

ARKEOLOJİK VE ARKEOMETRİK BİLGİLER EŞLİĞİNDE BESLENME SAĞLIK İLİŞKİSİ

Ahmet UHRI*

Öz: Arkeolojik açıdan beslenme ve sağlık ilişkisi temelde din-büyü-sağlık-beslenme sırasıyla insanlık tarihinde yerini alır. İnsanın insanlaşma sürecinin başladığı 3,5 milyon yıl öncesinden günümüze kadar olan süreçte bu anlamda dikkat çeken en önemli nokta din-büyü-sağlık ve beslenme ilişkisinin birlikteliğiyle başlayan ve devam eden sürecin ancak son iki yüzyılda seküler hâle gelişidir.

Anahtar sözcükler: Paleolitik, Homo habilis, Homo sapiens, Hitit, Galenos

Relationship Between Nutrition and Health with Archaeological and Archaeometric Information

Abstract: The relationship between the archaeological aspects of nutrition and health is basically religion-magic-health-nutrition in human history, respectively. The process of humanizing of Man 3,5 million years ago to the present is the most important point that draws attention to this sense of religion-magic-beginning with the combination of health and nutrition, and continuing the process but making the last two century secular It is the arrival.

Key words: Paleolithic, Homo habilis, Homo sapiens, Hittite, Galenos

Giriş

İnsanın insanlaşması süreci, günümüzden yaklaşık 3,5 milyon yıl önce ilk taş aletlerin üretilmesiyle başlar. Bu aletler insana beslenmesi için gereken protein kaynaklarına ulaşmasını sağlamıştır. Olasılıkla son derece sancılı olduğu söylenebilecek bu sürecin başlangıcında insanın leş yiyici olduğu arkeologlar ve antropologlarca kabul edilir. Kültür dediğimiz olgunun başlangıcı olan bu dönem Afrika'da Turkana Vadisi'nde başlar ve üretilen taş aletlere Lomekwian aletler adı verilir. Bu dönemi izleyen ve yaklaşık 2,5 milyon yıl önce *Homo habilis* yani becerikli, eli işe yatkın hominidle beraber de Oldowan denilen daha ileri düzeyde taş aletler yapılır. Bu taş aletleri üreten insansılar aslında kendilerinden daha güçlü yırtıcıların avladığı hayvanlardan geriye kalan leşlerden et sıyırmak ve kemikleri kırıp içindeki iliği tüketerek protein gereksinimlerini karşılamaktaydılar. Burada bir parantez açıp kültür kavramının belki de en kapsayıcı ve kapsayıcılığı dolayısıyla da en gerçekçi tanımı olan Marks'a ait "kültür, doğanın yaptıklarına karşı insanın ürettiği her şeydir..." tanımına sığınarak bu ilk aletlerin ilk kültür ürünleri olduğu saptamasını yapmak istiyorum. Elbette bu dönemde yaşayan o ilk canlılar sağlıklı beslenmek kaygısıyla değil tamamen içgüdüsel olarak bu protein kaynaklarına

yönelmişlerdir. Ayrıca bu ilk taş aletlerle kemik üzerinden et sıyırmak veya iliğe ulaşmak için kemiğin kırıldığının kanıtları da arkeozoolojik çalışmalarla kazılarda çıkarılan kemiklerin üzerindeki kasaplık izleri denilen izler sayesinde anlaşılmaktadır. Aynı kazı yerinde bulunan taş aletler ve o aletlerin yakınında bulunan üzerleri kesik ve kırık izleriyle dolu kemik kalıntıları bu olguyu şüpheye yer bırakmayacak şekilde kanıtlamaktadır.

Bu ilk insansıların bıraktığı kültürel kanıtları izleyen süreçte insanın iki ayak üzerine kalktığı ve yavaş yavaş uygun iklim koşullarının ve coğrafyanın etkisiyle Afrika'yı terk ederek daha kuzeye ve güneye yayıldığı bilinen bir olgudur. *Homo erectus* denilen ve ilk iki ayak üzerine dikelen yani erekte olan bu canlı aynı zamanda ilk avcı ve ateşi ilk kullanandır. Yaklaşık 1,5 milyon yıl önce başlayan bu süreç içinde insanın bilişsel yeteneklerinin de geliştiği bilinmektedir. Alt Paleolitik Çağ denilen bu dönemde ve bunu izleyen yaklaşık günümüzden 60.000 yıl öncesine kadar devam eden dönemde insanın beslenme alışkanlıkları çokça değişmemiş ve avcı-toplayıcı yaşam biçimi tek yaşam biçimi olarak devam etmiştir. Bu dönemdeki beslenme biçimi "Paleolitik Diyet" olarak adlandırılır

