluk hisseden kadınlar (melekotu sapının içindeki boşluk misali) onun ruhundan yardım isteyebilirler. Onunla oturup iletişime geçin ve gelip içinizdeki boşluğu doldurmasını, size yoldaş olmasını isteyin. Her bitkinin belli bir ruh gücü ve buna bağlı nitelikleri vardır; onları ruhsal ilaç bağlamında kullandığınız zaman bu güçleri harekete geçirirsiniz. Melekotu doğunun bitkisidir; dolayısıyla da doğunun görüşünü, bilgelik ve aydınlanışını, gelişmiş dengesini kendi varlığında barındırır.

Melekotunun asli güç ve kuvveti - ister duygusal bağlamda, ister fiziksel veya ruhsal bağlamda olsun- çevresel etmenlerin çelişik talepleri durumunda ortaya koyabildiği gelişmiş ruhsal denge ve gücünde saklıdır. Bu bitkiyi, dengelerini yitirmiş görünen kadınlara destek vermesi amacıyla kullanıyorum. Histerik astım şikayeti olan, üreme organları dengesini yitirmiş, kendini başkalarında kaybetmeye meyilli, anoreksiya nervoza hastası ve de ruhsal denge ve güç konusunda bir model ihtiyacı duyan kadınlara genellikle bu

bitkiyi öneriyorum. Bu bitkiyi ruhsal bir şifalandırıcı olarak kullanırken, onun yalnızca ilaç olarak yutulması yeterli değildir. Bitkiyle iletişim kurmak üzere onunla oturmak, onu yardım için ikna etmek ve neredeyse aileden biriymişçesine yakınlaşmak gerekir; ta ki o, bir kardeşten farksız olana dek.



BİTKİLER VE KUTSAL

KULLANIMLARI İLE İLGİLİ KISA BİR ÖZET

Derinden bağlantıya geçtiğim on beş bitkinin yanı sıra, belki otuz bitkiyle daha, derin diyebileceğim bir ilişki içindeyim. Bildiğim ve kullandığım diğer yüz elli bitkiyle daha değişken derinliklerde ilişkilerim var. Daha az derinlikte bir ilişkiye geçebildiğim on dört bitkiyle ilgili burada vereceğim bilgiler ise, onların yaşam alanlarına, görünümlerine ve kutsal kullanımlarına değinmektedir.

Bitkilerle çalışıp onları daha yakından tanıdıkça, bir ilaç yaparken bazı bitkilerin diğer bitkilerle aynı zamanda toplanması gerektiğini gördüm. Aslında, belli bir kişi için hazırlanacak olan bitkisel ilacın *gestaltı* zihinde tutulduğunda, bu ilacın içindeki her bir bitki diğerlerinin yoldaşdır, ve daha etkin olabilmesi için hepsi eş zamanlı bir süreçte toplanmalıdır. Bu türden olan üç bitki, meyan kökü, ekinezya ve kıvılcık köktür. Onlar bir aradayken birbirlerinin gücüne güç katar ve çok etkin bir ilaç meydana getirirler. Hatta eş zamanlı toplandıklarında bu güç daha da artar. Birçok kültürde bu üç bitkinin aynı zamanda toplanması bir zorunluluktur adeta! Tıbbi bitkiler hakkındaki bilginiz arttıkça, bazı bitkilerin aynı anda toplanmak istediklerini fark edecek ve ardından birbirine yoldaş olan bitkilerle ilgili kendi deneyimlerinizi edinmeye başlayacaksınız.

Bu bölümde, kimi yerli halkların belli bir bitki ile ilgili kutsal yönelimleri ile aynı bitkinin çağdaş tıbbi kullanımları arasında bir karşılaştırmayı paylaş-

mak istiyorum. Bununla beraber, konuları ele alırken daha önceki bölümde olduğu kadar ayrıntılı açıklamalara değinmeyeceğim.

Kutsal şarkılara, dua ve kaynak efsanelere yer verirken, beş Kuzey Amerika kabilesi Hupa'ların, Catawba'ların, Sioux, Kwakiutl ve Ojibwa'ların bu bitkileri kullanımını anlatan hikayelerinden söz edeceğim. Catawba'lardan gelen bilgi, bir bitkinin kullanımını söze döken en sade, en basit anlatım dilini içermektedir. Sioux'lar ve Ojibwa'lardan alınan bilgilerde, bitkiler için söylenmiş kutsal şarkılar ve zaman zaman onun bir görü sırasındaki geliş biçimiyle ilgili aktarımlar vardır. Kwakiutl Kabilesi'nden gelen bilgilerde, bitkileri toplarken ve kullanırken okunan duaların yanı sıra ne şekilde hazırlandıklarına dair anlatımlara da rastlarız. Hupa'ların bilgileri doğrultusunda gelen aktarımlarsa bir bitkinin kutsal kaynak efsanesine, toplanırken okunan dua ve kullanım biçimine dair ifadelerle yer vermektedir. Hupa Kızılderililerinin hikayelerinde her zaman, insanlar (Kızılderililer) bu dünyaya gelmezden önce var olmuş bir varlıktan söz edilir; o varlık, bitkilerin iyileştirici gücünü keşfeden ve Kızılderililer bu dünyaya geldiklerinde bu bilgiyi onlara aktarmış olandır. Bu hikayeleri elimden geldigince aktarılış biçimlerine sadık kalarak kaleme almaya çalıştım...



KIVIRCIK LABADA

Yellow dock – Rumex crispus

Labada bitkisinin yaprak kenarları kıvrıktır; yaklaşık 30 cm. boyundadır ve sapı boyunca sıralanan yaprakları almaşıktır.* Sonbaharda çarpıcı bir pas kırmızısına bürünen bitkinin tepe tacı ile tomurcukları, kış boyu ölü halde bulunan sapı üzerinde dururken kolaylıkla seçilebilir görünümündedir. Kökü bir havuca benzer; dışı kızıl kahve rengine, içi ise sarımsı turuncudur. Kökteki sarı renk ne denli koyu ise, bitkinin tıbbi nitelikleri de o denli güçlüdür. Köke sarı rengi veren bileşikler, bitkideki başlıca tıbbi özlerdir, bu yüzden kök ne kadar sarıysa bu maddeler de o kadar çok demektir. Suda büyüyen bitkiler pek makbul değildirler; onları daha ziyade kuru yerlerden ve çayırılık alanlardan toplamak gerekir.

(*) Yaprakların karşılıklı değil bir sağda bir solda dizilişi (ç.n.)

Tıbbi ilaç olarak toplanan kısmı köküdür. Özellikle de hazımsızlık, kabızlık, kan ve derideki sorunlar, karaciğerdeki tıkanıklık gibi durumlar için kullanılan bitkinin kökü, hepatit sonrası iyileşme sürecinde ve yağlı besinlerin işlenmesindeki zorlukları gidermede oldukça etkilidir. Müshil etkisi, *Cascara sagrada** veya aynı etkiye sahip diğer bitkilere oranla çok daha yumuşaktır. Meyan köküyle birlikte alındığında bu tür bir sorunu gidermede oldukça etkilidir.

Bu bitkinin kökü ile sarsaparilla (*aralia hispida*), karahindiba kökü, dulavratotu, mahonya kökü (*Oregon grape root- Mahonia aquifolium-*) ve sıcaotunu eşit miktarlarda karıştırıp günde üç kez bir tatlı kaşığı olmak üzere sedef hastalığında kullanıyorum. Bu kök, bir tür “kan temizleyici”, müshil ve karaciğerdeki tıkanıklığı giderici olarak kabul edilebilir. Kurutulmuş bitkiden faydalanılmak isteniyorsa, kökü öğüttükten sonra iki tatlı kaşığı tozu bir fincan suda on beş dakika boyunca hafifçe kaynatmak ve günde üç kez içmek yeterli olacaktır. Kökünden elde edilecek tentür ise, günde üç kez 30 damlaya (bir damlalık dolusu) kadar kullanılabilir.¹

Kwakiutl Duaları Ve Kıvrıcık Labadanın Kullanımı

Kwakiutl kabilesinde bir kadının boğazı şiştiğinde veya uzun süre hazım sorunu yaşadığında, eşinden gidip bazı kökleri bulmasını ve onlara dua okumasını söyler. Eşi ormana giderek bitkileri bulur ve onlara dua eder:

Size geldim, size eriştim, ey Doğaüstü Varlıklar... sizden, uzun zamandır mide ağrısından dertli olan eşimi iyileştirmenizi istiyorum. Lütfen onu sağlığına kavuşturun ey merhametliler, ey Doğaüstü Varlıklar...

Kökleri kazıp çıkardıktan sonra, eve giderek eşine gösterir; birlikte dua eder, minnetlerini dile getirirler. Erkek eş kökleri yıkayıp temizler; onları sıcak suda uzunca bir müddet kaynatır. Kök, artık parçalarına ayrılacak kadar yumuşadığı zaman hazırdır. Labadayı küçük bir kaseye koyarak eşine sunar. Eşi onları alarak elinde bir süre tutar ve kaseye bakarken dua okur:

(*) Kabuğu laksatif olarak kullanılan dikenli bir çalı, anlamı: kutsal kabuk (ç.n.).

Gel Doğaüstü Varlık gel. Seni elimde tutuyor ve senden yardım diliyorum; gel de beni iyileştir ey Doğaüstü Varlık. Şimdi içime girecek ve beni, bana dert veren bu hastalıktan kurtaracaksın, ey merhametli olan, ey Doğaüstü Olan...

Ardından, labada kökünü yer ve suyunu içer. Kasedeki bittiğinde eşi, geriye kalan kök ve suyu yeniden ısıtır. Isınan kökü suyuyla birlikte bir tülbent veya bezin içinde süzüp sıkar. Bezin içindeki kökü eşinin göbek bağı üzerine yayar ve dua eder:

*Ey Doğaüstü Varlık, eşimin bedeni içine giren diğer yarınla birlikte
eşimi iyileştirin ki bir an önce sağlığına kavuşabilsin.
Sensin Doğaüstü Olan, sensin Uzun Yaşam Veren ²*

Bunun üzerine kadının midesinden sesler gelmeye başlar. Bağırsaklarını boşaltır ve midesindeki ağrı kaybolur.



YABANİ AMERİKAN MEYAN KÖKÜ

Glycyrrhiza lepidota

Bitki uzmanları, Amerikan yabani meyan kökü ile onun akrabası olan Avrupa'daki *Glycyrrhiza glabra*'yı birbiri ile karşılaştırıp etkinliği konusunda birçok tartışmalara -sayısız kaynakçalar göstererek- girmişlerse de, bana göre bizim Amerikalı kuzen de, Avrupalı akrabası kadar etkilidir.

Yabani Amerikan meyan kökü, bezelye ailesinin bir üyesidir ve sürünen kök saplarıyla birbirine bağlı büyük koloniler halinde büyür. Kökleri, bitkinin tıbbi kısmıdır; toprağın yüzeyine yakın bir yerlerde bulunan bu kökleri toplamak kolaydır. Amerikan meyan kökü, Avrupalısı kadar tatlı değildir; bezelye tadındadır. Meyan kökünün daha tatlı olan türünün artısı, çoğu bitkisel ilacın keskin tadını hoş içimli hale getirmesidir.

Yapraklar, yaprak sapı boyunca birçok yaprakçık halinde sıralanır, 11 ile 17 arasında değişen tek sayıdadır ve en tepesinde tek bir yaprak bulunur. 45-90 cm. arasında değişen yüksekliğinin yanı sıra, beyazdan sarımsı yeşile kadar değişkenlik gösteren yonca benzeri çiçekler açar. Sayısız tohum zarfları, koyu paslı kahverenginde olup pürüzlü bir yüzeye sahiptir ve kıyafetlerin üzerine

kolaylıkla yapışır. Tohum zarflarının pürüzlü oluşu, bu bitkinin ayırt edilebilmesini kolaylaştırır. 300 ila 2700 metre arası yükseklikte yetişebilen bu bitki, su hendekleri ile yavaş akışlı derelerin civarında büyümeyi sever. Genellikle verimli miktarlarda ürer; dolayısıyla, yeterli ölçüde bitki kökü bulabilmek pek de güç değildir.

Meyan kökü, bilinmesi gereken asal bitkilerden biridir; her türlü bitkisel repertuarın faydalı tamamlayıcısıdır. Güçlü bir bitki olan meyan kökünün etkin olduğu dört ana alan vardır: akciğerler, mide, kadın üreme organları ve böbreküstü bezleri.

Solunum sistemi içinde birçok destekleyici etkisi olan meyan kökü, spazmları önleyerek öksürüğü azaltır, ciğerlerdeki balgamı söktürüp üşütme sırasında oluşabilen iltihapların önünü alır ve sümüksü oluşumları yumuşatarak geçişini kolaylaştırır.³

Kendini harap edercesine yaşayan, ciddi miktarlarda kahve tüketen ve durmaksızın “gerginlik” yaşayarak her an “kaçışı veya saldırıyı” alışkanlık edinmiş, belki de amfetamin veya kokain içmeye yönelmiş insanların böbreküstü bezleri yorgun düşer. Böbreküstü bezleri, aynı zamanda cinsellik hormonlarının da üretildiği bir yer olduğundan, yorgun düşmüş böbreküstü bezleri libidonun düşmesine yolaçar. Bir yandan da bedenin sağlıklı onarımını ve dokuların büyümesini kolaylaştıran maddeleri de sağlayan yer yine böbreküstü bezleridir. Dolayısıyla böbreküstü bezlerinin yorgun düşmesi aynı zamanda bedenin iyileşmesini geciktirici bir etki gösterir ve bedensel dokuların canlılığını yitirmesine yol açar. Meyan kökü, böbreküstü bezlerinin ürettiği, beden tarafından kullanılan pekçok maddeye eşdeğer unsurlar taşır. Bununla birlikte gerginliğin, kahve ve çay içiminin azaltılması, böbreküstü bezlerinin dinlenip kendini onarabilmesi anlamına gelecektir. Böbreküstü bezlerinin aşırı yorgun düşmesi durumunda, (70 kg. ağırlığındaki insan için ölçü) günde üç kez 30 damla (bir damlalık dolusu) meyan kökünün 3 ila 6 ay arasında bir süre boyunca içilmesi, gereken faydayı sağlayabilecektir.⁴

Meyan kökü, mide ülserinin tedavi edilmesinde de oldukça faydalı etkilere sahiptir. Böyle bir durumda kurutulmuş ve toz haline getirilmiş bitkinin kullanılması gerekir. Eğer ki midede bir ülser durumu varsa, bu tozdan 28gr. ölçüsünde alıp herhangi bir sıvıyla birlikte her sabah içmelidir. Ülser, kimi zaman midenin hemen alt bölümünde ve bağırsağın girişinde yer alan on iki parmak bağırsağında da baş gösterebilir. Bu tür bir ülser için toz halindeki bitkinin, günde üç kez iki kapsül halinde alınması daha yararlıdır. Kapsül eridiğinde, toz halindeki bitki, on iki parmak bağırsağının girişinde bir yığın

oluşturur. Böylelikle sfinkter* kası açıldığında bitki, olduğu gibi ülserli bölgeye düşer.⁵

Meyan kökü, östrojenin bitkisel öncülleri olan *fitoöstrojenler* bakımından zengindir. Bu bitkinin menopoza bağlı belirtilerde etkili olduğunu gördüm. Onu genellikle, yine östrojen bakımından zengin olan şerbetçiotu ve karayılan otu (black cohosh- cimicifuga racemosa) gibi bitkilerle karıştırmayı yeğliyorum. Buna rağmen, yeterli miktarlarda alındığı zaman tek başına da etkili olabiliyor. Günde altı kez bir damlalık dolusu bitki ile başlanmasını ve ihtiyaca göre ayarlanmasını tavsiye ediyorum.⁶

Gram negatif bakterilere karşı etkili olan meyan kökü, bir yandan da mikrop-lara karşı etkindir. Virüslere karşı da etken maddeler taşır ve vücutta interferon salgılanmasını artırır. Meyan kökü, standart antibiyotiklere karşı direnç geliştirmiş olan bakterilere karşı etkili olduğunu göstermiştir.⁷ Onunla birlikte alınan diğer bitkilerdeki etken maddelerin etkisini de artırıyor gibi görünmektedir. Ekinezya ile birlikte alındığında- kendi başına gösterdiğinin çok ötesinde- bağışıklığı güçlendirici etki göstermektedir. Aşağıdaki tarif, soğuk algınlığı veya nezle durumunda etkili olduğunu düşündüğüm bir karışımdır:

Soğuk algınlığı için bitkisel karışım: Kızılkök, ekinezya ve meyan kökü eşit miktarlarda karıştırılır. Soğuk algınlığının belirtileri görülmeye başladığında bu karışımdan bir damlalık dolusu her saat başı alınmalıdır. Etkili olması için saat başı alınması şarttır.

Sioux Duaları Ve Meyan Kökünün Kullanımı

Lakotaların şifacısı Kartal Kalkanı, bir ayıdan aldığı görülerden meyan kökünün nasıl kullanıldığını öğrenmiştir. Görüsü sırasında ona verilen bir de şarkı vardı; bitkiyi ne zaman kullanacak olsa o şarkıyı söylerdi.

(*) Açılma, açma, gevşetme ya da kapama, sıkma görevi olan halka şeklindeki kas.

No. 88. Song of the Bear

(Catalogue No. 518)

Sung by EAGLE SHIELD

VOICE  80

DRUM not recorded

(1)



(2)

na - pe kiij wa - kaij ye - lo pe - zi - hu - ta o -

ta ye - lo ye - lo mi - na - pe kiij pe - zi - hu - ta o - ta ye - lo

TERCÜME: Ayının Şarkısı: Benim pençem kutsaldır. Bitkiler pek çoktur; pençemse kutsaldır... Her şey, her şey kutsaldır.



KIZILKÖK

Red Root - *Ceanothus* türleri

California'da kızılkök genellikle küçük ağaçlar halinde yetişir. Colorado'da ise onun bir türü olan *Ceanothus fendleri* yaygındır. Bu türden olan kızılkök, dağınık bir bitki olup yarı dikenli bir şekilde yer örtücü olarak genişçe bir alana yayılmış olarak bulunur. Tohum zarfları parlak kırmızımsıdır ve köklerinden yapılan tentürün rengi ile aynıdır. Tohumları bir bezelyenin yarısı

büyükliğünde, üçgen biçimlidir; tohum zarfları oluşmadan önce dallarında küçük kümeler halinde kokulu beyaz çiçekler açar. California'da yetişen türünde aynı çiçeklerin eflatun, pembe veya mor renklisine rastlamak mümkündür. Saplarının üzerinde bulunan dikenler, toplandıkları sırada acı verici olabiliyorlar. Kökün dış kabuğu koyu, neredeyse siyah renktedir; tırnağınızla kazıdığınızda ise iç tarafındaki kızılımsı kabuk çıkacaktır karşınıza. Bu içteki kabuk ne denli parlak bir kırmızı ise, tıbbi açıdan o denli güçlü unsurlar taşır. Bu kökü toplamanın en uygun zamanı sonbahar ve ilkbahardır; çünkü bu zamanlarda iç kabuk daha parlak renktedir. En güçlü olduğu dönemde, bitki kökünün merkezinde pembemsi bir renk bulunur. Bu renk tüm kök boyunca kendini gösterir.

