

Erken Dönem Mitolojisinde Afrodizyak Yiyeceklere Ait İnanışlar (Beliefs on Aphrodisiac Food in Early Ages Mythology)

* Defne AKDENİZ^a , Aleyna SIRTLI^b 

^a Çanakkale Onsekiz Mart University, Ayvacık Vocational School, Department of Tour Guiding, Çanakkale/Turkey

^b Çanakkale Onsekiz Mart University, School of Graduate Studies, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Çanakkale/Turkey

Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi:18.10.2020

Kabul Tarihi:08.11.2020

Anahtar Kelimeler

Afrodizyak
Yiyecek
İçecek
Afrodit
Mitoloji
Antik dönem

Öz

Adını Yunan aşk tanrıçası Afrodit'ten alan afrodizyak kelimesi, cinsel içgüdüye harekete geçiren, zevk ve performansı artıran herhangi bir yiyecek veya ilaç olarak tanımlanmaktadır. Birçok kültürde oldukça yaygın bir biçimde kullanılan afrodizyaklar, farklı kültürlerde farklı zamanlarda farklı kullanım amaçlarıyla ortaya çıkmıştır. Zaman ve olanak kısıtlılığı açısından tarihsel süreçte en çok öne çıkan ve yazında en yaygın yer tutan afrodizyak yiyeceklerin listelendiği bu derleme çalışmasında pek çok araştırmacı tarafından afrodizyak kabul edilen 18 yiyecek-içecek ürünü ele alınmıştır. Bu yiyeceklere ait inanışlar, efsaneler, ritüeller ile Musevi ve Hristiyan dinine ait kutsal kitap metinleri incelenmiştir. Yapılan geniş literatür taraması sonucunda özellikle salep, nektar ve ambrosia, elma, istiridye, mantar, incir, yumurta, adamotu ve sarımsağa görece belirgin afrodizyak inanışlar yüklendiği ortaya çıkmaktadır. Araştırmanın bir diğer bulgusu da yiyeceklere afrodizyak özellikler yüklenmesinin ya onların şekil, koku, renk gibi fiziksel özellikleri ya da kişi üzerindeki haz verici, uyuşturucu ve sarhoş edici etkileri sonucu oluştuğunu ortaya koymuş olmasıdır.

Keywords

Aphrodisiacs
Food
Beverage
Aphrodite
Mythology
Ancient era

Abstract

The word aphrodisiac, named after the Greek goddess of love Aphrodite, is defined as any food or medicine that stimulates the sexual instinct and increases pleasure and performance. Aphrodisiacs, which are widely used in many cultures, have emerged in various cultures at various times for different purposes. 18 food and beverage items believed to be aphrodisiacs were detected in this study, that listed the most widely believed aphrodisiac foods in history. The beliefs, legends, myths, rituals and Jewish and Christian texts belonging to these foods were investigated. As a result of the extensive literature review, it is revealed that relatively distinct aphrodisiac beliefs have been formed especially in orchid bulbs, nectar and ambrosia, apple, oyster, mushroom, fig, egg, mandrake and garlic. Another finding of this review study is that loading foods with aphrodisiac properties is the result of either their physical properties such as shape, smell, color or their drug-intoxicating and pleasing effects on the individual.

Makalenin Türü

Derleme Makale

* Sorumlu Yazar

E-posta: defneakdeniz@comu.edu.tr (D. Akdeniz)

DOI: 10.21325/jotags.2020.736

GİRİŞ

Tarihte cinsel iktidarsızlığa dair bilinen ilk ize yaklaşık M.Ö. 4000-3000 yılları arasında rastlanır. Hindu topluluklarında görülen ve yaklaşık M.Ö. 2000-1000 yıllarında ilk defa yazıya geçirilen bu Sanskritçe metinlerde tıp ve cerrahi üzerine bilgiler verilmektedir. “Yaşam Bilimi” olarak kayıt altına alınan bu şiirlerin birinde (Sushruta Samhita) insanların cinsel deneyimlerinin kalitesini artırmak için bazı çare arayışları içerisinde olduğu görülmektedir. Sözlü olarak nesilden nesile aktarılan bu çareler arasında iyi yemek, müzik, güzel kokular, güzel bir çevre ve yeterli bir partner gibi alternatifler sayılırken, tedavi önerileri de verilmektedir. Tedavi yöntemi olarak verilen tariflerde yüksek besleyici değeri olan gıda karışımları ve ağır metal oksitleri içeren zengin baharat karışımları görülmektedir (Sandroni, 2001, s. 303).

Britannica Ansiklopedisinin ilk baskısında (1771) afrodisyaklar, ‘sperm ve/ya döl anlamına gelen tohum miktarını ve cinsel münasebet arzusunu artıran ilaçlar’ olarak tanımlanmıştır. 20. yüzyıldan itibaren cinselliğin, endokrinoloji biliminin çalışma alanlarından biri haline gelmesiyle birlikte afrodisyakların tanımı ‘cinsel arzuyu harekete geçiren ve/ya kışkırtan madde’ olarak daraltılmıştır (Steadman Medical Dictionary, 2020). Bir başka tanıma göre afrodisyaklar, cinsel içgüdüğü harekete geçiren, zevk ve performansı artıran yiyecek veya ilaçlar olarak belirtilmektedir (Malviya, Jain, Gupta & Vyas, 2011, s.3). Bu tanımların işaret ettiği gibi, afrodisyaklara dair yapılan çalışmalar genellikle iki alanda gruplanırlar. Antik dönemlerden bu yana yiyeceklerin afrodisyak olarak değerlendirilmesi için onların ya cinsel arzuyu artırması ya da sperm ve döl miktarını artırarak doğurganlığı artırması gerekir (Kiple & Ornelas, 1999, s.1523). Sandroni (2001), afrodisyakları ‘libidoyu harekete geçiren ya da cinsel içgüdüğü yukarıya çeken maddeler’ olarak tanımlamış ve onları kişide yarattığı etkiye göre üç kategoride toplamıştır: (1) libido (cinsel arzu) artışı, (2) cinsel iktidardaki artış (örn. ereksiyon kalitesi ve etkinliği), (3) cinsel ilişki sırasında alınan hazdaki artış. Her ne şekilde ele alınırsa alınsın, afrodisyaklar cinsellikle ve seks isteğiyle ilgilidir.

Cinselliği ve seks arzusunu çağrıştıran yiyeceklerin afrodisyak olarak adlandırılması, kişiliğinde benzer kavramları barındıran Yunan aşk tanrıçası Afrodit’ten kaynaklanmaktadır. Hesiodos’un Theogonia’da (166) kaleme aldığı efsaneye göre; Afrodit, Uranos (tanrıların babası) oğlu Kronos tarafından hadım edildikten sonra gelişen olaylar sonucunda doğmuştur. Erhat (2014), şöyle aktarır gelişen olayları: ‘*Gaia son doğan oğlu Kronos’un eline bir tırpan verir ve koca Uranos gece arzudan yanıp tutuşarak indiği, sardığı zaman toprağı, pusuda bekleyen Kronos fırlar, tırpanla keser babasının hayalarını. Denize saçılan sperma köpükleriyle kanlardan tanrıça Afrodit ve Erinysler doğar*’. Yunanca’da köpük anlamına gelen ‘aphro’ lar bir istiridye kabuğunu kıyıya taşır. Bu istiridye kıyıya vurduğunda içinden aşk, seks ve doğurganlığın tanrıçası Afrodit ortaya çıkar (Zanolari, 2003, s.9).

Tarihsel süreçte afrodisyak özelliklere sahip pek çok canlının (hayvanlar, bitkiler, kökler, baharatlar vb.) ve maddenin (mineraller vb.) varlığı bilinmektedir. Afrodisyak öğelere yapılan atıflar asırlar boyunca Kama Sutra’dan İncil’e, Kur’an’dan Shakespeare’e ve Ovid’den Gilbert ve Sullivan’a kadar uzanmaktadır (Zanolari, 2003, s.11). Birçok kültürde oldukça yaygın bir biçimde kullanılan afrodisyaklar, farklı kültürlerde farklı zamanlarda ortaya çıkmıştır. Örneğin, birçok toplumda koç testisinin süt ve şeker eklenerek tüketilmesinin cinsel gücü artırdığına inanılmaktadır. İngilizler ise fallusa benzeyen yabancı havucun, Ukraynalılar ise havuç ve kerevizin, Çinliler ise gergedan boynuzu ve ginsengin afrodisyak olduğuna inanmaktadırlar. Antik Roma da ise denizyıldızının afrodisyak olarak satıldığı bilinmektedir (Çiftçi, 2011, s.110; Elferink, 2000, s.25).

Tarih boyunca farklı pek çok medeniyetin çok sayıda yiyecek ve içecek ögesini cinsel güçle ve doğurganlıkla ilişkilendirdiği görülmektedir. Afrodisyak olduğuna inanılan bu yiyecek ve içeceklerin sayısı o kadar fazladır ki, dünyadaki tüm medeniyetlerin tüm zamanlar boyunca afrodisyak olarak kabul ettiği tüm yiyecek ve içecekleri kapsayan bir çalışmanın yapılması neredeyse olanaksızdır. Bu nedenle bu çalışma, afrodisyak yiyecekleri ele alırken çalışma coğrafyasını Avrupa ve Yakın Doğu olarak sınırlandırmış ve mevcut yazında bu coğrafya toplumlarının yaygın olarak kabul ettiği afrodisyak yiyecekleri değerlendirme kapsamına almıştır. Afrodisyak kavramının doğru bir eksene oturtulması amacıyla öncelikle Antik Dönem'deki afrodisyak inancını inceleyecek olan bu çalışma, yazında en çok öne çıkan afrodisyak yiyecekleri ayrıntılarıyla, alfabetik sıraya göre tek tek ele alacaktır. Bu sayede bu çalışma, sayısız coğrafyaya ve tarihsel döneme yayılmış olan afrodisyak yazını birleştirip sınıflandırmayı amaçlayan öncül bir çalışma olabilecektir.

Temel amacı, sistemli bir şekilde ele alınmaması dolayısıyla ulusal ve uluslararası gastronomi yazınında dağınık halde bulunan afrodisyak yiyecekleri derlemek olan bu çalışma, yaptığı yazın taraması sonucunda bazı yiyecek ve içeceklerin erotizm ile çok daha yakından ilişkilendirildiğini tespit etmiştir. Çalışma, yiyeceklerin ve içeceklerin cinsellik ile sembolize edilmelerinin, genellikle onların şekil, renk, koku gibi fiziksel özellikleri nedeniyle olduğunu ortaya koymuştur. Bu doğrultuda, her bir ögenin neden afrodisyak olarak kabul edildiğine dair çıkarımlarda bulunan bu çalışma, bunu yaparken tarih, din, mitoloji, etimoloji ve sanat disiplinlerinden faydalanarak yorum alanını genişletmiştir. Böylelikle afrodisyak inancının, farklı zamanlarda ve farklı coğrafyalarda ortaya çıkan benzer örüntülerin izi sürülebilmiş ve karşılaştırma yapma fırsatı yaratılabilmektedir.

Antik Dönemde Afrodisyak Yiyecekler

Antik Dönem'de afrodisyak yiyecekler sıra dışı yiyecekler olarak görülmekle birlikte, yaygın bir şekilde tıbbi amaçlarla da kullanıldıkları anlaşılmaktadır. Hangi yiyeceklerin, ne zaman ve hangi koşullarda üretkenliğe çare olarak kullanıldığına dair belirsizlikler olsa da, bu konuda bazı belirleyici tanımlamalar yapan Antik Dönem yazarları bulunmaktadır. Örneğin Hipokrat'ın eserleri hakkında yorum yazan ve M.Ö. 1.yüzyılda yaşamış Tarentumlu Heraklides (Heracleides of Tarentum), isimli doktor ve filozof, çiçek soğanı (*bulb*), salyangoz, yumurta ve benzer şekilli yiyeceklerin semen üretimini artırdığını ileri sürmektedir. Yazara göre bunun nedeni, belirtilen yiyeceklerin doyurucu özelliklerinden ziyade fiziksel görünümleridir. Bu yiyeceklerin testise benzeyen dış görüntüleri erkek bedeninde semen üreten organlara benzediğinden, yiyen kişilerde semen üretimini artıracakı düşünülmüştür (Athenaeus, trans., 1951).

