**Konuşan Paragraflar**

**[Ünite 6: Türkiye’de Yemek, Kültür ve Toplum](Text%20version%20of%20podcast%20at%20https%3A/open.spotify.com/episode/75dV1JoPoszLXtf2hCF3YM)**

**Text version of podcast at** [**https://open.spotify.com/episode/75dV1JoPoszLXtf2hCF3YM**](https://open.spotify.com/episode/75dV1JoPoszLXtf2hCF3YM)

**Original content is copyright by the Mer Danik Podcast on Spotify. All rights reserved.**

# **İnançlar Yemekler Oruçlar Perhizler**

-- Parev Mer Danik dostları. Podcast serimizin bu bölümünde siyaset bilimci, profesyonel aşçı, yemek kültürü araştırmacısı Anna Maria Beylunioğlu bizimle birlikte. Beylunioğlu, Antakyalı Hristiyan bir ailenin evladı. Kendisini *mutfaktakiakademisyen.com* internet sitesinden de takip edebilirsiniz. Beylunioğlu, öğrencisi Mansur Anıl Güzelmansur ile birlikte Anadolu Din ve İnançları platformu için *İnançlar, Yemekler ve Perhizler Oruçlar* başlığıyla bir yazı kaleme aldı. Biz de bu yazıdan yola çıkarak bir söyleşi gerçekleştirdik. Kendisine teşekkür ediyoruz katkısı için. Lütfen Mer Danik podcastini takip etmeyi ve çevrenize de yaygınlaştırmayı, paylaşmayı

ve tavsiye etmeyi ihmal etmeyin.

-- Anna Maria, inançların çıkışı ve gelişiminden itibaren yeme içme kültürüyle tarihsel anlamda nasıl bir irtibatları olmuş, ilişkileri olmuş? Biraz buraya bakarak başlayabilir miyiz sohbetimize?

-- Şöyle başlayalım isterseniz. Dünyanın farklı yerlerinde çok farklı biçimlerde tezahür edebilen inançların ortak noktalarından bir tanesini yemek ve yemeğe dair ritüeller oluşturuyor. Yeme içme tercihlerinin inanç sistemleri için önemi, dinlerin var oluş amaçlarının evrendeki sistem ve düzenin işleyişini izah etmek olmasından ve bu amaç doğrultusunda evrendeki tüm canlıların hayatlarını devam ettirebilmeleri için yemeğin birincil bir ihtiyaç olmasından kaynaklanmakta. Bu nedenle ilk ortaya çıktıkları andan itibaren her inanç günlük yeme içme pratiklerini, yeme içme konusunda getirdiği kurallar etrafında şekillendirmiş, nefsin terbiyesi ve doğanın işleyişini düzenlemek gibi amaçlar doğrultusunda farklı dönemlerde perhiz ya da oruç olarak adlandırdığımız sınırlamalar getirmiştir. Semavi dinlere ve kutsal kitaplara baktığımızda insanoğlunu yeryüzüyle buluşturduğuna inanılan Hristiyanlık inancında da ilk günah olarak görülür bu Hz. Adem ve Hz. Havva’nın yasak meyve olan elmayı yiyip cennetten, cennet bahçesinden kovulması. Bu örnek, bu durum yiyeceklerin dinler için kırılma noktası oluşturduğunun en çok anlatılagelen örneğidir. Semavi dinlerin ötesine gidersek mitoloji içinde de benzer örneklere rastlamaktayız. Mesela Yunan mitolojisinde Titan Kronos’un doğacak olan tanrı çocuklarının onu tahtından edip yönetimi ele alacaklarını bir kâhinden öğrenip yeni doğan çocukların hepsini tahtı tehlikeye girmesin diye yemesi tanrıların tepkisini çekmiştir. Ve bu olayı takip eden gelişmeler sonrasında Titanlar ortadan kalkmış, tanrıların hüküm sürdüğü bir mitolojik anlatı doğmuştur. Aynı şekilde Mısır mitolojisinde de tüm tanrıların gücünü Nil Nehri’nden almasının en büyük sebebi, Nil’in dönemin en büyük besin kaynağı olmasıdır.

-- Dini kültürel kimliklerin şekillenmesinde, gelişiminde yemek yemenin, yemek kültürünün, yemeğin rolünü biraz bize açabilir misiniz?