Kök oldukça odunsudur ve taze iken 5cm. büyüklüğündeki parçalar halinde kesilmelidir. İyice kuruduğunda fazlasıyla sertleşen kökü kesmek oldukça zordur. Ben genellikle kökün yürüyen yan köklerini toplamayı tercih ederim; onlar yüzeye daha yakın dururlar. Bu yan kökler, asıl kökten gövdeye doğru giden göze görünmez bir geçiş yaparlar ve ben siyah kök kabuğunun sapın yeşiline döndüğü yerde bu ayrımı belirlerim. Bir keresinde bir parça kırmızı kök aramaya gitmiştim ve köklerin yerin neredeyse 120 cm. altında beyaz sopa sapı kadar kalın bir halde bulunduğunu görmüştüm. Uzun süre dayandılar ve çok iyi ilaç oldular.

Kırmızı kök, özellikle lenf sistemi için oldukça faydalı bir bitkidir. Lenf sisteminin atık hücreleri büyük bir süratle işlemekten geçirmesine destek verirken, soğuk algınlığı veya nezlenin çok daha kısa sürede atlatılmasına yardımcı olur. Pek çok bitki uzmanı, kırmızı kökün T-hücrelerini artırdığını, dolayısıyla da bağışıklık sistemine bağlı aksaklıkların -ki buna AIDS de dahildir- düzene girmesi açısından çok yararlı olduğunu belirtmişlerdir. İltihaplanmış bademciklere, boğaz ağrısına, vücudun herhangi bir yerindeki şişmiş lenf nodüllerine de olumlu etkisi vardır. Bademcik iltihabı veya boğaz ağrısı durumunda, bu bitkinin tentürü kullanılmalıdır, ağız yoluyla alınıp tükürükle birleştiginde, boğazdan aşağı doğrudan sorunlu bölgeye etki eder.

Her 70 kg'lık insan için, eğer kronikleşmiş bir durum söz konusu ise günde üç kez 30 damla, akut vakalarda günde altı kez aynı miktarı almak gerekebilir.⁹ Geniş çapta bir çeşitlilik göstermesine rağmen, tüm kırmızı kök türleri, kök kabuğu ve içteki öz kısmı kızılımsı mor veya kırmızı kahve olduğu sürece kullanılabilir.

Catawbaların Kızılkökü Kullanış Biçimi

tu'ktu keri-keri' here
wi'ti keri!'here hi- samu!' itci'gene tci-tci!samu'
isi'grere ata' de!. ta'ktu ti-ki!ye keri!howe i-ha'sigri
motu!' taktu'ki o'wetca ta'de mi-hari-yu'we
yi-tero ki mi-hari- ho'we.

Tercümesi: Kızılkök iyidir gerçekten. O, bir çocuğun ağzı için iyi bir kök ilacıdır. Küçüğün ağzı yara olmuşsa onunla yıkamalıdır. Meme başları yara olmuşsa kızılkök iyi gelir yine. Kızılkökten ilaç yap. Hem sen iyi olursun, hem de küçük çocuğun.¹⁰



Devil's club

Oplopanax-Oplopanax horridum

Oplopanax, ginseng ailesinin bir üyesidir ve tüm ginsengler gibi insanların genel canlılığı ile sağlığını destekleyici bir bitkidir. Öncelikli olarak Amerika'nın kuzeybatısında büyüyen bu bitki oldukça heybetlidir. Sapları 15cm'den 3 metreye kadar uzayabilen bitkinin çapı 2,5cm. veya daha az olabiliyor. Sapın üzerinde büyüyen ürkütücü keskinlikteki dikenler dış yüzeyinin çoğunluğunu kaplar. Bir şeker kamışı düşünün ki üzeri binlerce çelik iğneyle bezenmiş olsun; bu onu hayal edebilmeniz için yeterli bir tasvir olacaktır. Bitki öylesine uzar ki, artık kökü onu taşıyamayacak duruma gelir ve yere devrilir; devrildiği yerlerden yeni kökler uzatır. Yere yatık olarak duran gövdesi orman zemininin 10cm. kadar üzerinde kalır. Bu bitki yüzyıllık ağaçların büyüdüğü, görüşün zorlaştığı karanlık ve nemli ormanları sever. Çoğu insan, oplopanax ile böyle bir ormanda yürüyüş yaparken karşılaşır ve birdenbire, yere yatık vaziyette duran gövdesine takılıp düşerek bitki yığınlarının arasında bulabilir kendini. Bu sanki Stephen King'in tasarladığı dev bir böğürtlen çalsının içine düşmek gibi bir şeydir!

Sapları bütün halinde tentüre dönüştürüp kullandığımda her zaman olumlu sonuç alsam da, bu bitkiyi toplayan çoğu kimse kökün kabuğunu kullanır ve onun çok daha güçlü bir ilaç olduğunu ileri sürer.

Oplopanax, yetişkin şeker hastalığı ile hipoglisemi (düşük kan şekeri) belirtilerini azaltır. Şeker hastalarına özgü keskin iniş çıkışları daha ılımlı bir hale getiren bu bitki, kandaki şeker miktarını sabit bir seviyede tutabiliyor gibi görünmekte. Aynı tentürün Amerika ginsengi ile birlikte uzun süreli kullanımı, halsizlikten, ve düşük libidodan muzdarip ve sık sık hastalanan 55 yaşın üzerindeki erkeklerin durumunu düzeltmede oldukça başarılıdır. Bitkiyi Sibiry ginsengini kullandığınız şekilde kullanabilirsiniz; bu sayede vücudun canlılık seviyesi yükselirken, doğal bağışıklık sistemi düzene girecek, cildin rengi ve görünümü sağlıklı bir hal alacaktır. Ölçü: 6 ay ila bir yıl arasında değişen bir süre boyunca günde üç kez bir damlalık dolusu(30 damla) olmalıdır.¹⁰

Kwakiutl Duaları ve Oplopanax'ın Kullanımı

Bir kadın, vücudu ağrılar içinde uzun süre yattığında, eşinin gidip oplopanax'ı aramasını ister. Böylelikle eşi, yanına bir yaygı ve küçük bir balta alarak nehir boyunca yürümeye koyulur; ta ki bitkinin büyümekte olduğu bir yere gelene dek... Orada yaygısını serip oturur ve dua etmeye başlar:

Şimdi bana bakın; zira size yakınlaşmaya çalışıyorum ey Doğaüstü Varlıklar. Ben size zavallı eşim tarafından gönderildim ve sizden merhamet dileyerek onun hastalığını bedeninden çıkarmanızı istiyorum. Çünkü o bu yüzden ağrılar içinde yatıyor. Şimdi sizlere seslenmeye geldim ey Doğaüstü Varlıklar! Ne olur yanı başına gidip kurtarmalısınız onu; sen ey Hayat Veren, ve sen, ey Şifacı Kadın, eşimi iyileştirin ki, lütfen, o yaşasın. Ne olur yaşasın...

Duasını okuduktan sonra baltasını alır ve dört tane oplopanax keser; ardından başlarını kesip atar. Sonrasında onları yaygısının üzerine koyarak sarar ve evine götürür. Eve geldiğinde onları ateş yerinin önüne bırakır ve bir ateş yakar. Ateş iyice yandığında bir maşa yardımıyla bitkinin bir parçasını tüm dikenleri yanana dek ateşe tutar. Hepsini yandıktan sonra bitkinin kabuğunu soyar; kabukların tamamı soyulduktan sonra bir çaydanlığa koyarak üzerine su ilave eder. Onu yeniden ateşe koyarak bütün bir gün kaynatır. Akşam olduğunda, çaydanlığı ateşten alarak karısının hasta yatağına götürür. Yatağın

yanı başına bir leğen getirir. Maşanın yardımıyla çaydanlıktan çıkardığı bitkiyi yere bırakıp suyunu leğene döker. Leğenin üzerine bir tahta parçası veya levha koyduktan sonra karısı yataktan kalkıp onun üzerine oturur. Eşi onu iki battaniye ile sarıp battaniyenin kenarlarıyla leğenin etrafını örter. Böylelikle buhar hiçbir yerden çıkmayacak şekilde kapatılmış olan leğenin üzerinde oturan kadın, artık sıcağa dayanamayacak hale geldiğinde yeniden yatağına yatar.¹²



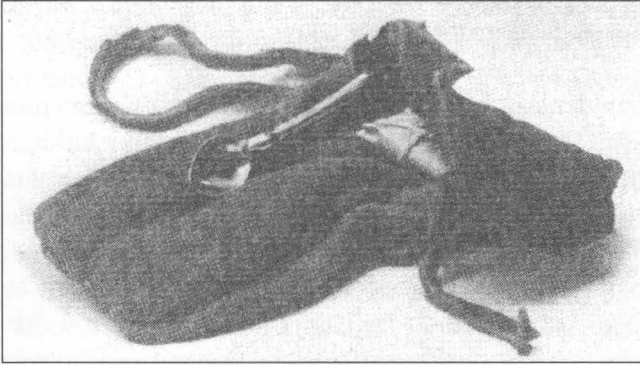
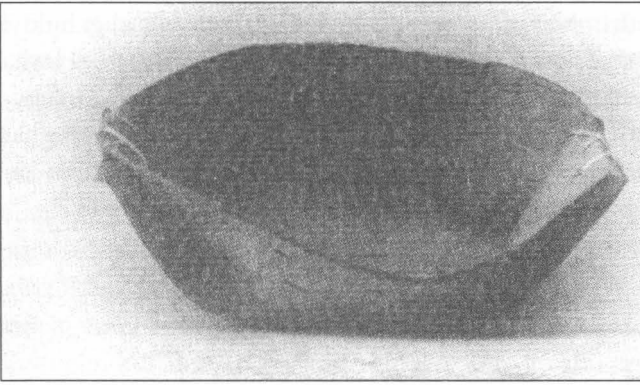
SÜTOTU

Seneca Snakeroot-Polygala senega

Sütotu, Georgia eyaletinden Arkansas'a, Doğu Dakota'ya kadar uzanan tüm kayalık ormanlarda yetişir. 15-45 cm.boyunda olabilen bu çok yıllık bitkinin yaprakları almaşık ve mızrak şeklindedir. Çiçekler bitkinin ucundaki başakta beyaz renklidir ve bezelye çiçeğine benzer. Bitkinin tıbbi kısmı köküdür. Bu kök akciğerle ilgili durumlarda balgam söktürücü ve spazm çözücü olarak kullanılır. Soğuk algınlığı, grip, kuşpalazı, zatülcenp, kronik nezle, astım ve öksürük gibi rahatsızlıkların giderilmesinde faydalıdır. Bunun yanı sıra, romatizmada iltihap önleyici ve vücuttaki şişlikler üzerinde de lapa olarak kullanılır. Kök ayrıca terlemeyi artırır ve başarılı bir idrar söktürücüdür.¹³

Ojibwa duaları ve Sütotu'nun kullanımı

Ojibwalar sütotu bitkisine *bi'jikiwuk'* ismini vermişlerdir. Bu isim, "bufalo ilacı" anlamını taşıırken, beyaz adamların ve sığırların gelişyle birlikte "sığır bitki ilacı" anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Ojibwalar bu bitkiden ilaç yapacakları zaman, onu birle yedi arasında değişebilen sayıda bitki ile karıştırır ve elde ettikleri karışıma yine *bi'jikiwuk* adını verirler. Sütotu önceliği olan bir bitkidir ve ilacın hazırlanmasında yer almadığı sürece ilaç etkisini göstermeyecektir. Ojibwaların şifacısı Main'gans, sütotu bitkisinin Ojibwalara gelişini şu hikaye ile anlatır:



Bi'jikiwûck için kese
ve ölçü kabı

Bir zamanlar bir Mide'wini'ni vardı (Mide'wiwin tıp topluluğunun bir erkek üyesi); rüyasında bufaloya benzeyen boynuzlu hayvanların suyun altında durduğunu görmüştü. Suyun içinden çıkageldiklerinde onunla konuştular; ona, bu muhteşem ilacı ne şekilde hazırlayacağını anlattılar. Onları geri gitmeleri için ikna etmek üzere bir şarkı besteleyip onu söyledi. O zaman genç bir adamdı, fakat bu şarkıyı yaşlanıncaya dek söyledi. Kökleri her kazışında veya bi'jikiwuk ilacını her hazırlayışında bu şarkıyı söyledi. Başkaları bu şarkıyı ondan öğrendiler ve artık, her ne zaman bu ilaç hazırlanacak olsa bu şarkı söylenir.¹⁴

Ojibwaların en güçlü şifacılarından biri olan Odjib'we, Frances Densmore için, asıl olarak sütotu bitkisinin kazılıp hazırlanması sırasında kullanılmak üzere, görü sırasında bestelenmiş bu şarkıyı söylemiştir.¹⁵

No. 22. Origin of the Bi'jikiwúck' (Catalogue No. 372)

Sung by ODJIB'WE

VOICE ♩ = 100

DRUM ♩ = 100

(Drum-rhythm similar to No. 2)

The musical score is written in bass clef with a key signature of three flats (B-flat, E-flat, A-flat) and a 3/4 time signature. It consists of three staves of music. The first staff has a melody with eighth and quarter notes, and a drum line with eighth notes. The second staff continues the melody and drum line. The third staff concludes the piece with a final cadence. The lyrics are written below the notes.

Mo - ki - yan nin - de mo - ki - yan e mo - ki -
yan nin - de mo - ki - yan e mo - ki - yan e mo - ki -
dji - wa - nu fi mo - ki - yan e mo - ki - yan nin - de mo - ki - yan e

TERCÜME: *Bi'jikiwúck'* in Kökeni: Doğuyorum, ben yükseliyorum. Ayağa kalkıyorum ben, kendim, doğruluyorum. Ben akıp giden bahardan doğuyorum. Kendim kalkıyorum ayağa. Ben, kendim.

Bi'jikiwuk, Ojibwaların taşıdığı asli savaş ilacıydı; erkeklere güç kazandırıcı ve kuvvetli bir şifa verici olduğu söylenirdi. Ojibwa savaşçısı, geleneği gereği onu çığner ve dudaklarıyla suyunu bedenine ve taşıdığı eşyalar üzerine püskürttü. Bu bitkinin, bir kimse üzerine yönlendirilmiş olumsuz tesirlere karşı koruyucu olduğu düşünülürdü. Yine aynı düşünceye göre, bütün bir yaşam boyunca günde dört kez alınan bu bitki, kullanıcısına kişisel bir güç verir ve canlılığını artırıp onu desteklerdi.



EKİNEZYA

Echinacea angustifolium

Ekinezya, belki de günümüz tıbbi bitkiler arasındaki en yaygın bitkilerden biri haline gelmiştir. “Günümüzün bitkisi” olarak adlandırabileceğimiz ekinezya, koni biçimli çiçekleri olan ve Arkansas, Texas, Montana, Wyoming, New Mexico, Kansas, Nebraska ve kısmen de Colorado sınırları içinde yetişen bir bitkidir. Çok yıllık bir bitki olup 45-90 cm arasında değişen boylara erişir. Açık morla açık pembe tonları arasında olabilen çiçekleri papatyaya benzer; çiçeğinin ortası ise sert, koni biçimli, kabarık, iğneli ve kahverengidir. Öncelikli olarak kökleri kullanılmakla beraber, taze tohum başları oldukça etkili bir ilaçtır ve tazeyken hazırlanmalıdır. Kökler kurutulabilir; fakat gücünü koruması için kullanılabilecek bütün halinde saklanmalıdır.

Ekinezya, bağışıklık sisteminin etkinliğini artırır; akyuvarların sayısını, yanıt verme hızlarını ve bakterileri sindirme becerilerini artırır. Bitkinin bu amaç doğrultusunda da olsa aşırı kullanımı, şu üç sebepten ötürü yerinde olmayacaktır: Birincisi, “yukarıya çıkan, aşağıya inmek zorundadır”. Eğer bağışıklık sistemi yapay olarak çok uzun süre uyarılırsa, gelişmemiş durumda ise daha da kötüleşir. Eğer ki ekinezya, bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi amacıyla kullanılacaksa, kullanım süresi kısa olmalı ve belli bir hastalığı hedef almalıdır. Başka bir deyişle, soğuk algınlığına yakalandığınızda ekiznezyayı kullanabilirsiniz; ama kullanırken onu daha başka bitkilerle, mesela meyan kökü veya kıvılcık gibi bitkilerle karışık halde kullanmayı tercih edebilirsiniz. Eğer genel bir halsizlik hissediyor ve sık sık hastalanıyorsanız ekinezyayı kullanmamalısınız. Bunun yerine, bağışıklık sisteminiz üzerine odaklanarak bir yıl boyunca Sibirya ginseng bitkisini kullanmalı, yemek seçimlerinizi değiştirmeli ve olabildiğince gerginlikten uzak durmaya çalışmalısınız. İkincisi, ekinezyanın böylesine tanınmış hale gelmesiyle birlikte, bazı bölgelerde yapılan toplu satışa bağlı olarak çevresel tahribat gerçekleşmiştir; büyük şirketler, bu bitkiye erişebilmek için dönümlerce toprağı çapalarıyla delik deşik etmişlerdir. Üçüncüsü, bu bitki en fazla on gün boyunca kullanıldığında etkili olur, bu süreden sonra etkisi süratle azalır. Eğer herhangi bir sebeple (bağışıklığı desteklemek gibi) bu bitkiyi uzun süre kullanmanız gerekirse, on gün kullanıp, birkaç gün ara verdikten sonra yeniden başlamalısınız.

Ekinezya, dokuların onarılması ve bağlayıcı dokuların iyileştirilmesi sürecini hızlandırmada oldukça etkilidir. Yırtılmış bağ dokuları, ekinezyaya olumlu yanıt verir ve ekinezya, doku onarıcı bir merhemin içinde de başarılı bir şekilde kullanılabilir. Sarı kantaron ile birlikte merhem haline geldiğinde, ameliyat sonrası yara izlerinin ve başka yaraların iyileşme süresini, kayda değer bir şekilde hızlandırabilir.

Ekinezya, streptokok enfeksiyonlarında, özellikle boğaz hastalığında muazzam bir etkiye sahiptir. Boğazdaki tahriş olmuş dokuyu uyuşturarak belirtilerin ortadan kaybolmasına yardım eder, fakat enfeksiyonun kendisine karşı da doğrudan etkileri vardır. Tentür halinde kullanılmalı ve ağızdan alınmalıdır. Tükürüğünüzle karıştırın ve hastalıktan etkilenen bölgeye yayılmasına izin verin. Hastalık denetim altına girene dek bir damlalık dolusu tentür saat başı bu şekilde kullanılmalıdır.

