

Semazenlik Eğitimi :

Prof.Dr.Fuat YÖNDEMLİ

Sema meşk (eğitim)i, "Meşk Tahtası" da denen, bir kenarının uzunluğu takribi bir arşın (70-80 cm) olan, kare şeklinde bir tahta (Sema Tahtası) üzerinde yapılan egzersizle başlardı. Bu tahta ceviz veya ıhlamur ağacındandı. Orta kısmında başparmak tırnağı büyüklüğünde (takriben iki santimetre çapında) bakır veya pirinçten mamul, yuvarlak bir kabara çivisi vardır. Günümüzde ancak müzelerde görebildiğimiz eski meşk tahtalarında çivinin etrafı, egzersizler sırasındaki ayak hareketlerine bağlı olarak aşınmaya uğramıştır.

Semazen olmak isteyen derviş, sağ avucuna bir miktar tuz koyarak bu tahtanın yanına gelirdi. Evvela "baş keser"di. Sol dizini yere dayardı. Sağ dizini bükerek yere çökerdi. Çiviye öptükten sonra, avucundaki tuzu çivinin etrafına serperdi.

Tuz, meşk esnasında ayağın rahatça kaymasını sağladığı gibi, ayakta bül gelişip epidermisin ülserasyon sonucu yara olmasını da engeller. Mevlana Dergahı'nın açık olduğu yıllarda, Konya halkı arasında, Tavusbaba'ya tuz adama adeti vardı. Tavusbaba'ya adanan bu tuzlar, sema meşğine başlayanlarca kullanılırdı.

Bundan sonra derviş ayağa kalkardı, tekrar baş kestikten sonra tahtanın üzerine çıkardı. Sema meşki çıplak ayakla yapılırdı. Sol ayağının başparmağı ile ikinci parmağı arasına çiviye alırdı. Ayağın iyice dönebilmesi için bu çivinin etrafındaki aşınmış, çukurlaşmış yerlere ve çivinin çepeçevre etrafına, bir miktar ince tuz serpilirdi. Sağ kolu üstte olacak şekilde kollarının göğsünün üzerinde çaprazvari bağlardı. Avuçlarının omuz başına koyardı. Sağ ayağını, sol ayağına dik vaziyette ve biraz açıkta tutardı. Sol ayağını, topuğunu kaldırmadan sağa doğru çevirirdi. Topuğunu mümkün olduğu kadar sağa çevirdikten sonra, sağ ayağını yerden kaldırırdı. Sol ayağının dizi hizasından, buna dik şekilde yere basardı.

Burada dikkat edilecek nokta, sol ayağın hiç kaldırılmaması ve dizin hiç bükülmemesi gerektiğiydi. Sağ ayak itici motor fonksiyonu görürdü. Sağ ayağın itişisi sayesinde bütün vücut bir dönüş yapardı.

Semazenlikte sağ ayağa "Çarh (çark)", sol ayağa ise Direk adı verilirdi. Bu şekilde dönmeye "Çark Atma" denirdi. Çark atmak, sağ ayağı bulunduğu yerden alıp, sağdan sola doğru dönerek, yine aynı noktaya bırakmak suretiyle yapılırdı. Bu sırada direk (sol) ayağın topuğu tahtadan hiç kaldırmadan, soldan sağa doğru çevrilerek eski pozisyonuna getirilirdi. Yapılan bu harekete "Tam Çark Atış" denirdi.

Çark atmak, yani sağ ayağı kaldırıp sola doğru atarak yere basmak, ne kadar hızlı olursa, bu ayağın yere basıp kalkması da o kadar hızllaşır ve adeta yere konup kaldırılması aynı zamanda olduğundan, iyice dikkat edilmedikçe bu hareket fark edilmez, sadece sabit olan sol ayak görülür. Bu yüzden halk, "Mevleviler tek ayak üstünde döner" der.

İlk egzersizler, ayak parmakları arasında yukarıda anlatıldığı şekilde çivi bulunduğu halde yapılırken, daha sonraları parmaklar çivilerden çıkarılırdı.

İlk meşk yeri Matbah-ı Şerif yani mutfahın üst katındaki oda idi. Ancak meşke mutfakta devam etme mecburiyeti yoktu. Dedelerin hücrelerinde bulunan sema tahtası üzerinde de meşk yapılmaktaydı.

