

HALK HEKİMLİĞİNDE “GÖBEK DÜŞMESİ” HASTALIĞI VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

Berna KOLOT*

ÖZ: İnsanoğlunun var oluşundan bugüne kadar çeşitli hastalıklar karşısında kendi imkânlarıyla geliştirdiği tedavi yöntemleri halk hekimliği olarak bilinir. Ağır bir nesne kaldırıldığında ya da ani hareketler yapıldığında vücudun göbek kısmında meydana gelen sancıya halk arasında göbek düşmesi adı verilir. Göbek düşmesine sebep olabilecek türlü nedenler mevcutken, hastalığın en bariz belirtileri arasında vücudun değişik yerlerinde sancı, mide bulantısı vb. rahatsızlıklarının görülmesi sayılabilir. Bu çalışmada göbek düşmesi adıyla bilinen hastalığın sebepleri, belirtileri ve bu hastalık karşısında halkın hangi tedavi yöntemlerine başvurduğu kaynak kişilere yöneltilen sorular neticesinde ortaya çıkarılmış, elde edilen bilgiler incelenmeye çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: halk hekimliği, göbek düşmesi, göbek kaldırmak

“Navel Displacement” Disease and Treatment Methods in Folk Medicine

ABSTRACT: The treatment methods developed by people with their own possibilities in the face of various diseases from the time of existence of human beings to today is known as folk medicine. When a heavy object is lifted or sudden movements are made, the pain on the umbilical region is called navel displacement among people. There are various reasons that may cause navel displacement and the most obvious symptoms of the disease can be pain in different parts of the body, nausea, and etc. In this study, it is tried to investigate the causes of the disease known as navel displacement, the symptoms and the treatment methods applied by people in the face of this disease.

Keywords: folk medicine, navel displacement, navel replacement

* Necmettin Erbakan Üni. SBE Türk Dili ve Edebiyatı ABD Doktora Öğr.
b.bernakolot@gmail.com

Gönderim Tarihi: 10.03.2018 Kabul Tarihi:31.10.2018

Giriş

Göbek, anne karnındaki bir bebeğin beslenmesini sağlayan göbek bağına doğumdan sonra kesilmesiyle oluşmuş, yalnızca dışardan görülebilen bir yara izi ya da alandır. Doğumun gerçekleşmesinin ardından bebek ile anne arasındaki göbek bağı kesilir ve bu süreçten sonra göbeğin, insanın karnının üzerinde oluşan küçük bir çukurdan başka herhangi bir fonksiyonu kalmaz.

Yaşanan ya da yaşanması muhtemel olan birçok olayda görüldüğü gibi insan vücudunda var olan göbek çukurunun oluşmasına dair birçok efsane mevcuttur. Bu efsaneler genellikle yaratılışla ilgili anlatılar içerisinde yer almaktadır. Bir efsanede Hz. Âdem yaratılıp can verilmeden önce, Allah'ın huzurundan kovulan şeytan gelerek Hz. Âdem'in karnının üzerine tükürür. Hz. Âdem'e can verileceği sırada melekler, şeytanın tükürüğünü alıp atarlar. Ancak şeytanın tükürdüğü yerde göbek çukuru oluşur (Göde, 2010: 280).

Saha çalışması sırasında tespit ettiğimiz bir efsane de şu şekildedir: Allah, yanında bulunan meleklerle Hz. Âdem'i yaratacağını söylemiş ve Âdem'in bedenini yaratmış. Âdem'i yaratan Allah, herkese onun bedenine secde etmesini emretmiş. Bu emre yalnızca şeytan isyan etmiş ve Allah, Âdem'e ruh üflemeden önce onun ne olduğuna dair merakını gidermek için gizlice Âdem'in bedenine yaklaşmış göbek kısmına parmağını dokundurmuş. Beden henüz tam oluşmadığı için şeytanın parmağının değdiği yerde küçük bir delik oluşmuş. Şeytanın bu yaptığından dolayı bundan sonra yaratılan bütün insanlar göbekteki bu delikle doğmuş. Bu delik şeytanın parmağı değdiği için oluştuğundan bütün pisliklerin de hep göbek deliğinde toplanacağına inanılır (KK34). Görüldüğü üzere halk arasındaki inanışlarda göbek çukuru/göbek deliği, yaratılan ilk insan Hz. Âdem'le birlikte ortaya çıkmıştır.

Türkistan (Orta Asya) Türklüğü, İslam öncesi dönemde insan sağlığının bozulmasının ve hastalıkların meydana gelmesinin sebebini, genellikle kötü ruhların insanların ruhlarını kaçırmalarına ya da insan bedenine girmelerine bağlamıştır. Bu düşüncenin hâkim olduğu bir ortamda daha çok gözle görülebilen hastalıkların tedavilerinde halk, yörenin bitki, maden ve hayvanlarını ilaç olarak kullanmış, bu işlemleri yapanlar da *emci*, *otacı* gibi adlarla anılmışlardır. Ruhi bozukluklar ve akıl hastalıkları gibi sebebi bilinmeyen, kötü ruhların etkisi altına girdiği düşünülen insanların tedavisini ise şamanlar yapmışlardır (Artun, 2014: 241-242). Kaynak kişilerden elde edilen bilgilere göre günümüz Anadolu'sunda -özellikle köy-

lerde ya da doktor tedavisinin etki etmediği durumlarda- hastalıkların tedavisinde büyücüler, hocalar, cinciler, kırık-çıkıkçılar ya da *el almış-ocaklı* denilen kişiler karşımıza çıkmakta, her hastalığın ayrı bir tedavi yöntemi, her yöntemin de ayrı bir uygulayıcısı bulunmaktadır. Kısacası, hastalıklarının tedavisini bu tarz yöntem ve tekniklerde bulan insanlara göre yukarıda saydığımız kişilerin ve kullandıkları tedavi yöntemlerinin belli başlı hastalıkları iyi edeceğine inanılmaktadır.

Çeşitli hastalıkların tedavisinde, bu işte uzman hâle gelmiş kişiler ön plana çıkar. Bunlardan bazıları, *ocak, ocaklı* gibi adlarla anılan, anasından ya da atasından tedavi yani sağaltma yöntemlerini öğrenmiş kişilerdir. Halk arasında neredeyse her hastalığın ayrı bir ocağı mevcuttur. Kısırlık ocağı, siğil ocağı vb. gibi ocaklar, tedavi amaçlı gelen kişilere hizmet vermektedir. Göbek düşmesi hastalığına da göbeği kaldırmak için tedaviyi kendiliğinden öğrenmiş ya da el almış kişiler müdahale etmektedirler. Düşen göbeğin tedavisi her yörede değişiklik göstermekle birlikte kullanılan yöntemlerin genellikle birbirine benzediği görülmektedir.