*Dr. Öğretim Üyesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Arkeoloji Bölümü
(ORCID No: 0000-0002-7099-1132)

Geliş Tarihi / Received : 03.01.2019

Kabul Tarihi / Accepted : 05.05.2019

ve yaklaşık olarak %37 Protein, %41 Karbonhidrat ile %22 Yağ'dan oluşur (**Güleç ve Açıkkol, 2006**). Ayrıca lif, vitamin ve mineral alımı günümüz beslenme rejimlerinde düşünülmemeyecek kadar yüksek olup, bu dönem beslenmesinin karakteristiği de yüksek hayvansal protein, düşük doymuş yağ oranı, düşük oranda tuz ve yüksek kalsiyumdur.

Ancak bu ilk kültürel patlamayı izleyen dönem oldukça uzun sürmüş ve Üst Paleolitik Çağ'ın başlarından itibaren ortaya çıkan yeni bilişsel süreç içinde insanın insanlaşma süreci daha farklı bir yola girmiş ve yolun sonu bu güne ulaşmıştır. Bugünden kasıt avcı-toplayıcılığın yerini insanın kendi besinini üretmesinin almasıdır. Başlangıcından bugüne olan bu süreci aşağıdaki tabloda izlemek olasıdır.

Aşağıda tablodan da anlaşılacağı gibi Besin Toplayıcılığı Evresi'nin sınırlandırılmış dolaşım olarak adlandırılan ve Üst Pleistosen döneme denk gelen

günümüzden yaklaşık 100.000-35.000 yıl önceki aralığının sonlarına doğru insanın ilk kez yaptığı bir eylem de görülebilmektedir. Bu eylem ölüsünü gömmeye başlamasıdır. Gerçekten de Orta Paleolitik Çağ'ın sonları ve Üst Paleolitik Çağ'ın başlarına denk düşen bu dönemde insanın bilişsel gelişimi önceki dönemlere göre bir sıçrama yaşamıştır. Steven Mithen tarafından bu dönem aşağıdaki gibi tanımlanmıştır.

*"...Mağara resimlerindeki antropomorfik **görüntüler ve insanların eşyalarıyla birlikte gömülmesi, bu Üst Paleolitik insanların doğüstü varlıklara ve muhtemel yaşam ötesi hayatla ilgili inançlara sahip ilk bireyler olduklarını gösterir. Gerçekten de dinsel ideolojilerin ilk kez ortaya çıkışına burada tanık oluruz. Bu durum, ilk insanların aklındaki çeşitli zekâlar arasında var olan bariyerlerin yıkılmasıyla açıklanabilir."** (Mithen, 1999).*

Tablo 1. Tarihöncesi devirler, kronoloji, ekonomik yapının gelişimi ve beslenme (Uhri 2014)

1- Besin Toplayıcılığı Evresi: >500.000-11.000/10.000

I- Besin Derleme Evresi (Depolama Yok)

1. Alt evre Standart Olmayan aletler evresi, Pliosen-Alt Pleistosen-Orta Pleistosen başı

- Çaytaşı aletler ve el baltaları, Olduvan ve Acheul, Alt Paleolitik Çağ
- *Autrolupithecus aphaensis*, *Homo habilis*, *Homo Erectus* >500.000

2. Alt evre Standart aletler evresi, Orta ve Üst Pleistosen

- Çaytaşı aletler ve el baltaları, Olduvan ve Acheul, Alt Paleolitik Çağ
- *Homo habilis*, *Homo erectus* 500.000-100.000

3. Alt evre Sınırlandırılmış dolaşım, Üst Pleistosen

- Yonga aletler, Mousterien, Orta Paleolitik
- Arkaik *Homo sapiens*, *Homo Neanderthalensis* 100.000-35.000
- İlk Gömü Uygulamaları (Şanidar, Le Moustier, La Ferrassie, Deşik-Taş vb.)

