

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/320639064>

Kutadgu Biligde Türk Yemek Adabı ve Kültürü

Article · January 2017

DOI: 10.7827/TurkishStudies.12094

CITATIONS

4

READS

1,681

1 author:



Fatih Kaya

Inonu University

18 PUBLICATIONS 17 CITATIONS

SEE PROFILE

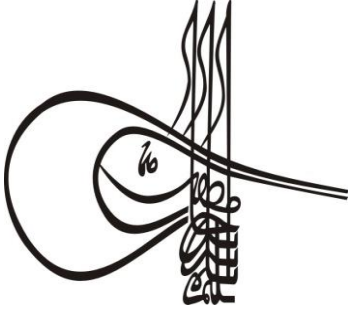
Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Sosyal Bilgiler Metafor Erol Koçoğlu [View project](#)



Halkevleri ve Halkodaları [View project](#)



Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 12/21, p. 335-348

DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.12094>
ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY

Article Info/Makale Bilgisi

Referees/Hakemler: Prof. Dr. Mesut AYDIN –
Doç. Dr. Recep DÜNDAR – Yrd. Doç. Dr. Hasan AYDEMİR –
Yrd. Doç. Dr. Erol KOÇOĞLU

This article was checked by iThenticate.

KUTADGU BİLİĞ'DE TÜRK YEMEK ADABI VE KÜLTÜRÜ

Fatih KAYA - Erdal AKPINAR***

ÖZET

Yaklaşık beş bin yıllık bir mazisi olan ve dünyanın dört bir yanına dağılarak, farklı adlarla birçok devlet kuran Türk milleti, zengin ve köklü bir kültüre sahiptir. Kutadgu Bilig de bu zengin ve köklü kültürün mihenk taşlarından birini oluşturmaktadır. "Millet; ortak kültür, geçmiş, tarih ve yaşanmışlıkların tezahürüdür" sözünden hareketle, asırlardır birçok alanda Türk kültürüne rehberlik etmiş olan ve Yusuf Has Hacib tarafından kaleme alınan Kutadgu Bilig'i, Türk yemek adabı ve kültürü açısından incelemeyi gerekli bulduk. Çünkü Türkistan'dan Anadolu'ya ve birçok coğrafyaya yayılan Türkler, uzun tarihsel geçmişleri ve birikimleri nedeniyle zengin bir yemek kültürü oluşturmuşlardır. Söz konusu bu değerlerin gelecek nesillere aktarılmasında ise Kutadgu Bilig başucu kitap niteliği taşımaktadır. Fakat birçok dile tercüme edilmesine rağmen hala el değmemiş bir hazine gibi karşımızda durmaktadır. Kutadgu Bilig'i Türkçeye ilk tercüme eden ve derleyip günümüze ulaşmasını sağlayan Reşit Rahmeti Arat eser için, "Türk gençliği bu kitabı anladığı zaman, Türkiye kurtulacaktır" demiştir.

Bu araştırmanın amacı, Türk kültür tarihinin başyapıtlarından birisi olan Kutadgu Bilig'i Türk yemek adabı ve kültürü bağlamında değerlendirmektir. Bu kapsamda Türk yemek adabı ve kültürü ile ilgili Kutadgu Bilig'de var olan beyitler belirlenmiş ve bu beyitler konumuza kaynaklık edecek şekilde değerlendirilmiştir. Çalışma; tarama modelinde olup, doküman incelemesi yöntemine dayalı olarak yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kutadgu Bilig, Yusuf Has Hacib, Yemek adabı,

* Arş. Gör. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, El-mek: fatih.kaya@inonu.edu.tr

** Prof. Dr. Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi, El-mek: erdalakpinar@gmail.com

TURKISH EATING MORALS AND CULTURE IN KUTADGU BILIG

ABSTRACT

Turkish Nation, which has nearly 5 thousand years' history, has spread throughout the world, established many states under various names, and has had a rich and long-established culture. *Kutadgu Bilig* constitutes one of the milestones of this rich and long-established culture. Based on the definition suggesting that the “*nation is the appearance of the experiences of a common culture and past history*”, we found it necessary to investigate the *Kutadgu Bilig*, which was written by Yusuf Has Hacib, who himself guided the Turkish Culture in many fields for centuries, in terms of eating morals and culture, because Turks, who spread to many geographical areas from Turkistan to Anatolia, formed a rich eating culture thanks to their long historical background and accumulated knowledge. In transferring these values to future generations, *Kutadgu Bilig* is a bedside book. However, although it has been translated into many languages, it still has the quality of being a hidden treasure. Reşit Rahmeti Arat, who first compiled and translated *Kutadgu Bilig* into Turkish, said “*When the Turkish youth understands this book, Turkey will be saved*”.

The purpose of this study is to make a compilation on *Kutadgu Bilig*, which is one of the masterpieces of the Turkish Cultural history, in terms of Turkish eating morals and culture. In this context, the couplets on Turkish eating morals and culture in *Kutadgu Bilig* were determined, and these couplets were evaluated in a manner that would constitute the resource for our study. The study is in the review model, and has been conducted with document review method.

STRUCTURED ABSTRACT

Turkish Nation, which has nearly 5 thousand years' history, has spread throughout the world, established many states under various names, and has had a rich and long-established culture. *Kutadgu Bilig* constitutes one of the milestones of this rich and long-established culture. Based on the definition suggesting that the “*nation is the appearance of the experiences of a common culture and past history*”, we found it necessary to investigate the *Kutadgu Bilig*, which was written by Yusuf Has Hacib, who himself guided the Turkish Culture in many fields for centuries, in terms of eating morals and culture, because Turks, who spread to many geographical areas from Turkistan to Anatolia, formed a rich eating culture thanks to their long historical background and accumulated knowledge. In transferring these values to future generations, *Kutadgu Bilig* is a bedside book. However, although it has been translated into many languages, it still has the quality of being a hidden treasure. Reşit Rahmeti Arat, who first compiled and translated *Kutadgu Bilig* into Turkish, said “*When the Turkish youth understands this book, Turkey will be saved*”.

The purpose of this study is to make a compilation on *Kutadgu Bilig*, which is one of the masterpieces of the Turkish Cultural history, in terms of Turkish eating morals and culture. In this context, the couplets on Turkish eating morals and culture in *Kutadgu Bilig* were determined, and these couplets were evaluated in a manner that would constitute the resource for our study. The study is in the review model, and has been conducted with document review method.

