



## Lezzetin Nostaljisi: Yiyecek ve Bellek İlişkisi Üzerine (The Nostalgia of Taste: Depending on the Relationship of Food and Memory)

\* Reşad Emre ÖZGÜNEŞ<sup>a</sup> , Düriye BOZOK<sup>b</sup> 

<sup>a</sup> Balıkesir University, Institute of Social Sciences, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Balıkesir/Turkey

<sup>b</sup> Balıkesir University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Balıkesir/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 22.09.2022

Kabul Tarihi: 16.12.2022

### Anahtar Kelimeler

Lezzet

Nostalji

Yiyecek

Bellek

Gastronostalji

### Öz

Lezzet-yiyecek-bellek arasındaki mevcut ilişki salt kişisel değil toplumsal yönden de araştırmaya değer bir konudur. Bu çalışmada; lezzet algısı, bu algının kaydedildiği bellek çeşitleri ve gastronostalji kavramı farklı bilim dallarına ait yaklaşımlar sentezlenerek incelenmekte, gastronomi literatürüne farklı bir perspektiften bakılarak katkı sağlanması hedeflenmektedir. Lezzet, yiyecek, bellek ilişkisinin nostalji ve gastronomi bağlamında incelendiği bu çalışmada; geçmişe dair hafızada yer eden lezzetlerin bellekte nasıl kodlandığı, ne şekilde hatırlandığı yerli ve yabancı literatürdeki bilgiler ışığında tartışılmaktadır. Literatürdeki çalışmalara ilaveten, konunun özellikle nörolojik bağlamda daha iyi anlaşılabilmesi açısından, nöroloji alanında, konuyla ilgili çok sayıda çalışması bulunan bazı akademisyenlerin fikirlerine başvurulmuş ve kişisel görüşlerine metin içinde yer verilmiştir. Elde edilen sonuçlar, bireye ait kişisel yemek hatıralarının episodik bellekte kodlandığını göstermektedir. Dolayısıyla gastronostalji kavramını uyandıran/hatırlatan bellek çeşidi episodik bellek olmaktadır.

### Keywords

Taste

Nostalgia

Food

Memory

Gastronostalgia

### Abstract

The existing relationship between taste-food-memory is a topic worth examining not only for a personal aspect but also for a social aspect. This study examines the perception of taste, the types of memories in which this perception is registered, and the gastronostalgi concept by means of the synthesis of approaches from various scientific fields, and that it intends to make a contribution by looking with a different perspective on the literature of gastronomy. In addition to the studies in the literature, in order to better understand the subject, especially in the neurological context, the opinions of some academics have consulted a large number of studies in the field of neurology were consulted and their personal opinions were included in the text. The results show that the individual's personal meal memories are encoded in episodic memory.

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

\* Sorumlu Yazar

E-posta: emreozgunes@gmail.com (R. E. Özgüneş)

DOI: 10.21325/jotags.2022.1138

## GİRİŞ

İlk kez MÖ 4. yüzyılda Archestratus tarafından yazılan kitapta rastlanan (Santich, 2004: s.16); modern anlamda “iyi yemek sanatı” olarak tanımlanan gastronomi (Vitaux, 2021: s.15) kavramına Brillat-Savarin (2018 [1825]: s.15) perspektifinden bakıldığında, evrenin yalnızca hayatla var olduğu ve yaşayan her şeyin beslendiği yaklaşımıyla karşılaşılmaktadır. Hayvanlar karnını doyurmakta, insanlar yemek yemekte, sadece akıllı insan yemek yemeyi bilmektedir. Konusu yenilebilen her şey olan gastronomi; tarih, fizik, kimya, mutfak, ticaret, ekonomi gibi boyutlar da barındıran bir bilimdir ve toplumdaki tüm sosyal sınıflarla ilgilenir. Daha geniş bir açıyla gastronomi, hakkında sosyolojik, psikolojik, nörolojik araştırmaların yapıldığı, sanatın ve edebiyatın da ilgi alanına giren bir disiplindir. Tüketime sunulan yemek aslında kullanılan malzeme ve gıdanın yanı sıra kültürü, kimliği, yöresel lezzetleri, mutluluğu, paylaşımı, zevki, anıları, dahası kişisel ve/veya toplumsal belleği de içermektedir. Böylelikle bir tabakta bulunan yemeğin duylara hitap eden besinden ibaret olmadığı, birçok duyguyu aynı anda barındırdığı rahatlıkla söylenebilir. Ateşin icadıyla pişirme teknikleri, ardından yeme-içme davranışları geliştiren insan; yenilebilen malzemeleri kullanarak ve yaşadığı coğrafyadan yararlanarak kendine has bir mutfak tarzı geliştirmiştir. Toplumlara göre ve farklı şekillerde gelişen beslenme ve mutfak kültürleri adeta seyahat ederek ülkeler hatta kıtalar arasında bilinmeye, tanınmaya başlamıştır. Konu sosyoloji bağlamında ele alındığında ise gastronomik unsurların, toplum hafızasında yer eden ve taşıdığı miras özelliği sayesinde kuşaklar arası bağlantı sağlayan, kültürün en önemli bileşenlerinden biri olduğu ifade edilebilir. Çünkü Türk Dil Kurumu’nun sözlük tanımına göre kültür “‘tarihsel, toplumsal gelişme süreci içinde yaratılan bütün maddi ve manevi değerleri, bunları yaratmada ve sonraki nesillere iletmede kullanılan, insanın doğal ve toplumsal çevresine egemenliğinin ölçüsünü gösteren araçların bütünü” dür. Böylelikle kültür; bir topluma ait gelenek, görenek, dil, davranış kalıpları yanı sıra bir toplumun mutfağını da ifade etmektedir. Öyle ki; tüketilen yiyecek ve içecekler ile onların tüketimlerinin nasıl yapıldığı günlük hayatı, hatta milli kimliği oluşturur. Zábrodská (2017) da malzemelerin seçimi, hazırlanmaları ve servis edilmeleri durumunun geçmişe yani ataların deneyimlerine dayandığından bahsederken bu durumu doğrulamaktadır. Gıda, aile içindeki kimliklerin üretilmesinde, ev içi cinsiyet ilişkilerinin düzenlenmesinde de önemli bir rol oynar (Valentine, 1999: s.492).

## Lezzet

Brillat-Savarin (2018: s.53) tarafından “‘insan beslenmesiyle ilişkili her şey hakkındaki açıklamalı bilgi” olarak tanımlanan gastronomi kavramı ve ona ait bilgiler her birey için gereklidir. Gastronomik bilgilere sahip olma durumu zevki ve keyfi arttırmaktadır. Yaşamın bütününe yöneten gastronomi, en iyi besinler vasıtasıyla insanın korunmasını amaçlar. Gastronomi ancak; beslenme tarihi, hammadde bilgisi, yöntem, tarif, gelenek, yetenek, beslenme üzerinde etkili teknoloji bağlamında ele alınarak anlaşılabilir (Burešová, Mrkvová & Dudić, 2020: s.80). Lezzet ve lezzet algısı ise birçok araştırmada kendisine yer bulan, üstünde önemle durulan, gastronominin ana bileşenlerinden biridir. En kısa tanımıyla “‘ağız yoluyla alınan tat” olan lezzet; tatlı, acı, ekşi, tuzlu, umami gibi temel tatları barındırmaktadır. Gıdanın tüketimi esnasında koklama, tatma, görme, dokunma ve işitme olmak üzere tüm duyların katılımıyla algılanmakta, genellikle tat ve koku duyusunun bir birleşimi olarak değerlendirilmektedir (Karadeniz, 2000: s.317). Bir algı olarak lezzet esasen hissedilen tat yanında koku, dokunma, görsel uyarıları kapsayan bir bütün olarak görülebilir ve bu nedenle birçok duyu organı lezzet algısında etkilidir (Muslu & Gökçay, 2021: s.20). Tat alma duyusunda; uyku, açlık, yaş, cinsiyet, sigara kullanımı, sıcaklık, hastalık ve ortam gibi birçok faktör etkili olmaktadır (Karadeniz, 2000). Bu noktada, lezzet algısının nasıl ve ne zaman oluştuğuna değinmek yerinde olacaktır. Zira anne

karnında başlayan bu algı; ileriki dönemlerde bireyin kişiliğini dahi etkileyerek yeme davranışına yansımaları ile beslenme tarzı oluşturacak kadar büyük önem arz etmektedir.

