

ASU MANSUR

ŞAMAN  
GÖZÜ  
(KHAM KARAK)



DESTEK YAYINLARI: 668  
KİŞİSEL GELİŞİM: 160

**ASU MANSUR / ŞAMAN GÖZÜ**

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

*İmtiyaz Sahibi:* Yelda Cumalioğlu  
*Genel Yayın Yönetmeni:* Ertürk Akşun  
*Yayın Koordinatörü:* Özlem Esmergül  
*Editör:* Devrim Yalkut  
*Kapak Tasarım:* İlknur Muştu  
*Sayfa Düzeni:* Cansu Poroy  
*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Nisan 2016  
1.-11. Baskı: 2016  
12.-15. Baskı: 2017  
16.-17. Baskı: 2018  
18. Baskı: Mart 2019  
19. Baskı: Temmuz 2019  
20. Baskı: Eylül 2019  
21.-22. Baskı: Aralık 2019  
23. Baskı: Şubat 2020  
24. Baskı: Mart 2020  
25. Baskı: Haziran 2020  
26. Baskı: Eylül 2020  
27. Baskı: Kasım 2020  
28.-29. Baskı: Şubat 2021  
30.-31. Baskı: Mayıs 2021  
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-103-0

© Destek Yayınları  
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul  
Tel. (0) 212 252 22 42 – Faks: (0) 212 252 22 43  
www.destekdukkani.com – info@destekyayinlari.com  
[facebook.com/DestekYayinevi](https://www.facebook.com/DestekYayinevi)  
[twitter.com/destekyayinlari](https://twitter.com/destekyayinlari)  
[instagram.com/destekyayinlari](https://www.instagram.com/destekyayinlari)  
www.destekmedyagrubu.com



Deniz Ofset – Çetin Koçak  
Sertifika No. 48625  
Maltepe Mahallesi  
Hastane Yolu Sokak No. 1/6  
Zeytinburnu / İstanbul



ASU MANSUR

Dünyada ilk defa  
gerçek bir Şaman'ın gözünden  
Şamanizm ve ritüelleri

ŞAMAN  
GÖZÜ  
(KHAM KARAK)

Yaratanın teni doğadır.

## İÇİNDEKİLER

GİRİŞ .....	11
-------------	----

### I. BÖLÜM

#### ÜÇ RUH

Sülde .....	15
Süne .....	18
Süne kaçtığında kişide oluşan belirtiler nelerdir?.....	22
Süne nasıl geri çağrılır?.....	23
Özüt.....	25
Özüt söndüğünde oluşan belirtiler nelerdir?.....	27
Özütü güçlendirmek için neler yapılır?.....	28

### II. BÖLÜM

#### DOĞADAKİ TILSIM

“Ruh” ve “iye” arasındaki fark nedir?.....	29
Doğa iyeleriyle güç birliği kurmak .....	31
Doğa iyelerine sunulacak sunular nelerdir ve nasıl hazırlanır?.....	32
Doğa iyeleri için hazırlanacak yemekler .....	32

Dağın iyesi.....	33
Toprağın iyesi.....	36
Ormanın iyesi.....	39
Nehrin iyesi.....	44
Güneşin iyesi.....	52
Ateşin iyesi.....	55
Ay'ın iyesi.....	59
Ay'ın iyесinden nasıl destek alınır?.....	59
Doğanın işaretlerini okumak .....	67
Hayvanların haber verdiği doğa olayları nasıl okunur? .....	68
12 hayvanlı Türk takvimi .....	75
12 Hayvanlı Türk Takvimi'ne göre doğum yılı hesaplama.....	77
Olutların hayvan yılları üzerindeki etkisi .....	85
Mengi nasıl saptanır? .....	88
İç doğanın işaretlerini okumak .....	93
Dış ve iç doğanın etkileri .....	93
Ev kazaları ne söyler? .....	94

### III. BÖLÜM

#### DOĞUM VE ÖLÜM GELENEKLERİ

Doğum Gelenekleri.....	99
Gebe kadının yapması gerekenler.....	101
Gebe kadının yapmaması gerekenler.....	102
Loğusanın yapması gerekenler .....	104