Bu çalışmanın amacı, halk arasında yaygın bir şekilde görülen göbek düşmesi hastalığının nedenlerini, belirtilerini ve tedavi yöntemlerini derleme sırasında elde edilmiş bilgilerle açıklamaya çalışmaktır.

Göbek Düşmesi, Göbek Düşmesinin Nedenleri ve Belirtileri

İnsanlara göre göbek, yer değiştirebilen bir organdır. İnsanların yaptığı çeşitli hareketlerden dolayı göbek yerinden oynayabilir, bulunduğu kısmı terk edip vücudun başka yerlerinde atmaya başlayabilir. Göbeğin yerinden oynadığı veya vücudun başka yerlerinde atmaya başladığı bu durumlarda insanların duyduğu rahatsızlığa halk arasında *göbek düşmesi* adı verilir.

Göbek düşmesinin tıpta henüz herhangi bir karşılığı bulunmamıştır. Dr. Erhan Beyatlı'nın göbek düşmesiyle ilgili aktardığı bilgilerden göbek düşmesi şikâyetiyle sağlık merkezlerine başvuran hastaların rahatsızlıklarına çare bulunamadığı anlaşılmaktadır. Göbek düşmesi şikâyetiyle gelen hastalara yapılan testler sonucunda genellikle hastaların bir şeyi olmadığı sonucuna varılmaktadır. Bu durum doktorların hastalara inanmamasına sebep olmakta ve basit bir muayenenin ardından serum ya da ağrı kesici iğneler verilerek sancılarının azaltılması hedeflenmektedir (<http://www.ertanbeyatli.com/gobek-dusmesi/2/>).

Göbek Düşmesinin Sebepleri: Her hastalıkta olduğu gibi göbek düşmesi hastalığında da bu hastalığı meydana getirecek belli başlı sebepler bulunmaktadır. Kaynak kişilerden elde edilen bilgilere göre göbek düşmesine sebep olan durumları şu şekilde sıralamak mümkündür:

Ağır bir nesne kaldırıldığında göbek düşer. Özellikle kadınlarda ya da kız çocuklarında ağır kaldırdıklarında göbek sık düşer ve bir kere düşerse sürekli düşmeye başlar. (Kaynak kişilerin tamamı) Bir anda, aniden hareket edildiğinde göbek düşer. (KK: 3, 4, 5, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 18, 27, 33) Çocuklar çok zıpladığında göbekleri düşer. (KK: 1, 2, 9) Bünyeye ağır gelecek şekilde çok koşulduğu vakit göbek düşer. Hatta; "Çok koşma göbeğin düşer" denir. (KK: 1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 16, 18, 22, 31) Bir kişinin karnından soğuk girerse göbeği düşer. (KK19) İnsan birden korktuğu vakit göbeği düşebilir. (KK32)

Görüldüğü üzere ani yapılan her harekette, çok koşulduğunda ya da korkulduğunda insanın göbeği düşebilir. Ancak göbek düşmesi dışarıdan görülebilen bir rahatsızlık olmadığı için insanlar göbek düşmesini, kişinin vücudunda görülen çeşitli belirtilerle anlamaktadır.

Göbek Düşmesinin Belirtileri: Hastalıkların belirtilerinin birçoğunu dışarıdan görmek, vücudun fiziksel özelliklerine bakarak anlamak mümkün olmayabilir. Göbek düşmesi hastalığı da genellikle gözle görülemeyecek bir hastalık olduğundan farklı belirtilere sahiptir. Bu belirtiler şunlardır:

Göbek kısmında ve belde sancısı olan kişinin göbeği düşmüş demektir. (KK: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 16, 18, 20, 22, 23, 27, 28, 29, 30, 36) İştahsızlık, halsizlik ve mide bulantısı olan kişilerin karın ağrısı varsa bu göbeğinin düştüğü anlamına gelir. (Kaynak kişilerin tamamı) Mide ekşimesi şikâyeti olan birinin göbeği kontrol edilmelidir. Onun göbeği düşmüş olabilir. (KK32) İnsanda gaz sıkışması olduğu vakit nasıl karın sertleşirse göbeği düşen kişinin karnı da öyle sertleşir. (KK36)

Bu belirtiler neticesinde kişinin göbeğinin düştüğü kanısına varılabilir. Ancak yine de göbeğin düşüp düşmediğini kontrol etmek gerekir. Çünkü bu belirtiler kesin olarak göbeğin düştüğü anlamına gelmeyebilir.

Göbeğin Düşüğünü Anlamak İçin Kullanılan Yöntemler

Göbeğin düşüp düşmediğini anlama işlemindeki ilk uygulama, göbeği düşmüş olan kişiyi yere yatırmaktır. Bazı yörelerde göbeği kaldırılacak olan kişi sırt üstü yere yatırılırken bazılarında yüzüstü yatırılmaktadır. Hasta yere yatırıldıktan sonra göbeğin düştüğünün anlaşılması için çeşitli yöntemler uygulanır. Bu yöntemler şunlardır:

Bir kâse ya da tasın içine su koyulur. Daha sonra işaret parmağına ipsiz bir iğne koyulur. Göbek kaldırmak için okunan dua üç kez tekrarlanır ve okunma sırasında iğneye devamlı üflenir. Daha sonra parmak kaldırılır. Eğer iğne bu parmağa yapışır bu göbeğin düştüğü anlamına gelir (KK: 1, 2, 9). Hasta sırt üstü yere yatırılır, göbeği düzeltecek olan kadın topuğuyla hastanın göbeğine bastırır. Bu sayede göbeğin yerinde atıp atmadığına bakılır. Eğer göbek yerinde atmıyorsa göbeğin düştüğü anlamına gelir (KK: 6, 15, 19, 29, 30). Kişi sırt üstü yere yatırılır ve bacaklarını dizlerinden kıvrarak kendine doğru çeker. Bu esnada el, tam göbek deliğine koyulur ve göbeğin yerinde olup olmadığına bakılır. Eğer göbeği delikte atıyorsa sorun yoktur ama atmıyorsa göbek düşmüştür. Karın bölgesi yoklanır, göbeğin nerede attığı bulunur ve tedaviye başlanır (KK: 8, 20, 21). Sancısı olan kişi yere yatırılır. Çünkü göbeği düşen insanın sancısı çok olur. Parmak tam göbeğin üzerine bastırılır ve orada göbeğin atıp atmadığına bakılır. Eğer göbek tam yerinde atmıyorsa göbek düşmüş demektir (KK: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33). Göbek, kalp nasıl atıyorsa aynı o şekilde atar. Eğer göbek, kalp atışı gibi yerinde atmıyorsa bu göbeğin düştüğü anlamına gelir. Zaten düşen göbeğin atışı yoksa bunu anlamak kolaydır (KK: 10, 11, 12, 18, 21, 23, 26, 27).