İnsan dilinde tadın algılanmasında önemli rol sahibi olan (sayıları bireyin yaşına göre değişmekle birlikte) 4000 ila 9000 arasında tat tomurcuğu (papilla) bulunmaktadır. Tat tomurcukları hamileliğin otuzuncu haftasında harekete geçmeye başlamakta, tat reseptörleri ilk defa bu dönemde uyarılmaktadır. Bu durum bebeğin tat tercihini etkilemekte, gelecekte besin seçiminde etkin olan duyu hafızasının oluşumunda ilk adımı meydana getirmektedir (Muslu & Gökçay, 2021). Tat alma duyusunun doğal bir plastisitesi (beynin çevreyle etkileşimi, öğrenme deneyimi sonucu değişmesi, yeniden yapılanma kapasitesi) vardır. Yaşamın çok erken dönemlerinde başlayan duyu deneyimleri - çocukların tatlı tada duydukları güçlü beğeni de dahil olmak üzere- lezzet ve yiyecek tercihlerini şekillendirebilir ve değiştirebilir (Ventura & Mennella, 2011). İnsanlar tatlı, ekşi, acı, tuzlu ve umami olmak üzere iyi karakterize edilmiş 5 tadı deneyimler ve bu tatların algılanmasına dilin tat tomurcukları içindeki tat reseptör hücreleri yüzeylerinde bulunan proteinler aracılık etmektedir (Kim, Breslin, Reed & Drayna, 2004). Tat reseptör hücreleri tat bilgisini beyne ileten periferik afferent lifler barındıran duyu sinir uçlarına sinapslar (mesaj iletimi sağlayan bağlantı noktaları) vasıtasıyla bağlanmaktadır. Tatlı; dilin ön ucunda, tuzlu; yan yüzeyinde, ekşi; iki yan kısmında, acı ise dip kısmında algılanmaktadır (Boyacı, 2019). Ancak literatürde sıklıkla karşılaşılan bu bilgiye Smith & Margolskee (2001)'nin "Making Sense of Taste" isimli çalışmalarında itiraz ettikleri görülmektedir. Zevkle ilgili en şüpheli gerçeklerden biri olarak gördükleri dil tat haritasının yanıltıcı olduğuna değinen araştırmacılar; gerçekte tüm tat niteliklerinin dilin tat tomurcuklarını içeren tüm bölgelerinden elde edilebileceğini söylemektedirler. Bu durum; dil haritası ve lezzetin nasıl algılandığı ile ilgili araştırmaların devam edeceğini göstermektedir. Gıdaya ait olan tat tekil ya da tekrarlı eylemlerle vücutta hoş/nahoş sonuçlar doğurmakta, ezberlenebilir bir özellik taşımaktadır. Tat hafızası organizmalar açısından yenilebilir yiyecek listesini kendi zevkine göre belirleme bağlamında önemli bir fizyolojik işlevdir. Tat ile ilişkili olan anılar yiyeceğe sadece bakılarak bile tadının tahmin edilebilmesine yardımcı olmaktadır (Yamamoto & Yasoshima, 2007). Tadın alınabilmesi dahası hissedilebilmesi noktasında bir diğer önemli duyu ise koku almadır. Aslında koku; görme duyusundan daha ilkel, tat almadan daha karmaşık bir algıdır (Karadeniz, 2000) ve bu duyunun katkısı olmadan tadın eksiksiz bir biçimde alınamayacağına inanan Brillat-Savarin (2018: s. 43)'ne göre koku alma duyusu engellendiği takdirde tat alma duyusu da felç olacaktır. Dolayısıyla koku alma, insan için en önemli duylardan biri olup çok erken dönemde insan belleğine kaydedilmektedir. Bebeklerde koku duyusu, anne karnındayken (26-28 haftadan sonra) oluşmaya başlamakta, tüm yenidoğanlar kokuları ayırt edebilmektedirler. Anne ile temas sonucu elde ettiği anne sütüne ait koku bebeği etkilemekte, en ilkel reflekslerden biri olan emme refleksini harekete geçirmektedir. Öyle ki; yenidoğan bebek kendi annesine ait kokuyu binlerce koku arasından rahatlıkla ayırt edebilir (Kanbur & Balcı, 2017: s.272). Tat tomurcuklarının hamileliğin otuzuncu haftasında harekete geçtiği, koku duyusunun ise yirmi altı ila yirmi sekiz hafta sonra oluşmaya başladığı bilgilerinden hareketle lezzetin hafızaya ilk kayıt zamanına da ulaşılmış olmaktadır. White, Thomas-Danguin, Olofsson, Zucco & Prescott (2020: s.5) koku alma ile duyu anılar arasında var olan bağlantının, yeni doğan bebeğin yönünü annesiyle ilişkili kokulara yönlendirdiğini ve öğrenme yoluyla erken tercihlerin oluşumuna kadar günlük yaşamın çeşitli yönlerinde özel bir rol oynadığını söylemektedir. İleriki dönemlerde ise farklı duyu organları ve ürüne ait özellikler de algılanan tat için karar vermede önemli olmaktadır (Anbarasan, Gomez Carmona & Mahendran, 2022). Araştırmacıların bu savı, daha önce deneyimlenmiş bir yiyeceğe ait paketin dahi lezzet hakkında bireye fikir verebileceği varsayımına dayanmaktadır. Lezzet algısı ile bu algının oluşum süreci üzerine yapılan çalışmaların yanı sıra, lezzetin geçmişle

bağlantısı (yiyecek ve nostalji ilişkisi) araştırılmaya devam edilmektedir. Bu noktada yiyecek ve bellek ilişkisi öncesi nostalji kavramını kısaca incelemenin yerinde olacağı düşünülmektedir.

## Nostalji

Farklı uygulama ve cihazlarla giderek daha dijital hale gelen dünyada teknolojiyi kolaylıkla benimsediği görüldüğü gibi bireyin, geçmişe ve geçmişte yaşadığı güzelliklere özleminin devam ettiği bir gerçektir. Hatırlama duygusu pek çok canlıda görülmekle birlikte insan için özel bir anlam ifade etmektedir. Nostalji duygusuyla festival benzeri etkinliklere katılım ve otantiklik kavramına yönelik de bu durumu doğrular niteliktedir. Şimdilerde yabancı literatürde nostalji ve otantiklik temalı bilimsel araştırma sayısı da giderek çoğalmaktadır. Hatta Mandal, Gunasekar, Dixit & Das (2021: s.293)'ın ifadesiyle son zamanlarda nostalji, destinasyon çekiciliği ve turistlerin ayak seslerini arttırma bağlamında akademik araştırmacıların dikkatini çekmektedir. Tüm bu gelişmeler geçmişe dahası geçmişte yaşananlara bir yakınlık hissiyatı ve özlem duygusunun var olduğunu gözler önüne sermektedir. Teknolojinin sürekli bir evrimle neredeyse her saat ilerlediği ve zamanın hızlı aktığı bir dönemde geçmişe ait oyuncak, kıyafet, araba gibi nesnelere yönelik ilgi de artmaktadır. Ancak bu ilginin salt nesnelere sınırlı olmayıp özellikle çocukluk çağı yiyceklerini de kapsadığı ve yöresel tatlar bağlamında gastronomide önem derecesi yüksek bir yer bulduğu görülmektedir. Geçmişe ait mekân, nesne ve tat algısını da içeren, dün ile bugün arasında duygusal bir köprü görevi gören, yaşanan türlü duyguları içinde barındıran bir bellek olarak görülebilecek nostaljiyi deneyimlemenin yollarından biri de gastronomik unsurlardır (Özgüneş, 2020: s.60). Nostalji “geçmişte kalan güzelliklere özlem duygusu” biçiminde tanımlanmaktadır ve ilk kez İsviçreli doktor Johannes Hofer tarafından 1688 yılında bir hastalık için kullanılan tanıyı ifade etmektedir. Nostalji kelimesinin etimolojik kökeni incelendiğinde ise eve dönüş anlamı taşıyan “nostos” ve ızdırap verici durum anlamındaki “algos” kelimelerinin birleşimi olduğu görülmektedir (Pickering & Keightley, 2006: s.921-922; Atia & Davies, 2010: s.182). Sedikides, Wildschut, Arndt & Routledge (2008)'nin anlatımıyla özgüveni artıran ve sosyal bağları teşvik eden özelliklere sahip, uzun bir geçmişi ve heyecan verici bir geleceği olan nostalji kavramı Holak, Havlena & Matveev (2005: s.195-196) tarafından aşağıdaki biçimde kategorize edilmektedir:

