

## Salgın Hastalıklarla Dini Başa Çıkmada Geleneksel Tedavi Sistemlerinin Yeri ve Önemi

### The Place and Importance of Traditional Treatment Systems in Coopering with Epidemic Diseases

Selameddin BAYSAL<sup>1</sup> 

#### Araştırma Makalesi Research Article

Geliş tarihi/Received:  
13.08.2023

Son revizyon teslimi/Last revision  
received:  
21.09.2023

Kabul tarihi/Accepted:  
22.09.2023

Yayın tarihi/Published:  
13.11.2023

#### Atıf/Citation:

Baysal, S. (2023). Salgın Hastalıklarla Dini Başa Çıkmada Geleneksel Tedavi Sistemlerinin Yeri ve Önemi . *TAM Akademi Dergisi*, 2(2), 194-211.  
<https://doi.org/10.58239/tamde.2023.04.003.x>

#### DOI:

10.58239/tamde.2023.04.003.x

#### ÖZ

Tarih, insanoğlunun yaşantısını derinden etkileyen birçok zorlu yaşam olayı ile doludur. Deprem, sel, kıtlık, savaş ve salgın hastalıklar gibi zorlu yaşam olayları kitlesel ölümlere neden olmaktadır. Bu zorlu yaşam olaylarından belki de en büyük travma yaratanı da salgın hastalıklardır. Salgın hastalıklara yakalanma korkusu kaygı, stres ve depresif davranış bozukluğunu beraberinde getirmektedir. Bu hastalıkların önüne geçmek için insanlar dini ve kültürel birikimlerden yani halk hekimliği olarak da bilinen geleneksel tedavi sistemlerinden yararlanmaktadırlar. Geleneksel tedavi sistemleri, hastalıkların teşhis ve tedavi edilmesi sürecinde, fitoterapi, farmakoloji ve fiziksel egzersizleri kapsayan bütün tekniklerdir. Bu teknikler toplumdan topluma değişebilmektedir. Nitekim her toplum kendi şahsına münhasır dini, bilgi, beceri ve ata kültürüne sahiptir. Bu vesile ile geleneksel tedavi sisteminde her toplum kendi dini ve kültürel yaşamışlıklarıyla başa çıkmaya çalışmaktadır. İlk çağlardan beri etkisini koruyan geleneksel tedavi sistemleri, geçmişte olduğu gibi günümüz bilgi çağında bile bazı salgın hastalıkların tedavisinde modern tıp ile birlikte kullanılmaktadır. Çalışma; Mısır, Afrika, Hindistan, Çin ve Türkiye gibi ülkelerdeki geleneksel tedavi sistemlerinin dününü, bugünü ve yarınını sosyolojik, dini ve psikolojik açıdan ele almaktadır. Çalışma ayrıca geleneksel tedavi sistemlerini başa çıkma ve dini başa çıkma kavramları bağlamında değerlendirerek literatüre katkı sağlamayı hedeflemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Salgın, Geleneksel Tedavi Sistemleri, Türk Tıbbı, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma

<sup>1</sup>. Süleyman Demirel Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Doktora Öğrencisi, [byslsdu@gmail.com](mailto:byslsdu@gmail.com), ORCID ID: 0009-0000-9691-5747

## ABSTRACT

History is full of many difficult life events that deeply affect human life. Difficult life events such as earthquakes, floods, famines, wars and epidemics cause mass deaths. Epidemics are perhaps the most traumatic of these difficult life events. Fear of catching epidemic diseases brings along anxiety, stress and depressive behavior disorder. In order to prevent these diseases, people benefit from religious and cultural knowledge, namely folk medicine or traditional treatment systems. Traditional treatment systems are all techniques in the diagnosis and treatment of diseases, including phytotherapy, pharmacology and physical exercises. These techniques may vary from society to society. As a matter of fact, every society has its own religion, knowledge, skills and ancestral culture. By this means, in the traditional treatment system, each society tries to cope with its own religious and cultural experiences. Traditional treatment systems, which have been effective since ancient times, are used together with modern medicine in the treatment of some epidemic diseases even in today's information age as in the past. Study; It deals with the past, present and future of traditional treatment systems in countries such as Egypt, Africa, India, China, and Turkey from sociological, religious and psychological perspectives. The study also aims to contribute to the literature by evaluating traditional treatment systems in the context of coping and religious coping concepts.

**Keywords:** Epidemic Illness, Traditional Treatment, Traditional Turkish Medicine, Handle, Religious Coping

## Extended Abstract

Diseases or epidemics have been threatening human life in different ways since ancient times. As the ages have changed, the ways in which human beings deal with epidemic diseases have also changed. Most of the time, epidemic diseases have taken place in people's minds as a divine punishment, evil spirit or superstition. Although human beings have often succumbed to epidemics, they have tried to protect themselves thanks to nature and the cult of ancestors. For this reason, humanity's cultural experience and war against epidemics according to geographical conditions have contributed to the development of traditional medical practices. Traditional treatment practices vary according to the social and human lifestyles of societies. In this context, some practices are named differently in Turkish, Indian and Chinese societies. Along with religious practices, sociocultural values and social norms, experiences are effective in the embodiment of traditional treatment practices. These treatment practices, also called traditional or folk medicine practices, home medicine, folk remedies or home medicine, do not address diseases from only one perspective. These treatment practices have seen humans and nature as a whole for centuries. For example, in traditional Chinese medicine, the value attributed to humans is very sacred. Human nature is seen as equivalent to the nature of the universe. Changes and transformations in nature affect human life and unexpected abnormalities occur in human organs. At this point, traditional medicine is offered to the public. The acupuncture treatment method, which emerged in China in the light of reason and culture, has ensured the body's blood flow in almost many epidemic diseases, and this practice has been supported by many academic and health institutions in the scientific world of the 21st century. The World Health Organization also accepts that this treatment system reveals many diagnoses and overcomes the disease. Massage and phytotherapy practices have become popular not only in China but all over the world.

Perhaps the oldest of the traditional treatment methods are the practices in India and Anatolia. Indians and Turks have developed treatments for many diseases based on pharmacological drugs against epidemics. In India, they used Ayurvedic methods against leprosy, which is considered one of the most terrible skin diseases in the world. Chalmogra oil obtained from the leaves of the Kalav tree cured leprosy patients and relieved the patients psychologically. Chalmogra oil has been used since ancient times against bacteria and chronic wounds and is still known as a cure for many skin diseases. One of the traditional treatment methods identified with India is yoga. It has been argued that cholera patients should first believe that they can overcome the disease psychologically. For this reason, thanks to yoga movements, movements in different techniques have been applied to the body. Thanks to these movements, the intestines are in order. Thanks to the exercises, cholera patients got away from stress. Additionally, people have stated that they feel in a stronger mind after yoga.

The brown sacred soil on the island of Lemnos, which was considered important by the Turks by Sultan Mehmet the Conqueror, has a healing role against the leprosy epidemic. Tih-i Mahtum soil has not only been a treatment method used by those suffering from leprosy, but it has also been argued that it is a medicine used for healing purposes against plague and other epidemic diseases. Again, there are some predictions in the Turkish cultural tradition that some rivers in the Ottoman Empire healed the wounds of leprosy. Some traditional treatments used in Turks are based on magic and magic. This helps patients cope with the disease religiously. In Evliya Çelebi's travel writings, it was observed that some patients with wounds on their hands and faces recovered from their diseases after taking ablution from the healing waters. Again, during Evliya Çelebi's pilgrimage, Hz. There is mention of a well suggested by the Prophet Shuayb for lepers. It is said that those who drink the water of this well are cured of many diseases, especially leprosy. In the fight against latent epidemics, traditional treatment methods have replaced scientific medicine and are supported by religious practices. While using these practices, most patients both got rid of the disease and coped with it religiously. Religious coping is very important in patients' well-being. It is worth noting that traditional and religious methods of dealing with epidemic diseases are still in competition with scientific medicine. In fact, to put it without exaggeration, some traditional treatment practices, which are more popular than scientific medicine in the world today, were also actively used during the Covid-19 period. Because it can be said that some phytotherapy and pharmacological drugs used before the development of vaccines against the Covid-19 epidemic are effective in preventing the disease. It can be said that in the coming centuries, traditional treatment practices will attract at least as much attention as they are used today.

## Giriş

Dünya tarihi salgın ve bulaşıcı hastalıkların psikolojik, sosyolojik, dini ve diğer etkileriyle günümüze kadar süregelmiştir. Her hastalık toplumların nezdinde adeta nerden geldiği bilinmeyen davetsiz bir misafir şeklindedir. Bu vesile ile davetsiz misafir olarak görülen hastalıklar insanlarda endişe uyandırmış ve onları telaşlandırmıştır. Bilim insanları hastalıkları ortaya çıkaran mikropların en az insanlık tarihi kadar eskiye dayandığını belirtmektedirler. Bu bilgilerden hareketle milyonlarca insanın ölümüne neden olan veba, kolera, çiçek, Covid-19 salgını gibi hastalıkların aslında korkulacak bir misafir değil de insanoğlunun yakından bildiği meselelerdir denilebilir (Bingöl, 2020, ss. 101-105).