Method

In this research, document review technique was used as qualitative research methods. Qualitative research; Research on qualitative data gathering methods such as observation, interview and document analysis, and a qualitative process for revealing perceptions and events in a natural and realistic manner. Document review technique; (Yildirim and Simsek, 2006). For this purpose, couplets containing explanations, advice and information about the Turkish food culture and dinner table in *Kutadgu Bilig* have been determined. These couplets, which were identified, are as valuable as they were for the present period. It is important to point out that the main aim of this study is to benefit from a great work that has been in the past but sheds light on the future.

Results

Kutadgu Bilig, the first book of Turkish literature, is full of day-to-day information and advice in many subjects. From politics to philosophy, from Sufism to education, from management science to Turkish customs, there are many field views, suggestions and advice. In this research, the couplets related to Turkish food culture and dinner table in *Kutadgu Bilig* have been determined and evaluated with various headings from the contents of related couplets together with the work couplet numbers. The subject to be addressed in this study is under three headings.

Conclusion

The Turkish nation has both a very long history and a very rich cultural background. It is a natural situation that the rich and rooted culinary artifact, which is a sub-element, is equally fascinating in the diet and food culture. From this point of view, Turkish food culture is one of the richest cultures of the world. They have to be in the most important geography of the world, interact with many cultures in the world, and the influence of nomadic cultures is enormous. At the same time, this rich cultural accumulation of Turks, starting from Turkestan and Anatolia until the arrival of immigrants, the inheritance of conquered countries is also a great success.

The Turks have been connected with the sense of loyalty to the people who have been friends throughout history. So they developed and used some symbols of peace and friendship among them. "Salt and bread right" is one of these symbols. Salt bread right phrase; Friendship, gratitude, gratitude, loyalty, sincerity, hospitality, generosity and hospitality in Turks. In this way, a strong connection would have been established between those who had eaten the same table and had companionship. In other words, "salt-bread right" was born among these

Turkish Studies

people. This law was an eternal friendship for them and opened the way of friendship. People who eat together in the same cafeteria have been friends and friends forever. Two people, who did not know each other, placed each other's bread and food in a relationship. They were grateful for being served with the same sodas, and they had doors of sincerity and friendliness that would not forget their whole life. For Yusuf Has Hâcib this sincerity is very important and the pleasure has always been on the forefront.

As a result, one of the concrete signs of Turkish culture, the Turkish Food and Culture has a special position with its appealing whole world. In order to consolidate this position, it is necessary to protect its own characteristics and to be properly and properly transmitted to future generations

Keywords: *Kutadgu Bilig, Yusuf Has Hacib, Eating Morals*

Giriş

XI. Yüzyıl; Türk tarihinde askeri, siyasi ve kültürel açıdan önemli gelişmelerin yaşandığı bir yüzyıl olmuştur. Bu dönemde Türkistan coğrafyasında Karahanlılar, Hindistanda Gazneliler; İran, Irak, Suriye ve Anadolu'da da Selçuklular ortaya çıkmış ve İslam dünyasında Türk hâkimiyeti dönemi başlamıştır (Kafesoğlu, 1980:3). Bu dönemde İslamiyeti kabul eden Türkler, İslam kültürüyle bozkır kültürünü yoğurup kendilerine has yeni bir kültür oluşturmuşlardır. Elbette bu yeni kültür Türklerin sosyal, kültürel ve sanatsal yönlerine etki etmiştir. Fakat bu düşünce Türklerin kendi kültür ve medeniyetlerinden tamamen uzaklaştıkları anlamına da gelmemelidir. Çünkü Türkler, neredeyse 3 bin yıldır kendi dili ve öz kültürü ile hâlâ yaşamaktadırlar. İlk Müslüman Türk Devletleriyle birlikte Türk-İslam kültür ve medeniyetine katkıda bulunmaya başlayan Türkler; cami, medrese, kervansaray ve türbe gibi önemli yapıların yanı sıra edebi eserlerle de Türk kültürüne katkılarını sürdürmüşlerdir (Koçoğlu, Ersoy ve Atik, 2017). Bu edebi ürünlerin başında ise Karahanlılar döneminde yazılan iki büyük eser olan, Kutadgu Bilig ve Divanü Lügati't-Türk gelmektedir. Bu eserler Karahanlıların Türk milli kültürünü ve geleneklerini nasıl ve ne şekilde korumuş olduklarının en güzel delilidir. Yine, Reşit Rahmeti Arat (2005: 26), "Kaşgarlı Mahmud'un eseri (Divanü Lügati't-Türk) Türk dünyasının dış cephesini tespit ederken, Kutadgu Bilig ise Türklerin manevî tarafını, siyasî ve idarî görüşünü ortaya koymaktadır." diyerek, hem eserlerin önemini vurgularken hem de Türk kültürünün varlığını ve sürekliliğini ifade etmektedir.

Bu anlamda çalışmamıza kaynak teşkil eden Kutadgu Bilig, mazisi insanlık tarihi kadar eski olan Türk Milleti'nin (Aydın, 2006: 1) önemli değerlerinden biri olmasının yanı sıra kültür, gelenekler ve devlet teşkilatı bağlamında da ortak hafızamızı oluşturur. Söz konusu değerlerin gelecek nesillere aktarılmasında rol oynayan en önemli Türk-İslâm dönemi eserlerimizden biridir (Aydın ve Kaya, 2016:)

Eski Karahanlılardan kalma önemli eserlerden biri olan Kutadgu Bilig, eski Türklerin ahlak, hukuk ve devlet idaresi hakkındaki fikir ve telakkilerini öğrenmek için çok zengin bir kaynak ve Türk kültürünün abidesidir (Arsal, 2014: 83). Arat bu eser için "Bu kitap hangi memlekete vardı ise fevkalade güzelliği ve eşsiz sanat eseri olması sebebiyle o memleketin beyleri, âlimleri hepsi onu benimsedi. Ona kendi usul ve adetlerine göre ayrı ayrı adlar verdiler: Çinliler bu esere Edebü'l-mülük (Hükümdarların adabı), Maçinliler Enisü'i-memalik (Memleket gözü), doğu illerinin büyükleri Ziyetü'l-ümera (Emirler ziyneti), İranlılar Şahname ve Turanlılar ise Kutadgu Bilig dediler" (Arat, 2005: 34) der.

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 12/21

Yukarıda anlatılanlara ek olarak Kutadgu Bilig'in Türk tarihindeki yerini Arsal (2014: 90) şöyle ifade etmektedir: “Eserin ruhu Türk ruhu olduğu gibi lisanı da tamamen Türkçedir. Kalın bir cilt teşkil eden bu eserde her şey Türkçe sözlerle ifade edilmiştir. Bütün mücerret mefhumlar ve hukuki müesseseler için Türkçe ıstılahı kelimeler kullanılmıştır”. Yukarıda işaret edildiği gibi bu eser, her yönden tamamıyla özgün bir Türk eseridir. Edebî ve fikrî malzemesinin bütünü Türk yaşamından almıştır. Yazarın kullandığı sözler, Türk atasözleridir. Fikrini güçlü kılmak için sarf ettiği şiirler, Türk şiirleridir.