Çok faydalı ve güçlü bir bitki olmasına karşın, ekinezyanın yanlış kullanıldığı da görülmektedir. O her derde deva bir ilaç değildir. Bilinçli niyetle birlikte güçleri ve sınırlarıyla ilgili farkındalık, en iyi sonuçların alınabilmesi için esas teşkil eder.¹⁶

Sioux Duaları ve Ekinezyanın Kullanımı

Lakota şifacılarından Beyaz Pençeli Ayı'nın (Bear with White Paw) en temel bitkilerinden biri ekinezya idi. Onu, bademcik iltihabı, bağırsaklarda ağrı ve diş ağrısı için kullanırdı. İlacı kullanmadan önceyse aşağıdaki duayı okurdu:

Ho mita'kola on masi'ke tanyan' ana'magoptan yo. Anpe'tu kin lehanl' ta'ku wanzi'awa'can mi he oci'ciyakin ktelo'. Pezu'ta lena'ke slolye' mayaki'yin na ta'ku econ' maya'si na wo'yazan wan'zigzi api'ye ma'yasi na hena'iy'o'kihe kta ke'he kon wana' lehanl' iya'lipe wa'yin kta tka he'ce iyu'ha owa'kihi kta.
Wy'yazan hena' heyab'iya'yin kte.

Tercümesi: Dostum! Ben fakir ve düşkün biriyim. Beni iyi dinle. Bugün aklımda bir şey var, sana anlatmak istediğim. Bana tüm bu ilaçları tanıttın; belli hastalıklara erişebilmem için belli şeyler yapmamı istedin. Ve bana, ilaçların belli güçleri kendi içlerinde taşıdıklarından söz ettin. Şimdi onları etkili bir şekilde kullanmak istiyorum. Bu hastalıklar yitip gitsin istiyorum...

Bunları söyledikten sonra bitkiyi kullanırken şu şarkıyı dile getirirdi:¹⁷

No. 90. Song of Healing
Sung by BEAR-WITH-WHITE-PAW

(Catalogue No. 674)

Voice $\text{♩} = 66$

Drum not recorded

A - te hi - yu - ye yo a - te hi - yu - ye yo
a - te hi - yu - ye yo hu noij-pa ma - ka - ta yuij-ka ça
pi - ya - wa-ka - ge a - te hi - yu - ye yo
i - na hi - yu - ye yo i - na hi - yu - ye yo hu noij-
pa ma-ka-ta yuij-ka ça pi-ya-wa-ka - ge i - na hi-yu - ye yo

TERCÜME: *İyileştirme Şarkısı*: Baba, ortaya çık! Bu dünya üzerindeki iki ayaklı bir şeyi (insanı) iyileştirdim. Baba, ortaya çık! Anne, ortaya çık! Dünya üzerindeki iki ayaklı bir şeyi iyileştirdim. Anne, ortaya çık!



Beyaz Pençeli Ayı



EKŞİ YONCA

Redwood Sorrel - Oxalis Oregana

Ekşi yonca, diğer birçok yonca türü ile aynı biçimde kullanılıyor. Bitkinin toprak üstünde kalan kısmı tıbbi olarak kullanılır. Bitki geleneksel olarak is-korbüt, sıracı, ateşlenme ve cilt hastalıkları gibi durumlarda ve aynı zamanda tümör ve şişliklerin giderilmesi amacıyla yakı olarak da kullanılır. Yaprakları, tüm diğer yonca türleri gibi ekşimsi ve asitli bir tat verir ve genellikle taze olarak kullanılır. Ağızdaki yaralar, mide bulantısı ve boğaz ağrısı durumlarında ağızda çiğnenir. Yakı haline getirilmek istendiğinde de taze olarak kullanılır.

İskorbüt hastalığında taze bitki ya da yapraklarından çayı yapılır. Taze yaprakları salatalarda kullanılır, saksı bitkisi olarak da güzel görünür. Aşırı miktarlarda tüketildiği hallerde oksalat zehirlenmesine yol açabilir; uygun doz günde 2-4 bardak yaprak çayıdır.¹⁸

Hupaların Kaynak Hikayesi ve Ekşi Yoncanın Kullanımı

Formula of Medicine for Pregnant Women (Bear's Medicine)

- nin-nis-an min-nê-djit hai-ya a-na-toit-yau sats na-wa-
World In the middle there she got that way bear while
- 2 nê-djôx kyû-wiñ-ya-in-yan xon-nis-te me tel-tewen hai-ya
walking. Offspring her body in grew. There
- c-ül-wil ke-ül-⁴x La xû-Le ke-ül-⁴x min-nê-djô-xû-mil dū-ma-
all day she every night she chewed. After a while
- 4 a-din-nil-tewit hai-ññ wûñ-xoi-kyûñ-na-i-ya da-xwed-dûk-ki-
she couldn't walk. Then she began to think about it, "Why
- auw auw-dî-yau a-dim-mit ta-xûñ-hwû-ōw mit-tis na-teñ-en
am I this Her own so large over it she looked.
way?" belly
- 6 kût auw-xa-fin-ne kyû-wiñ-ya-in-yan-ta-diñ hai-ded auw-dî-
"I wonder if this Indian world this way I am."
way it will be
- yau hai-ya-mil xwen-neûk-kût-toiñ tce-xa-neûw a-don-ne
And at her back it spoke. It said,
- 8 hwe dōñ sa-hwil-lūw hai eñ dōñ kyû-wiñ-ya-in-yan ma
"Me put in your mouth." "It is Indians for
- a-nûñ-dî-yau hai-ya-mil deōx na-teñ-iñ-hit ded ññ-kyā La
you are that And around when she looked this she saw, one
way."
- 10 xau-dik kit-ññu-dûñ-qōtcē hai-ya-mil sa-wil-lai yis-xûñ-hit
standing its leaves sour. And she put it Next day
in her mouth.
- ññ-kyā na-na-is-ya-e-xû-lan hai-ya-mil a-teon-des-ne hai-yûk
she found she could walk. And she thought, "This way
- 12 xû-lûn-tel kyû-wiñ-ya-in-yan-ta-diñ hai-ded kî-ma-ū mil hai
it will be Indian world, this medicine with. This
- kût hwit-Lō-we hai-ye-he dō-xû-liñ lan hwin-nis-te teō-
is my medicine. Anyhow not many my body
- nañ-tait-te kyû-wiñ-ya-in-yan-ta-teiñ na-de-tewit-te hai mil
will know. Indian world in I will leave it. It with
- a-hwil-teit-den-te
they will talk to me."
- hai-yûx tein a-na-teit-yau
This they say she did.

Ve Yaratıcı ona yanıt verir: “Evet bu doğru, sanırım sen benim zihnimi biliyorsun; sana bu bitkiyi lütfedeceğim. İşte orada duruyor, onu al ve çocuğun altına koy.”

Ve ardından, elindeki tütsü kökünü savurur havaya...¹⁹



İPEKOTU

Milkweed-Asclepias türleri

Bitki tıbbında kullanılan üç ana ipek otu türü vardır; adı ipekotu *Asclepias speciosa*’nın yanı sıra ölümsüz *Asclepias asperula* ve zatülcenp kökü *Asclepias tuberosa*. Her biri kendine özgü olmakla beraber, vücuttaki etkileri bakımından birbirine benzer yanları vardır.

Yaygın ipekotu *Asclepias speciosa*, batı bölgelerinde yetişir. Genelde dağınık halde ve düzensiz olmasına karşın, bulunduğu bazı yerlerde topluluklar halinde yaşadığı da sıklıkla görülür. Ölümsüz türü, özellikle güneybatı çöllerinde büyürken, batı Nebraska ve Arkansas’ta da yetişir. Zatülcenp kökü ise bitkisel olarak en yaygın kullanıma sahip ipek otu çeşididir ki, en çok Birleşik Amerika’nın doğusunda görülür.

Yaygın ipek otu, genelde tek bir sap halinde 50cm’den bir metreye kadar farklı uzunluklara varabilir. Geniş yaprakları oval, ve uzun olup 20 veya 25cm. boyuna erişebilir. Yaprığın damarları oldukça belirgindir. Bitkinin küre biçimli kümeler halinde açan pembemsi beyaz çiçekleri vardır; bağımsız haldeki çiçekler lezzetli, güzel görünümlü ve çok tatlıdır. Onları suda kaynatabilirsiniz. Su tamamen buharlaştığında, geriye kalanı koyu bir şurup haline getirip krep türü yiyeceklerin üzerine dökebilirsiniz. Çiçek mevsimi geçtikten sonra bitki, her biri ince tüylü tohumlarla dolu olan 12cm. boyunda büyükçe tohum zarfları meydana getirir.

İpek otu oldukça faydalı bir bitkidir. Filizleri, 10-20cm. yüksekliğe eriştiğinde toplanabilir ve kuşkonmaz gibi hazırlanabilir. Sütü, kalın ve beyaz renkteki gövdesi, kalp glikozitleri barındırır ve oldukça acıdır. Bitkinin kaynatıldığı suyu birkaç kez değiştirmek gerekir. Bitkinin özsuğu suda çözünür ve suyla birlikte atılır. Bu şekilde hazırlandığı zaman, tadı neredeyse kuşkonmaz gibidir. Bence bu şekilde daha tadı daha yenilebilir bir hale gelmekte. Kullanılabilir olan yerlerinden biri de yapraklarıdır ki, onları ispanak gibi hazırlayabi-

lirsiniz. Çiçek tomurcukları da kaynatılabilir; bezelye ile kuşkonmaz arası çok özel tatları vardır. Tohum zarfları da ince tüylü tohumlarla dolmadan önce bamyaya tadındadırlar ve epey lezzetlidirler.

İlaç olarak kullanılan bitki kökü, aşağı yukarı bir kalem boyundadır. Belli bir mesafeye kadar toprağın derinliklerine iner, kimi zaman da bir anda ortadan kaybolur. Kökler genellikle kalın kümeler halindeki yumru köklerden oluşur.

İlaç olarak kullanılan kök, özellikle de akciğerlerin bitkisidir. Bronşlardaki balgamı yumuşatır, sökülebilmesini kolaylaştırır ve bronş yollarını temizler. Kuzeni olan ölümsüz gibi akciğerlerden çıkan lenflerin drenajına öncülük etse de bu işlevi çok da baskın değildir. Bununla beraber astıma, ciğerlere yerleşmiş bulunan soğuk algınlığı ile gribe, bronşit, akciğer zarı iltihabı, ciğerlerde hava kalması (anfizem) ve kistik fibroz oluşumları gibi kronik sorunlara karşı da etkilidir.

İdrar söktürücü olarak de işlev gören bitkinin bir diğer özelliği terlemeyi artırmasıdır. Aşırı miktarlarda alınması mide bulantısına sebebiyet verirken, eğer ısrarcı davranılırsa kusturacak kadar ileri gidebilir. Ben genelde günde 3 veya 4 kez 15 damla ile başlanmasını tavsiye eder, mide bulantısı kendini gösterene kadar dozu artırırım, bulantı başladığında tekrar dozu azaltırım.

Akciğerlerin içinde bulunduğu “torbanın” iltihaplanıp kuruması anlamına gelen zatülcenp (akciğer zarı iltihabı), çoğunlukla, akciğer zarı (plevra) üzerinde iltihap önleyici bir etkisi olan zatülcenp kökü ile tedavi edilirdi. Çoğu ipekotu, gücü daha az olsa da aynı etkiyi gösterir.

Dar yapraklı ipekotu türleri, mide bulantısı ve kusmaya yol açan etken maddeleri daha yoğun olarak içerirler; dolayısıyla onların kullanımı konusunda daha dikkatli davranmak gerekir. İpekotu özsuyunun, sütümsü sıvısının, her gün düzenli üzerine sürüldüğünde siğiller için iyi bir ilaç olduğu düşünülür.²⁰

Catawbaların İpekotunu Kullanımı

Milkweed Medicine for Snake-bite. (III)

səra'k wita'səre ya'tcuk'ha wɪ'ti- kəŋ'həre ya wɪ'ti-.
Flower milk snake bite medicine good is snake medicine.

wi'ta's kɪ ɔwa'ta' yə'pa' tcuk hi'k wa'we mi'dari huwe.
Milk the using person's foot bite kills may get better may.

ya'ki- tcuk'dawə'riwe. ya siŋri'həre.
Snake the bite somewhere go die will. Snake poisonous is.

TERCÜME: İpekotunun sütü yılan ısırmasına karşı iyi bir ilaçtır. O iyi bir yılan ilacıdır. Ayağının ısırılmış yerini onunla ov. Yılan zehirlidir; yine de düzelebilir; onun sütü yılan ısırmasına karşı iyi bir ilaçtır.²¹



MEŞE

Oak -Quercus türleri.

Meşe, Birleşik Amerika'nın her yerinde, küçük çalılarından, destansı büyük ağaçlarına kadar yaygın olarak rastlanan bir bitki türüdür. Yapraklarının biçimleri farklılık gösterdiğinden, onları tanımlamanın en güvenilir yolu meyvelerine bakmaktır. Palamutları veya kapçıkları, meşe bitkisinin üzerinde veya eteklerindeki topraklara saçılmış halde her zaman görülebilir.

İlaç hazırlarken; meşeden çok, onun kadar iyi bilinen yabani sardunya veya turnagagası kullanmayı tercih etsem de, bitki tıbbında bu ağaç geleneksel bağlamda damar büzücü olarak kabul edilir. Damar büzücüler, organlara ait dokuların bir araya gelip bağlanmasına öncülük eden, hücre duvarlarını onaran yapılara yardımcı unsurlardır. Bu özellikle de yaraların kapanmasında ya da cilt tahriş olduğunda faydalı bir durumdur. Meşenin içerdiği tanen maddesi, ona "bir araya toplayıcı, büzücü olma" özelliğini kazandıran maddedir. Genelde kabuğu kullanılsa da yaprak ve ince dalları da güvenle kullanılabilir. Meşe mazıları, kabuktakinden iki veya üç kat daha fazla tanen içerebildikleri için güçlü birer ilaçtır. Kimi zaman ağaç uru olarak da isimlendirilen meşe mazıları, bitkilerin üzerinde büyüyen, genellikle top benzeri yuvarlaklıktaki, belirdikleri yerlerde tahriş sonucu gelişmiş oluşumlardır.

Güçlü bir demleme veya çay haliyle meşe; dişeti iltihapları, deride tahriş, güneş yanıkları, kanayan yaralar, ishal, dizanteri, hemoroit gibi durumlarda sıklıkla kullanılmaktadır. Kabuğundan elde edilmiş tozdan bir tatlı kaşığı kadarı ¼ litre suda 15 dakika kaynatılır ve söz konusu zarar görmüş bölgeye sürülür. Kanayan yaralara, toz haline getirilmiş bitkinin (yaprak, dal, kabuk veya kozalak) doğrudan yara üzerine uygulanmasının daha faydalı olduğunu gözlemledim. Birçok zaman meşeyi, usnea veya ekinazyia gibi antibiyotik etkisi olan bitkilerle karıştırarak kullanmayı tercih ederim. Dişeti iltihaplanmalarına kabuğundan yapılan tentür iyi gelir. Diğer rahatsızlıklarda ise güçlü bir demleme veya çayı yararlı olur. İshal veya dizanteri durumunda, yukarıdaki şekilde hazırladığınız çaydan günde 3-6 fincan içebilirsiniz. Tüm bu durumlarda, meşe bitkisi çayı lavman olarak da başarıyla kullanılır.²² Bir zamanlar meşe lavmanları, aşırı dizanteri vakalarının tedavisinde kullanılan başlıca yöntemdi. Dizanteri belirtileri, meşe lavmanları sayesinde oldukça kısa sürede ve neredeyse mucizevi biçimde ortadan kaybolmaktadır.

Hupa Kaynakları ve Meşenin Kullanımı

İlk Çocuğun Doğumu İçin İlaç Tarifi

Yimantuwinyai, Teexoltewedin'de yaşıyordu. Fakat bir gün, nehrin aşağısına gitti. O TseLtedin'e gitti. Sahil boyunca yürüdü, güneye doğru. Sonra tepeler boyunca yürüdü. Kuzeyden güneye tepeleri aştı. Ardından oturdu. Güneyden gelen iki kadın gördü. Onlara:

“Siz de dinlenin” dedi, onlar da oturdular.

Onlar oturdu, onlara bakarak düşünmeye başladı: “Bir kadınla sevişmek isterim.”

Ve ardından o yeri terk etti ve kadınlar kuzeye doğru yöneldiler. O ise güneye doğru yola çıktı. O geceyi Willow Creek'in güneyindeki yerde geçirdi. Büyük bir kaya buldu ve geceyi o kayanın altında geçirdi. Yeniden iki kadın geldi ve geceyi orada geçirdiler. Onlar kayanın üzerindeydi, kendisiyse altındaydı...

Ve yeniden şöyle düşündü: “Bir kadınla ilişkim olsun isterim.”

Ardından, ertesi sabah onlar kuzeye gittiler, kendisi ise güneye. Orada, dünyanın orta yerinde güneye doğru yürüyordu; kendini daha ileriye gide-meyecek gibi hissedene dek yürüdü. Dinlendi. Ve yeniden kadınları düşün-

meye başladı; bir kadınla sevişmeden daha fazla yürümek istemediğini hissetti. Tam o sırada, orada yetişen beyaz bir meşeyi görerek şaşırdı. Orada bir boşluk vardı ve böylelikle o meşe ile sevişti. Ve yine güneye doğru yürümeye koyuldu. En nihayet dünyanın sonuna gelene dek yürüdü.

Oraya vardığında geri döndü ve kuzeye doğru yol almaya başladı. Yeniden beyaz meşenin olduğu yere geldi. Bir bebeğin ağladığını duyunca, güneye doğru giderken meşe ile seviştiğini anımsadı.

Ağaca doğru yaklaştı ve yüzünü ona çevirdi. Bebeğin sesi ağacın içinden geliyordu; bu onu şaşırttı. İçi boş ağacın içinde ağladığını duyuyordu. Bu nasıl olur? diye düşündü.

O boşluğun çevresinde bir şişlik büyümüştü; onu açarak kabuğu aldı. O kabuktan bir çay demledi ve onu o yere döktü. Böylelikle beyaz meşe açıldı.

“İşte böyle olacak” dedi kendi kendine; “Kızılderililer geldiğinde onlar için bir kolaylık olacak.”

Böylelikle bebeği oradan çıkardı.

Hupalar, herhangi bir bitkiyi toplamadan önce sayfa 183'teki duayı okurlar.



CİVANPERÇEMİ

Yarrow-Achillea millefolium

Civanperçemi dünyanın dört bir yanında büyüyen bir bitkidir. Belki de böyle oluşu, onun yerli halklar arasında bu denli yaygın olarak bilinmesini açıklayıcı bir sebeptir. Bu bitki, yerli halklar arasında en çok kullanılan ve kabul gören bitkilerden biridir. Bu bitkinin; baharda açan, eğreltiotuna benzer bir alt yaprak yayılımı vardır. Yukarıya doğru tek bir sap üzerinde büyürken, 20-30cm.boyuna erişebilir. Bulunduğu yerin yüksekliğine bağlı olarak temmuz ayı civarında beyaz, düz bir çiçek kümesi halinde açar. Yapraklarını ufaladığınızda, neredeyse naneye benzer, ama yine de civanperçemine has bir koku yayılır.

Kimi insanlar bu bitkinin yalnızca çiçeklerini ilaç olarak kullansalar da ben yapraklarıyla birlikte kullanmayı tercih ediyorum. Kökünü de etkili bir şekil-

de kullanmak mümkün aslında, fakat onu toprakta bırakmayı tercih ediyorum ki, böylelikle her yıl yeni sürgün verebilsin.

