XALQIN TƏHTƏLŞÜURUNDA YAŞATDIĞI SİNƏDÖYMƏ GƏLƏNƏYI VƏ TİBBİ GERÇƏKLİK: TIMUS VƏZİNİN ÜZƏRİNƏ VURULMASININ FAYDASI (QUMUQ VƏ AZƏRBAYCAN AĞILARI ƏSASINDA)

The Folk Traditions and Medical Discoveries (Based On Azerbaijan and Kumuk Wailing)

Aynur QEZENFERQIZI[*]

Öz: *Qədim türklərdə və Şamanizm gələnəyində sinəyə döymə haqqında mətnlər var. Lakin uzun illər araşdırıcılar sinəyə döymə davranışının refleksiv reaksiya olduğunu iddia edirdilər. İslamı qəbul etdikdən sonra bu ənənələrin bir çoxu pisləndi və yasaqlandı. Ancaq insanlar bəzi ənənələri unuda bilmədilər. Bunlardan biri də sinəyə döymə idi.*

15-ci əsrdə Şah İsmayıl Xətai Səfəvilər təriqəti ilə bu gələnəyi qanuniləşdirdi. Beləliklə də, insanlar Səfəvi təriqəti ilə ildə bir dəfə Məhərrəmlik ayında sinəyə döymə ənənəsi rəsmiləşdi. İnsanlar xüsusilə, Aşurə günündə ağlayaraq sinələrinə döyürlər. Beləliklə də bu ənənə İslam dininin tələbi kimi insanların şüurunda özünə yer tutur. Bu gün qadağalara baxmayaraq, bu ənənə hələ də İslam adı altında yaşayır.

Bir çox İslam və Avropa alimləri sinəyə döymənin mazoxizmin xüsusiyyəti olduğunu iddia edirlər. Lakin son zamanlar araşdırıcılar sübut etdilər ki, sinəyə döymə gələnəyi ilə mazoxizmin arasında heç bir əlaqə yoxdur, əksinə, bunun humanist və refleksiv davranışdır və sinəyə döyərkən timus vəzi sayəsində insanın immun sisteminin gücləndir, sahibinə müsbət enerji verir və beləliklə də insan çəkdiyi əziyyətə qarşı daha dözümlü olur. Bunu da qadınlarımızın vay-şivən zamanı minilliklərdən gələn ənənənin təxtəlşüurda özünə yer tapması və təzahürü kimi qiymətləndirmək lazımdır. Məqalədə timus vəzi və sinəyədöymə ənənəsi haqqında danışılacaq.

Anahtar kelimeler: *Timus, ənənənlər, ritual, tibbi kəşflər, qadınların sinəyə döymələri*

Makale Gönderim: 18.05.2015
Kabul Tarihi: 28.05.2015

Abstract*: There are texts about chest tapping in Shamanism and ancient Turkic monuments. But For many years researchers claimed chest tapping while wailing to be a reflexive behavior. And after the advent of Islam, most of these*

[*] aynurqezenferqizi@yahoo.com.

traditions were disparaged and banned. But people don't leave any traditions such as chest tapping.

Shah Ismail Hatai legalized this tradition under the sect of Saphavi in 15th century. So the delegates of Saphavi sect celebrated chest tapping while wailing once a year during the Maharramlik month (Maharramlik is a ritual month of Shiite). People wailed and tapped their chests, specially, in the day of Ashura, the day when imams were murdered. Thus this tradition was introduced under Islamic beliefs. And today despite the ban this tradition is still living under the name of Islam.

Most of Islamic and European researchers claimed that chest tapping while wailing is a sign of masochism. But later medical researches proved that there is no relationship between this tradition and Masochism, on the contrary, this is a humanistic and reflexive manner and by chest tapping positive hormones can be produced since there is an organ called thymus on chest which is the center of immune system. If this organ is shaken it can strengthen the immune system. And it means that women's chest tapping while wailing is not a reflexive behavior, on the contrary, this behavior is realized under the pressure from brain. The paper researches chest tapping.

Keywords: *Tyhmus, traditions, ritual, medical discovers, women tapping on the chest while wailing.*

GİRİŞ

Son dövrlər tibb alimlərinin söylədiyinə görə, timus vəzi üzərinə vurduqca gənc və sağlam qalmaq mümkündür[1]. Timus vəzinin tibbi açıqlaması belədir: digər adı Çəngələbənzər vəzi olan bu orqan əsasən15 yaşınadək uşaqlarda olur; sonra reduksiya edərək piy toxuması ilə əvəz olunur, odur ki, uşaqlıq dövrü vəzilərindən hesab olunur. Endokrin sisteminin bronxiogen vəzilərdəndir.