**Tablo 1.** Nostaljinin Kategorileri

Sosyal Deneyim			
Deneyimin Doğası		Kişisel	Toplumsal
		Kişisel Nostalji	Kültürel Nostalji
Doğrudan		Kişiler Arası Nostalji	Canlandırılmış Nostalji
Dolaylı			

Kaynak: Holak, Havlena & Matveev (2005). Exploring Nostalgia In Russia: Testing The Index Of Nostalgia-proneness. ACR European Advances.

**Kişisel Nostalji (Doğrudan Kişisel Deneyim):** Psikolojik ve sosyolojik bir analiz konusu olup, doğrudan deneyimlemeye ve kişisel hatıralara dayanan nostalji çeşidini tanımlamaktadır. Duygusal bir deneyimdir ve bireye has bir özellik sergiler. “Gerçek nostalji” olarak da ifade edilmektedir.

**Kişiler Arası Nostalji (Dolaylı Kişisel Deneyim):** Diğer bireylerin anlatım ya da anılarına dayanmakta, nostaljik tecrübeyi tanımlamaktadır. Kişisel nostaljiye nazaran daha az duygu yoğunluğuna sahiptir.

Kültürel Nostalji (Doğrudan Kolektif Deneyim): Doğrudan tecrübe içeren bu nostalji, grup üyeleri arasında bulunan ve önemli ölçüde ortak deneyim ve duyguları kapsamaktadır. Noel kutlamalarında aile davranışları arasındaki benzerlikler, bireyin alt kültür grubunda bulunan diğer bireylere benzemesini sağlayabilir. Belli bir kültüre ait bireylerin ortak hislerle yaşadıkları ve o kültürle ilgili olan nostalji olarak da görülebilir.

Canlandırılmış Nostalji (Dolaylı Kolektif Deneyim): Sanal gerçekliğin nostalgik karşılığı şeklinde de anlaşılabilir. Kitap, video materyalleri, uzmanlarla (söz konusu nostaljiyle doğrudan irtibatı bulunmayan) yapılan görüşmelere dayanabilir. Bu bağlamda Baker & Kennedy (1994), müze ziyareti sırasında hissedilen nostaljiyi canlandırılmış nostalji çeşidi olarak örneklemektedir. Dört ana kategoride incelendiği görülen nostaljinin ilk ve en önemli başlığının kişisel nostalji olduğu söylenebilir. Çünkü çocukluk dönemine ait anları, anıları ve yaşadıkları bizzat bireyin kendi deneyimine dayandığı için en yoğun duyguları kişisel nostalji barındırmaktadır.

### Yiyecek ve Bellek İlişkisi

Yiyecek ve bellek konusuna antropolojik açıdan yaklaşan Holtzman (2006) çalışmasında şu soruya cevap aramaktadır:

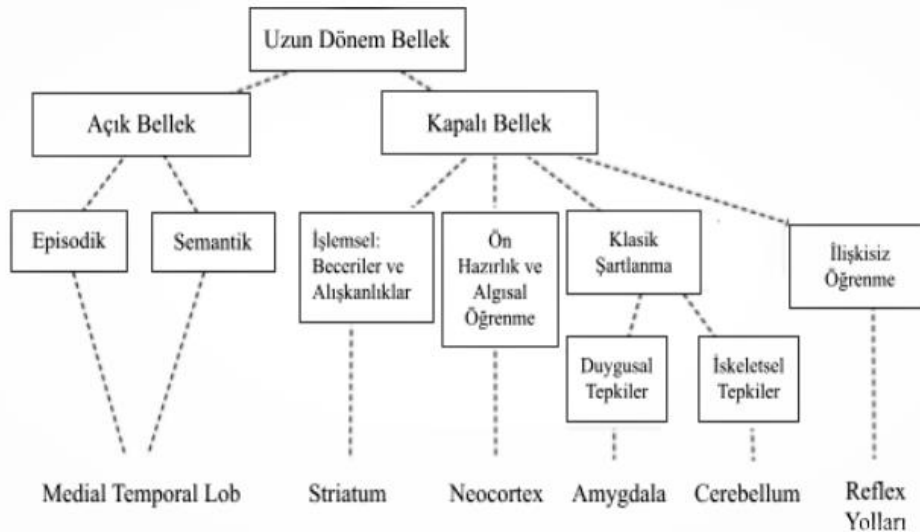
“Yiyecekleri bu kadar güçlü ve yaygın bir hafıza odağı yapan nedir?”

Gerçekten de yiyecekler bellek için neden önemlidir? Zihin neden yiyecekle ilgili bilgileri kaydeder ve kullanır? sorularına bu noktada açıklık getirmek yerinde olacaktır. Objelerin yanı sıra gastronomik unsurlar -özellikle birey belleğinde kalıcı hale gelmiş tatlar- zaman zaman nostalgik birer öge olarak görev üstlenmekte, işlev görmektedir. Bu anlamda Hirsch (1992) de benzer bir yaklaşım sergilemektedir. Araştırmacıya göre nostalji, eğer “idealize edilmiş geçmişe özlem” biçiminde tanımlanıyor ise, ideal geçmişe has duyguları ifade etmektedir ve bu duygular aynı anda yaşanmış seslere, kokulara, tatlara da taşınır hale gelmektedir (Hirsch, 1992: s.390). Yiyeceklerin de nostalgik özellik barındırdığı bir gerçektir. Örneğin pişen kurabiye kokusu anne/büyükanne ile ve yanı sıra çocukluk hayatıyla ilgili nostalgik duyguları uyandırabilir (Demir, 2008: s.30). Çocukluk dönemine ait yiyeceklerin önemine vurgu yapılan bu noktada Richards (2003)’ın önemli bir saptamasına değinmek gerekmektedir. Yemek, kimliği belirleyen en yaygın faktörlerden biridir ve bu durum şaşırtıcı değildir. Zira birey, sadece fizyolojik olarak değil aynı zamanda psikolojik ve sosyolojik anlamda da “yediği şey” olarak tanımlanabilir. Çocukluğa ait “konforlu yiyecekler” yetişkinlikte bir sığınak haline gelmektedir. Yiyecek-birey arasındaki ilişki öylesine güçlüdür ki; yeme alışkanlıklarını değiştirme girişimi ulusal, bölgesel ve hatta kişisel kimliğe bir saldırı olarak dahi görülebilir (Richards, 2003: s.4). Bu noktada lezzetlerin bireyin belleğine nasıl kaydedildiği noktası önem kazanmakta ve incelenmeye değer olmaktadır. Yiyecek-bellek ilişkisini inceleyen bazı araştırmalar (Lupton, 1994; Holtzman, 2006; Raghavan, Asia & Singh, 2015; Rosa, Ortolano & Dickin, 2018 vb.) özellikle çocukluk ve erken yetişkinlik döneminde tüketilen yiyeceklerin kişiliğin oluşumunda ve kişisel hatıralar bakımından önemli olduğunu göstermektedir. Başta lezzet olmak üzere hemen hemen tüm gastronomik unsurlar ile bu unsurlara ait bilgiler farklı bellek tiplerinde depolanmakta, bu sayede hatırlanmaktadır. Bu kısımda lezzetlerin nasıl ve hangi bellek tiplerinde kodlandığı -konunun nörolojik boyutunun ağırlığı da düşünülerek- en anlaşılabilir şekilde incelenmeye çalışılmaktadır. Geçmiş ve geleceği birbirine bağlayan köprü olarak ve kimlik algısı, uyum ve ruh sağlığının temelini oluşturan bilişsel süreç olan bellek sistemi; bilginin depolandığı, gerektiğinde hatırlandığı sistemdir (Can & Karakaş, 2005: s.39). Bellek, kişinin hayatında her yerde, her zaman vardır. Gündelik hayatı yönetmek ve sorunları çözmek için gerekli bilgileri sağlayan eylemler aslında hafızadan etkilenmekte ancak birey çoğunlukla hafızasını kullandığını

fark etmemektedir. Mesela pizza yediğinde ya da kahve içtiğinde kişi “Bu yemeği-içeceği hatırlamam gerekiyor.” şeklinde bilinçli olarak karar vermez. Gıdalla ilgili bilgilerin büyük kısmı dolaylı şekilde saklanmakta, bellek gıdanın seçimine ve içeriğine adeta rehberlik yapmaktadır (Laureati vd., 2008, s.273).