Loğusanın yapmaması gerekenler .....	105
Çocuk kendi ismini nasıl seçer?.....	108
Bebegın korunması için uygulanan ritüeller.....	108
Çocuğın gelişimi için uygulanan ritüeller.....	110
Plasentayla yapılan ritüeller.....	111
Bebegın olutlarla (elementlerle) güçlendirilmesi .....	112
Ateş olutuyla (elementiyle) gerçekleştirilen ritüel.....	113
Su olutuyla (elementiyle) gerçekleştirilen ritüel.....	114
Ağaç olutuyla (elementiyle) gerçekleştirilen ritüel.....	116
Toprak olutuyla (elementiyle) gerçekleştirilen ritüel.....	117
Demir olutuyla (elementiyle) gerçekleştirilen ritüel.....	117
Bebegın şekillendirilmesi ritüeli .....	118
Erken doğumlarda uygulanan ritüeller.....	120
Çocuğuykusunda korumak için uygulanan ritüeller .....	120
Çocuğın ilk adımlarının güçlü olması için uygulanan ritüeller .....	121
Çocuğın giyimiyle ilgili dikkat edilmesi gereken gelenekler.....	122
Anne çocuğuna süt veremediğinde uygulanan ritüeller .....	125
Çocuğın ilk saç kesilirken uygulanan ritüeller .....	125
Çocuğın gür saçlı olması için uygulanan ritüeller .....	127
Çocuğın ilk dişi çıktığında uygulanan ritüeller .....	128
Çocuk ilk kez dışarı çıkarılırken uygulanan ritüeller.....	129
Çocuğın kaçan sünesi (ruhu) nasıl geri çağrılır?.....	130
Ölüm Gelenekleri .....	137

## IV. BÖLÜM

### NAZAR (KÖZ) DEĞMESİ,

### NAZAR BONCUKLARI VE TÜTSÜLER

Köz (göz) değmesi .....	141
Yıkıcı köze maruz kalmış kişide oluşan sıkıntılar nelerdir? .....	144
Sug nazarı .....	147
Til nazarı	
Nazardan arınma ritüelleri .....	148

## V. BÖLÜM

### BÜYÜ VE SİHİR

Büyü ve sihir aynı şey değildir .....	152
Sihir için gerekli olan 6 olut .....	155
Hangi sihir ne zaman ve nasıl gerçekleştirilir? .....	160
Sihir ahlakı .....	166
Sihir uygulaması .....	169
Aşk sihri .....	170
Sihirli şifa ekmeği .....	174
Bozulan arkadaşlığı onarma sihri .....	178
Çocukların dilekleri için uçurtma sihri .....	181
Altın ve gümüş sihri .....	185
Tılsımlı sözler .....	190
Hayvanlarla Şifa ve Tılsım .....	195

## VI. BÖLÜM

TÖLGE.....237

Kham'lar tarafından kullanılan bazı tölge sistemleri .....239

## VII. BÖLÜM

NESNEYE BİLİNÇ VEREREK

DESTEKÇİ TILSIMLAR YAPMAK

Eeren nedir? .....251

Ruhlandırma .....252

## VIII. BÖLÜM

DUYULARIN ORUCU .....254

Görme orucu .....255

Tat orucu .....257

Koku orucu.....259

İşitme orucu .....261

Dokunma orucu .....263

## IX. BÖLÜM

RÜYA.....267

## X. BÖLÜM

ŞAMAN'IN ŞAHSİ İLAÇ DOLABI .....271



## GİRİŞ

Ulu Kayra Han'ın adıyla!

Şu ana dek Şamanizm üzerine yazılan kitapların tümü Şaman'ın kendisi tarafından değil, onu gözlemleyen tarafından yazılmıştır. Her ne kadar Şamanizm'i bilmeyenler açısından iyi birer giriş kitabı sayılsalar da Şamanizm'in içyüzünü ve gerçeğini doğru yansıtamamışlardır. Çünkü Şaman'ı gözlemlerken kendi algılarında oluşan mantık ve hayal gücü çerçevesinden konuya bakmışlardır. Oysaki bir Şaman'ın gözünden hayata bakıldığında ortaya bambaşka bir görüntü çıkar.

Geleneksel Türk Şamanizmi'ni hem aileden gelen kalıtsallıkla hem de Sibirya'da gördüğü eğitim sonucunda Kham (Şaman) olmayı başarmış birinin gözünden yazılan bu kitap, emsallerinden ayrıcalıklı ve özel bir değere sahiptir.

*Kham Karak* dünya üzerinde ilk kez bir Şaman tarafından kaleme alınan ve Şamanizm'i içeriden anlatan bir kitaptır.

Bu kitapta “Şaman” kelimesi yerine çoğu yerde “Kham” sözü kullanılmaktadır. Bu kasıtlı bir yaklaşımdır. Dünya genelinde Şamanizm kavramı birçok kabilenin öğretileri arasında bulunabilir. Geleneksel Türk Khamlığı'nı onlardan ayıran çok önemli bir faktör vardır. O da Geleneksel Türk Khamlığı'nın bir din olmayışıdır. Dinin uygulanış biçimi oluşudur.