Çəngələbənzər vəzinin şəkli müxtəlifdir – gah qısa, qalın, gah uzun, və ensiz olur; embrional dövrdə rəngi çəhrayı, uşaqlarda boz və çəhrayı , böyüklərdə piy toxuması ilə əvəz olunduğu üçün sarımtıl olur. Yeni doğulmuş uşaqda çəkisi 10-15 q, uzunluğu 5-6 sm, eni (aşağı tərəfdə) 2-4 sm və qlınlığı 1-1,5 sm-dır. Qızlarda çəngələbənzər vəzi oğlanlardan kiçik olur. [2]

Bu vəz insanın immun sisteminin mərkəzidir. Yəni bütün immun sistemi buradan idarə edilir. Bu vəz nə qədər çox titrəyərsə, immun sistemi də bir o qədər

---

[1] Timüs bezi. http://lokman-hekim.net/hastaliklar/timus_bezi.asp

[2] Çəngələbənzər vəzi. http://az.wikipedia.org/wiki/%C3%87%C9%99ng%C9%99l%C9%99b%C9%99nz%C9%99r_v%C9%99zi

sağlam olar. Timus vəzi titrədiyində (bunu əl ilə vəzin üzərinə vuraraq, yaxud qəhqəhəli gülüş ilə etmək olar) insanda həzz və xoşbəxtlik hormonları yaradır. Səbəbi timus vəzinin sinir sistemini sakitləşdirməsi və beyin funksiyalarını sürətləndirməsidir. Avstraliyalı Nobel mükafatı almış xərçəng xəstəliyinin araşdırıcısı Sir MacFarlane Burnet timus vəzinin aktivləşdirilməsi ilə insan bədəninin xərçəngdən qorunacağını iddia edirdi[3].

Timusu aktivləşdirməyin üç yolu var: birincisi gülməkdir. 1993-cü ildə California Universitetində Dr. Paul Ekmanın araşdırmasında gülməyin timusu və beyni müxtəlif həzz bölgələri ilə əlaqəli olan əzələləri hərəkət etdirdiyini və insanda həzz duyğusu yaratdığını sübut edib[4]. İkinci yol dili üst damağa və üst dişlərin arxasında gəzdirməkdir. Dr. John Diamond ve dəstəsi dilin bu vəziyyətə gətiriləsi ilə beynin yarımkürələri arasındakı tarazlığı qorumağın mümkün olduğunu müəyyənləşdirib[5]. Bu da insanin daha yaxşı düşünməsi və özünü daha yaxşı hiss etməsinə imkan verir. Üçüncü üslub isə əl ilə timusun üzərinə vurulmasıdır ki, biz araşdırmamızda geniş yayılmış bu üslub haqqında danışacağıq.

Azərbaycan Folklorunda Ağıçı Qadınların Sinədöymə Gələnəyi

Dinimizin qanunlarına görə yas məclisində təziyə məqsədilə, yəni, başsağlığı vermək üçün gedənlərin (qonşu, tanış-biliş, qohum-əqrəba) orada çörək yeməyi deyil, özləri ilə yemək aparmaqları məsləhət görülür. Əzizini itirən birinin başsağlığı üçün gələnlərə yemək bişirməyə nə halı olur, nə də ki, imkanı. Onun hüznünü paylaşan qonum-qonşu, qohum-əqraba isə gələrkən ev sahiblərinin yeməsi üçün müxtəlif yeməklər. Beləliklə də yaxınının ən çətin günündə yanında olur, onun üzülməməsi üçün təsəlli verirlər. Bu Rəsulullahın tövsiyyə etdiyi davranışdır[6]. Cəmiyyətimizdə yas mərasimləri heç də İslam dini qaydalarına uyğun keçirilmir. Yas mərasimlərində əsas yeri İslam dininə zidd olan ağlaşma, vay-şivən gələnəyi tutur. Əsrlər boyu İslam dininin, hakim dairələrin bütün yasaqlarına bağmayaraq, yenə də ağlaşma, şivən tərgidilmir, unudulmur. Əksinə, daha çox qabardılır, təbliğ edilir, yeni formaları ortaya çıxır. Bunun nəticəsidir ki, Məhərrəmlik ayı Aşurə günündə insanlar sinələrinə döyərək vay-şivən qoparırlar[7].

