



Necla Dağ Ergen

Doç. Dr., Aksaray Üniversitesi/Fen-Edebiyat Fakültesi, Aksaray/Türkiye
Assoc. Prof. Dr., Aksaray University, Faculty of Art and Science, Aksaray/Türkiye



eposta: necladag02@gmail.com



<https://orcid.org/0000-0002-7961-2960> -  RorID: <https://ror.org/026db3d50>

Atıf/Citation: Dağ Ergen, Necla. 2025. Azerbaycan'ın İlk Kadın Gazetesi Işık (1911-1912)'ta Kadının Sosyal Konumu ve Çocuk Beslenmesine İlişkin Yemek Kültürü. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, Özel Sayı - Yemek, 304-320. <https://doi.org/10.33692/avrasyad.1766758>

Makale Bilgisi / Article Information

Yayın Türü / Publication Type:	Araştırma Makalesi/Research Article
Geliş Tarihi /Received:	16.08.2025
Kabul Tarihi/Accepted:	13.10.2025
Yayın Tarihi/Published:	15.10.2025

AZERBAIJAN'IN İLK KADIN GAZETESİ IŞIK (1911-1912)'TA KADININ SOSYAL KONUMU VE ÇOCUK BESLENMESİNE İLİŞKİN YEMEK KÜLTÜRÜ

Öz

Kadın hakları konusunda Batı'da yaşanan gelişmeler, bütün ülkelerde kadın hak ve özgürlükleri konusunda yaşanan mağduriyetlerin gündeme gelmesini sağlar. Toplumsal düzen ve aile içerisinde kadının rolü, görevleri ve yeni bir neslin yetiştirilmesinde önemi üzerine yazılan yazılarda aydınlar, basın ve edebiyat yoluyla kadının sadece mutfak ve diğer ev işlerine mahkûm edilmesini eleştirmeye başlarlar. Batı'daki gelişmelerden sonra Rusya ve Azerbaycan'da başlayan kadının eğitimi, haklarını özgürce kullanması, aile ve toplumsal düzen içindeki rolünün artırılması konusunda yapılan bilinçlendirme çalışmaları, her kesimden destekçinin katkılarıyla genişler. Çeşitli basın organlarında dile getirilen bu konuların yanı sıra özellikle kadınlara hitap edecek, ev, aile, karı koca ilişkisi, çocuk sağlığı ve terbiyesi, kadın hakları konularında aktif olarak çalışacak bir yayına ihtiyaç duyulur. Bu ihtiyacı karşılamak amacıyla Hatice Alibeyova ve Mustafa Alibeyov 22 Ocak 1911'de Azerbaycan'ın ilk kadın gazetesi olan *Işık* gazetesini yayımlarlar. Gazete, 68 sayı çıkmasına rağmen 1911'de çıkan otuz dört sayı, 1912'de ise 12 sayı erişime açıktır. 1912'de çıkan 22 sayının bulunması için araştırma yapanlar bu sayılara ulaşamadıklarını ifade ederler. *Işık* gazetesinde, kadınlara yönelik sağlık, hukuk, kültür, edebiyat ve yemeklerle ilgili yazılara yer verilir. Bu çalışmada *Işık* gazetesinin erişilebilen sayılarında Osmanlı Türkçesiyle yazılmış kadın, aile ve neslin yetiştirilmesi ile ilgili yazılar Latinize edilerek bu yazılar üzerinden kadının sosyal konumu ve çocuk beslenmesine ilişkin görüşler yemek kültürü ile bağlantılı olarak değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Işık gazetesi, yemek kültürü, kadın, çocuk.