Geleneksel Türk Khamlığı tek yaratıcı olan bir dine bağlıdır. Bu dinin adı Töre'dir ve Türeyiş anlamına gelir. Töre'yi kabul eden ve bağlılık gösterenler Törük/Türük/Türk adını taşımaya başlamışlardır. Töre'nin kurallarını ve öğretilerini koruyarak nesillere aktaran kişiye "Kham" denir.

Khamlık, Töre'nin tasavvuf koludur. Bunun içinde ibadet şekillerinin, doğaya olan saygının, toplum içerisindeki edep ve ahlak anlayışının düzenlenmesi, sıhhatin korunması gibi konular da yer almaktadır. Kham kişi bu nedenlerden ötürü Şamanlarla bir tutulmamalıdır. Kitabın bazı yerlerinde "Şamanizm" sözü sadece açıklayıcılık açısından ve okuyucunun kulağında yer edinmiş bir algıyla daha kolay anlaşılabileninden dolayı kullanılmıştır.

"Geleneksel" kelimesinin özellikle kullanılmasının nedeni de Türk Khamlığı'nın ilk halinden hiç şaşmaması ve herhangi bir dinin (Budizm, İslam) etkisi altında kalmadan ilkel haliyle yaşatılıyor olmasıyla bağlantılıdır.

Geleneksel Türk Khamlığı'nın gelenekleri binlerce yıldır varlığını korumaktadır. Bu gelenek, doğayla iç içe geçmiş ruhani güç ve şifaya dayalıdır. Ata mirası, kültürü ve uygulamaları hakkında bilgilendirmeye devam ederek varlığını sürdürür. *Kham Karak*'ın yegâne amacı da budur.

Bu mirası okuyucuda deneyimsel olarak pekiştirmek ve binlerce yıllık kadim geleneklerin kuşaktan kuşağa aktarılmasına destek olmak adına kitapta uygulamalı yöntemlere ağırlık verilmiştir.

Uygulamalar arasında derin bir ilme sahip olmayı gerektirmeyen sihir, tılsım, şifa ve tölge (doğurulan) yöntemleri yer almaktadır. Bunun yanı sıra ataların geleneklerindeki saklı sırlar da, günümüze dek süre gelen kültür mirasının gizemi de aydınlatılmaktadır.

*Kham Karak*'ta özellikle öz Türkçe terimler kullanılmıştır. Nasıl ki her ilmin, bilimin kendine has bir dili ve terminolojisi var ise, Geleneksel Türk Khamlığı'nın da özel bir lügati vardır. Bu sebeple özüne uygun bir kullanım gerçekleştirmek adına öz anlamı teşkil eden kelimeler ve tanımlar kullanılmıştır.

Bu kitap sayesinde on binlerce yılın deneyimini ve bilgisini köklerinize katmanızı dilerim. Bir ağacın kökleri güçlü ve derin ise her türlü zorluğa dayanabilecek güce sahip olur. Kışın en soğuşuna, yazın en kurağına ve fırtınanın en sertine karşı gücünü korur. İnsanın da öyle bir güce ihtiyacı vardır. Bu güç sayesinde hayatın en zor şartlarına karşı, tıpkı bir çınar gibi, dimdik bir duruş sergilenir. Şartlar ne olursa olsun, ona karşı nasıl bir tedbir alınması gerektiği bu güç sayesinde içgüdüsel olarak bilinir.

Deneyim ve bilgi bir kuşun iki kanadı gibidir. Bunun için ise uygulama esastır. Bir Kham yetişirken bilgiden önce deneyim kazandırılır. Deneyimden sonra bilgisi verilir ki deneyimi pekişsin ve ustalığa doğru ilerleyebilsin.

Aynı yöntem bu kitaptan en iyi şekilde faydalanabilmek açısından Kham olarak yetişen bir kişiye ne tür bir yöntem uygulanıyorsa, o türde bir yaklaşımla uygulamalar ve öğretiler sunulmuştur.

Ulu yaratanın izni ve ataların desteği ile *Kham Karak*'ın her okuyucunun özüne güç katmasını ve her daim yoldaş olmasını içtenlikle dilerim.

Yurun!

## I. BÖLÜM

### ÜÇ RUH

Geleneksel Türk Khamlığı'na göre insanların üç ruhu vardır:

1. Sülde
2. Süne
3. Özü

Bu üç ruhtan biri bedenden uzaklaştığında, zayıfladığında ya da yerinden oynadığında kişinin üzerinde bedensel ve ruhsal açıdan birtakım değişimler gözlenir.