İnsanoğlu bu meselelere yani milyonlarca insanı yerinden ve yurdundan eden hastalıklara doğadan ve geçmişteki deneyimlerinden faydalanarak karşılık vermeye çalışmıştır. Bu mücadele

serüveni ise geleneksel tedavi yöntemlerini doğurmuştur. Geleneksel tedavi yöntemleri, her toplumun kendisine has sosyokültürel yaşantısı sonucunda meşrulaşmıştır. Bu nedenle geleneksel tedavi sistemleri küreselden çok yereldir (Aslan vd., 2016, ss. 100-105). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) geleneksel tedavi yöntemlerini tanımlarken sağlığın korunması gerektiğinin altını çizmektedir. Bu nedenle dini inanışlar, toplumsal tecrübeler, bilgi ve beceriler doğrultusunda hastalıklara çözüm önerilerinin tamamı geleneksel tedavi sistemleri kapsamına girmektedir. Bununla birlikte geleneksel tedavi sistemleri uzun yıllar uygulandığı için geleneksel tıp anlayışı ile özdeşleşmiştir. Buradan hareketle insanların sağlık krizi alanında yaşadıkları problemleri ampirik metotlarla bertaraf etme çabaları geleneksel tıp anlayışını ortaya koymuştur. Geleneksel tıp, nesilden nesle sözel ve görsel biçimde gelenek, görenek ve yaşam şekilleriyle adeta bir bilim haline dönüşmüştür. Diğer bir ifadeyle geleneksel tıp sistemleri herhangi bir coğrafyadaki insanların kendi yaşam felsefeleri şeklinde de ifade edilebilir (Talhaoğlu, 2021, ss. 16-29). İnsanlar asırlardır karşılaştıkları salgın hastalıklardan kendilerini geleneksel tıp sistemleri sayesinde korumaya çalışmışlardır. Bu geleneksel tedavi sistemleri insanları hem fiziksel hem de ruhsal olarak hastalıklardan korumuştur. Sadece salgın hastalıklar değil aynı zamanda herhangi bir hastalığa yakalanma aşamasında hastalığa tanı koyma, hastalığı iyileştirme veya hastalığı tedavi sürecinde bu tedavi yöntemlerinin rolü büyüktür. Geleneksel tedavi sistemleri çoğu zaman tamamlayıcı tıp veya alternatif tıp kavramları ile karıştırılmaktadır. Ancak bilinmelidir ki geleneksel tedavi sisteminin bir parçası olan geleneksel tıp uygulamaları kendine özgü bir sisteme sahiptir. Bu yönüyle de geleneksel tedavi sistemleri alternatif veya tamamlayıcı tedavi sistemlerinden farklıdır. Ancak günümüz bilgi çağında bile zaman zaman “geleneksel tedavi mi kültürel birikimleri yansıtıyor?” yoksa “alternatif tedavi mi kültürel birikimleri yansıtıyor?” tartışmaları halen devam etmektedir (Mollahalikoğlu vd. 2015, ss. 102-115). Bütün bu tartışmalara rağmen dünyada geleneksel ve tamamlayıcı Tıp (GETAT) tanımı konusunda ortak bir kararın olduğunu belirtmek oldukça zordur. Ancak 1998 yılında Amerika Birleşik Devletleri’nde kurulan (NCCAM) Ulusal Tamamlayıcı Tıp ve Alternatif Tıp Merkezi GETAT uygulama merkezi geleneksel tıp için şayet ki konvansiyonel tıp ile birlikte kullanılmaktaysa tamamlayıcı tıp kategorisinde görülmesini mümkün görmüştür. Yine benzer şekilde geleneksel tıp, konvansiyonel tıp uygulamaları yerine kullanılıyorsa alternatif tıp şeklinde değerlendirilebilir. Geleneksel tedavi sistemlerine genel bir bakış açısıyla bakıldığında hastalığın tedavi sürecinde modern tıbbı yardımcı yöntemlerinin tamamını kapsadığı anlaşılmaktadır (Ünal- Dağdeviren, 2019, ss.1-9).

Esasen geleneksel tedavi sistemleri toplumsal afetler, hastalıklar ve salgın hastalıklar sürecinde kişiyi veya kişileri mikroplardan koruma derindedir. Bu görev, dini ritüeller, fitoterapik karışımlar, farmakolojik yöntemler, masaj gibi egzersizlerle sağlanmaktadır. Sözelimi, geleneksel tedavi sistemleri dini ve kültürel bileşenlerden destek alarak hastalıklarla başa çıkılmasında insanlara güven, sevgi, umut vermiş ve halen de vermektedir. Geleneksel tedavi sistemleri asırlardır insanları korku, kaygı, öfke ve depresif davranışlardan muhafaza ederek hastalıklarla başa çıkılmasında öncülük etmektedir. Tedavi sürecinde kültürün bir parçası olan din olgusunun da önemi oldukça büyüktür. Bu vesile ile geleneksel tedavi sistemlerinin dini tecrübelerle de yakın bir ilişkisi bulunmaktadır (Çapçioğlu, 2021, ss. 271-274).

## 1. Geçmişten Günümüze Salgın Hastalıklar

Salgın hastalıklar doğası gereği biyolojik birer olgudur. Bu olguların kökeninin insanlık tarihinden daha da eski olduğu söylenilebilir. Salgın hastalıklara sebebiyet veren bu biyolojik olgular yani bakteriler, virüsler, protozoanlar ve mikroorganizmalar insanların hayatını farklı şekillerde etkilemişlerdir. İnsanlar salgın hastalıklara sebebiyet veren bu mikroorganizmaların mahiyetini

kavrayana kadar olup biteni Tanrı'nın bir gazabı şeklinde yorumlamışlardır. İlk çağlardan günümüze kadar birçok epidemi ve pandemiye yol açan bu mikroorganizmalar, toplumsal mekanizmalar üzerinde domino etkisi oluşturarak insan ve doğa bileşeninde kırılmalara neden olmuşlardır (Kılıç, 2020, ss. 21-35). Bu nedenle denilebilir ki salgın hastalıklar milyonlarca insanın yaşamını etkilemiş ve halen ilk günkü etki düzeyini sürdürmeye de devam etmektedir. M.Ö. birkaç yüzyılda milyonlarca insanı yerinden yurdundan eden veba, kolera, cüzzam, sıtma, İspanyol Gribi, frengi gibi salgın hastalıkların toplumsal etkileri günümüzde devam etmektedir. Bu etkiler çok yakın tarihte ortaya çıkan ve dünyayı adeta zindana çeviren Covid-19 salgınıyla da daha net bir şekilde anlaşılmaktadır.

İnsanoğlunun salgın hastalıkları ile olan savaşı bilinmelidir ki rastlantısal değildir. Veba, sıtma, kolera, çiçek, cüzzam, frengi gibi hastalıklar sonrasında dünyanın 7 kıtasında toplumsal değişimler yaşanmıştır. Salgınlar toplumları demografik, politik, ekonomik ve sosyokültürel açıdan büyük risk altında bırakmayı sürdürmektedir. Günümüz dünyasında mega kentlerin varlığı salgınların yayılmasını kolaylaştırmaktadır. Mega kentlerde birbirilerine bağımlı yaşayan insanların mikrop ve virüslere yakalanma olasılıkları oldukça yüksektir. Bir virüsün bir yerden başka bir yere gitmesi bir uçak seyahati ile eş değerdir. Bu vesile ile adeta çağ değiştiren salgın hastalıklar eskiden olduğu gibi günümüzde de ölüm rüzgârı saçmaya devam etmektedirler. Salgın hastalıklar sonrasında bütün dünyada yaşanan manzaralar benzerdir. Korku, endişe, panik, keyifsizlik, umutsuzluk gibi semptomlar ortaya çıkmaktadır. Bilimin en ilkel normlara sahip olduğu ilkel çağlarda insanlar, emraz-ı sâriye olarak da bilinen salgın hastalıklara karşı çözümü dinsel ritüellerde aramıştır. Ancak günümüzde insanlar olağanüstü durumlara sebebiyet veren salgın hastalıklar için çözümü bilimin ve dinin sentezlenmiş formunda aramaktadır. Dini ritüellerle Tanrı'nın gölgesine sığınan inananlar psikolojik doyum sağlayarak kendilerini daha güvende hissetmişlerdir. Fiziksel iyileşme için de bilimsel teknik ve yöntemlere başvurmuşlardır (Kılıç, 2020, ss. 21-35).

## 2. Salgın Hastalıklarla Başa Çıkma

İnsanoğlu, yüzyıllar boyunca, birbirinden farklı yıkıcı etkiye sahip salgın hastalıklara tanıklık etmiştir. Salgınlar ortaya çıktıkları toplumlardan doğal ve insani etkileşimler sonucunda neredeyse tüm milletleri etkileyecek noktaya gelmişlerdir. Sosyokültürel, iktisadi, demografik, dini ve politik faaliyetler sonucunda salgınlar kısa sürede kıtaları aşmışlardır. Bazen doğrudan temas, bazen ise dolaylı yollardan bulaşan virüsler insanlar için büyük tehdit oluşturmuşlardır. Öyle ki bazı salgın hastalıklar rüzgâr vasıtasıyla milyonların yaşamına mal olmuştur. Miyasma teorisini akla getiren bu ölüm rüzgârları, insanlığın korkulu rüyası vebadan sonra kolera, çiçek, sıtma gibi salgın hastalıkların yayılım hızını artırarak dünya üzerinde milyonlarca insanın ölümüne neden olmuştur. İnsanlık ilk çağlardan beri salgın hastalıklar karşısında farklı alanlarda mücadele etmektedir. Bunlar; bilimsel tıp, dini ritüeller ve belki de en önemlisi kültürün bir parçası olan geleneksel tedavi yöntemleridir. Her toplum gerek lokal gerekse küresel olsun hastalıklarla başa çıkmada geleneksel tedavi yöntemleri aracılığıyla mücadele vermişlerdir. Yani her millet kendi geleneksel tedavi yöntemlerini kullanarak hastalıkların üstesinden gelmeye çalışmıştır. Böylece bireylerdeki stres, kaygı, korku ve endişeler en aza indirilmeye çalışılmıştır (Gürsu- Bayındır, 2021, ss. 181-220).

Baş çıkma; insan hayatının verimliliğini etkileyen doğal afetler, kıtlıklar, çekirge istilaları, salgın hastalıklar gibi olaylar sonrasında gerilimi azaltma, gerilime tahammül gösterme sürecidir. Baş çıkma; bireylerin karşılaştıkları zorlu yaşam olayları karşısındaki duygusal, davranışsal ve bilişsel tepkileridir.