II. Besin Devşirme Evresi (Depolama var)

1. Alt evre Seçici avlanma-sınırlı göçer, Üst Pleistosen

- Dilgi aletler, Gravette-Solutre-Magdalen, Üst Paleolitik Çağ
- *Homo sapiens*, *Homo Neanderthalensis* 35.000-12.000

2. Alt evre Mevsimsel sınırlı dolaşım ve avcılık, besin devşirmeciliği, Holosen

- Dilgi aletler, Epipaleolitik-Mezolitik

Homo sapiens, MÖ 12.000-11.000

3. Alt evre Uzmanlaşmış besin toplayıcılığı, yarı sürekliden tam sürekli yerleşik yaşama geçiş, Mezolitik, MÖ 12.000 sonları

2- Besin Üretimi Evresi: 12.000/10.000-günümüz

İlk Evre (Mekanize olmayan, bireysel veya aile temelindeki uğraşlar, kısa bir evre)

1. Alt evre Akeramik Neolitiğin ilk evresi, Akeramik Neolitik MÖ 11.000-7.000

2. Alt evre İlk tarımcı köy toplulukları, Neolitik MÖ 7.000-5.000

3. Alt evre Genişlemiş tarımcı köy toplulukları, Kalkolitik MÖ 5.000-3.200.

İkinci Evre (Yazının icadı, tarih devirleri)

Erken Tunç Çağı MÖ 3.200-1.700'den günümüze

Bilişsel olarak bir sıçrama yaşadığı belirtilebilecek insanın ölüsünü gömmesi eyleminin bambaşka bir farkındalığın ortaya çıktığının göstergesi olduğu söylenebilir. Bu ilk gömü uygulamalarını gerçekleştirenler yakın akrabamız sayılabilecek Neanderthal insanıdır. Hemen belirtmek gerekir ki Neanderthal adı ironik bir biçimde bu canlının ilk tanımlandığı yer olan Almanya'daki Neander Vadisi'nden (thall) gelmektedir. Bu vadiyse adını ilham kaynağını burada bulduğu iddia edilen 17.yy Alman şairi, Joachim Neander'den almıştır. Neanderthal insanının ölülerini gömmüş olduğunun maddi kanıtlarının ilki Kuzey Irak'ta Zagros Dağları'ndaki Şanidar Mağarası'ndan gelir. Burada günümüzden 60.000 yıl önce yaşadığı sanılan Şanidar insanlarından günümüze kalan ve 1957 yılında Ralph Solecki tarafından başlatılan kazılarda ortaya çıkarılan yaşlı bir Neanderthal'e ait gömü beslenme ve sağlık ilişkisi açısından önemlidir. Bu iskeletin etrafındaki toprak polinolojik (polen analizi) açıdan incelendiğinde ölünün çiçeklerle birlikte gömüldüğü anlaşılmıştır. Aslında Şanidar'da birden çok iskelet bulunmasına karşın bunlardan biri, Şanidar IV adı verileni bilim dünyasında oldukça tartışmalara neden olduğu için önemlidir. Şanidar IV'ün, özellikle çevresindeki toprakta yapılan polinolojik analizler sonucu bölgenin normal florasında bulunan çiçeklerle gömülmüş olduğu düşüncesi yaygındır. Yapılan polinolojik analizler bu çiçeklerin, aynı coğrafyada bugün de var olan civanperçemi (*Achillea biebersteinii*), peygamber çiçeği (*Centaurea cyanus*), devedikeni (*Onopordum tauricum*), kanaryaotu (*Senecio vulgaris*), sümbül (*Hyacinthus orientalis*), gül hatmi (*Althaea rosea*) gibi bitkilere ait olduğunu göstermiştir (**Leroi-Gourhan, 1975**). Burada dikkat edilmesi gereken nokta ise bütün bu bitkilerin şifa verici olarak kullanılıyor olmalarıdır. Dolayısıyla burada gömülü kişinin toplumsal niteliği ile çiçekler arasında bir koşutluğun olduğu düşünülmüş ve bu kişinin şifa verici uygulamalarla kendine toplulukta farklı bir yer edinmiş yaşlı bir şaman olabileceği ileri sürülmüştür (**Uhri, 2014**).