-- Cevap çok basit aslında. Yemek hayatta kalmak, sosyalleşmek ve haz almak gibi hayatımızı düzenleyen en önemli elementleri bir arada tutmakla beraber hafızayı nesilden nesile taşıyacak güçlü bir semboldür. Bu birleşim o kadar güçlüdür ki bireylerin yaşadıkları toplulukları, topluluk değerlerini ve bunun sonucunda kimliklerini oluşturur. Bir kişinin yemek yeme rutininden kişinin mensup olduğu etnik dini kültürel yapı hakkında çıkarımlar yapmak mümkün olabilmektedir. Öyle ki İspanya’da 15. yüzyıldaki zulümler sırasında Yahudiler için domuz eti yememe kuralı kimliklerini ifşa etmelerine sebep olmuştur. Bir diğer örnek yine aynı sebeple Portekiz’deki Yahudiler kimliklerini gizleyebilmek için dışarıdan bakıldığında domuz etinden yapılmış bir sosis ile ayırt edilemeyen ama aslında dana etinden yapılan alheira sosisini icat edip kendini kamufle etmeye çalışmışlardır.

-- İbadethanelerde ibadetler sırasında yemek yemenin, gıda ürünlerinin bir yeri olduğunu, önemli de bir yeri olduğunu görüyoruz, gözlemliyoruz. Bununla ilgili neler söylemek istersiniz bize Anna Maria?

-- Sadece dini gerekliliklerin değil aynı zamanda ibadet ritüellerinde de yemek karşımıza çıkıyor. Hristiyanlık dinindeki komünyon alımı sırasında tüketilen şarap Hz. İsa’nın kanını, ekmek ise bedenini temsil eder. Hepimiz bunu biliyoruz aslında. Ve bu durum İsa mesihe bağlılığı sembolize eder. Tabii bu gelenek şarap ve ekmeğin Hz. İsa’nın geri döneceğini müjdelediği son akşam yemeğinde tükettiği besin olmasına dayanır temel olarak ve kişinin yemek ile kimliği arasında bu ritüel üzerinden kurduğu bağı kendisine aslında ilahi düzenin parçası olduğunu hissettirir. Bir anlamda kişi dini yemek ritüelini gerçekleştirerek Tanrı’ya olan inancını pekiştirmiş olur. Yeme düzeni ve alışkanlıklar tarih boyunca ağırlıklı olarak kişinin mensup olduğu dini öğretilere göre şekil almıştır. Kabaca söylersek Müslümanlar alkol tüketmez, domuz eti yemez, helal kesim protein kaynaklarına yönelirler. Yahudiler de Müslümanlara benzer şekilde koşer kurallarına göre kesilmiş protein kaynaklarını tercih eder, domuz eti yemezler. Müslümanlardan tabii farklı olarak et ve sütü birbirlerine karıştırmadan tüketirler. Hristiyanlıkta böyle bir kısıtlama olmamakla birlikte öğretinin yayıldığı erken dönemlerde et gibi bazı yiyecekler lüks olarak görülmüş ve dini öğretiyi tam anlamı ile uygulayan insanlardan bu gibi lüks gıdaları günlük yaşamlarında tercih etmemeleri, bu gıdalardan sakınmaları ve uzak durmaları beklenmiştir. Hinduizm inanışına sahip bireyler de günümüz tabiri ile lakto vejetaryen yani et, süt ve yumurta yememe şeklinde bir diyete sahiptirler. Anadolu inanışlarından Arap Alevilik ya da başka bir adıyla Nusayrilik’te de kutsal olarak görülmesi ve doğadaki üretim dengesinin bozulmaması sebebiyle dişi hayvan tercih edilmemektedir, yenmemektedir.

-- İnançlar ve dinlerde yeme içme kültürü dediğimizde karşımıza tabii kaçınılmaz olarak oruçlar ve perhizler çıkıyor. Peki Anna Maria Anadolu coğrafyasında gelişen, Anadolu coğrafyasında rastladığımız dinlerde ve inançlarda oruç ve perhiz gelenekleri ile ilgili bize bilgiler verebilir misiniz?