Kutadgu Bilig'i hazırlayan ve günümüz Türkçesine çeviren R.R. Arat'ın (2005: 13) bu eser hakkında “Kutadgu Bilig, Türk dili ve edebiyatının olduğu kadar Türk kültür tarihinin de en muazzam eseridir ve hâlâ el sürülmemiş bir abide olarak karşımızda durmaktadır” ifadesi ile Kafesoğlu'nun (1980: 48), “birçok cephesiyle hâlâ incelenmeyi bekleyen bir eserdir” ifadesi, Kutadgu Bilig'in Türk tarihindeki yeri ve önemini açıkça ortaya koymaktadır.

Kutadgu Bilig'in Türk devlet teşkilatında “Has Hacib”lik gibi yüksek unvanlı, Türk sosyal ve idari teşkilatına vakıf bir devlet adamı tarafından kaleme alınmış olması, bu eserin bizim için hem ilmi hem de kültürel değerini arttırmaktadır. Bu eser, Türk devlet sisteminde önemli yere sahip olan, adalet ve kanun gibi konuların aydınlığa kavuşturulması açısından da elimizde bulunan en değerli kaynaktır. Dolayısıyla Kutadgu Bilig, ilim dünyasında ortaya çıktığı günden beri üzerinde en fazla çalışma yapılan ve fikir yürütülen Türk eserlerinden biri olmuştur (Kafesoğlu, 1980: 5). Eser, sadece Türk dili ve edebiyat bilimcilerinin değil; tarih, siyaset bilimi, sosyoloji, felsefe, antropoloji, hukuk ve eğitim bilimi uzmanlarının da üzerinde araştırma yaptıkları bir kaynaktır (Arslanoğlu, 1997: 44).

Yusuf Has Hacib, eğitimciliğini şairliği ile bütünleştirmiş bir fikir adamıdır. Şiir türünden faydalanarak görüş, düşünce ve bilgilerin kalıcılığını arttırmıştır. Aynı zamanda içinde yaşadığı topluma duyarlı bir vatandaş olan Hacib, hem içinde yaşadığı toplumu eğitmek hem de gelecekte Türk milletini en iyi şekilde temsil edebilecek nesiller yetiştirmek için kafa yormuştur. Bu anlamda Akyüz'ün de belirttiği gibi analitik karaktere sahip bir düşünür ve toplum mühendisidir (Akyüz, 2002: 30). Hacib'in eserini yazdığında ellili yaşlarda olduğu ve eserini 18 aylık bir sürede tamamlayıp hükümdar Tabgaç Buğra Han'a sunduğu bilinmektedir. Türk edebiyatının ilk nasihatnamesi olan ve Karahanlı Türkçesi ile yazılan Kutadgu Bilig, 85 bap ve 6645 beyitten oluşmaktadır. Şair 1069-1070 yılları arasında yazdığı eseri her ne kadar hükümdara takdim etmişse de, eser; idarecilerden halk kesimine kadar hemen hemen herkese hitap etmektedir. Aruz vezni ile kaleme alınan eserde şair; diyalog, hikayeleştirme ve doğrudan öğüt verme metotlarını muazzam bir şekilde kullanmıştır.

Şairin yoğun bir uğraş sonunda Türk edebiyatına kazandırdığı Kutadgu Bilig, dört unsur temsil eden, sembolik dört şahsiyetin aralarında geçen diyalogu üzerine kurulmuştur. Bu dört temsili kişi ve eserdeki görevleri şunlardır (Emiroğlu, 2012: 1029):

İsim	Anlamı	Meslek	Sembolü
Kün-Togdı	Gün Doğdu	Hükümdar	Adalet
Ay-Toldı	Ay Doldu	Vezir	Mutluluk
Ögdülmiş	Övülmüş	Bilge: Vezirin oğlu	Akıl (Bilgi)
Odgurmuş	Uyanmış	Derviş: Vezirin akrabası	Akıbet (Yaşamın sonu)

Tablo 1: Kutadgu Bilig'deki isimler ve bunların özellikleri

Turkish Studies

Kün Togdı, Ay Toldı ve Ögdülmiş'in sözlerinde kendini gösteren fikirler, hayat telakkileri tamamen Türk düşüncesidir. Bu telakkiler günümüzde de Türk topluluklarının yaşayışında, edebiyatında, siyasî, sosyal ve kültürel hayatında ortaya çıkan yaşam biçiminin, bir Türk bilgini tarafından ifade edilmiş şekillerinden başka bir şey değildir (Arsal, 2014: 93). Yazarın sembolik kişiler aracılığıyla; görüş, düşünce, öğüt, bilgi ve önerilerini açıkça ortaya koyduğu görülmektedir. Aydın ve Aydın'ın (2011) "Türk milletinin varoluş felsefesini genç nesillere aktarabilmek ve milli bir kimlik bilinci kazandırabilmek" sözünden hareketle çalışmamıza kaynak teşkil edecek olan Kutadgu Bilig, üzerinde pek çok çalışmanın yapılabileceği geniş bir konu yelpazesine sahiptir.

Yöntem

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi tekniği kullanılmıştır. Nitel araştırma; gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırmadır. Doküman incelemesi Tekniği ise; araştırılması hedeflenen olgu veya olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin incelenmesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Bu amaçla Kutadgu Bilig'de var olan Türk yemek kültürü ve sofrada adabı ile ilgili açıklama, öğüt ve bilgi içeren beyitler tespit edilmiştir. Tespiti yapılan bu beyitlerin, yazıldığı dönem için olduğu kadar günümüz için de taşıdıkları değer ortaya konulmuştur. Bu noktada çalışma ile ulaşılmak istenen asıl amacın, geçmişte kalmış ancak geleceğe ışık tutan büyük bir eserden istifade etmek olduğunu belirtmek gerekir.