Yapılan kontroller neticesinde kişinin göbeğinin düştüğüne kanaat getirilirse göbek kaldırmanın ehli olan insanlar aşağıda tespit ettiğimiz muhtelif yöntemlerle kişinin göbeğini kaldırmaya çalışırlar.

Düşen Göbeği Kaldırmak İçin Başvurulan Yöntemler

Göbek düşmesi hastalığının tedavisi, düşen göbeği kaldırmakla gerçekleştirilir. Göbeği kaldırmak ise her yörede ve tedavi eden her kişide farklı yöntemlerle uygulanmaktadır. Araştırma

sırasında elde edilen bu yöntemleri şu şekilde sıralamak mümkündür:

Dua Yardımıyla Göbek Kaldırma: Düşen göbeği yerine getirmek için hangi uygulamaların kullanıldığının araştırılması sırasında öğrenilen yöntemlerden biri olan dua yoluyla göbek kaldırma yöntemi, halk arasında iyi geleceğine dair inanın en yüksek ve en etkili olduğu yöntemdir:

Göbeği düşen kişi öncelikle sırt üstü yatırılır. Ardından göbek kaldırmayı bilen kişi bir tas ya da kâsenin içine soğuk su koyar ve eline ipsiz bir iğne alır. Göbek kaldırmak için okunan bir dua vardır. Göbeği kaldıracak olan kişi işaret parmağını iğnenin üzerine koyar ve duayı okumaya başlar. Dua üç kez okunur. Aynı zamanda duayı okudukça iğneye üfler. Daha sonra iğneyi kaldırır. Eğer iğne ele alınır alınmaz parmağa yapışırsa bu durum kişinin göbeğinin düştüğünü gösterir. Göbek yerine getirilene kadar iğne parmakta beklenir. İğne parmaktan düştüğü zaman göbek de kaldırılmış olur. Eğer iğne parmağa hiç yapışmazsa bu durum sancı çeken kişinin göbeğinin düşmediği anlamına gelir ve kişi doktora götürülür. Tedavide okunan dua ise şu şekildedir: “Subhanellezi seherelena aza vemakünna lehü mukremin” (KK: 1, 2, 9). Bu duayı erkek erkeğe, kadın da kadına söyleyemez. Ama özellikle bir kadın başka bir kadına kesinlikle söylememeli, aksi takdirde o kadın bir daha göbek kaldıramaz denir (KK: 1, 2).

Kullanılan tedavi yöntemine bakıldığında su ile duanın yan yana getirildiği bir uygulamanın mevcut olduğu görülmektedir. Daha çok büyüsel işlemlerde karşımıza çıkan bu iki unsur göbek kaldırma tedavisinde de karşımıza çıkmıştır. Üstelik duanın kızlara söylenmemesi, kızların bu duayı yalnızca erkeklerden öğrenebilmesi de yöntemin dikkat çeken bir unsurudur. Bu durum bizlere kutsal kabul edilip saygı gösterilen mitlerin, kadınların ve çocukların önünde anlatılamayacağı kuralını (Seyidoğlu, 2015: 17) hatırlatmaktadır. Kadınlar gizli törenlere alınmıyor, bu yüzden gizli bilgilere de sahip olamıyorlardı (Bayat, 2015: 16). İslamiyet öncesi kutsal kabul edilen mitlerin kadınlara söylenmemesi durumu, İslamiyet sonrası kutsallık atfedilen duaların kadınlara söylenmemesine dönüşmüş ya da farklı bir boyut oluşturmuştur. Yukarıda bahsedilen duanın kadınlara söylenmemesindeki başka bir sebep sırrının bozulacağına dair bir korku da olabilir. Kadınların verilen bir sırrı kolay saklayamayacağına dair var olan inanış, hastalık

tedavisinde kullanılan duaların ya da efsunlu sözlerin her kadına söylenmemesi kuralını oluşturmuş, erkeklerden kadınlara söylenmesi de bu kuralın aşılmasını engellemek için bir önlem olarak oluşturulmuş olabilir. Böylelikle herkes bu bilgiye erişemeyecek, kullanılan duanın sırrı ifşa olmayacaktır.

Halk inanışları arasında iğnenin önemli bir yeri vardır. Örneğin, cüzdana iğne takmak bereket getirir, yeni doğan bebeğin yakasına iğne takmak bebeği nazardan korur. Kimi zaman iğne, özellikle dikiş esnasında kismetin kapanmasına yol açabilir. İğneye dair peygamberle ilgili anlatılan rivayetler mevcuttur. Bilindiği üzere iğneyle dikiş diken ilk peygamber Hz. İdris'tir (Köksal, 2005: 80). Küçük bir şey olduğu düşüncesiyle Hz. İsa tarafından önemsenmeyen iğne, onun Allah'ın arşına çıkamamasına ve göğün dördüncü katında kalmasına sebep olmuştur (Pala, 2011: 235-236). Geçiş dönemi âdetlerinin doğum safhasında, lohusa kadına zarar vereceğine inanılan ve *alkarısı* adı verilen bir varlık vardır. Halk inanışlarına göre lohusayı bu varlıktan korumak için yastığına ya da kıyafetine iğne, çuvaldız vs. takılmalıdır (Acıpayamlı, 1974: 83). Aynı zamanda alkarısını, cini vb. bir varlığı hizmetine almak isteyen bir kişi ona çuvaldız ya da iğne batırdığında onu esir eder ve hizmetinde kullanabilir (Sarpkaya, 2014: 251-279). Bütün bunlardan hareketle hayatın her alanında kullanılan bir nesne olan iğneye görüldüğü üzere bazen uğurlu bazen uğursuz vasıflar yüklendiği anlaşılmaktadır. Hâl böyle olunca iğnenin kimi hastalıkların tedavisinde kullanılması da gayet doğaldır. Göbek kaldırma tedavisinde de göbeğin düşmesiyle meydana gelen sancının bir iğne aracılığıyla kaldırılmaya çalışılması, sancının iğneye aktarılması yani göçürülmesi yoluyla gerçekleştirilmektedir.