Karabekiroğlu, Gımsal & Berkem (2005) belleği zaman ve içerik olarak iki farklı boyutta değerlendirmektedir. Zaman boyutuyla ele alındığında bellek; kısa süreli ve uzun süreli şeklinde ikiye ayrılmaktadır. Kısa süreli bellek, duyu organlarından gelen bilgiyle ve çok kısa bir süreyle sınırlıdır. Uzun süreli bellek ise bilgiyi dakikalar ile on yıllar boyu sürelerle saklayabilir. Conway (2005: s.597)’e göre uzun süreli bellek; uzun vadeli hedef işlemeyle ilgili bilgileri ve episodik (anısal) hatıraları içermektedir.

Kısa süreli bellek; duyu kodlama ve dikkate daha duyarlı olup, uzun süreli bellek semantik (anlamsal) ve daha derin bir kodlamaya ihtiyaç duymaktadır. İçerik boyutuyla bellek ise; açık ve örtük şeklinde ikiye ayrılmaktadır. Açık bellek bilinçli bir hatırd tutma eylemi sergilerken, örtük bellek bilinçli süreçten uzak bir yaklaşım sergilemektedir. Özen & Rezaki (2007) açık belleğin; bilgi, örtük belleğin ise becerilerle ilgili olduğunu söylemektedir. Açık bellek; bilgi edinme ve anımsama sürecinin farkında olduğunu belirtmektedir. İnsanlar, yerler ve nesnelere hakkında gerçek bilgiye sahip olup bu bilgilerin anlamlarını bilmektedir. Örtük bellek ise, bireyin bilgiyi edinme sürecine ve hatta böyle bir bilgiye sahip olduğunun dahi farkında olmaması durumunu anlatmaktadır. Açık bellek, episodik (anısal) ve semantik (anlamsal) olarak iki temel belleğe ayrılmaktadır (Pastor, 2020: s.15). Bu bağlamda lezzete, yiyeceğe ve çocukluğa dair anıların saklandığı bellek türü olarak uzun süreli (uzun dönem) belleği incelemek gerekmektedir. Pastor (2020)’un çalışmasında yer verdiği (Görsel 1) uzun dönem bellek sınıflandırması ve beyinde kayıt yapılan bölgeler aşağıdaki gibidir:



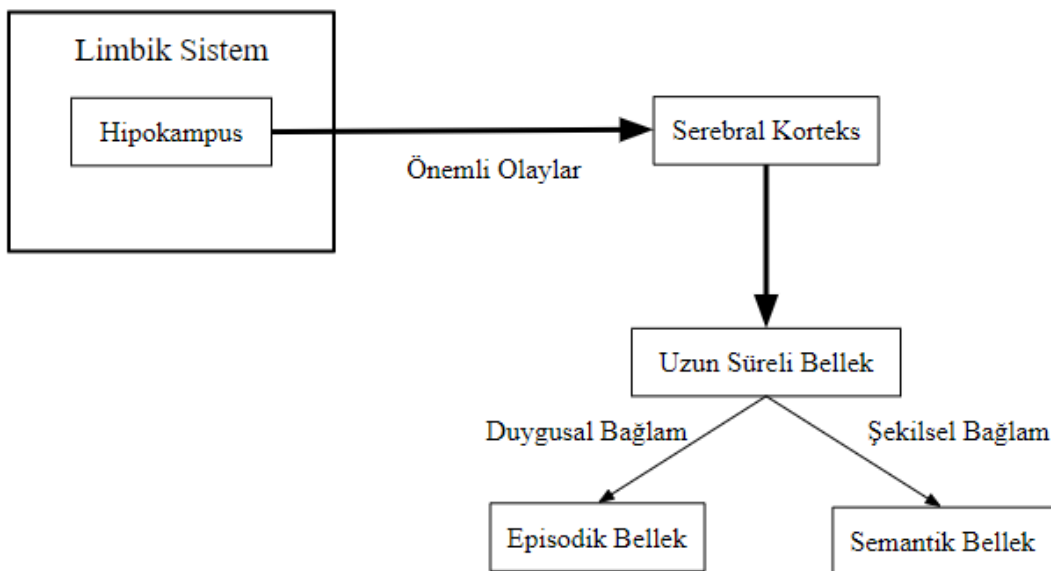
**Görsel 1.** Uzun Dönem Bellek Sınıflandırması ve Kayıt Yapılan Bölgeler

**Kaynak:** Pastor (2020). ‘Memory Systems Of The Brain’. 1-36.

Görsel 1 incelendiğinde, uzun dönem belleğin açık ve kapalı olarak iki bellek tipine ayrıldığı, açık belleğin ise episodik ve semantik olarak yine iki farklı bellek tipi barındırdığı görülmektedir. Kapalı bellek ise; işlemsel bellek, ön hazırlık-algısal öğrenme, klasik şartlanma ve ilişkisiz öğrenme olarak dört ayrı sınıfa ayrılmaktadır. Yiyecek-bellek ilişkisi bağlamında açık bellek çeşitlerine, özellikle de episodik bellek içeriğine değinmek gerekmektedir. Zira;

literatür taraması ve uzman görüşleri bireyin geçmişte tükettiği yiyecekleri ve lezzetleri hatırlamasında -semantik bellek rol sahibi olsa da- asıl olarak episodik belleğin etkin olduğunu göstermektedir.

Episodik bellek (anısal bellek); geçmişteki bir olayı zihnen yeniden yaşamının görsel imgesini, olaya özgü duyuşsal-algısal-bilişsel-duygusal ayrıntıları içermektedir (Conway, Singer & Tagini, 2004: s.496) ve belirli bir mekân içinde belirli bir zamanda meydana gelmiş olaylar/deneyimler açısından bilinçli bir belleği tanımlamaktadır (Aggleton & Brown, 2006: s.454) ve episodik bellek geçmişteki belirli ayrıntıların yeniden deneyimlenmesidir (Fan, Abdi & Levine, 2020: s.1). Episodik bellek, kendine has bir olayı tekrar deneyimlemek için zaman tüneli içinde zihinsel bir yolculuk duygusuyla doldurulmuştur ve benzersiz olayları hatırlamayı ifade etmektedir. Semantik bellek, (kültürel yönden) paylaşılmış genel bilgiyle (gerçekler ve kelime dağarcığı) ilgilidir (Renoult vd., 2012: s.550). Whitelock, Nouwen, van den Akker & Higgs (2018) gıdaya ait kararları etkileyen kapsamlı faktörlerin iç ve dış etkenleri içerdiğine değinmektedir. En önemli iç etkenler; episodik bellek, öğrenme ve yürütme gibi bilişsel işlevlerdir. Episodik ve semantik bellek ile limbik sistem ve hipokampus da geçmişe ait yiyeceklerin hatırlanmasında etkili olmaktadır. Limbik Latince’de “sınır” anlamı taşımaktadır ve serebrum (merkezi sinir sistemi bölümü) iç yüzeyinde, beynin dışını kaplayan korteksten farklı bir grup yapının beyin sapı etrafını sarması dolayısıyla Fransız nöroloji uzmanı Broca tarafından “Limbik Lob” adı ile tanımlanmıştır (Savrun, 2005). Beyin sapını çevreleyen limbik sistem; kişiliğe ait özelliklerle birlikte açlık, susuzluk, kimyasal denge, koklama, bağlanma ihtiyacının da kaynağını ifade etmektedir. Limbik sistem aynı zamanda beynin iç kısmında bulunan hipokampus, corpus callosum, talamus, hipotalamus ve amigdala bölgelerini de içermektedir. Amigdala, olaylar-duygular arası bağlantı kurmada önemli rol sahibi olup, beynin duygusal belleğinin kodlanmasından sorumludur. Limbik sistem içinde yer alan hipokampus ise; kendisi için önemli olan yaşanmışlıkları hatıra olarak depolanmak üzere serebral kortekse iletmektedir. Limbik sistem; duyguları ve belleği birlikte işleyen özellikler taşımakta olup duygusal açıdan olumlu yaşanmışlıklar kolaylıkla uzun süreli belleğe kodlanmaktadır (Keleş & Çepni, 2006: s.72).