Sema'ı dedelerden usta bir semazen meşkettirirdi. Önce hareketi tarif eder, kendisi yapar, sonra meşk edene yaptırır, kusurlarını söyle, tekrar gösterirdi. Böylece yavaş yavaş çark atmayı iyice öğrettikten sonra, kol açma talimine geçilirdi.

Sema meşkeden, ilk zamanlar kollarını, saği üste gelmek ve ellerle parmaklar açık olmak ve parmak uçları omuzları biraz geçmek üzere çaprazvari göğsüne koymaktadır.

Direk tutmayı, yani sol ayağını, tabanı yerden kaldırmadan ve koyduğu yerden ayırmadan, olduğu yerden sola doğru döndürmeyi ve Çark atmayı, yani sol ayağını sola doğru çevirirken sağ ayağını, yukarıda tarif edilen tarzda kaldırıp yere basmayı iyice öğrenen semazen, Kol Açma talimine girişirdi.

Kolları açıkken omuzları tutan parmaklar, yavaş yavaş göğse doğru ve vücuttan ayrılmadan böğürlere gelir, kollar ise artık vücuttan ayrılmıştır. Derken kollar geriye doğru gerilir ve eller, yanlardan yukarıya kaldırılırken kollar tamamıyla ve omuzlardan itibaren vücuttan ayrılmış olur.

Bu vaziyette eller baş seviyesinden yukarıdadır. Sağ el dua vaziyetinde, başparmaktan başka bütün parmaklar bitişik olarak yukarıya doğru açılmıştır. Sol el ise rahat bir vaziyette aşağıya dönüktür ve parmaklar rahatça aşağıya doğru sarkmaktadır. Baş, yüz sola doğru dönük olarak, sağa doğru yaklaşık 20-25 derede yatıktır. Bu yüzden de sağ kol, sol kola nispeten biraz daha yukarıdadır.

Meşk tahtasında Çark atmayı, Direk Tutmayı ve Kol Açmayı belleyen semazen, tekkenin semahanesinde de Sema Ederken Yürümeği öğrenir. Çark atılınca sol ayak, yerden geriye doğru sürünür ve böylece semahanede, sağdan sola doğru yürümüş olur. Sol ayak, geriye doğru ne kadar hızlı ve fazla çekilirse, o kadar hızlı yürünür.

Semazen, sema etmeyi ve yürümeği iyice belledikten sonra, tennureyle sema ettirilir. Tennure açmasını, Şeyh postunun önünden hızlıca geçmesini ve selam başında durmasını da beller. Bundan sonra semazenin mukabelelere katılması için "Mübtedi Mukabelesi" yapılır.

Mübtedi mukabelesi, bir mukabele günü, mukabeleden birkaç saat önce yapılır. Bu mukabeleye ziyaretçi alınmaz. Mübtedi mukabelesi, Konya'da Şems zaviyesinde, başka tekkelerde ise tekkenin semahanesinde yapılır. Diğer mukabelelerden farklı, selamların kısa olmasından ve mukabelelerin sonunda, sema çıkarmanın, Şeyhten itibaren önce sağ, sonra sol taraftakilerle "görüşmesi"nden, yani herkesin elini iki eliyle kavrayıp öpmesinden ibarettir ki, eli öpülen de aynı zamanda eğilip onun elini öper. Görüşme esnasında hırkaların kolları giyilir.

Yeni semazene meşkeden Dede, ekseriyetle onun Dedesi, yani mürebbsi (eğiticisi)dir. Fakat bazen salikin dedesinden başka, diğer bir dede de öğretebilir ki bu takdirde sema öğretene dedeye, "Sema Dedesi" denir.

Sema çıkarmanın, Sema Dedesine, öbür dedelere, Şeyhe ve matbah canlarıyla dergaha, kudreti neye yeterse bazı armağanlar da alması adettir. Mübtedi mukabelesinden sonra Sema Dedesi bunları dağıtır.

Mevlevilerin çivili tahta üzerinde meşk etmesi bir idman, egzersiz olduğu kadar, tarikatta ilerleme vesilesi olarak da kabul edilirdi. Bundan dolayı "Mevlevi'nin çivisi, Bektaşî'nin çapası" darb-ı meselesi meşhurdur. Bu sözle Mevlevilerin çivili tahtada sema meşk ederek yüksek manevi mertebelere toprağa çapa ile işleyerek, ziraat yaparak yükseldiği ifade eder edilmektedir.