Dua yoluyla göbek kaldırmanın yapıldığı bir başka örnek de şu şekildedir:

Başparmak hastanın göbeğinden içeri merkez alınarak sokulur. Ardından salavat çekilerek saat yönünde döndürülür. Daha sonra göbek kısmına üç kere Felak, Nas, Ayete'l-Kürsi, üç İhlas bir Fatiha okunur ve en sonunda göbek elle tutulup kaldırılır (KK37).

Burada görüldüğü üzere nazar değdiğinde ya da bir hastalık meydana geldiğinde insanlara üflenerek en çok okunan dört dua göbek düşmesinin tedavisinde de kullanılmakta, duanın gücüne inanıldığı için göbeğin kaldırılabilceği düşünülmektedir.

Yakılan Bir Nesnenin Sıcaklığıyla Göbek Kaldırma: Halk hekimliğinde hastalıktan korunmak için genellikle yiyecekler kullanılır. Bunlar hem işlevleri hem de çeşitleri bakımından yöreden yöreye farklılık gösterir. Sıcaklığın etkisinden faydalanma esasına dayanan göbek kaldırma yönteminde kullanılan yiyecekler yöreden yöreye değişkenlik gösterirken uygulama sırasının ve yönteminin aynı olduğu görülmüştür. Uygulanan tedaviler şu şekildedir:

Göbeği düşen kişi sırt üstü yere yatırılır. Kişinin karnının aç olması gerekir. Daha sonra göbeğinin olduğu kısma küçük bir parça ekme yerleştirilir. Ekmeğin üstüne bir kibrit çöpü koyulur ve yakılır. Yakılır yakılmaz ekmeği kapatacak şekilde üzerine bardak yerleştirilir. Bardağın içindeki alev söne kadar beklenir. Bardak düştüğü zaman göbek de kalkmış olur. Bu işlem sırasında bardağa hiçbir şekilde dokunulmaz. (KK2) Göbeği düşen kişi sırtüstü yatırılır. Göbeğin üstüne yuvarlak şekilde dilimlenmiş bir dilim patates koyulup sabitlenir. Bir ya da iki kibrit çöpü patatesin üstüne koyulur ve göbek deliğine yerleştirilerek yakılır. Göbek nerede atıyorsa el yordamıyla orası ovularak deliğe doğru getirilmeye çalışılır. Patatese saplanmış kibritler yakıldıktan hemen sonra ağız geniş bir kavanozla kapatılır. Kavanoz ateşi söndürene kadar beklenir. Kavanoz da göbeği o havayla yukarı doğru çeker ve göbek kaldırılmış olur. Bu işlem yarım ya da bir saat sürebilir. (KK: 13, 21) Daha eski zamanlarda kibrit yerine patatesin üstüne içinde bozuk para olan bir bez koyulur ve yakılıp üzeri kapatılırdı. (KK13) Göbeği düşen kişi yere yatar, bacaklarını yukarı doğru toplar. Daha sonra bir dilim elma ya da ekme alınır ve göbeğin üstüne koyulur. Daha sonra iki üç adet kibrit alınır elmanın ortasına dikilir ve ucu yakılır. Daha sonra bir bardak, bu yanan kibritin üzerine kapatılır. Bardak o sıcaklıkla göbeği çekerek yerine götürür. Eğer göbek düşmediyse o bardak hayatta yere düşmez. (KK35) Göbeği düşen kişi yere yatırılır. Daha sonra göbeği kaldıracak olan kişi hastanın göbek kısmına daha önceden ısıtılmış olan sıcak bardaklar yerleştirir. Yer değiştiren göbek bardaklardaki bu sıcaklık sayesinde yavaş yavaş yerine getirilir ve göbek kaldırılmış olur. Bu işlemler sırasında kişinin aç olması gerekir (KK24). Göbeği düşen kişi yere yatırılır. Göbeği kaldıracak kişi hastanın karnını iyice ovalar. Daha sonra göbek deliğinin üzerine çömlek koyulur. Bir çaput yakılarak bu çömleğin içine atılır. Onun sıcaklığıyla çömlek göbeği içine çeker ve göbek yerine getirilmiş olur (KK23).

Görüldüğü üzere bu tedavi yöntemlerinde karşımıza çıkan ekme, patates, elma gibi yiyecekler hasta ile ateş arasında bir

tampon görevi yapmaktadır. Her evde kolaylıkla bulabilecek olan bu nesnelere, yakılan kibritin ya da bezin hastanın tenine temas etmemesi ve teni yakmaması için kullanılmaktadır. Buradaki esas amaç ateşin sıcaklığını kullanarak tedavi etmektir. Türk kültüründe ateş kutsal kabul edilmekte ve ateşin bulunuşuna, yaratılışına dair birçok inanış yer almaktadır. Aynı zamanda Türk kültüründe ateşe saygı gösterilmekte, ona saygısızlık yapılmamakta ve elçilerin kabulünde gelen elçileri temizleyip kötülüklerinden arındıran bir özelliğinin olduğuna inanılmaktadır (Ögel, 1995:495-532). Ateşin bir başka özelliği ise hastalıkları sağaltmada karşımıza çıkar. Türk kültüründe kutsal sayılan ateşin sağaltıcı ve arındırıcı özelliği çeşitli hastalıkların tedavisinde oldukça sık kullanılmıştır (İnan, 2015: 68; Boratav, 2012: 34-35; Kumartaşlıoğlu, 2016: 215). Görülen o ki kadim Türklerden beri süregelen bu inanış ve uygulamalar göbek kaldırma tedavisinde bugün de kullanılmaktadır.

Sallanarak ya da Zıplayarak Göbek Kaldırma: Göbeği düşmüş kişinin bir yerden atlamasıyla, yükseğe zıplamasıyla, bir yerden tutunup sallanmasıyla ya da bir başka kişi tarafından tutulup kaldırılmasıyla yer değiştirmiş olan göbeğinin yerine getirileceğine inanılmaktadır.