Başka bir ifadeyle başa çıkma bireylerin yaşantısında strese neden olan kaynaklarla bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde yapılan savaştır (Lazarus – Folkman, 1984, ss. 89-91).

Başa çıkma; problem odaklı başa çıkma ve duygusal odaklı başa çıkma şeklinde ikiye ayrılmaktadır. Herhangi bir hastalığa yakalandığının haberini alan insanların yapmak istedikleri ilk şey probleme yönelme istekleridir. Hastalar burada farklı stratejiler uygulamaya çalışmaktadırlar. Geleneksel tedavi sistemlerine başvurma bu uygulamalardan biridir. Çünkü herhangi bir salgın hastalığa yakalanan bir birey ya hastalığı inkâr edecek veya hastalık için çözüm önerilerini dikkate alacaktır. Bu vesile ile geleneksel tedavi sistemlerinin hastalığa yakalanmış kimseler için adeta umut kapısı olduğu söylenebilir. Örneğin; bin yıl önceki kavimlerin veba, kolera, sıtma gibi hastalıklarla geleneksel tedavi sistemleri ile mücadele vermiş olmaları kuvvetle muhtemeldir. Hastalar burada problem odaklı düşünerek hastalığın üstesinden gelmek için geleneksel tedavi sistemlerini kurtuluş yolu olarak görmüşlerdir. Bu kararlı tutumun hastaları stresten, kaygıdan ve korkudan uzaklaştırmış olduğu savunulabilir. Aynı şekilde hastalar bu tedavi sistemlerinin asırlardır gelenek haline geldiğini, toplumun bütün sınıfları tarafından kullanıldığını bildikleri için çekinmemektedirler. Aksi halde hastaların deneyecekleri, kendilerini koruyacakları pek fazla alternatifleri olduğu söylenemez (Gencer-Cengil, 2021, ss. 134-135). Dünyada birbirinden farklı kabileler, topluluklar olduğu için birbirinden oldukça bağımsız geleneksel tedavi sistemleri bulunmaktadır. Her ne kadar tedavi yöntemleri farklı olsa da amaç fiziksel, psikolojik ve ruhsal olarak iyi oluşu sağlamak yani kişilerin yaşam kalitesini en iyi şekilde yükseltmektir. Bu vesile ile akupunktur, yoga, kupa uygulaması, unani tıp vb. tedavi sistemleri hastaların beklentilerini yansıtan uygulamalar olmuşlardır. Aynı şekilde bu uygulamalar hastaları stresten, kaygıdan, depresyondan, sakat kalmaktan, ölüm korkusundan da uzaklaştırmıştır. Bu geleneksel tedavi sistemlerindeki birikim, dini kaynaklardan ve ata kültüründen sağlandığı için çoğu ülkede geçmişe duyulan saygının nişanesi olarak kutsal kabul edilmiştir.

### 3. Salgın Hastalıklarla Dini Başa Çıkma

İnsan, yaşamı boyunca sosyal yaşantısı içerisinde hiç beklemediği travmalara maruz kalabilir. Bu travmalar bir cinsel istismar olabileceği gibi, doğal afet veya herhangi bir salgın hastalık da olabilmektedir. Dünya tarihinde toplumsal işleyişi alt üst eden birçok zorlu yaşam olayı olmasına rağmen en çok derin yara bırakan hadiseler salgın hastalıklardır. Tarih boyunca insanlar kendilerini zorda bırakan, üstesinden gelemeyeceklerini düşündükleri olaylarda sığınabilecekleri güvenli bir liman aramış ve bu nedenle çoğu zaman dini tercih etmiştir (Uysal vd., 2017, s. 140). Örneğin; Jüstinyen Vebası'nın Roma'da sebep olduğu toplumsal yıkımlar halkı Kutsal Melek Kalesi olarak bilinen Castle St Angelo'nun önünde, sığınılacak güvenli bir liman olan Tanrı'ya toplu yarıştırmaya teşvik etmiştir. (Sir Gavaz & Masalçı Şahin, s. 282) Hitit dönemine ait metinlerde hükümdar II. Mursili'nin işlenen günahlardan dolayı ülkenin başına bela olduğuna inandığı salgından kurtulmak için veba dualarına başvurduğu bilinmektedir. (Sir Gavaz & Masalçı Şahin, s. 193)

İnsanlık kara veba, kolera, sıtma vb. hastalıkların sebep olduğu salgınlardan sonra yakın tarihte ortaya çıkan Covid-19 ile bu olağanüstü durumu tekrar yaşamak zorunda kalmıştır (Sami, 2021, s. 55). Covid-19 pandemisi Çin'de ortaya çıkmasına rağmen kısa süre zarfında küresel bir mesele haline gelmiştir. Covid-19 virüsü bütün dünyayı abluka altına almış ve gündelik sosyal hayatta refaha erişim kolaylığını kısıtlamıştır. Turizm şirketleri, lojistik ve ulaşım taşımacılığını yapan ulusal ve uluslararası firmalar, restoranlar, alışveriş merkezleri, toplu taşımalar, kütüphaneler, sokaklar her zamanki gibi güvenli olmamıştır. Salgının seyrini yavaşlatmak amacıyla bütün dünyada bazı yeni uygulamalar

başlatılmıştır. Toplu organizasyonlar (düğünler, cenaze törenleri, toplu yemekler, spor aktiviteleri, konserler, dini ibadetler) iptal edilmiştir. Salgın karşısında çaresiz kalan insanlar olup biteni anlamlandırmakta zorlanmışlardır (Baysal- Taş, 2022, ss. 101-111). Virüs tahmin edildiğinden daha hızlı yayılmış ve beklenilenden daha fazla ölümlere neden olmuştur. Bilim insanlarının bazı ölümlerin mutasyona uğramış Covid-19 virüsünden kaynaklandığını belirtmeleri salgın nedeniyle yaşanan kaotik süreci perçinlemiştir. Çünkü virüsün ne zaman ve ne şekilde son bulacağı kestirilememiştir. Bu belirsizlik, insanlarda korku ve kaygıyı iyice tırmandırmıştır. İnsanların uzun süre evde kalmaları yalnızlaşmalarına neden olmuştur. Bu zorlu süreçte birçok insan ev ortamında farklı davranışlara başvurmuştur. Sigara içmek, alkol kullanmak, dijital hayata ağırlık vermek gibi davranışlar aile içi şiddetin yaşanmasına ve boşanmaların artmasına zemin hazırlamıştır. Bu stresli ve zorlu sürecin önüne geçmek için insanlar psikolojik desteğin yanı sıra dini inanç mekanizmalarını da devreye koyarak problemle baş etmeye çalışmışlardır (Bulut-Koç, 2022, ss. 285-297).

Din olgusunun sosyal hayatta yaşanan zorlukların üstesinden geldiği, zorlu hayat olayları karşısında moral ve motivasyon sağlayıp – sağlayamadığı, teselli verip-vermediği, duyguları ne derecede kontrol ettiği Sigmund Freud, Carl Gustav Jung ve Viktor Frankl gibi sosyal bilimciler tarafından kaleme alınmıştır. Kenneth Pargament ise diğer sosyal bilimcilerin aksine din olgusunun bu kazanımlarını dinî başa çıkma adı altında incelemiştir. Pargament'in tezine göre herhangi bir zorlu yaşam olayında dini başa çıkma, kişilere teselli vermektedir. Yine Pargament'e göre dini başa çıkma olumsuz olaylarda, duyguların kontrollü bir şekilde hareket etmesini sağlamaktadır. Başa çıkma bu katkıların yanı sıra sağladığı manevi destek sayesinde kişileri stresten ve ani öfke patlamalarıyla sergilenecek zararlı davranışlardan alıkoymaktadır. (Ayten- Sağır, 2014, ss.5-13). Aynı zamanda yapılan bazı çalışmalarda salgın hastalıklar zamanında maneviyatın ümitsizliği azalttığı ve dayanıklılığı artırdığı ortaya çıkmıştır (Gülerce ve Maraj, 2021; Maraj vd., 2021).

Dini başa çıkmanın ruhsal iyi oluşu sağlamanın yanı sıra kişilerin sağlıklı kalmalarında da oldukça büyük bir önemi bulunmaktadır. Zorlu yaşam olaylarını dini başa çıkma ekseninde ele alan insanlarda, kalp hastalığı, tansiyon, kolesterol ve uyku bozukluğu gibi sağlığı tehdit edecek belirtiler en aza indirgenmektedir. Dini başa çıkma vasıtasıyla insanlar adak kesmeye yönelmekte, namaz kılmakta, oruç tutmayı daha çok arzulamaktadır. Bütün bunların sonucunda kişiler karşılaştıkları problemleri büyütmekten çok iyimser bir şekilde ele almayı tercih etmektedir. Bu sebeple dua etmek, namaz kılmak, oruç tutmak, zekât vermek, salavat getirmek, Allah'a yönelmek, Allah'a yakın olmak gibi davranışlar kişileri ferahlatmaktadır (Gencer- Muammer, 2021, ss. 151-156).