#### **Sülde**

Bu ruh, beynin tam orta bölümünde oturur. Bilincin kendisidir. Gözlerin ardından bakandır. Maddi ve manevi açıdan dünya üzerinde göz gezdirenindir. Dili konuşuran, konuşanı dinleyendir. Dilde tadı bilendir, tattırandır. Burunda koklayan, koklatan, kulakta işittiren, duyardır. Deneyimleyen, gülen, ağlayandır...

Dünyaya doğuş gerçekleşmeden önce süldeler, sütgölde

toplanırlar. “Sütgöl” göğün dördüncü katıdır ve doğumdan önce süldelerin toplandığı yerdir.

Doğum anında sülde, bingıldaktan girer ve beyne oturur. Dünyaya gelen insanoğlu da, bu şekilde bilinçlenmiş olur. Sülde, ölüm anında yine aynı yerden çıkarak bedeni terk eder.

Sülde çok hassastır ve bulunduğu alandan çabuk kayabilir. Yerinden oynadığında beyin fonksiyonlarında sorunlar meydana gelir. Böylece algı problemleri oluşmaya başlar.

Sülde beynin ön lobuna doğru kayarsa, beynin o bölgedeki işlevselliğinde bir artış gözlenir.

Örneğin sülde, öğrenmenin, odağın ve dikkatin merkezi olan ön loba kaydığında, kişinin bu yeteneklerinde bir aşırılık meydana gelir. Aşırı dikkat, aşırı öğrenme dürtüsü, acelecilik, sıkılganlık, aşırı titizlik gibi...

Sülde beynin ön lobuna kaydığında bu bölgede aşırılık yaşanırken doğal olarak beynin arka lobunda da bir enerji kaybı söz konusu olur. Diğer bir deyişle ön lobun işlevinde aşırılık yaşanırken arka lobda da zayıflama yaşanır. Buna göre aşırı dikkat, acelecilik ve aşırı titizlik gösterenlerde görme bozuklukları medyana gelir. Okulun en çalışkan, en dikkatli ve derslerine en odaklı çocuklarının gözlüklü olmaları rastlantı değildir.

Sülde, beynin duygusal ve soyutsallık merkezi olan sağ bölgesine doğru kaydığında ise, kişi aşırı duygusal, alıngan ve kırılgan olur. Dünyadan kopuk halde ve geniş bir hayal âlemi içinde yaşar. Doğal olarak beynin sağ bölgesinde işlevsellik artarken sol bölgede de bir enerji kaybı meydana gelir. Buna göre aşırı duygusal, alıngan ve hayalci kişilerde, mantık sorunu oluşur. İdrak ve kontrolden uzaklaşırlar. Çabuk âşık olurlar ve terk edildiklerinde bu durumu kendilerinde

ciddi bir takıntı haline getirirler. Şairane hislere kapılarak, kaderin onları ayırdığına ve bir gün mutlaka kavuşacaklarına inanırlar. Bu insanların inançları zedelendiğinde çok sarsılırlar. Yıkım hissederler.

Sülde beynin sol lobuna kaymış insanlar aşırı kontrolcü ve mantıklı olurlar. Soyut kavramlara güven duymazlar. Çok zaman duygudan da yoksundurlar. Ateizme daha meyillidirler. İnançla bağlı olma ve adanmışlık refleksleri yoktur. Çünkü gözle göremedikleri şeylere inanmakta güçlük çekerler.

Sülde beynin üst bölgesine kaydığına ise kişi komaya girer.

Sülde, üç ruh arasında en önemli olandır. Süne ve özüt ruhları, süldenin varlığını sürdürebilmesi için çalışırlar.

İnsan bedenindeki refleksler, süldenin ne derece hassas ve önemli olduğunu vurgular niteliktedir. Zira en küçük bir tehlike anında bile yapılan ilk hamle başı korumaya almaktır. Şiddetli bir darp sonucu bu bölgedeki ruh gittiğinde, süne ve özüt ruhlarında yapılabildiği gibi geri getirilemez. Sülde gittiğinde kişi ölmüştür.

Bebeklerin kas dokuları henüz sertleşip zırhlanmadığı için darptan ziyade esen rüzgârla bile süldelerini kaybedebilirler. Bebeklerin yüzüne üflendiğinde onların nefessiz kaldıklarına ve çırpındıklarına şahit olmuşsunuzdur. Bu süldelerinin yavaş yavaş uzaklaşıyor olduğunun göstergesidir ya da südeleri yerinden oynuyordur. Bebeğin yüzüne uzun süre üflendiğinde sülde beynin arka lobuna kayabilir. Bu da bebekte yüz felci ya da göz bozukluğu meydana getirir. Bu yüzden sadece üfleme değil, bebeğin yüzünü rüzgâra dönük bırakmak da aynı sonucu doğurabilir ve hatta ölümü çağırabilir. Buna dikkat edilmesi gerekir.