Göbeği düşen kişiyi arkasından bir başkası sıkıca kucaklar. Ellerini tam karnının üstüne getirip birleştirir ve sıkıca bir baskı uygular. Ardından üç kez yukarıya doğru kaldırılıp indirilir. Böylece düşen göbek kaldırılmış yani yerine getirilmiş olur (KK3).Göbeği düşen kişi baş üstü amuda kaldırılıp üç kez sallandırılır. Daha sonra yüzüstü yatırılıp biraz beklenir. Bu işlem üç kez tekrarlandıktan sonra göbek kaldırılmış olur (KK4).Göbeği düşen kişi ağacın bir dalından tutarak kendini sallandırmaya başlar. İpe asılmış çamadır şeklinde kendini sallandırır. Böylece yerinden oynamış göbeği yerine getirmeye çalışır. Eğer yakınında ağaç yoksa bu işlemi bir kapının üstünde de gerçekleştirebilir (KK11).Kişi kendinden yukarda olan bir yere yapışır ve sallanmaya başlar. Kişi sallandıkça göbek yavaş yavaş yerine gelir (KK20).Göbeği düşen kişi yukarıdan destek alacak şekilde asılır ve sallanır. Böylece göbeği yerine getirilmeye çalışılır (KK: 22, 23, 25).

Elde edilen bilgilerde görüldüğü üzere göbek, hareket eden ve sallandığında yerine gelebilen bir organ olarak algılanmakta, hasta kişiyi sallayıp zıplatarak, düşmüş göbeğin yerine gelmesi sağlanmaktadır.

Çeşitli Nesnelere Yardımıyla Masaj Yaparak Göbek Kaldırma: Bu tedavi yönteminde göbeği düşen kişiyi tedavi etmek amacıyla kullanılan nesnelere genellikle sabun, bez parçası, çeşitli otlar ve bazı kap kacaklardan oluşmaktadır. Bu nesnelere yörelere göre değişkenlik gösterirken kullanılıma amaçlarının aynı olduğu görülmektedir. Öncelikle göbeği düşen kişinin göbeğinin nerede attığı bulunduğundan sonra bu nesnelere baskı sağlanması ya da göbek çevresini sıkıca kavramasından yararlanmak suretiyle yer değiştirmiş olan göbeğin yerine getirilmesi amaçlanmaktadır. Bu işlemler sırasında göbeği düşen kişinin karnının aç olmasına dikkat edilir.

Tedavi sırasında kullanılan nesnelere ve kullanılıma yöntemlerini aşağıdaki alt başlıklar altında sınıflandırmak mümkündür:

Kâse, Testi, Bardak vb. Nesnelere Yardımıyla Göbek Kaldırma: Çeşitli nesnelere yardımıyla masaj yaparak göbek kaldırma yönteminde genellikle kâse, testi, bardak gibi nesnelere kullanılmaktadır. Bu nesnelere kullanılmasıyla gerçekleştirilen göbek kaldırma yöntemleri şunlardır:

Göbeği düşen kişi yüzüstü yatırılır. Bir kâse alınır ve yüzüstü yatan kişinin göbek kısmına yerleştirilir. Göbek yerine gelip sancı kesilene kadar kişi bu pozisyonda yatar. Bu işlemden sonra göbek yerine gelir (KK2). Göbeği düşen sırtüstü yere yatırılır. Göbeğin üstüne içi su dolu bardak koyulur ve beklenir. Bardak baskı yaptıkça göbek yerine gelir (KK12). Testi yarısına kadar su doldurulur. Sonra göbek nerede atıyor ise testi oraya kapatılır ve sürüklenerek göbek deliğine getirilir. Göbek testi içine doğru kendiliğinden çekilir. Yarım ya da bir saat bu şekilde kişi yerde kalır. Bu yöntem de üç dört gün tekrar edilir. (KK21) Göbeği düşen kişinin göbek bölgesine su dolu testi koyulur. Göbeğin üzerine koyulan bu testinin basıncıyla göbek yerine gelir. (KK20) Göbeğe düşen kişi yere yatırılır. Bir bardak alınır ve iyice göbeğe çöktürülür. Sonra bardak, göbek yerine getirilene kadar çevrilir. Eğer göbek yerine geldiyse bardak kendiliğinden düşer. Göbek yerine geldikten sonra kişiye takla attırılır ve tam gelip gelmediği kontrol edilir. Tam anlamıyla göbek yerine gelmemişse hastaya yeniden takla attırılır. Bu tedavi sırasında göbeği düşen kişinin aç olması gerekir. Aynı zamanda göbeği düşük olan kadının çocuğunun da olmayacağına inanılır. Bu yüzden göbeği düşük olan kadınlar göbeklerini çöktürürler. (KK27) Bir şişenin içine su

doldurulur. Şişe tam göbeğin üstüne koyulur. Şişenin yaptığı baskıyla beraber göbek yerine gelir. (KK31)

Uygulanan yöntemlerde görüldüğü üzere herhangi bir şekilde ağzı kapatılabilen nesnelere, sıcaklığı içinde hapsetme özellikleri sebebiyle göbek kaldırmada kullanılan araçlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sabun Yardımıyla Göbek Kaldırma: Çeşitli nesnelere yardımcıyla göbek kaldırmada karşımıza çıkan bir başka nesne sabunudur. Sabunun kullanılmasıyla gerçekleştirilen göbek kaldırma yöntemleri şunlardır:

Göbeği düşen kişi sırt üstü yatar. Göbeğin nerede atıldığı bulduktan sonra göbek ne tarafta atıyorsa oradan yavaşça sabunla ovulmaya başlayarak göbek deliğine doğru göbek çekilir. Bu sayede göbek kaldırılmış olur. (KK: 11, 26) Göbek düştüğünde onu kaldırmak için ılık su ve sabunla göbek bölgesine iyice bir masaj yapılır. Ardından göbeğin attığı yer bulunur ve elle kaldırılıp yerine yerleştirilir. (KK: 18, 23) Bir bez parçasının içine sabun koyulur ve göbeği düşen kişinin karnının üzerine yerleştirilir, sıkıca bağlanır. Birkaç saat bekletildikten sonra göbek bu baskıyla yerine gelmiş olur. (KK25) Bir bezin için sabun konulur ve düşen göbeğin olduğu yere sıkı bir şekilde sarılır. Daha sonra bu bezin üzerine yumurta koyulur ve göbeğin yerine gelmesi beklenir. Göbeği çekilen kişinin karnının aç olması gerekir. (KK31)