Fereshteh Ahmadi ve çalışma arkadaşları "Din, Kültür ve Hastalık" ilişkisini ele aldıkları çalışmada geleneksel tedavi sistemlerinin hem kültürün hem de dinin hegemonyasından çok uzak olmadığını belirtmişlerdir. Başa çıkma alanında yapılan birçok çalışmanın asıl kökeninin varoluşsal meselelere dayandığını iddia eden Ahmadi ve çalışma arkadaşları, ilk çağlardan beri bazı uygulamaların ve stratejilerin dini sembollerle hiçbir ilişkisi olmamasına rağmen toplum tarafından kutsal görülmesinin, sorunlarla başa çıkmada kolaylık sağladığını vurgulamışlardır. Konuya daha da açıklık getiren Ahmadi ve çalışma arkadaşlarına göre dini başa çıkma aracı olarak görülen doğa olayları aslında kültürün bir parçasıdır. Dini başa çıkma meselelerini kültürel oryantasyon sistemiyle ele alan Ahmadi ve çalışma ekibi kriz zamanlarında yaşanan olayları kültürel oryantasyon ekseninde değerlendirmiştir. Dolayısıyla kriz zamanlarında bireylerin dine yönelmelerindeki temel nedenin, dinin kendi sosyokültürel bağlarındaki formlar olduğunu savunmuşlardır. Anlaşılacağı üzere din, bazı toplumlarda sosyal yapıyı şekillendiren tek bir kaynak olmayabilir. Bu sebeple gündelik yaşamda dinin daha az ilgi

gördüğü kültürlerde olaylarla başa çıkmada bazı geleneksel değerlerin ve uygulamaların dini ritüellerin yerini aldığı söylenebilir. Bu sebeple geleneksel toplumlar başa çıkmayı dine yönelmekten çok sosyalleşme ve geleneklere bağlılık şeklinde ele almaktadır (Ahmadi vd., 2018, ss. 21-36).

Tarih boyunca birçok toplumda salgın hastalıkların üstesinden gelmek için doğaüstü yöntemlere başvurulmuştur. Doğaüstü güçlere yönelik bu tutumlar kültürel bir metot olmakla birlikte teolojik bir yöntem olarak görülmüştür. Salgın hastalıkların ortaya çıktığı dönemlerde başa çıkma yöntemi olarak kullanılan geleneksel tedavi uygulamalarının yanında dini ritüellere de başvurulduğu söylenilebilir. Yerel ve küresel düzeyde bilinen şifalı bitkiler, sular, topraklar, adak ve kurban kesmeler geçmişte olduğu gibi bugün de önemini korumaktadır. Salgın dönemlerinde insanlar, kültürel bilgi birikimlerinin ışığında bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi için geleneksel yöntemlere başvurmuştur. Bu amaçla hazırlanan balgam sökücü ve ateş düşürücü karışımlar fitoterapi uygulamalarının klasik örneklerindedir. Bununla birlikte akupunktur, yoga, homeopati, apiterapi, moksa, reiki, hacamat, sülük, masaj egzersizleri ve büyü yöntemleri gibi faktörler hastalıkla başa çıkmada dini ve tıbbi uygulamaları etki düzeyi bakımından karşı karşıya getirmiştir (Kaplan, 2020, ss. 35-43).

#### 4. Geleneksel Bağlamda Din ve Tıp İlişkisi

Din ve tıp bilimlerinin karşılıklı ilişkisi asırlar öncesine dayanmaktadır. İlk çağlardan günümüze kadar geleneksel tıp ve din karşılıklı bir şekilde birbirlerine desteklemişlerdir. En açık ifadeyle insanlar salgın hastalıklar karşısında dinin önderliğindeki geleneksel tedavi uygulamaları sayesinde baş etme yöntemlerine yönelmişlerdir denilebilir. Öyle ki Mısır, Çin, Hindistan ile birlikte Asurlar, Hititler ve Amazondaki Kızılderililer bile deri, zihinsel ve enfeksiyonel hastalıklara geleneksel tedavi sistemleri ve ruhani güçler sayesinde karşı koymuşlardır. M.Ö. 3200-1025 tarihlerinde bile Mezopotamya'daki tıbbi uygulamalar daha çok doğaüstü ve natüralist paradigmalara dayanmıştır. Bitki yapraklarının kökleri, hayvan derileri doğal tedavi yöntemleri olarak kullanılmıştır. Teoloji ile tıp ilişkisinin bariz bir şekilde görüldüğü Zerdüşt inancında din adamlarının şifa dağıtıcı hekim rolleri dikkat çekmektedir. Zerdüşt dini inancına göre bütün hastalıklar kötü ruhların insan bedeninde oluşturduğu kirlilikten kaynaklanmaktadır. Bu sebeple kirlenmemiş topraktan elde edilen şifalı bitkilerden hazırlanan droglar tedavi edici özelliğinin yanında ruhu da kirden arındırmaktadır. Ayriyeten Zerdüşt din adamlarının şifa amacıyla hastalara kutsal metinleri okuduğu da bilinmektedir. İndus Vadisi (M.Ö. 2300–1700) kabilelerinde ise dini kanaat önderleri hastaları iyileştirmek adına müzik ve dans ritüellerine, büyü sözlerine başvurmuşlardır (Koenig, 2019, ss. 282-291). M.Ö. 13 yy.'da Mezopotamya'da cüzzam hastalığına yakalanan birinin yedi gün boyunca vücudu insan spermi ile ovulur ve ardından Tanrı'ya çeşitli sunaklar sunulur. Son olarak keklikle hastanın vücudu silinir (Kılıç, 2021, s. 259). Geleneksel tıbbın dini uygulamalarla sentezlendiği bu tedavi yöntemleri geçmiş dönemlerden bu yana iç içe olan din ve tıp ilişkisini ortaya koymaktadır.

Yukarıdaki bilgilerden hareketle geleneksel tedavi sistemlerinin, “Kaba ve Yontma Taş Devri'ne” belki de daha öncesine kadar tekabül ettiği söylenilebilir. Mısır, Afrika, Yunan, Çin, Hindistan, Pers gibi ülkelerde enfeksiyonel hastalıklarla mücadele etmede geleneksel tedavi uygulamaları kullanılmıştır. Bütün bunlar gösteriyor ki geleneksel tedavi sistemleri günümüz bilgi çağında bile tedavisi bulunamayan birçok hastalık veya salgın hastalıkta başvurulmuş ilk mercilerdir. Geleneksel tıba bu kadar yoğun teveccühün gösterilmesi basit tıbbi tekniklerle, egzersizlerle yapılabilir olmasıdır. Bununla birlikte geleneksel tedavi sistemlerini popüler kılan bir diğer özellik kolayca erişilebilir ve bilim insanları tarafından da desteklenmiş olmasıdır (Bagwana, 2015, ss. 13-32).



En basit bir ifade ile toplumlar dün olduğu gibi bugün de geleneksel tıbbi uygulamalar sayesinde hastalıklarla başa çıkmaktadırlar. Nitekim sadece birkaç yıl öncesinde ortaya çıkan Covid-19 salgınında bile modern tıp çaresiz kalırken, insanlar geleneksel sağlık bilgileri doğrultusunda mücadele etmek zorunda kalmıştır. Bu vesile ile iştah açıcı besinler, kemik ve eklem ağrılarını azaltacak fitoterapi ve masaj uygulamalarına başvurmuşlardır. Bu durum gösteriyor ki tıp her ne kadar bilimsel olarak ilerlese de insanlar bu geleneksel tedavi yöntemlerinden asla vazgeçmemektedir. Dünya genelinde bugün bile yaygın bir şekilde tercih edilen bazı geleneksel tedavi sistemleri mevcuttur ve çoğu insan tarafından bu geleneksel tedavi sistemleri en az modern tıp kadar ilgi görmektedir. Ancak bu kadar ilgi görmesine rağmen hangi tedavinin hangi ülkeye ait olduğu, ne şekilde uygulandığı pek bilinmemektedir. Bu kafa karışıklığının giderilmesi için aşağıda birbirinden bağımsız 8 milletin geleneksel tıbbi uygulamaları tarihsel, sosyolojik, dini ve psikolojik etkenler göz önünde bulundurularak genel hatlarıyla ele alınmıştır.

## 5. Geleneksel Tıp Uygulamaları

### 5.1. Türk Tıbbı

İlkel toplumlardan gelişmiş uygarlıklara kadar birçok toplumda hastalıkların kaynağı merak edilmiştir. Çoğu toplum hastalıkların nedenlerini büyüsel veya doğaüstü olaylara dayandırırken birçoğu da sosyokültürel yaşanmışlıklara bağlamıştır. Tarih boyunca birçok devlet ve milletle kültürel bağlar kurabilmiş Türk milleti de diğer toplumlar gibi hastalıkların nedenlerini farklı bakış açılarıyla ele almıştır. Öyle ki hastalıklara çözüm yöntemlerini geliştirmiş ve geleneksel Türk tıbbi sisteminin oluşmasını sağlamışlardır. Türkler Orta Asya'dan Anadolu'ya Afrika'ya ve Avrupa'ya kadar uzanan medeniyet serüveninde kurucu rol oynamıştır. Bu süreçte birçok salgın hastalıkla da haşır neşir olmak zorunda kalmıştır. Kadim Anadolu ise hem sosyokültürel hem de politik açıdan birçok milletin konargöçer olarak uğradığı bir konumu teşkil etmesi sebebiyle birçok millete ev sahipliği yapmış, insani ilişkilerle kurulan toplumsal bağı güçlendirmiştir. Anadolu'ya farklı coğrafyalardan gelen birçok topluluk kültür, dil, din, sanat gibi toplumsal değerlerin yanı sıra hastalıkları da beraberinde getirmişlerdir. Yaşanan zorlu süreçte insanların hastalıklarla mücadelede başvurduğu etkili yöntemlerden biri de Türk tıbbıdır. Türkler, tarihsel ve kültürel bilgi birikiminin sağladığı kaynakla hastalıkların sağaltılmasında tecrübeye sahip olan bir millettir. Günümüz dünyasında da halen birçok salgın hastalıkta eski geleneksel değerlere dayanan çeşitli majik yöntemlere başvurulmaktadır. Bu yöntemlerin temelinde ise Türklerin inanç unsurları oldukça etkili olmuş ve halen de etkisini sürdürmektedir. Bu sebeple Türk kültüründe halk hekimliği olarak da nitelendirilen sağmalcıların dün olduğu gibi bugün de geleneksel tedavi sistemlerinin nesilden nesille aktarılmasında payları büyüktür. Orhan Türkddoğan, Türklerin sosyal ve kültürel hayatında 'geleneksel tıp' olarak bahsedilen halk hekimliği uygulamalarının tarihsel geçmişi, doğa olayları ile yapılan mücadelelere dayandırmaktadır. Özellikle Türklerin salgın hastalıklarla başa çıkmalarında sihir ve büyü'nün önemli bir yeri olduğunu belirtmektedir. Eski çağlarda hastalıkları sebebini anlamayanlar, ne olduğuna kanaat getiremeyenler hastalıktan kurtulmak için sürekli bir arayış içerisine girmişlerdir. Bu nedenle sağaltıcılara yani şaman olarak isimlendirilen kesime müracaat etmişlerdir (Tekel, 2020, ss. 819-822).