Antik Dönem yazınında yiyecekler ve tıp arasındaki ilişkide afrodisyak yiyecekler çok önemli bir örnek olarak ortaya çıkmaktadır. Yiyeceklerin, hastalıkların tedavisinde kullanılmasına yönelik en büyük göstergelerden biri, dönemin tıp bilginlerinin şifa kaynağı olarak doğaya yönelmeleri ve yiyecekleri sağlıklı olmak amacıyla tüketme konusundaki derin ilgilidir. Bu dönemde yaşamış üç büyük tıp ve felsefe otoritesinin (Pliny, Dioscorides ve Aeginalı Paul (MS.625-690) eserlerinde afrodisyak olarak emsal gösterdiği yiyecekler (Tablo 1) incelendiğinde bu dönem yazınında afrodisyak yiyeceklerin genellikle basit halde tüketilen yiyecekler olduğu görülmektedir. Bir başka deyişle afrodisyaklar, içeriğinde pek çok ögenin olduğu komplike karışımlardan ziyade, tek başına tüketilen yiyeceklerdir. Zamanla (özellikle 16. ve 17. yüzyıla kadar) sadeliğin yerini daha karmaşık ve ayrıntılı reçetelere bıraktığı görülmektedir.

Tabloya göre antik yazarlar arasında, afrodizyak yiyecekler üzerine bazı görüş farklılıkları olmakla beraber, hepsinin fikir birliğine vardığı yiyecekler de bulunduğu görülmektedir. Her üç bilginin de mutabık kaldığı üç afrodizyağın, salep yapımında kullanılan orkide kökü, roka bitkisinin yaprağı ve tohumu, bir tür Kuzey Afrika kertenkelesinin ölü bedeni olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 1. Antik Dönemin Cinsel Uyarıcıları

Afrodizyaklar	Pliny	Dioscorides	Aeginalı Paul
Anason	-	+	-
Fesleğen	+	-	-
Havuç	-	+	-
Adaçayı	-	+	-
Glayöl (Kılıç Çiçeği) kökü	+	+	-
Orkide Soğanı - Sahlep	+	+	+
Antep Fıstığı	+	+	-
Roka yaprağı ve tohumu	+	+	+
Kaya kuruğu	+	-	+
Turp	+	-	+
Kertenkele leşi	+	+	+
Nehir salyangozu	+	-	-

Kaynak: Kiple ve Ornelas, 1999, s. 1523 (+: afrodizyak olarak bahsedilen, - : afrodizyak olarak bahsedilmeyen)

Seksüel uyarıcı olarak önerilen roka, antik dönemlerde afrodizyak bitki olarak sayılmaktadır. Rokanın afrodizyak olduğuna dair inanış çok uzun yıllar boyunca kabul görmüş ve 16-18. yüzyıllar arasında kaleme alınan birçok tıp ve beslenme kitabında aynı inanış sürdürülmüştür. Bunun en temel nedeninin ıtırılı bitkilerin o yakıcı niteliğinin dil üzerinde ve bedende yaptığı uyarılma olduğu tahmin edilmektedir. Bununla ilgili Bizans kayıtlarında da benzer bir olgu ortaya çıkmaktadır Bizanslı bilim adamı, çevirmen ve memur Simeon Seth (y.1035- y.1110), rokanın uyarıcı, kızıştırıcı ve cinsel iştahı artırıcı niteliğinden söz etmiştir (Dalby, 2003, s.123; Uhri, 2011, s. 248).

Orkidegillerin kökleri özellikle de salep yapımında kullanılan yumrular, her üç antik çağ yazarının (Pliny, Dioscorides ve Aeginalı Paul) da afrodizyak niteliği üzerinde fikir birliğine vardığı bir yiyecektir. Etimolojik (kelime köken) olarak bakıldığında orkidegiller denilen bu bitkilerin pek çok batı dilindeki ve İngilizce'deki karşılığı olan 'orchid' kelimesi Yunanca 'orchis' kökünden gelmektedir ve bu kelime Yunanca'da testis ya da husye anlamı taşımaktadır. Orkide ile testis arasında kurulan bu ilişkinin nedeni, insanın doğada rastladığı bazı canlı ya da cansızları birbirine ya da kendisine ya da kendisinin bir parçasına benzetme çabasından kaynaklanmaktadır. İnsan, kendi bedeni ile doğa arasında kurduğu bu benzerlikler sayesinde, kendini ve çevresini daha kolay açıklamıştır. Salep kelimesi Türkçe'ye Arapça'daki "sahleb" kelimesinden geçmiş olup "tilki testisi" anlamına gelmektedir. Salep kelimesinin "tilki" anlamını taşımasının nedeni salep otunun yumru halindeki köklerinin testise benzemesinden kaynaklanmıştır ki eski eserlerde de "tilki testisi" ve "köpek testisi" manalarına gelen 'tubera salep' karşılığı olarak "Husyet-ül sal'eb" veya "Husyet-ül Kelb" kelimeleri kullanılmıştır (Tıgılı, 2015, s.2; Uhri, 2011, s.324).

Etimolojinin ilişkiler ağıyla desteklediği salep otu ile cinsellik arasındaki bağ, orkidelerin yumru köklerinin testise benzetilmesiyle güçlenmiştir. Bu bağlamda, testise benzetilen orkide köklerinin fonksiyonları da cinsellik ve döllenme ile ilişkilendirilmiştir. Burada küçük bir parantez açıp homeopatik tedavi yöntemlerine değinmek yerinde olacaktır. "Sağlam kişide belli bulgular çıkaran bir madde, aynı bulgulara sahip hasta kişilerde iyileşme sağlar" prensibi ile uygulanan bu tedavide bitkinin kullanılan kısmının homeopatik olarak insan bedeninde benzediği yerle ilişkilendirilerek sağaltım yoluna gidilmesi sağlanır. Bu yöntemden hareketle, orkide yumrularının testise benzerliği,

insan bedeninde üreme ile benzeşen yer ile ilişkilendirilmiş ve tedavi amaçlı kullanılmıştır. Theophrastus (MÖ 371-287), Avicenna (MS 980-1037), Maimonides (1135-1204) ve Rönesans botanikçileri orkide köklerinin ve salebin cinsellik ile ilişkisini öğrenen ve benimseyen diğer yazarlardır (Teoh, 2019, s.13). Salep, özellikle Osmanlı İmparatorluğu döneminde çok yoğun olarak tüketilmiştir. Eskisi kadar güçlü olmasa da günümüzde salep hala Türkiye ve Yunanistan'da yaygın olarak tüketilen bir içecektir. Günümüzde afrodizyak etkisine dair bir bilimsel kanıt olmamasına rağmen, bitki kökü hala bu etkileriyle bilinmekte ve hatta salep otu kökünün neslinin tükenmesi bile söz konusudur (Uhri, 2011, s.325).

Pliny, tabloda kısmen görüldüğü üzere, hardalgillerin pek çok çeşidini (roka, şalgam, turp gibi) afrodizyak olarak nitelendirmektedir. Oldukça sıradan olan ve her yerde bulunabilen hardalgil çeşitleri genellikle yoksulların afrodizyak yiyecekleri olarak kabul edilebilir. Afrodizyak madde arayışı toplumun her ekonomik ve sosyal sınıfı için geçerlidir ve çağlar boyunca devam etmiştir. Sınıfsal ve ekonomik niteliklerden bağımsız olarak süren afrodizyak yiyeceklere olan talep, antik yazarları bu konu ile ilgili araştırmaya yöneltmiştir (Uhri, 2011, s.249).

Afrodizyak Olduğuna İnanılan Başlıca Yiyecek ve İçecekler

Adamotu

Antik çağlardan bu yana insanlığın hem korktuğu hem de kutsallaştırdığı adamotu, adını gövdesi, kolları ve bacakları ile tıpkı bir insana benzeyen kökünün gizemli dış görünüşünden almıştır (Resim 1). İnanışa göre, adamotunun köklerini topraktan koparıldığında acı içinde çılgık atar ve kendisini topraktan ayırmaya çalışan kişiye ölüm getirirdi. İşte bu inançtan ötürü adamotu köpeklere söktürülürdü (Resim 2) (Gezgin, 2007, s.16). İngilizce ismi 'mandrake' olan bu bitki aynı zamanda baştan çıkarıcı bir afrodizyak olarak görülmüştür. Adamotunun etkilerinin öylesine kuvvetli olduğu düşünülür ki, onun insanı cinnete sürüklediğine bile inanılmıştır. Bununla birlikte bitkinin sihirli olduğu düşünülmüş ve tılsım olarak kullanılmıştır (Andrews, 2000, s.135). Patlıcan ailesinden gelen bu bitki daha çok büyülerde kullanılması ile tanınmaktadır. Pek çok toplumda tılsımına inanılan bu bitkinin, bir kişinin aşık edilmesi, bir dileğin gerçekleşmesi, çocuğu olmayanlara ve tüm hastalıklara şifa olması için kullanıldığı da bilinmektedir. Aynı zamanda uyuşturucu özelliğe sahip olan bu bitkinin bereket getirdiğine, cinsel istek uyandırdığına da inanılmaktadır. Bundan dolayı "adamotu elması" ve "aşk elması" olarak da adlandırılmaktadır (Gezgin, 2007, s.15-16).



Resim 1: Farklı adamotu bitkilerine ait insan bedenini anımsatan kökler.



Resim 2: "Mandragora mascula", Herbarius of Pseudo-Apuleius'dan minyatür, yakl. 1070-1100, Oxford, Bodleian Kütüphanesi, MS. Ashmole 1431, fol. 31r.

Adamotunun ‘elma’ ile ilişkilendirilmesinin bir diğer nedeni de onun elmaya benzeyen tatlımsı aromasıdır. Elmanın tadı dışında ona yüklenen afrodizyak özellikleri, adamotu bitkisine de yansımış, kadınlar adamotunu kısırlıktan sakınmak için, erkekler ise aşıklarının kendilerine duyduğu arzuyu artırmak için üzerlerinde taşımışlardır. Adamotu tek başına bir yiyecek değildir. İnsanlar aslında bu bitkinin saplarındaki öz sudan yaptıkları içecekleri tüketmişlerdir. Dolaylı yollarla tüketilen adamotuna Eski Mısır’da adaklar adandığı bilinmektedir. Bir Mısır mitine göre, güneş tanrı Ra, doğurganlık tanrıçası Hathor’a adamotundan üretilen bir içeceği içmesini emretmiştir (Andrews, 2000, s.135). Adamotu ile doğurganlık arasındaki sıkı bağ Tevrat’ın Tekvin bölümünde de karşımıza çıkmaktadır. Yakub’un karısı Lea’nın, rahmi mühürlenmiş olmasına rağmen adamotu yiyerek hamile kaldığı belirtilmektedir. Tanrının kendisine verdiği adamotu sayesinde Lea, Yakub’a altı çocuk doğurmuştur (Tevrat, Tekvin, 30).

Adamotunun doğurganlığı artırıcı özellikleri ile onun uyuşturucu nitelikleri arasında şüphesiz ki bir ilişki bulunmalıdır. Bu niteliklerin her ikisinin de kişinin ruh halinde hoşluk, sarhoşluk, kendinden geçme halleri yaratması gibi büyük bir ortak paydanın varlığı bu yöndeki bir varsayımı desteklemektedir. Öyle ki, adamotunun uyuşturucu özelliği bir inanış olmaktan öte tarihsel bir gerçekliktir. İçlerinde Homer, Dioskorides, Plato, Aristo, Hipokrat, Demosthenes, Theophrastus, Celsus ve Apuleius’un da bulunduğu pek çok antik dönem yazarı adamotundan oldukça kuvvetli narkotik bir ilaç ve halüsinojen olarak bahsetmişlerdir. Dioskorides adamotunun özelliklerinden bahsederken ‘anaisthēsían (ἀναίσθησία)’ kelimesini ilk kez kullanmıştır. Bu kelime günümüzde halen aynı anlamla kullanılmaya devam etmektedir. Adamotunun uyku getiren ve uyuşturan etkisi Orta Çağ tıp biliminde de devam etmiş, kişide anestezi etkisi gösterdiği için ameliyatlardan önce kullanılmıştır (Mion, 2017, s.128).

