

Araştırma-İnceleme

ESKİ YUNAN VE ROMA'DA FİLOZOF SOFRALARI

Ali GÜVELOĞLU<sup>1</sup>

**Öz:** Filozofların yeme-içme alışkanlıklarının ele alındığı bu çalışmanın amacı antikçağın mental dünyasını şekillendiren düşünürlerin toplumun beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkilerini incelemektir. Çalışmamızın coğrafi sınırı Klasik Dönem Uygarlıkları olarak adlandırılan Eski Yunan ve Roma uygarlıklarının erişim alanlarıyla sınırlanmıştır. Konuyla ilgili bilgiler filozofların yapıtlarında ve onlardan bir kısmının yaşam öykülerini kaleme alan Diogenes Laertios'un *Ünlü Filozofların Yaşam Öyküleri ve Öğretileri* başlıklı kitabında bulunmaktadır. Sokrates'ten Platon'a, Aristoteles'ten Seneca'ya kadar birçok düşünür birbirine benzer yeme içme alışkanlıkları göstermektedir. Onlar en geniş anlamıyla basit bir yeme düzeni, lüksten kaçınma, bedensel hazları baskılama, hayatta kalmaya yetecek kadar yeme gibi tavsiyelerde bulunmuşlardır. Ancak çağdaşları ve ardılları onların lüksten ve zevkten uzak beslenme tarzını benimsememiş, filozofların basit ve kolay ulaşılabilir yiyecekleri yerine zengin sofralarını tercih etmiştir. Bu durumu Archestratos ve Apicius'un doğrudan yemek ve damak tadıyla ilişkili yayınlardan okuyor ve klasik dönem vazo resimlerinden görebiliyoruz. Ayrıca dönemin ithalat emtiası da klasik dönem Atinalılarının lüks yiyeceklere olan ilgisini ortaya koymaktadır. İsmi geçen kaynaklarda bol etli, soslu yiyecekler, horoz ibiği, tavus kuşu gibi sıra dışı besinler ve çalgılı eğlenceli yemekler anlatılmaktadır. Antikçağın sosyo-kültürel olgularından biri olan şölenlerin nasıl olup da sıra dışı yeme-içme alışkanlıklarının sergilendiği bir yer olduğunu anlayabilmek için öncelikle arkeolojik bulguları ve görsel malzemeyi incelemeli, adı geçen yazarların eserlerindeki temaları görmeli, ardından ticaret ve coğrafi genişleme olgularını derinlemesine gözden geçirmeliyiz.

**Anahtar Sözcükler:** Filozof, Seneca, Sokrates, Arkhestratos, Apicius, Yemek, Düşünce, Lezzet.

EATING HABITS OF PHILOSOPHERS IN ANCIENT GREECE  
AND ROME

**Abstract:** This paper concerning philosophers' eating and drinking habits aims to analyze the relationship between thinkers and food. This subject

<sup>1</sup> Yrd. Doç. Dr., Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Tarih Bölümü, Eskiçağ Tarihi Anabilim Dalı. [ali.guveloglu@erdogan.edu.tr](mailto:ali.guveloglu@erdogan.edu.tr)

is chosen to analyze how an inescapable fact, nutrition, was perceived by philosophers, what is the relationship between their world of thought and their eating habits, and how their followers were affected by their eating habit. Geographically speaking, this study is condensed into Classical Period Civilizations, namely, Ancient Greek and Rome. Information about the subject refers to *The Lives and Opinions of Eminent Philosophers* by Diogenes Laertios. From Socrates to Plato, Aristotle to Seneca, most of thinkers have similar nutrition habits. They were aware of luxury and pleasure, and of eating to live, not living to eat. It is understood that their followers had chosen rich meals instead of thinkers' basic offers. We can understand this from the books of Archestratos and Apicius, and it is also seen in Classical Greek vases. The Athenian luxury food imports also prove this idea. In order to understand how such a socio-cultural organization as banquets turned into luxury consumption meetings, we have to analyze commerce and geographical expansions and check these writers' books.

**Keywords:** Philosopher, Seneca, Socrates, Archestratos, Apicius, Food, Thought, Taste.

## Giriş

Lucius Annaeus Seneca'nın "...Mideye borçlu olduğun şeyi ver elindeki her şeyi değil" (*Ep.* II. 21. 11) sözü çalışmamızın çıkış noktasını oluşturmaktadır. Makale boyunca filozofların bu ve buna benzer öğretilerinin antikçağ insanı üzerinde ne derecede etkili olduğunu araştırıp bulmaya çalışacağız. Konuya doğrudan bir giriş yapmadan önce Eski Yunan ve Roma felsefelerinin gelişim evrelerini kısaca hatırlamak yerinde olacaktır. Eski Yunan felsefesinin klasik dönemi başlamadan önce Yunanistan'da Miken Uygarlığı devri tamamlanmış (M.Ö. II. Binyıl), Truva Savaşının ardından Güney İtalya, Batı Anadolu ve Karadenizde koloniler kurulmuş (M.Ö. 750-550), Solon döneminde (M.Ö. 640-559) sınıflar arası sosyal ve ekonomik farklılıkların kaldırılması için mücadele verilmiş, M.Ö. 509'da tiranlar Atina'dan kovularak demokrasiye giden yolda ilk adımlar atılmış, M.Ö. 499-454 yılları arasında Perslere karşı, başarılı bir savunma gerçekleştirilmiş, ardından yeni bir düzen kurma çabaları başlamıştır. Üzerinde yaşanılacak toprakların sınırları çizilip yönetim şekli belirlendikten sonra Eski Yunan toplumu mental gelişim evresine girmiştir. İlk filozoflar olarak adlandırılan düşünürler doğa olaylarını ve insanı tanıma çabası içinde olmuşlardır (Schofield, vd., 2004, s. 43). Felsefede Sokrates'ten itibaren ahlak konularını işlenmeye başlanmış, Platon ile birlikte diyalektikle tanışılmıştır. Böylece eski batı uygarlıkları varoluştan gündelik yaşama kadar birçok konuyu belirli kurallar eşliğinde ve düşünsel boyutuyla ele almaya başlamıştır (Copleston, vd., 1993, s. 13). Helenistik dönemle birlikte akılcı ve insan yaşantısını merkeze koyan felsefe sistemleri olan Epikurosçuluğun ve Stoacılığın temelleri atılmıştır (Arslan, 2001a, s. 20).

M.Ö. I. binyılın ikinci çeyreğinden itibaren orta İtalya bölgesinde görünen ve kısa süre içinde siyasi bir birlik oluşturmayı başaran Romalılar M.Ö. 753-509/8 yılları arasında efsanevi krallar tarafından yönetilmiştir. Krallığın sonlandığı

tarihten M.Ö. 27 yılına kadar *Res Publica* olarak adlandırılan yönetim sürecinde Romalılar önce İtalya'yı ardından Afrika kıyılarını ve en sonunda Doğu Akdeniz topraklarını ele geçirdiler. Bu son icraatları onları eski Yunan edebiyatı ve felsefesiyle doğrudan iletişime sokmuştur. Romalılar felsefi anlamda bir yeniliğe imza atmadıkları gibi Eski Yunan felsefesinin taklitçileri oldular. Bu noktadan itibaren Eski Yunan ve Roma felsefelerinin ana hatlarının belirlendiği kabul edilir. Filozofların adı geçen toplumlarda yemek yeme alışkanlıklarını ne derecede etkiledikleri aşağıdaki satırlarda incelenecektir.

### 1. Eski Yunan Filozoflarının Beslenme Alışkanlıkları

P. Scade (2015, s. 67)'ye göre filozofların yemek ve beslenme konularıyla ilgilenmeleri için birçok neden vardı, bunlardan biri yemeğin fiziksel boyutu ve biyolojik çeşitliliği, bir diğeri insan bedeni üzerindeki etkileri, bir başkası ise insan ve hayvan ruhlarının yemekle olan ilişkisi olabilirdi. Palmer (2014, ss. 3-7)'de onunla benzer fikirleri paylaşarak, ruhun ölümsüzlüğü, erdem, iyi ile kötü arasında seçim yapmadaki zorluklar, devleti yaşatma yolları, doğa olayları gibi sayısız konuda fikir yürüten filozofların birçoğunun yeme içme alışkanlıkları konusunda da bir şeyler söylemekten kaçınmadıklarını vurgulamıştır. Platon (*Rep.* VI., 484 a)'a göre ise filozof her şeyin en iyisini bilen, aynı zamanda başkalarına da öğretmesi gereken kişidir. O halde ne yenilip içilmesi gerektiğini de en iyi onlar bilmelidir.