Geleneksel Türk tarihinde uygulanan ilk hekimlik modellerinden biri de hipnotize tedavi sistemidir. Herhangi bir hastalığa yakalananlar ritim, müzik ve dansın etkisiyle tedavi edilmeye çalışılmıştır. Kötü ruhları vücuttan atmak için hastalar hipnotize tedavi sisteminde kullanılan hızlı, yavaş, sert, yumuşak melodilerle morallendirilmiştir. Batı toplumları herhangi bir salgın hastalık sürecinde ruh sağlığı bozulanları hasta olarak kabul etmemiştir. Batılı toplumların aksine Türkler ise ruh

sağlığına ve ruh tedavilerine büyük önem vermiştir. Müzikle geleneksel tedavi uygulamalarını bilinçli bir biçimde ilk uygulayan toplum Türklerdir. Müzikle tedavi uygulamaları Türklerin yaşantısında yaklaşık 6000 yıl öncesine dayanır. Hoca Nasır Musa, Keyhüsrev vb. Arap bilginleri ile beraber Farabi ve Tabip Şuuri'nin, geleneksel tıp anlayışı olarak benimsedikleri müzikle tedavi üzerine çalışmaları olduğu bilinmektedir. Bunların çoğu 'müzikten anlamayan bir hekimin tıp alanında da başarılı olması çok nadirdir' diyerek müziğin önemini vurgulamışlardır. Ayrıca Türk tıp dünyasının önemli şahsiyetlerinden İbn Sina da Kitabü's Şifa eserinde; "tedavinin en iyisi, hastanın aklî ve ruhî güçlerini müzikle tedavi etmektir" demiştir. Birçok defa hastalıkla mücadele etmek, hastalığın üstesinden gelmek için hastaya musiki dinletmenin elzem olduğunu belirtmiştir (Erer- Atıcı, 2010, ss. 29-32).

Türk toplumunda geçmişten beri kullanılan geleneksel tedavi yöntemlerinden bir diğeri de apiterapi uygulamasıdır. Apiterapi ile birlikte kupa ve sülük uygulaması da uzun zamandan beri kronik hastalıklarda uygulanmaktadır. Ayrıca birçok derde deva olan ve birçok salgın hastalıkla başa çıkma manasında kullanılan fitoterapi uygulaması önemli bir yer tutmaktadır. Türk toplumunda halkın teveccüh gösterdiği geleneksel tedavi sistemleri elbette yukarıda zikredilen uygulamalarla sınırlı kalmamaktadır. Türkler eskiden beri şifalı sularla tedavi yöntemlerini uygulamaktadır. Türkler cüzzam ve sedef gibi deri hastalıklarında şifalı su kaynaklarından ve şifalı topraklardan faydalanmışlardır. Herhangi bir salgın hastalık sonrasında kas ağrıları, kireçlenme, romatizma ağrılarının önüne geçilmesinde şifalı sular ve topraklar etkili olmuştur. Bu tedavi uygulamalarıyla insanlar stres ile kolayca baş edebilmiştir. Nezle, grip veya vücut ateşinin yükseldiği durumlarda hamama girmek, terleyerek mikropları atmak da Türkler için oldukça popüler bir uygulama olmuştur. Veba, kolera, çiçek salgını gibi hastalıklarda mikropların vücuda yerleşmesi sonrasında hamama girilerek terleme ile mikropların vücuttan atılmaya çalışılması kuvvetle muhtemeldir. Günümüzde uzmanların bütün uyarılarına rağmen Türk halkının uyguladığı geleneksel tedavi yöntemlerinden biri de bel fıtığı tedavisi için başvuru bel çektirmedir. Tıpkı bel çektirme gibi oldukça tehlikeli bir yöntem olan ve birçok insanın hayatına mal olan geleneksel tedavi uygulamalarından bir diğeri de Türk kültüründe kırık ve çıkıkçılardan yaygın bir şekilde tercih edilmesidir. Türklerde uygulanan geleneksel tedavi sistemleri arasında eskiden beri yaygın olan ve halen de yüksek oranda rağbet gören inançla tedavi yöntemi de oldukça popülerdir. Başa gelen herhangi bir talihsiz olay sonrasında olup biten nazarla ilişkilendirilir. Kötülüklerden korunmak ve kem gözlerden kurtulmak için kurşun döktürme, okuyup üfleme (Rukye) gibi yöntemlere başvurulmaktadır. Felçli kalmamak, akıl sağlığını kazanmak vb. bazı uygulamalarda türbeler insanlar için ümit ışığı olmuştur. Türbe ziyaretleri de inanç sistemine dayalı geleneksel tedavi uygulamalarından birisidir. Türbe ziyaretlerinden sonra adak kesmek, yerel düzeyde tanınırlığı olan âlimlerden dertlerine deva bulmak manasıyla muska yapmak da halen başvuru yöntemler arasındadır. Herhangi bir amansız hastalıkta vücut bağışıklığını artırmaya yönelik şeyhler veya mollalar tarafından fitoterapik uygulamalarla (bitkisel karışımlar) hazırlanan farmakolojik karışımların şifalı olduğuna inanılmaktadır. Bu karışımlar sayesinde mikropların bedenden kolayca atıldığı düşünülmektedir (Yılmaz, 2020, ss. 941-953).

Covid-19'un ortaya çıktığı ilk zamanlarda, dünyanın en gelişmiş ülkeleri arasında görülen İngiltere, Almanya, ABD gibi ülkelerde bitkisel ilaçlar sıklıkla kullanılmıştır. Türkiye'de de Covid-19 sürecinde GETAT uygulamasının bir parçası olan geleneksel tedavi yöntemlerinden sıklıkla faydalanılmıştır (Keten, 2022, ss. 109-114).

## 5.2. Çin Tıbbı

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), geleneksel tıp (GT) kavramına şu şekilde açıklık getirmektedir; “Hastalıkları tedavi etmek ya da önlemek için tek başına ya da başka tedavilerle beraber uygulanan; bitki, hayvan ve/veya mineral kaynaklı ilaçlar, ruhsal tedaviler, manuel teknikler ve egzersizler gibi farklı yöntemler içeren sağlığa ilişkin uygulamalara verilen addır.” Çin Halk Cumhuriyeti’nin geleneksel tıp uygulamaları arasında en iyi bilinen tedavi sistemleri akupunktur ve moksa (moxibustion) bitkisel tedavilerinin yanı sıra masaj uygulamalarının da önemli bir yeri vardır. Günümüzde geleneksel Çin tıbbı tedavisi Kore, Japonya, Vietnam, Tayvan gibi Uzak Doğu ülkelerinde halen oldukça yaygın kullanılmaktadır. Geleneksel Çin tıbbı, her ne kadar günümüzden 3.000 yıl öncesine dayansa da halk arasında popülaritesini korumaktadır. Günümüzde Çin halkının yaklaşık yüzde 40’ı herhangi bir salgın hastalık esnasında bu tedavi sistemlerinden aktif bir şekilde faydalanmaktadır (Ekmekçi, 2018, ss. 132-145). Geleneksel Çin tıbbının en büyük önemi hasta ve hastalığın semptomlarını bütüncül bir şekilde ele almasıdır. Geleneksel tedavi sisteminde kullanılan ilaçların tedavideki rolleri Yin Yang ve Wu Xing’in beş unsur teorisi (metal, tahta, su, ateş ve toprak) içerisinde ele alınmaktadır. Teoride bu beş madde arasındaki etkileşimin insan vücudu üzerindeki işlevsellikleri temsil edilmektedir. Çin tıbbında etkili olan kültürel ürünler, droglar, baharatlar ve elle yapılan terapilerin yanı sıra akupunktur ve moksa gibi egzersizler de nefes almayı kolaylaştırmaktadır. Her bir yöntem için uygulanan teknikler hususidir. Bu teknikler, Çin’in maruz kaldığı birçok salgın hastalık döneminde insan vücudunda beliren semptomları azaltmak için de kullanılmıştır. Bu yöntemler sayesinde hastalar, salgın hastalıkla kolayca baş etme imkânı elde etmişlerdir (Arslan vd. 2016, ss. 100-105). Geleneksel Çin tıbbında, insanoğlunun karşılaştığı hastalıklar vücudun hassas noktalarında meridyen şeklinde nitelendirilir. İnsanlardaki hastalıkların ortaya çıkmasının ana sebebi meridyenlerdeki yaşam enerjisini oluşturan kanalların rutin işleyişinin aksamasıdır. Akupunktur tedavi yöntemiyle vücuttaki meridyenlerin belli noktalarına iğne batırılarak vücudun kaybettiği enerji yeniden açığa çıkarılır. Vücudun sönmek üzere olan enerjisi uyarılarla tekrar canlanır. Bu uyarılardan sonra vücudun enerjisi kendi kendini toparlamaya başlar (Kavaklı, 2010, ss. 1-4).