İnsanlık tarihinde sabunun ilk kullanımının Mezopotamya'ya kadar gittiği götürülmektedir. Sabun, Mezopotamya'da dokumacılığın geliştiği çağlarda hem iplik ve kumaşların yıkanmasında temizlik aracı olarak hem de hastalıkların tedavisinde kullanılmaktaydı. Türk illerinde sabunun kullanılmasının tarihi 6. yüzyıla kadar götürülebilir. Temizliğe önem veren Türklerde sabunun ve çeşitli temizlik araçlarının kullanılması oldukça yaygındır (Öztürk, 2010: 80-93). Bu bilgilerden hareketle sabun, hem temizlikte hem de hastalık tedavisinde günümüzde de kullanımını ve önemini korumaktadır. Göbek kaldırma işlemi sırasında daha çok katılığında yararlanan sabun, bazen bir bezin içerisinde bazen de doğrudan göbek bölgesine konulmakta ve yaptığı baskıyla göbeğin yerine gelmesi amaçlanmaktadır.

Bez Parçası Yardımıyla Göbek Kaldırma: Göbek kaldırma yönteminde kullanılan bir başka nesne çaput, çember, yama vb.

bez parçalarıdır. Yuvarlak bir top hâline getirilerek kullanılan bez parçasıyla göbek kaldırma yöntemleri şunlardır:

Göbeği düşen kişi sırtüstü yatırılır. Kasıktan göbek deliğine doğru masaj yapılır. Daha sonra göbek deliği parmakla bastırılır. O sırada göbek kalp gibi atar. Daha sonra göbek deliği ortalanır ve bir çember ya da bir bez parçası göbek kısmına konularak kişi yüzüstü çevrilir. Bir müddet bu şekilde bekletildikten sonra kişinin sancısı kesilir ve göbek kaldırılmış olur. (KK5) Göbeği düşen kişi yere yatırılır. Bir başkası işaret parmağına bir bez dolayarak parmağı göbeğin içine sokup orada sabitler. Ardından hastanın etrafında dönmeye başlar. Göbeğin etrafında döne döne bir süre sonra göbek ele gelir ve tutup kaldırılır. (KK17)

Göbek kaldırmada kullanılan bez parçası, uygulanan tedavilerde de görüldüğü üzere göbek kısmında hastanın canını yakmayacak şekilde bir sertlik oluşturmak amacıyla kullanılmaktadır. Oluşturulan bu sertlik göbeğe baskı yapmakta ve göbeği kıpırdamaz hâle getirerek onu yerine kaydırmaktadır.

Otların Yardımıyla Göbek Kaldırma: Çeşitli nesnelere kullanılmasıyla gerçekleştirilen göbek kaldırma yöntemlerinde karşımıza son olarak ot yardımıyla uygulanan bir tedavi yöntemi çıkmıştır. Bu yöntem şu şekildedir:

Tavşanak diye bir ot vardır. Bu ot göbeği düşmüş kişinin göbeğin etrafına bir bezle sıkıca sarılır. Kişi yerde bu şekilde bekletilir. Daha sonra bu ot sayesinde göbek yerine gelir. (KK31)

Tavşanak otu ile tedavi yalnızca Denizli ilinde yaşayan kaynak kişiden derlediğimiz bir bilgidir. Tavşan ya da tavşanlı otu olarak da bilinen bu ot, maydanozgillerin alt grubunu oluşturur ve nemli çimenliklerde, seyrek ormanlıklarda, uzun bir sap üzerinde şemsiye şeklindeki çiçekleriyle kendiliğinden yetişen bir ottur. Çay ve tentür yapımında kullanılan tavşanak otu, halk arasında ishal, sindirim, sinirsel, sara, mide ve bağırsak gibi rahatsızlıkların tedavisinde kullanılmaktadır (<http://burara.blogcu.com/tavsan-otu/6918896>).

Görüldüğü üzere birçok rahatsızlığın tedavisinde kullanılan tavşanak otu, göbek düşmesi tedavisinde de karşımıza çıkar.

Parmakla ya da Topukla Çevirerek Göbek Kaldırma: Parmakla ya da topukla yapılan tedavinin amacı, göbeğe baskı

uygulayarak onu yerine getirmeyi ya da kaydırmayı amaçlamaktadır. Kaynak kişilerden edinilen bilgilere göre parmağın göbek deliğinden içeri sokularak ya da topukla bastırılarak çevrilmesiyle göbek yerine getirilebilmektedir. Bu şekilde uygulanan yöntemler şunlardır:

Göbeği düşen kişi sırtüstü yere yatırılır. Göbek kaldırmayı bilen birisi topuğuyla göbeğe iyice bastırır. Daha sonra topuğunu göbeğin üstünde çevirmeye başlar. Bu işlemi bilen birinin yapması gerekir yoksa göbek kaçar. Daha sonra kadın, göbeğe eliyle bastırır ve çevirmeye devam eder. Bu işlemi devam ettirirken göbek yavaş yavaş yerine gelmeye ve yerinde atmaya başlar. (KK19) Göbeği düşen kişi sırtüstü yere yatar. Bacaklarını karnına doğru çeker. Ayaklar yerde olacak şekilde göbek çukuruna elle masaj yapar. Daha sonra başka birisi topuğunu tam göbek kısmına bastırır. Böylece göbek yavaş yavaş kalkmış olur. (KK8) Göbeği düşen kişi sırtüstü yatırılır. Başparmak göbek deliğine sokulur ve saat yönünde sürekli çevrilir. Parmağın sürekli çevrilmesiyle kişinin göbeği yavaş yavaş yerine gelmeye başlar. Daha sonra da göbek kaldırılmış olur. (KK: 6, 15, 29, 32) Parmağı döndürme işlemi sırasında parmak bir anda kendiliğinden göbekten çıkarsa göbek kaldırılmış olur. (KK33) Göbeği düşen kişinin göbek çevresi sıvı yağ ile iyice ovulur. Daha sonra kaldıran kişi parmağını göbek deliğinden içeri iyice sokar ve kıvrımaya başlar. Göbek yerine gelene kadar parmak göbeğin içinde sürekli kıvrılır. (KK: 28, 29) Başparmak göbek deliğinden içeri iyice sokulur ve yukarı doğru çekilmeye başlanır. Bu işlem uygulanırken kişinin ağrısı, sancısı çok olur ama parmak yukarı doğru çekildikçe göbek aşağı doğru yerine kayar. Böylece göbek kaldırılmış olur. (KK30)