**Görsel 2.** Yiyeceğin Belleğe Kaydedilmesi

**Kaynak:** Literatürdeki veriler ışığında yazarlar tarafından oluşturulmuştur.

Literatür incelendiğinde, yiyeceklerin ve onların özelliklerinin saklandığı bellek biçimleri olarak otobiyografik bellek, yiyecek belleği ve koku belleğinden söz eden araştırmalarla da karşılaşmaktadır. Bazı araştırmacılar tarafından açık belleğin farklı bir alt tipi olarak görülen otobiyografik bellek kavramı Braun, Ellis & Loftus (2002)'nin tanımıyla; “geçmiş kişisel deneyimlerin hatırası” olarak tanımlanmaktadır. Otobiyografik bellek kişisel olayların hatırlanmasıdır ve semantik bellekten farklı değerlendirilmesine neden olan sebeplerden biri, bireyin benliğine ilişkin bilgileri kapsamı, zamana/mekâna bağlı zamanda zihinsel yolculuk yapma bilincini hatırlatmasıdır. Birey, bilinçli olarak geçmişte yaşadığı belli bir anı/mekânı hatırlama farkındalığındadır (Aydın, 2020: s.397).

Konuyla ilgili olarak, özellikle nörolojik anlamda konunun daha iyi anlaşılabilmesi için alanında uzman nöroloji akademisyenlerinin görüşlerine başvurulmuştur. Elektronik posta ile yazışma sonrası elde edilen bilgilere de bu bölümde yer verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Zira, kişisel görüşme yapılan akademisyenlerin konuyla ilgili birçok araştırmaya imza atmış oldukları görülmektedir. Görüşüne başvuru yapılan araştırmacılarından Markowitsch; yiyeceğin, bellek türü olan semantik bellekte kodlandığını, yiyecek tüketimine dayalı özel duygusal olayların ise episodik bellekte depolandığını belirtmektedir. Aynı konuda görüşüne başvuru yapılan bir diğer akademisyen olan Squire ise, yiyeceklerle ilgili hatıraların semantik bellekte yer aldığını, ancak; belirli durumlar, belirli öğünler, belirli zaman ve yer anılarıyla ilgili bölümlerin episodik bellekte kodlandığını söylemektedir. Benzer şekilde düşünen Karakaş tarafından verilen bilgiler ise hipokampusun, episodik belleğe önemli katkılarda bulunan bir yapı olduğu yolundadır. Hipokampus, limbik sistemle yakın ilişkisi sayesinde koku sinir yollarının kortekse ulaşması, bu duyumu episodik bellekle yakın ilişki içine koymaktadır. Elde edilen veriler, bu durumda, büyükannelerin yemekleri hakkındaki gerçeklerin (hipokampusun da etkisiyle) semantik bellekte saklandığını, belirli bir zamanda gerçekleşen belirli bir yemek hakkındaki hatıraların ise episodik hafızada yer aldığını göstermektedir. Uzman nörologlara göre kişi, belirli bir olaydan bir çocukluk yemeğini hatırlıyorsa episodik belleğini kullanıyor demektir. Dolayısıyla, yiyecekler (belki şeklen) semantik bellekte kodlanırken, geçmişte özlem duyulan yiyecekler -bilinç dışı limbik sistemin de katkısıyla- duygusal bağlamda episodik bellekte saklanmaktadır (Görsel 2) ve bölümün başında bahsi geçen, cevabı aranan soru (Holtzman, 2006) şu şekilde yanıt bulmaktadır:

“Yemek yemenin duygusallığı, özellikle koku ve tatlar yoluyla güçlü anımsatıcı ipuçları iletmektedir.”

Nostalji ve yiyecek-bellek arasında bulunan ilişkiyi karşılayan ve son dönemde üzerinde yoğun çalışmaların yapılmaya başlandığı gastronostalji kavramına bu noktada değinmek yerinde olacaktır. En kısa tanımıyla gastronostalji “geçmişte tüketilen yiyecek ve içecekler, bu yiyecek ve içecekler için koku ve tatlarla duyulan özlem” olarak ifade edilebilecektir. Literatür incelendiğinde; bazı araştırmacıların (Srinivas, 2006; Raghavan, Asia & Singh, 2015; Lakshmi, 2018; Hall, 2019; Özgüneş, 2020; Mandal, Gunasekar, Dixit & Das, 2021; Dixit & Prayag, 2022) yiyecek ve içecekler için nostaljik boyutu tanımlayan ifade olarak, gastronomi ile nostalji kelimelerinin birleşmesiyle ortaya çıkan “gastronostalji” kavramını kullandıkları görülmektedir. Holtzman (2006: s.367) nostaljinin (bir hafıza biçimi olarak); genel ve yiyeceklerle ilgili olan farklı anlamları bulunduğunu belirtmektedir. Literatürdeki araştırmalar (özellikle antropoloji dışında) yiyeceği, çocukluk ve aile hatıraları için bir araç olarak görmekte, duygusallık kavramına bağlamaktadırlar. Raghavan vd., (2015: s.72) gastronostalji kavramını; salt “annemin yaptığı gibi” ifadesiyle ilişkilendirmeyerek, çocukluk dönemine ait yemek anılarını kapsayabileceğine değinmektedir. Literatürdeki bilgilerden yola çıkılarak, nostalji kavramının anılardan, çocukluk döneminde tüketilen yiyeceklerle



kadar geniş bir yelpazeyi ve çeşitliliği de tanımladığı, bireyin çocukluk döneminde tükettiği yiyeceklere dair hafızasında yer eden hatıraları karşılayan kavramın “gastronostalji” olduğu söylenebilir. Nitekim; yerli literatürde ilk kez “gastronostalji” kavramını konu alan Özgüneş (2020); “Geçmişe Özlemi Lezzetlerde Yaşamak: Gastronostalji” başlıklı çalışmasında 19 kişinin katılımı ve yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle yaptığı araştırmada; çocukluk dönemine ait gastronomik unsurların bireylerin hafızasında yaşamaya devam ettiği sonucuna ulaşmıştır. Yine aynı çalışmada özellikle anne ve büyükanne tarafından hazırlanan lezzetlerin birey hafızasında tazeliğini koruduğu ve özleildiği görülmektedir. Elde edilen sonuçlar; yiyeceğin -özellikle çocukluk dönemine ait lezzetlerin- birey için ilerleyen yaşlarda da hatırlandığını gösterir niteliktedir. Mandal vd., (2021) ise gastronostaljinin altı potansiyel boyutuna atıf yapmakta, bu boyutları sırasıyla; mutfak, gastro-deneyim, gastro-şenlik ortamı, sosyalleşme, kişisel kimlik ve kültürel kimlik olarak sıralamaktadır. Gastro festivallere yönelik yaptıkları araştırmanın sonucunda gastronostaljinin turistlerin tekrar ziyaret etme niyetlerini olumlu yönde etkileyebileceği sonucuna ulaşmışlardır. Bu durum -metin içinde kimi yerlerde belirtildiği üzere- gastronostalji kavramının psikolojik ve sosyolojik yönden önemli, toplumsal kimlik ve kültürel miras bakımından değerli olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda gastronostalji bir turizm destinasyonu için talebi arttırmada önemli rol de oynayabilecektir.

