

RANA BABAÇ ÇELEBİ

7 Tıp Sisteminde  
Birincil Kaynaklara Göre

# Tütsü ile Tedavi

alBaraka   
Yayınları

## RANA BABAÇ ÇELEBİ

İstanbul Medipol Üniversitesi Uluslararası Tıp Fakültesi Öğretim Görevlisi Dr. Rana Babaç Çelebi, 1984 yılında İstanbul'da doğmuş, Amerikan Robert Kolej'i bitirdikten sonra lisans eğitimini Sabancı Üniversitesi ve Amsterdam Vrije Universiteit'ta çift anadal yaparak tamamlamış, Kraliyet bursuyla gittiği İsveç'te Master of Science (Bilim Uzmanı) derecesi almıştır.

Medipol Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde yaptığı "Tıp Tarihi" doktorası sırasında Antik Çağ'dan günümüze tütsünün tedavide kullanımını çalışan Çelebi, güzel kokunun (parfüm, kolonya, içki, iksir) tıptaki yeri üzerine de akademik araştırmalar yapmakta, Atelier Aromaterapi şirketinde ilgili alanlarda danışmanlık ve eğitimler vermektedir.

1999'dan beri Assos'ta bulunan tıbbi ve aromatik bitkiler bahçesinde yetiştirdiği türlerden geleneksel ilaçlar üreten Çelebi, 2014-2019 yılları arasında Prof. Dr. Ayten Altıntaş ile birlikte Isparta'da, geleneksel usulde gül suyu üretimi üzerine çalışmıştır.

2017'de Türkiye'nin ilk online tıbbi ve aromatik bitkiler kütüphanesini kuran Çelebi, aynı zamanda eşiyile birlikte Kaz Dağları'nda bulunan çeşitli arazilerinde tıbbi ve aromatik bitki yetiştiriciliği yapmaktadır.

Amerika Holistik Veteriner Tıp Derneği, Aromaterapi Derneği, NAHA, Robert Kolej Mezunlar Derneği, WWF ve Buğday Derneği üyesi olan Rana, mümkün olduğu kadar eşi ve oğluyla zaman geçirmekten, at binmekten ve egzotik ülkelerde doğa/macera seyahatlerine çıkmaktan hoşlanır.

# İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	9
ÖNSÖZ.....	11

## [1. BÖLÜM]

<b>KAYIP BİR TARİH UNSURU OLARAK TÜTSÜ KÜLTÜRÜ .....</b>	<b>15</b>
Kayıp Bir Tarih Unsuru Olarak Tütsü Kültürü.....	17
Büyük Bir Dünya Bilim-Kültür Mirası & Kaynaklar .....	18
Tütsü Nedir?.....	21
Antik Çağ'dan Günümüze Somut Olmayan Bir Dünya Kültürel Mirası Olarak Tütsü.....	22
Medeniyetin Beşiği Mezopotamya.....	22
Nil'in Hediyesi, Firavunlar Ülkesi Mısır.....	25
Klasik Dünya: Helen & Roma.....	30
Altın Kapı: Bizans İmparatorluğu .....	33
Arabia Felix: Mutlu Arabistan .....	36
Hindistan & Güney Doğu Asya.....	39
Sarı Nehir Medeniyeti Çin .....	41
Güneşin Doğduğu Ülke Japonya.....	46
Yeni Dünya: Amerika.....	50
İnsanlığın Doğduğu Yer Kita Afrika'sında Tütsü Kullanımı .....	53

## [2. BÖLÜM]

<b>SEMAVİ DİNLER &amp; TÜTSÜ .....</b>	<b>57</b>
Semavi Dinler & Tütsü.....	59
İbraniler .....	59

REÇETE: Kutsal Tütsü (Holy Incense) ..... 60

Tütsünün Hristiyan Manevi Hayatına Geçişi .....	61
İslam'da Tütsü Kullanımı .....	64

### |3. BÖLÜM|

<b>BİNLERCE YILLIK BİR TEDAVİ GELENEĞİ</b> .....	69
Tütsü, Salgınlar ve Şifa: Ateşle Arınmanın Bin Yıllık Hikâyesi .....	71
COVID-19 Pandemisi Sırasında Tütsü .....	76
Miyazma & Kadim Tıp Anlayışı İçinde Tütsü .....	76
Kadim Tıp.....	78
Kadim Tıp Anlayışında Sağlığı Koruma ve Tedavi .....	82
Tedavi & İlaç .....	83
İbn-i Sina, El-Kanun Fit Tıbb .....	84