Görüldüğü üzere yöntemlerin genelinde baskı uygulaması mevcuttur. Bu durumun sebebi ise büyük ihtimalle göbeğin sürekli hareket eden ve yerinde durmayan bir organ olmasıdır. Kaldırma işlemi sırasında göbeğin hareket etmesini önlemek için de göbeğe baskı uygulamak gerekir. Yukarıda verilen yöntemlerde de amaç yine baskı uygulamaktır ve bu baskı, sert olmalarından ötürü parmakla ya da topukla gerçekleştirilmektedir.

Elle Tutup Yerine Getirerek Göbek Kaldırma: Bir kişinin hem göbeğinin düşüp düşmediğinin anlaşılmasında hem de düşen göbeğinin tedavisinde elle yapılan işlemler en çok karşımıza çıkan

işlemlerdir. Aslında sadece dışarıdan bir çukur olarak görülebilen göbek, halka göre hem kendi yerinde hem de kaydığı yerde elle tutulabilen ve yerine getirilebilen bir uzuvdur. Elle göbeği yerine getirme yöntemleri şu şekildedir:

Göbeği düşen kişinin öncelikle göbeğinin nerede attığı bulunur. Göbek bulunduktan sonra ele alınır ve kaldırılıp yerine koyulur. (KK: 7, 14, 16) Göbeği düşen kişi sırtüstü yere yatar ve belli bir müddet nefesini tutar. Bu sırada başka birisi göbeğin nerede attığını bulmaya çalışır. Bulduğu zaman onu avucunun içine sıkarak alır ve yerine doğru çeker. Göbek kaldırıldıktan sonra göbeği düşen kişi birkaç gün ağır bir şey kaldırmaz. (KK10)

Dışarıdan bakıldığında yer değiştirdiği ya da hareket ettiği görülemeyen göbeği yerine getirmenin bir başka yöntemi görüldüğü üzere onu ele alarak yerine getirmektir. Ancak bilinmelidir ki bu yöntemleri işin ehli kişiler uygulamalıdır. Aksi hâlde kişide farklı rahatsızlıklara sebep olabilecek sorunların oluşmasına sebep olunabilir.

Sonuç

Hastalıklar karşısındaki mücadelede yaşam koşulları ve maddi imkânlar hayat boyunca önemli belirleyiciler olmuştur. Özellikle tıpta tedavisi bulunamamış hastalıklar karşısında insanlar, yaşadıkları yerlerde var olan bitki, hayvan ve yiyecekler yardımıyla hastalıklarına çare bulmaya çalışmışlardır. Zamanla halk hekimliği olarak karşımıza çıkan bu alanda, çeşitli hastalıkların tedavisinde uzman olmuş kişiler yetişmiştir. Ocak adı verilen bu kişiler, büyüsel, dinsel ve geleneksel yöntemleri kullanarak insanların hastalıklarına çare aramaktadırlar.

Çeşitli sebeplerle göbek çevresinde meydana gelen sancıya halk arasında göbek düşmesi adı verilmiştir. Göbek düşmesinde uygulanan tedavinin adına genellikle *göbek kaldırmak* denirken çeşitli yörelerde *göbek çekirmek*, *göbek çöktürmek* ya da *göbek kaydırmak* gibi adlar verilmektedir.

Göbek düşmesi hastalığının tedavisini el almış, ocaklı kişilerin yanı sıra sadece tedavi yöntemlerini bilen kişilerin uyguladığı da görülmektedir. Bu çalışmada derleme yapılmış kişilerden bazıları anlattıkları tedavilerin ocaklı bir kadın tarafından yapıldığını belirtirken bazıları da kendilerinin tedaviyi yaptıklarını ancak el almış, ocaklı kişiler olmadıklarını dile getirmişlerdir.

Tedavi yöntemleri arasında genellikle göbek çevresine masaj, ovma vb. işlemlerin yapıldığı, bu işlemler yapılırken de göbek ve çevresine baskı uygulamak amacıyla yörelere göre değişkenlik gösteren çeşitli nesnelere kullanıldığı görülmüştür. Örneğin, duaya başvuru tedavi yöntemi sadece Trabzon ve Adana’da, ota başvuru tedavi yöntemi de sadece Denizli’de tespit edilmiştir. Bunların dışında kalan tedavi yöntemlerinin ise genel olarak kaynak kişiler tarafından bilindiği ve uygulandığı görülmüştür. Ayrıca tedavi işlemleri sırasında hastanın karnının aç olması gerektiğine ve aç olan kişinin tedaviye daha çabuk yanıt vereceğine inanılmasının da genel bir kanı olduğu tespit edilmiştir. Ancak bu tespitlerin bizim ulaştığımız kaynak kişilerle sınırlı olduğu unutulmamalıdır.

Yapmış olduğumuz derleme çalışması neticesinde, düşen göbeği kaldırmak için başvuru tedavi yöntemlerinde çeşitli uygulamaların olduğu ve bu uygulamalarda da çeşitli nesnelere yardımına başvurulduğu görülmüştür. Bu çalışmayla birlikte göbek düşmesine dair ilerleyen zamanlarda bulunabilecek yeni tedavi yöntemleriyle, tedavilerde kullanılan nesnelere ve işlemlerin kökenlerine dair araştırmalar yapmanın gerekli olduğu görülmüştür.

Kaynak Kişiler Listesi

Bu liste, göbek düşmesi hastalığına dair yapılan araştırmada, kaynak kişilerle gerçekleştirilen derleme sırasına göre hazırlanmıştır.

KK1: Zeliha Kolot, 1957, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Trabzon/Akçaabat.

KK2: Zehra Yazıcı, 1934, Okumamış, Ev Hanımı, Trabzon/Vakıfkebir.

KK3: Esmâ Berber, 1961, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Trabzon/Çayırbağı.

KK4: Fatma Berber, 1990, Lisans Mezunu, UZEM Görevlisi, Trabzon/Çayırbağı.