## Yöntem

Lezzet, yiyecek, bellek ilişkisinin nostalji ve gastronomi bağlamında incelendiği bu çalışmada; öncelikle geçmişe dair hafızada yer eden lezzetlerin bellekte nasıl kodlandığı ve ne şekilde hatırlandığı ele alınmaktadır. Sonrasında ise yerli ve yabancı literatürdeki bilgiler ışığında ve yiyecek-bellek-nostalji çerçevesinde konunun önemi tartışılmaktadır. Literatürdeki ilgili çalışmalara ilaveten, konunun özellikle nörolojik bağlamda daha iyi anlaşılabilmesi açısından, bu alanda konuyla ilgili çok sayıda çalışması bulunan uzman akademisyen görüşlerine başvurulmuş ve bu görüşlere metin içinde yer verilmiştir.

## Sonuç ve Öneriler

Çevreye duyarlı birey sayısının artması, kültürel değişim, robotlaşma ve dijitalizasyon benzeri gelişmelerin hayatın her alanında ortaya çıkardığı etki, tarladan tabağa uzanan yolculuğu boyunca gastronomide de görülmektedir. Sözü edilen yolculuk, füzyon mutfak ve moleküler gastronomi gibi uygulamalarla geleceğe ait yeni tatlar ararken, bireyi kendi geçmişine döndüren lezzetleri de canlandırabilmektedir. Dolayısıyla gastronomi hem geleceğe hem de geçmişe aynı anda bir yolculuk imkânı sunma özelliği taşımaktadır. Bireyin geçmişine dönmesini sağlayan, eskiden tükettiği yiyeceklere özlemini karşılayan kavram ise “gastronostalji” olmaktadır. Özellikle çocukluk dönemine ait lezzetlerin birey belleğinde depolanması (kodlanması) ve ileriki zamanlarda bir hatırlatıcı etkisiyle yeniden canlanması kişi bağlamında anlamlı, önemli ve değerlidir. Tadılan yemeğe kimi zaman “tıpkı annemin yemeği” ya da “tam da büyükanne yapmış gibi” şeklindeki yaklaşımlar, bireyin unutmadığı, kimi zaman bazı etkenlerle kişisel belleğin ortaya çıkardığı yansımalar olarak anlaşılabilir. Bu durum, bir bakıma çocukluk dönemine ait duyguların tekrar uyanması şeklinde de görülebilir. Aslında hazırlanan bir sofraya, masada kullanılan örtü, yemeğe özgü bir koku, hatta yemek anında duyulan sesler de birer hatırlatıcı işlevi görebilmektedir. Ancak konu, bellek özelinde ele alındığında en önemli hatırlatıcının hiç şüphesiz lezzet olduğu anlaşılmaktadır. Brillat-Savarin (2018: s.57)’in değindiği üzere ruh, ihtiyaçlarını çağrıştıran nesnelere ilgilenmekte, hafıza ise tat alma duyusuna hoş gelen şeyleri hatırlamaktadır. İpucu sözcükler ve serbest hatırlama ile geri getirilen anılarla ilgili yapılan çalışmalar, kişilerin olumlu anıları hatırlamaya daha meyilli olduklarını göstermektedir (Öner & Gülgöz, 2020).

Nöroloji, psikiyatri, psikoloji, sosyoloji gibi bilim dallarının bellek-hatırlama-yiyecek arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarının titizlikle devam ettiği görülmektedir. Lezzetin ve yiyeceğin gastronomi bilimine temel teşkil ettiği düşünüldüğünde, yiyeceğin nasıl hatırlandığı konusunun gastronomi literatürü açısından da ele alınması gerekliliği bulunduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Fen bilimleri başta olmak üzere, farklı disiplinlerin yakından ilgilendiği yiyecek-hafıza ilişkisi, bu çalışmada ana hatlarıyla incelenmeye çalışılmıştır.

Gastronostalji, nispeten yeni bir kavram olmakla birlikte, akademisyenlerin ilgisini çekmekte, özellikle yabancı literatürde artan sayıda çalışmanın öznesi haline gelmektedir. Bu durum nostalji, otantiklik ve yiyecek konusuyla ilgili literatürde gelecekte gastronostalji hakkında daha fazla çalışmanın görüleceğine dair ipuçları vermektedir. Nitekim, nostaljinin yiyecek ve bellek ilişkisi çerçevesinde ele alınması, gastronomi literatürüne farklı bir renk ve boyut getirmektedir. Türk mutfak kültürü ve Türkiye'nin yöresel zenginlikleri düşünüldüğünde yerli literatürde de bu konuda daha fazla araştırma yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Zira, yiyeceklere ait bilgilerin nasıl hatırlandığı konusunun nostalji kavramıyla ilişkili olarak hatırlama ve yiyecek arasındaki bağ anlamında irdelenmesi gastronomik açıdan önemlidir. Her ne kadar teknoloji baş döndürücü bir hızla ilerlese de bireyin kendi geçmişine ve toplumsal geçmişe verdiği değer açıktır. Bu duruma verilebilecek en iyi örnekler ise özellikle yöresel yiyeceklerin tanıtımını sağlayan festival ve sunumlardır. Sosyolojik bağlamda kültürün ve kimliğin, psikolojik anlamda çocukluğa ait lezzetlerin izlerini hissetmek isteyen bireylerin katılımlarına sahne olan festivaller, gastronominin nostaljik yönü hakkında çarpıcı araştırmalar yapılabileceğini göstermektedir. Belleğe kaydedilen lezzetlere ait bilgilerin hatırlanmasıyla ortaya çıkan gastronostalji kavramı hakkında yapılacak çalışmaların ilgili literatüre farklı katkılar sağlayacağı açıktır. Bu durum turizm destinasyonları için bir çekicilik unsuru olmanın yanı sıra, kültürel yönden özellikle yöresel yemeklerin devamlılığını sağlayacak etkin bir unsur olabilecektir. Geçmişe ait lezzetlerin kendine has özellikleriyle yaşatılmaya devam etmesi aynı zamanda bireyi rahatlatarak mutlu eden psikolojik bir değer ifadesidir. Bireyler için önemli olan anne ve büyükanneye ait lezzetlerin, dahası milli kültüre ait yiyeceklerin mümkün olan en orijinal hali ile hazırlanarak sunulması da büyük önem arz etmektedir. Böylelikle denilebilir ki; otantikliği bozulmamış, orijinal reçeteye sadık kalınarak hazırlanmış yemek sunumuna önem veren işletme sayısının artırılması gerekmektedir. Yine eskiye ait ve nostaljik değer taşıyan işletmelerin -gerekirse devlet tarafından desteklenerek- varlığını devam ettirmesi toplumsal hafıza yönünden önemlidir. İstanbul başta olmak üzere kimi şehirlerde gıda hizmeti sunan, tarihi eskiye dayanan nostaljik mekânların bazı nedenlerle kapanıyor olması üzüntü ve kaygı verici olarak görülmelidir. Zira gerek yiyecek-içecek hizmeti sunan tarihi işletmelerin bulunduğu binalar ile burada sunumu yapılan lezzetler toplumsal belleği ve yanı sıra kent belleğini de içermektedir. Dolayısıyla kültürel miras değeri taşıyan binalar, tarihi mekânlarda bulunan işletmelerin hazırladıkları yiyeceklerle bir ve bütün olarak gelecek kuşaklara taşınacak şekilde korunmalıdır.