Biber

Patlıcangiller ailesinin bir üyesi olan biber, yeşil, kırmızı, siyah, sarı gibi pek çok türe sahiptir. Bilimsel literatüre *Capsicum annuum* ve *Capsicum frutescens* olarak geçen yeşil, sarı ve kırmızı biber türleri, anavatanları olan Orta ve Güney Amerika’da baharattan çok bir sebze olarak tüketilmektedir. Acı tadı nedeniyle çeşni verici olarak yemeklere katılmasıyla da baharat işlevi görmüştür. Orta Amerika kültürlerinde simgesel anlamları bulunan biber ısıtıcı ve yakıcı tadından dolayı ateşle bir tutulmuş ve hem ateş hem de biber erkeğin yaşamsal gücüyle ilişkilendirilmiştir (Uhri, 2011, s.343). Bugün Arnavut biberi (*cayenne pepper*), paprika ve kırmızı biber olarak halen tüketilen biber türleri 1.600’den fazla türü bulunan chili (*capsicum* bilimsel adıyla bilinen biber ailesinin küçük boyutlu ve acı türlerine ait grup) ailesinin birer üyesidirler. Anavatanı Güney Amerika, Batı Hint Adaları, Karayipler ve Meksika olan ‘chili’ bu ülkelerde yaklaşık 8.000 yıldır yetiştirilmekte ve tüketilmektedir. Bu toprakların ilk yerleşikleri, biberi beslenmelerinin bir parçası olarak tüketmelerinin yanı sıra bu sebze bir işkence malzemesi olarak da kullanmışlardır. Karayip yerlilerinin erkek çocukların yaralarını savaşı olmadan önce biberle ovdukları, Mayaların ise toplumsal kuralları hiçe sayarak bekâretini kaybeden genç kızları, genital organına biber koyarak cezalandırdığı bilinmektedir (Andrews, 2000, s.175-176).

Avrupa mutfak kültürüne girdikten sonra hayvan boynuzuna benzeyen şekli nedeniyle bazı Avrupa ülkelerinde koruyucu tılsım olarak nitelendirilmiştir. Boynuz biçiminden dolayı Macaristan’da biber iktidar sembolü olarak görülmüş ve ülkenin Kalocsa bölgesinde bir biber türüne “kedi penisi” adı verilmiştir. Calabria’da bir biber, aynı ismi taşımakta ve bir diğerinin yuvarlak olan türü, “horoz testisi” olarak adlandırılmaktadır. Meksika’da iktidar sembolü olarak bilinen biberi erkekler kadınlardan daha fazla tüketmekte ve erkekler bütün yeşil biberi kemirip terleyerek dişilere gösteriş yapmaktadırlar. Ayrıca biber Meksika argosunda ve çeşitli yerel dillerde de erkeklik cinsel

organında eş anlamı olarak “chile” olarak adlandırılmaktadır. Bugün İngilizce ve diğer dillerde kullanılan ‘chili pepper’ sözcüğünün özgün adı Nahuatl dilindeki ‘chili/xilli’ kelimesidir. Bu isim Columbus’un Haiti ve Dominik civarına ulaşmasıyla Avrupa’ya taşınmıştır. Hem gerçekte hem de sembolik olarak tam anlamıyla acı bir yiyecek olan biber bir afrodisyak olarak görülmekte ve cinsel arzuya ilişkilendirilmektedir. Biberler, güç vermekte, cinsel aktiviteyi tetiklemekte ve böylelikle soyun üremesine olanak tanımaktadır (Katz, 2010, s.83; Uhri, 2011, s.343).

Çikolata

Kakao ağacının meyvelerinden elde edilen çikolatanın kökeni oldukça eskilere dayanmakta olup adını Azteklerin Nahuatl dilindeki “*tchocolati*” sözcüğünden almıştır. Kakao ağaçları Mayalar, İnkalar, Aztekler, Meksika ve Orta Amerika yerlileri tarafından tanrıların hediyesi olarak görülmüş ve bu ağacın meyvelerinden elde edilen çikolata kutsanmış bir içecek olarak görülmüştür. Aynı zamanda afrodisyak olarak kabul gören çikolata zengin ve güç sahibi kişiler tarafından sadece özel günlerde tüketilmiştir (Akdeniz, 2017, s.222; Bruinsma & Taren, 1999, s.1250; Verna, 2013, s.112).

Bir bitki içeceği olan “Atexli”ye İspanyol kraliyet hekimi Francisco Hernandez tarafından derlenen ve yazılan bir Aztek Bitkisel İlaç Biliminde şöyle değinilmiştir; “*Erotik etkileri modern botanikçilerin henüz tanımlayamadığı bir bitkiden geliyordu*”. Ayrıca Hernandez çikolatayı humoral sisteme göre “soğuk ve nemli” ve “cinsel iştahı artırabilen” olarak iki şekilde sınıflandırmıştır. 1753’ de ise ünlü nozoloji (hastalıkları sınıflandırma bilimi) uzmanı olan Carl Linnaes tanrıların yemeği olan “Theobroma” ya kakao adını vermiştir. İki buçuk yüzyıl sonra Joanne Harris, ilk ödüllü filmi olan Chocolat’ta bu erotik hislerini vurgulamıştır. Yüzyıllar boyunca çikolatanın afrodisyak yönüne vurgular yapılmıştır ve çikolata pek çok farklı sebeple tüketilmiştir. Örneğin; Aztek uygulamalarında kakao çekirdeklerinden yapılan ilaçlar, mide ve bağırsak ağrılarını yatıştırmak, ateş düşürmek, çocukluk dönemindeki ishali kontrol etmek, öksürüğü bastırmak gibi amaçlarla kullanılmıştır. Aynı zamanda, askeri fetihlerden önce de gücü teşvik etmek amacıyla kullanılmıştır. Daha sonraki dönemlerde zayıflamak, anne sütünü arttırmak, uykuyu düzenlemek, dişleri temizlemek ve kişinin çekingenliğini azaltmak amacıyla tüketilmiştir (Hospodar, 2004, s.87; Poli, Conti & Visioli, 2012, s.1).

Kakao ve çikolata içerdiği çeşitli kimyasal maddelerden dolayı da afrodisyak etki göstererek, cinsel arzuyu artırmaktadır. Bu kimyasallar doğal olarak ortaya çıkmakta olup, beyin tarafından mutluluk, aşk ve şehvet duyguları sinir sistemine salınmaktadır. Bu genellikle aşık olmakla ilişkilendirilen ruh hali değişikliği, kan basıncındaki ve kalp atışındaki artış gibi duygulara neden olmaktadır. Özetle çikolata, enerji, güç ve dayanıklılık sağlayan, insanları iyi hissettiren ve aşık olma duygularını uyandıran bir armağandır (Afoakwa, 2008, s.112).

Elma

Meyvelerin anası ve atası olarak kabul edilen elma, yeryüzüne Orta-Asya’dan yayılmış olup Altay ve Kafkas kökenlidir. Kazakistan’ın başkenti Almatı’nın eski adı elmaların atası anlamına gelen Alma Ata’dır. Elma ağacının dünyaya buradan yayıldığına inanılır. Yaratılış mitlerinden günümüze doğurganlığın sembolü olarak kabul edilen elma kadınla erkeğin birbirine duyduğu tensel sevginin sembolüdür (Duman, 2013, s.798; Karakurt, 2011, s.37).

Antik dönemden beri efsanelerde geniş yer bulan elma, mitolojide ve semavi dinlerde önemli ve kutsal bir yere sahiptir (Ateş, 2017, s.209; Şimşek, 2018, s.2353). Oldukça eski bir kökeni olan bu meyve üzerinden türeyen söylenceler Mezopotamya ve Hitit mitolojilerindeki yılan Hedammu söylencesi ile açılır ve diğer birçok söylencede

olduğu gibi Yunan Mitolojisinin kökenleri de buraya dayanır. Aşk tanrısı İştâr'ın konu edildiği, bir kadının bir erkeği arzularının sağlanmasına yönelik dua metni şöyledir (Uhri, 2011, s.208);

“Kadınların en güzeli, aşkı yarattı! Elma ve narlara bayılan İştâr, arzuyu yarattı. Ey “aşk taşı” kalk ve in! Haydi, benim için iş başına! Çiftleşmemizi yönetecek olan İştâr'dır. Bir elma ya da bir nara bakarak bu sözleri üç kez tekrarla, sonra da bu meyveyi arzuladığın kadına yedir. Kadın hemen kendini teslim edecek ve onunla cinsel ilişkide bulunacaksın”.

Yunan mitine göre; ilk güzellik yarışmasının ödülü bir altın elmadır. Ölümlü kral Peleus ile deniz perisi Thetis'in Olympos'ta olan düğününe çağırılmayan Nifak Tanrıçası Eris düğüne gelir ve masaya üzerinde “en güzele” yazılı bir altın elma bırakır ilk nifak tohumu tanrıçalar arasına ekilir. Zeus'un karısı Hera, savaş ve bilgelik Tanrıçası Athena ve güzellik tanrıçası Afrodit, “en güzel benim” diyerek elmayı sahiplenmesi üzerine Tanrılar Tanrısı Zeus, tercih yapmakta zorlanınca elmayı en güzele vermesi için çoban Paris'i görevlendirir. Üç tanrıça, elmayı alabilmek için Paris'i etkilemeye çalışır. Athena sonsuz bilgi, Hera krallık, Afrodit'se dünyanın en güzel kızı Helena'yı vaat eder. Helena'nın aşkı tercih eden Paris, altın elmayı Afrodit'e uzatır ve bu da Afrodit'in güzellik tanrıçası olarak tescili anlamına gelir (Şimşek, 2018, s.2353). Cennetten kovulma mitosunda en önemli sembollerden birini “yasak meyve” oluşturur. Adem ile Havva'nın cennette yedikleri meyvenin elma olduğunu, yasağın ise özünde cinselliği içermesine bağlı olarak bu mitosla ilişkili olarak elma birçok kültürde cinsellik sembolüdür (Gezgin, 2007, s.54; Karakurt, 2011, s.37). Farklı bir Yunan mitinde, şarap tanrısı Dionysos elma ağacının yaratıcısı olarak kabul görür ve bu elma ağacını Aphrodit'e hediye eder. Güzellik ve aşk tanrıçası Afrodit'i simgeleyen elma, erotizmi ve aşkı sembolize eder. Yine bir Yunan mitinde, her şeyi yaratması ile bilinen toprak ana Gaia Tanrıça Hera'ya Olympus'un Tanrısı olan Zeus ile evliliği esnasında “doğurganlığı” sembolize eden altın bir saksı içerisinde elma hediye eder. Cermen mitolojisinde Odin'in karısı olan Frigg kehanet, evlilik ve doğurganlığı simgeleyen elma ile ilişkili olarak anneliğin tanrıçasıdır (Ercan, 2017, s.1048).

Elmanın tensel sevginin sembolü olması, insanların cinsellik için dualarında elmaya yer vermesi ve temel olarak aşkı, sevgiyi, cinselliği, doğurganlığı, verimliliği, yasağı, ilk günahı ve gücü sembolize eden bir meyve olması açısından afrodizyak olduğu sonucuna varılabilir.

Haşhaş

İlk yazılı ifadelerine M.Ö. 2. bin yılda rastlanan haşhaş birçok toplum tarafından çeşitli biçimlerde kullanılmıştır. Hitit ve Urartulara ait iğne formlarında ve eski çağ uygarlıklarına ait tıbbi tedavi uygulamalarında haşhaşın kullanımına sıkça rastlanmıştır. Hititler Boğazköy ve çevresinde bilinen bir tarım ürünü olan haşhaşa Hititçe “haşşikka” ismini vermişti. Hititçe “haşşikka”nın aynı zamanda uyku anlamında kullanılması Hititlerin haşhaşın uyuşturucu etkisinden haberdar olduklarını gösterir niteliktedir. Haşhaş aynı zamanda afyon ve morfinin hammaddesidir ve bugün tıp alanında hastayı uyuşturmak amacıyla kullanılan morfinin ismi 1805'te eczacı Sertürner tarafından Yunan mitolojisindeki rüya tanrısı Morpheus'tan esinlenerek koyulmuştur. Yunan mitine göre; Morpheus, Hypnos'un yani uykunun çocuğudur. Morpheus kanatları sayesinde uçarak yeryüzündeki tüm insanlara düş gösterebilir. Onun gösterdiği rüyalarda tıpkı haşhaşın etkisi benzer şekilde korku, mutluluk, üzüntü gibi tüm duygular birbirine karışır (Erol & Yanık, 2019, s.202; Gezgin, 2007, s.64-65).