Süldenin kayması halinde yerine oturtulması masajla

mümkündür ancak bu masajın bir Kham tarafından yapılması daha uygundur.

Göz bozukluğu yaşayan ve süldesinin kaydığı belirtilerini gösteren bir bebeğe annesinin masaj yapması doğru değildir. Zira annelerin süleyle konuşma kabiliyetleri yoktur. Eğer Kham görülerine de sahip değilse, süldenin kaydığı yönü görmesi mümkün değildir. Kham'ların bu yönde görüleri olduğundan süldenin gidiş yönünü takip edebilir, buna göre masaj yapabilirler. Görme bozukluğu sadece süldenin kaydığının belirtisi değildir. Karaciğer fonksiyonlarıyla ilgili bir belirti de sayılabileceğinden dolayı, annelerin bir Kham'dan destek alarak bu teşhisleri yapması ve tedaviyi de Kham'a bırakması daha doğru olur. Aksi halde uygulayacağı tedavi bebeği olumsuz etkileyebilir.

Sülde yapılan iyiliklerle, edinilen olumlu deneyimlerle ve yeteneklerin olgunlaşarak ifade bulmasıyla gelişip güçlenir.

Sülde gücünü akciğerden alır. Akciğerde bir sıkıntı olduğunda, sülede giden güçte azalma söz konusu olacağından akciğerlerin korunması önemlidir.

## Süne

Bu ruh yürekte oturur. Sezgi gücüdür ve hisleri üretir. Süne sayesinde tehlikeler sezilir, öngörülerde bulunulur.

İnsan sadece beyniyle düşünen bir varlık değildir. Beynin mükemmel bir işletimci olmasına karşılık tek başına düşünebilme kapasitesi yoktur. Verileri depolayarak bedenine ilgili bölgelerine ulaştıran beyin, edinmediği bilgiyle ilgili düşünme yetisine sahip değildir.

İnsan ancak sünesini gönderebildiği yerler kadar düşüne-

bilir. Sünenin gittiği yerler geçmişteki olaylar ve gelecekteki muhtemel sonuçların bulunduğu boyutlardır ki bu boyutlar, gözle görülemezler. Geçmişteki ve gelecekteki muhtemel sonuçların bulunduğu boyutu sadece süne görebilir ve buradan kişiye birtakım görüntüler gönderir. Bu görüntülere de “içgörü” denir.

Süne gezgindir. Özellikle gece uykusu sırasında çok gezer. Bu özelliğinden dolayı Şamanların lügatinde “möngün at” (gümüş at) olarak da bilinir.

Sünenin bizzat yaşadığı geçmişe ve olası geleceğe yolculuk yapabilmesi sayesinde, hafızada toplanan ve “anı” olarak bilinen geçmiş görüntülerin hatırlanması mümkün olur.

Şiddetli korku ve travmatik olaylar neticesinde süne kaçabilir ve o korkunun ya da travmanın varlığını sürdürdüğü boyutta takılı kalır. Bunun sonucunda süne, bulunduğu yerden süldeye hep aynı hisleri gönderir. Geçmişte takılı kalıp, bilinçli ya da bilinçsizce de olsa o anıya göre hayatı şekillendirmeye devam etmek, sünenin geçmiş boyutta kaldığının işaretidir.

Kişinin hayatında travmatik bir olay meydana geldiğinde, eğer sünesi o bölgede ve olaya takılı kaldıysa, yaşanan travmanın görüntülerini kişiye göndermeye devam eder. Sürekli aynı sahneleri izlemek istemeyen kişi, bir süre sonra bu görüntülerden kaçma eğilimi gösterir. Yağmurdan kaçarken doluya tutulduğunu fark etmez ve ne yazık ki zaman içinde kaçtığı şeyi deneyimlemeye başlar. Örneğin, çocukken anne ve babasının kavgasına tanık olmuş birinin sünesi bu travmaya takılıp kaldıysa, kişi ailesine benzememek için belki kendisine bir söz verir ve bu yolda dikkatli davranmaya çalışır fakat ilerleyen zamanda tıpkı anne ve babasınıninkine benzeyen bir evlilik yapar.

Süne, şiddetli korku ve travma sonucu kaçabilen, ancak