SOCIAL POSITION OF WOMEN AND FOOD CULTURE RELATED TO CHILD NUTRITION IN AZERBAIJAN'S FIRST WOMEN'S NEWSPAPER IŞIK (1911-1912)





Abstract

Developments in the West regarding women's rights brought the grievances faced by women regarding their rights and freedoms to the forefront in all countries. In articles written on the role and duties of women within the social order and family, and their importance in raising a new generation, intellectuals, through the press and literature, began to criticize the confinement of women to kitchen and other household duties. Following these developments in the West, awareness-raising efforts in Russia and Azerbaijan, which began to promote women's education, the free exercise of their rights, and the enhancement of their role within the family and social order, expanded with the contributions of supporters from all walks of life. In addition to these issues raised in various media outlets, a need arose for a publication specifically addressing women, actively working on issues related to the home, family, marital relations, child health and upbringing, and women's rights. To meet this need, Hatice Alibeyova and Mustafa Alibeyov published Işık, Azerbaijan's first women's newspaper, on January 22, 1911. Although the newspaper published 68 issues, only thirty-four from 1911 and twelve from 1912 are accessible. Those searching for the 22 issues from 1912 have reported being unable to access them. Işık newspaper features articles on women's health, law, culture, literature, and food. This study analyzes articles written in Ottoman Turkish in the accessible issues of Işık newspaper, focusing on women, family, and the upbringing of the next generation, using Latinized texts to analyze women's social status and views on child nutrition in relation to food culture.

Keywords: Işık newspaper, food culture, women, children.

Giriş

Bahtiyar Vahapzade (1999: 21), Azerbaycan Mutfağının Sırları adlı kitaba yazdığı ön sözde “sofra yalnız ailenin değil, keza tüm bir ulusun iç hayatının ve kültürünün göstergesidir. Sofrası misafir için açık olan bir ulusun manevi değerleri de zengin olur” der. Yemek, ulusal kimlik kazanılması ve kültürün sürdürülmesinde dolayısıyla gelecek nesillere aktarılmasında en temel etmenlerden birisidir. Bu nedenle kültürün en sürdürülebilir basamağına beslenme kaygısıyla gerçekleştirilen ancak zamanla bir geleneğe dönüşen yemeği koymak gerekir. Beslenme sürecinin sistemli ve devamlı bir hâle gelmesiyle ortaya çıkan yemek kültürü, zamanla bir topluluğun kimliğinin de sembollerinden birisi olmaktadır. Çünkü yemek kültürü, bir topluluğun bulunduğu coğrafyaya, inancına ve tarihsel deneyimlerine göre çeşitlenmekte ve özgünlüğünü kazanmaktadır. Yemek, toplumların ulusal alışkanlıkları ve kültürel değerlerini tanıyabilmek için oldukça önemli bir yere sahiptir. Yemeklerin yapımında kullanılan ürünlerin yetiştiği coğrafya ve iklim özellikleri, yaşanan yerin geçim kaynakları, uygulanan yemek ritüelleri ve sosyal özellikleri yemek kültürü üzerinden açıklanabilir. Yiyecek ve içeceklerin hazırlanmasından sunulmasına, sofrada dikkat edilen uygulamalara kadar bütün davranış kalıpları bir milletin veya topluluğun kimliğini yansıtır.





Yemek, her toplumda farklı iletişim şekillerinin, geleneklerin ve kültürün gelişimini sağlayan bir işleve sahiptir. Ancak önceleri beslenme, insanların biyolojik ihtiyaçlarına yönelik bir eylem olarak görüldüğünden bir ulusun karakteristik özelliklerini ortaya koymak amacıyla yapılan çalışmalarda yemek kültürüne pek bakılmamaktadır. Beşirli (2010: 159), beslenmeye yönelik bu yaklaşımın değişmesiyle gerekli besinlerin temin edilmesi, tüketim için uygun hale getirilmesi ve tüketim davranışları sürecinin beslenmeyi salt biyolojik bir eylem olmaktan çıkarıp kültürel bir olgu haline dönüştüğünü ifade eder. Sosyal bilimler alanında ihmal edilen bu alana bakış değişince araştırmacılar, insanın yiyecekle ilişkisini din, coğrafya, iklim ve ekonomi gibi kaynaklarla bağlantılı olacak şekilde incelemeye başlarlar. Yemek ve din ilişkisi yasaklar, helal-haram ve kutsal sayılan yiyecekler üzerinden açıklanırken coğrafya ve iklim ise birbirini etkileyen iki önemli unsur olarak ele alınır. Bir coğrafyanın tarımsal ve iklimsel koşulları, farklı ürünlerin orada yetişip yetişmemesini etkiler. Coğrafya ve iklimin uygun olduğu yerlerde bol yetişen ürünler, o bölgenin mutfak kültürünü de şekillendirmektedir. Fragner (2003: 50), bütün mutfak geleneklerinin o yörede yetişen bitki ve hayvanlarla bağlantısının açık olduğunu, yemek kültürü ile ilgili bir çalışma yapmak istediklerinde mutlaka botanik ve zooloji açısından da konuya eğilmek zorunda kaldıklarını ifade eder. Ayrıca “Bundan başka, üreyen sürünün ve tarımı yapılan bitkilerin bir yerden ötekine aktarımının ta kadim zamanlardan beri insanın kültür etkinliklerinin tam ortasında yer alan en temel öğelerden biri olduğu açıktır” (Fragner, 2003: 50) ifadeleriyle coğrafya ve iklim kadar ürünlerin ve hayvanların bir yerden başka bir yere aktarılmasının da yemek kültürü üzerinde etkili olduğunu açıklar.