Haşhaş Osmanlı Dönemi Anadolu'sunda afyon, tentür veya ekstre halinde ağrı kesici özelliği ile tıbbi uygulamalarında, keyif verici özelliğiyle de kahvehane benzeri sosyal ortamlarda ve aktarlarda satılan afyon içeren macunda çocukları uyutmak için yaygın bir biçimde kullanımı tercih edilmiştir. Tedavi edici, uyku verici ve uyuşturucu etkisinin yanında amber, tarçın ve safran gibi çeşitli aromatik maddeler karıştırılarak afrodizyak etkisi sebebiyle de sıkça kullanılmıştır (Erol & Yanık, 2019, s.209).

İncir

Bir cennet meyvesi olan incir, mitolojinin efsanevi dünyasından günümüz gerçekliğine kadar bütün kültürlerde varlık, yaşam, güç, verimlilik, bolluk-bereket, bilgelik, aydınlık cinsellik gibi birçok şeyi sembolize etmiştir (Koçak, 2004, s.1). Antik zamanlarda insanlar, incir ağaçlarının ürettiği özü kutsal tanrıçaların sütü gibi mucizevi bir madde olarak görmüştür. Mısırlılar, incir ağaçlarını tanrıçaların ağacı ve ilahi yiyecek olarak kabul etmiştir (Andrews, 2000, s.91-93). Romalılar ise yılın ilk gününü incir ile kutlamışlardır (Sutton, 2014, s.54). Bir Yunan mitinde incirden şöyle bahsedilmiştir; Tanrıça Demeter kızı Persephone kaybolduğunda onu aramak için yeryüzünde dolaşmadık yer bırakmamıştır. O günlerde Attike'yi ziyaret eden Demeter'i Phylatos adında bir kahraman evinde ağırlamıştır. Demeter kendisine gösterilen bu konukseverlik karşısında oradan ayrılmadan önce Phylatos'a incir fidanı hediye etmiştir (Gezgin, 2007, s.105).

İncir kutsal kitaplarda da yer bulan bir meyvedir. Yahudi inancında incir, buğdayla birlikte Adem ve Havva'nın cennetten kovulmasına sebep olan yasak meyve olarak kabul edilmektedir. Kur'an-ı Kerim'de incir Tin sûresine ismini vermiştir. "And olsun, incire, zeytine, Sina Dağına ve şu emin şehre ki, biz hakikaten, insanı en güzel bir biçimde yarattık." (Gezgin, 2007, s.107-108, Et-Tin: 1-4 Sure). Tin sözcüğü incir anlamına gelmektedir. Zemaşeri'den rivayet edilen bir hadiste Hz. Muhammed'in; *"İncirden az bile olsa yiyiniz. Çünkü ben cennetten indirilmiş bir meyveyi söylemiş olsaydım, o meyvenin incir olduğunu söylerdim. Zira cennet meyvelerinin çekirdeği yoktur."* dediği nakledilir (Özatalay, 2014, s. 152).

Musevi ve Hristiyan inanışlarında "kutsal zarafetten düşüş, küstahlık, çıplaklık, utanç" anlamlarını taşıyan incir, Adem ve Havva'nın cennetten kovulmasına neden olan meyve olarak görülmüştür. Adem ve Havva yasak meyveyi yer yemez birden gözleri açılmış ve o an çıplaklıklarının farkına varmışlardır. Buldukları incir yaprakları ile edep yerlerini kapatmak için kemer ve kuşak yapmışlardır (Batuk, 2006, s.55; Koçak, 2004, s.12). Bugün hala incir yaprağı, utanç verici bir şeyi gizlemeye yönelik girişimin metaforu olarak kullanılmaktadır (Sutton, 2014, s.12).

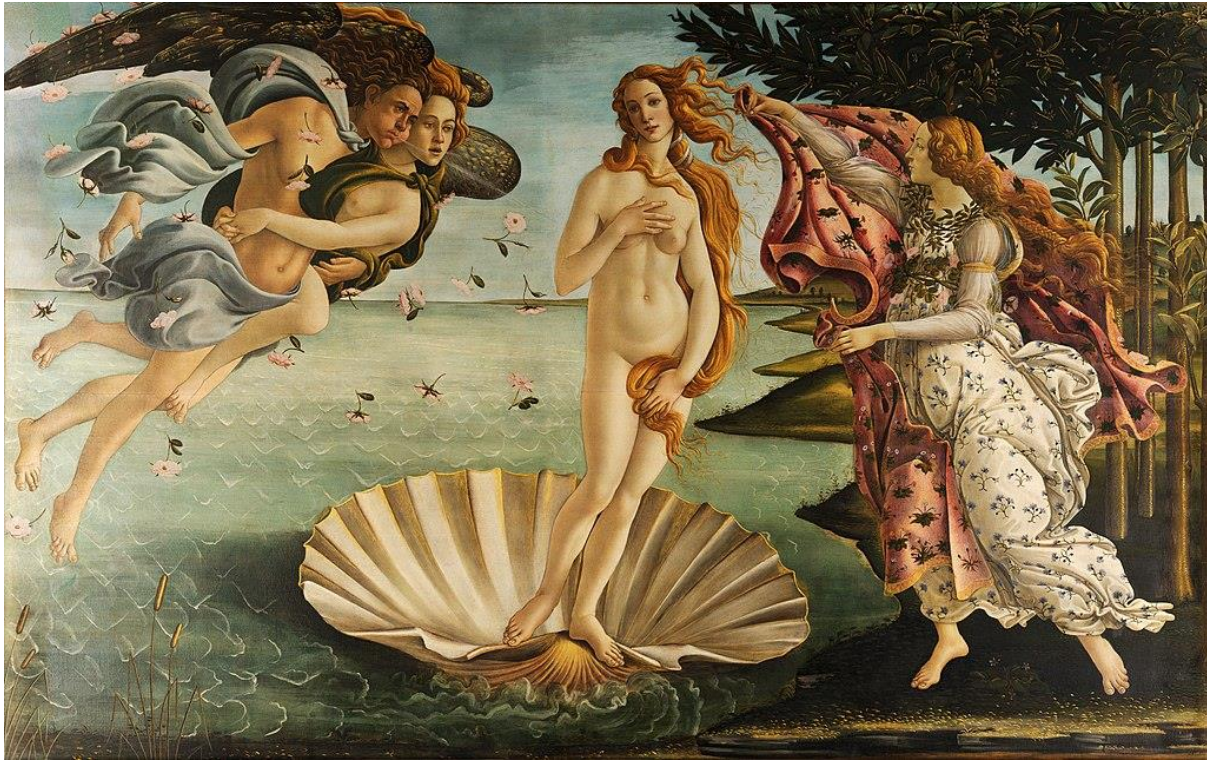
İncirin yaprakları erkekleri, meyvesi ise kadını sembolize etmiştir. İncir ağacı bu iki unsuru içerisinde barındırdığından hayatın ve aşkın sembolü olarak kabul edilmiştir. İncir ağaçları ve doğurganlık arasındaki bağlantı ise göz ardı edilememiştir. Antik Yunan'da, aşırı doğurganlığı sembolize eden incir ağacı, aynı zamanda karı-koca ilişkisi, evlilik, doğurganlık, günahattan arınma ve gerçekliği sembolize etmiştir. İtalya ve Afrika'nın bazı bölgelerinde ise kısır kadınların ruhani kocası olarak görülmüştür (Andrews, 2000, s.91-93; Koçak, 2004, s.10). Bir Ortadoğu mitinde incirin sapından süzülen süt doğurganlıkla ilişkilendirilmiştir (Gezgin, 2007, s.80). Hindular doğurganlık tanrıçası Lakshmi'yi kutsal incirle tanımlamışlardır. Onun, doğum tanrıçası Shasthi gibi ağacın içinde yaşadığına inanmışlardır. Bu nedenle incir ağacını yani Hint mitinde 'Banyan'ı gebe kalmaları ve çocuk sahibi olmalarına yardım etmeye çağırmışlardır (Andrews, 2000, s.91-93).

Hemen hemen tüm kültürlerde incirin güç, verimlilik, evlilik, doğurganlık ve cinselliği sembolize ettiğine inanılması ve ayrıca yapraklarının cinselliği gizleyen bir araç olarak kullanılması, meyvesinin kadın cinsellik organına benzemesi, yapraklarının ise cinselliği gizleyen bir sembol olması ile erkekleri temsil etmesi, hayatın ve aşkın sembolü olarak kabul edilmesi afrodizyak bir meyve olduğunu gösterir niteliktedir.

İstiridye

İstiridye kelimesi Yunanca bir kelime olan “ostreidi” den türemiş olup, aynı zamanda deniz kabuğu, Rocaille ve Coquille gibi isimlerle de kullanılmaktadır. İstiridye denizde yaşayan iki çenetli yumuşak, deniz kabuğudur (Yılmaz, 2005, s.7).

İstiridye, tarih öncesi çağlardan beri önemli bir besin kaynağı olarak görülmüş ve yaygın bir biçimde tüketilmiştir. Ayrıca insanlar istiridyeyi, kadınların doğurganlığı ile ilişkilendirmiş içindeki değerli inci ve kadın cinsel organına benzeyen şekli nedeniyle de kutsal amaçlarla kullanmıştır (Akdeniz, 2017, s.339; Belge, 2016; Kuru, 2008, s.112). Sonraki dönemlerde de Çin, Tibet, Hint, Sümer, Babil, Mısır, Yunan, Aztek, İnka, Maya, Kızıldereli gibi birçok uygarlığın inanisında, istiridye benzer şekilde doğurganlığın, dişiliğin, bereketin, yeniden doğuşun, nazardan korunmanın sembolü olarak kullanılmıştır (Kuru, 2008, s.112).



Resim 1: Venüs'ün Doğuşu, Sandro Botticelli, yak. 1482–1486, Uffizi, Floransa

Antik zamanlarda İran'da kırılmamış doğal incinin bekareti, incinin kırılmasının ise aşılama ve doğumu sembolize ettiğine inanılmıştır (Yılmaz, 2005, s.10).

İstiridyenin bir başka sembolik anlamı, güzellik tanrıçası Afrodit'ten (Venüs) gelir. Yunan mitolojisinde, güzellik, aşk ve doğurganlık tanrıçası Afrodit bir istiridye kabuğunda Kıbrıs kıyılarına sürüklenmiştir (Resim 2). Bundan dolayı, Antik Çağ, Orta Çağ, Rönesans ve Barok dönemi boyunca istiridye kabuğu, kadınsı güzelliğin ve Venüs'ün doğuşunu sembolize etmiştir. Bu inanca göre, istiridyenin kabukları değerli aşkı koruyan sığınaktır. Aşkın gücünü sembolize eden istiridye kabuklarını açmak oldukça zor olduğundan istiridyenin yenilebilir kısmına ulaşmak

meşakkatli bir iştir. Tıpkı kabuğun içindeki istiridyeye ulaşmanın zorluğu gibi, aşka ulaşmak da çok fazla çaba gerekir (Akdeniz, 2017, s.343).

İstiridye, yüzyıllar boyunca görsel sanatlarda da afrodizyak olarak yaygın biçimde yer almıştır. Genellikle, lüks ziyafetlerde ve erotik toplantılarda cinselliği temsil etmiştir. Bazen, kadın güzelliğinin tehlikesini, bazen insanın üremesini, bazen bir erkek ve bir kadın arasındaki ilişkinin cinsel doğasını, bazen de fani zevkleri sembolize etmiştir (Akdeniz, 2017, s.340).

İstiridye yağ oranı düşük ve mineral oranı yüksek oldukça sağlıklı bir besindir. İstiridye içerdiği fosfor, iyot ve çinko ile hem sperm hem de testosteron üretimini arttırdığı, ayrıca vajinal kayganlaştırıcının salgılanmasını arttırdığı söylenmektedir (Rodrigues, 2000, s.7). 20. Yüzyılda, öncü İngiliz seksolog Havelock Ellis (1859-1939), bir afrodizyağın öncelikle besleyici olması gerektiğini vurgulamıştır. İstiridye ve diğer kabuklu deniz ürünlerinin besleyici nitelikleri sayesinde cinsel istek üzerinde etkili olduğunu iddia etmiştir. Ayrıca, sindirilmesi açısından da nispeten az enerji gerektirdiğinden, cinsel aktiviteler de dahil olmak üzere diğer aktiviteler için de enerji kaynağı olduğunu söylemiştir (Kiple & Ornelas, 1999, s.1528). İstiridyenin, bu nitelikleri bakımından medikal açıdan da afrodizyak olarak kabul görmüş bir yiyecek olduğu söylenebilir.