Ölü gömme olgusunun bu ilk karşılaşıldığı dönem aslında ritüellerin ve dinin de icat edilmeye başlandığı dönemdir ve bu dönemde sadece topluluk içinde farklılığı olan bireyler gömülmektedir. Bunun temel nedeni de dini ideolojilerle ilgilidir. *The Naturalness of Religious Ideas* adlı kitabın yazarı sosyal antropolog Pascal Boyer'ye dayanarak dini ideolojilerle ilgili üç niteliğin dünyadaki bütün dinlerde ortak olarak bulunduğu da söylenebilir. Bunlardan birincisi, birçok toplumda insanın fiziksel olmayan varlığının ölümden sonra da yaşamaya devam edebileceği varsayımdır. İkincisi, bir toplumda, özellikle

bazı insanların doğrudan tanrılar ya da ruhlar gibi doğaüstü varlıklardan ilham ve mesajlar alabilecekleri inancıdır. Üçüncüsü ise, belirli ritüelleri tam olarak yerine getirmenin doğal dünyada değişiklikler oluşturabileceği varsayımdır. Şanidar'da gömülen bu şamanın da aslında şifa verici otlar hakkında topluluğun diğer bireylerinden farklı bir niteliğe sahip, en azından daha bilgili olduğu düşünülmektedir. Şaman'ın tanrı veya öte dünyadan aldığına inanılan şifalı otlar hakkındaki bilgisi ve deneyimiyle sağaltıcı bazı uygulamaları gerçekleştirdiği kanısına varılmıştır. (**Uhri 2014**) Bu saptamalar; şamanların insanları iyileştiren birileri olduğuna, sağlık ve beslenme ile arkeoloji arasında kurulabilecek ilişkilere dair ilk elle tutulur kanıtları da bize sunmaları nedeniyle önemlidir. Arkeoloji dünyasında hâlen tartışılan bu görüş aslında pek de yanlış sayılmaz. Zira animist ve çok tanrılı bütün dini inançlarda rahip, büyücü, şaman veya diğer değişik adlarla tanımlanan bu bireylerin aynı zamanda şifacı olduklarını ve çoğunlukla bitkilerden ürettikleri yenebilen ya da harici olarak uygulanabilen ilaçlarla topluluklarındaki bir şekilde hastalanmış bireyleri sağlıklarına kavuşturduklarına olan inancın günümüzde de devam ettiğini belirtmek olasıdır. Burada etnoarkeolojik bir incelemeyle kocakarı ilacı denilen ve doğadan elde edilen bazı ilaç ve gıdaların hâlen dünyanın değişik yerlerinde kullanıldığının saptanabileceğini de belirtmek isterim. Hatta bir adım daha ileri giderek kesinliği olmakla birlikte bir galatı meşhur olarak Hipokrates'e atfedilen "yediğin ilacın, ilacın yediğin olsun..." sözünü de anımsatmak yerinde olur. Kısacası beslenme ve sağlık arasındaki ilişkinin tarihöncesini bu veriler ışığında anlamaya çalışmak gerektiğini düşünüyorum.

Yazının icadı ile başlayan tarih çağlarına gelindiğindeyse eldeki veriler daha da artmaktadır. Mezopotamya ve Hitit çivi yazılı belgelerinin bir kısmı beslenme ve sağlık ile ilişkili dini metinleri de kapsamaktadır (**Erginöz 1999**). Bu metinlerde yazılanların gerçekliği de arkeolojik kazılar ve arkeometrik verilerin desteğiyle kanıtlanmıştır. Burada gerçeklikten kasıt beslenme ve sağlık ilişkisi açısından bu ritüel metinlerinde geçen uygulamaların o dönemlerde yaygın biçimde yapıldığıdır. Konu dışı bir örnek olmakla birlikte Akeramik Neolitik Dönem'den (Çanak Çömleksiz Neolitik) itibaren kötü ruhları çıkarmak için kafatası ameliyatlarının (trepanasyon) örneklerine Anadolu'da rastlanılmasıdır (**Özbek 1998**). Tıp ve büyü ilişkisi ile başlayan ve dini ideolojilerle şekillenen tıp-sağlık ilişkisi içinde beslenmenin yeri ise özellikle Sümer, Akkad, Asur, Hitit ve Mısır metinlerinde görülmektedir.