-- Dinler bir yandan inananların günlük hayatlarını ve kimliklerini belli yeme içme kurallarını da kullanarak şekillendirirken insanoğlunun haz alma kaynaklarından biri olarak dünyevilik ve ruhanilik denkleminde bir ikilem olarak ortaya çıktığı için yemeğe belli dönemlerde sınırlamalar getirmişlerdir. Yemek en nihayetinde cinsellik gibi insanoğlunun en temel zevk alma kaynaklarından biridir ve yemeğe belli aralıklarla getirilen sınırlamalarla inanan bireyin nefsinin terbiyesi, arınması ve iradesinin güçlü tutulması amaçlanmaktadır. Ayrıca birey açısından da oruç tutmanın bir nevi Tanrı’ya yakınlaşma ve onu hissedebilmenin bir yolu olarak görüldüğünü söyleyebiliriz. Anadolu inanışları ve onlara dair oruçları hani biz yazıda da kısıtlı tuttuk tabii çünkü saymakla bitmez ama birazını burada sıralayalım:

* İslam inancında oruç kişinin güneşin doğuşundan batışına kadar olan zaman diliminde yemeden ve içmeden uzak durmasını ve bu süre içinde de kötü söz ya da yalan söylememesini gerektirir. Oruç dönemi Ramazan ayı boyunca sürer ve farz kabul edilirken, Muharrem aylarında tutulan oruçlar isteğe bağlı bırakılmıştır. Aleviler ve Nusayriler için ise Ramazan orucunun farz mı yoksa isteğe bağlı mı olduğu tartışılmaktadır.
* Türkiye coğrafyasında bir diğer örnek de bu oruçlara Türkiye coğrafyasında Osmanlı Devleti döneminden beri varlık gösteren Bahai toplumu. Bahai toplumu için 2 ile 21 Mart arası bencillikten ve bedensel arzulardan uzaklaşmak için oruç tutulan dönemdir ve güneşin doğuşundan batışına kadar hiçbir şey yenilip içilmez.
* Yahudilerin ise iki farklı tür oruç tuttuğunu söylemek mümkün. Bunlardan Kefaret Günü olarak kabul edilen Yom Kippur ve Matem Günü olarak bilinen Tişa Beav günbatımından önce başlayıp ertesi gün günbatımı sonrasına kadar devam eden yaklaşık 25 saat boyunca hiçbir şey yenilmeyen oruç dönemleridir. Yom Kippur’da hiçbir şey yenilmediği gibi çalışmak da yasaklanmıştır. Diğer oruçlar ise gündoğumu başlayıp günbatımına kadar sürer. Bunlar arasında Somgadelya, Asara B’Tevet, Ta’anit Bechorot, Ester orucu ve Betamuz oruçları bulunmaktadır.
* Hristiyanlıkta oruç zorunlu tutulmaz ancak günah ve hatalardan arınmak adına tavsiye edilir. Ait olunan etnik köken ve mezheplere göre tutulan oruç ve perhizler değişmektedir.
	+ Mesela Protestanlık herhangi bir dönemde orucu ya da perhizi şart koşmazken, Katolik mezhebine mensup bireyler sadece Paskalya yani Diriliş Bayramı öncesi 40 gün oruç tutmaktadırlar. Bu oruçla günde üç öğün yenen yemekler bire düşüyor. Azalan yemek maliyeti yardım amaçlı kullanılıyor. En azından böyle tavsiye ediliyor ve ibadet saatleri arttırılıyor.
	+ Ortodoks mezhebindeki uygulamaların ise etnik kimliğe ve yerel kiliselere göre farklılıklar gösterdiğini söylemek gerek. Tüm farklılıkları detaylı bir şekilde yine yazımızda aktaramadık tabii burada da çok detaylı bir şekilde vermek zor ama önemli ayrımları vurgulamaya çalışalım:
		- Rum Ortodokslar, Paskalya öncesi yaklaşık 50 günü Büyük Oruç olarak, Noel öncesi 40 günü, Meryem Ana Bayramı öncesi 15 günü hayvansal gıda yemedikleri perhiz dönemi ile geçirmektedirler. Bu perhiz dönemlerinin Meryem Ana’ya, İsa mesihe hamile kalacağının müjdelendiğine inanılan 25 Mart ve Antakya civarında Şa’nini olarak bilinen Dallar pazarında balık yemelerine izin veriliyor. Bunun dışında 29 Haziran öncesine denk gelen ve süresi litürjik takvime göre değişiklik gösterebilen Havariler orucu döneminde perhiz tutuluyor. 5 Ocak Vaftiz Yortusu, 29 Ağustos Yahya’nın başının gövdesinden ayrıldığı gün, 14 Eylül kutsal haçın bulunması bayramı ise tam oruç tutuluyor ve bu dönemde yeme içme eylemi oldukça azaltılıyor. Hatta neredeyse hiç yemek yenilmiyor. Sadece Azizlerin Bayramına denk gelmesi durumunda zeytinyağlı yemeğe ya da şarap içilmeye izin veriliyor.