Coğrafi özellikler ve ekonomi, tarihsel süreç boyunca daima birbirini etkileyen iki faktör olmuştur. “Seri üretimi sağlayan endüstriyel üretim ile birlikte nasıl, nerede üretildiği gibi soruların değil, neyin ne kadar üretildiğinin soru olmasıyla, iktisadi hayatın insan, doğa ve kültür ile ilişkisinin de değiştiğini söylemek mümkündür” (Altunsabak, 2022: 221). Bir ülkede yetişen doğal ürünler ve tarım alanındaki uygulamalar neticesinde üretimi yapılan yiyecekler, ekonomiyi etkilediği kadar yemek kültürünün oluşumu ve devamlılığını da etkilemektedir. Geleneksel yemek kültüründe yemek malzemeleri, hazırlanma yöntemleri, sunum gereçleri, yemek çeşitleri, öğünler ve mutfaklarla özdeşleşmiş davranışların sürekliliği, coğrafya ve ekonomiden etkilenen unsurlardır. Ekonominin etkilediği bir diğer konu ise toplumsal ve kültürel ayrımlara neden olacak yeme içme geleneklerini ortaya çıkarmasıdır. Farklı sınıflara ait toplulukların yeme içme alışkanlıkları ve davranışları, zenginlik veya yoksulluktan etkilenmesi kaçınılmaz olduğundan, farklı grupların toplum içindeki konumunun göstergesi olarak bir kültür geliştirdiğini söylemek mümkündür.

1. Azerbaycan’ın İlk Kadın Gazetesi Işık (1911-1912) Hakkında Genel Bilgiler

Dünyanın birçok yerinde kadın hakları konusunda yaşanan gelişmeler ve feminizmin güçlenmesiyle kadın konusu bütün ülkelerin gündeminde olmaya başlar. Batı’daki gelişmeler,





kadının eğitim, çalışma, sağlık ve aile içindeki hakları konusunda tartışmalar başlatmıştır. Aydın kesimin sağlıklı ve bilinçli nesillerin yetiştirilmesi, toplumun çağdaş bir seviyeye gelmesi için yalnızca erkeklerin değil, kadınların da hakları konusunda bilinçlenmesi ve haklardan eşit şekilde yararlanması ile ilgili yaptığı çalışmalar, Rusya Türkleri arasında gelişmelerin yaşanmasını sağlamıştır. Hasan Melikzade Zerdabi, İsmail Gaspıralı gibi aydınların öncülüğünde kadın meselesine bilimsel bir yaklaşımla değinilerek Türk kadınının çağdaş medeniyetler seviyesine gelmesi için çalışılmıştır.