Kazılarda ortaya çıkarılan ve dilbilimcilerce çözümleri yapılabilmemiş metinler içinde yenilebilen bitkisel ve hayvansal ürünlerden yapılan ilaçlar önemli bir yer tutmaktadır. Majik (büyüsel) tedavilerle beraber uygulanan bu ilaçlarla tedavi yöntemlerinin hâlen dini ideolojilerin etkisi altındaki bir tıp-sağlık ilişkisinin de varlığını kanıtladığı düşünülebilir. Sümerce, Akkadca ve Asurca'yı kapsayan Mezopotamya tıbbi metinlerinde geçen ve tedavide kullanılan yenilebilen bitkiler arasında haşhaş (Sümercesi Haššika), kekik (Akkadça ve Hititçede HAŠU), hardal, meyan-kökü (Akkadçası ŠÜŠU), sarımsak, soğan, pırasa, susam (Akkadça šamaššammu) ve nane (Akkadca ve Asurca ninû) en başta gelenlerdir (Uhri, 2010). Hardak konusunda bir parantez açarak kısa bir açıklama yaparak konuya devam etmek daha yararlı olacaktır. Sümer ve Akkad yazılı belgelerinde geçen ve etlerle kullanılan bir baharatın ismi olduğu düşünülen 'gazi ve kasû' sözcüklerinin hardal olabileceği ve her türlü et yemeği ve haşlamada koku verici olarak kimyon, sarımsak vb. ile beraber kullanıldığını Bottero belirtmektedir (Bottero 1987; Bottero 2005). Ayrıca hardalın Hititçesinin de HALPANUM veya HAR.HAR olabileceğini Hayri Ertem önermektedir. Bu kısa açıklamadan sonra diğer tıbbi ürünlerle devam edelim. İlaç yapımında kullanılan hayvansal ürünler ise başta süt ve süt ürünleri olmak üzere hayvansal yağlar, değişik hayvanların kanı, iç organlarının bazıları, deri altı yağı, yılan derisi ve kaplumbağa kabuğudur.

Yukarıda adı geçen bitkilerin içinde yer alan ve bugün de sağaltıcı yönü olduğu düşünülerek kullanılan bir üçlü Hitit tıbbi metinlerinde adlarının geçmesiyle dikkat çeker. Bunlar Zambakgiller (*Liliaceae*) familyasından olan soğan, sarımsak ve pırasadır. Hititologlarca, ilaç hazırlamakla ilgili kayıtların olduğu bazı tabletlerde 'sarımsak sapı' anlamına gelen **ŠUM.ŠAR GAPANU** ile birlikte geçen, soğan (šuppiqašhar) ya da sarımsağa (**ŠUM**) benzeyen, taze ve yeşil bir bahçe bitkisini tanımladığı düşünülen **GA.RAŠ.ŠAR**'ın pırasa olabileceği düşünülmekte ve dolayısıyla bu üçlünün beslenme ve sağlık ilişkisindeki yeri önem kazanmaktadır (Ertem, 1974; Ünal, 2007).

Yakındoğu uygarlıklarının özellikle de Sümer, Akkad, Asur, Babil ve Anadolu merkezli Hititlerin birbirlerinden bilgi aldıkları ve MÖ 3200 gibi yazının icadıyla başlayan süreçte birçok ritüel ve tıbbi metinde hemen her zaman Güneybatı Asya'da rahatlıkla bulunabilecek birçok bitkiyi hem beslenme için hem de ilaç olarak tükettiklerini belirtmek olasıdır. Yukarıda birkaç örneği verilen bu ilaçların hazırlanmasında

bilinemeyen tek olgu hangi üründen ne kadar yenilmesi veya ilaca katılması gerektiğinin metinlerde yazmıyor oluşudur. Araştırmacılar kesin miktar belirtilmemiş olmasının nedenini bu miktarların hekimler/büyücüler/rahiplerce ezberden bilinmesi veya meslek sırrı olarak saklanıyor oluşuyla açıklamaktadırlar (Erginöz, 1999).

Mısır kayıtlarındaysa özellikle 875 tane reçete içeren meşhur Ebers Papirüsü Eski Mısır'da yenilebilen bitkilerle yapılan ilaçların nasıl hazırlanıp kullanılacağı konusunda bilgi vermektedir. Ancak beslenme ve sağlık konusunda tarihte belki de ilk nasihatı veren kişi bir Hitit kralıdır. I. Hattuşili'nin vasiyetnamesini içeren ve Friedrich Hrozný'nin 1915 yılında Hitit dilini çözmesini ve 3500 yıl sonra tekrar okunmasını sağlayan bu tablet, hem Hrozný'nin Hititçede çözdüğü ilk tümceleri barındırmakta hem de 19. satırda geçen yeme-içme ile ilgili nasihatın varlığıyla bir ilki gerçekleştirmektedir.