Sıcak bir çay olarak hazırlandığında, civanperçemi terlemeyi arttıracaktır. Bitkinin tentürünün mideyi rahatlattığını gördüm; yine de ballıbaba ve poleo nanesi ile karıştırarak kullanıldığında daha etkilidir. Bitki geleneksel olarak genellikle ateşli hastalıklarda kullanılan bir ilaçtır. Belli ölçüde de olsa kan basıncını düşürebilir. Bu amaç doğrultusunda onu çarkıfelek bitkisi ile birlikte kullanmanın daha yararlı olduğunu gözlemledim. Bir yandan hazım işlemini düzenlerken, bir yandan da mideyi sağlıklı bir duruma getirir. Bu şekliyle, midenin sağlığını kaybettiği ve yemek borusuna doğru fırladığı fıtık (hiatal hernia) durumunda veya mide duvarının kaslarında bir yırtılma söz konusu olduğunda faydalı olur. Taze yaprakları, kanamalara karşı harika bir ilaç: küçük veya orta büyüklükteki kesiklerin üzerine konulan kıyılmış yapraklar kısa sürede pıhtılaşmayı başlatır. Çayı veya tentürü de, aşırı aybaşı kanamalarını başarılı bir şekilde azaltır; bu amaç için her üç saatte bir damlalık dolusu tentür kullanmanızda fayda vardır.²³

Sioux Duaları ve Civanperçeminin Kullanımı

Sioux'ların şifacısı Kartal Kalkanı, hastalarını iyileştirmek üzere yanında taşıdığı özel bir heybede her zaman civanperçemi bulundururdu. O bu bitkiyi bedeninden vurulmuş olanlar için kullanırdı. Kartal Kalkanı ona "yaralıların bitkisi" anlamına gelen *tao'pi pezu'ta* ismini vermişti. Bitki bütün halinde toplanıp kurutulurdu ve hastanın onu çiğnemesi istenirdi.

İnsanları civanperçemi ile iyileştirirken aşağıdaki şarkıları söylerdi. Bu şarkıların arasında da, derinden gelen bağırtılar çıkarırdı; tıpkı fazlasıyla sıkıntıda olan bir insanın çıkaracağı gibi... Arada bir de derin soluk verme sesi ile bölerti şarkılarını.

No. 81. "Behold All These Things" (Catalogue No. 511)

Sung by EAGLE SHIELD

VOICE $\text{♩} = 66$

DRUM not recorded

I - ho le - na waj-yaj-ka yo i - ho le - na waj-yaj-ka yo

ta - ku waj he - ha - ka - se waj - la - ke čii

on ya - ni pi kte - lo

TERCÜME: Dikkatle Bak Bütün Bunlara: Dikkatle bak bütün bunlara; geyiğe benzer bir şey göreceksin. Yaşayacaksın. Bak bütün bunlara. Bufalo benzeri bir şey göreceksin. Yaşayacaksın.

Hasta iyileşmeye başladıkça, Kartal Kalkanı civanperçemini kullanırken bir şarkı daha söylerti:

No. 82. "I Am Sitting"

(Catalogue No. 515)

Sung by EAGLE SHIELD

VOICE $\text{♩} = 184$

DRUM not recorded

Wa - kaj-yaij ma - ke lo wa - kaj-yaij ma - ke lo

ma - to ti - pl ca wa - kaj-yaij ma - ke lo

haij - ya - ke o - ma - ni - yaij he - ma - ki - ye yo

TERCÜME: *Oturuyorum*: Kutsal bir halde oturuyorum ayının ininde. Kutsal bir halde oturuyorum. Geceleri aylak dolanırken, bu bana söylenendir²⁴



KIZILAĞAÇ

Alder-Alnus türleri.

Kızılağaç, 4,5 metreye kadar büyüyeabilen bir çalı veya ağaçtır. Yapraklar kama biçiminde, sap kısmına doğru biraz yuvarlanmış, orta yerine doğruysa daha genişçe bir görünüm sergiler. Kuzey Amerika boyunca her yerde yetişen kıızılağaç, su kenarlarında sık çalılık oluşturur. Colorado'daki en yaygın türü olan *Alnus tenuifolia*ya bayırların yamaçları ile Alp dağları eteklerinde rastlamak mümkündür. Bu ağaç ilkbaharda çiçeklenir, sonbaharda ise yemiş verir. Kızılağaç, neredeyse meşe ile aynı şekilde kullanılır. Kabuğunda bol miktarda tanen vardır ve tanen maddesinin etki gösterdiği her bir durum için kullanılabilir: İçten kullanıldığında ishali, diyeti iltihaplanmasını, boğaz

ağrısını; dıştan kullanıldığında ise kesikleri, kurdeşeni, sarmaşık zehirlenmesini, şişme ve burkulmaları iyileştirici etkisi vardır. Kabuğundan yapılan çay, büzücü, pıhtılaştırıcı ve mikrop öldürücü tesirler gösterdiğinden yaralar için birebirdir. Kabuğunu her mevsimde toplayabileceğiniz gibi, ilk ve sonbaharda toplamak daha yararlıdır. Kabuğu kullanacağınız en iyi zaman taze olduğu veya toplanmasının üzerinden çok da fazla vakit geçmemiş olduğu zamandır. İçten kullanacağınız zaman bitkiyi koyu bir kaynatma, dıştan kullanacağınız zamansa seyrek bir kaynatma şeklinde hazırlamalısınız.²⁵

Kwakiutl Duaları ve Kızılağacın Kullanımı

Bir kadın kan tükürdüğü vakit, kocasından gidip bitki toplamasını ister. O da baltası ile salını alır ve ırmağın kenarında büyüyen bir kızılağaca rastlayana dek yol alır. Onunla karşılaştığında salından iner ve seçtiği kızılağacın altına oturur. Ona bakarak dua eder:

*Senden merhametini istemeye geldim ey Nehir Kıyısının Doğaötesi Gücü.
İyileştirici gücün ile kan tüküren çaresiz eşimi sağlığına kavuşturmanı istiyorum.
Haydi ne olur, bana acı, çünkü ben dertliyim... ne olur onu iyileştir ey Nehir
Kıyısının Doğaötesi Gücü, sen Şifacı Kadın. Ne olur kanın çağlayıp geldiği
kaynağı durdur, ey Şifalara Yol Veren Kadın; çaresiz eşimin
derdine derman ol lütfen... ey sen Doğaötesi olan Azametli...*

Ardından ayağa kalkar ve kızılağacın kabuğundan dört parça keserek eve gider. Eve vardığında, kızılağaç kabuğunun kabasını yontarak içtekini daha küçük parçalar halinde böler. Kadın, kızılağaç kabuğunun parçalarını elinde tutarak şu duayı okur:

*Hoş geldin ey Doğaötesi olan! Sen bana merhamet etmeye geldin; öyle ki, senin
lütetmenle ben iyileşebileyim. Haydi tüm kuvvetinle dene ne olur ey sen İyi
Yürüyen Kadın; iyileştir beni İyileştiren Kadın, ne olur kurtar beni Ey Hayat
Veren. Sana yalvarırım bu hastalığa vur ki benden önce ölsün...*

Bunu söyledikten sonra kızılağaç kabuklarından birini ağzında çiğner ve tükürüğünü onun suyuyla doldurur. Kabuğu iyice emdikten sonra tükürüğünü yutar. Aynı işlemi bütün kızılağaç kabukları ile tekrar eder.²⁶



PELİNOTU

Wormwood-Artemisia türleri

Misk otu olarak da bilinen pelinotu bitkisinin birçok türleri, “adaçayı” ismiyle anılır. Bu yanıltıcı bir isimdir, çünkü onlar adaçayı ailesinden değildir; dolayısıyla da birbirinin yerine kullanılmaları da mümkün değildir. Aslına bakarsanız birçok pelinotu türünün birbirinden farklı tıbbi kullanım alanları vardır. Gerçek adaçayları vücuttaki salgılama işlevlerini düşürür, balgam, süt gibi salgıların yanı sıra terlemeyi ve aybaşı kanamasını azaltır. Oysa pelinotu türleri vücuttaki bazı salgıları uyarır. Terleme ve aybaşı kanamasını artırır. Pelinotları rahimdeki kan akışını hızlandırdıkları için hamilelik sırasında kullanılmamaları tavsiye edilir. Pelinotları, deniz seviyesinden 3000 metre yüksekliğe kadar dünyanın pek çok yerinde yetişen bitkilerdir. Kullanılabilir olan bitkiler, belirgin biçimde tüylüdürler ve ezildiklerinde taze, güçlü ve hoş bir kokuları vardır. Çiçekleri top biçiminde, genellikle sarı renkteki kümelerden oluşur. Bitki, 20cm’den başlayan türlerinden, Kaliforniya’ya özgü bir metre boyundaki pelinotuna ve hatta kimi adaçayı çalılıklarında görülen daha yüksek boydaki türlere kadar epey çeşitlilik gösterir.

Pelinotu kökü pek nadiren kullanılır; oysa toprağın üzerindeki çiçek, tohum ve sapları yılın herhangi bir mevsiminde toplanarak hasat edilebilir. Bir çay kaşığı dolusu kurutulmuş bitkiyi bir bardak sıcak suya koyarak 15 dakika bekletin. Bu çay, ateşli hastalıklarda terlemeyi artırdığı gibi, güçlükle akan aybaşı kanamasını da kuvvetlendirecektir.²⁷ Aybaşı kanamalarını arttırmak için, bitkinin tentürünü günde 3 veya 4 kez bir damlalık dolusu ölçüsünde kullandığım da olmuştur.

Pelinotu çayı acı olmakla beraber, midedeki hazımsızlığa karşı iyi bir ilaçtır. Geleneksel olarak, İngilizce’deki isminden de anlaşıldığı gibi bağırsak kurtlarına karşı kullanılmış olan bu bitkiyi ben hiç bu amaç için kullanmadım. Buna karşın Michael Moore, bitkinin bu yönde kullanılması durumunda, en az iki hafta düzenli olarak günde iki fincan içilmesi gerektiğinden söz ediyor.

Bu bitki aynı zamanda geleneksel bağışlama amacıyla kullanılmıştır. Bitki, yeşilken toplanıp demet haline getirildikten sonra bir ip yardımıyla asılır. Kuruduktan sonra ise ucu yakılıp tören sırasında “tütsü değneği” olarak kullanılır. Kuru veya yaş haliyle terleme çadırında da kullanılan bitki,

sıcak taşların üzerine bırakılıp oradan yükselen buharlar nefes yoluyla vücuda alınır. Ben bu bitkiyi terleme çadırında -terlemeyi düzenleyici olarak- başarıyla kullandım. Bunlara ek olarak, bu bitkinin- tıpkı sedir ve adaçayı gibi- olumsuz duygular ve enerjileri dağıttığını düşünüyorum. Bitki toplamaya gittiğim zaman, sık sık onun yapraklarından birkaç tanesini elime alır, parmaklarımın arasında ezerim; ondan yükselen güçlü kokuyu da gün boyunca koklarım. Bunun insanı canlandırdığına ve dengelediğine inanıyorum.

Sioux Duaları ve Pelinotunun Kullanımı

Baş ağrısı çeken ve iştahsız olan insanlara Kartal Kalkanı pelinotu verirdi. Lakota dilinde bu bitkinin adı “iştahsızın ilacı” anlamına gelen *nasu’la yazan’pi ipi’ya* idi. Kökleri kurutulup toz halinde ufalanır, korlar üzerine serpilerek nefes yoluyla solunurdu. Kartal Kalkanı, bu bitkinin kullanımı için ona ayıdan gelen görüde bir şarkı öğrenmiştir. Şarkıyı söylemeden önceyse şu duayı okurdu:

Pežu’ta éícu’ ktelo’ tka wašto’ ça yam’ ktelo’ lona’ko wašto’ ke’yapo.

TERCÜME: Size bitkiler vereceğim, onlar iyidir; böylelikle iyileşeceksiniz. Bütün bunlar iyidir, hayırlıdır derler...

Bu duadan sonra görüde işittiği şarkıyı söyledir:

No. 84. "These Are Good"
Sung by EAGLE SHIELD

(Catalogue No. 513)

VOICER ♩ = 60

DRUM not recorded

Le-na-ke waá - te ke-ya - pe - lo ho-ye-
ya na-zin

TERCÜME: Bunlar iyidir: Derler ki tüm bunlar iyidir. Onlar bir sesle dimdik ayakta dururlar.²⁸



YABANİ ZENCEFİL

Wild ginger-Asarum canadense

Çok yıllık bir yer bitkisi olan yabani zencefilin yaprakları bariz bir şekilde kalp biçimindedir. Yere yakın bir mesafede büyüyen bitkinin kestane renkli, kupa şeklinde çiçekleri vardır. İki yaprak sapı arasında biten çiçeğin üzeri sıklıkla bir önceki yıldan kalma yapraklarla örtülüdür. Zengin ormanlık alanlardan hoşlanan bu küçük ve güzel bitki, Nisan ile Mayıs ayları arasında yerleşir. Kökü yuvarlak ve etli olup güçlü baharlı kokusuyla bildiğimiz zencefili andır.

Bu bitkinin genelde tıbbi olarak kullanılan kısmı köküdür. İlk veya sonbaharda toplanması gereken bitki taze veya kurutulmuş halde ilaç olarak kullanılabilir. Hem yabanisi hem de ticari olarak satılan zencefil, bedendeki dolaşımı güçlü bir şekilde uyarırlar. Terlemeyi, aybaşı kanamasını, süt salgılanmasını ve kan dolaşımını arttırırlar. Kış aylarında elleri ile ayakları hiç ısınmayan insanlara zencefil tek başına yeterli olsa dahi ben genellikle zencefili dikenli dişbudak ve kırmızıbiber ile birlikte kullanmayı tercih ediyorum. El ve ayakları durmaksızın üşüyen kadınlarda aybaşı kanaması ile ilgili de düzensizlikler de görülür; kan akışı zayıftır ve çoğunlukla kramplar eşliğinde seyreder. Yine aynı belirtileri gösteren kadınlarda migren ağrısının da varlığına tanık oluyorum. Kan dolaşımının zencefil kullanımı ile uyarılması bütün bu sorunları ortadan kaldırabiliyor.

Yabani zencefilin, özellikle de bağırsaklarda ve midede baş gösteren kramplara karşı etkili olduğu kabul edilir- bense migren için krizantem, kramplar için de karayılan otu kullanmayı yeğliyorum. Yabani zencefili en çok, tentür haliyle, günde üç veya dört kez bir damlalığın üçte biri kadar kullanırım. Rahimdeki kan dolaşımını düzenleyici etkisine bağlı olarak, hamilelikte kullanılmaması önerilir. Buna rağmen ticari zencefil (*Zingiber officinale*), özellikle de hamilelikteki sabah bulantısı ve mide bulantısı için kullanılagelmiş ve bugüne kadar da bu tedavide herhangi bir yan etki görüldüğü bildirilmemiştir. Halk tıbbında yabani zencefil, mide bulantısını giderici olarak kullanılmıştır; ticari olarak satılan zencefilin bu konuda ne denli etkili olduğunu bildiğimiz için, onun bu yönde kullanımı da araştırılmaya değer. Ticari zencefil, eklem romatizmasına bağlı yangılarda olduğu kadar yol tutması veya mide üşütmesinden kaynaklanan bulantı durumlarında da oldukça etkili bir bitkidir. Çoğu vaka- da, bu durumdaki hastaların zencefil tozunu kapsül olarak kullandıkları söylenmektedir. Kimileri, zencefili 500mg'lık kapsüller halinde günde 20 kez gibi aşırı miktarlarda aldıklarını, çoğunluk ise toz zencefili 250 veya 500mg'lık kapsüllerde günde 4 kez kullandıklarını belirtmişlerdir.²⁹

Bir fincan dolusu suya bir tepeleme çay kaşığı ölçüsüyle yapılacak çayı da tentür yerine kullanılabilir.

Hupa Kaynakları ve Yabani Zencefilin Kullanımı

Çocuğun süratle ve sağlıklı bir şekilde büyüyebilmesi için hazırlanacak ilaç tarifi

Dünyanın doğusunda bir yerlerde bir kız yaşarmış tek başına. Hiç kimsele-ri, hatta insanların izini bile görmezmiş. Fakat bir zaman sonra sebepsiz yere hamile kalmış. Üstelik de hala hiç kimseleri görmemiş.

Böylelikle düşünmüş ve demiş ki: “Bu bebek nereden geldi acaba?”

Öylece zaman geçmiş ve doğum vakti gelmiş. O da doğumu yapmış; on-
dan bebek gelmiş.

Kendi kendine şöyle düşünmüş: “Bu bebeği almalıyım yerden...”

Oysa bebek ondan uzaklaşmış. O ne kadar da onu almaya çalışmışsa be-
bek durmaksızın uzaklaşmış ondan. En nihayet göklerden yere yuvarlanmış,
batıya doğru; öylesine yaklaşmış ki suya, neredeyse düşecekmiş. Fakat kıyıya
eriştiğinde durmuş ve onun durduğu yerde bir bitki bitmiş yerden. O da o
bitkinin yamacında durmuş ve durduğu yerdeki bitki ilaca dönüşmüş. Kadın
bebeğin yanına gelmiş ve ilacı almış; ilaçla birlikte bebeği de almış... Ve geri
dönmüş dünyanın bir ucuna, doğuya; bebeğiyle birlikte. Yanına ilacı da almış
ve bebeği onun buharına tutmuş. Böylelikle bebek süratle ve sağlıklı büyü-
mü.

Hupalar, herhangi bir bitkiyi toplamadan önce sayfa 183'teki duayı okur-
lar.



MÜRVER

Elder-Sambucus türleri

Mürver, Birleşik Devletlerin her bölgesinde büyüyen yerli bir çalıdır. Bitki
neredeyse bir ağaç gibidir ve pek çok yerde boyu 370cm'ye kadar ulaşabilir.
Mürver bitkisi, ana kökten gelen odunsu saplardan oluşan bir dallanma ser-
giler, tıpkı sumaklar gibi. Dallanan sapsarın üzeri kaba bir kabuk ile kaplıdır,
içteki daha geniş dallarsa düzdür. Dişli yaprakları, yumurtamsı ovalden uzun-
lamasına mızrak biçimlisine kadar çeşitlilik gösterir, yıldız biçimli çiçekleri

ise hoş kokuludur ve düz kümeler halindedir. Çiçekler, yazın sonlarından sonbahara doğru, yukarıdan aşağıya sarkan yemiş kümelerine dönüşürler. İyice olgunlaştığında neredeyse siyah bir renk alan yemişlerin ilk rengi koyu eflatundur, ama asla kırmızı değildir. Pişirildiklerinde çok lezzetli olan bu yemişler, reçel, jöle, kek, krep ve şarap yapımında kullanılırlar. Çiçeklerini de krep veya kızartma olarak hazırlamak mümkün.

Halk efsanesine göre mürverin düzenli kullanılmasıyla birlikte, bir insanın ömür boyu geçirebileceği tüm hastalıklar kaybolup gidebiliyor; böylelikle uzun bir yaşam vaat eden mürver, İngilizce’de yaşlı anlamına gelen *elder* ismine de hakkını vermiş oluyor.