Dünyada bu gelişmeler yaşanırken Azerbaycan'da da 19. yüzyılın ikinci yarısında yaşanan siyasi gelişmeler, toplumsal ve kültürel yenilikleri de beraberinde getirmiştir. "Özellikle 1850'den sonra ticaretin gelişmesi, demir yolu gibi nakliyyeyi kolaylaştıracak yolların yapılması, fabrikaların açılması, Bakü başta olmak üzere Azerbaycan'ı büyük bir pazar haline getirmiştir. Bu sebeple Bakü bir petrol ve liman şehri özelliği taşımasının dışında bir kültür ve medeniyet merkezine de dönüşür" (Sariahmetoğlu, 2021: 71). Ekonomik ve siyasi gelişmeler, toplumsal yaşamın her alanına yansımış, ülkenin önde gelen isimleri geri kalmışlıkla mücadele hareketi başlatmışlardır.

19. yüzyılda ve 20. yüzyılın başlarında toplumsal düzene ilişkin yenilikler yapılırken basın ve çeşitli dernekler, kadınların durumunu sorgulamaya ve var olan düzen içinde kadının içinde bulunduğu durumun vahimliğini ortaya koymaya yönelik çalışmalar ortaya koymuşlardır. 20. yüzyılın başlarında Azerbaycan basını, sansür kısıtlamalarıyla karşı karşıya kalmış, buna rağmen basın, halkın sorunlarını dile getirme konusunda önemli görevler üstlenmiştir. "Bağnaz gelenekler, zor yaşam koşulları, cehalet, toplumdan izole koşullarda yaşama, toplumda kadın özgürlüğüne duyulan güvensizlik, kadınların özel yaşamlarında birtakım zorluklar yaratmış, basın da bu sorunları dile getirmek, kamuoyuna duyurmak, ortadan kaldırmak için önemli adımlar atmış ve bugün kadınlarımızın özgür yaşamının temellerini atmak için yoğun çaba sarf etmiştir" (Qasimova, 2010: 21). Azerbaycan'da kadın hakları konusunda yapılan çalışmalar, kadınların hak ve özgürlükler konusunda yaşadığı mağduriyete yoğunlaşır. Edebiyatın çeşitli türlerinde ve basında kadın konusuna geniş yer verilerek milli uyanış için adımlar atılmıştır. Bu önemli adımlardan birisi de Hatice Alibeyova'nın kadınların toplum ve aile içindeki konumunu yükseltmek amacıyla Azerbaycan'ın ilk kadın gazetesi Işık'ı çıkartmasıdır.

Bakü'de 22 Ocak 1911 ile 31 Aralık 1912 tarihleri arasında Hatice Alibeyova ve eşi Mustafa Bey Alibeyov tarafından yayınlanan Işık gazetesi, Azerbaycan'da kadınlar için çıkarılan ilk gazetedir. Gazete, bazı yerlerde dergi olarak anılsa da ilk sayfalarında Işık gazetesinin kadınlara yönelik çıkarılan bir gazete olduğu duyurusu yapılmaktadır. Işık'ın müdürü Hatice Alibeyova'dır ancak; eşi Mustafa Alibeyov kadın hakları konusunda yapılan bütün çalışmalarda Hatice Hanım'ın en büyük destekçisidir. Gazetenin yazar kadrosu, kadın öğretmenler, doktorlar ve şairlerin yanı sıra erkek yazarlar, kadı, müftü, molla, diğer din





adamları ve dönemin erkek aydınlarından oluşur. Işık gazetesinde Bakü ve Şeki kız okullarında öğretmenlik yapmış olan ünlü eğitimci Nabat Narimanova, Doktor Amina Batrışina, Çaygırağlı Hayat, Halime Hatun Ahundova, Maral Nebizade, Gence kız okulu öğretmenleri Huraman Rahimbeyzade, Asya Ahundova vb. gazeteye yazdıkları yazılar, hikâyeler ve şiirlerle kadınların hayatlarına dokunmaya çalışırlar. Mustafa Bey Alibeyov ise gazetede Rusça ve Azerice yazılar yazarak geniş bir coğrafyada kadınların sesi olmaya çalışır.