Kahve

16.yüzyılın sonlarına doğru Avrupa’da tanıtılmasına rağmen kahve 17.yüzyılın ortasına kadar popüler bir içecek haline gelememiştir. Popüler bir içecek olmaya başladığı ilk zamanlarda, aşırı tüketildiğinde cinsel arzuları bastırdığı söylemlerinden dolayı afrodizyak olarak kabul edilmemiştir. İlerleyen dönemlerde ise, idrar üretimini uyarma yeteneğine sahip olduğu ve antik çağlarda da afrodizyak özelliklere benzer özellik taşıdığına inanılmasından bu söylenti tutarsız olarak kabul görmüştür. 1928’de kahvenin normalde anaafrodizyak olduğunu kabul eden bir yazarsa, depresyona bağlı iktidarsızlık durumunda, yorgunluk belirtisine karşı koyarak cinsel uyarıcı özellikleri taşıyabileceğini belirtmiştir (Kiple ve Ornelas, 1999, s.1529).

Etiyopya mitolojisinde bir keçi çobanı, sürüsündeki keçilerden birinin bir bitkinin meyvesini yediğini ve keçinin bu meyveyi yemesinin ardından uzun süreler boyunca uyanık kaldığını ve fark etmiş. Keçinin oldukça neşeli olduğunu gören çoban, keçinin yediği meyveleri toplamış ve bu meyveleri çevresindekilerle paylaşmış. Böylece kahve Etiyopya’da özellikle uzun ibadetlerin yapıldığı dinsel törenlerde kullanılmış ve uzun süre uyanık kalabilmek için insanlar kahve çekirdeği yemeyi alışkanlık haline getirmiştir (Gezgin, 2007, s.112). Özellikle yaprakları ve kökleri özel tat ve aromatik bir kokuya sahip olan kereviz, insanlık tarihi boyunca tıbbi amaçlı veya baharat olarak kullanıldığı bilinen bitkidir.

Kereviz

Çeşitli şekillerde tüketilebilen kereviz afrodizyak olarak bilinir. Fransızlar “kadınlar kerevizin bir erkeğe neler yapabileceğini bilseydi Roma’ya kadar giderdiler” diyerek kerevizin afrodizyak özelliğine vurgu yapmıştır. 15.yüzyılda kaleme alınan bir tıp kitabı bu afrodizyak özelliğe vurgu yaparak, bal ile karıştırılmış kerevizin erkek cinsel organına sürmenin, kişinin eşine sadık kalmasını ve cinsel açıdan sağlıklı olmasını sağlayacağını belirtmiştir (Yıldırım, 2010, s.25).

Kişniş

Sanskrit literatürün de ve Antik Mısır'a ait Ebers Papirusunda adı geçen kişniş M.Ö 5000'e kadar dayanan uzun bir geçmişe sahiptir. M.Ö 2000'den beri Yunanistan'da sık sık kullanıldığı bilinen kişniş Hipokrat (M.Ö 460-370) tarafından Yunan tıbbında da çocukların bağırsak ve midevi sorunlarında da kullanılmıştır. Romalılar ve Yunanlılar kişnişi ilaç olarak ve şarabı lezzetlendirmek içinde kullanmıştır.

Kişniş Mısır'da ikinci Ramses'in mezarında bulunmuştur. Mısırlılar afrodisyak etkili olduğuna inandığı kişnişi "mutluluk baharatı" olarak adlandırmıştır. Kişnişin afrodisyak olarak çeşitli iksirlerde kullanıldığı da bilinmektedir. Arap Gecelerinde' de Pliny, şarap ile birlikte tüketilen taze kişnişin olduğu afrodisyak bir etki yarattığını belirtmiştir (Deniz vd., 2017, s.17).

Lavanta

Yiyecek ve içeceklerde de kullanılan yenilip içilebilen bir çiçek olan Lavantanın Latincesi, temizliği çağrıştıran aromaya sahip olmasından dolayı, yıkama anlamını taşıyan Lavare' den gelmektedir. Hoş kokusu ve mor rengiyle güzel bir görünüme sahip olan lavantanın dünyada 28 türü üzerinde yoğunlaşmaktadır. Antik Roma ve Kuzey Afrika'da parfüm, kısırlık, enfeksiyon ve stresin tedavisinde kullanılan lavanta Arap tıp dünyasında mide ağrısı ve böbrek şikayetlerini tedavi etmek amacıyla kullanılmıştır. Victoria dönemindeyse afrodisyak olarak kullanılan lavanta ilerleyen dönemlerde antispazmadik, anti- gaz antimetik, diüretik ve tonik biçiminde tercih edilmiştir (Akgül, Göğüş, Glaue & Akcan, 2019, s.724).

Mantar

Varlığının Adem ve Havva ile başladığına inanılan mantarlar hızlıca yerden filizlenerek büyümeleri ile nedeniyle daima gizemli nesnelere olarak görülmüştür. Mantarın tarihi, cinayet ve kazayla ölüm, açlık ve oburluk, hastalık ve sağlık, din ve savaş gibi çokça öyküyü içerisinde barındırmıştır. Bu öyküler; yazarların, şairlerin ve sanatçıların yaşamın kendisinin dağınıklığını ve çürüklüğünü mantarlara atfettiği gizem ve sihirle doludur. Mantarlar, özellikle cinsel alt tonları olan yaratılış veya köken mitlerine gömülmüştür (Andrews, 2000, s.153; Bertelsen, 2013, s.7,8,26).

Sümerler M.Ö 3500'den itibaren tanıdığı mantara "UZU. DIR. KUR.RA" adını vermiştir ve bu yiyeceği cinsel iktidarı artırıcı tedavi amaçlı farmakolojide kullanmıştır. Mantar, Mısırlılar tarafından da çok değerli olarak kabul görmüş ve sadece firavunlara atfedilmiş bir yiyecekti. Romalılar da, değerli olarak gördükleri mantarı tanrıların yiyeceği olarak görmüştür (Gezgin, 2007, s.93; Kılıç & Eser, 2017, s.133). Antik Yunanlılarsa mantarın savaştaki insanlara güç sağladığına inanmıştır (Chang ve Buswell, 1996, s.473). Aynı zamanda, mantarlar genellikle fırtınalardan sonra ortaya çıktığı için Yunanlılar ve Romalılar yetişmelerini yıldırımlara bağlamış ve mantarları Zeus'un yarattığına inanmıştır (Andrews, 2000, s.153). Uzak Doğu ülkelerinde yaklaşık 2000 yıldan beri ölümsüzlük mantarı olduğuna inanılan 'Ganoderma lucidum' çeşitli adlarla anılmıştır. Çinliler tarafından önemli bir yere sahip olan bu mantar 'uğurlu mantar' olarak adlandırılmış, mutluluğu, sağlığı, şans ve uzun bir hayatı sembolize etmiştir (Kılıç & Eser, 2017, s.133). Yine Çinliler tarafından mantarın vücudu hastalıklara karşı koruduğuna ve bağışıklık sistemini güçlendirdiğine inanılmıştır (Gökçe, 2011, s.70). Mantarların bu iyileştirici özelliklerinden biri de cinsel sağlıkla ilişkili olarak bazı türlerinin afrodisyak olarak tüketildiği inancıydı. Yüzyıllar boyunca Çinliler mantarların, değerli ve sağlıklı yiyecek 'yaşam iksiri' olduğuna inanmış, 'shiitake' mantarı olan 'lentinm edodes' ise Japon

kralları tarafından bir afrodisyak olduğuna inanıldığından dolayı çok değerli olarak kabul görmüş ve gizli, korunaklı yerlerde yetiştirilmiştir (Bertelsen, 2013, s.87; Chang ve Buswell, 1996, s.473).

Mantarlar, erkek cinsel organına benzerlikleri nedeniyle yüzyıllardır afrodisyak olarak kabul edilmiştir. Ayrıca cadıların aşk iksirlerinde de mantarların kullanıldığına inanılmıştır. Halüsinojenik etkiye sahip mantarlar ise ekstazi üreten afrodisyaklar olarak yüz yıllar boyunca tüketilmiştir. Aztek hayat kadınları, mantarları müşterilerine sunmak için uzun yıllar boyunca saklamıştır (Hospodar, 2004, s.89).

Nektar-Ambrosia ve Bal

Çoğu zaman dünya ağaçları cennette büyüdü ve bu kutsal yiyecekleri üretti. Yunan mitolojisine göre nektar ve ambrosia tanrıların yiyecekleri, onların ölümsüzlüklerini koruyan ve cennette mucizevi bir şekilde akan yiyecek olarak tanımlanmıştır (Andrews, 2000, s.157).

Homeros destanlarında ve Olympos tanrılarının ambrosia ve nektar ile beslendiği söylenmekteydi. Ölümsüzlüğü simgeleyen ambrosia, birçok çiçek özünüde bulunduğu bir çeşit bal olarak bilinmekteydi. Ambrosia ile beslenen tanrılar yaralanmaz bir hale bürünmekteydi. Ambrosia insanlar tarafından tüketildiğinde ise onlara gençlik, mutluluk ve ölümsüzlük sağladığına inanılmaktaydı (Erhat, 2014, s.33).

Nektar ve ambrosia ölümsüzlük ve sarhoşluk veren kutsal yiyeceklerdi. Hatta tatlı olan bu dünyevi yiyeceklerin tanrısalılığı taklit ettiğine inanılmaktaydı. Ve bu tatlı yiyecekler, doğurganlığı arttırabilmek amacı ile afrodisyak olarak, enerji ve gençleştirme amacı ile de tonik olarak kullanılmaktaydı (Hospodar, 2004, s.84).

Antik çağlarda kutsal bir madde olarak nitelendirilmekte olan balı efsaneler tanrısal bölgelerde mucizevi bir şekilde akan, dünya ağacından damlayan ve tanrıları güçlü kılan nektar ve ambrosia ile ilişkilendirmiştir. Eski Ahit'e göre kutsal toprak bal ve süt ile akmaktaydı. Bal, ölümsüzlük için kullanılan, mistik bir güç tarafından yaratılan, eski kültürlerde açık festivallerde tanrılara sunulan sarhoş edici bir içecek olarak tüketilen bir madde olarak görülmekteydi (Andrews, 2000, s.116). Ayrıca bal birçok hastalıkta kanıtlanmış tedavi edici etkilerinden dolayı yüzyıllar boyunca geleneksel tıpta da önemli bir yere sahip olmuştur (Zumla & Lulat, 1989, s.384).

Ünlü bir Yunan mitine göre; bir çoban olan Aristaios arıcılıkta da oldukça başarılı ve birçok arıya sahipmiş. Aristaios dağ ve su perilerini kovalamaktan hoşlanmıştı. Bir gün ozan Orpheus'un karısı Eurydike'nin peşine takılmıştır, Eurydike Aristaios'dan kaçarken ayağını yılan sokmuştur ve bunun ardından güzel kadın ölmüştür. Bunun üzerine Aristaios'un Tanrılar tarafından cezalandırılmak amacı bakire arılar ve ürettikleri saf balla temas etmesi yasaklanmıştır (Andrews, 2000, s.116-117; Erhat, 2014, s.55).

Antik insanlar tarafından, erdemliliği ve saflığı ifade etmiş olduğundan dolayı bal evlilik ritüellerinde de kullanılmaktaydı. Bal temizlenmek ve arınmanın bir çağırışımı olduğu gibi doğurganlık ve bir afrodisyak yiyecek olarak da kullanılmaktaydı. Slavlar da aşk iksirlerinde balı kullanmaktaydılar. Macaristan Magyarları da erkek ve kadınları birbirleri tarafından çekici hale getirmek amacı ile cinsel organlarına bal sürmekteydi. Özetle dünyanın dört bir yanındaki kültürler tarafından bal; saflaştırıcı, aşk cazibesi, iyileştirici, koruyucu olarak çeşitli amaçlarla kullanılmaktaydı (Andrews, 2000, s.117).