Bulgular

Türk edebiyatının ilk öğüt kitabı olan Kutadgu Bilig, birçok konuda günümüze ışık tutan bilgi ve öğütlerle doludur. Siyasetten felsefeye, tasavvuftan eğitime, yönetim biliminden Türk geleneklerine kadar pek çok alanda görüş, öneri ve öğütler içerir. Bu araştırmada Kutadgu Bilig'de yer alan Türk yemek kültürü ve sofrada adabı ile ilgili beyitler tespit edilmiş ve eser beyit numaraları ile birlikte, ilgili beyitlerin içeriğinden hareketle çeşitli başlıklar halinde incelenerek değerlendirilmiştir. Bu çalışmada üzerinde durulacak konu üç başlık altında yer almaktadır. Bunlar:

1-Kutadgu Bilig'de Ziyafetlere Katılma Töresi

Eski Türkler; başarı, sevinç ve mutluluk getiren olaylarda Tengri'ye (Allah'a) şükranlarını sunmak ya da teşekkür etmek maksadıyla belirli zamanlarda toylar tertip ederlerdi. Bu toyları: Özellikle düğün, doğum ve sünnet gibi durumlarda verilen ziyafetler oluştururdu. "Ögdülmiş Odgurmış'a aşka barmak töresin ayur" (Ögdülmiş Odgurmış'a ziyarete gitme töresini söyler) başlıklı bölümde Ögdülmiş'in ağzından Odgurmış'a hitaben, kaç çeşit ziyafet yemeği olduğu ve bu yemeklere kimlerin çağırılması gerektiği anlatılmaktadır. Bu beyitler Kutadgu Bilig'de verildiği şekilde aşağıda sıralanmıştır:

4569- Ben insanlara karışırsam, onlara gidip gelirken, bunu endişesiz ve huzurlu yapmam gerekir.

4570- Şüphesiz beni yemeğe çağıracaklar ve ben çağırınca onlar da bana gelecekler.

4571- Yemeğe nasıl gitmeli ve yemeği nasıl yemeli; çağırırken de nasıl çağırmalı ey kardeş.

4572- Bunu da bana açık söyle, bu işte de biraz bilgim olsun (Kutadgu Bilig, 2005).

Ayrıca ziyafet yemekleri; düğün, sünnet, erkek çocuk verilen ziyafet, ölünün ardında verilen "ölü aşısı" yani "yuğ aşısı" ve bir ünvan alma durumunda yabancılara verilen yemek olmak üzere beş tür olarak sayılmaktadır (Önler, 2008: 1301).

4575- *Bunlardan biri düğün ziyafetidir; biri de bir oğlun doğumu ya da sünneti dolaysıyla verilen ziyafettir.*

4576- *Bir de eş, dost ya da arkadaş, ahabap, büyük veya küçük, yakın veya kardeş ziyafete çağırır.*

4577- *Ya da bir ölü için yapılan yog aşısı olur ya da biri bir rütbe alınca başkalarına ziyafet çeker.*

4578- *Bu ziyafetlerden hangisine gitmek, hangisine gitmemek gerektiğini bilmeli.*

4579- *Arkadaş, dost, ahabap ve kardeş ziyafetleri olursa, oraya gidip eşi, dostu görmeli.*

4581- *Yakın komşu senin için bir ziyafet verir ya da ahret kardeşin seni davet ederse, ey yiğit,*

4582- *Onlara git, gönüllerini kırma; onları sevindir ve kendin de sevin, ey oğul.*

4583- *Eğer senin için bir ziyafet çekerlerse, o ziyafete de git; yemeklerini yiyerek onları sevindir.*

4584- *Bunların dışında başka ziyafetlere davet ederlerse, bunlara gitmemek daha iyidir.*

4585- *Oturma yerleri yarım yamalak olur, duracak yeri bulunmaz; ey asil nesepli insan, kalbin kırılır.*

4586- *Ya da ziyafettekiler sarhoş olup kavga eder; yediğin içine sinmez, yalnızca canın sıkılır* (Kutadgu Bilig, 2005).

Beyitlerde de anlatıldığı gibi Eski Türk toplumu, başarı ve sevinç getiren durumlar için şükranlarını belirtmek amacıyla toylar tertip etmiştir. Bilhassa beyler, bu toyları düzenleyip halka, yakın çevreye ve bazen de yabancı konuklara ziyafet vermişlerdir. Bu ziyafetlerden ilki düğün ziyafetidir. Kâşgarlı Mahmûd'un "Kençliyü" dediği yağma sofrası, Hanların düğünlerinde veya bayramlarda otuz arşın yüksekliğinde ve minare gibi, yağma edilmek için yapılmış sofradır (Kâşgarlı Mahmûd, 2006: III/ 438).

Eski Türklerde düğün yemekleri, bir nevi birlik beraberliği sağlayan Türk insanını bir araya getiren eğlencelerdi. Türklerde aile hayatının temelini oluşturan evlenme töreni, düğün yemeği ile başlardı. Günümüzde de hala düğün yemeği geleneğinin devam ettiği görülmektedir (Koçak, 2013: 62). Eski Türklerde düğün yemekleri, düğün toyu olarak yapılırdı. Aynı zamanda Toy etmek; düğün yapmak, eğlence tertiplemek, ziyafet vermek (Gökyay, 2004: 294) anlamına da gelmekteydi. Düğün, bir toydur. Bundan dolayı Harzemşahlar çağında buna, "Kelin toyu", yani "gelin toyu" da demişlerdir. Düğün aşısı ve açları doyurma anlayışı da bütün Türklerin müşterek inançlarından biriydi (Ögel, 2001: 269). Düğünden başka doğum nedeniyle de toy tertip edildiğini söyleyebiliriz. Örnek vermemiz gerekirse Manas doğduğunda babası Yakup Han, ak kısırak kestirmiş ve bu atın etinden toy vermiştir (Manas Destanı, 2002: 30). Diğer taraftan Orhun Abidelerinde "...Tanrı lütfkar olduğu için, benim (de) talihim olduğu için, hakan (olarak tahta) oturdum. Tahta oturup yoksul (ve) fakir halkı hep derleyip toparladım: Fakir halkı zengin yaptım, az halkı çok yaptım. Yoksa bu sözümde yalan var mı?" denilerek kağanın Tanrı buyruğu ile görev aldığı ve milletin açlığının giderilmesinin kağanın vazifeleri arasında olduğuna vurgu yapılmaktadır. Türklerin, tarih sahnesine çıktıkları andan itibaren önemsedikleri beslenme, sosyal hayatlarında önemli hususlardan biri olarak öne çıkmıştır. Bu husus, o kadar önemli olmuştur ki, Türk idarecileri, öncelikle milletini aç ve çıplak bırakmamayı ana ilke edinerek ülke yönetimini üstlenmişlerdir.