Samos'lu (bugünkü Sisam adası) Pythagoras (M.Ö. ca. 570-495) felsefesiyle ilgili hiçbir şeyi yazıya geçirmemiş olmakla birlikte et ve bakla yeme konusundaki uyarıları ile bir sembol halini almıştır (Dalby, 2003, s. 272). Pythagoras ruhun göçü teorisini<sup>2</sup> eski Yunan uygarlığına taşıyan kişi olarak bilinir. O bu inancından dolayı et yemekten kaçınmış ve öğrencilerine de belirli durumlar karşısında etten uzak durmalarını tavsiye etmişti (Wilkins & Hill 2006, s. 190; Reidweg, 2008, s. 278). Diogenes Laertios (VIII. 13)'a göre bu yasağın asıl amacı insanları yemek pişirme zahmetinden kurtarmak ve basit yemekler yiyip daha az su içmeye alıştırmaktır. Onun hakkında yazılanlar incelendiğinde etten tam anlamıyla uzak durmadığı, yalnızca bazı kısıtlamalar getirdiği anlaşılmaktadır. Kendisi çoğunlukla sebze, ekme ve bal tüketirken öğrencilerine tekir, melanurya ve kırlangıç balıklarını, yumurta ve yumurtadan çıkan canlıları, kendiliğinden ölmüş hayvanların etlerini ve tüm hayvanların yüreğini yemeyi yasaklamıştı (Diog. Laert. VIII. 19, 33). Aristoksenos'un (*Frag.*, 29. a) söylediğine göre bütün hayvanları yemeye izin veriyor bir tek çift süren öküz ile koçun yenmesini yasaklıyordu ( Garnsey, 1999, s. 87). Ay'ın kutsal hayvanı olan beyaz horozun yenmesiyle ilgili yasak (VIII. 34) Homeros'un *Odysseia*'sındaki Güneş'in kutsal sığırlarının yenmesiyle ilgili

<sup>2</sup> Ölen bir insanın ruhu bedeninden ayrılır ve bir hayvanın veya başka bir insanın bedenine geçerek yaşamını orada sürdürür. Herodotos bu teorinin Mısırlılara ait olduğunu, bazı Yunanların bu teoriyi sahiplenmek istediklerini söylemiştir (Hdt. I. 14. II. 81.)

olan yasakla benzerlik göstermektedir.<sup>3</sup> Aynı pasajda adı geçen kutsal balıklar ise bugün Şanlıurfa ilindeki kutsal balıklarla benzer özelliktedir. Böylece Pythagoras'ın et yemeyi tamamen yasaklamadığı, ancak bazı özel durumlar karşısında etten uzak durulmasını tavsiye ettiği söylenebilir.

Bakla yeme yasağı ile ilgili fikirlerinin bitkinin gazlı yapısıyla ilgili olduğu söylemektedir. Filozof bakla yemenin mide için zararlı olduğunu, uzak durulursa rüyaların yumuşak ve dingin olacağını dile getirmiştir (Diog. Laert. VIII. 24; Beer, 2010: 44 vd.). Aristoteles'e (*Frag.* 195 e) göre Pythagoras cinsel organa ya da Hades'in kapısına benzediği için bakladan uzak durmuştur. Plinius (*Nat. His.* XVIII. 119)'a göre bakla ölümlerin ruhlarını barındırmaktadır, bu yüzden de rahipler ve kuş falcıları bu bitkiyi yememelidir. Elimizdeki bilgilere dayanarak Pythagoras'ın yukarıdaki görüşlerden hangisini benimsediğini ortaya koymak olası görünmemektedir. Katz (1987, s. 151) filozofun G6PD enzimi eksikliğine bağlı olarak ortaya çıkan *favizm* hastalığından mustarip olduğunu ve bu nedenle öğrencilerine bakladan uzak durmalarını öğütlemiş olabileceğini dile getirmektedir. Yani bu yasağın altında ruhsal değil, filozofun kendisine özel fiziksel bir neden yatıyor olabilir.

Filozofun yeme-içmede ölçülü olduğu, sarhoşluğu baş belası olarak adlandırdığı (Diog. Laert. VIII. 9) gündüzleri şarap içmediği (VIII. 19) atletlere kuru incir, yumuşak peynir ve tahıldan oluşan bir diyet uyguladığı bilinmektedir (VIII. 12). Öğrencilerini daha az yemeye alıştırmak için yere düşen kırıntıları kaldırmayı yasakladığı da söylenenler arasındadır. Yiyeceklerle ilgili birçok tabu yaratmış olan Pythagoras'ın ölümü tüketmekten çok korktuğu bakla yüzünden olmuştur. Anlatılanlara göre filozof dostu Milon'un evinde sohbet ederken ev onun tiran olmasından endişelenen Krotonlular tarafından ateşe verilmişti. Evden kaçsa da karşısına çıkan bakla tarlasına girmeye cesaret edemeyen Pythagoras baklaya basmaktansa ölmeyi tercih ettiğini söyleyerek durmuş ve yakalanıp orada öldürülmüştür. Diogenes Laertios (VIII. 40) onun ölümüyle ilgili benzer temalar taşıyan iki farklı hikaye daha anlatır. Her üç hikayede de değişmeyen şey filozofun bakla tarlasına girmekle girmemek arasındaki tereddütüdür. Dostlarının ya da öğrencilerinin ondan sonra bu yasağı ne derecede uyguladıklarını bilemiyoruz. Yazılı kaynaklar Sokrates öncesi filozoflardan Empedokles (M.Ö. 490-430)'in de kısmen etten uzak durduğu ve öğrencilerine bakla-fasulye gibi yiyecekleri yememelerini tavsiye ettiği bilinmektedir (Sisko, 2014, s. 58).

Klasik Yunan felsefesinin en önemli temsilcilerinden biri olan Sokrates (M.Ö. 469-399) hakkındaki bilgilerimiz öğrencileri olan Platon ve Ksenophon ile Diogenes Laertios'un kalemlerinden çıkmıştır. Onların Sokrates için çizdiği portrede erdemle bilgiyi bağdaştıran, doğruyu arayan ve yasalara bağlı yaşayan bir filozofun izleri sürülebilir (Hançerlioğlu, 2005, s. 266). Platon'un *Devlet* adlı eserinde Sokrates yeni kurulan düzende yaşayacak yurttaşlar için arpa

<sup>3</sup> Odysseus'un arkadaşları aç kaldıkları zaman bu sığırları yemek zorunda kalmışlar ve bundan dolayı felakete uğramışlardı. (Hom. *Od.* XII. 332 vd.)

unundan yapılmış çörek, ekmek ve şaraptan oluşan bir menüyü uygun görmüştür (Platon *Rep.* II. 372 a-b.). Bu yiyeceklerin insan yaşantısına uymayacağını söyleyerek kendisine karşı çıkanlara cevaben (372 c) tuz, zeytin, peynir gibi katıklarla birlikte soğan ve lahanayla yapılan köy yemekleri, incir, nohut, bakla, mersin yemişi ve palamut gibi çerezleri de ekleyerek yeni kurulmuş bir toplumun bundan fazlasına ihtiyacı olmadığını (372 c-d), et, tatlı gibi şeylerin insanları lükse yöneltip savaşımlara ve bozulmuşluğa sürükleyeceğini dile getirmiştir (373 a-d). Sokrates aşçılığı bir sanat değil, bir çeşit zevk ve tat veren alışkanlık olarak nitelmiş (Plat. *Gorg.* 462 e; 463 b) ve hekimlik kılıfına girmiş dalkavukluk olduğunu dile getirmiştir (464 d- 465 b). Yani ona göre damak tadı arayışında olmak gereksizdir. İnsan karnını en basit yolla doyurmayı bilmelidir.