Herhangi bir salgın hastalıkta eklem ağrıları, kusma, ishal, bulantı, halsizlik belirtilerinin görülmesi kuvvetle muhtemeldir. Bu semptomların görüldüğü salgın hastalık sürecinde geleneksel tıbbi uygulamalardan biri olan akupunkturun sinir sistemini düzenlemekle görevlendirildiği söylenilebilir. Ağrıyı azaltma özelliğinden dolayı akupunktur halk arasında sıklıkla başvurulan bir yöntemdir. Çin başta olmak üzere, Uzak Doğu Asya ülkelerinde binlerce yıldır bu tedavi sistemi hastalıklarla başa çıkma adına uygulanmaktadır (Ploeg-Xiaboin, 2009, ss. 26-33). Geleneksel Çin Halk Hekimliğinde akupunkturun yanı sıra binlerce yıldır uygulanan diğer bir tedavi yöntemi de ‘moksa’dır. Moksa, enfeksiyon oluşturan zararlı bakteriyelleri kapan, derinin üstüne yerleştirilen ince bir çubuğun üzerindeki pamuk parçalarının yakılmasıyla uygulanan bir tekniktir. Her ne kadar Batı’da uygulanan kupa tedavisine benzetiliyor olsa da aslında ikisi birbirinden oldukça farklıdır. Ancak moksa da akupunktur geleneksel tedavi sistemi gibi Qi’nin ana meridyenlerindeki hayati noktaların harekete geçirilmesini amaçlamaktadır. Moksa tedavisinde pelin otu yakılır ve hassas çubuklar aracılığıyla elde edilen pelin otu bitkisinin dumanı cilde enjekte edilir. Bu uygulama aslında şifalı bitkilerden buhurdan oluşturularak mikropların bedenden atılması yöntemidir. Moksa tedavisinde temel amaç, kan basıncı ve kan akışını harekete geçirmektir. Bununla beraber moksanın ishali durdurmaya, kronik eklem ağrıları geçirtirmeye, mide ağrılarına ve mide kramplarına iyi geldiği de söylenilir. Çin’in devasa nüfusu düşünüldüğünde, insanların herhangi bir salgın hastalık esnasında nitelikli ve elverişli sağlık hizmetlerine ulaşmasının pek mümkün olmadığı bilinmektedir. Akupunktur ve moksa tedavisiyle insanlar kendilerini daha dinç ve daha sağlıklı

hissetmişlerdir. Bu geleneksel yöntemler sayesinde insanlar asırlardır gündelik hastalık veya salgın hastalıklarla baş etmeye çalışmışlardır (Pandev et al., 2013, ss. 1-11).

### 5.3. Hint Tıbbı

Hindistan Yarımadası, köklü bir geçmişe sahip geleneksel tıbbi tedavilere ev sahipliği yapan geniş şifalı bitkileri kapsayan bir depodur. Asırlardır Hindistan'ın sağlık sistemi ile sentezlenen alternatif ilaçlar (droglar), mineraller ve organik maddeler elde edilmektedir. Bitkisel ilaçların hazırlanmasında kırsal nüfusun en az yüzde 70'i ayurvedik geleneksel tıp sistemine bağlıdır ve bu bitkisel formülasyonlar ile şifa aramaktadır. Ayurveda'nın gerçek manası "yaşam bilimi"dir (Pandey et al., 2013, ss. 1-11). Ayurveda geleneksel tedavi sisteminde amaç; insanın vücut, zihin ve ruh üçlüsünü bir arada sıhhatli tutmaktır. Herhangi bir hastalık belirtisi oluştuğunda asıl amaç bu belirtileri temizlemek değil, hastalığın ortaya çıkış sebebinin açığa çıkarmak ve hastayı hastalıktan kurtarmaktır. Bu hastalıktan kurtulmak için vücudun temizlenmesinde ve yenilenmesinde doğal karışımlara yani droglara ağırlık verilmektedir. Ayrıca tedaviyi tamamlayıcı bazı geleneksel teknikler (diyet, masaj, yaşam stili değişikliği) de uygulanmaktadır. Vücudun savunma mekanizmaları mikrop ve bakterilere karşı güçlendirilir, bireyin sağlıklı bir yaşam sürmesi sağlanır. Ayurveda geleneksel tedavi sistemi Budizm'in kurucusu Buda tarafından da tavsiye edilmiştir. Dini bir yönü olması vesilesiyle de birçok tedavi sisteminde korkusuzca tercih edilmiştir. Buda'nın tavsiyeleri sonrasında bu tedavi sistemi kutsal kitaplara da konu olmuştur. Gerek hastalık gerekse salgın hastalıklarda bu tedavi sistemi kullanılarak hem hastalıkla başa çıkma hem de dini başa çıkmaya çalışılmıştır (Talhaoğlu, 2021, ss. 16-29).

Hindistan'da yaygın olan bir diğer geleneksel tedavi sistemi ise Yoga'dır. Yoga'nın kavramsal arka planının tarihsel kökeni antik çağlara dayanmaktadır. Her ne kadar pek çok insan yogayı bir bitki veya bir ağaç gibi düşünse de yoga zihinsel, fiziksel ve ruhsal iyi oluşun doğal halidir. Herhangi bir sağlık problemi esnasında insanların öze yönelmesinde aracı olan, insanlara huzur ve keyif veren, erdemli bir sanat yolu ve davranışsal bütünlüklerdir. Yoga, herhangi bir zorlu yaşam olayında kişileri stresten uzaklaştırmak için fiziksel egzersizler, nefes alma teknikleri, gevşeme, meditasyonel farkındalıklarla hastaları sakinleştirir. Yoga, kaygının azaltılması ve kişinin yaşam kalitesinin daha fazla artırılması adına uygulanan tekniklerin bütünüdür. Bu teknikler ile metabolik kan basıncı düzene girer. Kısacası Yoga, kaygı ve stresle başa çıkma adına hastaların motivasyonlarını farklı yöntemlerle iyileştirme sanatıdır (Ghosh, 2022, ss. 25-29). Bu iyileştirme sanatı, asırlardır salgın hastalıklar ve diğer hastalıklarda vücuda güç vermekte, zihni sakinleştirmektedir. Bu uygulama ile birlikte insanlar stres, kaygı ve depresif davranışlardan kaçınır. Yani yoga meditasyonları hastalara hem fiziksel hem de ruhsal olarak iyi bir ruh hali kazandırmaktadır. Nitekim çok yakın tarihte ortaya çıkan ve uygulanan sıkı karantina tedbirleriyle milyonlarca insanda fiziksel ve ruhsal çöküş meydana getiren Covid-19 salgınında, insanların en çok tercih ettiği geleneksel tedavi yöntemlerinden biri de yoga olmuştur.

### 5.4. Mısır Tıbbı

Geleneksel tedavi yöntemlerini sahada en çok uygulayan medeniyetlerden bir diğeri de Mısır Uygarlığıdır. Mumyalama yöntemlerinin kullanılma sıklığı ve gelişiminin artmasıyla beraber Mısır Uygarlığı tıbbi uygulamalarda çağının ötesinde teknikleri insanlık mirasına katmıştır. Ünlü tarihçi Herodot'un övgüyle bahsettiği Mısır tıbbıyla ilgili şu sözleri bunu kanıtlar niteliktedir: "Ayda bir defa üç gün, içlerini temizlerler. Alttan ve üstten çıkarıcı ilaçlar ve çareler kullanırlar. Çünkü onlara göre bütün hastalıkların kaynağı besleyici maddelerdir." (Sir Gavaz & Masalçı Şahin, 2021, ss. 302-303) Günümüzde dünyanın birçok ülkesinde yürütülen bilimsel çalışmalar, müze ve arşiv araştırmaları eski Mısır

papirüslerinden faydalanmaktadır. Papirüsler aracılığıyla geleneksel tıp biliminin geliştiği Eski Mısır'daki uygulamalar açığa kavuşturularak güncelliğini korumaktadır. Bu papirüslerden elde edilen bazı bilgilere göre geleneksel tedavi uygulamalarının başında kupa tedavisi yer almaktadır. Kupa tedavisi dünyanın farklı coğrafyalarında, konvansiyonel hastalıklarla ya da kronik hastalıklarla başa çıkılması adına yoğun bir şekilde tercih edilmektedir. Kupa tedavisi, günümüzde hacamat olarak nitelendirilen tedavi yöntemine oldukça benzemektedir. Kupa tedavisi kuru bir şekilde tercih edilirken hacamatta ise daha çok enfeksiyonel alanın çiziklerle deşilmesi ve yoğun bir kıvama sahip kirli kanın bedenden atılmaya çalışılmasıdır (Okumuş, 2016, ss. 370-382).

Mısır'daki birçok lahitin üzerinde kupa terapisini yansıtan resimler bulunmaktadır. Araştırmalara göre 5000 yıl öncesine dayanan bu lahithler nedeniyle, kupa tedavisinin de 5000 yıllık bir geçmişe sahip olduğunu söylemenin haklılık payı mevcuttur. Kupa tedavisi vücuda negatif basınç uygulanarak yapılır. Bu basınç; bambu, çömlek, plastik, cam gibi materyaller aracılığıyla sağlanır. Cam veya bambudan yapılmış kupaların içine kâğıt, pamuk veya bitkisel aromatik özelliği olan nesnelere ateşle yakıldıktan sonra vakumlanır. Bilimsel olarak her ne kadar etki mekanizması net bir şekilde ortaya konulmamış olsa da bu yöntemin tansiyonu dengelediği, kireçlemeyi önlediği, baş ve eklem ağrılarına, sinirsel hastalıklara iyi geldiği öne sürülür. Anlaşıldığı üzere kupa tedavisi, asırlardır hem Mısır hem de diğer medeniyetler tarafından hastalıklarla başa çıkma adına kullanılmaktadır. (Çiftçi, 2019, ss. 22-28).