Yerel yönetimlerin etkin bir faaliyet sergilemeleri gereken, yöreye ait yiyeceklerin otantikliğini korumaya yönelik uygulamalarını arttırmaları önemlidir. Örneğin, her yöreye özgü yemekleri yansıtacak otantik gastronomik sokakların oluşturulması, yöresel yemeklerin devamlılığını sağlarken yerel istihdama katkı sağlayacaktır. Avrupa Akıllı Turizm Başkentleri/ European Capitals of Smart Tourism ([smart-tourism-capital.ec.europa.eu](http://smart-tourism-capital.ec.europa.eu)) oluşumunun dört temel kategorisinin dijitalizasyon, sürdürülebilirlik, ulaşılabilirlik ve kültürel miras ve yaratıcılık olduğu düşünüldüğünde, önemli bir kültürel miras olarak kabul edilen yerel yemeklerin salt bugün değil gelecekte de önemini koruyacağı açıktır. Üniversitelerin gastronomi bölümlerinde yöresel yemekleri içeren derslere müfredatta yer verilmesi, yerel yemek reçetelerinin araştırılarak, kurulacak bilgi bankasında muhafaza edilmesi ayrıca önemlidir. Sektörel yönden

bakıldığında, işletmelerin buldukları yer özelinde, menülerinde en az iki çeşit yöresel yiyecek ve içeceğe yer vermesi de etkili bir öneri olarak görülebilir. Her ne kadar menüler arz-talep bağlamında şekillense de özellikle yöresel yiyecek arayışında olan yeni çağ gastronomi gezginlerinin bu duruma kayıtsız kalmayacağı açıktır. Tüm bu öneriler birlikte ele alındığında, gastronominin ve nostalji ile yiyecek bağlantısını sağlayan gastronomi kavramının birey özelinde, toplumsal düzeyde ve geleceğin destinasyonları açısından bir değer ifade ettiği ve etmeye devam edeceği rahatlıkla söylenebilir.

“İnsan ister dinlensin, ister uyasun, ister rüya görsün, beslenme kanunlarının etkisi altında bulunmaya devam eder ve gastronomi imparatorluğundan ayrılmaz.” Brillat-Savarin

### Özel Teşekkür

Prof. Dr. Hans J. MARKOWITSCH, Prof. Dr. Larry R. SQUIRE ve Prof. Dr. Sirel KARAKAŞ hocalarımıza katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

### Beyan

Makalenin yazarlarının makale sürecine verdikleri katkı eşittir. Yazarların bildirmesi gereken herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

### KAYNAKÇA

- Aggleton, J. P. & Brown, M. W. (2006). Interleaving brain systems for episodic and recognition memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 10(10), 455-463.
- Anbarasan, R., Gomez Carmona, D. & Mahendran, R. (2022). *Human Taste-Perception: Brain*
- Atia, N. & Davies, J. (2010). Nostalgia and the shapes of history. *Memory Studies*, 3, (3), 181-186.
- Aydın, Ç. (2020). Doğum sonrası depresyonda otobiyografik bellek. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12, 1-1.
- Baker, S. M. & Kennedy, P. F. (1994). Death by nostalgia: A diagnosis of context specific cases. *Advances In Consumer Research*, 21, (1), 169-174.
- Boyacı, D. (2019). *Duyuların Lezzet Algısı ve Satın Alma Niyetine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yiyecek İçecek İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, Aydın.
- Braun, K. A., Ellis, R. & Loftus, E. F. (2002). Make my memory: How advertising can change our memories of the past. *Psychology & Marketing*, 19(1), 1-23.
- Brillat-Savarin, J. A. (2018). *Lezzetin Fizyolojisi ya da Yüce Mutfak Üzerine Düşünceler*. (Çev. H. Bucak). (Orijinal Yayın Tarihi: 1825). 2. Baskı. İstanbul: Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd. Şti.
- Burešová, P., Mrkvová, K. & Dudić, B. (2020). Changes in gastronomy. *Hotel and Tourism Management*, 8(1), 79-88.
- Can, H. & Karakaş, S. (2005). Bilişsel süreçlerde alzheimer tipi demansa bağlı değişiklikler. *Klinik Psikiyatri*, 37-47.

- Computer Interface (BCI) and its application as an engineering tool for taste-driven sensory studies. *Food Engineering Reviews*, 1-27.
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53(4), 594-628.
- Conway, M. A., Singer, J. A. & Tagini, A. (2004) The Self and Autobiographical Memory: Correspondence and Coherence. *Social Cognition*, 22(5), 491-529.
- Demir, F. O. (2008). Pazarlamanın nostaljik oyunu: Retro markalama. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (33), 29-41.
- Dixit, S. K. & Prayag, G. (2022). Gastronomic tourism experiences and experiential marketing. *Tourism Recreation Research*, 47(3), 217-220.
- Fan, C. L., Abdi, H. & Levine, B. (2020). On the relationship between trait autobiographical episodic memory and spatial navigation. *Memory & Cognition*, 1-11.
- Hall, A. C. (2019). Savoring nostalgia: Food and the Past in Peru's "La Casa de Don Cucho". *Anthropology of Food*, (14).
- Hirsch, A. R. (1992). Nostalgia: A neuropsychiatric understanding. *Advances in Consumer Research*, 19, 390-395.
- Holak, S., Havlena, W. & Matveev, A. (2005). Exploring nostalgia in Russia: Testing the Index of nostalgia-proneness. *ACR European Advances*, 195-200.
- Holtzman, J. D. (2006). Food and memory. *Annual Review of Anthropology*, 35, 361-378. [https://smart-tourism-capital.ec.europa.eu/about\\_en](https://smart-tourism-capital.ec.europa.eu/about_en) (Erişim Tarihi: 06.12.2022).
- [https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=y9wLQYdKKrUC&oi=fnd&pg=PA113&dq=Yamamoto,+T.+%26+Yasoshima,+Y.+\(2007\)](https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=y9wLQYdKKrUC&oi=fnd&pg=PA113&dq=Yamamoto,+T.+%26+Yasoshima,+Y.+(2007)).
- Kanbur, B. N. & Balcı, S. (2017). Preterm yenidoğanlarda koku. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 4(3), 272-276.
- Karabekiroğlu, K., Gırmal, A. & Berkem, M. (2005). Psikiyatrik bozukluklarda bellek sorunları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 188-196.
- Karadeniz, F. (2000). Lezzet Algılama Mekanizması. *Gıda*, 25(5), 317-324.
- Keleş, E. & Çepni, S. (2006). Beyin ve öğrenme. *Journal of Turkish Science Education*, 3(2), 66-82.
- Kim, U. K., Breslin, P. A. S., Reed, D. & Drayna, D. (2004). Genetics of human taste perception. *Journal of Dental Research*, 83(6), 448-453.
- Lakshmi, S. R. (2018). Home-a memory lingering in our taste buds. *International Journal of Research in Humanities, Arts and Science*, 2, Special Issue 6, April, 87-89.
- Laureati, M., Morin-Audebrand, L., Pagliarini, E., Sulmont-Rossé, C., Köster, E. P. & Mojet, J. (2008). Food memory and its relation with age and liking: An incidental learning experiment with children, young and elderly people. *Appetite*, 51(2), 273-282.