Bu köklü gələnək türk mədəniyyətinin ən qədim və əsaslı abidəsi sayılan Kitabi Dədə Qorqud dastanında Bamsı beyrək boyunda da qismən verilir. Beyrəyin ölüm xəbəri gələrkən Banuçiçək fəryad edir, yaxasını dartıb cırır ”... Dartdu yaqasun

[3] Timüs bezi ve Bağışıklık Sistemi İlişkisi! https://groups.google.com/forum/#!topic/eskisehir-tabip-odasi-turk-sanat-muzigi-korosu/Z1kuijNSQrI

[4] Timüs bezi. http://lokman-hekim.net/hastaliklar/timus_bezi.asp

[5] Yine orada

[6] Rüzgar K. Dinimizdə toy və yas mərasimi. http://www.azerislam.com/?lngs=aze&cats=1&ids=1979

[7] Rüstəmov A. 40 gün matəm, 40 gün işsizlik. http://az.azvision.az/40_gun_matem,_40_-44143-xeber.html#.VUaKDfntmko,Müsəlmanin ən ağir günü – reportaj. http://simsar.az/news/print-14508.html

cırdı...” (KDE, 57). Burada sinəyə vurulduğu xüsusilə verilmir. Ancaq məntiqi cəhətdən yaxasını dartıb cıran biri sinəsinə də döyməlidir.

Azərbaycan türkləri arasında geniş yayılmış Məhərrəmlik ayında Aşurə sinə döymənin ən çox görüldüyü mərasimdir. Aşurədə insanların sinələrinə döyərək matəm havası oxuması, yəni, Sinəzənlik etməsi geniş yayılmışdır. Bu söz fars kökənlidir. İki hissədən ibarətdir. “Sinə” sözünün anlamı “yaxa”, “zən” isə döymək deməkdir. Yəni yaxasına, sinəsinə döyüb ağlamaq anlamında işlənir. Bu sözün ruscaya tərcüməsi belə verilir: SİNƏZƏN: 1. траурные песни, сопровождаемые ударами по груди (matəm mahnısı, sinəsinə döyərək ağlamaq) [8] Sinəzən mərasimi əsrlərdir pislənərək unutudurulmağa çalışılır. Bu mərasimin mazoxizm əlaməti, şiddət yönümlü olduğu iddia edilir. İslam dininin hakimliyi və Sovet dövründə bu gələnək yasaqla[9]nsa da, yeni formalarda ortaya çıxır. Sinəzənliyin dərin kök saldığı cəmiyyətdə bəzən hakim dairələrdə güc simvoluna çevrilmişdir. Belə ki, Səfəvi hökmdarı Şah İsmayıl Məhərrəmlik ayını rəsmiləşdirdi. Bu ayda özünü döymə dövlət dairələri tərəfindən dəstəkləndi. Bununla da sinədöymə İslam adı altında davam etməyə başladı. Bu ritual xüsuilə, şiə təriqətli müsəlmanlar arasında dini hüquq qazandı. Bu gələnək Azərbaycanın bəzi bölgələrində sadəcə Məhərrəmlik ayında deyil, bütün yas mərasimlərində yaşamağa davam etdi. Məsələn, Gədəbəydə yas mərasimi zamanı ağlaşma quran qadınlar salavat çəkdikləri sağ əli ilə sinələrinə (əl hizası timus vəzinin üzərinə düşür) döyürlər (Qəzənfərqızı A. Şəxsi arxiv).

Qumuq folklorunda vayaxlarda və şahalaylarda sinədöymə gələnəyi

Sinədöymə gələnəyi qumuq folklorunda vayaxlarda, şahalaylarda geniş yayılıb. “Qumuq ədəbi dilində “yas”, quzey qumuqlarında “vayax” və güney qumuqlarında “şahalay” kimi adlandırılan yas mərasimi, həm də mərasimdə nəzm və nəsrlə söylənənlərə verilən addır” (Şamil Ə., 2011:290). Ölüm mərasimində, “şahalay” özünəməxsus yer tutur. Şahalay (şaxalay) sözünün türkcə səs-küy, çaxnaşma mənası bildirən çax, “çaxala” sözündən əmələ gəldiyi ehtimal olunur (Аджиев А., 2005:161). Şahalay, əsasən, ölünün öz əcəli ilə deyil, başqası tərəfindən öldürülməsi zamanı oxunur. Bəzən çox kədərli ölüm hallarında və bəzən oğlu olmayanlar üçün də tətbiq olunur. Ən görkəmli şahalaylar, əsasən, çox hörmətli şəxsin ölümü zamanı deyilir. Görünür, şahalayın digər mahiyyətləri unudulub və sadəcə görkəmli şəxsiyyətlər üçün keçirildiyi yaddaşlarda qalıb. Tədqiqatçı Əli Şamil öz araşdırmasında bu barədə yazır: “Keçmişdə gənc və ya toplumda nüfuz sahibi birisi öldüyündə, bir qadın başına torba geyinərək ağılar söylər, başqa qadınlar “vöv-vöv” deyər, kişilər isə “ay” deyə bağırıb döyünərək dairəvi şəkil alıb dolanarlarmış” (Şamil Ə., 2011:291). Qumuqlar bağırıb döyünərkən əllərini çarpaz şəkildə sinələrinə vururdular (Qəzənfərqızı A. Şəxsi arxiv).