Salep-Vanilya

İlgi çekici özellikleri ve hala çözülememiş gizemleri ile Tanrının yarattığı en güzel çiçekler içerisinde yer alan orkideler, en renkli ve anlaşılmaz türlerdir. *Monocotyledon* ailesinin en geniş türü ve taksonomi olarak, 600-800 cins ve 25,000-35.000 türü bulunmakla birlikte orkideler çiçek boyutu, biçimi ve renk olarak benzersiz bir çeşitlilik gösterir. Çok farklı ortamlarda yetişen bu bitkiler epifit, terrestrial, litofit, çürükçül ve parazit orkideler olarak beş kategoriye ayrılır. Toprakta yaşayan “terrestrial” orkide türleri, yaygın olarak orta kuşak bölgelerde ve toprak altında yumru, kök veya rizom yapıları bulunur. Yumrulu olan türler, salep orkideleri olarak adlandırılır ve orkide ailesinin çok önemli bir bölümünü oluşturur (Ar, 2000, s.136; Çalışkan & Kurt, 2019, s.349; Öğretmen, Özcan & Arabacı, 2012, s.56; Tıǧlı, 2015, s.1).

Batı dillerinde de benzer durumlarla karşılaşmak mümkündür. Örneğin, İtalyanca’da salep yerine “testicolo di cane”, eski İngilizce’de “foxstones” veya “dogstones” kelimeleri kullanılmış olup sonrasında “salep” kelimesi kullanılmıştır (Tıǧlı, 2015, s.2).

Yumrulu salep orkidelerine dair ilk kayıt M.Ö 350 yılında botaniğin babası olarak tanınan Yunan filozof Theophrastus’a dayanmakta olup, Theophrastus yumruları nedeniyle bitkilere orchis adını vermiş ve tıbbi değerinden de bahsetmiştir. Bununla birlikte I. yüzyılda Yunan doktor Dioscoridesin M.S. 50-70 yılları arasında yazmış olduğu 5 ciltlik “Materia Medica” (Tıbbi Materyaller) eserinde salebi çiçek, yaprak ve renkleri ile ilgili bilgiler vererek tanımlamış ve özellikle afrodisyak ve zührevi hastalıkların çözümünde kullanıldığını belirtmiştir. Ayrıca, köklerinden büyük olanı yiyenin erkek, küçük olanını yiyeninse kız çocuğu olacağını belirtmiş ve köklerinin kırmızı şarap ile tüketilmesini tavsiye etmiştir. İbn-i Sina’nın da “Kanun” adlı eserinin 2. cildi olan Edviyei Müfrede’de Hüssa-el Sal’eb ve Hüssa-el Kelb başlıkları altında saleple ilgili geniş bilgiler yer almaktadır. İbn-i Sina da salebin afrodisyak, iştah açıcı, felç giderici özellikleri olduğundan bahsetmiş ve hatta doğacak çocuğun cinsiyetini bile belirleyici bir içecek olduğunu ifade etmiştir. Benzer şekilde İbn-i Sina’nın “Kanun” adlı eserinin 5.cildinde de macunların nefsi kuvvetlendirici, ferahlatıcı, iştah ve zihin açıcı ve afrodisyak özelliklere sahip olduğunu belirtmiştir. Antik Romalılar “Satyrion” ve “Priapiscus” olarak isimlendirdikleri içecekleri yapmak için salep yumrularını kullanmış ve güçlü bir afrodisyak etkiye sahip olduğunu düşünmüştür. Hint pazarlarındaysa salep “salib misri” olarak adlandırılmış ve kullanılmıştır. Eski dönemlerde de cadıların sevgilileri bağlamak için hazırladıkları aşk iksirlerine salep ilave edildiği anlatılır (Çalışkan & Kurt, 2019, s.349-350; Öğretmen vd., 2012, s.55; Tıǧlı, 2015, s. 2-3).

Orkidegiller içerisinde yer alan vanilyanın anavatanı Amerika kıtasıdır. Bu bitki, botanikçiler tarafından ‘*Vanillia Planifolia*’ veya ‘*Vanillia fragrans*’ olarak adlandırılmıştır. Cinsel çağrışımlara oldukça açık olan vanilya Meksika’dan İspanyol fatihler tarafından getirilmiştir. Adına (*planifolia*) da yansıyan, bitkinin baharat olarak kullanılan kısmı uzun ve ince kılıç kını gibi olan tohum haznesidir. Bitkinin temelini oluşturan bu kısım İspanyolca ‘vainilla/vaina’ sözcüğünden türemiştir. Latince ‘vagina’ kadın cinsel organını sembolize etmiştir. Maço İspanyollar ve Latinler bu sözcüğü kılıcın girdiği yere ve oradan da biçimsel benzerliği nedeniyle vanilyaya isim olarak vermiştir. Vanilya böylece Avrupa’da erotik bir bitki olarak tanınmıştır (Hospodar, 2004, s.89; Uhri, 2011, s.326). Meksikalılar gibi bitki uzmanı olan Aztekler de vanilyanın afrodisyak etkilerinden bahsetmişlerdir. Francisco Hernandez, 16. Yüzyılın cinsel isteği arttıran viegrasının içerisinde vanilya olduğundan söz etmiştir. Yüzyıllar sonra da vanilyanın afrodisyak etkilerinin ünü hale devam etmektedir (Rain & Lubinsky, 2010, s.253-254).

Özetle salep ve vanilyanın aynı bitki türünden gelmesinin onlara birtakım aynı özellikleri yüklediği ve aynı zamanda hoş kokusundan dolayı afrodisyak olarak nitelendirildiği düşünülmektedir.

Sarımsak

Mucizevi bir sebze olarak tanımlanan sarımsağın yetiştirilmesine ve tüketimine dair en eski kayıtlar M.Ö 2600-2100 yıllarına dayanmaktadır. Kökeni Orta Asya'ya dayanan sarımsağa Hint ve Çin yazıtlarında yaygın olarak rastlamak mümkündür (Akan, 2014, s.364; Akan, 2014, s.96; Evren, Apan & Albayram, 2006, s.689).

Tarih boyunca birçok kültürde insanlar, sarımsağı pek çok farklı inanışlarla ve amaçlarla kullanmıştır. Örneğin, Hristiyan mitinde, insan cennet bahçesinden kovulduğunda, şeytanın sol ayağından sarımsak ortaya çıktığına inanılmıştır. Antik insanlar tarafından sarımsak kötülüğün etkilerini ortadan kaldırmak amacı ile de kullanılmıştır. Örneğin Persler, şeytanı uzaklaştırmak amacı ile sarımsak kullanmıştır ve antik Romalılarsa; nazara karşı korunma amacı ile sarımsak dişlerinden yapılmış takılar takmıştır. Bugün ise Yunanlılar, Romenler, Araplar ve Türkler sarımsağın cadıları, vampirleri ve her çeşit şeytanları kovan bir güç taşıdığına inanmaktadır (Andrews, 2000, s.99-100; Hospodar, 2004, s.84).

Sarımsağın şeytan çıkarma ritüellerinde kullanılmış olması, tıbbi amaçlar için kullanılmasına yol açmıştır (Andrews, 2000, s.99-100). Yahudiler kutsal kitaplarında, göç zamanlarında hastalıklardan korunmak için sarımsak tükettiklerinden bahsetmiştir. Roman doğa bilimcileri sarımsağın mide hastalıkları, köpek ve yılan ısırılmaları, akrep sokmaları, astım, tümörler ve kasılmalara karşı nasıl kullanılabileceğini *Historia Naturalis* isimli kitaplarında açıklamışlardır. Sarımsak benzer şekilde Afrika' da tıbbi amaçlarla kullanılmıştır. Son yıllarda ise birçok ülkede; sakinleştirici, antibiyotik, kadın hastalıkları ve deri hastalıkları tedavisi, ağrı kesici, afrodisyak, kalp damar rahatsızlıkları ve anti kanserojen özelliğinden dolayı günlük beslenme programlarında yer almasının gerekliliği vurgulanmaktadır (Akan, 2014, s.95-96).

Bir Yunan Mitine göre ise; şifa dağıtan hekim olarak bilinen Asklepios, Apollon'un Koronis adında bir kadından olma oğluydu. Kheiron'un iyileştirme niteliklerini öğretmesi ile Asklepios genç yaşta şifa dağıtan bir hekim oldu. Asklepios Athena'nın ona Medusa'nın sihirli kanını hediye etmesi ile yeteneklerine bir de ölüleri diriltilemeyi ekledi. Ölülerin diriltilmesi ve sihirli reçetelerin kullanılması dünyanın düzenini bozabileceği için Zeus Asklepios'un aşırıya kaçtığına kanaat getirdi ve onu yıldırımlarıyla çarptı. Asklepios yere düşerken elinde ölümsüzlük reçetesini tutuyordu ve bedeni toprağa serildiğinde reçetede toprakla buluştu. Gökten düşen yağmur damlalarıyla ölümsüzlük sırrı da toprağa karıştı ve ardında filizlenen yepyeni bir bitki bıraktı. İşte bu bitki sarımsaktı (Gezgin, 2007, s.122).

Sarımsağın, cinsel isteği ve libidoyu arttırdığına ve aynı zamanda da cinsel gücü arttırdığına da inanılmıştır. Örneğin, Kama Sutra formülünde de sarımsağa rastlanılmıştır. Antik Mısırlılar ve Yunanlılar sarımsağın, piramit işçilerinin ve kadirge kölelerinin güçlerini arttırdığına inanmışlardır. Hindular, sarımsağın sadece duyuları değil, öfkeyi, savaşmayı, gücü ve cesareti teşvik ettiğine inanarak onu tüketmiştir (Andrews, 2000, s.99-100; Hospodar, 2004, s.84). Sarımsağın bu amaçlarla kullanımı afrodisyak olarak tüketilebileceğini göstermektedir.

Süt

Ana tanrıçanın özü olarak belirtilen süt, İncil'de anneliğin sembolü, insan doğasının kendisi ve aktif yaşamı ifade etmektedir. Sütün beyazlığı ise masumiyeti ve iyi şeyleri yansıtmaktadır (Andrews, 2000, s.147; Malaguzzi, 2008, s.181).

Dünya mitinde süt veren ağaçlar ana tema haline gelmiştir. Mısır tanrıçası Hathor çınar incirini, Aztek tanrıçası Mayahuel ise maguey'i somutlaştırmıştır. Mitte süt, ana tanrıçaların göğüslerinden ve hayat ağaçlarından akan kutsal yiyecek olarak görülmüştü. Bu ağaçlar genellikle besleyici özellikleri bakımından kadınların sahip olduğu niteliklere sahipti. Ağaçların somutlaşmışları olarak, Hathor ve Mayahuel'in örnek gösterilmiştir. Maguey'in yapraklarının uçlarındaki meme ucu benzeri dikenler Mayahuel'in göğüslerini temsil etmiştir (Andrews, 2000, s.147).

Hindu mitine göre ise; süt veren ağaçlar, Meru Dağı'nın kuzey tarafında ve Nila Dağı'nın güney tarafında, aynı zamanda bir cennet sembolü olan meyve taşıyan ağaçlar ile yan yana büyümüştür. Mısır mitine göre ise; firavun inciri, Göksel Nil'in (Samanyolu) kaynağında Göksel Göl'deki bir adada büyümüştür. Antik insanlar, ilahi süt yolu olarak tasarladıkları Samanyolu'nun, dünyevi nehirlerin ortaya çıktığı cennetsel bir nehir olduğu inancına sahiptiler. Cennet ise genellikle ağaçlardan ve süt kovalarından bal damlayan bir yer olarak tanımlanmıştır. Gökler kutsal süt ile parıldamaktaydı; "Galaksi" ve "Samanyolu" Yunanca gala (süt) kelimesinden türetilmiştir. Yunanlılar Samanyolundan çocuklarını ölümsüz hale getirmek için emziren Zeus'un karısı Hera'nın sütü olarak bahsetmiştir. Yunanlılar sütü, tanrıların ve tanrıçaların toprakları ve ebedi yaşam vaadi ile açıkça ilişkilendirmişlerdir. Yunan mitinde yer bulan süt bir ağaçtan akmazdı fakat süt cennette bulunmaktaydı. Süt ve süt ürünleri afrodisyak, gençleştirici ve hayatı uzatan özellikleri nedeniyle değer görmekteydi. Öyle ki Kama Sutra'nın afrodisyak tariflerinde bile, spermi, canlılığı artırmak ve ömrü uzatmak için kullanılmıştır. Kutsal erotik alegorik görüntülerin belki de en çağrıştıracısı olarak, Hindu tanrısı Krishna'nın bir sığır yetiştirici ve sütçü topluluğu arasında büyütülmüş olmasıydı. Krishna karşı konulamaz çekici bir gençliği dönüştüğünde, süt hizmetçileri dolunay altında onunla birlikte dans etmek için evlerini terk etmişlerdi (Andrews, 2000, s.147; Malaguzzi, 2008, s.181; Hospodar, 2004, s.84).