		- Ermeni Gregoryen geleneğinde ise sadece Paskalya öncesi bazen tam oruç bazen perhiz uygulanıyor. 15 Ağustos Meryem Ana Yortusuna denk gelen bağbozumuna kadar da perhiz ya da oruç tutulmuyor en azından bize böyle söylendi, sadece üzüm yenmiyor o döneme kadar ve bağbozumunda üzümle bir nevi oruç açılıyor.
		- Süryani Ortodokslar ise sanırım Ortodoks cemaatleri arasında oruç dönemleri en çok olan topluluk. Büyük orucu 50 gün boyunca perhiz olarak tutanlar olduğu gibi tam oruç olarak da tutanlar var. Süryanilerde tam oruç günün başlangıcından akşama, esnetildiği durumlarda da öğleye kadar hiçbir şey yenilip içilmemesini gerektiriyor. Oruç açıldığında ise sadece hayvansal olmayan gıdalar yeniyor yani perhiz durumuna geçiliyor. Meryem Ana orucu Süryanilerde, Süryaniler için 5 günlük bir perhiz dönemi. Doğuş Bayramı yani Noel öncesi de 10 günlük bir perhiz dönemi uygulanıyor. Elçilerin orucu Süryanilerde 3 günlük bir perhiz olarak 29 Haziran’da sona eriyor. Süryanilerde diğerlerinden farklı olarak Büyük oruçtan 3 hafta kadar önce Pazartesi günü başlayan ve Yunus Peygamberin büyük bir balık tarafından yutulup 3 gün sonra karaya bırakılmasını hatırlamak için tutulan Ninova oruçları vardır. Bunu Keldaniler de tutarlar. Bugün yer yer esneklik tanınsa da bu oruç 3 gün boyunca hiçbir şey yememeyi gerektiriyor.
	+ Tüm bunlara ek olarak oruç dönemi olmayan zamanlar için Katolikler sadece İsa mesihin çarmıha gerildiğine inanılan gün olan Cuma günlerinde ve Ortodokslar da bu Cuma’ya ek olarak Çarşamba yani İsa mesihin ele verildiği günde yani Çarşamba ve Cuma günlerinde hayvansal gıdanın tüketilmediği perhiz dönemine giriyorlar, perhiz uyguluyorlar daha doğrusu. Süryaniler ise Çarşamba Cuma orucunu Paskalya ve Pantikosti Bayramları dışında kalan zamanlarda tutuyorlar. Bu ara dönemde tutmuyorlar Çarşamba ve Cuma günleri. Bazı kiliselerde bu günlerde de tam oruç tutulduğu görülüyor. Böylece arınmak ve Tanrı’ya yakın hissetmek amaçlanıyor.
* Sonuç olarak şunu söyleyebiliriz ki yemek, insanoğlu var olduğundan beri en temel ihtiyaç olması sebebiyle her zaman dini kültürel kimliklerin merkezine konumlanmış, yer yer kırılma noktaları oluşturmuştur. İnançlar çerçevesinde geliştirilen ritüeller de yemeğin insan hayatındaki önemini en başından fark etmiş olsa gerek ki yemeğe dair düzenlemeler ve kısıtlamalar getirilerek bu dünyada yaratanın varlığını hissetmeyi, hissettirmeyi ve veya kötülüklerden, günahlardan arınmayı teşvik etmiştir. Bunun sonucunda dini kültürel kimliklerin temelini oluşturan yemeğe dair ritüeller, perhiz ve oruçlar da insanoğlu kendinden büyük bir güce inanmayı sürdürdükçe sanıyoruz yeniden üretilerek devam edecektir.

-- Siyaset bilimci, öğretim üyesi, yemek kültürü araştırmacısı ve profesyonel aşçı Anna Maria Beylunioğlu bu podcast yayınımızda bizimle birlikteydi. Anna Maria’yı *mutfaktakiakademisyen.com* internet sitesinden takip edebilirsiniz. Mer Danik dostları, bizi takip etmeye, dostlarınıza tavsiye etmeyi ihmal etmeyin.

-- Mer Danik takipçileri beni dinlediğiniz için teşekkür ederim. Mer Danik podcastini ben de takip ediyorum, sizler de çevrenize tavsiye edin. Sağlıklı, keyifli günler dilerim.