KK5: Ayşegül Acimer, 1992, Ön Lisans Mezunu, Öğrenci, Trabzon/Kirazlık.

KK6: Nergis Karpuz, 1982, Lisans Mezunu, Öğretmen, Trabzon/Akçaabat.

KK7: Filiz Çakır Karaüç, 1977, Lisans Mezunu, Eczacı, Belçika.

KK8: Ümran Üçüncü, 1974, Lise Mezunu, Hâfiz, Trabzon/Akçaabat.

KK9: Nezire Çavuş, 1960, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Trabzon/Akçaabat.

KK10: Hüsne Köşger, 1965, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Gaziantep/Pazarcık.

KK11: Nermin Ataol, 1993, Lisans Mezunu, Sosyolog, Ankara/Ayaş.

KK12: Ayşe Gökpınar, 1992, Lisans Mezunu, Öğretmen, Konya-Ereğli/Taşagül.

KK13: Seher Aktürk, 1994, Lisans Mezunu, Öğretmen, Konya-Ereğli/Belkaya.

KK14: Ayşegül Solak, 1992, Lisans Mezunu, Öğretmen, Konya/Altınekin.

- KK15:** Merve Ünal, 1993, Lisans Mezunu, Öğretmen, Ankara/Kızılcacahamam.
- KK16:** Narin Özkan, 1960, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Ankara/Kızılcacahamam.
- KK17:** Öznur Çilligöl, 1991, M.H. Uzman Yardımcısı, İzmir/Kemalpaşa.
- KK18:** Gül Güzel, 1993, Lisans Mezunu, Öğretmen, Yozgat/Yerköy.
- KK19:** Esmâ Yıldırım, 1990, Lisans Mezunu, Memur, Samsun/Havza.
- KK20:** Sevim Günvazavey, Ev Hanımı, Konya/Karakaya.
- KK21:** Nursel Arslanpınar, 1953, Okur-Yazar Değil, Ev Hanımı, Konya/Ilgın/Belekler.
- KK22:** Kübra Yılmaz, 1993, Lisans Mezunu, Matematik Öğretmeni, Ankara/Kahramankazan.
- KK23:** Zeynep Ergün, 1992, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Konya/Yunak.
- KK24:** Ümmehan Küçük, 1994, Üniversitesi Öğrencisi, Kastamonu/Merkez.
- KK25:** Huriye Habacı, 1991, Lisans Mezunu, Almanca Öğretmeni, Konya/Ilgın.
- KK26:** Nevin Şimşek, 1988, Lisans Mezunu, Edebiyat Öğretmeni, Antalya/Korkuteli/Manay.
- KK27:** Safiye Kılback, 1992, Lisans Mezunu, Edebiyat Öğretmeni, Mersin/Tarsus.
- KK28:** Ülkü Pala, 1978, Ev Hanımı, Sivas/Gürün.
- KK29:** Neriman Ateş, 1971, Ev Hanımı, Sivas/Gürün.
- KK30:** Betül Albayın, 1994, Y. Lisans Öğrencisi, İstatistikçi, Amasya/Merkez.
- KK31:** Esmâ Göçer, 1995, Lisans Mezunu, Öğretmen, Denizli/Merkez.
- KK32:** Fatma Güllüb, 1961, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Samsun/Bafra.
- KK33:** Sıdika Karasakal, 1975, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Konya/Merkez.
- KK34:** Cafer Erdal, 1994, Y. Lisans Öğrencisi, Konya/Cihanbeyli.
- KK35:** Feranaz Akalan, 1947, Okumamış, Ev Hanımı, Erzurum/Olur.
- KK36:** Hanım Değermenci, 1963, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Trabzon/Akçaabat.
- KK37:** Safiye Hale Gürbüz, 1967, Lisans Mezunu, Uzman, Adana/Kozan.

KAYNAKLAR

- ACIPAYAMLI, Orhan (1974), *Türkiye’de Doğumla İlgili Âdet ve İnanmaların Etnolojik Etüdü*, Sevinç Matbaası, Ankara.
- ARTUN, Erman (2014), *Türk Halkbilimi*, Karahan Kitapevi, Adana.
- BAYAT, Fuzuli (2015), *Türk Mitolojik Sistemi Ontolojik ve Epistemolojik Bağlamda Türk Mitolojisi 1*, Ötüken Neşriyat, İstanbul.

- BORATAV, Pertev Naili (2012), *Türk Mitolojisi Oğuzların-Anadolu, Azerbaycan Türkmenistan Türklerinin Mitolojisi*, BilgeSu Yayıncılık, Ankara.
- GÖDE, Halil Altay (2010), *Isparta Efsaneleri*, Fakülte Kitapevi, Isparta.
- İNAN, Abdulkadir (2015), *Tarihte ve Bugün Şamanizm Materyaller ve Araştırmalar*, Türk Tarih Kurumu Yayınları, Ankara.
- KÖKSAL, Mustafa Asım (2005), *Peygamberler Tarihi*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, İstanbul.
- KUMARTAŞLIOĞLU, Satı (2016), *Türk Kültüründe Ateş ve Ocak*, Kömen Yayınları, Konya.
- ÖGEL, Bahaeddin (1995), *Türk Mitolojisi (Kaynakları ve Açıklamaları ile Destanlar)*, 2. Cilt, Türk Tarih Kurumu Yayını, Ankara.
- ÖZTÜRK, Said (2010), “Osmanlı Kültürel Mirasında Sabun”, *Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi*, Yıl II, Sayı 2, Temmuz 2010, s.80-93.
- PALA, İskender (2011), *Ansiklopedik Divan Şiiri Sözlüğü*, Kapı Yayınları, İstanbul.
- SARPKAYA, Seçkin (2014), “Türkiye Sahası Efsanelerinde Özel Adlı Kötü Ruhlar” *Korku Kitabı*, (Editör: Emine Gürsoy Naskali), İstanbul: Kitabevi, s.251-279.
- SEYİDOĞLU, Bilge (2015), *Mitoloji Üzerine Araştırmalar Metinler ve Tahliller*, Dergâh Yayınları, İstanbul.

Elektronik Kaynaklar

<http://www.ertanbeyatli.com/gobek-dusmesi/2/> (e.t. 29.10.2017)

<http://burara.blogcu.com/tavsan-otu/6918896> (e.t. 01.11.2017)