Şarap

Antik dünyada şarap afrodisyak özelliklerinden dolayı değil, tıbbi özelliklerinden dolayı yaygın bir biçimde tüketilmiştir. Fakat Orta çağda bu durum değişmiştir. Maimonides, şarabın cinsel uyarıcı olduğunu savunarak afrodisyak özelliklere sahip olduğunu vurgulamıştır; "Bal suyu içmek cinsel isteği uyandırır fakat bu konuda tüm ilaçlardan ve yiyeceklerden daha etkili olan şaraptır. Biri yemekten sonra ve banyodan sonra şarabı içtiğinde cinsel isteği daha da uyanmış olur, çünkü o zaman etkisi daha büyüktür". Yaklaşık 200 yıl sonra, Katalan Doktor Arnaldus de Villanova (1236-1311), şarap üzerine yazdığı 1478'de basılacak konuyla ilgili ilk makalede; Pek çok özel şarap çeşidinin belirli rahatsızlıklar karşısında tedavi edici bir etki yarattığını, rezene tohumlarından yapılan şarabın cinsel dürtüyü uyandırdığından bahsetmiştir. Ayrıca sütü ve spermi arttığını da vurgulamıştır (Kiple & Ornelas, 1999, s.1528).

Yumurta

İnsanlığın tarihi kadar eski olan yumurta yüz yıllar boyunca birçok farklı kültür tarafından kullanılmıştır. Mısırlıların yemeklerinde yumurta kullandığı, Yunanlıların Perikles zamanından beri yumurta tükettikleri, Romalılarınsa yumurtayı tatlılar, garnitürler, soslar için kullandığı ve aynı zamanda öğle yemeği olarak tükettikleri bilinmekteydi (Malaguzzi, 2008, s.191; Andrews, 2000, s.86-87).

Yumurta eski çağlardan günümüze kadar insanlar tarafından büyülü inançlar ile kuşatıldı. İnsanlar yumurtanın sadece yaşamı değil geleceği de kehanet etme gücüne inandılar. Evrenin yaratılışı üzerine geliştirilen önemli inanışlardan birisi olan kozmik yumurta inanışına göre; ilk yumurta denizin dibinde bulunuyordu, kuşlar tarafından

denizin dibinden çıkarıldı ve ikiye bölünerek üstü gökyüzünü altı da yeryüzünü oluşturdu. Okyanusya'da ise insanın yumurtadan doğduğuna inanılır (Andrews, 2000, s.86-87; Örnek, 1995'den akt. Aksoy, 2007, s.52).

Birçok yerde yumurta, doğanın ve bitkilerin yenilenmesi ile ilgili sembolize edilir. Ayrıca yumurtalar birçok dinsel kutlamanın ve ayinin parçasıdır. Yumurta ile yapılan ayinler ve dini törenlerde yumurta doğumdan ziyade dönüşü, yenilenmeyi ve yeniden yaradılışı ifade eder. Estonyalılar tarla ekimi sırasında güç bulmak için yumurta yer. İsveçliler ekili tarlalarına yumurta atar. Finlandiya'da köylüler tohumların büyümesi için tohum ekme dönemi süresince cebinde yumurta taşır veya ekili tarlaya yumurta koyar. Şifalı bir ot toplandığında yerine yumurta koyulur. Gibi birçok örnek yumurtanın kullanıldığı ayinlerdir (Eliade, 2003'den akt. Aksoy, 2007, s.55).

Potansiyel hayatın kaynağı yumurta, doğurganlığı, verimliliği sembolize eder. Slav ve Germen topraklarında, insanlar yumurtalarının verimliliğini toprağa aktarma umuduyla gömmüşlerdir. 17. yüzyılda Fransa'da bir gelin evine ilk kez girerken yumurta kırmaktaydı. Bugün bile bazı evlilik ve doğurganlık törenleri yumurtaların benzer şekilde kullanılmasını içermektedir (Aksoy,2007, s.52; Andrews, 2000, s.86-87).

Yumurtanın yüzyıllar boyunca doğurganlığı, verimliliği, yeniden yaratılışı, gücü sembolize etmesi doğrudan afrodisyak bir yiyecek olması ile ilişkilendirilebileceğini gösterir. Öyle ki İslami cinsellik kılavuzu olan Parfümlü Bahçe, “günde üç yumurta sarısı yiyen bir erkeğin cinsel olarak canlandırılacağını” ifade eder. Yumurtanın afrodisyak olarak kabul görmesinin bir nedeni de çiğ yumurta beyazının rengi ve dokusu itibarıyla meni ve vajinal sekresyonlara benzerlik göstermesidir (Hospodar, 2004, s.89).

Sonuç

Adını Yunan aşk tanrıçası Afrodit'ten almış olan afrodisyak kelimesi, cinsel içgüdüğü harekete geçiren, zevk ve performansı arttıran herhangi bir yiyecek veya ilaçtır. Bu tür yiyecekler ve ilaçlar asırlar boyunca, Kama Sutra'dan kutsal metinlere ve İncil'den Kur'an'a, Shakespeare ve Ovid'den Gilbert ve Sullivan'a kadar birçok yerde kendinden sıkça bahsettirmiştir. Birçok kültürde oldukça yaygın bir biçimde kullanılan afrodisyaklar, birçok farklı inançla ve nedenle tüketilmiştir.

Sonuç olarak, genelleme kapsamında ele alınan afrodisyak yiyecekler; süt, nektar ve ambrosia, sarımsak, incir, yumurta, elma, istiridye, mantar, çikolata, salep, vanilya, lavanta, biber, kahve, kişniş, kereviz, şarap, haşhaş, adamotu birçok kültürde birçok farklı inançla yaygın bir biçimde kullanılmıştır. Afrodisyak olduğu düşünülen bu yiyeceklerden süt, ana tanrıçaların göğüslerinden akan hayat suyu olarak mitlerde geçerken, nektar ve ambrosia, bal ise tanrıçaların ölümsüzlük iksiri, gençleştirici ve güzelleştirici olarak geçmiştir. İncir ve elma ise yasak meyve olarak dini metinlerde sıkça kendinden söz ettirmiştir. Sarımsaksa savaşmayı, sağlığı, gücü arttırdığına inanılmasından dolayı afrodisyak olarak geçmiştir. İstiridye ve mantarsa şekli itibarı ile afrodisyak kabul edilirken çikolata, salep, vanilya ve lavantanın ise kokusu ile afrodisyak kabul edildiği sonucuna varılabilir. Biberler ise, güç veren, cinsel aktiviteyi güçlendiren, afrodisyaklar olarak asırlar boyunca tanınmıştır. Tanındığı ilk zamanlarda cinsel arzuyu bastırıldığına inanılan kahveninse sonralarda yorgunluk belirtilerini ortadan kaldıran cinsel uyarıcı afrodisyak bir içecek olduğuna inanılmıştır. Mısır'da mutluluk baharatı olarak adlandırılan kişniş afrodisyak olarak sıkça tüketilmiştir. Özellikle yaprakları ve kökleri özel tat ve aromatik bir kokuya sahip olan kereviz, insanlık tarihi boyunca afrodisyak etkisi olduğuna inanılarak tüketilmiştir. Şarap ve haşhaş ise, keyif verici, uyuşturucu birtakım özellikleri ile afrodisyaklar arasında kendine yer alan diğer yiyecek ve içeceklerden olmuştur. Benzer şekilde

uyuşturucu özelliğe sahip olan adamotu bitkisi ise cinsel isteği uyardığından dolayı afrodisyak olarak kabul edilmiştir.

KAYNAKÇA

- Afoakwa, E. O. (2008). Cocoa and chocolate consumption–Are there aphrodisiac and other benefits for human health?. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 21(3),107-113.
- Akan, S. (2014). Siyah sarımsak. *Gıda/The Journal of Food*, 39(6), 363-370.
- Akan, S. (2014). Sarımsak (*Allium sativum* L.) tüketiminin insan sağlığına yararları. *Akademik Gıda*, 12(2), 95-100.
- Akdeniz, D. (2017). Oyster symbolism in the art of painting. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 4(3), 339-354.
- Akdeniz, D. (2017). *Resim sanatında gastronomi*. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Akgül, D. T., Göğüş, N., Glaue, Ş., & Akcan, T. (2019). *Yenilebilir çiçek: Lavanta*. Proceedings of the 4th International Anatolian Agriculture, Food, Environment and Biology Congress (pp. 723-728). Afyonkarahisar, Turkey.
- Aksoy, T. (2007). *Mitoslarda yaratılış motifleri* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya. Retrieved from <http://acikerisimarsiv.selcuk.edu.tr:8080/xmlui/handle/123456789/9809>
- Andrews, T. (2000). *Nectar and ambrosia: An encyclopedia of food in world mythology*. California: ABC-CLIO, Inc.
- Athenaeus. (1951). *The deipnosophists* (Çev. C. B. Gulick). Cambridge, Mass.
- Ar, E. (2000). Orkideler ve Türkiye’deki mevcut durum. *Derim*, 17(3), 136-152.
- Ateş, F. (2017). Saim Sakoğlu’nun “Kıbrıs Masalları” adlı kitabında yer alan mitolojik unsurlar. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 5(11), 199-220.
- Batuk, C. (2006). Âdem ve Havva’nın kitabı: Eski ahit apokrifasında Âdem ve Havva’nın hayatı. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(10), 51-96.
- Belge, M. (2013). *Tarih boyunca yemek kültürü*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Bertelsen, C.D. (2013). *Mushroom: A global history*. London: Reaktion Books. Britannica Ansiklopedisi Online. (1771). Retrieved from <https://digital.nls.uk/encyclopaedia-britannica/archive/144133901#?c=0&m=0&s=0&cv=379&xywh=-275%2C-345%2C5484%2C4065>
- Bruinsma, K., & Taren, D.L. (1999). Chocolate: Food or drug?. *Journal of the American Dietetic Association*, 99(10), 1249-1256.
- Chang, S.T., & Buswell, J.A. (1996). Mushroom nutraceuticals. *World Journal of Microbiology and Biotechnology*, 12(5), 473-476.
- Çalışkan, Ö., & Kurt, D. (2019). Tarihi kayıtlar ile geçmişten günümüze salep orkideleri. *Turkish Journal of Agriculture and Forestry*, 6(3), 349-355.

- Çiftçi, H. (2011). Erkek cinsel sağlığı için doğal afrodisyaklar. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(3), 108-112.
- Dalby, A. (2003). *Food in the ancient world from A-Z*. London: Routledge,
- Deniz, E.U., Yeğenoğlu, S., Şahne, B.S., & Özkan, A.M.G. (2018). Kışniş (Coriandrum sativum L.) üzerine bir derleme. *Marmara Pharmaceutical Journal*, 22(1), 15-28.
- Duman, M. (2013). *Kırşehir türkülerinde meyve*. Proceedings of the IV. International Student Congress of Turkish Language and Literature. (pp. 795-810). İstanbul: Turkey.
- Elferink, J. G. (2000). Aphrodisiac use in Pre-Columbian aztec and inca cultures. *Journal of the History of Sexuality*, 9(1), 25-36.
- Ercan, A. C. (2017). Söylencelerde ve masalarda elma sembolü. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 1043-1060.
- Erhat, A. (2014). *Mitoloji sözlüğü*. (21. bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erol, A.F., & Yanık, E. (2019). Haşhaş bitkisinin anadolu kültüründeki yeri ve izleri. *Milli Folklor*, 31(124), 202-212.
- Evren, M., Apan, M., & Albayram, C. (2006). *Sarımsağın antimikrobiyel özellikleri*. Türkiye 9. Gıda Kongresi Bildiriler Kitabı (pp. 689-692). Bolu, Türkiye.
- Gezgin, D. (2007). *Bitki mitosları*. İstanbul: Sel Yayıncılık.
- Gökçe, N. P. (2011). *Doğanın mucizesi şifalı bitkiler*. İstanbul: Sis Yayıncılık.
- Hesiodos (2015/c. AD 750-650). *Theogonia: İşler ve günler* (Eski Yunanca'dan Çev. Furkan Akderin). İstanbul: Say Yayınları.
- Hospodar, M. (2004). Aphrodisiac foods: Bringing heaven to earth. *Gastronomica*, 4(4), 82-93.
- Karakurt, D. (2011). *Türk söylence sözlüğü: Türk mitolojisi ansiklopedik sözlük online*. Retrieved from <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/00/TurkSoylenceSozlugu.pdf>
- Katz, E. (2010). Meksika'dan Avrupa'ya acı (chili) Biber: Yiyecek, imge ve kültürel kimlik. *Alimentation et Culture*, (İngilizceden çeviren Tuğrul V. Soylu). pp. 75-85. Retrieved from https://horizon.documentation.ird.fr/exl-doc/pleins_textes/divers17-05/010054615.pdf
- Kılıç, Y., & Eser, E. (2017). Eskiçağ toplumlarının mitolojisinde ölümsüzlük arayışı (Ölümsüzlük sembolü olarak bazı bitki, su ve hayvanlar). *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 4(13), 122-156.
- Kiple, K.F., & Ornelas, K.C. (1999). *The cambridge world history of food*. New York: Cambridge University Press,
- Koçak, A. (2004). "Bilgelik" Varlık bereket sembolü incirin serüveni, Paper presented at the Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları, Türk Kültüründe Ayrıntılar: Meyve Sempozyumu, Retrieved from https://www.academia.edu/20783416/_B%C4%B0LGEL%C4%B0K_VARLIK_BEREKET_SEMBOL%C3%9C_%C4%B0NC%C4%B0R%C4%B0N_SER%C3%9CVEN%C4%B0
- Kuru, A.Ç. (2008). İkonografik açıdan orta çağ türk mimarisinde yer alan istiridye motifi. *Erdem*, (52), 111-124.