Işık'ın sütunlarında içerik bakımından çok çeşitli yazılar bulunur; ancak aile ve kadınları ilgilendiren konulara özellikle geniş yer verilir. Mutlu bir ailenin sırları, evlilikte eşlerin birbirine uygun olmaları, karı-kocanın görevleri ve çocuk terbiyesi ve beslenmesiyle ilgili konulara ağırlık verilirken sık sık kadınların eğitim haklarını kullanabilmeleri ve kendilerini geliştirmeleri konusunda yazılar yazılır. Şiir, öykü ve dış dünyadan haberlerin yanı sıra yemek tarifleri de veren gazete, kadınların ilgisini çekecek konularda yazıların yazılması için de aydınlara sürekli çağrıda bulunur. "Işık zaman zaman çizgisinin dışına çıkarak siyasî ve hukukî meselelere de dikkat çekmeye çalıştı. Gazete aynı zamanda devrin Azerbaycan toplumundaki kadın algısını da tüm gerçekliğiyle ortaya koyuyordu" (Aydın, 2018: iii). Kadının toplumsal rolünün artırılması, evlilik, aile, eğitim ve sağlık alanında kadının mahrum bırakıldığı haklarına kavuşturulması, toplum çağdaş medeniyetler seviyesine çıkarırken yeni nesilleri yetiştirecek olan kadının geride bırakılmaması uyarısı yapılır.

Gazete, birinci sayısının ilk yazısı olan Hemşirelerimize İhtar (Alibeyova, 22 Ocak 1911: 1) başlığı altında Kafkasya'daki vatanlarında eğitilmiş ve okumuş kadınların kendi yurttaşlarını eğitmek ve yetiştirmek için çağın gerektirdiği şekilde canla başla çalışmadıkları eleştirisi yapılır. Konuyla ilgili gazetelerde herhangi bir makale okuduğunu dahi hatırlamadığını belirten Hatice Alibeyova (22 Ocak 1911: 2), "bu sebeple ilim ve irfan sahibi olan kardeşlerini bu yola teşvik etmek maksadıyla edindikleri bilgileri gönüllerinin bir köşesinde saklamayıp, vatan ve millet sevgisi uğruna, haftada bir, cumartesi günleri yayınlanacak olan "Işık" isimli gazetenin Türkçe veya Rusça sütunlarında" paylaşımları için çağrıda bulunur. Her Müslüman'ın kendi milletinin ve vatanının ilerlemesi için elinden geldiğince çalışmakla yükümlü olduğunu belirten yazar, mensubu oldukları İslam'ın bunu gerektirdiğini vurguladıktan sonra milletin çöküşe doğru sürüklendiği bu durumdan eğitim, bilim ve teknoloji ile kurtulabileceklerinin bilincinde olduklarından gazetelerinde bilim, teknoloji yanı sıra terbiye, ev hanımlığı (ev yönetimi), sanayi, tıp vb. konularında gerekli bilgileri vereceklerini duyurur. Hz. Muhammed'e inen bir ayeti örnek göstererek bilenle bilmeyenin bir olmayacağı vurgusunu yapar. Peygamberin "İlmi beşikten mezara kadar taşıyın" sözünü kendilerine düstur edinen gazetenin eğitimsizlikle özellikle kadının eğitimsiz bırakılmasıyla mücadele edeceğini açıklar. Bütün Türk dünyasındaki kadınların durumunu göz önünde bulundurarak değerlendirmelerde bulunan Alibeyova, (22 Ocak 1911: 2) bir milletin kadın erkek evlatlarının ayırt edilmeksizin eğitilmesi gerektiğinin, ilmin insanın gençlik çağındaki bir ihtiyaç olduğunun altını çizer.