Sokrates'e göre önemli olan ölçülü yemektir, küçük bir parça ekmekle koca bir tabak yemeği tüketen kişi oburdur (Ksen. *Mem.* III. XIV. 2-6). Aşırı yemek insan bedeni üzerinde olumsuz etkilere neden olur ve kişiyi ruhla ilgilenmekten alıkoyar (I. 2. 4). Ksenophon hocasının başkalarına tavsiye ettiği gibi yaşadığını, sadece doycak kadar yediğini, davet edildiği şöenlerde midesini tıka basa doldurmaya çalışmadığını, susamadıkça içmediğini ve iştah kabartan yiyeceklerden uzak durduğunu söylüyor (I. 3. 5-6). Sokrates'in davet edildiği bir şöene giderken yıkanıp, temizlenip özenle giyinerek katıldığı Platon'un *Symposion* (174 a-b) adlı eserinde açıkça görülmektedir. Aynı satırların devamında (176 a-b.) onun başkaları gibi sedire uzanarak yemek yediği ve içki içtiği anlaşılmaktadır. Platon ve Ksenophon'un çizdiği portrede Sokrates'in yeme-içme konularında iradeli davrandığı görülmektedir. Metinlerden onun damak tadı olarak neleri benimseyip sevdiğini çıkarmak zor olsa da, kırsal nitelikli ve sade yemekleri öğütlediği ve etten uzak durduğu anlaşılmaktadır.

Sokrates'in yaşam öyküsüne baktığımızda Peleponnesos savaşlarında askerlik yaptığını (Laertios, 22-25; Döring, 2008, s. 589) soğuğa ve açlığa dayanıklı olduğunu, kışın bile üzerine basit bir örtü atarak gezindiğini görürüz (Platon. *Symp.* 220b; Ksen. *Mem.* I. 6. 2). Herhangi bir geliri olmayan Sokrates zenginler tarafından desteklenmiş, ancak derslerine karşılık para almamıştır. (Döring, 2008: 589; Plat. *Apol.* 23b-c). Diogenes Laertios (27) onun en sevdiği yemeğin katıksız ekmek olduğunu, aynı zamanda içki içmekten de hoşlandığını söyler. Filozof kendisinin yaşamak için yediğini, diğerlerinin ise yemek için yaşadığını dile getirmiştir (34). Bu son söz onun yaşamı ve yemek hakkındaki fikirleri açıklar niteliktedir.

Her iki filozofun öğretileri de ölçülü yemek ve lüksten kaçınmak yönündedir. Oysa Lissarrague (1987, s. 11)'nin ortaya koyduğu gibi M.Ö. VI. ve V. yüzyıl Yunan vazoları kurban törenlerinin, çeşitli yiyeceklerin, *satyr*lerin ve flütçü kızların çizimleriyle süslenmişti. Adı geçen vazo resimleri Pythagoras ve Sokrates'in yaşadığı dönemlerde ölçülü ve sade yemek bir yana, bolluk ve eğlence içinde şöen düzenleyen Atinalıların varlığına şahitlik ediyor. David Braund (1994, s. 43) onların sofralarında yer alan ithal tavus kuşlarından söz ederken seçkin Atinalıların lüks yiyeceklere olan ilgisine de vurgu yapar.

Ölçülü yeme alışkanlığını tavsiye eden bir başka filozof olan Platon, yalnızca Dyonisios festivallerinde sarhoş olunabileceğini, bunun dışında insanın ayık olması gerektiğini dile getirir (Diog. Laert. III. 39). Filozof devleti koruma görevini üstlenen bekçilerin Homeros'un eserinde anlatıldığı gibi kızarmış etle beslenmesi gerektiğini savunmuştur, çünkü ateş yakmak tencere taşımaktan daha kolaydır, dahası et yemek onlara yapmak zorunda oldukları işi tamamlamaları için gerekli olan gücü sağlar. Baharat, biber gibi şeyler zararlı olduğu için yenmemelidir. Sirakuza ve Sicilya'nın çeşitli yemekleriyle Atina'nın tatlıları ise özellikle uzak durulması gereken şeylerdendir (Plat. *Rep.* III. 404 b-405 a). Sicilya'da lüks yemeklerin sunulduğu şölenlere katılmakla suçlanan filozof orada basit yiyecekler yediğini söyleyerek kendisini savunmuş (Diog. Laert. VI. 25) zevk düşkünlerini eleştirmiştir (Bartlet, 2008, s. 145 vd). Ona göre iştah göbek bölgesindeki organlar ve karaciğerle ilgili bir durumdur, ve tehlikeli bir hayvan gibidir (*Tim.* 70-71; ayrıca bk. Diog. Laert. III. 68. 90). Bu durumun zevkle birleştirilmemesi gerekir.

Kinik felsefesinin kurucusu Sinoplu Diogenes'in yemek alışkanlıkları hakkında anlatılanlar onun felsefesine uygun yaşam sürdüğünü göstermektedir. Zamana ve mekana bağımlı olmak istemeyen filozof yemeğini heybesinde taşır ve bir heybeye sahip olmayanları "sakat" olarak nitelerdi (Diog. Laert. VI. 22, 33). Bu özelliğinden dolayı tapınakta veya agorada, canı nerede ve ne zaman isterse ulu orta yemek yemekten çekinmemiştir (VI. 58, 61, 64, 69). Kendisine Kalistenes İskender'in yanında mutlu bir yaşam sürüyor dediğinde onun istediği zaman yemek yiyemediği, bu konuda İskender'e bağımlı olduğu için mutsuz olduğunu söyleyerek (VI. 45) yemek yemenin zamanı olmayacağına dikkat çekmiştir. Zenginlerin istediği zaman, yoksulların da yiyecek bir şeyler bulduğu zaman kahvaltı yapabileceğini söyleyerek bu konudaki fikirlerini yinelemekten geri durmamıştır. Bir şölene davet edildiği zaman bu fırsatı kaçırmadığı, ancak temizlenip hazırlanmak gibi toplumun geneli tarafından uygulanan kurallara uymadığı anlaşılmaktadır (VI. 33-34).

En azla yetinmeyi ve doğaya uygun yaşamayı kural edinen filozof küçük bir çocuğun eliyle su içtiğini, başka bir çocuğun da mercimek lapasını ekmeğin arasına koyarak yediğini görünce tasını, tabağını kaldırıp atmış ve yiyip içme işleri için elini kullanmaya başlamıştır (VI. 37). Eliyle yiyip içmesine rağmen temizliğe önem verdiği anlaşılıyor. Zira bir gün tapınakta topluca yemek yerken sunulan ekmeklerin pis olduğunu görünce tapınağa pis şeyler sokmanın günah olduğunu söyleyerek onları toplayıp dışarı attığı (VI. 64), başka bir zaman da yemeden önce yeşillikleri yıkadığı söylenir (VI. 58). Ona göre ballı çörekler ve koku gibi şeyler basit yaşamın önündeki engellerdir (VI. 44). Zeytin yiyerek sabah kahvaltısını yaparken kendisine verilen çörekleri kabul etmediği, onu yabancı olarak nitelediği de anlatılmaktadır (VI. 55). Kendisine sorulduğunda Krateros'un<sup>4</sup> evinde zengin bir sofranın tadını çıkarmaktansa Atina'da tuz yalamayı tercih ettiğini söyleyerek lüks ve kalabalık sofralardan hoşlanmadığını

<sup>4</sup> Makedonyalı general M. Ö. 370-321, Büyük İskender'in ardıllarından.

dile getirmiştir (VI. 57). Efendilerini yutar gibi yerken görüp te hiç yiyecek çalmayan köleleri övgüye değer bulmuş, iradeyi övmüştür (VI. 28).