### 5.5. Arap Tıbbı

Unani Tıp diğer bir adıyla Yunani Tıp şeklinde de isimlendirilen bu geleneksel tedavi sistemi Greko-Arap Tıbbı olarak da bilinmektedir (Arslan vd., 2016, ss. 101-105). M.Ö. VI.-V. yüzyıllarda Hipokrat'ın temelini attığı bu teori daha sonrasında Galen'in geliştirmesiyle özgün bir tedavi sistemi haline dönüşmüştür. "Unani Tıp" teorisi, herhangi bir hastalığın tanısında veya tedavisinde vücut sıvılarının (humor) mükemmelliğini vurgulamaktadır. Diğer bir şekilde "Humoral Patoloji Teorisi" olarak da bilinen bu geleneksel tedavi sistemi sağlık ve hastalık durumunu, vücutta bulunan sıvılar (humor, hilt) arasındaki dengenin işlevselliğiyle ilişkilendirir. Vücutta bulunan bu sıvıların denge unsurunun bozulması yani az veya çok olması beraberinde "sevda-i hastalıklar" olarak da bilinen hastalıkları meydana getirir. İnsan vücudundaki önemli dört sıvı olarak bilinen "kan, balgam, safra (sarı safra) ve sevda (kara safra), evreni oluşturan dört temel madde olan hava, su, ateş ve toprağın vücuttaki karşılığıdır." Evrende bulunan her elementin aslında insan vücudunda bir karşılığı ve özelliği vardır. Bununla beraber her elemente veya her humora karşılık gelen doğal seleksiyon örnekleri bulunmaktadır. Mevsim, gezegen, burç, renk, organ vb. örnekler vardır. Unani Tıp çağlardan beri hastalıkları geleneksel yöntemler vesilesiyle önlemeye çalışmıştır. Bu tedavi sisteminde nabız ölçümü, idrar dışkıları, ritim ve bağışıklık muayeneleri yapılır. Örneğin; idrar veya dışkının renk, koku, sindirim hali bir cam şişe içerisinde analiz edilir. Bu geleneksel tahlil yöntemi sayesinde hastalığın neden kaynaklandığı tespit edilir. Sonrasında ise geleneksel tedaviler sıralanır. Tedavi önerileri arasında daha çok bitkisel ürünler ve hayvansal ürünler yer alır. Hastalar üzerinde uygulanan fiziksel cerrahi örnekleri arasında, kan alma yöntemleri ve yakı usulleri de vardır. "Unani Tıp" Hindistan, Fas, Cezayir, İran gibi ülkelerde salgın hastalıklarla başa çıkma adına yaygın bir şekilde tercih edilmiş ve İslam-Arap tıbbının temelini oluşturmuştur (Acar, 2023, ss. 65-74).

## 5.6. Japon Tıbbı

Japonya'da geleneksel tıp anlayışı Kampo ile özdeşleşmiştir. Japon halkının ulusal sağlık sigortası olarak görülen bu tedavi sisteminin tarihsel arka planı 1500 yıl öncesine dayanır. Kampo'da zihinsel olarak bütünsel bir terapötik yaklaşım sergilenir. Terapötik yaklaşımın amacı, insan vücudundaki semptomları hafifletmek ve vücuttaki uyumsuzluğu gidermektir. Kampo tıbbı, "Ki" (Qi) kavramı veya hayat enerjisi ile bütünleşmiştir. Günümüzde halen ABD, Japonya, Kanada, Çin ve birçok ülkede allopatik Kampo tedavi sistemi kullanılmaktadır. Bu yöntem en az 150 adet bitkisel ilaç ile oluşturulan droglarla gerçekleştirilir. Bu droglar hastanın yaralarına sürülmektedir. Drogların mükemmel ağrı kesici özellikleri bulunmaktadır. Kampo tedavisinden önce Japonlar, hastalıklarla başa çıkmada Çin tedavi yöntemlerini uygulamışlardır. Ancak zaman içerisinde Çin ile gerek politik gerekse ekonomik ilişkilerin sertleşmesi, bitkisel drogların pahalılaşması, Japon halkını kendi kültürleriyle bütünleştiren bu tedavi sistemine sürüklemiştir. Japon Sağlık Bakanlığı tarafından halen birçok salgın hastalıkta geleneksel tedavi sistemi yani Kampo ilaçları kullanılmaktadır. Kampo yöntemi kullanılarak hazırlanan karışımların günümüz çağında özellikle deri hastalıklarıyla mücadelede oldukça rağbet gördüğü söylenebilir. Ayrıca astım, kronik hastalıklar, akciğeri temizleme, kas ve iskelet ağrılarını dindirme, stres giderici yönleri de bulunmaktadır. Hastalıklar üzerindeki etkililiği sebebiyle Kampo, Japon halkı tarafından sıklıkla kullanılmaktadır (Watanabe, 2011, ss. 1-13).

## 5.7. Afrika Tıbbı

Geleneksel Afrika Tıbbı yüzyıllardır milyonlarca insanın derdine derman olmaktadır. Geleneksel Afrika Tıbbı, Nijerya, Kenya, Cezayir, Fas gibi ülkelerde hem ruhsal hem de fiziksel hastalıklarla başa çıkmada tercih edilmektedir. Bitkisel tıbbın en çok yaygın olduğu Afrika'da geleneksel tedavi sistemleri modern tıbbi uygulamalardan daha fazla tercih edilmektedir. Afrika geleneksel dini inanışına göre, hastalık veya salgın hastalıkların nedenleri kötü ruha sahip doğaüstü güçlerden yani demonlardan kaynaklanmıştır. Afrika halkı, Sangoma ve Inyanga olarak bilinen geleneksel şifacıların kehanetleri ve büyü tarzında uygulanan dini ritüelleriyle hastalıkla başa çıkmaya çalışmıştır. Bu durum halk hekimliği uygulamalarının güvenilirliğini ve inandırıcılığını artırmıştır. Bu sebeple farklı yerel kabilelerde halk hekimliği uygulamaları aynı şekilde dini ve manevi destekler sayesinde yaygınlaşmıştır. Geleneksel şifacılar Afrika ülkelerinde uzun yıllardan beri hastalıkların tedavisinde hayvansal gıdaları, yabancı bitkileri ve drogları kullanmaktadırlar. Güney Afrika ülkelerinde uygulanan geleneksel tıp sistemleri, halkın yaşama kültürüyle özdeşleşmiştir. Geleneksel tedavi olarak halka hizmet veren köklü bir yöntem vardır. Bu yöntemin adı Muti'dir. Afrika'da 10 ile 20 milyon arasında insanın konuştuğu Zuluca yerel dilinde muti kelimesi 'thi' kökünden türemiştir. Yerel dilde ağaç anlamına gelen bu kelime her daim kutsal görülmüştür. Şifacılar bütün hastalıklarda, baş ağrılarında, eklem ve bel tedavilerinde muti tedavisini uygulamışlardır. Muti ayrıca iştahı artırma ve sinir sistemini düzene koyma özelliğine de sahiptir. Kusmaya karşı oldukça fayda sağlayan ve bağışıklık sistemini güçlendiren muti'nin ayrıca depresyon azaltıcı yönü de vardır. Afrika halkı ilk çağlardan beri muti ağacından hazırladıkları droglarla hastalıklarla başa çıkmaya çalışmışlardır (Ofili et al., 2019, ss. 5-11).

## 5.8. Kore Tıbbı

Geleneksel Kore Tıbbının (TKM) temeli 4000-5000 yıl öncesine kadar dayanmaktadır. Bilim insanları tarafından yapılan araştırmalara göre geleneksel Kore Tıbbının bileşenleri, akupunktur ve sasang tıbbının temel yapı taşlarından etkilenmiştir. Daha açık bir ifade ile TKM, Çin tıbbi teorilerinin Kore kültürüyle sentezlenerek oluşturduğu özgün geleneksel tıp yöntemidir. TKM tedavisinde kişilerin yaşam tarzları, fiziksel yapıları ve ruh sağlıkları bütünüyle ele alınmaktadır. Bireylerin tedavisinde beden ve zihnin birbirine olan bağılılıkları önemsendir. (Leem- Park, 2007, ss. 3-4). Geleneksel Kore Tıbbı'nın kökeni Hanja Tıbbı'na dayanmaktadır. Hanja tıbbının temel taşları, doğadaki şifalı bitkiler ve farmasötik karışımlardır. TKM, şifalı bitkiler, mineraller, hayvan uzuvları ile elde edilen kombinasyonlarda oluşan terapötik tekniklerdir. Bu karışımlar, Çin ve diğer ülkelerdeki karışımlardan esinlenerek Kore kültürüne özgün bir şekilde halka sunulmuştur. Geçmişten günümüz bilgi çağına kadar Kore halkı pek çok salgın hastalıkla mücadelesini Hanja Tıbbı sayesinde vermiştir (Park et al., 2012, ss. 1-9). Bu yöntemlerin dışında TKM sistemi, bazı manuel teknikleri de kapsamaktadır. Örneğin chuna masajı bu tekniklerden biridir. Chuna masajı ile birlikte kas iskelet sistemini etkileyen patolojik rahatsızlıkların önüne geçilir. Bu nedenle Chuna masajından sonra kan akışı ve vücut aktivasyonu dengeye girer. Akabinde ise hastaların hem solunum hem de motor fonksiyonlarında iyileşme görülür (Tae, 2013, s. 58).

## Sonuç ve Öneriler

Geleneksel tedavi sistemleri insanlığın bir kültür mirası olarak modern tıp ile asırlardır yarışır vaziyettedir. Geleneksel tıp, halk hekimliği, kocakarı veya yakın dönemde GETAT şeklinde ifade edilen uygulamalar çoğu zaman dini inanç ve sembolik değerlerle bütünleşmiştir. Bu tedavi uygulamaları hastalıkları ele alırken hastalığı sadece bir açıdan ele almazlar. Hastalıkların mahiyetlerine yapılacak tıbbi müdahaleler toplumsal ve dini değerlere göre şekillenirler. Her ne kadar birçok insan tarafından geleneksel tedavi uygulamaları batıl inanç, çağ dışı ve güvenirliliği zayıf olan uygulamalar olarak tartışılrsa da geleneksel tedavi sistemleri hastalık zamanında oldukça sıradan ve kolay bir şekilde elde edildikleri için günümüzde bile hala aktif bir şekilde kronik ve enfeksiyonel salgın hastalıklarda tercih edilmektedirler.