Gazetenin birinci sayısında Hatice Alibeyova (22 Ocak 1911: 3-4), Hukukumuz başlıklı makalesinde toplumların gelişmesi için haklarından ve hürriyetinden asırlarca mahrum bırakılan kadınların yasaklara karşı sesini yükseltmesi; okumuş, eğitilmiş öncü kadınların da diğer kadınların eğitim ve haklarını elde etmesi için destek vermeleri gerektiği ifade eder. Makalede, kadınlara seslenmeye devam eden Hatice Alibeyova Hanım, o güne kadar hakları ve hürriyetleri gasp edilmiş kadınların yüzyıllardır yaşadıkları sefalet ve ızdıraptan uyanma zamanı geldiğini, medeni bir yaşam sürmek için çok çalışmaları gerektiğini açıklar:

“Bu dereceye kimi bizim hüquq ve ixtiyarımız qəsb və puc olmuşdur. Qəsb olunmuş hüquq və ixtiyarımız yolunda sükut-i-ixtiyar olunmasın gərək deməyə həqqımız var. Əsrlər ilə xəbi-əflətdə qalmağımızdan bədar olub kəsb-mədəniyyət etməyə gədri- məğdur çalışmalıyız” (Alibeyova, 22 Ocak 1911: 3).

Kadınların aile ve toplum içindeki haklarının farkına varması için çalışmalar yapan yazar, kadınların eğitim ve diğer haklardan mahrum bırakılmasının İslamiyet'ten kaynaklanmadığını açıklamaya çalışır. İslamiyet ve şariat hukukunun kadınları, toplumda erkeklerle eşit kıldığını, genel ve özel hukukta, alışverişlerde, vb. birçok alanda kız çocuğunun babasının ve kocasının haklarından mahrum bırakılmadığını, kendi malını harcama hakkına sahip olduğunu açıklar. Ayrıca İslam hukukunun temel ilkelerinden birinin kişinin her zaman kadınlara saygı göstermesi olduğunu hatırlatır. Mukaddes dinin, bazılarının zannettiği gibi, kadını hak ve hürriyetten yoksun bırakmadığı; ama cehalet, eski gelenek ve kocaların zulmünün haklarını yok edip ihlal ettiğini belirten Hatice Hanım (Alibeyova, 22 Ocak 1911: 4), cehaletin karanlığından ayrılıp ilim nuru doğduğunda, devlet, millet, evlat ve vatanlarına medeniyet yolunda faydalı varlıklar olarak kabul edileceklerini duyurur.

Işık gazetesi, toplumun desteğini yanına çekmek için İslami yaşam tarzını destekleyen açıklamalarının yanı sıra işledikleri konuya bağlı olarak Hz. Muhammed'in yaşamından ve hadislerinden, Kur'an-ı Kerim'den ayetlerden örneklerle içinde bulundukları toplumla uyumlu bir çizgide hareket etmeye dikkat eder. “Işık'ta neşredilen yazılardan, gazetenin liberal bir çizgide olduğu ve dönemin katı sansür uygulamalarından etkilenmemek adına Çarlık Rusyası ile iyi ilişkilerini sürdürmek istediği düşünülebilir” (Aydın, 2018: 42). Gazetenin bu politikası, özellikle dış dünyadan haberler ile ilgili yorumlarda daha iyi hissedilir.

Gazetenin her sayısında özellikle yeni neslin yetiştirilmesi konusunda kadınlara öğütler verilirken çocukların beslenmesinde dikkat edilmesi gerekenler ve çocuklara yedirilmesi gereken yiyecekler ve içecekler üzerinden bir yemek kültürü oluşturulur. Ayrıca kadınların yemek pişirirken dikkat etmesi gerekenler, tatlı ve yiyecek hazırlama tarifleri gibi konulara da yer vermeye özen gösterirler.





Bu çalışmada yemek ile ilgili yazılar üzerinden kadının sosyal konumu çocuk beslenmesi ile yemek kültürüne ilişkin görüşler değerlendirilecektir.