I. Hattuşili'den dinleyelim:

"Şimdiye dek [ailemden] hiç kimse arzumu kabul etmedi. [Sen oğlu] m Murşili sen onu kabul et! [Babanın söz] zlerini koru! – Babanın sözlerini korursan, [ekmek yiye] ceksin, su da içeceksin! [Yüreğ] ine olgunluk çağı (gelince), günde iki kez, üç kez ye! Kendine iyi bak! Yüreğine yaşlılık (çökünce), doyuncaya kadar ye! (O zaman) [babanın] sözünü (bir kenara) at!" (Alp, 2001; Albayrak ve ark., 2008)

Hattuşili'nin vasiyetini oğlu Murşili dikkate aldı mı bilinmiyor ama sağlık özellikle de hijyen ve sanitasyon alanında Hititlerin çok dikkatli olduklarını yine kazılara ve çivi yazılı belgelere dayanarak belirtmek olasıdır. Kralın talimatnamelerinde geçen *artahhi* sözcüğü lağım ya da pis su kanalı anlamına gelmekte ve özellikle Boğazköy'deki kazılarda ortaya çıkarılan bu kanallar Hititlerin pis suları yerleşim bölgesinden uzaklaştırmaya ve temizliğe verdikleri önemi de kanıtlamaktadır.

Tarih boyunca birçok uygarlık kendi bilgisi çerçevesinde hayatta kalmak ya da yaşam standardını yükseltmek için beslenme ve sağlık ilişkisine önceleri büyüsel yollarla daha sonrasındaysa deneysel ve gözleme dayalı olarak önem vermiştir. Eski Yunan'da Aristoteles'in insan bedenini inceleyerek vardığı sonuçlar bu açıdan ilgi çekicidir. Aynı şekilde Roma Dönemi'nde Bergama Asklepeion'unda hekimlik yapan ve eczacılığın babası olarak kabul edilen Galenos'un kekik üzerine yazdıklarını burada güçlü bir örnek olarak verip bu incelemeyi tamamlamak istiyorum.

Yunan söylencelerinde kekiğin ortaya çıkışı ile ilgili olarak sözü edilen öykü Troia savaşlarının çıkış nedeni olan Sparta Kralı Menelaos'un karısı Helen ile ilgilidir. Troia savaşını çıkaracak derecede bir arzu nesnesi olarak anılan ve bunun bedelini de oldukça ağır şekilde ödeyen bir kahramandır Helen. Söylenceye göre Helen bu bedeli sessiz ve vakur biçimde döktüğü gözyaşlarıyla ödemiş ve kekik de bu gözyaşlarından doğmuştur. Kekik yani *Thymus*'un Yunanca koku anlamına gelen *thumon* sözcüğünden geldiğiyle başlayalım açıklamaya¹. Bu sözcükte yer alan *thym/thymo* kökünün ruh, duygu ve öz, temel, kök ya da gerçek anlamına geldiğini belirtmek olası. Kısacası kokunun uçuculuğuyla ruhun uçucu niteliği bir tutulmakta ki bunu dünyanın bütün dillerinde ruh anlamına gelen sözcüklerde görmek olasıdır (Uhri, 2014). Ancak şimdi *thymus* sözcüğünün ilişkili olduğu bir başka gıda maddesine gönderme yaparak bu konuyu açmaya çalışacağım. Bu gıda maddesi uykuluk adıyla tanınır. Kuzu ve dananın boyun ile akciğer ve karaciğer arasında olasılıkla uyur gibi uzanmış olduğundan uykuluk adı verilen bu organ aslında bir salgı bezi olup Latince adı *Thymus*'tur. Yani kekikle aynı adı taşır. Bu salgı bezi üzerine ilk bilgileri eczacılığın babası Galenos verir ve onun da saptadığı gibi bu organ insanda yaş ilerledikçe küçülür veya geriler. Galenos bu organın duygularla ve ruhla ilgili olduğunu söylemektedir. İnsanda T-Lenfositlerin üretildiği bu organ ne işe yarar? Adı neden kekikle benzerlik taşır? Uykuluk ve kekik arasındaki etimolojik ilişki semantik bir yan taşımakta mıdır? Bu sorulara verilecek yanıt için Galenos'un *thymus* bezi hakkında yazdıklarına bakmak gerekiyor. Galenos, bu salgı bezinin duyguları idare ettiğini ve boyun altına dokunularak ya da dili damağa bastırarak bu bezin uyarılabileceğini söylemekte. *Thymus* bezinin yapısını ise dalına tutunmuş bir sap kekiğe benzetmekte ve aralarında sadece şekilsel değil, anlamsal bir ilişki de kurmakta. MS II. yüzyılda Bergama'da yaşayan ve gladyatörlerin cerrahlığını yaparak, anatomi, fizyoloji ve gladyatörleri tedavi etmeye çalışarak da farmakoloji alanında ustalaşarak çeşitli ilaçlar üreten bu hekim ve eczacının gözlemleri arasında bu organın yukarıda da belirtildiği gibi yaşla birlikte köreldiği ya da gerilediği de vardır. Kısacası kalp yerine duygular için önerilen *thymus* bezi zamanla ya da olasılıkla ergenlik çağını aşmış bir gladyatör ölüsünde olduğu gibi gençlere göre daha küçük ya da geriye ve bunu Galenos fark ettiyse, Galenos'un bu ayrık durumu duygularla ve ruhla ilişkilendirmiş olabileceği söylenebilir. Bu durumda *thymus* sözcüğünün kökenini olan *thym/thymo* sözcüğünü tekrar anımsayalım. Bu sözcük örneğin *thymele* olarak antik