İçteki yeşil kabukları ile yapraklarından elde edilen suyun 14 veya 28 ml. ölçüsünde kullanılması, etkili bir kusturucu işlevi görür. Daha düşük düzeydeki kullanımı ise mide sıvıları ile özsuların salgılanmasını arttırır. Kabuğunun bu denli güçlü bir etki göstermesini göz önünde bulundurarak, onu özgürce kullanmadan önce yeterli bilgilendirme yapılması gerektiğine inanıyorum. Çiçekleri ve yemişleri, tıbbi bitki alanında sıklıkla kullanılmakta. Çiçekler, üst solunum yollarına bağlı soğuk algınlığı, nezle ve saman nezlesi gibi durumlarda mükemmel sonuç verir. Çiçeklerden elde edilen tentür ise (günde üç kez bir damlalık dolusu), üst solunum yollarındaki balgam oluşumlarının temizlenmesine destek verirken, yangıyı azaltıp iyileşmeyi hızlandırır. Çiçekleri demleme usulü sıcak suda beklettiginizde (yaş veya kuru çiçeklerden bir tatlı kaşığı bir fincan sıcak suya ilave edilir), bedeni genel anlamda canlandırıcı bir çay hazırlamış olursunuz. Aynı miktarı soğuk suda hazırladığınız zaman da iyi bir müshil, etkili bir idrar söktürücü elde edersiniz. Yemişler de birçok zaman müshil etkisi için kullanılırlar; bir bardak sıkılmış suyunu günde iki kez sıcak suyla seyrelterek içtiğinizde etkisini gösterecektir. Çiçekleri ile yapraklarının kullanıldığı bir diğer alan, yaralanma durumunda deriyi yumuşatmak ve genel olarak iyileşmeyi desteklemek üzere hazırlanan merhemlerdir.³⁰

Kwakiutl Duaları ve Mürverin Kullanımı

Bir kadın hastalanıp da kusamadığı zaman kocası ormana giderek mürver kökü arar. Kazmasıyla toprağı kazar ve mürverlerin yetiştiği bir yer bulur. Aradığı küçük bir mürverdir; önünde oturup ona bakarken şöyle söyler:

*Ey Doğaötesi Olan; Sen sıradan olmayansın ve ben buraya dua etmeye geldim ki gidip çaresiz eşimi kusturasın. Ne olur onun kendisini durmaksızın bulantı halinde hissetmesine yol açan sebebi kusmasına yardım et, ey Merhametli olan.
Ne olur bunun sebebini gün ışığına çıkar, ey Doğaötesi olan.*

O dua eder etmez kökü topraktan kazarak çıkarır ve onu dört parmak uzunluğunda, bir parmak kalınlığında keser. Eve vardığında ise bir küçük kabın içine su koyar; köklerdeki toprağı yıkayıp temizler. Kaptaki kirli suyu boşaltarak temiz su ile doldurur yeniden. Kaba bir taş alıp onu su dolu kabın içine yerleştirir. Kökleri bu taşın üzerine sürter; su süt rengini aldığı anda durur ve ilacı bir başka çanağa dökerek eşine verir. Eşi çanağı elinde tutmuş ona bakarken şu duayı okur:

Ey şifa istenen, Doğaötesi Güç; sen bana merhamet etmeye geldin. Senin adın Şifacı Kadındır; senin adın Yaşam Vericidir. Bana bulantı yapan sebebi içimden dışarı çıkar ki, ne olur, kusabileyim; ey Doğaötesi Olan, lütfen ...

Ardından ilacı içer. Bazen ikinci bir çanak ilaç daha hazırlanıp yine dualar okunur. Tüm gereken budur.³¹



12

GAİA’NIN DOĞUŞU

Çağdaş bilimin dünya ile arasındaki geliştirip biçimlendirdiği ilişki, gücünü yitirmiş görünüyor. Bu ilişkide –tuhaf bir şekilde- bir şeylerin eksik olduğu gitgide açıklık kazanıyor. Belli ki gerçekliğin en doğal haliyle ve doğal insani deneyim ile bir bağlantı kurmayı başaramıyor. Şu andaki biçimiyle tamamlayıcı ve anlam kaynağı olmaktan çok, ayrışma ve şüphe kaynağı halini almıştır. Bu durum insanı neredeyse şizofreninin eşğine taşımaktadır: Gözlemci konumundaki insan, bir varlık olarak kendine yabancılaşıyor. Klasik çağdaş bilim, şeyleri ancak yüzeysel olarak, gerçekliğin yalnızca bir boyutuyla tanımladı. Ve bilim bu boyutu tek başına, gerçekliğin esas özü olarak bağnazca ele almayı sürdürdükçe daha da yanıltıcı oldu. Örneğin bizler bugün, evren hakkında, atalarımızın bildiğinden çok çok daha fazlasını bilebiliriz; fakat buna karşın görünen o ki, onlar bizim bildiğimizden çok daha esaslı bir şeyleri biliyorlardı -bizim şimdi kaçırdığımız bir şeyleri. Aynı durum bizler ve doğa için de geçerlidir. Organlarımız, onların işlevleri, içsel yapıları ve onlar arasında oluşan biyokimyasal tepkimeler ne kadar çok tanımlanırsa, onların birlikte yarattıkları ve bizim “kendimiz” olarak deneyimlediğimiz sistemin ruhunu, amacını ve anlamını yakalamakta o kadar yetersiz kalacağız gibi görünüyor.¹

–VACLAV HAVEL

ÇEK CUMHURİYETİ CUMHURBAŞKANI

Kutsal bitki tıbbı ile yaptığım yolculuk, içinde büyüdüğüm dünyadan daha derin bir dünya ile bağlantı kurmamla sonuçlandı. Bu anlayış doğrultusunda

çalıştığım yıllar boyunca, kutsal bitki tıbbının çok daha derin bir gerçeklikten doğduğunu kavradım. Bu gerçeklik, Amerikan yerlilerinin Toprak Ana'ya dair kavrayışlarına kazınmış olan ve söze döküldüğünde, Yeryüzü'nün tek bir canlı varlık ve üzerindeki yaşamın da onun çocukları olduğunu ileten algının içinde saklıdır. Bu bilinç, neredeyse tüm yerli toplumlarda varlığını hissettiriyor gibi görünmektedir. Oysa Batı insanı için ya da bilim insanı için bu kavram oldukça yenidir; bu kavramın popülerleşmesine hizmet eden tek istisna, NASA bilim insanı James Lovelock'un Gaia Hipotezi adını verdiği çalışmasıdır. Yeryüzü'nün ekosistemini inceleyen Lovelock, kendi kendini çekip çevirdiğini fark ettiği yeryüzünün tek bir fizyolojik düzen olduğunu düşünmeye başlamıştır. Lovelock'un dediği gibi:

Dünya'ya -benim Gaia olarak adlandırdığım- baştan başa tek bir sistem olarak bakış, özünde fizyolojiktir. Gaia, yerküreyi birbirinden ayrı parçalar halinde ele alarak biyosfer, atmosfer, litosfer ve hidrosfere bölmekten çok, düzenin bir bütün içindeki işleyişi üzerinde durmaktadır. Bunlar Dünya'nın gerçek anlamdaki bölünmüşlükleri değildir. Onlar ancak, akademisyen bilim insanlarının içinde yaşadıkları etki alanlarıdır.²

Lovelock, eğer bu gerçek değerlendirilmeye alınmazsa, bir tür olarak insanın Dünya üzerindeki yaşama herhangi bir şekilde yaklaşımının, yardımcı olmaktan çok, yanlış olacağını belirtir. Bu yanılgıyı birçok alanda görmek mümkündür. Buna karşın yerli kültürlerin Gaia ile ilgili derin anlayışları şaşırtıcı bir tezat oluşturmaktadır.

Navajo'ların, eğer çayır köpeklerini öldürürsek, yağmurlar için ağlayacak kimsenin kalmayacağına dair eski bir uyarıları vardır. Permakültürün babası Bill Mollison buna yanıt verircesine şu sözleri söylemektedir:

Çayır köpekleri ile yağmur arasında görünür bir ilişki bulunmadığını bilen pek neşeli bilim insanları, 1950'li yıllarda ekili alan haline getirilen bazı çölleşmiş bölgelerde oyuklar açan hayvanları ortadan kaldırma önerisinde bulunmuşlardı... amaç, seyrek çöl otlarının köklerini korumaktı, ama bugün bu bölge (Arizona, Chilchinbito yakınları) kelimenin tam anlamıyla atıl alan haline gelmiştir. Dehşetli bir akıp gitme, toprak sıkışması, taze tohum yataklarından yoksunluk, hepsi de otların taşınıp gitmesine yol açtı³

Aslına bakılacak olursa çayır köpekleri gibi oyuk açan hayvanlar, Toprak'ta nefes alan kanallar açarlar. Toprak'ın altındaki su biriktiren tabaka, insan bedenindeki diyafram gibi işlev görür; ay her geçişinde yeraltı su seviyesini alçaltıp yükseltirken, Toprak, bu hayvanların açtığı kanallar ve yarıklar sayesinde nefes alır. Nem ile yüklü hava, negatif iyonlarla dolu olduğundan yağmurun yağabilmesi için gerekli koşulu hazırlar.

Toprak'ın nefes alıp verme düzeninin yanı sıra ağaçlar da yağmurların yaratılmasında önemli unsurlardır. Ağaçlar, havaya geri salınan nem oranının yarısını, hatta belki de hemen hepsini temin ederler. Orman ve ormanın yarattığı ekosistem, herhangi bir biyobölgedeki nem oranının büyük çoğunluğunu sağlar. Ağaçların kesilmesi, bir insanın yaşam süresi kadar kısa bir zaman aralığında kuraklık oluşmasına sebep olur. Bir ağaç, tıpkı diğer yabancı varlıklar gibi, biyosistemde kendi karşılıklı ilişkileriyle varlığını sürdürür. Bir ağacın gerçek kimliği onun parçalarında bulunamaz. Ekosistemde olduğu gibi, o da parçaların toplamı değildir. Bu daha çok, aynı şeyin farklı biçimlerde ifade edilmesi gibidir. Bir ağacın varlığı kabuğunda sona ermez; o, ormanın kilometrelerce uzağına düşen yağmurların da içinde varolmaktadır. Bir tohumun içinde palamut da vardır; meşe de vardır, meşenin gölgesi de vardır. Bir ağaç aynı zamanda onu çevreleyen toprağın üzerinde yaşayan mantarlar, tohumlarıyla beslenen kuşlardır da... Mollison'un dediği gibi:

Bir ağaç, ancak kendi bütünsel varlığı içinde kavranabilir; tıpkı bizlerin de bir bütünün içindeki her şeye dokunduğu gibi... Hayvanlar, ağaca ulaklık ederler; ağaçlar da hayvanlar için birer bahçedir. Yaşam tüm yaşama bağlıdır. Tüm kuvvetler, tüm elementler, her türlü yaşam biçimi, hepsi de ağacın canlı varoluşlarının bütünüdür.⁴

Nehrin Şifacı Kartalı'nın giriş bölümünde değindiği üzere: "*Atalarım bana ağaçların 'yasayı öğretenler' olduğunu söylemişlerdir.*"

Ağaçların insanlar için özel bir önemi olduğunu sık sık düşünmüşümdür. Bu öyle bir bitkidir ki, bütün dinlerde karşımıza çıkan ayrı bir kutsal arketipin eski geleneğine sahiptir. İnsanlar tarihi bir ağacın önünde durduklarında, öyle bir şey yaşarlar ki, bir an için de olsa onları kendilerinden uzaklaştıran çok daha derin, çok daha muazzam bir gerçekliğin dokunuşunu hissederler.

Yağmur ormanlarının tahrip edilmesiyle, ağaçların ve ormanların ekosistemdeki hayati konumuna dair daha yüksek bir bilinç düzeyine erişildi. Ormanların, soluduğumuz havadaki oksijenin büyük çoğunluğunu üretmekte

oldukları artık herkes tarafından bilinen bir gerçektir. Yeryüzü'nün yörünge-sinden çekilen fotoğraflar, Amazonlardaki yağmur ormanlarının üzerinde olu-şan yağmur bulutlarını açıklıkla ortaya koymaktadır. Artık, orman sisteminin nefes alıp verişini görebilmek gerçekten mümkün.

Yeryüzü sistemi Gaia, milyonlarca yıldan bu yana kendi kendini düzenle-miştir. Mesela bir zamanlar Chesapeake Koyu'ndaki istiridyeler, koyun tüm suyunu üç günde filtreleyebiliyordu; şimdiyse, aşırı hasat ve kirlilikten ötürü sayıları öylesine azaldı ki, WorldWatch araştırmacılarının gözlemlerine göre artık aynı görevi yerine getirebilmek için bir yıl gibi bir zamana ihtiyaç duy-maktalar.

Bundan birkaç yıl önce, müzik dinletilen bitkilerin daha iyi büyüebildikleri keşfedilmişti. Büyümeyi en çok teşvik eden müzik türünü bulabilmeyi hedefleyen araştırmacılar, klasik müzikten Hint ragalarına ve rock'n'roll'a kadar her türlü müzik üzerinde deneyler yaptılar. Dan Carlson adındaki bir araştırmacı bunun neden böyle olduğunu keşfetmeye niyetlendi. Bitkilerin yapraklarında, çok küçük, ağız benzeri açıklıklar vardır; bunlara *stomata* (gözenek) adı verilir. Bitkiler bu gözenekleri, kendilerini çevreleyen ortamdaki gaz benzeri oluşum-ları ve buğuyu alıp vermek üzere kullanırlar. Başka bir deyişle bitkiler, yaprak-larındaki gözeneklerin işlevi sayesinde atmosferi besleyebiliyorlar. Carlson, bu eylemin müzikle beraber arttığını farkettil. Michael Holtz adındaki müzisyenle birlikte yaptıkları çalışmalar sırasında bu etkinin en çok klasik müziğin belli eserleriyle- özellikle de Antonio Lucio Vivaldi'nin *Bahar* isimli çalışmasıyla-orta-ya çıktığını buldular. Vivaldi'nin bu eseri, Ottawa araştırmacılarının bir buğday tarlasına dinlettikleri Bach viyolonsel sonatına fazlasıyla benzemektedir. Yapılan deneyin neticesinde tarladan alınan mahsul yüzde 66 oranında artmıştı.

Holtz, *Bahar*'daki viyolonsel pasajlarının kuşlara özgü şarkıları taklit ettiğini fark ettiğinde bu deneyi daha da ileri götürdü. Müzik ile kuş ötüşlerinin elektro-nik frekanslarını ve ses genişliğini incelemeye başladı. Neticede kuş seslerinin, yapraktaki gözeneklerin işlevini en yüksek düzeye getiren mükemmel bir fre-kans ve ses genişliği yaymakta olduklarını gördü.⁵ Kuşların ötüşü, milyonlarca yılda ekosistem içindeki gelişimini sürdürmüş ve bitkilerin büyümesine katkıda bulunmuştu. Zehirli ilaçların kullanılmasıyla birlikte gerçekleşen akıl almaz kuş ölümleri sonrasında, orman sistemleri açısından olağanüstü olumsuz tesirler açığa çıkmıştı. Ağaçlarla bitkilerin atmosferi besleyip biçimlendirmesine destek olan kuş türleri artık yoklar. Birçokları yok oldu, diğerleri de sayıca azaldılar.

Biz insanlar, ekosistemi anlamaya çalışırken odağımızı genellikle daha bü-yük unsurları görmeye yöneliriz. Bitkilerin ekosistemdeki işlevine dair bilgi-

miz oldukça azdır (hele de mikroplarla ilgili bilgimiz daha da azdır); üstelik akla hayale sığmayacak bir yoğunlukta bitki ölümü gerçekleşmektedir.

Yeryüzündeki türlerin yok oluş değeri, normal şartlar altında yılda bir ila on arasındadır. Genellikle de bu yok oluş bitkilere değil, hayvan türlerine aittir. Harvard Üniversitesi biyologlarından Edward O.Wilson, yalnızca yağmur ormanlarındaki yok oluşun günde 140 ve yılda 50 bin türe yükseldiğini tahmin etmektedir.⁶ Bazı tahminler, aynı yok oluş düzeyinin önümüzdeki yüz yıl içinde 15 milyona yükseleceğini ve yok olanların çoğunlukla bitki türlerini kapsayacağını ileri sürmektedirler.⁷ Evrimsel tarihimiz boyunca çok sayıda hayvan türü yok olup gitmiştir ama hiçbir zaman şimdiki kadar çok bitki türünün yok oluşuna rastlanmamıştır. Bitkiler herhangi bir sebepten ötürü evrimleştiler. Biçimin işlevden sonra geldiği kabul edildiğinde bitkilerin bu dünya üzerinde önemli bir işlevi olduğu açıkça görülür. Birçokları bu işlevden habersizdir. Yine Aldo Leopold'un *Sand County Almanac*'ta belirttiği gibi:

Sonsuzluğun akışı içinde, bitki ve hayvanların oluşturduğu bütün, bizlerin hoşlandığı fakat anlayamadığı bazı yapıları meydana getirmişse, o yapılanmanın sözümona gereksiz unsurlarını çıkarıp atmak için akılsız olmak gerekir. Usta tamirciliğin ilk koşulu her çarkı ve dişliyi saklamaktır.⁸

Daha önce uzun yıllar yaşadığım Colorado'daki toprakta da, Washington'un kuzeydoğusundaki Vision dağlarında bulunan yeni evimin bulunduğu yerde de pek çok ağaç hastalanıp ölmekte. Uzmanların söylediğine göre bunun ana sebebi, bodur ökseotları...

Bodur ökseotlarıyla ilgili çok düşündüm. Yorulmaksızın, Colorado'daki ağaçlarımızın üzerindeki 6-7 yıl boyunca söküp atmaya uğraşmışım ama bu çabamda eksik bir şeyler var gibiydi. Bunun üzerine dua edip konu hakkında düşünmeye başladım; yavaş yavaş neler olup bittiği ile ilgili bir şeye uyan-dım. Nitekim usnea gelip de, bu evrendeki akciğer sistemlerinin bir parçası olduğunu benimle paylaştığı zaman, bitkilerin ekosistemde düzenleyici işlev görüyor olduklarını kavramaya başladım. Bodur ökseotu hakkında araştırma yapmaya koyulduğumda, onun yerli halklar tarafından akciğerdeki kanamaya karşı kullanıldığını öğrendim. Bana göre, usneanın akciğerler için mikrop kırıcı olmasının yanı sıra, bodur ökseotunun geleneksel olarak ciğerlerin daha ileri safhalardaki aksaklıklarını gidermek için kullanılmış olması olağanüstü ilginç bir durum. Böylelikle bu bitkilerin, ağaçların sağlığını korumak üzere

onlara yardımda bulunduklarını fark ettim. İlk defa Gaia'nın nasıl da kendi kendini düzenlediğine böylesi yakından tanık olmuştum.

En nihayet bitkilerin bize yaptığı yardımların, Yeryüzü Gaia için yaptıklarının yanında ancak ikincil bir yeri olabileceğini algılamaya başladım. Onların öncelikli işlevi, tüm bu sevgi dolu yaşam biçiminin bütününe içine alan Toprak Ana'nın sağlığını desteklemekten başkası değildir.