2. Işık (1911-1912)'teki Yazılarda Kadının Sosyal Konumu Yemek Kültürü İlişkisi

19. yüzyılda Avrupa'da ortaya çıkan bilimsel gelişmeler ve teknolojik ilerlemeler, yeni fikir akımlarının ortaya çıkmasını ve birçok alanda ihtiyaç duyulan yeni hakların gündeme gelmesini sağlamıştır. Aydınlar arasında başlayan toplumu geride bırakan uygulamalar ve insan haklarıyla ilgili sorgulamalar, eşitlik ve hukuki süreç konusundaki taleplerin de gündeme gelmesini hızlandırmıştır. Toplumsal ve kültürel alanda başlayan yenilik ve düzenlemeler, Azerbaycan'da zamanla siyasi bir karakter kazanarak Ceditizm denilen modernleşme akımına dönüşmüştür. Rus, Batı liberalizmi ve Osmanlı Tanzimatçı düşüncelerinden etkilenen Ceditizm, geleneksel toplumsal yapıları sorgulayarak Azerbaycan'da, edebi ve entelektüel hayatının modernleşme sürecinde önemli bir rol oynamıştır. Ceditizm'in temel meselelerinden kadınların sosyal eşitsizlik ve eğitim sorunudur (Yakışan, 2024: 103-104). Hareketin temel noktası Rus işgaline karşı çıkmak ve her alanda geri kalmışlık ve cehaletle mücadele olunca toplumda geri bırakılmış bir kesim olan kadının odak noktası haline gelmesi de kaçınılmaz olmuştur. İsmail Gaspıralı ve dönemin diğer aydınları, hareketin öncülüğünü yaparak Batı'daki modernleşme, hakların tüm topluma eşit şekilde yayılması ve ulusallaşma alanındaki gelişmelerin Türk dünyasına da yansımaları teşvik etmişlerdir. Çarlık Rusyası'ndaki Türk Kadın Hareketi'nin doğuşunun ve gelişiminin bu hareketin öncülük ve önderlik yapan İsmail Gaspıralı ve Hasan Bey Melikzade Zerdabi'ye borçlu olduğunu belirten Hablemitoğlu (2015: 72-74), Gaspıralı'nın nüfusunun yarısından fazlasını oluşturan kadınların her alanda ve eşit olarak erkekler ile yan yana çalışmadıkça; eğitimden uzak kaldıkça, Türk toplumu asla kurtuluşu sağlayamayacağının altını çizdiğini belirtir. Gaspıralı'nın "tek kanatlı kuş uçamaz" sözüyle başlattığı akımla kadın hakları ve kadınların mevcut olumsuz koşulları, daha çok gündeme gelmeye başlamıştır. Böylece Ceditizm akımının öncüleri, kadınların erkekler gibi hak sahibi olmasını savunurken kadınların sosyal ve siyasal alanlardan soyutlanmasının ve eğitimsiz bırakılmasının İslamiyet'ten kaynaklanan herhangi bir yasak ile bir ilgisinin olmadığı vurgusu yapılmıştır. Eğitimsizliğin ve kadınların eve kapatılmasının yol açtığı geri kalmışlığın Azerbaycan ve Müslüman coğrafyasında birçok soruna neden olduğuna dikkat çekilmiştir. Bu gelişmelerin yarattığı modernleşme, toplumsal alanda kadının konumu ile ilgili etki yaratarak basın, edebiyat ve hukukun bu konuya daha ağırlık vermesini sağlamıştır. Diğer ülkelerde olduğu gibi Azerbaycan'da da dönemin aydınları; gazeteler, dergiler ve edebi ve diğer eserler aracılığıyla, Azerbaycan kadınlarının sorunlarına yoğunlaşmaya ve kadınların birçok alanda eşitsizlik sorunuyla karşı karşıya kaldıklarına dikkat çekmeye başlamışlardır. Kadınların çoğunluğunun eğitim, sağlık, ekonomik özgürlük ve giyim konusunda özgür iradeleriyle hareket etme hakkına sahip olmadıklarına vurgu yapmak ve bu konuda bir kamuoyu tepkisi oluşturmak amacıyla gazete, dergi ve basında bu konulara ağırlık vermeye çalışılmıştır.