tiyatrolarda Dionyssos için yapılan sunak ya da kaidenin adı olduğu gibi etimoloji sözcüğünde de kök ya da gerçek anlamına gelerek *etymon* sözcüğünün içinde de yer almaktadır. Sonuç olarak etimolojinin de etimolojisini yaparak, hem kekik hem uykuluk anlamına gelen *thymus* sözcüğünün kökeninde öz, gerçek, ruh, temel gibi bir anlamın bulunduğunu belirtmek olasıdır. Ayrıca ruhun özü oluşturmasının yanı sıra, gerçeklik ve uçuculuk bir tutulmakta ya da buna inanılmakta olduğu da belirtilebilir. Bir diğer deyişle kekiğin Helen'in ruhunu, inanışını, kederini ve diğer duygularını taşıyan gözyaşlarından doğmuş olması söylencesi de bu bakış açısıyla değerlendirilmelidir. Buradan yola çıkarak bir başka konuya da ulaşmak olasıdır. O da *Thyme* yani kekik sözcüğünün yaşamın sürekliliğini sağlayan genetik bilginin aktarımını kodlayan aminoasitlerden biri olan Timin'in de kökeninde olduğudur. Aslında ilk kez *thymus* bezinden ekstrakte edildiğinden bu adı alan Timin'in diğer üç kardeşinin adlarının kökeni de son derece ilginçtir. Örneğin "*adenine*" tamamen kutsal kitaplardan tıp biliminin içine girmiş ve cenneti tanımlayan Aden sözcüğünden gelir ki bu sözcük daha sonra İngilizcede "Eden" olarak söylenegelmiştir. Eski Ahit'te cenneti tanımlarken kullanılan bu sözcük aslında içinden çıkan suların Dicle ve Fırat da dâhil dört ırmağı beslediği ve bu suları kendiliğinden üreten bir yerdir. Dolayısıyla Aden sözcüğü daha sonra tıbbi terminolojide kendi salgısını üreten yani *adenoid (glanduler)* nitelikli hücreleri tanımlamak için kullanılan bir sözcük hâline gelmiştir. Ayrıca bu sözcüğün kanserlerin önemli bir kısmını oluşturan *adenokarsinom*lara da kaynaklık etmesi de terminolojik bir ironi olarak görülebilir. Aynı şekilde yine yaşamın sürekliliğini sağlayan genetik bilginin aktarımını kodlayan aminoasitlerden diğer ikisi olan *guanin* ve *sitozinin* adlarının kökenini de ekleyerek bu konuyu tamamlamak istiyorum. Bu iki aminoasitten ilki yani *guanin* beslenme ile ilişkilendirilebilir. Zira sözcük, tarımsal olarak son derece kıymetli bir gübre olan Guano'dan (martı gübresi) ekstrakte edildiği için bu ismi almıştır. *Sitozin* ise doğrudan hücre sözcüğüne atıf yapmaktadır.