Diogenes'in yiyecekler arasında tercih yapmadığı görülmektedir, ancak yine de atletlerin çok fazla et yemelerini "Onlar domuz ve sığır etinden yapılmışlar" diyerek eleştirmiştir (VI. 49). Kurban törenlerinde yenen yemekleri de sağlıksız bulunduğu bilinmektedir (VI. 28). Pişirmenin gereksiz olduğunu düşünerek çiğ et yemeyi denemiş, ancak bu alışkanlığında ısrar etmemiştir (VI. 34). Filozof insan eti yemenin dine aykırı olmadığını dile getirirse de (VI. 73) bunu yapıp yapmadığını bilemiyoruz. Ölümüyle ilgili üç farklı senaryo anlatılmaktadır. Bunlardan birine göre Diogenes çiğ ahtapot yedikten sonra karın ağrısına yakalanarak ölmüştür (VI. 76). Onun bir fiçıda yaşamak, eliyle yemek ve en azla yetinmek gibi metaforlar içeren sıra dışı yaşam tarzının Atinalılar arasında çok da kabul görmediği açıkça görülür. Önerilerinin bu nedenle kabul görmediği söylenebilir.

Diogenes'in köpekçi yaşam tarzının karşıtı hazcılık akımında görülebilir. İnsanın doğası gereği yaşamdan zevk alması gerektiğini öne süren Epikuros (M.Ö. 341-270) damak tadının, aşkın ve güzelliğin verdiği hazzın kişiyi iyiye ulaştıracağını savunmuştur (Athen. *Deipn.* XII. 546 e ayrıca bk. Diog. Laert. X. 6). Bu ve benzeri düşünceleri yüzünden kendisi ve ailesi hakkında birçok karalamalar yazılmasına neden olmuştur (Diog. Laert. X. 4). Oysa filozof uçsuz bucaksız zevklerin peşinden koşan bir yapıda değildi. Ona göre yoksunluktan ileri gelen acıyı ortadan kaldıran yalın tatlar da zengin sofraları kadar haz verirdi (Diog. Laert. X. 130; ayrıca bk Wolf, 2009, s. 167 vd). İnsana zevk veren şey bir biri ardına düzenlenen şölenler değil, neyi ne zaman yapacağına karar verebilecek ölçülülüktür (Diog. Laert. X. 132). Aşırı zengin sofralar bir yana Epikurosçuların yemeklerinin çoğu zaman sade ekmek ve sudan oluştuğu da dile getirilmektedir (Bk. Arslan, 2001<sup>a</sup>, s. 21). Bir gün 80 mna'ya ev satın alan filozofun başka bir gün de akşam yemeğine 1 mna harcadığı söyleniyordu (7). Bu öykünün ne derecede doğru olduğunu bilemiyoruz, ancak Stoacıların sıklıkla onu karalamaya çalıştıklarına yukarıda değinmiştik, bu öykü de benzer öğeler içeriyor olabilir. Filozofun aşka ve yiyeceğe verdiği önem başka filozoflarla örtüşmemektedir, içki içmeye ve sarhoşluğa karşı çıkmayan Epikuros bilgenin sarhoşken saçmalamayacağını söyler (119). Oysa birçok filozof bilgenin sarhoş olmaması gerektiğini, sarhoşluğun ruh ve beden sağlığı açısından iyi olmadığını dile getirmişti. Ona göre bilge yiyeceğin en bol olanını değil, en lezzetli olanını seçer (126), bu konuda da başka filozoflarla fikir ayrılığı içinde olduğu görülebilmektedir. En azından Sokrates'in arpa unundan yapılan çörekler ve katıklarından oluşan menüsü lezzeti için değil, kolay bulunabilir oluşu ve toplumu ayırtırmayacağı için seçilmişti.

Platon'un öğrencisi, Büyük İskender'in (M.Ö. 342-335 yılları arasında) hocası olan Aristoteles (M.Ö. 384-322; Bk. Frede, 2002, ss. 1336-1340), beslenme biçimlerindeki ayrılıkların farklı yaşam türlerini meydana getirdiğini savunmuştur. Farklı hayvan türlerini beslenme şekillerine göre sıralayan filozof insanlar arasında da durumun benzer olduğunu savunmuştur. Ona göre en basit

beslenme ve yaşam şekline sahip olanlar göçebelere. Hayvanları doğadan kendi kendine beslenir ve Herodotos'un göçebeleri gibi bu çobanlar da hayvanların verdikleriyle yetinir. İkinci sırada avcılar gelir, onlar yaşamlarını sürdürmek ve beslenebilmek için avlanmak ve çaba harcamak zorundadırlar. Üçüncü ve en büyük sınıf ise tarıma dayalı beslenen insanlardan oluşur (Arist. *Pol.* I. 8). Aristoteles, *Historia Animalium*'da hayvanların beslenme özelliklerinden (IV. 1) sütlerinin kalitesine ve peynir yapımı için ideal süt çeşitlerine (III. 19), balıkların yağ oranlarından (III. 2-17) kemik yapılarına (I. 1) kadar ayrıntılı bilgiler verirken insanların beslenmesine dair bilgilere nadiren değinmiştir.

Hellenistik dönem filozofları yeme içme alışkanlıklarında ölçülü davranmayı, lüksten kaçınmayı, et yememeyi öğütlemişse de araştırmalar Atinalıların bu dönem boyunca yiyecek ithal etmekten geri durmadığını ortaya koyuyor (Oliver, 2007, ss. 213-223). Bu yiyeceklerin ne kadarının ihtiyacı karşıladığını, ne kadarının lükse yönelik olduğunu ortaya koymak olanaksızdır. Ancak Gela'lı Arkhestratos'un bu dönemde lüks tüketim, leziz yiyecekler, şaraplar ve yemekler üzerine (Athen. *Deipn.* I. 4 e; VII. 278 d) bir şiir yazmış olması filozofların öğütlerinin benimsenmediğine işaret etmektedir. Arkhestratos kendisinden önce topluma yol göstermeyi amaçlayan filozofların tersine Kartaca sahillerinden Byzantion'a kadar çipuranın izini sürer (*Frag.* 24), Ainos'u midyesi, Abydos'u istiridyeleri, Parion'u yengeci, Mytilene'yi deniz tarağı, Ambrakia'yı ise bunların hepsini bir arada bulabildiği için över (*Frag.* 7). Yine bu şehirde bir balığı ağırlığınca altın ödeyerek almaya razıdır (*Frag.* 15, Athen. *Deipn.* VII. 305 e). Şair eserinde daha bir çok yeri lezzetli balığı ya da şarabı için över ve Dalby (2003, ss. 403-405)'e göre denizlerdeki Pers tehlikesine aldırış etmeden bu lezzetlerin peşine düşer. Uzaktan bakıldığında balığın Yunan ve Roma toplumu için en kolay ulaşılabilir yiyecek olduğu düşünülebilir, oysa Davidson (1993, s. 58)'a göre kıyıda uzakta yaşayan birçok kişi için taze balık bir lüks sayılıyordu.

Aynı dönemde hüküm süren Makedonyalı aristokratlar çok daha zengin ve lüks sofralara kuruluylardı. Aslen Hippolochus'a ait olan ve Athenaeus (*Deipn.* III. 128 a) aracılığıyla aktarılan bir metinde altın tabaklar içinde sunulan ve gümüş kaşıklarla yenen yemekler, bütün bir domuzun içine doldurulmuş ardıç kuşları, bülbüller, ateşte kızartılmış istiridye ve deniz tarağı, çeşit çeşit tatlı ve pastalar, oğlak yemeği için dağıtılan gümüş tabak ve altın kaşıklarla meyvelerin bulunduğu fildişi sepetler sanki Makedonyalılar filozofların öğretilerini hiç duymamışlar gibi hissedilmesine neden oluyor.