Yuğ aşısı; Türklere özgü bir gelenektir. İslamiyet öncesi ve sonrası devirlerde Türkler tarafından uygulanan bir gelenektir. Divanü Lügati't-Türk'te ölü aşısı için "yuğ basan" denilmiş ve açıklaması ise "ölü gömüldükten sonra yenen yemek" olarak verilmiştir (Kâşgarlı Mahmûd, 2006: I/398). Yuğ aşısı, defin töreniyle ve ölümler kültürüyle bağlı en eski törenlerden bir tanesidir. Ölü aşısı törenin en ilkel şekli, Tayga ormanlarında kalmış olan Şamanist gelenekleri devam ettiren boylarda tespit edilmiştir (İnan, 2000: 189). En eski Türk geleneklerinden bir tanesi olan Yuğ aşısı, İskitler döneminden beri hala süre gelmektedir. İskitlerde ölü kafilelerine yemek çıkarılır ve yemeklerin hepsinden birer parça kenara ayırıp ölünün önüne koyarlardı (Herotodos, 2006: 324). İskitlerden sonra da neredeyse bütün Türk devletlerinde yuğ ve yuğ aşısı geleneği devam etmiştir. Yusuf Has Hâcîp de doğal olarak bu gelenekle ilgili eserinde bahsetmiş ve eserin kahramanı olan Ay Toldı için yuğ aşısı töreni düzenlendiğini söylemiştir. Ölünün ardında verilen ve "yuğ aşısı" adı verilen yemek farklı isimlerle ve çeşitli biçimleriyle günümüzde hala varlığını sürdürmektedir.

2-Kutadgu Bilig'de Sofra Adabı

Kutadgu Bilig'de yemekte nasıl davranılması gerektiği, sofradaki görgü kuralları ve yemek yerken dikkat edilmesi gereken hususlar Ögdülmüş'in ağzından Ogdurmuş'a öğütler yoluyla anlatılmaktadır. Ögdülmüş'in öğütleri vasıtasıyla Türk sofrada adabının töresi ve görgü kuralları vurgulanmaktadır.

Türk sosyal hayatına bakıldığında kurultay ve toylara rütbeli çok sayıda bey ile geniş halk kitlelerinin katıldığı görülür. Toplantılar disiplin ve sessizlik içinde geçerdi. Herkes yerini ve sırasını bilir, üleş töresi yalnızca beyler ile devletin ileri gelenleri arasında değil; halk arasında da eksiksiz uygulanırdı. Yemekli törenlerde ailenin kızartılan koyunun neresinden yiyebileceği ve et doğrama işlerinin nasıl yapılacağı bile önceden belirlenirdi (Ögel, 2002: 881). Türk teşkilat yapısının en önemli konularından biri toplantılarda, ziyafet sofralarında, yaylalarda ve obalarda kişilerin ve oymakların nerede oturacakları veya konaklayacağı, yani orun/mevki meselesiydi. Geleneğe göre orun/mevki konusu Oğuz veya Cengiz gibi büyük hakanlar tarafından halledilmiş addolunur ve değişmez bir esas olarak kabul edilirdi. Üleş/pay meselesi de mevki hukuku ile yakından ilişkilidir. Her mevkiinin kendine mahsus payı vardır. Bir kabilenin belirli bir mevkide oturması, kesilen hayvanın belirlenmiş bir veya birkaç azasında onun hakkını göstermiş olur (İnan, 2002: 38-41). Bir koyundaki et payı, çok daha geniş manada bir devlet ve hukuk anlayışının başka bir şekilde ifade edilişiydi. Törenlerde bu hakkını kaybedenler, otlaklardaki haklarını da kaybetmiş sayılırlardı. Bu bize Türklerde önemli tören ziyafetlerinin karın doyurmaktan ziyade topluluk düzen ve disiplinini sağlayan bir araç olduğunu göstermektedir (Birol ve Akpınar, 2009: 315).

Eski Türklerde sofrada da yine buna benzer bir oturma düzeni vardı. Yusuf Has Hacıb'in bu toplantılarda devlet erkanına ya da toplantıya iştirak edenlere, geleneklere göre nasıl davranması gerektiği hususunda verdiği bilgiler bizim için son derece önemlidir. Kutadgu Bilig'de eski Türklerde sofrada adabına dair bazı gelenekler ve görgü kurallara aşağıdaki beyitlerde de açık olarak yer verilmiştir.

4594- Hangi ziyafette olursa olsun, yemek yerken, mümkün olduğunca edep dairesinde hareket et.

4596- Senden büyük yemeğe başladıktan sonra, sen elini uzat, bak, adet böyledir.

4597- Yemeğe sağ elini besmeleyle uzat; böylece yemeğin bereketi artar, sen de zengin olursun.

4598- Başkasının önündeki lokmalara dokunma; kendi önünde ne varsa, onu al ve ye.

4599- Sofrada bıçak çıkarma ve kemik sıyırma; çok obur olma, çok da sünepe olma.

4600- Ne kadar tok olursa olsun, insan ikram edilen yemeği reddetmemeli; ey kardeş, yemeği adamına göre ikram et.

4601-Yemeği alınca ısır ve ufak ufak çiğne; sıcak yemeği ağzınla üfleme.

4602-Yemek yerken sofraya üzerine sürünme; insanların huzurunu kaçırma, hareketlerine dikkat et.

4603- Bütün bunlar usul bilmezlikten ileri gelir, usule uygun davran; usul bilmeyen kişilerin başkalarına zararı dokunur (Kutadgu Bilig, 2005).

Tarih sahnesine göçebe bir topluluk olarak çıkan Türkler, geçmişten günümüze kadar yeme ve içme kültürüne büyük önem vermişlerdir. Türk milletinin dönüm noktalarından birini oluşturan göçebelikten yerleşik hayata geçiş (Koçoğlu, Aydemir ve Ekici, 2017: 53), yaşam şekilleri, yaşadıkları coğrafya, inanışları ve etkileşim halinde oldukları medeniyetler, Türklerin yeme-içme alışkanlıklarını ve yemek kültürlerini etkilemiştir (Kızıldemir, Öztürk ve Sarıışık, 2014: 191). Buna rağmen Türklerin bazı örf ve adetlerinin tarihi süreç içerisinde değişmeden bugünlere kadar geldiğine şahit olmaktayız. Geçmişten günümüze Türklerin kurdukları devletlerin yeme-içme, yemek kültürü ve görgü kurallarına kısaca baktığımızda: Selçuklularda; evvela yemeğe büyüklerin başlaması, herkesin kendi önünden yiyip içmesi, yemeğin sağ ile yenmesi, yemekte artık bırakılmaması ve elin yemeğin içine sokulmaması (Sürücüoğlu, 2008: 69) genel görgü kurallarıydı.