- Lupton, D. (1994). Food, memory and meaning: The symbolic and social nature of food events. *The Sociological Review*, 42(4), 664-685.
- Mandal, S., Gunasekar, S., Dixit, S. K. & Das, P. (2021). Gastro-nostalgia: Towards a higher order measurement scale based on two gastro festivals. *Tourism Recreation Research*, 293-315.
- Muslu, M. M. & Gökçay, G. F. (2021). Lezzet algısının oluşmasında çevresel ve genetik faktörlerin etkileri. *Batı Karadeniz Tıp Dergisi*, 5(1), 19-26.
- Öner, S. & Gülgöz, S. (2020). Otobiyografik hatırlamanın duygu düzenleme işlevinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(86), 60-73.
- Özen, N. E. & Rezaki, M. (2007). Prefrontal korteks: Bellek işlevi ve bunama ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 262-269.
- Özgüneş, R. E. (2020). Geçmişe özlemi lezzetlerde yaşamak: 'Gastronostalji'. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 60-75.
- Pastor, A. (2020). Memory Systems of The Brain. arXiv preprint arXiv:2009.01083. 15-36.
- Pickering, M. & Keightley, E. (2006). The modalities of nostalgia. *Current Sociology*, 54, (6), 919-941.
- Raghavan, A., Asia, S. & Singh, V. (2015). Circuits of authenticity. *Economic and Political Weekly*, 50, (31), 69-74.
- Renoult, L., Davidson, P. S., Palombo, D. J., Moscovitch, M. & Levine, B. (2012). Personal semantics: at the crossroads of semantic and episodic memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(11), 550-558.
- Richards, G. (2003). Gastronomy: An essential ingredient in tourism production and consumption? *In Tourism and Gastronomy*, 17-34.
- Rosa, T. L., Ortolano, S. E. & Dickin, K. L. (2018). Remembering food insecurity: Low-income parents' perspectives on childhood experiences and implications for measurement. *Appetite*, 121, 1-8.
- Santich, B. (2004). The study of gastronomy and its relevance to hospitality education and training. *International Journal of Hospitality Management*, 23(1), 15-24.
- Savrun, M. (2005). Emosyonel sistem ve stres. İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, *Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi*, (47), 75-88.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J. & Routledge, C. (2008). Nostalgia: Past, present, and future. *Current Directions in Psychological Science*, 17, (5), 304-307.
- Smith, D. V. & Margolskee, R. F. (2001). Making sense of taste. *Scientific American*, 284(3), 32-39.
- Srinivas, T. (2006). As Mother Made It: The cosmopolitan indian family, authentic food and the construction of cultural utopia. *International Journal of Sociology of The Family*, 191-221.
- Thought for food: Cognitive influences on chemosensory perceptions and preferences. *Food Quality and Preference*, 79, 1-13.
- Türk Dil Kurumu Sözlük. <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 27.03.2022).

- Valentine, G. (1999). Eating in: home, consumption and identity. *The Sociological Review*, 47(3), 491-524.
- Ventura, A. K. & Mennella, J. A. (2011). Innate and learned preferences for sweet taste during childhood. *Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care*, 14(4), 379-384.
- Vitaux, J. (2021). *Gastronomi*. (Çev: Zerrin Yaya), 2. Baskı. Ankara: Dost Kitabevi.
- White, T. L., Thomas-Danguin, T., Olofsson, J. K., Zucco, G. M., & Prescott, J. (2020). Thought for food: Cognitive influences on chemosensory perceptions and preferences. *Food Quality and Preference*, 79, 1-13.
- Whitelock, V., Nouwen, A., van den Akker, O. & Higgs, S. (2018). The role of working memory sub-components in food choice and dieting success. *Appetite*, 124, 24-32.
- Yamamoto, T., & Yasoshima, Y. (2007). Electrophysiological representation of taste memory. Neural plasticity and memory: From genes to brain imaging, 113-123. <https://europepmc.org/article/nbk/nbk3911>
- Zábrowská, K. (2017). Using gastronomy heritage as a part of lifestyle studies. *Athens Journal of Tourism*, 4(3), 237-248.

## **The Nostalgia of Taste: Depending on the Relationship of Food and Memory**

**Reşad Emre ÖZGÜNEŞ**

Balıkesir University, Institute of Social Sciences, Balıkesir/Turkey

**Düriye BOZOK**

Balıkesir University, Faculty of Tourism, Balıkesir/Turkey

### **Extended Summary**

When looking through the perspective of Brillat-Savarin (2018) on the concept of gastronomy, which was first encountered in the 4<sup>th</sup> century BC (Santiach, 2004), we are faced with an approach of a universe only existing with life and feeding everything that exists. In a broader view, gastronomy is a discipline which offers research for sociology, psychology and neurology, and falls within the area of interest of art and literature as well. The food served for consumption, in fact, includes culture, identity, local tastes, happiness, sharing, pleasure, memories, moreover; personal and/or social memory as well as the food and ingredients in use. Gastronomy can only be grasped by use of the context of the history of nutrition, information of raw material, method, recipe, tradition, talent and effective technology on nutrition (Burešová et al., 2020). Sensory experiences starting in a very early period of life, including children's strong like of sweet taste, can shape and change the choices for taste and food (Ventura & Mennella, 2011). Taste belonging to food results in pleasant/unpleasant outcomes in the body with singular or repetitive actions, carrying a quality possible for memorization. Memory of taste is a significant physiological function for organisms in the context of identifying the list of edible food according to their own pleasure. Memories relating to taste help in guessing the taste of food only by looking at it. The research on the relation of taste to the past (the relationship of food and memory) continues as well as the studies on the perception of taste and its formation of process. Feeling of remembering is seen in many living beings along with the implication of an important meaning also for humans. The participation with feelings of nostalgia to occasions such as festivals and the tendency for the concept of authenticity affirm the aforementioned condition. Nowadays, the number of scientific research based on the theme of nostalgia and authenticity is subject to increase gradually in foreign literature. In addition, with the implication of Mandal et al., (2021) nostalgia has been recently drawing the attention of academic researchers regarding the context of tourist attraction and increasing the footsteps of tourists. One of the ways of experiencing nostalgia, which could be seen as an emotional bridge between today and yesterday and also as a memory comprised of various experienced feelings, including the perception of space, object, and taste belonging to the past, is through gastronomical elements (Özgüneş, 2020). Holtzman (2006) has been looking for an answer to this question:

“What is it that makes food a powerful and widespread attraction of memory?”

Why is food really significant for memory? Gastronomical elements as well as objects, especially permanent tastes in individual memory, now and then have a duty and function as a nostalgic component. Hirsch (1992) portrays a similar approach in this sense. If nostalgia is identified as “the longing for the idealized past”, it expresses the feelings peculiar to the ideal past, and that those feelings become transferable to the experienced sounds, smells, and tastes at the same time (Hirsch, 1992). At this point, the way how tastes are registered in the memory of an individual becomes more of an issue worth examining. Karabekiroğlu et al., (2005) considers memory with two dimensions as time and content. When treated with the concept of time, memory is divided into two as long-term and short-term.

Short-term memory is limited to a very short term with the information coming from the sensory organs. As for long-term memory, it can keep information spanning from minutes to decades. According to Conway (2005), long-term memory consists of the information related to long-term target processing and episodic (commemorative) memories. Gastro-nostalgia with the shortest description could be described as “the longing for the food and beverages consumed in the past, and for the smell and taste belonging to those foods and beverages”. When literature is concerned, some researchers (Srinivas, 2006; Raghavan et al., 2015; Lakshmi, 2018; Hall, 2019; Özgüneş, 2020; Mandal et al., 2021; Dixit & Prayag, 2022) are seen to be using the concept of “gastro-nostalgia”, which is formed with the combination of gastronomy and nostalgia, as the description of the nostalgic dimension peculiar to food and beverages. Holtzman (2006) asserts that nostalgia (as a form of memory) has different meanings relating to food and in general.

While examining the relationship of taste, food, and memory depending on the context of nostalgia and gastronomy, this study primarily discusses the way how tastes, which reside in memory peculiar to the past, are encoded, and how they are remembered. Then, in light of the information in local and foreign literature, the significance of the topic as part of food-memory-nostalgia is discussed. In addition to the studies in the literature, for a better understanding of the subject, especially in the neurological context, the opinions of academics who have a large number of studies on the subject in the field of neurology were consulted and personal opinions are included in the text.

As literature says; feeling of remembering is seen in many living beings along with the implication of an important meaning also for humans. The participation with feelings of nostalgia to occasions such as festivals and the tendency for the concept of authenticity affirm the aforementioned condition. And the number of scientific research based on the theme of nostalgia and authenticity is subject to increase gradually, especially in foreign literature. In this study, the relationship of food-memory, for which neurology, psychology, and anthropology take a close interest in, is intended to be outlined while further research is assumed to be efficient, especially in local literature as part of gastronomy. In this context, it could be stated that the number of facilities with no lack of authenticity and that pay attention to the presentation of food loyally prepared with an original recipe, have to be increased. Besides that, in case it is necessary, with the support of the state, the continuation of preservation of old facilities of nostalgic value are important for social memory. Basically in Istanbul and other cities, the shutting down of historic and nostalgic facilities offering food service should cause distress and concern. Yet, both buildings where historic facilities provide food- beverage service and tastes that are offered by facilities consist of social memory. As a result, both buildings with a cultural heritage and the food they prepare should be preserved in order to be passed on to the next generations.