## 2. Romalı Filozofların Beslenme Alışkanlıkları ve Halkın Genel Tutumu

Hellenistik dönemde doğan felsefelerinden biri olan Stoacılık uygarlığı reddetmeyerek yüksek bir insanlık anlayışı benimsemiş ve insanın toplum içindeki yaşamına önem vermiştir. Stoacılar ödev kavramının ahlak felsefesinin içine girmesine aracı olmuş ve evrensel bir insan kavramı yaratmaya çalışmışlardır (Arslan, 2001b, s. 37). Atlı sınıfına mensup varlıklı ve prestijli bir



aileden gelen Lucius Annaeus Seneca (M.Ö. 4- M.S. 65) (Dingel, 2008, s. 269) eserlerinde tercih ettiği yiyecekleri sıralamanın yanı sıra doğru yemek yeme usulleri, lüks yiyecekler ile aşçılar hakkındaki gözlemlerini aktarmış, sıra dışı yiyeceklerin ve oburluğun insan bedeni üzerindeki etkilerini de dile getirmiştir (*Prov.* I. 3. 3). Filozof ilkin yiyeceklerin sağlıklı olan ilgisine dikkat çekmiş, mantar ve çamurlu sulara bulunan midyeler ile *garum* adlı balık sosunun sağlığa zararlı olduğunu, etkisini hemen göstermese bile insanı yavaş yavaş hasta edeceğini dile getirmiştir (*Ep.* XV. 95. 25). Oysa insanların iştahı imparatorluğun sınırlarını aşmıştır, Parthlardan ve başka düşman kavimlerden türlü yiyecekler getirilmesi ve bunların fazla rağbet görmesi de Seneca (*Helv.* X) tarafından hoş karşılanmamıştır. Bütün bunlardan başka o, ileri düzeydeki birçok hastalığın nedeninin yanlış ve abartılı beslenmede aranması gerektiğini düşünmüştür. Ona göre iştah kabartan, aşırı baharatlı yiyecekler midenin ve sağlığın düşmanıdır, ayrıca birbiriyle uyuşmayan karşıt doğa öğelerinin tek bir tabakta toplanarak yenmesi de hastalıkları çeşitlendiren bir başka etkendir (Sen. *Ep.* XV. 95. 15-19; ayrıca bk. Plat. *Rep.* III. 305 c).

Eski Yunan ve Roma yazınında damak tadı konularına değinen yazarlar arasında hekimlerin önemli bir yeri vardır. Onlar filozoflardan ve damak tadı düşünülerinden farklı olarak besinlerin iyileştirici ve koruyucu özelliklerini ön plana çıkarmaya çalışmışlardır (Povel, 2003, s. 2). Hipokrates'e atfedilen *Regimen* (I. 18)'de aşçının farklı tatları bir araya getirerek yeni bir tat yaratması müzisyenin farklı notaları birleştirerek güzel bir beste yapmasına benzetilmiş ve her ikisi de işini iyi yaptığı müddetçe övülmeye layık görülmüştür. Ancak Seneca aşçıların uğraşlarını hoş karşılamaz ve onların da bozuk yiyecekler gibi insan sağlığına zarar verdiğini "...sayılamayacak kadar çok hastalığın olduğuna şaşma, aşçıların sayısına bak" (*Ep.* XV. 95. 24-25) sözleriyle açıklamaya çalışır. Her türlü zihinsel çalışmanın, sanatsal öğretilerin ve felsefe sohbetlerinin aşçıların hünerlerine yenik düştüğü, övülmesi gereken faaliyetlerin ıssız sıralara anlatılırken aşçıların gereğinden fazla rağbet gördüğü aynı satırların devamında dile getirilmiştir. Filozof yemek düzenindeki değişimi de eleştirmekten geri durmamış, zenginlik ve refahın insan ruhunu ele geçirdikten sonra alışılmadık bir düzende yemek yeme adetlerinin uygulanmaya başladığını söylemiştir (*Ep.* XX. 114. 9).

Seneca'nın kendisinin basit yemeklerle yetindiği görülüyor (*Ep.* XX. 123. 1-4). Mektuplarının birisinde sofraya bile oturmadan kuru ekmekle hafif bir yemek yediğinden bahsetmesi onun felsefesine uygun bir yaşam sürdüğünü göstermektedir (*Ep.* X. 83. 6). Başka bir mektupta da (XI. 87. 3), öğle yemeğinin oldukça basit olduğunu yalnızca ekmek ve kuru incir yediğini dile getirmiştir. Kuru incir Seneca için vazgeçilmez bir yiyecektir öyle ki aynı satırların devamında eğer ekmekle birlikte bulunursa onları kızarmış et yerine sayacağını, yalnız olurlarsa ekmek olarak kabul edeceğini dile getirmiştir. Seneca'nın yazdıklarına bakarak onun masasına et koymadığı; belki de vejetaryen bir beslenme sürdüğü söylenebilir. Gerek mektuplarında (*Ep.* XIV.

89. 22; XV. 95. 26; XX. 110. 13; vd.), gerekse başka eserlerinde (*Helv. X*) etle arasına bir mesafe koyduğu görülmektedir. Bir mektubunda dile getirdiği

Sizin derin, doymak bilmez kör boğazlarınız şurada denizleri araştıran alt üs eder, burada toprakları; oltalarla, iplerle, çeşitli türden ağlarla, bin zahmete katlanarak her karada, hayvanların peşine düşersiniz. Bir hayvan ancak sizin mide bulantınızda huzura kavuşabilir (*Ep. LXXXIX. 22*).

şeklindeki anlatımı ile başka bir mektupta;

Karada, denizde tutulan bütün hayvanların, şöyle sıra sıra karşına dizilmesi hoşuna gidiyor: kimisi masaya taze taze getirilirse daha makbuldür, kimisi de uzun zaman beslenip zoraki yağlandırılan hayvan damla damla erirse, ağırlığını zor kaldırırsa! Bu hayvanların, aşçının sanatıyla yarattığı parlak görüntüsü hoşuna gider senin (*XX. 110. 13*; ayrıca bk. *Prov. I. 3. 6*).

sözleri her ne kadar doğrudan doğruya kendisinin et yemediği şeklinde bir bilgi içermese de bu tahmini destekler niteliktedir. Seneca buram buram tüten, tozu dumana karışan mutfaklarda hazırlanan yemeklerden çok doğada hazır bulduklarını tercih edeceğini de dile getirmiştir (*Ep. XVII-XVIII. 104. 6*).

Yemek çeşitliliğinde aşırıya kaçanlar gibi geceler boyu şöenler yapanlar da Seneca tarafından yerilmişlerdir. Filozof onları gece kuşlarına benzetmiş, hastalıklı, yorgun, bitkin ve soluk benizli olduklarını söylemiş, hatta yaşayan ölümler olduklarını dile getirmiştir (*Ep. XX. 122. 4*). Filozof kölesiyle birlikte yemek yemekten çekinen efendileri de eleştirmiştir (*V. 47. 2*). Eskiçağda kölelerin yemek sırasında hazır beklemesi, efendilerine hizmet etmesi, şarap dağıtması, etleri parçalaması, konukları karşılayıp onları hoşnut tutması, erzakları kontrol edip efendisinin damak zevklerine uygun yiyecekler hazırlaması hatta konuklara ve efendisine eğlenceli cinsel hizmetler sunması alışıldık bir durumdur (Dalby, 2015, ss. 196-198). Ancak Seneca mektuplarından birinde (*Ep. V. 47. 5-9*) kölelerin bu hizmetleri karşılamaını eleştirmiştir. Aynı satırların devamında köle ile efendinin arasında bir fark olamayacağını ikisinin de aynı kökten geldiğini dile getirmiş ve zaman zaman köle ile efendi arasında yaşanan rol değişimlerine dikkat çekmiştir. Richardson (2009, ss. 74-76) Seneca'nın yemeği bir metafor olarak kullandığını ve eleştirmek istediği kişileri yemek alışkanlıklarına göre sınıflandırdığını, şişmanları, boşboğazları ve daha başkalarını hep yemek alışkanlıklarıyla ele aldığını dile getirmektedir.

Seneca kendi tercihlerini belirtmenin yanında ölçülü olmayı, bedeni ve mideyi zorlamadan yemeyi, insanın yediği yemeğin kendisine ne kadar süre yeteceğini de hesap etmesi gerektiğini dile getirmiş, deniz aşırı memleketlerden yiyecek getirilmesini de yermiştir (*Ep. XX. 114. 26*). Ölçülü olmak kaydıyla tatlı meyveyi, pastayı ve balı sevip övdüğü gibi, acı ve ekşi tatların mideyi bulandırdığını dile getirmiş (*VII. 63. 6*), “açlıktan gelen ölüm pek acı vermez, oburluktan gelirse insanı çatlatır” (*Prov. I. 4. 10*) diyerek ölçülü olmanın fiziksel etkisine de dikkat çekmiştir.