Osmanlılara baktığımızda ise Osmanlı sofrada adabında da bazı hoş sayılmayan kurallardan bahsedilmektedir (Kızıldemir, Öztürk ve Sarıışık, 2014: 201). Bunlar:

- Yemeğe ev sahibinden önce oturmak, ondan evvel kalkmak,
- Ev sahibinden önce yemeğe başlamak,
- Ekmek ve yemeği büyük lokmalar halinde almak,
- Yemek yerken kaşığı sonuna kadar ağza sokmak,
- Yemekte eliyle ekmek ufaklarını toplamak,
- Sofrada durmadan şunun bunun gözüne bakmak,
- Herkes yemekten elini çektiği halde yine yemeğe uzanmak,
- Kahveyi içerken ağızla ses çıkarmak,
- Suyu çok hızlı, şerbeti sonuna kadar içmektir.

Yukarıda yer alan kurallara baktığımızda, bu geleneklerin geçmişten günümüze kadar neredeyse hiç değişmeden varlığını koruduğunu açıkça görmekteyiz. Türklerde geleneklerin uzun süreli yaşamasında "insanın kişilik sahibi olması ancak değerlerine sahip olmakla mümkündür" (Aydın, Dünder ve Kaya, 2017:503-516) Anlayışının da etkisi büyüktür.

Yusuf Has Hacib eserinde; sofrada uyulması gereken kuralların yanı sıra herhangi bir davete gidildiğinde yemek yerken, yemeği hazırlayanın gönlünü hoş tutmanın ve onu sevindirmenin gerekliliğinden bahsetmiştir. Bu beyitlerde aynı zamanda bütün insanları hoş tutmanın erdemleri, sağlıklı ve uzun yaşamanın sırları noktasında da Hacib'in öğütlerine yer verilmektedir. Bu beyitler de aşağıda sıralanmıştır:

4607-Yemeğe elini uzat, haz ve arzuyla ye; ev hanımı seni görerek sevin.

4608-İnsan zahmet edip sana ziyafet hazırlarsa, bu zahmeti boşa çıkarma, onun hatırını kırma.

4613- Yemeği ölçülü ye, çok fazla yemek yeme; akıllı ve aziz insan bana böyle dedi.

4613- Çok yiyenlerin yediği hazmolunmaz; yemeği iyi hazmedemeyenler daima hasta olur.

4615- Hastalık boğazdan girer, boğazı koru, yemeği ölçüyle ye, insan her zaman az yiyip az içmeli (Kutadgu Bilig, 2005).

3-Kutadgu Bilig'de Misafir Ağrlama Töresi

Misafirperverlik ve konukseverlik, Türklerin en çok değer verdikleri adetlerden biridir. Türkler, konuklarına karşı son derece hassas davranmışlar ve onlara iyi muamele etmişlerdir. Bu anlamda konukseverlik, yüce bir davranış olmuş ve konuğa gereken saygı en ince ayrıntılarına kadar gösterilmiştir. Bu noktada konuk, kim olursa olsun ev sahibi büyük ikramlarda bulunurdu (Koçak, 2013: 61). Misafirperverliği Gökalp, "Evin dayağı oldur ki, yazdan, yabandan eve bir konuk gelse, er adam evde olmasa, ol, onu yedirir, içirir, ağırlar, gönderir" (Gökalp, 1995: 175) şeklinde değerlendirmiştir.

Türk misafirperverliğinin kökeni Türkistan coğrafyasıdır. Bir yabancı, yurdundan geçtiği bir Şamanist Türk'e "ben senin misafirim" demekle onun misafiri olabiliyor ve bütün ihtiyaçları da karşılanıyordu (Koca, 1977: 59). Misafir anlayışı Türk kültüründe ise saygının, sevginin, birlikteliğin bir göstergesi konumundadır (Abdürrezzak, 2014:5). Yusuf Has Hâcib de, misafirin hakkına çok önem vermiş ve onun en iyi şekilde ağırlanması gerektiğini açıkça belirtmiştir. Diğer taraftan Orhun Abidelerinde "...Tanrı lütufkar olduğu için, benim (de) talihim olduğu için, hakan (olarak tahta) oturdum. Tahta oturup yoksul (ve) fakir halkı hep derleyip toparladım: Fakir halkı zengin yaptım, az halkı çok yaptım. Yoksa bu sözümde yalan var mı?" denilerek (Tekin, 2010:23) kağanın Tanrı buyruğu ile görev aldığı ve milletin açlığının giderilmesinin kağanın vazifeleri arasında olduğuna vurgu yapılmaktadır (Albayrak ve Kılıç, 2012:708). Türklerin, tarih sahnesine çıktıkları andan itibaren önemsedikleri beslenme, sosyal hayatlarında önemli hususlardan biri olarak öne çıkmıştır. Bu husus, o kadar önemli olmuştur ki, Türk idarecileri, öncelikle milletini aç ve çıplak bırakmamayı ana ilke edinerek ülke yönetimini üstlenmişlerdir (Öcal, 1985: 161).

Kutadgu Bilig'in "Ögdülmiş Odgurmuş'a yemeğe davet etme töresini söyler" adlı bölümünde yer alan beyitlere baktığımızda Türklerde misafir ağırlama töresini daha sade bir şekilde görebiliriz. Bunlar:

4644-Eğer sen başkalarını davet etmek istersen, davet et, fakat bunun için de evvelce çok iyi hazırlık gör.

4645-Evin barkın, sofraya ve tabakların temiz, odanın minderlerle döşenmiş, yiyecek ve içeceklerin de seçkin olmalı.

4646-Konukların arzuyla yiyebilmesi için yiyecek ve içeceklerin temiz ve lezzetli olması gerekir.

4647-Ziyafete davet etmezsen bir kusur işlemiş olursun; davet edersen de gelenler bir kusur yerine bin kusur bulur.

4648-Bütün konukların sofradan doyararak kalkması için yiyecek ve içeceği olabildiğince iyi ve temiz hazırla

4649-Arkadaş, kardeş, uzak ve yakın, herkesin hakkını gözet onları yemeğe davet et.

4652-Dikkat et, herkese yiyecek ve içecek yetiştir; geciken varsa onu da yemeksiz bırakma.

4653-Yemekte konuğun içeceğini eksik etme; biri biter bitmez diğeri hazır bulunsun.

4654-Yemek yenilen yerde içecek de bulunmalı; yiyecek ve içecek birbirine denk olmalı.

4655-Yemeğin yanında içecek de hazır olmazsa, o yemek, yiyenler için zehir olur.