Bu Gaia kavramı, birçok insanı güçlü bir şekilde etkisi altına almakta. Sanki ezelden bildiğimiz bir gerçekliği en sonunda kelimelere döküp seslendirmiş gibiyiz. Vaclav Havel, Gaia hipotezinin bize anımsattıklarını şu sözlerle anlatmakta:

... (Gaia hipotezi bize) uzun zamandan bu yana şüphesini duyduğumuz, unutulmuş mitlere yansıttığımız ve belki de içimizde bir yerlerde uyumakta olan arketipleri modern bir dil ile (hatırlatmaktadır). İşte bu, Yeryüzü'ne ve Evren'e demir atmış bulunan varlığımızın farkında olmaktır; burada yalnız olmadığımızın, yalnızca kendimiz için varolmadığımızın farkında olmak ve ona sövmenin pek de yerinde olmayacağı çok daha yüce, gizemli bir varlığın ayrılmaz parçası olduğumuzun ayrımına varmaktır. Bu unutulmuş bilinç, tüm dinlere kazınmıştır. Bütün kültürler bunu farklı biçimlerde öngörmüşlerdir. İşte bu, insanın kendisiyle, dünyadaki konumuyla ve nihayetinde, böylesi bir dünyayla ilgili anlayışının temelini biçimlendiren şeylerden biridir.⁹

James Lovelock, Gaia'nın bilinçli bir varlık olduğunu ileri sürmez; ama basitçe şunu söyler: o yaşayan, bütünsel bir düzendir. Kendi deneyimlerimden ve yaptığım araştırmalardan vardığım sonuç ise, Toprak Ana Gaia'nın bir amacı olduğu ve yerli halkların uzun bir geçmişe dayanan davranış biçimlerinin bu gerçeğin bilgisini içinde barındırdığı yönündedir. Onlar, kendilerinden daha büyük güçlerle belli ilişki ve iletişim biçimleri geliştirmişlerdir. Onların Yeryüzü veya Yaratıcı olarak isimlendirdiği güçlere bizler bugün, Gaia ve Tanrı adını vermekteyiz. (Kendi kendini düzenleyen Yeryüzü, Gaia olarak nitelendiğinde, kendi kendini düzenleyen evrenin de aynı biçimde Tanrı olması gerektiği gibi bir düşünce makul değil midir?) Yerli halklar, bu güçlerle iletişim kurabilmek üzere geliştirdikleri yöntemlere tören adını vermişlerdir. Gaia ile iletişim kurabilmek amacıyla geliştirilmiş davranış biçimlerinin bazıları kadimdir ve benim onlara verdiğim isimse, kutsal bitki tıbbıdır.

Bu kadim yöntemler, Gaia ile kurulan iletişimin temel ifadeleriydi. Bizler, kendi türümüzün karşı karşıya kaldığı birçok çevre sorununu bu yöntemleri kullanarak çözebiliriz.

Çalışmalarımı yaparken genellikle ofisleri veya sınıf ortamını kullanmaktayım; ders sırasında öğrencilerimden sık sık en yakınlarındaki toprağa dokunmalarını istiyorum. Onlara bunu söylediğimde, inanmaz gözlerle bakıyorlar bana; çünkü bulundukları ortamdaki her şey insan ürünü. Ancak pek azı kendi yüzüne elini uzatıp dokunuyor.

Bitkileri tanımakla, onları ellerimizin arasında tutmakla geçirdiğimiz süreç içerisinde onların da bizlere dokunmakta olduklarını öğreniriz. Ve bunu anladığımızda, kendi yüzümüze, dolayısıyla Gaia'ya dokunmak da çok kolay olacaktır.

Öyle inanıyorum ki bizler, yeni bir zamanın eşiğindeyiz; Gaia bilgisi, bizlerin yeryüzündeki bir tür olarak kendimizle ilgili bakış açısını adım adım değiştirmeye başlayacak. Gaia hipotezinin ayrılmaz bir parçası olan, tüm yaşam biçimlerinin birbiri ile bağlantıda olduğuna dair içsel anlayış, her birimizin Yeryüzü'ne, kendimize ve birbirimize karşı gösterdiği yaklaşımların içine işlemiş bir unsur haline gelecek. Bu yeni zamanın egemenliğiyle birlikte, eski bilgi toplama yöntemleri bir kez daha geri çağrılabilir belki de! Bu sayede de kutsal bitki tıbbı, herkesin bildiği bir iyileştirme biçimi olarak kabul görecektir.

Her birimizin içinde, Yeryüzü ile bağlarımızı onarabilme, bitkilerin ve tüm yaşamın konuştuğunu duyabilme olasılığı vardır. Bu süreçte bizler ne yapacağımızı, ne şekilde büyüyeceğimizi, bizlerin yaratılış kaynağı olan Yeryüzü'nü kendi bedenimizde var edebilmek için hangi yöne doğru değişmemiz gerektiğini öğrenecek ve Gaia'yı tanıma yolunda ilerleyeceğiz. Atalarımızın sözleri, bizleri belli bir noktaya kadar kılavuzlayabileceklerdir; onlar bize gidilmesi gereken doğrultuyu, Gaia'nın yönünü bildireceklerdir, eğer dinlemeyi başarabilirsek... Teton Siouxlar'ından Okute'nin Francis Densmore'a aktardığı gibi:

“Tüm yaşayan varlıklar ve bitkiler, güneşten gelirler. Eğer güneş olmasaydı, dünya karanlık bir yer olur, hiçbir şey büyümezdi; yeryüzünde herhangi bir yaşam söz konusu olamazdı. Fakat buna karşın güneş, yeryüzünün yardımına muhtaçtır. Güneş kendi başına bitkiler ve hayvanlar üzerine ışığını saçacak olsa, sıcaklık öylesine fazlalaşır ki, hepsi de ölürlerd. Oysa yağmur bulutları vardır gökyüzünde, yağmur-ları taşıyan; böylelikle dünya ile güneş, ikisi birlikte yaşam için gerekli olan nemi oluştururlar. Bitkilerin kökleri aşağıya doğru giderler ve ne

kadar derine inerlerse o kadar nem bulurlar. Bu, doğa yasası gereğidir; Wakan'tanka'nın hikmetlerinden birinin belirtisidir. Bitkiler Wakan'tanka tarafından gönderilmişlerdir ve onlar, Onun emri üzerine topraktan biterler. Güneş ve yağmur ile etkileşmesi gereken unsurları yerin üzerine çıkarken, kökler aşağıya doğru yürür, onlar için hazırlanmış olan nemi bulurlar. Hayvanlar ile bitkilere ne yapacaklarını Wakan'tanka öğretmiştir. Wakan'tanka, kuşlara yuva yapmayı öğretir; bununla beraber hiçbir kuşun yuvası bir diğerine benzemez. Wakan'tanka onlara ancak kabaca söyler ne yapmaları gerektiğini; kimileri diğerlerinden daha iyi yuva yapar. Aynı şekilde, hayvanlardan bazıları derme çatma meskenlerinden memnuniyet duyarken, kimisi de çekici yerlerde yaşamayı tercih eder. Hayvanların bazıları da diğerlerinden daha iyi bir ebeveynidir. Orman, birçok kuşun ve daha başka birçok hayvanın yurdudur; su ise, balıklar ile sürüngenlere mesken olur. Aynı türden bile olsalar tüm kuşlar birbirinin aynı değildir; hayvanlar ile insanlar için de durum böyledir. Wakan'tanka'nın iki kuşu, iki hayvanı veya iki insanı tamamıyla birbirinin aynı olarak yaratmayışının sebebi, her birinin kendine yeten bağımsız bir şahsiyet olmasını istemesidir. Kimi hayvanlar, toprak altında yaşamak üzere yaratılmışlardır. Taşlar ve minerallerse Wakan'tanka tarafından toprağa yerleştirilmişlerdir; bazı taşlar diğerlerinden daha yüzeydedir. Eğer bir şıfacı, kutsal taşlarla konuştuğunu söylüyorsa, topraktaki maddeler arasında, en çok bu taşların rüyada belirdiğini ve insanlarla iletişim kuracak durumda olduğunu anlarız.

Hiçbir hayvanın konumu birbirinin aynı değildir. At, köpek, ayı ve bufalo, hepsinin de kendine özgü özellikleri vardır. Bu aynı zamanda havadaki kümes hayvanları, sudaki varlıklar ve hatta böcekler için bile geçerlidir. Her birinin kendine özgü bir yolu vardır. Buna rağmen bir insan, tüm kuşların şarkılarından hoşnutluk duysa bile belli bir tür kuşun söylediği ezgileri tercih edebilir. Tüm hayvanları sevmekle beraber, hepsinden daha fazla yakınlık duyduğu bir hayvan seçebilir.

Ben delikanlılık çağlarımdan bu yana yaprakları, ağaçları ve otları gözlemlerim. Daha henüz birbirinin aynı olan iki tanesine rastlamadım. Genel olarak birbirleri ile benzerlik gösterebiliyorlar, ama onlara çok yakından baktığınızda az da olsa bir farklılık çarpıyor gözünüze. Bitkiler farklı ailelerden gelirler; her biri farklı bir yöreye uyum sağlayarak sürdürür yaşantısını. Hayvanlar için de durum bundan farklı değildir; her biri geniş bir alanda yaygın olarak görülebilirse de, ortamın koşullarına en çok uyum sağlayabildiği yörede yaşamayı seçer. Bitkilerin

tohumları rüzgarlarla birlikte dört bir yana savrulur durur ve en nihayet büyümelerine en elverişli bir yerde tutunur, kök salar. Bu öyle bir yer olur ki, orada güneşin etkisi ile nemin varlığı onlar açısından en yararlı bir haldedir. Yaşayan tüm varlıklar ve bitkiler bir şeye hizmet ederler. Bazı hayvanlar, amaçlarını belirli eylemler doğrultusunda gerçekleştirirler. İnekler, şahin ve benzeri kuşlar ile sinekler, sağladıkları yarar açısından birbirlerine benzerler; yılanların bile bir yaradılış amacı vardır. Belki de yeryüzünün ilk yıllarında hayvanlar toprakların büyük bir kısmında amaçsızca dolaşadurmuşlardır; ta ki kendilerine uygun yerleri bulana dek. Bir hayvanın varoluşu, onu çevreleyen ortamın doğal koşulları ile yakından ilgilidir. Eğer ki bufalolar hala burada olsalardı, epey değişim geçirmiş olurlardı; çünkü buradaki doğal koşullar tamamıyla değişime uğradı. Ne aynı türden yiyecekleri bulabilirlerdi, ne de yaşadıkları o eski ortamı... Bizler midillilerimizdeki değişimi görmekteyiz. Eski günlerde uzun mesafeleri hiç su içmeksizin gider, ağır yükleri taşıyabilirlerdi; belli besinlerle yaşamlarını sürdürürken, saf sular içerlerdi. Şimdiyse atlarımız belli besinlerin karışımından yaptığımız yemlerle besleniyor, eskisi kadar dayanıklılık gösteremedikleri gibi sürekli bakım istiyorlar. Kızılderililerin durumu da bundan farklı değil; eskisi kadar özgür değiller ve kolaylıkla hastalıklara yenik düşüyorlar. Eski günlerde onlar da daha bakımsızdı, ama daha sağlıklıydılar; saf sular içer, buffalo eti yerlerdi. Bufalolar geniş bir yaşam alanına sahipti ve bugünkü sığırlar gibi öldürülmüyorlardı. Missouri Nehri'nin suyu, bir zamanlar olduğu gibi saf değil; kaldı ki birçok derenin suyu da bizlere içme suyu olacak uygunlukta değil.¹⁰

Zamanımızın zorluklarına, Yeryüzü'nün çektiği acılara, insan türü olarak bizi bekleyen zorlu sınavlara rağmen, *homo sapiens*in becerisine hala güveniyor ve onların Gaia adını verdiğimiz yaşam heyetindeki yerlerini alarak uyum sağlayacaklarına inanıyorum. Aynı değil, ama, bir parçası olarak.

Bu geçiş yaparken nasıl bir yol izleneceğine dair bilgiye, belki de ayaklarımızın dibindeki mütevazı otları dinleyerek ya da kendi kalbimizin ritmik atışlarına kulak vererek veya Toprak Anamız'ın sevgi dolu ve ısrarlı teşvikiyle erişebileceğiz.



Yeryüzü için



EK

YABANI BİTKİLERİ

TOPLAMA ETİĞİ VE YÖNERGELER

*Rocky Dağları Herbalistler Koalisyonu
tarafından hazırlanmıştır*

Yabani Bitkileri Toplama

1. Yokolma tehlikesi altında bulunan veya tehdit altındaki bitki türlerini asla toplamamalısınız. Bu bitkilerle ilgili listeleri yerel herbaryumlar veya botanik bahçelerinden bulup gözden geçirebilirsiniz. Eğer Amerika'da iseniz Amerika Herbalist Birliği'ne başvurup ulusal bir liste bulmaya çalışabilirsiniz. AHG, Box 1683, Soquel, CA 95073
2. Bitki toplamaya başlamadan önce iyi bir tanımlama yapın. Bu amaçla tanı koyma anahtarları ve numune tahlilleri kullanabilirsiniz.
3. Bitkileri toplamadan önce izin isteyin, teşekkür edin; tüm yaşamla olan bağlantıyı belirtin ve takdirlerinizi paylaşın.
4. Bulduğunuz yerdeki ve tepelerin başlarındaki olgun ve tohum üreten bitkileri (ata bitkileri) toplamayın, onların aşağıya doğru tohumlarını saçmalarına izin verin. Bu konuda kendinize bir yol geliştirin.
5. Eğer emin değilseniz, yerel bitkinin tamamı ile köklerinin en fazla yüzde 10'unu, o yörenin doğal bitkisi haline getirilmiş olan bitki türlerinin, yerel bitki yaprakları ile çiçeklerinin en fazla yüzde 30'unu toplayın. Yalnızca

bol miktarda olanları toplayın. Toplayıcılık yaparken tutucu davranın ki, bitki topluluklarının yaşamlarını sürdürebilmesini ve onlar için faydalı olan ortamın bozulmamasını emniyet altına alabilesiniz.

Yer Seçimi

1. İzin almak: Eğer küçük miktarlar topluyorsanız, az bir ödeme karşılığında BLM (Toprak İdare Bürosu) alanlarından ücretsiz toplama izni alabilirsiniz. Hem Birleşik Devletler Orman Hizmetleri hem de BLM size, (a) kamp alanları ile piknik yerlerinin yakınlarından, (b) yürüyüş yollarına 60 metreden daha yakın bir mesafeden, ve (c) yol kenarlarından bitki toplayamayacağınızı söyleyecektir.
2. Rüzgarlarla birlikte gelen hava kirliliğinden, yol kenarlarından (en az 15 metre), yüksek voltajlı elektrik tellerinden (onlar bitkilerde mutasyona yol açabilir), çimenlik alanlardaki ve halka açık parklardaki gübrelerden, madenlerin veya tarım sanayiinin bulunduğu bölgelerin aşağılarından, park yerlerinden ve ilaç sıkılmış muhtemel alanlardan uzak durmalısınız. Kimi BLM ve Orman Hizmetleri, düzenli olarak ilaç sıkımı uygulamaktadırlar. Bu özel arazileri dahi kapsamına almaktadır; dolayısıyla zararlı otlar ile zararlı böcekleri yok eden ilaçlar konusunda bilgi edinmelisiniz.
3. Bazı hassasiyeti yüksek alanlarla ilgili olarak daha temkinli davranmalısınız; nitekim sorumsuz bir yabancı bitki toplayıcısı, kayalık bir tepede veya su kenarında bulunan ekosistemi ciddi biçimde değiştirebilir.

Bahçecilik ve Çoğaltma Teknikleri

1. Uygun yabancı bitkileri toplama teknikleri kullanmak, daha az hasara yol açacağı gibi hasat miktarını da arttıracak, yabancı yaşamın sürmesini sağlayacak bitkisel besinin de korunması anlamına gelecektir. Her yıl aynı yerden bitki toplamayın, gerektiğinde araziyle ilgilenin. Uygulanacak “bahçecilik” teknikleri şu konuları kapsayacaktır: seyreltme, köklerin ayrılması, bitki tepelerinin ayıklanması, ata bitkilerin tohumlama yapmaları için geniş bir çeşitlilik içinde korunması, genç bitkilerin korunması.
2. Erozyon etkenlerinin farkında olun. *Eğer kök kazmakta iseniz, yeniden ekim yapın veya tohumlarını etrafa saçın ve delikleri kapatın.* Yamaçlarda bulunan bitkiler konusunda özenli davranın, toplama işleminin yapıldığı alandaki

yaprak döküntülerini ve toprakları yerine koyun. Yakın yerde topladığınız bitkilerin döküntülerini alıp etrafa yaymanız gerekebilir. Sert tabanlı ayakkabılar giymek, hassas yamaç ekosistemlerinde geri dönüşü olmayan hasarlar bırakabilir.

3. Eğer yaprak topluyorsanız, kökleri dışarı çekmeyin. Kimi bitkilerin çiçek budaması köklerde ve yapraklarda çoğalma sağlar.
4. Yabani bitkileri topladığınız alanda mevsimsel gözlemler yapın. Hasadını yaptığınız yerler konusunda özenli davranıp büyüme döngülerindeki değişiklikleri saptamaya çalışın. Bu ekosisteme olan gerçek etkinizi belirleyecektir. *(Kuzeybatıdaki tecrübeli yabani bitki toplayıcılarından biri, sağlıklı bir bitki popülasyonunun, bir yavaşlama düzeyine gelene dek yılda yüzde otuz oranında artış gösterdiğini gözlemlemiştir. Bundan daha düşük düzeydeki herhangi bir gözlem, bozulmanın göstergesidir.)*

Önerilen Toplama Zamanları

1. Bitkinin tepe veya toprak üstü kısımları: Sabah saat 6 ile 10 arasında, güneş henüz onları soldurmadan toplayın. Eğer yaprak toplanıyorsa, çiçek açmadan kısa bir süre önce toplamak yerinde olacaktır. Çiçekleri, henüz açtıkları zaman hasat edin; en azından tomurcuğunun hangi renkte olduğunu görebilmelisiniz. Bitkilerin tepe kısımlarını toplamak için izlenecek geleneksel ay evresi, dolunay veya dolunaya yakın olan zamandır.
2. Kökler: Bitki tohum tuttuktan sonra, mümkünse sabahın erken saatlerinde, güneş henüz gücünü göstermeden toplayın. İki yıllıklar: İlk yılın sonbaharında veya ikinci yılın ilkbaharında toplayın. Geleneksel ay evresi yeni aydır.
3. Kabuklar: Baharda veya sonbaharda toplayın. Ağacı asla soymayın, tamamıyla alın. Ağaçların yoğun olduğu yörelerde seyreltme yapmak uygundur; buna karşın, en sağlıklı görünen ağaçları bırakın. Eğer yalnızca küçük dallarından alacak olursanız, ağacın mantar çürümesine maruz kalma olasılığını aklınızda tutun. Pek çok kabukta, kabuğun iç kısmı veya kambium bölgesi, en etkin kısımdır. Kısa kalmış ağaç gövdelerini budama için bırakın; alçak kütükleri ise baltalık olarak... Böylelikle daha sonra da hasat etme imkanı bulabileceğiniz bir koşulu hazırlamış olursunuz. Kabuklar için geleneksel ay evresi, eskiyen aydır (3/4 kadar küçülmüş).