- Malaguzzi, S. (2008). *Food and feasting in art*. California: Getty Publications.
- Malviya, N., Jain, S., Gupta, V.B., & Vyas, S. (2011). Recent studies on aphrodisiac herbs for the management of male sexual dysfunction- A review. *Acta Poloniae Pharmaceutica*, 68(1), 3-8.
- Mathias, M. E. (1994). Magic, myth and medicine. *Economic Botany*, 48(1), 3-7.
- Mion, M. (2017). From "Circe's Root" to "Spongia Soporifera": The role of the mandrake as true anesthetic of ancient times. *Journal of Anesthesia History*, 3 (4), 128-133.
- Öğretmen, N.G., Özcan, İ.İ., & Arabacı, O. (2012). *Orkide'nin gizemi ve salep orkideleri*. Türkiye 2. Orkide ve Salep Çalıştayı Bildiriler Kitabı (pp. 55-66). İzmir: Türkiye.
- Özatalay, G. Z. (2014). Aydın yöresi halk hekimliğinde incirin kullanımı. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 16 (Özel Sayı II), 151-154.
- Poli, A., Conti, A., & Visioli, F. (2012). *Çikolata ve sağlık*. R. Paoletti (Ed.). Milan, İtalya: Springer.
- Rain, P., & Lubinsky, P. (2010). Vanilla use in colonial Mexico and traditional totonac vanilla farming. In E. Odoux & M. Grisoni (Eds.), *Vanilla* (pp. 251-259). Boca Raton, Florida: CRC Press.
- Rodrigues, R. J. (2000). Aphrodisiacs through the ages: The discrepancy between lovers' aspirations and their desires: Three millenia of search and experimentation. *A Historical Review Especially Researched for the Enlightenment and Entertainment of the Participants of the Amazon 2000 Boat Cruise*.
- Şimşek, T. (2018). Türk masal anlatma geleneğinde elma ödülü. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 7(4), 2352-2368.
- Sandroni, P. (2001). Aphrodisiacs past and present: A historical review. *Clinical Autonomic Research*, 11, 303-307. *Stedman's Medical Dictionary Online*. (2020). Retrieved from <https://stedmansonline.com/>
- Sutton, D.C. (2014). *Figs: A global history*. London: Reaktion Books.
- Teoh, Eng-Soon (2019). *Orchids as aphrodisiac, medicine or food*, Springer, preview available online at <https://www.springer.com/gp/book/9783030182540#aboutAuthors>
- Tıgılı, E.H. (2015). *Bucak (Burdur) yöresi'nde bazı doğal orkide türlerinin yayılış alanları, morfolojik ve fenolojik özellikleri* (Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Isparta. Retrieved from <https://acikerisim.sdu.edu.tr/xmlui/handle/123456789/30316>
- Uhri, A. (2011). *Boğaz derdi: Arkeolojik, arkeobotanik, tarihsel ve etimolojik veriler ışığında: Tarım ve beslenmenin kültür tarihi*. İstanbul: Ege Yayınları.
- Verna, R. (2013). The history and science of chocolate. *The Malaysian Journal of Pathology*, 35(2), 111-121.
- Yıldırım, T.Ş. (2010). *Terapötik etkili bazı gıdalar ve kullanım alanları* (Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Bursa. Retrieved from <https://www.ulusaltezmerkezi.net/terapotik-etkili-bazi-gidalar-ve-kullanim-alanlari/>
- Yılmaz, S. (2005). *Osmanlı mimarisinde istiridye formu* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü. Retrieved from <http://dspace.marmara.edu.tr/handle/11424/14286>

Zanolari, B. (2003). *Natural aphrodisiacs: Studies of commercially-available herbal recipes, and phytochemical investigation of " erythroxyllum vacciniifolium" mart. (Erythroxyllaceae) from Brazil* (Doctoral Dissertation). Université de Lausanne, Faculté des sciences.

Zumla, A., & Lulat, A. (1989). Honey-a remedy rediscovered. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 82(7), 384–385.

Beliefs on Aphrodisiac Food in Early Ages Mythology

Defne AKDENİZ

Çanakkale Onsekiz Mart University, Ayvacık Vocational School, Çanakkale /Turkey

Aleyna SIRTLI

Çanakkale Onsekiz Mart University, School of Graduate Studies, Çanakkale /Turkey

Extensive Summary

Introduction

The first edition of the Encyclopaedia Britannica (1771) defines aphrodisiacs as ‘*medicines which increase the quantity of seed, and create an inclination for venery.*’ The search for aphrodisiacs is universal and goes back to ancient times. People’s anxieties about sexual performance and fertility forced them to seek for remedies to stimulate sex drive and improve fertility. According to ancient literature, three ancient authorities, Pliny, Dioscorides and Paul of Aegina, all concurred about three aphrodisiacs: varieties of orchid bulbs, leaves and seeds of rocket and the flesh of the skink. In many distances since ancient era, aphrodisiacs were known to be substances that were either to be believed to improve fertility or stimulate sex drive. In literature numerous aphrodisiac food were listed. And in time aphrodisiac foods changed, in other words some lost their aphrodisiac reputation and some new food appeared to be new aphrodisiacs. Given the reasons and the complexity of aphrodisiacal descriptions, this study narrowed its research area into ancient world and the most cited aphrodisiac foods in literature. As a result of the extensive literature review, it is revealed that relatively distinct aphrodisiac beliefs have been formed for 18 foods in ancient times including mainly orchid bulbs, apple, oyster, mushroom, fig, egg, and mandrake. In this direction, this study, that made explanations about why each element was considered an aphrodisiac, had expanded its field of interpretation by making use of history, religion, mythology, etymology and art disciplines. Below most prominent aphrodisiac foods are discussed in alphabetical order.

Apple: The apple, which has a wide place in legends since ancient times, has an important and sacred place in mythology and heavenly religions (Ateş, 2017, p.209; Şimşek, 2018, p. 2353). The origin of the myths derived from this ancient and dark plant is the snake Hedammu mythology in Mesopotamia and Hittite mythologies and the origins of Greek Mythology are based here, as in many other myths. One of the most important symbols in the myth of the expell from heaven is the "forbidden fruit". As the fruit that Adam and Eve eat in Paradise is an apple, and the prohibition essentially includes sexuality, apple is a symbol of sexuality in many cultures in relation to this myth (Gezgin, 2007, p.54; Karakurt, 2011, p.37).

Eggs: The fact that egg symbolizes fertility, recreation, and power over the centuries shows that it can be directly associated with being an aphrodisiac food. the Islamic sexuality guide ‘Perfumed Garden’, states that "a man who eats three egg yolks a day will be sexually revived". One of the reasons why eggs were considered an aphrodisiac is that the color and texture of raw egg whites are similar to semen and vaginal secretions (Hospodar, 2004, p. 89).

Figs: Figs, which are fruits of paradise, symbolized many things such as existence, life, power, efficiency, abundance-abundance, wisdom and bright sexuality in all cultures from the mythical world of mythology to today’s reality (Koçak, 2004, p.1). In Jewish and Christian beliefs, fig, that symolizes "fall from heaven, arrogance,

nakedness, shame", was seen as the fruit that caused Adam and Eve to be expelled from heaven. When Adam and Eve ate the forbidden fruit, their eyes were suddenly opened and at that moment they realized their nakedness. They made belts to cover their erogenous areas with the fig leaves they found (Batuk, 2006, p.55; Koçak, 2004, p.12). Fig leaves are still used today as a metaphor for an attempt to hide something embarrassing (Sutton, 2014, p.12). Fig leaves symbolized men and its fruit symbolized women. Since the fig tree contains these two elements, it has been accepted as a symbol of life and love. In ancient Greece, the fig tree symbolizing excessive fertility, at the same time symbolized husband-wife relationship, marriage, fertility, purification from sin. In some parts of Italy and Africa, it is seen as the spiritual husband of infertile women (Andrews, 2000, p. 91-93; Koçak, 2004, p.10).

Mandrake: Because of the roots of mandrake that resemble a human, people have both feared and revered this plant. This mysterious plant was considered a sedative, an aphrodisiac, a producer of insanity and, a panacea. Both Pliny and Dioscorides agreed that ingesting mandrakes would result in induced sleep, that it could be used for surgical anesthesia. The mandrake was considered magical and it contained hallucinogenic properties. Women carried it as a charm against sterility; men carried it to arouse the passions of their lovers.

Mushroom: Mushrooms have been considered an aphrodisiac for centuries because of their similarity to the male genitalia. It was also believed that mushrooms were used in witches' love potions. Mushrooms with hallucinogenic effects have been consumed for centuries as ecstasy-producing aphrodisiacs. Aztec prostitutes have kept mushrooms for many years to present them to their customers (Hospodar, 2004, p.89).

Pepper: Chili peppers which originally grew throughout South America, West Indies, Caribbean, and Mexico have been grown and eaten in these areas for more than 8,000 years. After entering European culinary culture, it has been described as a protective talisman in some European countries due to its shape resembling an animal horn. Due to its horn shape, pepper was seen as a symbol of power in Hungary and a type of pepper in the Kolocsa region of the country was named "cat's penis". In Calabria, a pepper carries the same name and the rounded type of another is called "cock's pitcher". The pepper, known as a symbol of power in Mexico, is consumed more by males than females and males show off to females by eating whole green peppers and sweating.

Orchid Bulbs: The first record of tuberous salep orchids is found with the Greek philosopher Theophrastus, who was known as the father of botany in 350 BC, and Theophrastus named the plants orchis because of their tubers and also mentioned their medicinal value. However, in the 1st century, the Greek doctor Dioscorides in M.S. In his 5-volume "Materia Medica" (Medical Materials), written between the years 50-70, he described salep by giving information about flowers, leaves and their colors and stated that it was used in the solution of aphrodisiac and venereal diseases.

Oysters: Oysters have been seen as important food sources and widely consumed since prehistoric times. In addition, people associated the oysters with the fertility of women and used them for sacred purposes because of the precious pearl in it and its shape resembling female genitalia (Akdeniz, 2017, s.339; Belge, 2016; Kuru, 2008, s.112). Another symbolic meaning of the oyster comes from the goddess of beauty Aphrodite (Venus). In Greek mythology, Aphrodite, was dragged to the coast of Cyprus in an oyster shell. Therefore, the oyster shell symbolized the feminine beauty and the birth of Venus throughout the Antiquity, Middle Ages, Renaissance and Baroque periods.

Conclusion

This study, whose main purpose was to compile aphrodisiac foods that were scattered in national and international gastronomy literature due to the difficulty of handling in a systematic way, found that some foods and beverages were much more closely associated with eroticism. The study revealed that food and beverages are symbolized by their sexuality, often due to their physical properties such as shape, color, smell and hallucinogenic properties.