4661- Hediye ver ve gücün yeterse ipek hediye et, mümkün ise diş kirası ver ki tatmin olsunlar.

4580-Ziyafette bilhassa yat ve yabancılara itina gösterilmeli, yiyecek ve içeceğin az veya çok dağıtılmasına dikkat edilmeli (Kutadgu Bilig, 2005).

Bu bölümde yer alan beyitler arasında en dikkat çekici olan, diş kirası ile ilgili olan beyittir (4661). Osmanlı Devleti döneminde zengin konaklarında yoksullara verilen iftar yemeğinin arkasından "**Diş kirası**" adı altında bir sadaka verilirdi. Kutadgu Bilig'de ise "**Tiş teri**" adı altında, yemeğe davet edilen kişilere hediye verme öğütlenmektedir. Hacib'in bu beyitte kastettiği yoksullar değildir. Burada yemeğe çağrılan kişiye hediye verilmesi önerilmektedir. Bu kapsamda beyitte geçen kelimeyi irdelediğimizde "**tiş teri**" terimi ile "**alın teri**" deyimini yapı benzerliği göstermektedir. Bundan dolayı da Yusuf Has Hacib, davete zahmet edip gelen kişinin emeğine karşılık hediye ya da "**diş kirası**" verilmesini öğütlemektedir.

İnsan yaradılışına kadar uzanan bir geçmişe sahip olan kültür, örf, adet ve ananeler (Koçoğlu, 2014:191) yüzyıllardır sürekli bir değişim içerisinde olmuşsa da, Türklerde bazı kültür ve gelenekler yüzyıllardır değişmeden günümüze kadar gelmiştir. Bunun en büyük örneği; Türkler, tarih boyunca dost olduğu kişilere vefa duygusu ile bağlı olmuşlardır. Böylece aralarında barış ve dostluklarını anlatan bazı simgeler geliştirip kullanmışlardır. "Tuz ve ekmek hakkı", bu sembollerden biridir. Tuz ekmek hakkı deyimi; Türklerde dostluk, minnettarlık, şükran, vefa, samimiyet, konukseverlik, cömertlik ve misafirperverliğin göstergesidir (Koçak, 2013). Bu şekilde aynı sofradan yemiş ve yoldaşlık yapmış kişiler arasında güçlü bir bağ kurulmuş olurdu. Başka bir söyleyişle, bu kişiler arasında "tuz-ekmek hakkı" doğmaktaydı. Bu hukuk da onlar için sonsuz bir dostluğun ve arkadaşlığın yolunu açmaktaydı. Birlikte aynı sofradan yemek yiyen kişiler, ebediyen dost ve arkadaş kalmaktaydılar (Koca, 2005: 202). Yüzyıllardır insanın somut bir faaliyet alanı olarak ortaya çıkan medeniyet (Koçoğlu, 2015: 44) Türk yurtlarında gerçek anlamda da ete kemiğe bürünmüştür. Öyle ki birbirini tanımayan iki kişi, bir münasebetle birbirlerinin ekmeklerini ve yemeklerini yerler. Aynı sofradan alınan nasip ile ikram edilenin minneti onlara bütün bir ömür unutulamayacak samimiyetin ve dostluğun kapılarını aralardı (Elçin, 1966: 165). Yusuf Has Hâcib için de bu samimiyet çok önemlidir ve vefakârlık daima ön planda olmuştur (Koçak, 2013). Hacib, "Bir devletin gelişmesinde en büyük unsur insandır" (Demirtaş ve Kırbaç, 2016) düsturunu hayatı boyunca kendisine yol tayin etmiştir.

Sonuç

Türk milleti, hem çok köklü bir tarihe hem de çok zengin bir kültürel alt yapıya sahiptir. Zengin ve köklü olan kültürün bir alt unsuru olan beslenme ve yemek kültürünün de aynı şekilde zengin olması doğal bir durumdur. Bu açıdan bakıldığında Türk yemek kültürü dünyanın en zengin kültürlerinden birini oluşturmaktadır. Bunda dünyanın en önemli coğrafyasına yerleşmiş olmaları, dünyadaki pek çok kültürle etkileşim halinde olmaları ve göçebe kültürünün etkisi çok büyüktür. Aynı zamanda Türklerin bu zengin kültür birikiminde, Türkistan'dan başlayıp Anadolu'ya gelinceye kadar süren göçlerinin, fethedilen ülkelerin mirasçıları olmalarının da ayrıca tesiri büyüktür.

Türkler, tarih boyunca dost olduğu kişilere vefa duygusu ile bağlı olmuşlardır. Böylece aralarında barış ve dostluklarını anlatan bazı simgeler geliştirip kullanmışlardır. “Tuz ve ekmek hakkı”, bu sembollerden biridir. Tuz ekmek hakkı deyimi; Türklerde dostluk, minnettarlık, şükran, vefa, samimiyet, konukseverlik, cömertlik ve misafirperverliğin göstergesidir. Bu şekilde aynı sofradan yemiş ve yoldaşlık yapmış kişiler arasında güçlü bir bağ kurulmuş olurdu. Başka bir söyleyişle, bu kişiler arasında “tuz-ekmek hakkı” doğmaktaydı. Bu hukuk da onlar için sonsuz bir dostluğun ve arkadaşlığın yolunu açmaktaydı. Birlikte aynı sofradan yemek yiyen kişiler, ebediyen dost ve arkadaş kalmaktaydılar. Birbirini tanımayan iki kişi, bir münasebetle birbirlerinin ekmeklerini ve yemeklerini yerlerdi. Aynı sofradan alınan nasip ile ikram edilenin minneti onlara bütün bir ömür unutulamayacak samimiyetin ve dostluğun kapılarını aralardı. Yusuf Has Hâcib için de bu samimiyet çok önemlidir ve vefakârlık daima ön planda olmuştur.