4. Öz ve Akmalar: Kış aylarının sonunda veya ilkbaharın başlarında toplanmalı.
5. Tohum ve Meyve: Narenciye, olgunlaşmamış fasulye tohumları vb. gibi türler dışında, olgunlaştıklarında hasat edilmeli.

Kurutma

1. Bitkilerin birçoğunu gölgede ve havadar yerlerde kurutun. Tel süzgeçleri ve gazete kağıtlarını kullanmayın. Hangi bitkilerin güneşte daha iyi kuruduklarını araştırın.
2. Yaprak veya çiçekleri yıkamayın. Üzerlerindeki böcek ve tozları arıtmak için bitkiyi silkeleyin. Eğer baş edebileceğiniz miktarlarda ise, saplarının dibinden bağlayarak çapı 2-2,5cm veya daha az olan demetler oluşturun. Onları gevşekçe yayarak terekler üzerinde de kurutabilirsiniz.
3. Kabuklar: Eğer uygunsa dış kabuğu soyun.
4. Kökler: Dışarıya koyun veya asın. Yıkamakla, köklerdeki toprakların hepsi akıp gitmeyecektir. Tazyikli bir hortumla ve de elle temizleme, özellikle de topraklı kısımlar için kaçınılmazdır. Aromatik özellikleri olmayan büyük ve ağır kökleri uzunlamasına kesebilirsiniz.
5. Tüm bitkiler, gevrediklerinde kurumuş olurlar. Asılı duran bitkilerin aşağı kısımlarından parça koparıp bakın. Büyük köklerin orta kısmının kuruyup kurumadığını anlamak için ikiye kesin.

Saklama

1. Bitkideki aromatik özellikleri ve diğer değerli bileşenleri bozabilen aşırı sıcaklıktan ve ışıktan kaçının. Tamamıyla kuruduklarında, onları besinlere uygun plastik torbalarda, kumaş keselerde veya oksijen ve nem alışverişine izin veren daha başka şekillerde saklamalısınız ki, niteliklerinden ve kuvvetlerinden olabildiğince uzun bir süre faydalanabilesiniz.
2. Üzerlerine tarih yazıp toplandıkları yerin ismini belirtin.
3. Parçalarına ayrılmış veya ezilmiş bitkiler niteliklerini bütün halinde saklanan bitkilerden daha çabuk kaybederler.

Rocky Dağları Herbalistler Koalisyonu, yabani tıbbi bitki topluluklarının korunmasına yönelik yaklaşımlar geliştirmiştir. Bu yaklaşımları geliştirme

arzusu, Yeryüzü ile bitki topluluklarının kutsallığına duyulan derin hislerin bir uzantısıdır. Bu yaklaşımlar, belli bir biyobölgede etkinlik gösteren ve kar amacı gütmeyen bir topluluk olarak sosyal baskı oluşturmak ve aydınlanmış kişisel bir ilgiyi de kapsamak amacıyla hazırlanmışlardır. Bulunan çözümler, başka biyobölgelerde yaşayanların da kullanmaları, uyarlamaları ve kendi özel amaçları için uygulamaları amacıyla paylaşılmıştır.

İlk adım, bitki toplayıcılarının etik bir yabancı bitki toplama yaklaşımının temel taşlarını anlaması için yönergeler oluşturmak oldu. Mevsimsel bitki toplayıcılarının katkıları ile hazırlanan bu kılavuzluklar, geniş çaplı bir gözden geçirmeye tabi tutulmuşlardır. Bu kılavuzluklar, katı ve değişmez birer kural olarak algılanmaktan çok, yabancı bitki toplayıcısının etik felsefesi olarak algılanmalıdır.

Bir bitkinin nerede, ne zaman ve ne şekilde hasat edildiğini, nasıl bir süreçten geçip kurutulduğunu belgeleyecek olan bir veri kağıdı hazırlanmıştır; bitkiler gönderilirken bu kağıt da onlarla birlikte gönderilir. Bu sayede yabancı bitki toplananın etiğinden haberdar olan alıcı, kendi felsefesi ile uyum içinde olan bir toplayıcıya destek verecektir.

Bir sonraki adım, etik yabancı bitki toplayıcıları ile organik ürün yetiştiricileri adına bir Doğrudan Pazarlama Kaydı oluşturmaktır. Bu kaydın kuruluş amacı, bitki alıcısı ile bitkiyi toplayan gerçek kişiyi temasa geçirerek sorumluluk içeren bir davranışı desteklemektir. Bu doğrudan iletişim, karşılıklı bir saygının bulunduğu ortamı yaratırken, kalite kontrolün gelişmesini desteklemekte ve toplayıcılar tarafından etik hasadın uygulanabilirliğini besleyip teşvik edebilecek fiyatların belirlenmesine öncülük etmektedir.

Bitkisel ürünler üretenler, bu kaydı kullanıp onun ilkelerini günlük işlerindeki eylemlerine aktarma konusunda teşvik edilmektedir. Ekolojiye yoğunlaşmış bir zihinle çalışan yabancı bitki toplayıcısı kadar organik ürün yetiştiricileri de bu kayda eklenebilecek konular hakkında cesaretlendirilmektedir.

Bu projedeki en son adım, biyobölgesel bir yabancı bitki toplayıcıları ve organik ürün yetiştiricileri kooperatifinin kurulmasıdır. Asıl amaç bilgi alışverişi yapmak, hasat edenler ile yetiştiriciler için eğitsel çalışmalar geliştirmek, aynı iş alanında faaliyet gösteren kişiler arasından kendi kendini idare eden yapıların doğmasını teşvik etmek; bir yandan da etik olarak hasat edilmiş, organik yetiştirilmiş bitkilerin ihtiyaçlarını karşılayıp sürdürülebilir, ekolojik olarak doğru uygulamaları destekleyecek fiyatların belirlenebilmesini mümkün kılmak amacıyla topluluğu bir araya getirmektir.

Kooperatif, bitkilerin büyüme biçimleri, hasat teknikleri, çoğaltma ve yetiştirme metotları ve de aşırı hasat için getirilebilecek alternatifler üzerine bilgi paylaşımının gerçekleştiği bir araçtır. Tehdit altında olan, tehlike altında bulunan, ya da aşırı hasat edilmiş, hasat edilirken yanlış bir yöntem izlenmiş olan yerel bitkilerle ilgili bir liste hazırlanmalı, ortaklık yapılan insanların fikirleri doğrultusunda türlerin hayatta kalabilmesi için gereken sınırlamalar belirlenmelidir. Bu bilgi, başka yabancı bitki toplayıcılar, biyobölgesel diğer kooperatifler ve alıcılar ile bir dergi aracılığıyla paylaşılabilir. Bir tohum değişim projesi de geliştirilebilir; ki bu sayede gelecek kullanımlar için yeniden tohumlama yapılsın.

Kooperatifin üyeleri hasatla ilgili olarak, belli bölgelerin yıpranacak derecede kullanılmaması ve belli bölgelere de yeniden canlanıncaya kadar dokunulmaması konusunda bilgi paylaşımında bulunabilirler. Kooperatifin amacı, insanların birbirini yönlendirebileceği bir yapının kurulması ve kişisel bütünlüğün yaratılabilmesidir. Kooperatif aynı zamanda bir toplanma yeri olarak kullanılabilir; yöreleri ağaç kesiminden, gelişimden ve otlatmadan koruyan eylemcilerin bir araya geldikleri bir mekan... Bizler, yabancı bitki toplayıcıları bir araya gelerek birbirleriyle bilgi paylaşımında bulundukları, aralarındaki iletişim ağını güçlendirdikleri ve de bitki topluluğunun sesli, görülür birer üyesi olabildikleri yıllık toplantılar düzenleyecek olurlarsa, bundan mutluluk duyarız.

Yeryüzü'nün ağladığını duyabilenleri, ister bitkiler konusuyla ilişkide olsun ister olmasınlar, bu ağlayışa yanıt vermeye zorlayıcı bir durum söz konusudur. Onlar için Yeryüzü'nün bu küçük yerini korumak ve süregitmesine yardımcı olmak, bir başlangıçtır. Rocky Dağları'nın Herbalistler Koalisyonu olarak bizler, düşünceli davranıp ister doğrudan eylemlerimizden ötürü olsun isterse de dolaylı olarak sessizce rıza gösterdiğimiz için yabancı bitki topluluklarına ya da onların yaşadıkları yabancı yörelere hasar verilmemesi gerektiğine inanıyoruz. Bunu gerçekleştirebilmek için, uzun vadede sürdürülebilir olanı kısa vadede menfaate hizmet edenin önüne koymamız gerekir ve bunu hem temel hem de kurumsal düzeyde gerçekleştirmemiz gerekir. Eğer ki toplu halde ahlaki değerlere arka çıkar, onlara uygun davranırsak, bitkilere karşı saygıdan yoksun olanlar ya hasat tekniklerini değiştirecek ya da pazar ortamından yitip gidecektir. Bu sayede bizler, bizden öncekilerin yol açtığı hasarı onarmaya çalışıyor olacağız; Yeryüzü'ne karşı duyduğumuz kutsal güveni koruyup bizden sonra gelecek olanlara -sürdürülebilir ve esenlikli bir gezegende yansımaları bulan- yaşama hürmet armağanını verebileceğiz.



Önsöz

1. The Reader's Digest Great Encyclopedic Dictionary. Pleasantville, N.Y., 1977.
2. Aynı Kaynak.

Bölüm 1. Kutsal Olan ve Yeryüzü

1. Del Tredici, Peter. *Arnoldia*, 51(2):2-15, 1991, yazar tarafından tekrar gözden geçirilip düzeltilmiş ve 224, 1992 kayıt numarası ve *Classic Botanical* ismiyle yeniden basılmıştır.
2. Uzun yıllar boyunca bu hikâyenin birçok farklı şekillerde anlatıldığına tanık oldum. Kelly Kindscher, Kansas Üniversitesi'nde Botanik Profesörü olan Phillip Wells'in bu hikâyeyi şöyle anlattığına değinir: o ağacı kesen, Birleşik Devletler Orman Hizmetleri'nde çalışan bir kimsedir ve ağacı kestikten kısa bir süre sonra kalp krizinden ölmüştür.
3. Leopold, Aldo. *A Sand County Almanac*. New York: Ballantine, 1991, s. 197.
4. Dudley, Guilford III. *Religion on Trial: Mircea Eliade and His Critics*, Philadelphia: Temple University Press, 1977, s. 50.
5. Underhill, Evelyn. *Mysticism*. New York: E. P. Dutton, 1961.
6. Otto, Rudolph. *The Idea of the Holy*. New York: Oxford University Press, 1978.
7. Yoon, Hong-key. *Geomantic Relationships Between Culture and Nature in Korea*. Chinese Association for Folklore, 1976.
8. Eliade, Mircea. *The Sacred and the Profane*. New York: Harcourt Brace, 1959.
9. Ryan, J. *Life Support: Conserving Biological Diversity*. *WorldWatch Paper* 108, April 1992, s. 17.
10. Aynı Kaynak.
11. Radin, Paul. *Crashing Thunder: The Autobiography of an American Indian*. New York: Appleton, 1920.

Bölüm 3. Kutsal Bitki Tıbbının Görüleri

1. Dudley, Guilford III. *Religion on Trial*. s. 52.
2. Moerman, Daniel E. *Medicinal Plants of Native America*. University of Michigan Museum of Anthropology, Research Reports in Ethnobotany, Contribution 2, vol. 1, 1986.
3. Lamb, F. Bruce. *Wizard of the Upper Amazon*. Boston: Houghton Mifflin, 1974.
4. Densmore, Frances. *Teton Sioux Music*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 61, s. 183, 1918.

5. Messer, Ellen. "Present and Future Prospects of Herbal Medicine in a Mexican Community," in *The Nature and Status of Ethnobotany*, by Richard Ford. Ann Arbor: University of Michigan Museum of Anthropology, Anthropology Paper 67, s. 146, 1798.
6. Stevenson, Matilda Coxe. *Ethnobotany of the Zuni Indians*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Annual Report 30, s. 36, 1915.
7. Densmore, Frances. *Papago Music*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 90, s. 90, 1929.
8. Kindscher, Kelly. *Medicinal Plants of the Prairie*. Lawrence: University Press of Kansas, 1992.
9. Densmore, Frances. *Teton Sioux Music*. s. 251.
10. *The Sixth Grandfather: Black Elk's Teachings Given to John Neihardt*. Edited by Raymond J. DeMallie. Lincoln: University of Nebraska Press, s. 134, 1985.
11. Aynı kaynak, sayfa 235–236.
12. Densmore, Frances. *Chippewa Music II*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 53, s. 37, 1913; *Menominee Music*. Bulletin 102, s. 76, 1934; *Uses of Plants by the Chippewa Indians*. Annual Report 44, s. 322, 1928; *Papago Music*. Bulletin 90, s. 82, 1929.
13. Sturtevant, W. C. *The Mikasuki Seminole: Medical Beliefs and Practices*. Ph.D. dissertation, Yale University, s. 143–146, 1955.
14. Densmore, Frances. *Nootka and Quileute Music*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology, Bulletin 124, s. 252, 1934.

Bölüm 4. Bir Bitkinin Kutsal Şarkısı

1. Halifax, Joan. *Shamanic Voices*. New York: E. P. Dutton, s. 32, 1979.
2. Sturtevant, W. C. *The Mikasuki Seminole*. s. 155.
3. Swanton, John R. *Creek Religion and Medicine*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Report 42, 1928.
4. Densmore, Frances. *Chippewa Music II*. s. 16.
5. Underhill, Evelyn. *Mysticism*.
6. Densmore, Frances. *The Belief of the Indian in a Connection Between Song and the Supernatural*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 151, Anthropology Paper 37, s. 217–223, 1953.
7. Aynı Kaynak.
8. Fenton, William. *Iroquois Suicide*. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 128, s. 86, 1941.
9. Aynı Kaynak, s. 88.
10. Harrison, Kathleen. *Seeds of Change Catalog*. s. 67, 1994.
11. Densmore, Frances. "Music in the treatment of the sick," in *Frances Densmore and American Indian Music: A Memorial Volume*. Charles Hofmann, editor. New York: Heye Foundation, Museum of the American Indian, s. 72, 1968.
12. Halifax, Joan. *Shamanic Voices*.
13. Densmore, Frances. *Teton Sioux Music*. s. 254.

14. Aynı Kaynak, s. 255.
15. Aynı Kaynak, s. 260.
16. Aynı Kaynak, s. 262–263.
17. Mooney and Olbrechts. The Swimmer Manuscript: Cherokee Sacred Formulas and Medicinal Prescriptions. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 59, s. 156, 1932.

Bölüm 5. Bitkilerle Kutsal İlişkiler Kurmak

1. Fukuoka, Masanobu. The Natural Way of Farming. Tokyo: Japan Publications, 1985. *Doğal Tarımın Yolu- Kaos Yayıncılık, Eylül 2011*
2. Nabhan, Gary Paul. Enduring Seeds. North Point Press, 1989.
3. Densmore, Frances. Uses of Plants By the Chippewa Indians.s. 325.
4. Fukuoka, Masanobu. Natural Way of Farming.
5. Wall, Steve, and Harvey Arden. Wisdomkeepers. Beyond Words Publishing, s. 80, 1990.
6. Conklin, Harold. The Relation of Hanunoo Culture to the Plant World. Ph.D. dissertation, Yale University, 1955.
7. Carneiro, Robert. "The Knowledge of Forest and Rain Forest Trees by the Kuikuru Indians of Central Brazil," in The Nature and Status of Ethnobotany, by Richard Ford. Ann Arbor: University of Michigan Museum of Anthropology, Anthropology Paper 67, s. 205.
8. Robbins, W. W., J. P. Harrington, and B. Freire-Marreco. Ethnobotany of 194 U NOTES the Tewa Indians. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin, 55, s. 9, 1916.
9. Plotkin, Mark. "The Healing Forest," in The Futurist. Jan/Feb 1990.
10. Ford, Richard. The Nature and Status of Ethnobotany. s. 43.
11. Messer, Ellen. Zapotec Plant Knowledge: Classification, Uses, and Communication about Plants in Mitla, Oaxaca, Mexico. Ann Arbor: University of Michigan Museum of Anthropology Memoirs 10, part 2, s. 69, 1978.
12. Hoffman, W. J. The Mide'wiwin or "Grand Medicine Society" of the Ojibwa. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin, Annual Report 7, 1891.
13. Herrick, James William. Iroquois Medical Botany. Ph.D. dissertation, State University of New York at Albany, s. 136, 1977, quoting David Jack as recorded by Waugh.
14. Conklin, Harold. The Relation of the Hanunoo Culture to the Plant World. s. 239.
15. Fukuoka, Masanobu. The Natural Way of Farming. s. 17.
16. Herrick, James William. Iroquois Medical Botany. s. 136–137, quoting Jesse Cornplanter, as recorded by Fenton.
17. Harrington, John. Tobacco Use Among the Karuk Indians of California. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 94, 1932.
18. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 254.
19. Mooney and Olbrechts, The Swimmer Manuscript.

Bölüm 6. Kutsal Yoldan Şifa Vermek

1. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 245.

2. Sturgeon, Theodore. "Scars," in E Pluribus Unicorn. New York: Pocket Books, 1977.
3. Eliade, Mircea. Shamanism. Princeton: Princeton University Press, s. 229, 1972. *Şamanizm-İmge Kitabevi* 1999
4. Densmore, Frances. Chippewa Music I. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Bulletin 45, s. 119, 1910.
5. Swanton, John R. Beliefs and Usages of the Chickasaw. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Annual Report 44, s. 268, 1928.
6. Dudley, Guilford. Religion on Trial. s. 77.
7. Meyerhoff, Barbara. "Shamanic Equilibrium: Balance and Mediation in Known and Unknown Worlds," in American Folk Medicine, Wayland Hand, editor. Berkeley: University of California Press, s. 103, 1976.
8. Aynı Kaynak, s.101.
9. Canda, Edward. Personal communication, 1993. See also Edward Canda. NOTES V 195 "Gripped by the Drum: The Korean Tradition of Nongak," in Shaman's Drum 33, Fall/Winter 1993.
10. Densmore, Frances. Papago Music. s. 116.
11. Popov, Andrei. "How Sereptie Djarroskin of the Nganasans (Tavgi Samoyeds) Became a Shaman" in Popular Beliefs and Folklore Traditions in Siberia, editör Vilmos Dioszegi. Stephen Dunn tarafından tercüme edilmiştir. Bloomington: Indiana University Press, s. 137-146, 1968.
12. Furst, Peter. "Huichol Conception of the Soul," in Folklore Americas. vol. 27, No. 2, s. 52-56, June 1967.
13. Eliade, Mircea. Shamanism. Princeton: Princeton University Press, 1972.
14. Grof, Stanislav, and Joan Halifax. The Human Encounter with Death. New York: E. P. Dutton, 1978.
15. Eliade, Mircea. Shamanism. s. 248.
16. Swanton, John R. Creek Religion and Medicine. s. 638. See also Joseph Bruchac. The Native American Sweatlodge. Freedom, Calif. Crossing Press, 1993.
17. Mooney, James. Sacred Formulas of the Cherokee. Smithsonian Institution: Bureau of American Ethnology Annual Report 7, s. 322, 1891.
18. Aynı Kaynak
19. Fenton, William N. Iroquois Suicide. s. 86.