[8]Azərbaycanca-rusca lüğət (qısa). http://obastan.com/az/dict/az_ru/word/87073-S%C4%B0N%C6%8FZ%C6%8FN

[9] Abdinov R. Məhərrəmlik mərasiminə sosial baxış. http://birlik.az/chap.php?id=13852

Bu da göstərir ki, sinədöymə, ağlayarkən timus vəzindən ”yardım istəmək” günümüzdə islam adı altında yaşasa da, əslində qədim türk gələnəyidir.

NƏTİCƏ

Əlişir Nəvainin ”Mühakəmətül-lüğəteyn” əsərində müqayisə zamanı verdiyi sözlərdən biri də ”ağlamaq”dır. Müəllif burada sistem halında müqayisə aparır və göstərir ki, türk dilində ağlmağın incəlikləri var və bu söz ”sıtqamaq”, ”hönkürmək” kimi ekvivalentləri ilə ifadə olunur (Mühakəmətül-lüğateyn, 1999:57). Bir dildə söz bu qədər zəngindirsə, folklorda etnoqrafiyada əksini tapmaya bilməz. Bu da bizə əsas verir deyək ki, Türklərin təhtəlşüurunda yaşatdığı gələnəklər sağlam və sınanmış bilgiyə dayanır. Çünki minilliklərin sınağından çıxmış bu gələnəyi araşdırdıqda mütləq bir elmi əsası olduğunu görürük. Uzun illər boyunca qədim inanların yaşatdıqları gələnəkləri yanlış hesab edərək, ayıblayaraq, gözdən, nüfuzdan salmağa çalışaraq sınanmış gələnəklərini unutdurmağa çalışsalar da, yenə də xalq təhtəlşüurunda refleks davranışları ilə ənənəsinə sahib çıxır. Son dövrlərin bir çox tibbi kəşfləri isə sübut edir ki, əslində xalqın təkidlə yaşatmağa çalışdığı ənənələr iddia edildiyi kimi zərərli yox, əksinə faydalı davranışlardır. Belə kəşflərdən biri də timus vəzinin funksiyasının aşkarlanmasıdır. Ancaq maraqlısı burasıdır ki, bu vəzin funksiyaları illər öncəsindən tibbə məlum olsa da, yenə də sinədöymə gələnəyinin mazoxizmin, xəstə ruhun bəhrəsi olduğunun iddia edilməsidir. Bu da göstərir ki, bir mədəniyyətə, gələnəyə təzyiq edilməzdən öncə ciddi şəkildə araşdırma aparılmır və düzgün nəticə əldə edilmir. Beləliklə də, dəyərlər yox olmağa doğru gedir.

KAYNAKLAR

ABDİNOV, Rabil. (2014). "Məhərrəmlik mərasiminə sosial baxış" http://birlik.az/chap.php?id =13852

Azərbaycanca-rusca lüğət (qısa). http://obastan.com/az/dict/az_ru/word/87073-S%C4%B0N % C6%8FZ%C6%8FN

Çəngələbənzər vəzi. http://az.wikipedia.org/wiki/%C3%87%C9%99ng%C9%99l%C9%99b%C9 %99 nz % C9%99r_v%C9%99zi

Kitabi - Dədə Qorqud ensiklopediyası. (2000). 2 cilddə. Bakı: Yeni Nəşrlər Ev.

Mühakəmətül-lüğateyn- İki dilin mübahisəsi. (1999). Cağatay türkcəsindən tərcümə /Əlişir Nəvai; Tərcümə və ön sözün müəllifi: Nərimanoğlu, Kamil Vəli; Red.: Ş. Əhmədova. Bakı: Yurd,

RÜSTƏMOV Aqil. 40 gün matəm, 40 gün işsizlik... http://az.azvision.az/40_gun_matem,_40_-44143-xeber.html#.VUaKDfntmko, Müsəlamnın ən ağır günü–reportaj. http://simsar.az /news/ print-14508.html

RÜZGAR Keskin. (2011). Dinimizdə toy və yas mərasimi http://www.azerislam.com/ ?lngs=aze&cats=1&ids=1979

QƏZƏNFƏRQIZI Aynur. Şəxsi arxivi.

ŞAMİL Əli. (2011). Uyğur, qaqauz, Güney Qafqaz türklərinin folkloru və ədəbiyyatı. Bakı:Nurlan, 412 s. 290

Timüs. http://tr.wikipedia.org/wiki/Tim%C3%BCs

Timüs bezi. http://lokman-hekim.net/hastaliklar/timus_bezi.asp

Timüs bezi ve Bağışıklık Sistemi İlişkisi!. https://groups.google.com/forum/#!topic/eskisehir-tabip-odasi-turk-sanat-muzigi-korosu/Z1kuijNSQrI

АДЖИЕВ Абдулаким. (2005). Устное народное творчество кумыков. Махачкала:ДГУ, 427 стр. 161