Sonuç olarak Türk kültürünün somut göstergelerinden birisi olan Türk Yemek adabı ve kültürü, bütün Dünyanın ilgisini çeken yapısıyla, özel bir konuma sahiptir. Bu konumunu sağlamlaştırmak için kendine has özelliklerinin korunması ve gelecek nesillere doğru ve düzgün bir şekilde intikal ettirilmesi gerekmektedir

KAYNAKÇA

- Akyüz, H. (2002). *Kutadgu Bilig'de Sosyo-Pedagojik ve Siyasal Söylemler*. Eser Ofset, Erzurum.
- Arsal, S. M. (2014). *Türk Tarihi ve Hukuk*. Türk Tarih Kurumu Yayınları. Ankara.
- Abdürrezzak, A., O. (2014). İşlevsel Teori bağlamında Yemek Kültürünün İletişimsel Yönü. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 9/11 Fall 2014, p. 1-16, Ankara-Turkey
- Arslanoğlu, İ. (1997). Kutadgu Bilig’de Eğitim, Bilim, Akıl. *Yeni Forum Dergisi*, 17(331):43- 48
- Aydın, M., DüNDAR, R ve Kaya, F. (2017). Yerel Tarih Etkinlikleriyle Sosyal Bilgiler Öğretimi, (Edit: Ramazan Sever, Mesut Aydın ve Erol Koçoğlu), *Alternatif Yaklaşımlarla Sosyal Bilgiler Eğitimi*. S, 503-16, Pegem Akademi Yayınevleri, Ankara.
- Aydın, M ve Aydın, M. K. (2011). *Türk İnkılâbı Tarihi* (2. Baskı), Azim Matbaası, Ankara
- Aydın, M ve Kaya, F. (2016). *Kutadgu Bilig'e Göre Liderlik Eğitimi. III. Türk Dünyası Araştırmaları Sempozyumu. Cild IV. 26-27 Mayıs 2016 Bakü/Azerbaycan*.
- Aydın, M. (2006). *Atatürk ve Malatya*. Evin Kitabevi Matbaası, Malatya.
- Biröl, N. ve Akpınar E. (200). XIII. ve XIV. Yüzyıl Seyyahlarına Göre Deşt-İ Kıpçak ve Türkistan’da Mutfak Kültürü, *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, cilt.2, no.2, ss.307-319.
- Demirtaş, H. ve Kırbaç, M. (2016). Pedagojik Formasyon Sertifika Programı Öğrencilerinin Pedagojik Formasyon Eğitimine İlişkin Görüşleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. cilt,6. S.2, s, 138-152.
- Emiroğlu, S. (2012). Kutadgu Bilig'de Çocuk Eğitimi. *Turkish studies International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, Volüme 7/1 Winter. s. 1027-1041*.
- Gökalp, Z. (1995). *Türk Medeniyeti Tarihi*. Toker Yayınları. İstanbul.
- Gökyay, O. Ş. (2004). *Dedem Korkudun Kitabı*. Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları. İstanbul.

- Hacib, Y. H. (2005). *Kutadgu Bilig* (Çev. R. R. Arat). Kabalcı Yayınevi. İstanbul.
- Herodotos Tarih. (2006). M. Ökmen. (Çev.). İş Bankası Yayınları. İstanbul.
- İnan A. (2002). *Orun ve ülüş meselesi*. Türkler, C. 3, Yeni Türkiye Yay. Ankara.
- İnan, A. (2000). *Tarihte ve Bugün Şamanizm*. TTK Yayınları. Ankara.
- Kafesoğlu, İ. (1980). *Kutadgu Bilig ve Kültür Tarihimizdeki Yeri*. Kültür Bakanlığı Yayınları. İstanbul.
- Kâşgarlı M. (1996). *Divanü'l Lugati't- Türk I, II, III. B. Atalay* (Çev.). TDK Yayınları. Ankara.
- Kaya, F. (2015). *Kutadgu Bilig'e Göre Liderlik Eğitimi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Kılıç, S. ve Albayrak, A. (2012). İslamiyetten Önce Türklerde Yiyecek ve İçecekler. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 7/2 Spring 2012, p.707-716, Ankara.
- Kızıldemir, Ö. Öztürk, E ve Sarıışık, M. (2014). Türk Mutfak Kültürünün Tarihsel Gelişiminde Yaşanan Değişimler. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt:14, Yıl:14, Sayı:3, 14: 191-210
- Koca, S. (1977). Türklerde Tuz-Ekmek Hakkı. *Millî Kültür*, 7, 57-61.
- Koçak, K. (2013). Türk Kültür Tarihinin Bin Yıllık Başyapıtı: Kutadgu Bilig'den Bu Güne Ulaşan Gelenekler. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt:4, Sayı:13, ss: (56-66)
- Koçoğlu, E. (2014). Sosyal Bilgiler Dersi Kazanımlarının Kültürel Yaşam Üzerindeki Etkilerine İlişkin Öğretmen Algıları, *Mediterranean Journal of Humanities*, IV-2, 191-205.
- Koçoğlu, E. (2015). Sosyal Bilgiler Eğitiminde Eğitsel Mekanlara Dayalı Öğrenme Ortamları, (Edit: Ramazan Sever ve Erol Koçoğlu), *Sosyal Bilgiler Eğitiminde Mekansal Öğrenme Ortamları*, s, 43-78. Pegem Akademi Yayınları, Ankara.
- Koçoğlu, E. Ersoy, F ve Atik, S. (2017). Kültürel Değerlerle Sosyal Bilgiler Öğretimi, (Edit: Ramazan Sever, Mesut Aydın ve Erol Koçoğlu), *Alternatif Yaklaşımlarla Sosyal Bilgiler Eğitimi*. S, 123-142, Pegem Akademi Yayınevleri, Ankara.
- Koçoğlu, E. Aydemir, H ve Ekici, Ö. (2017). Görsel Materyallerle Sosyal Bilgiler Öğretimi, (Edit: Ramazan Sever, Mesut Aydın ve Erol Koçoğlu), *Alternatif Yaklaşımlarla Sosyal Bilgiler Eğitimi*. S, 25-98, Pegem Akademi Yayınevleri, Ankara.
- Manas Destanı. (2002). T. Gülensoy (Çev.). Akçağ Yayınları. Ankara.
- Ögel, B. (2001). *Türk Kültürünün Gelişme Çağları*. Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yayınları. İstanbul.
- Ögel, B. (2002). *Devlet Meclisi ve Kurultay*. Türkler, C. 2, Yeni Türkiye Yayınları. Ankara.
- Önler, Z. (2008), "Kutadgu Bilig'de Toplumsal Kabul ve Geleneklerden Yansımalar", *U.Ü. Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(15), 441-455.
- ÖCAL, Safa. (1985). Eski Türklerde Yiyecekler" *Türk Dünyası Araştırmaları Fındıkoğlu Armağanı*, Sayı:35, İstanbul.

Sürücüoğlu, M. S. (2008). "*Selçuklularda Beslenme ve Mutfak Kültürü*", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar*. Haz: Kamil Toygar ve Nimet Berkok Toygar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları. Ankara.

Tekin, T. (2010). *Orhon Yazıtları*.s.23, Ankara.

Yıldırım, A ve Şimşek, H. (2006). *Sosyal Bilimlerde Nitel araştırma Yöntemleri*, Seçkin Yayınları, Ankara.