Sonuç

Sonuç olarak kazı ve araştırma sonucu ortaya çıkarılan maddi kültür öğelerini değerlendirip, bunlardan yola çıkarak kendi içinde tutarlı biçimde geçmişten yeniden kurgulamaya çalışan ve tarih yazıcılığının bir kolu olan arkeoloji açısından beslenme ve sağlık ilişkisi yukarıda değişik kazı yerlerinden ve antik kaynaklardan gelen bilgiler ışığında değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme sonucunda aşağıdaki gibi bir çıkarım yapılabilir. Arkeolojik açıdan beslenme

ve sağlık ilişkisi üzerine belki çok başka olgulara da değinmek gerekebilirdi ancak bu kısa makalede sadece özet olarak yazılabilen bu ilişkinin temelde din-büyük-sağlık-beslenme sırasıyla insanlık tarihinde yerini aldığını ve son yüzyıllarda gelişen teknolojiyle çok daha farklı bir yöne doğru evrildiğini görmekteyiz. Arkeolojik verilere bakıldığında din-büyük-sağlık-beslenme sırasıyla izleyebileceğimiz tarihsel gelişim aslında insanın bilişsel ve kültürel olarak da gelişiminden bağımsız değildir. Bilişsel gelişimin tetiklediği teknolojik yenilikler, doğayı tanıma ve doğadan sağlık ve beslenme açısından yararlanmanın dinsel öğelerle bezelen ilk geçmiş sonrasında yerini seküler çalışmalarla bırakacak ve günümüze dek ulaşacaktır.

Yediğiniz ilacınız, ilacınız yediğiniz olsun...

Dipnot

1. Makale içinde geçen bütün etimolojik veriler Etymonline etimoloji sayfasından alınmakla birlikte yorumlar yazara aittir. www.etymonline.com, Erişim tarihi 27 Aralık 2018.

Kaynaklar

Albayrak, A. - Solak, Ü. - Uhri, A. (2008), *Deneysel Bir Arkeoloji Çalışması Olarak Hitit Mutfağı*, Metrokültür Yay., İstanbul, 27.
Alp, S. (2001) *Hitit Çağında Anadolu-Çiviyazılı ve Hiyeroglif Yazılı Kaynaklar*, TÜBİTAK Yay., Ankara, 70.

Bottero, J. (1987) "The Culinary Tablets at Yale", *Journal of the American Oriental Society*, Vol. 107, No. 1, USA, 11-19.

Bottero, J. (2005) *Eski Yakınoğu-Sümer'den Kutsal Kitap'a*, Çev.A.K.-P.G.-L.A.Ö., (ed.)J.B., Dost Ktbv. Yay., Ankara, 67-84.

Erginöz, G.Ş. (1999) *Hititlerde Anatomi ve Tıp*, İ.Ü.Edeb.Fak. Yay., İstanbul, 165.

Ertem, H. (1974) *Boğazköy Metinlerine Göre Hititler Devri Anadolu'sunun Florası*, TTK Yay., Ankara, 92 ve 121.

Güleç, E., Açıkkol, A. (2006) "Paleolitik Beslenme", (ed. O.Bostancı) *Hayat Erkanalı Armağan-Kültürlerin Yansıması*, Homer Yay., İstanbul, 389-400.

Leroi-Gourhan, A. (1975) "The Flowers found with Shanidar IV, a Neanderthal burial in Iraq", *Science* 190, 562-564.

Mithen, S. (1999) *Aklın Tarihöncesi*, Çev.İ.Kutluk, Dost Ktbv. Yay., Ankara, 200.

Özbek, M. (1998) "Human Skeletal Remains from Aşıklı, A Neolithic Village Near Aksaray, Turkey", *Light on Top of the Black Hill. Studies Presented to Halet Çambel*, Yay. Haz. G. Arsebük, M. J. Mellink, W. Schirmer, Ege Yayınları, İstanbul, 567-579.

Uhri, A. (2010) *BOĞAZ DERDİ/ Arkeolojik, Arkeobotanik, Tarihsel ve Etimolojik Veriler Işığında Tarım ve Beslenmenin Kültür Tarihi*, Ege Yayınları, İstanbul.

Uhri, A. (2014) *Anadolu'da Ölümün Tarihöncesi/Bir Geleniğin Oluşum Süreçleri*, Ege Yay., İstanbul, 29, 36 ve 44.

Ünal, A. (2007) *Multilinguales Handwörterbuch Des Hethitischen-A Concise Multilingual Hittite Dictionary-Hittite Çok Dilli El Sözlüğü*, Verlag Dr.Kovaç, Hamburg, 121.