Filozof her ne kadar doğanın verdiklerini erdemden ayrılmadan kullanmayı tavsiye etmişse de öğrencilerinden biri olan Roma imparatoru Nero hem zevke ve boğazına düşkün biriydi. Suetonius (*Nero*, XXVII) onun gündüz başlayıp gece yarılara kadar süren şöenlerinden bahseder. Şehrin tüm fahişelerinin ve flütçü kızlarının hazır bulunduğu durumlarda Circus Maximus'ta yemek yemesi arkadaşlarına pahalı yemekler düzenlettirip kendisini davet ettirmesi onun aşırıya kaçan alışkanlıklarındandı (Güveloğlu, 2014, s. 134). İmparatorun aç gözlülüğü Romalıların çok sevdiği Apicius'un da tariflerinde sıkça yer verdiği *silphium* adlı bitkinin son demetini tüketmesinde görülebilir (Plin. *Nat. Hist.* XIX. 39). Yalnızca imparator Nero'nunki değil, Roma İmparatorluğunda horoz ibiğinden, deve toynağına, üzerine altın serpilmiş yemeklerden, binlerce kişinin ağırlandığı şöenlere kadar Caligula, Domitianus, Commodus, Elegabalus gibi imparatorların, Lucullus, Apicius gibi damak tadı düşkünlerinin, Trimalchio ve başka oyun karakterlerinin sofraları da Yunan aristokratlarından çok daha zengin ve gösterişliydi (Vössing, 2015, s. 250).

Seneca'nın çağdaşı ve Stoa felsefesinin Roma'daki diğer bir temsilcisi olan Musonius Rufus (Inwood, 2006, s. 369) yiyeceklerle ilgili fikirlerini temel olarak iki metinde toplamıştır. Rufus (XVIII. a.1-8) ilk olarak ruhun dinginliğini sağlamanın yeme içme alışkanlıklarını kontrol altında tutmaya bağlı olduğunu bildirmiş, pahalı yiyecekler yerine ucuz olanları seçmenin doğaya uygun olacağını dile getirmiştir. Filozof ağaçta yetişen her türlü yiyeceği insan için doğal ve uygun, tahıl ve et gibi yiyecekleri ise insan doğasına aykırı ve yorucu olarak nitelemiştir (XVIII. a.11-17). Rufus'un eti daha az uygarlaşmış ve anca vahşi hayvanlara uygun bir yiyecek olarak tanımladığı söylenebilir (XVIII. a.21-30). Aşçıların faaliyetlerinden hoşlanmayan filozof yemek kitabı yazarlarının tabaktan zevk almak için yaptıkları işlerin sağlığı bozduğunu dile getirmiştir (XVIII. a.33-37). Rufus ikinci metinde yiyecek çeşitlerinden ve tercihlerinden çok yeme sıklığı ve iştahlı yemenin zararları üzerinde durmuştur. Ona göre eğer Tanrı yemekten daha uzun süre zevk almamızı isteseydi sadece yiyecekleri yutarken değil, daimi zevk almamızı sağlardı (XVIII. b. 50-55) diyen filozof doğaya uygun olmayan beslenmenin yanında lüks tüketimi de zararlı görmüş, midenin ve vücudun sağlığını korumanın yalın beslenmekten geçtiğini dile getirmiştir. Onlarla benzer fikirler paylaşan komedi yazarları damak tadı düşkünlerini, aşçıları ve bedava yemek peşinde koşan pisboğazları oyunlarında yermekten geri durmamışlardır (Wilkins, 2000, s. 52). Plautus'un *Casina* ve *Tecimen* adlı oyunları bu duruma örnek olarak gösterilebilir.

Yoksul halkın filozofların öğretilerinde anlatılanlar gibi beslendikleri var sayılabilir, bununla birlikte Romalı devlet adamı Marcus Porcius Cato eski geleneklere sahip çıkmakla övünürdü. O, köleleriyle birlikte ekmek yiyip şarap içer (Plut. *Cato* IV. 1) Karadeniz sahillerinden tuzlanmış balık ithal edenleri hor görürdü. Besinleri daha uzun süre saklamanın yolunu arar, bulur ve yazılarında bu bilgilere yer verir (Cato, *Agr.*, CXX), *placenta*'nın peynirli ekmeklerin ve çeşitli köy yemeklerinin tariflerini kaydeder (*Agr.*, LXXV-LXXVI), böylece lüksten uzak ve kolay ulaşılabilir beslenme alışkanlıklarını tavsiye ederdi. Onu

bu konuda izleyen yazar Columella olmuştur (Col. XII. 59. 1-2) Roma'da rüstik beslenme tarzının bu iki temsilcisi bu konuda pek taraftar bulamamış gibi görünüyor.

Antikçağ filozoflarının yeme-içme önerilerinin görmezden gelindiğinin bir diğer kanıtı da Marcus Gavius Apicius'un *De re Coquinaria* adlı eserinde görülebilir. Zira bu eser düşünürlerin sofralardan uzak tutulmasını tavsiye ettiği baharatlı şarapların (Apic. *Coq.* I. 1-4) kanlı iç organlarıyla pişirilen yemeklerin (II. 3. 2) et, tavuk, sakatat ve deniz ürünleriyle (VI. 8. 1-15 ve VII. 1-10 ve IX. 10. 10 vd.) hazırlanan tariflerin yer aldığı bir antikçağ yemek kitabıdır. Asıl önemli olan ise bu yemek kitabının tek kişi tarafından bir kerede değil de onlarca aşçı ya da yazar tarafından uzun süre içinde ortaya çıkarılmış olmasıdır (Grimm, 2008, s. 94). Konu bu şekliyle ele alındığında filozofların tavsiyelerinin uzun süredir<sup>5</sup> göz ardı edildiğine dair bir gösterge olabilir.

### Sonuç

Kaynaklarımız filozoflardan bazılarının yeme-içme alışkanlıklarıyla ilgili ayrıntılı anlatımlar içerse de bu bilgilerden hangilerinin doğru olduğunun kanıtlanması olanaksızdır. Filozoflar ana hatlarıyla doğaya uygun, basit ve kolay ulaşılabilir yiyecekler tüketmeyi önermişlerdir. Onlardan birçoğu yemek pişirmeye ayrılan zamanı felsefeye ayırmak adına bu zahmetli işten uzak kalmayı tercih etmiştir. Kimisi toplumda eşitsizliklere neden olacağından, kimisi pişirme zorluklarından, kimisi fiziksel, kimisi de ruhsal sorunlar yaratacağından dolayı et yemekten uzak durmuştur. Onların beslenme konusundaki temel öğretileri damak tadı denen zevkten ve lüksten kaçınma, bedensel hazzı bastırma ve hayatta kalmaya yetecek kadar besin tüketme yönündedir.

M.Ö. V.-IV. yüzyıl filozoflarından büyük bir kısmının ölçülü davranma tavsiyeleri dışında yeme içme konusuna değinmediği görülmektedir. Onlar doğanın verdiklerinin en azıyla yetinmeyi en doğru yol olarak benimsemişlerdi. Aristoteles'in öğrencisi olan Büyük İskender'in başlattığı Helenistik dönemle birlikte doğuyla yapılan ticarete eşlik eden yeni bitkiler ve baharatlar eskiden kalan damak tadı alışkanlıklarını önemli derecede etkilemiştir. Özellikle ticaret yaparak zenginleşen kesim bu yeni tatları sofralarına katmakta gecikmediler. Gelalı Arkhestratos'un tam da bu dönemde Sicilya'dan hareketle doğunun limanlarını dolaşır en iyi balık ve şarabı arayışı Helenistik dönemin Homeros'tan beri süre gelen yalın damak tadı anlayışında ilk önemli değişimin yaşandığı dönem olduğunu gösterir.