Bölüm 7. Şifayı Toprağın Derinliklerinden Çıkarmak:

Tıbbi Bitkileri Yabani Doğadan Toplama Sanatı

1. Densmore, Frances. Menominee Music. s. 119.
2. Leopold, Aldo. A Sand County Almanac. New York: Sierra Club Books, pp. 138-39, 1966.
3. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. 1918.
4. Sturtevant, W. C. The Mikasuki Seminole. 1955.
5. Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West. Sante Fe: Museum of New Mexico Press, 1979.

6. Densmore, Frances. Menominee Music. s. 118–19.

Bölüm 8. Bitkileri İlaç Haline Getirmek: Herbalizmin Teknolojisi

1. Densmore, Frances. Chippewa Music II. s. 65.
2. Hoffmann, David. "Deep Ecology and Deep Herbalism," in Plants of Power: Earthkeepers of Six Nations Speak on the Sacred Power of Plants, unpublished manuscript by Stephen Buhner.
3. Bishop, Jerry. "Research on Duodenal Ulcer Concludes Eradication of Bacteria is Cost Effective," in The Wall Street Journal. November 1, 1995. 196 U NOTES
4. Farnsworth, Norman. The Present and Future of Pharmacognosy. American Botanical Council reprint 209, reprinted from The American Journal of Pharmaceutical Education, 43: 239–243 (1979).
5. Densmore, Frances. Uses of Plants by the Chippewa Indians. s. 323.

Bölüm 9. Tören: Bitkilerle Daha Derin Bağlar Kurmak

1. Freesoul, Jonathon. Breath of the Invisible. New York: Theosophical Publishing, 1986.
2. Catlin, George. The Catlin Manuscript. Washington: British Museum Publications and Smithsonian Institution Press, 1979.
3. Brown, Joseph Epes. The Sacred Pipe. Norman: University of Oklahoma Press, s. 5–7, 1989.
4. Hofman, Charles. Frances Densmore and American Indian Music. New York: Museum of the American Indian, Heye Foundation, Vol. 23, 1968.
5. Fortune, R. F. Omaha Secret Societies. Columbia University Contributions to Anthropology, vol. 14: Columbia University Press, 1932. Densmore, Frances. Teton Sioux Music; Chippewa Music; Mandan and Hidatsa Music, 1923.
6. Brown, Joseph Epes. The Sacred Pipe: Black Elk's Account of the Seven Rites of the Oglala Sioux. New York: Penguin Books, 1981.
7. Aynı Kaynak.
8. Powers, William K. Yuwipi: Vision and Experience in Oglala Ritual. Lincoln: University of Nebraska Press, s. 24–25, 1982.

Bölüm 10. Rocky Dağlarının Dört Kutsal Bitkisi; Kutsal Nitelikleri ve Tıbbi Kullanımları

1. Kindscher, Kelly. Medicinal Plants of the Prairie.
2. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory. Sandy: Eclectic Medical Publications, 1993.
3. Gilmore, Melvin. Uses of Plants by the Indians of the Missouri River Region. University of Nebraska Press, s. 29, 1991.
4. Curtin, L. S. M. Healing Herbs of the Upper Rio Grande. Los Angeles: Southwest Museum, 1965; Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West. Santa Fe: Museum of New Mexico Press, 1979.
5. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 195.

6. Aynı Kaynak, s.196.
7. Hale, Mason. The Biology of Lichens. New York: American Elsevier Publishing Co., Inc. 1974; Hobbs, Christopher. Usnea: The Herbal Antibiotic. Capitola, Calif.: Botanica Press, 1990.
8. Hobbs. Usnea.
9. Ahmadjian and Hale. The Lichens. New York: Academic Press, 1973.
10. Napralert. "Ethnomedical Information on Usnea, Including Biomedical Activities and Compound Presence," 1991.
11. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory. Hoffmann, David. The Herbal Handbook. Rochester: Healing Arts Press, 1988.
12. Moerman, Daniel E. Medicinal Plants of Native America. Ann Arbor: University of Michigan Museum of Anthropology, Research Reports in Ethnobotany, Contribution 2, 1986.

Bölüm 11. Bitkiler ve Kutsal Kullanım Alanları ile İlgili Kısa Bir Özet

1. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory. Hoffmann, David. The Herbal Handbook.
2. Boas, Franz. The Religion of the Kwakiutl Indians. New York: Columbia University Press, s. 212-13, 1930.
3. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory.
4. Hoffmann, David. The New Holistic Herbal. Rockport, Mass. Element, 1992.
5. Werbach, Melvyn, and Michael Murray. Botanical Influences on Illness. Tarzana, Calif.: Third Line Press, 1994.
6. Heron, Selena. "Botanical Treatment of Chronic Gynecological Conditions: Infertility, Endometriosis, and Symptoms of Menopause," in American Herbalism. Michael Tierra, editor. Freedom: Crossing Press, 1992.
7. Mowrey, Daniel B. The Scientific Validation of Herbal Medicine. New Canaan, Conn.: Keats Publishing, 1986.
8. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 164.
9. Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West.
10. Speck, Frank. Catawba Texts. New York: Columbia University Press, s. 54 and 60, 1934.
11. Drum, Ryan. "Joining the Devils Club," in Plants of Power: Earthkeepers of Six Nations Speak on the Sacred Power of Plants by Stephen Buhner, unpublished manuscript; Moore, Michael. Medicinal Plants of the Pacific West.
12. Boas, Franz. The Religion of the Kivakiuti Indians. s. 241.
13. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory; Foster and Duke. Eastern/Central Medicinal Plants. Boston: Houghton Mifflin, 1990.
14. Densmore, Frances. Chippewa Music II. s. 63.
15. Aynı Kaynak, s. 99.
16. Moore, Michael. Medicinal Plants of the Desert and Canyon West; 198 U NOTES Hobbs, Christopher. The Echinacea Handbook. Portland: Eclectic Medical Publications, 1989.
17. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 268.

18. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory and Medicology. New York: University Medical Publications, 1906.
19. Goddard, Pliny Earle. Hupa Texts. Berkeley: University of California Publications, American Archaeology and Ethnology, vols. 1, 2. Berkeley: University Press, s. 276–77, 1903.
20. Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West; Harrington, H. D. Western Edible Plants. Albuquerque: University of New Mexico Press, 1972.
21. Speck, Frank. Catawba Texts. s. 55.
22. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory; Foster and Duke. Eastern/Central Medicinal Plants; Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West.
23. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory; Foster and Duke. Eastern/Central Medicinal Plants; Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West.
24. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 254–56.
25. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory; Hutchins, Alma. Indian Herbology of North America. Windsor, Ontario: Merco, 1989.
26. Boas, Franz. The Religion of the Kwakiutl Indians. s. 237–38.
27. Moore, Michael. Medicinal Plants of the Mountain West.
28. Densmore, Frances. Teton Sioux Music. s. 259.
29. Felter and Lloyd. King's American Dispensatory; Foster and Duke. Eastern/Central Medicinal Plants; Mowrey, Daniel B. The Scientific Validation of Herbal Medicine. New Canaan: Keats Publishing, 1986; Hutchins, Alma. Indian Herbology of North America; Werbach, Melvyn, and Michael Murray. Botanical Influences on Illness. Tarzana, Calif.: Third Line Press, 1994.
30. Hoffmann, David. The New Holistic Herbal; Hutchins, Alma. Indian Herbology of North America.
31. Boas, Franz. The Religion of the Kwakiutl Indians. s. 221.

Bölüm 12. Gaia'nın Doğuşu

1. Havel, Vaclav. Address of the President of the Czech Republic. His Excellency Vaclav Havel, on the occasion of the Liberty Medal Ceremony, July 4, 1994.
2. Lovelock, James. Healing Gaia. New York: Harmony Books, s. 11, 1991.
3. Mollison, Bill. Permaculture: A Practical Guide for a Sustainable Future. Washington, D.C.: Island Press, 1990.
4. Aynı Kaynak.
5. Tompkins, Peter, and Christopher Bird. Secrets of the Soil. New York: Harper and Row, 1990.
6. Ryan, John. Life Support: Conserving Biological Diversity. WorldWatch Paper 108, 1992; Weber, Peter. "A Place for Pesticides?" in WorldWatch Magazine, vol. 5, no. 3, May/June 1992.
7. Diamond, Jared. "Playing Dice with Megadeath," in Discover, April, 1990.
8. Leopold, Aldo. A Sand County Almanac.
9. Havel, Vaclav. Address of the President of the Czech Republic.
10. Densmore, Frances; Teton Sioux Music

OKUNMASI ÖNERİLEN KİTAPLAR VE BİTKİ KAYNAKLARI



Kutsal bitki tıbbı ile ilgili daha başka yaklaşımlar, Machelles Small Wright ve Susan Weed'in çalışmalarında bulunabilir. Wright'ın *Perelandra* ismini verdiği eser, benim kanımca bir Kelt çalışmasını andırmakta. Weed'in "*Bilge Kadınların Gelenegi*" isimli eseri ise yine benim fikrime göre bir Wicca çalışması. Değinilen kaynakçalar, yine kutsal bitki tıbbı ve Toprak merkezli maneviyata dair birçok kitaptan alınma bilgiyi içermektedir. Burada listelediğim kitaplar, konuyla doğrudan ilintili olup açık bir dille yazılmış olanlardır.

Kutsal Bitki Tıbbı ile ilgili okunması önerilen kitaplar

1. Frances Densmore. *Teton Sioux Muxic*. Bureau of American Ethnology Bulletin 61, 1918.
2. Machelles Small Wright. *Perelandra Flower Essenses*, Prelandra, 1980.
3. Susan S.Weed *Wise Woman Herbal: Healing Wise*. Ash Tree Publishing, 1989.

Bitkisel ilaçlar hazırlama ve herbalizm konusunda önerilen kitaplar

1. James Green. *The Herbal Medicine Maker's Guide*. Simplers Botanical, 1990. (Simplers Botanical'den bulunabilir; P.O. Box 39, Forestville, CA 95436 (707)887-2012). Bu kitap, bitkisel ilaçlar hazırlama konusundaki en fay-

dalı kitaplardan biridir. Boyutu ve içerikleri bakımından kutsal bitki tıbbı ile uyumlu bir kitaptır.

2. David Hoffman. *The New Holistic Herbal*. Element, 1990. En iyi bitkisel şifa kitabı diyebilirim. Bu kitabı yazan kişi, İskoçya'daki Findhorn topluluğunda yaşamış olup Toprak ile kurduğu bağı eserine yansıtmıştır.
3. Michael Moore. Eserlerinden her biri önemli olmakla beraber, özellikle faydalı buldıklarım: *Herbal Materia Medica* ve *Herbal Repertory in Clinical Practice*. Her ikisini de Southwest School of Botanical Medicine, 122 Tulane S.E., Albuquerque NM 87106 adresinden temin edebilirsiniz.

Toprak merkezli ilişki ile kutsal bitki tıbbı için gerekli olan zihinsel duruma erişmek üzere okunması önerilen kitaplar

1. Joan Halifax. *Shamanic Voices*. Dutton, 1979.
2. F.Bruce Lamb. *Wizard of the Upper Amazon*. Houghton Mifflin, 1974.
3. Barbara Meyerhoff. *Peyote Hunt*. Cornell University Press, 1974.
4. *The Sixth Grandfather: Black Elk's Teachings Given to John Neihardt*. Raymond DeMallie tarafından düzeltilmiştir. University of Nebraska Press, 1984.
5. James LoveLock. *Healing Gaia*. N.Y: Harmony Books, 1991.
6. Aldo Leopold. *A Sand County Almanac*, Oxford University Press, 1966.
7. Masanobu Fukuoka. *Doğal Tarımın Yolu*, Kaos, 2011.
8. Bill Mollison. *Permaculture: A Designer's Manual*. Island Press, 1990. *Permakültüre Giriş*, Sinek Sekiz Yayınevi 2011.
9. Sun Bear. *Path of Power*. Bear Tribe Publishing, 1983.
10. Evelyn Eaton. *I Send a Voice*. Theosophical Publishing, 1978.
11. Brooke Medicine Eagle. *Buffalo Woman Comes Singing*. Ballantine Books, 1992.
12. Forest Carter. *The Education of Little Tree*. University of New Mexico Press, 1976. *Küçük Ağacın Eğitimi – Say Yayınları* 2010.

Kutsal Bitki Tıbbı Çırak Eğitim Programları

1. Kutsal Bitki Tıbbı Çıraklık Programı
Stephen Buhner
www.gaianstudies.org

2. Bilge Kadın Çıraklık Programları
Susun Weed
P.O. Box 64
Woodstock, NewYork 12498

3. Perelandra Çıraklık Programı
Machelle Small Wright
Perelandra
P.O. Box 3603
Warrenton, Virginia 22186
(540) 937-2153

YAZAR HAKKINDA



Stephen Harrod Buhner, çağdaşları arasında; biognosis(yaşamın araştırılması), bitkilerle ilgili derin ekoloji ve Yeryüzünde başarıyla yaşamak için gerekli olan zihinsel durumlarla ilgili konularda en güçlü ve etkileyici tanımlamaları yapanlardan biri olarak kabul görmüştür. O, kültürler arası dinlerin yanı sıra yerli halkların kozmolojileri ile marjinal psikoterapi uygulamaları ve bitkisel ilaçlar alanında da uzmanlaşmış bir kişidir. Onun çalışmalarına NewYork Times gazetesinde ve CNN ile Günaydın Amerika programlarında yer verilmiştir.

Aşağıdaki yayıncılar, telif eserlerinden alıntılarının kullanılması konusunda cömertlik göstererek gereken izinleri vermişlerdir:

Raymond J. DeMallie tarafından yayıma hazırlanmış olan *The Sixth Grandfather*(Altıncı Büyükbaba). Yayın hakkı: 1984 Nebraska Press Üniversitesi. Yayıncının izniyle yeniden basılmıştır. Wayland Hand, *American Folk Medicine*-(Amerikan Halk Tıbbı). Yayın hakkı: 1976, California Üniversitesi. California Üniversitesi Basımevi tarafından yeniden basılmıştır. Joseph Epes Brown tarafından kayıt altına alınıp basılan *The Sacred Pipe*(Kutsal Çubuk). Yayın hakkı: 1953, 1989 Oklahoma Üniversitesi Basımevi. William K. Powers, *YUWIPI*. Yayın hakkı: 1982 Nebraska Üniversitesi Basımevi. Yayıncının izniyle yeniden basılmıştır. John Redtail Freesoul tarafından yazılan *Breath of the Invisible*(Görünmeyen Nefesi). Yayın hakkı: 1986, John Redtail Freesoul. Yazarın izniyle yeniden basılmıştır. Franz Boas, *The Religion of the Kwakiutl Indians*(Kwakiutl Kızılderililerinin Dini). Yayın hakkı: 1930, Colombiya Üniversitesi Basımevi. Yayıncının izniyle yeniden basılmıştır; *Wildcrafting Ethics and Guidelines*(Yabani Bitki Toplayıcılığının Etiği ve Yönergeler). Yayın hakkı: 1986, Rocky

Mountain Herbalists' Coalition(Rocky Dağları Herbalistleri Koalisyonu) Rocky Dağları Herbalistler Koalisyonu izniyle yeniden basılmıştır.

Aşağıdaki fotoğrafçılara eserlerini kullanmama izin verdikleri için derinden şükranlarımı sunarım:

Barbara C. Meyerhoff, *Peyote Hunt*. Ramon Medina Silva'nın fotoğrafı. Yayın hakkı: 1974, Cornell Üniversitesi Basımevi. Yayımcının izniyle kullanılmıştır. Edward R. Canda tarafından çekilen, Saman kıyıcılarının üzerinde dans eden Şaman fotoğrafı. Yayın hakkı: 1977, Edward R. Canda. Fotoğrafçının izniyle kullanılmıştır; *Arnoldia*. Mabetteki Ginkgo ağacı; S. A. Spongberg. Yayın hakkı: 1991, Harvard Koleji Başkanı ve Dostları. Peter del Tredici ve Arnold Arboretum'un izniyle kullanılmıştır.

Yeryüzü ile Konuşma Sanatı

STEPHEN HARROD
BUHNER

GERÇEĞİN SALINARAK YÜZDÜĞÜ KUTSAL NEHRİN SULARINDA BİR YOLCULUĞA NE DERSİNİZ? BU GEZİYİ KALP İLE YAPIYORUZ. KENDİNİZİ NEHRİN AKIŞINA BIRAKIRSANIZ, OKUYACAKLARINIZ SİZİ OKYANUSA ULAŞTIRACAK. KALP, YOLU BİLİYOR; RAHAT OLUN.

BU KİTABIN DÜNYASINDA TAŞLAR VE KUŞLAR, AĞAÇLAR VE YÖNLER, HASTALIK VE ÖLÜM, VAROLUŞ VE DENGİ VAR. HER ŞEY KUTSAL VE BİR BÜTÜNÜN PARÇASI. BU VAROLUŞ İÇİNDE, BİR ÇOCUĞUN BÜYÜYÜP OLGUNLAŞMASI, YAŞLANIP BİLGE OLMASI NE İFADE EDER? BİLGİ BİLGELİĞE NASIL DÖNÜŞÜR? BİRLİKTE YETERİNCE ZAMAN GEÇİRİR, ONUNLA BİR YOLDAŞLIK İLİŞKİSİ KURARSANIZ BİR BİTKİ SİZİNLE KONUŞUR MU? KONUŞMAKLA KALMAYIP ŞARKILAR VE DUALAR DA ÖĞRETİR Mİ? ŞİFASINI ANLATIR Mİ?

PEKİ YA YERYÜZÜ, ACISINI PAYLAŞIR MI SİZİNLE?

İNSANIN İYİLİĞİ İÇİN, KENDİNİ USULCA TOPLAYICISININ ELLERİNE TESLİM EDEN BİTKİDEN ÖĞRENECEĞİMİZ ÇOK ŞEY VAR.

flora
dizisi

OKUYAN US

FLORA SERİSİ İLE YERYÜZÜ BİLGELİĞİNE BİR KAPI ARALİYOR. BU KAPIDAN ŞU AN İTİBARIYLA GÖRÜNEN, YERYÜZÜNÜN CANINI HİSSEDENLERİN -DÜNYANIN NERESİNDE OLURLARSA OLSUNLAR- ONU KOLLAMAK VE GÖZETMEK İÇİN TÜRLÜ YOLLAR BULDUKLARI. BİZ ONLARA TANIKLIK EDİYOR VE GEÇMİŞİN İZLERİNİ SÜRÜP YARINLARA TAŞIYORUZ. YAŞAMI KUTLAYARAK VE ÇOĞALARAK... YOLUMUZ AÇIK OLSUN...

okuyan  us

ISBN: 978-605-4054-73-2



9 786054 054732