Veba, cüzzam, kolera, sıtma, çiçek gibi salgın hastalıkların yanı sıra Covid-19 sürecinde de insanların hastalıkla başa çıkma adına; Çin ve Uzak Doğu ülkelerinde akupunktur, Tibet tıbbı, Hindistan'da yoga ve fitoterapi gibi geleneksel tedavi yöntemleri oldukça rağbet görmüştür. Türkiye'de ise Covid-19 sürecinde ayrıca müzikterapi, apiterapi, homeopati, osteopati ve sülük gibi geleneksel tedavi uygulamalarının yanı sıra metafizik olgular, dinsel- büyüsel pratikler, kurşun dökme, şifalı su içme, rukye, türbe ziyaretlerine de ilgi artmıştır. Bu sonuçlardan yola çıkarak insanların hastalıklarla geleneksel yöntemlerle başa çıktıkları gibi dini yöntemlerle başa çıkmaya çalıştıkları söylenebilir.

Geleneksel tedavi sistemleri veya GETAT olarak da ifade edilen uygulamalarına yönelik ilaç sektörü gittikçe evrenselleşmekte ve popülerleşmektedir. Ancak bunlarla birlikte geleneksel tedavi sistemlerine yönelik itibarsızlık, kültür istismarlığı, damgalanma ve hatta kültürel bastırma gibi problemlere rastlamak da mümkündür. Asırlardır devam eden geleneksel tedavi uygulamalarının eskiden olduğu gibi günümüzde de her zamankinden daha fazla bir işleve sahip olduğu savunulabilir. Nitekim yakın zamanda ortaya çıkan ve dünyada 5 milyon insanın ölümüne neden olan Covid-19 salgınına, dünyanın pek çok yerinde geleneksel tedavi uygulamaları sayesinde şifa aranmıştır. Bu da

gösteriyor ki bilgi çağında bile geleneksel tedavi uygulamalarının etkisi gittikçe artmaktadır. Bununla birlikte GETAT uygulamaları, dünyanın pek çok ülkesinde devlet eliyle sağlık kurumlarında bilimsel tıbbın yükünü son derece hafifletmektedir. Bu sebeptendir ki GETAT uygulamaları devlet tarafından kurumsal olarak desteklenmelidir. Ayrıca bu uygulamaların devam ettirilmesi için üniversitelerde ilgili bölümlerin müfredatında seçmeli ders olarak yer verilmelidir. Dolayısıyla geleneksel tedavi yöntemlerine artan ilgi gibi sert eleştiriler de bundan sonra devam edecektir.



## Kaynakça

- Acar, V., Sarıtaş, E. & Örnek Büken, N. (2023). Çağatay Türkçesi Tıp Eserlerinde Humoral Patoloji Teorisi Üzerine Bir İnceleme. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 13 (1), 65-74. DOI: 10.31020/mutftd.1182264
- Ahmadi, F., Khodayarifard, M., Zandi, S., Khorrami-Markani, A., Ghobari-Bonab, B., Sabzevari, M., & Ahmadi, N. (2018). Religion, culture and illness: A sociological study on religious coping in Iran. *Mental Health, Religion & Culture*, 21(7),721-736
- Arslan, M., Şahne, B. S. & Şar, S. (2016). Dünya'daki Geleneksel Tedavi Sistemlerinden Örnekler: Genel Bir Bakış. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 6 (3), 100-105. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/mutftd/issue/43178/523734>
- Ayten, A., & Sağır, Z. (2014). Dindarlık, Dinî Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47(47), 5-18.
- Bagwana, P. (2015). Indigenous Knowledge of Traditional Medicine: Answering the Question of Knowledge Acquisition and Transmission Among the Traditional Health Practitioners in Uganda. *Antropoloji*, (30), 13-32.
- Baysal, S., & Taş, K. (2022). Covid-19 Pandemisi ve Dijitalleşme: Aile, Eğitim ve Din Kurumları Üzerine Sosyolojik Bir Çözümleme. *Journal of social sciences (1306-7877)*, 32, 101-111.
- Bingöl, M. (2020). Katillerin Katili Salgın Hastalıklar, *Kadim Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, C. 4, S.1, s.101-105.
- Bulut, İ & Koç A. (2022). Covid-19 Salgını ve İnanç İlişkisi, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, C.22, S. 1, s. 285-297.
- Çapcıoğlu, İ. (2020). Pandemi Süreciyle 'Başa Çıkma'ya Yönelik Stratejiler. *Dini Araştırmalar*, 23(57), 271-274.
- Çiftci, M. M. (2019). Kupa Tedavisi ve Klinik Uygulamalar. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, 3, 22-28.
- Ekmekci, P. E. (2018). 3.000 Yıl Öncesinden Günümüze Geleneksel Çin Tıbbı; Tarihi, Bugünü ve Geleceği. *Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi*.
- Erer, S. & Atıcı, E. (2010). Selçuklu ve Osmanlılarda Müzikle Tedavi Yapılan Hastaneler. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 36(1),29-32. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/uutfd/issue/35281/391528>
- Ezekwesili-Ofili, J. O., & Okaka, A. N. C. (2019). Herbal medicines in african traditional medicine. içinde P. F. Builders (Ed.), *Herbal Medicine*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.80348>
- KOENİG, H. (2019). Din ve Tıp I: Tarihsel Arka Plan ve Ayrışma Nedenleri. *Antakiyat*, 2(2), 281-296.
- Gencer, N., & Cengil, M. (2022). Birey, Toplum ve Din. Çamlıca Yayınları.
- Ghosh, S. (2022). Yoga Education: A New Perspectives on Yogic Lifestyle and Well Being, *International Journal of Creative Research Thoughts*, 10(5), s. 25-29.
- Gülerce, H., & Maraj, H. A. (2021). Resilience and hopelessness in Turkish society: Exploring the role of spirituality in the COVID-19 pandemic. *Journal of Economy Culture and Society*, (63), 1-15.
- Gürsu, O., & Bayındır, S. (2021). Covid-19 hastalığını geçiren sağlık çalışanlarının başa çıkma sürecinde din ve maneviyat. *Turkish Academic Research Review*, 6(1), 181-220.
- Park, H.-L., Lee, H.-S., Shin, B.-C., Liu, J.-P., Shang, Q., Yamashita, H., & Lim, B. (2012). Traditional medicine in china, korea, and japan: A brief introduction and comparison. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2012, 1-9. <https://doi.org/10.1155/2012/429103>
- Leem, K. H., & Park, H. K. (2007). Traditional Korean Medicine: Now and the Future. *Neurological Research*, 29(sup1), 3-4.

- Kaplan, M. (2020). Covid-19: Küresel Salgın Sürecinde Geleneksel ve Tamamlayıcı Tedavi Uygulamaları. *Milli Folklor*, 16(127), 35-45.
- Kavaklı, A. (2010). Akupunktur. *Fırat Tıp Dergisi*, 15(1), 1-4.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Pandey, M. M., Rastogi, S., & Rawat, A. K. S. (2013). Indian traditional ayurvedic system of medicine and nutritional supplementation. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2013.
- Mollahaliloğlu, S., Uğurlu, F. G., KALAYCI, M., & Öztaş, D. (2015). Geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarında yeni dönem. *Ankara Medical Journal*, 15(2).
- Okumuş, M. (2016). Kupa Tedavisi ve Hacamat. *Ankara Medical Journal*, 16(4).
- Said, S. A. M. İ. (2021). Covid-19 Nedeniyle Yakınlarını Kaybeden Bireylerde Yas Süreci ve Dini Başa Çıkma. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, (55), 421-444.
- Keten, H. S., Akbayram, H. T., & Erkan, Ö. F. (2022). Covid-19 Pandemisinin Türkiye’de Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarına Yönelik Google Trends Aramalarına Etkisi. *Acta Medica Nicomedia*, 5(3), 109-114. <https://doi.org/10.53446/actamednicomedia.1129508>
- Park, T. Y., Moon, T. W., Cho, D. C., Lee, J. H., Ko, Y. S., Hwang, E. H., ... & Shin, B. C. (2014). An introduction to Chuna manual medicine in Korea: History, insurance coverage, education, and clinical research in Korean literature. *Integrative Medicine Research*, 3(2), 49-59.
- Talhaoğlu, D. (2021). Geleneksel ve tamamlayıcı tedavi uygulamaları. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbi Dergisi*, 3(1), 16-29.
- Tekel, F. (2020). Halk Hekimliğinde Sağlıkçılar. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(27), 819-840.
- Uysal, V., Göktepe, A. K., Karagöz, S., & İlerisoy, M. (2017). Dinî Başa Çıkma ile Umut, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 52(52), 139-160.
- Ünal, M., & Dağdeviren, H. N. (2019). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemleri. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 8(1), 1-9.
- Vanderploeg, K., & Yi, X. (2009). Acupuncture in Modern Society. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 2(1), 26-33.
- Watanabe, K., Matsuura, K., Gao, P., Hottenbacher, L., Tokunaga, H., Nishimura, K., ... & Witt, C. M. (2011). Traditional Japanese Kampo medicine: clinical research between modernity and traditional medicine—the state of research and methodological suggestions for the future. *Evidence-based complementary and alternative medicine*, 2011.
- Yılmaz, S. (2020). Türk Toplumunda Geleneksel Tedavi Yöntemlerinin Faydasına İnanma ve Bu Yöntemlere Başvurma Örüntüleri. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 941-953.