### |4. BÖLÜM|

<b>TÜRK DÜNYASI</b> .....	87
Türk Dünyası .....	89
İslamiyet Öncesi Türklerde Tütsü Gelenekleri & Tütsünün Sağlık Amaçlı Kullanımı .....	89
Selçuklu Tütsü Gelenekleri & Tütsünün Sağlık Amaçlı Kullanımı.....	93
Osmanlı İmparatorluğu'nda Tütsü Gelenekleri & Tütsünün Sağlık Amaçlı Kullanımı .....	95

REÇETE: Buhur Suyu ..... 111

İNCELEME: Helvahane Defteri..... 113

Buhur Pastili (Fıtıl-i Buhur) Tarifi..... 114

İNCELEME: Osmanlı Devleti'nde Salgınlar & Tütsü ..... 115

### |5. BÖLÜM|

<b>MEZOPOTAMYA</b> .....	121
Çivi Yazısı Tabletlerde Tütsü ile Tedavi .....	123

PROFİL: Mezopotamya'nın Kıymetlisi Sedir Ağacı (*Cedrus libani*) ..... 129

### |6. BÖLÜM|

<b>MISIR</b> .....	133
Mısır .....	135

REÇETE: Kyphi “Tanrıları Mutlu Eden Terkip” ..... 137

## [7. BÖLÜM]

<b>ARAP DÜNYASI</b> .....	141
Arap Dünyası .....	143

<b>PROFİL: Ud “Maneviyatın Sessiz Dili”</b> .....	145
---	-----

İbn-i Battuta, 14. Yüzyıl .....	147
---------------------------------	-----

## [8. BÖLÜM]

<b>HELEN / ROMA</b> .....	151
Helen / Roma .....	153

<b>PROFİL: GÜNLÜK ( Botswana spp.)</b> .....	156
--	-----

## [9. BÖLÜM]

<b>ÇİN</b> .....	161
Çin .....	163

<b>İNCELEME: Moksibüsyon</b> .....	166
------------------------------------	-----

## [10. BÖLÜM]

<b>HİNDİSTAN</b> .....	171
Hindistan .....	173

<b>PROFİL: Sandal Ağacı (Santalum album)</b> .....	176
--	-----

## [11. BÖLÜM]

<b>AMERİKA</b> .....	181
Amerika .....	183

<b>PROFİL: Kopal (Protium copal)</b> .....	188
--	-----

<b>PROFİL: Şeker Otu (Hierochloe odorata)</b> .....	190
---	-----

## |12. BÖLÜM|

<b>AFRİKA</b> .....	193
Afrika .....	195
<b>PROFİL: Afrika Sandalı (Osyris lanceolata)</b> .....	197
<b>İNCELEME: Himba Halkında Tütsü Kültürü</b> .....	200

## |13. BÖLÜM|

<b>KADİM KAYITLARDA TÜTSÜ İLE TEDAVİ</b> .....	203
Kadim Kayıtlarda Tütsü ile Tedavi .....	205
Yedi Kadim Tıp Sisteminde Tütsü Uygulamaları Üzerine Tarihsel ve İstatistiksel Bir Değerlendirme .....	205

## |14. BÖLÜM|

<b>21. YÜZYILDA TÜTSÜ İLE TEDAVİ</b> .....	211
21. Yüzyılda Tütsü ile Tedavi .....	213
Tütsü Demeti (“Smudging”) .....	213
Qigong ve Tütsü .....	213
Tütsü Banyoları .....	214
Tütsü Temelli Cilt Tedavileri .....	214
Japon Tütsü Seremonisi .....	214
<b>SON SÖZ</b> .....	215
<b>KAYNAKLAR</b> .....	217

## TEŞEKKÜR

Her geçen sene, her Őahidi olduĐum hikâyeyle  
kıymetini çok daha iyi anladığım annem Sevil Baba'a,

DesteĐini her an kalbimde hissettiĐim, hayatımdaki  
varlığına her gün ŐükrettiĐim eŐim Sercan elebi'ye,

Varlığını öğrendiğim ilk günden bugüne bana en büyük  
motivasyon kaynağı, bu kitabın yayınlandığı günlerde  
hâlâ minicik bir sevgi yumaĐı olan oĐlum Pars'a,

Hayatıma girdiği ilk günden itibaren her Őeyi sil baştan  
yapmama vesile, yardımcı ve öncü olan kıymetli hocam  
Prof. Dr. Ayten Altıntaş'a

...sonsuz Őükür ve minnet duygusu ile.

Olmasaydınız hiçbir Őey ya olmazdı  
ya da böyle anlamlı olmazdı.

İyi ki varsınız. Teşekkür ederim.



ODORARE

G. Collaert, 1630.