M.Ö. VI. ve V. yüzyıl Yunan vazolarında sayısız şölenler resmedilmiştir. Kimileri av hayvanlarıyla, kimileri müzikli eğlence sahneleriyle, kimileri de zengin sofralarıyla karşımıza çıkan vazo resimleri klasik çağ Atina'sında

---

<sup>5</sup> Birçok yazar Apicius adına ilk kez M.Ö. 90'lı yıllarda rastlandığını ve M.S. IV. yüzyıla kadar toplamda 4 Apicius'un yemek kitabına katkı sağladığını dile getirir. Ayrıca Apicius adında birçok yemek okulunun varlığı da bilinmektedir. (Bk. Dalby, 2009, s. 57; Ramsay, 2007, s. 225.)

şölenlerin önemini vurgular. Aynı dönemin ithalat emtiasında yer alan tavus kuşları, sülünler, çeşitli balıklar ve daha birçoğu karın doyurmanın ötesinde lüks ve zevk unsurları içerir. Yemeğe eşlik eden müzik ve eğlence imparator Nero'nun döneminde hat safhaya ulaşmıştır. Bu durum imparatorun bizzat sofrasına çağırıldığı müzisyenlerde ve Petronius'un *Satyricon* adlı eserinde görülebilir. Oysa bu olguların hiçbirisi filozoflar tarafından önerilmiyordu.

Seneca gibi geç dönem filozoflarının ise yeme-içme konusuna ayrı bir önem verdiği, hem tercih ettiği tatlar hakkında söz söylediği, hem de yeme içme alışkanlıklarını öğretilerine konu edindiği görülmektedir. Filozof ayrıca beslenme ve damak tadı alışkanlıklarını bir metafor olarak kullanmış ve yermek istediği kişileri obur, aç gözlü, şişman, doymak bilmez gibi sıfatlarla tanımlamıştır. Seneca'nın yeme-içme konusuna bu denli aşına olması hayatının büyük bir bölümünü Roma'da geçirmesinde, varlıklı bir hayat sürmesinde ve onun döneminde ithalat yoluyla yiyecek çeşitliliğinin artmasında aranmalıdır. Buna rağmen çağdaşları arasındaki en obur ve boğazına düşkün kişi onun yanı başındaki imparator Nero olmuştur. Anlaşılan filozofun önerileri hemen yakınındaki imparatora kadar ulaşmıyordu. Yine onun döneminde yaşayan Petronius'un *Satyricon* adlı eserindeki Trimalchio karakterinin yemeğe ve şölene olan düşkünlüğü Seneca'nın fikirlerinin yeterince yaygınlaşmadığını ortaya koyar.

Görüldüğü kadarıyla filozofların dikkat çekmeye çalıştığı lüks ve zevkin yarattığı tehlike imparatorlar, krallar, zenginler, aristokratlar, aşçılar, yemek kitabı yazarları tarafından görmezden gelinmiştir. Öte yandan hicivciler, komedi yazarları, ve tarım üzerine yazanlar filozoflarla aynı yönde fikir belirtmiş, lüks ve zevkin yaratacağı tehlikelere karşı uyarıcı yazılar yazmışlardır. Plautus'un oyunlarındaki aşçılar, Petronius'un Trimalchio'su ve daha birçok aç gözlü karakter antikçağ yazınında görülmektedir. Yukarıda sayılan gruplar dışında kalan ve genel olarak yoksul olarak adlandırılacak kesim muhtemelen filozofların öğretilerindeki gibi beslenmiş olmalı, ancak onlarınki tercihi değil, zorunlu bir beslenme tarzıdır.

Sonuç olarak Eski Yunan ve Roma toplumlarında varlıklı kişilerin zevk veren lüks yiyecekleri basit ve kolay ulaşılabilir yiyeceklere tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Bunda yiyeceğin toplumsal sınıf yaratma konusunda oynadığı rolün önemli bir etkisi vardır. Filozoflara ruhsal anlamda güvenip onların öğretilerini benimseyen kişilerin ve imparatorların bile yeme-içme konularında onların önerilerini göz ardı etmesi yiyeceğin sağlayacağı sınıfsal farklılığı koruma girişimi olarak değerlendirilebilir.

Konu günümüze taşındığında da durum bundan farklı olmayacaktır. Dünyanın neresinde olursa olsun zengin sofralarını süsleyen havyar, ıstakoz, kaliteli şampanya gibi yiyeceklerin yalnızca tatları için tercih edildiği söylenemez, bu durum pahalı ve lüks yiyeceğin kişinin statüsüne katkısı ve bu statünün arzulanmasıyla ilgilidir, görüldüğü kadarıyla da yüzyıllardır değişmeden günümüze kadar ulaşmıştır.

## KAYNAKÇA

- Apic. *Coq.*= Apicius. (2006). *De re Coquinaria: A Critical Edition With an English Translation of the Latin Recipe Text Apicius*. (Ed. ve Çev. C. Grocock ve S. Grainger). UK: Prospect Books.
- Arist. *Frag.*= Aristoteles. (1863). *Fragmenta Aristoteles Philosophica*. (Çev. V. Rose). Lipsiae: Teubner Press.
- Arist. *Hist. An.*= ----- (1989). *Historia Animalium I-III*. (Çev. A. L. Peck) Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Arist. *Pol.*= ----- (1975). *Politika*. (Çev. M. Tunçay) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Aristok. *Frag.*= Aristokseni. (1848). *Fragmenta Historicorum Graecorum II. (Aristokseni)*. (Çev. A. S. Didot). Institue Francle Press.
- Ark.= Arkhestratos. (2011). *Fragments From Life of Luxury*. (Çev. J. Wilkins ve S. Hill). UK: Prospect Books.
- Arslan, A. (2009-2010). *İlkçağ Felsefe Tarihi*, 5. Cilt. İstanbul: Bilgi Üniversitesi.
- Arslan, M. (2001a). Hellenistik Döneme Damgasını Vuran Yaratıcı Felsefe Sistemleri: Epikuroşçuluk ve Stoacılık I. *Arkeoloji ve Sanat*, 100, 19-28.
- (2001b). Hellenistik Döneme Damgasını Vuran Yaratıcı Felsefe Sistemleri: Epikuroşçuluk ve Stoacılık II. *Arkeoloji ve Sanat*, 101-102, 37-40.
- Athen. *Deipn.*= Atheneaus. (2006-2010). *The Learned Banqueters*. (Çev. S. D. Olson). Loeb Classical Library. London: Harvard University Press.
- Bartlet, R. C. (2008). Plato's Critique of Hedonism in the "Philebus". *The American Political Science Rewiew*, 102 (1), 141-151.
- Beer, M. (2010). *Taste or Taboo*. Great Britain: Prospect Books.
- Braund, D. (1994). The Luxuries of Athenian Democracy. *Greece & Rome*, 41(1), 41-48.
- Brown, E. (2014). Cynics. J. Warren ve F. Sheffield (Eds.) *The Routledge Companion to Ancient Philosophy* (ss. 399-408). New York and London: Routledge Press.
- Cato *Agr.*= Cato. (1935). *On Agriculture*. (Çev. W.D. Hooper ve H. B. Ash). Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Col.= Columella. (1968). *On Agriculture*. (Çev. E. S. Forster ve E. H. Heffner). Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Copleston, F. (1993). *A History of Philosophy*, Vol. 1. USA: Image Books Press.
- Dalby, A. (1996-2003). Archestratus Where and When?. J. Wilkins & al. (Eds.) *Food in Antiquity* (pp. 400-413). Exeter: University of Exeter Press.
- Dalby, A. (2003). *Food in the Ancient World From A to Z*. Great Britain: Taylor & Francis Books.

- (2009). Apicius. *The Cambridge Dictionary of Classical Civilizations*, 56-57.
- (2015). Men, Women and Slaves. J. Wilkins ve R. Nadeau (Eds). *A Companion to Food in the Ancient World* (pp. 195-205). UK: Blackwell Publishing.
- Dalby A. ve Grainger, S. (2001). *Antikçağ Yemekleri ve Yemek Kültürü*. (Çev. B. Avunç). İstanbul: Homer Kitabevi.
- Davidson, J. (1993). Fish, Sex and Revolution in Athens. *The Classical Quarterly*, 43 (1), 53-66.
- Dingel, J. (2008). Seneca. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 13 (pp. 269-278). Leiden-Boston: Brill Press.
- Diogenes, L. (2008). *Vitae Philosophorum*. (Çev. M. Marcovich). Germany: Tevbnneriana Press.
- Dörink K. (2008). Sokrates. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 13 (pp. 588-599). Leiden-Boston: Brill Press.
- Frede, D. (2002). Aristoteles. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 1 (pp. 1136-1146). Leiden-Boston: Brill Press.
- Garnsey, P. (1999). *Food and Society in Classical Antiquity*. UK: Cambridge University Press.
- Grimm, V. (2006). On Food and the Body. D. S. Potter (Ed.). *A Companion to Roman Empire* (pp. 354-359). USA: Blackwell Publish.
- Grimm, V. (2008). Antik Yunan ve Roma Dünyasının Damak Tatları. Paul Freedman (Ed.). *Yemek; Damak Tadının Tarihi* (ss. 63-98). İstanbul: Oğlak Yayınları.
- Güveloğlu A. (2014). İmparator Sofraları. *Mediterranean Journal of Humanities*, IV. (2), 131-140.
- Hançerlioğlu, O. (2005). *Felsefe Ansiklopedisi; Düşünürler*, 2. Cilt. İstanbul: Remzi Kitabevi Yayını.
- Hip.= Hipocrates. (1931). *Nature of Man Regimen in Health. Humors Aphorims. Regimen 1-3. Heracleitus. On the Universe*. (Çev. W. H. S. Jones). Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Hom. Od.= Homeros. (2003). Homeros, *Odysseia*. (Çev. A. Erhat ve A. Kadir). İstanbul: Can Yayınları.
- Hom. Il.= ----- (2004). *İlyada*. (Çev. A. Erhat ve A. Kadir). İstanbul: Can Yayınları.
- Hdt.= Herodotos. (2002). *Herodot Tarihi*. (Çev. M. Ökmen). İstanbul: İş Bankası Yayını.
- Inwood, B. (2006). Musonius. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 9 (pp. 369-370). Leiden-Boston: Brill Press.

- Katz, S. H. (1987). Fava Bean Consumption: a Case for the co-Evolution of Genes and Culture. M. Harris ve E. Ross (Eds.). *Food and Evolution: Towards a Theory of Human Food Habits* (pp. 133-159). Philadelphia: Temple University Press.
- Ksen. *Mem.*= Ksenophon. (1996). *Sokrates'ten Anılar*. (Çev. Candan Şentuna). Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayını.
- Lissarruge, F. (1987). *The Aesthetics of the Greek Banquet Images of Wine and Ritual*. (Çev. A. S. Mazsak). Princeton: Princeton University Press.
- Ruf.= Rufus, M. (2011). Musonius, *Sayings and Lectures*. (Çev. C. King). USA: Create Space Press.
- Oliver, G. J. (2007). *War, Food, and Politics in Early Hellenistic Athens*. New York: Oxford University Press.
- Olson, S. D. ve Sense, A. (2000). *Archestratos of Gela: Greek Culture and Cuisine in the Fourth Century BCE*. Oxford: Oxford University Press.
- Petr. *Sat.*= Petronius Arbiter, (2003). *Satyricon*. (Çev. Ü. Fafo Telatar). Ankara: Dost Kitabevi.
- Plat. *Apol.*= Platon. (2004). *Sokrates'in Savunması*. (Çev. Y. Akbaş). İstanbul: Birleşik Yayıncılık.
- Plat. *Gorg.*= ----- (1998a). *Gorgias*. (*Diyaloglar 1*. ss. 47-135). (Çev. M. C. Anday). İstanbul: Remzi Kitabevi Yayını.
- Plat. *Hip.*= ----- (1998b). *Hipparkhos*. (*Diyaloglar 1*. ss. 279-288). (Çev. S. Eyüboğlu). İstanbul: Remzi Kitabevi Yayını.
- Plat. *Rep.*= ----- (1971). *Devlet*. (Çev. S. Eyüboğlu ve M. A. Cimcoz). İstanbul: Remzi Kitabevi Yayını.
- Plat. *Symp.*= ----- (2012). *Şölen*. (Çev. A. Erhat. ve S. Eyüboğlu). İstanbul: İş Bankası Yayını.
- Plaut. *Cas.*= Plautus. (1947). *Casina*. (Çev. N. Ataç). Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayını.
- Plaut. *Tec.*= Plautus. (1946). *Tecimen*. (Çev. N. Ataç). Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayını.
- Plin. *Nat. Hist.*= Plinius. (1969). *Naturalis Historia*. (Çev. H. Rackham). Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Plut.= Plutarkhos. (1914). *Bioi Paralleloii II: Temistocles and Camillus – Alkibiades and Cato Maior*. (Çev. B. Perrin) Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Plut.= Plutarkhos. (1919). *Bioi Paralleloii: Demosthenes and Cicero – Caesar and Alexander*. (Çev. B. Perrin). Loeb Classical Library. Cambridge et al: Harvard University Press.
- Povel, O. (2003). *Galen; on the Properties of Foodstuffs; Introduction, Translation and Commentary*. Cambridge: Cambridge University Press.



- Reidweg, C. (2008). Pythagoras. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 12 (pp. 276-281). Leiden-Boston: Brill Press.
- Richardson-H., C. (2009). Dinner at Seneca's Table: The Philosophy of Food. *Greece & Rome*. 56 (1), 71-96.
- Rowe, C. (2004). Plato. D. Sedley (Ed.) *The Cambridge Companion to Greek and Roman Philosophy* (pp. 98-125). Cambridge: Cambridge University Press.
- Palmer, J. (2014). The World of Early Greek Philosophy. J. Warren ve F. Sheffield (Eds.). *The Routledge Companion to Ancient Philosophy* (pp. 3-17). New York and London: Routledge Press.
- Ramsay, W. (2007) Apicius. *A Dictionary of Greek and Roman Biography and Mythology I*, 225-226.
- Scade, P. (2015). Food and Ancient Philosophy. J. Wilkins ve R. Nadeau (Eds.). *A Companion to Food in the Ancient World* (pp. 67-75). UK: Blackwell Publishing.
- Schofield, M. (2004). The Presocratics. D. Sedley (Ed.) *The Cambridge Companion to Greek and Roman Philosophy* (pp. 42-72). Cambridge: Cambridge University Press.
- Sen. *Ep.*= Seneca. (1992). *Ahlaki Mektuplar*. (Çev. Türkan Uzel). Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayını.
- Sen. *Helv.*= ----- (2014). *Annem Helvia'ya Teselli*. (Çev. R. Kayapınar ve A. Sönmez). Ankara: Hel Yayıncılık.
- Sen. *Prov.*= ----- (2007). *Tanrısal Öngörü*. (Çev. Ç. Dürüşken). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Sisko, E. J. (2014). Anaxagoras and Empedocles in the Shadow of Elea. J. Warren and F. Sheffield (Eds.). *The Routledge Companion to Ancient Philosophy* (pp. 49-64). New York and London: Routledge Press.
- Slezák, T. (2007). Plato. *Brill's New Pauly Encyclopedia of the Ancient World*, 11 (pp. 338-352). Leiden-Boston: Brill Press.
- Suet. *Domit, Nero*= Suetonius, G. T. (2008). *On İki Caesar'ın Yaşamı*. (Çev. F. Telatar ve G. Özaktürk). Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayını.
- Vössing, K. (2015). Royal Feasting. J. Wilkins ve R. Nadeau (Eds.). *A Companion to Food in the Ancient World* (pp. 243-253). UK: Blackwell Publishing.
- Wilkins, J. (2000). *The Boastful Chef*. Oxford: Oxford University Press.
- Wilkins, J. ve Hill, S. (2006). *Food in the Ancient World*. UK: Blackwell Publishing.
- Wolf, R. (2009). Pleasure and Desire. J. Warren (Ed.). *The Cambridge Companion to Epicureanism* (pp. 158-178). UK: Cambridge University Press.