“Azerbaycan kadın modernleşme mücadelesinin en mühim alanlarından biri matbuattır. Diğer aydınlara ve halka temas etmenin tarihin o devrindeki en önemli aracı olan matbuat, Azerbaycan kadınının sorunlarına, cinsiyetler arası eşitsizliğe ve kadınların elde edemediği haklarına sıklıkla yer vererek Azerbaycan kadınının kaderini değiştirmiştir.” (Canbey, 2024: 60). Işık gazetesi de dönemin önemli gazetelerinden biri olarak kadınların söz sahibi olamadığı haklarına vurgu yaparak sosyal hayat içinde kadının görünürlüğünü artırmak amacıyla kadını her alanda geliştirmek amacıyla yazılara yer vermiştir. Işık gazetesi yönetimi, o dönemde sosyal alanda kadınların çok küçük bir kesiminin aktif olarak yer alması, geriye kadın büyük kesimin ise genellikle ev işi, çocuk ve mutfakla ilgilenmesi nedeniyle bu kesime hitap edecek ve onları geliştirecek yazılara ağırlık vermeyi ihmal etmemişlerdir. Özellikle kadın sorunlarını ve eğitim haklarını dile getiren yazılarda kadınların eğitimden mahrum bırakılma sebeplerinden en biri olarak kadının ev işleri ve mutfaktan sorumlu tutulması gösterilmektedir. Kadınların bu sorumlulukları nedeniyle geri plana atılmışlığı, eğitim haklarının ellerinden alınmışlığı dönemin kadın profilini ortaya koyması açısından önemlidir. Gazete mutfak kültürü ve kadının gündelik yaşamı üzerinden çocuk terbiyesi, evlilik ve kadın hakları gibi konulara yoğunlaşmıştır. Böylece kadının sosyal konumunun iyileştirilmesi, kadının sosyal yaşama katılmasını engelleyici faaliyetlerin eşler arasında yardımlaşarak hafifletilmesi gerektiğine vurgu yapılmıştır.

Azerbaycan yemek kültürü, ulusal mutfakın özellikleri kadar, önemli tarımsal ürünleri, halkın mevsimsel yemek hazırlıkları, beslenme alışkanlıkları ve sosyo-kültürel öğelerle yemek folkloruna dair bilgilere ulaşmak için başvurulacak önemli bir kaynaktır. Haji Jabir Khalifazade (1999: 16), “Yemek pişirme, Azerbaycan halkının sosyo-ekonomik, kültürel gelişimi, zanaatkârlığı ve yerel kültürüyle yakından bağlantılıdır. Diğer milli sanatlar ve iş alanları gibi, Azerbaycan mutfakının da geçmişini ve bugünü incelemek, ustalaşmak, öğretmek, yaygınlaştırmak ve sergilemek gerekir” diyerek mutfak kültürünün diğer sanatlar gibi araştırılmaya değer bir alan olduğunu ifade eder. Ülkenin elverişli iklimi, kadim ve zengin bir mutfak geleneğini oluşturduğu gibi çeşitli meyve, sebze, baharatların yetiştirilmesine de imkân tanır. Bu geleneksel mutfakta özellikle “soğuk mezeler, kuru yemekler, çorbalar, et suları, pilavlar, şuruplar, doğu tatlıları, şerbetler, meyve ve orman meyveli reçel tarifleri” (Khalifazade 1999: 16) yer almaktadır. Azerbaycan ulusal mutfakındaki yemeklerin geniş örneklerden oluşması, pişirme yöntemlerinin ve sunumların farklılığı, kullanılan malzemeler ve baharatların çeşitliliği nedeniyle, yemek kültürüyle ilgilenen araştırmacıların ilgiyle takip ettiği bir mutfak olduğu bilinmektedir. Özgün mutfak kültürü, Azerbaycan mutfakının Türkiye, İran ve Orta Doğu, Orta Asya ve Avrupa’da özel bir yer edinmesini sağlamaktadır. Mızrak (2017: 17), ayrıca Azerbaycan yemek kültürünün mevsimlere göre çeşit zenginliğinin gezginlerin seyahatnamelerinde tespit edildiğini, İngiliz asıllı seyyah Antoni Cenikson’un bir defada 290 çeşit yemeği tatma imkânı bulduğunu belirtir.





Azerbaycan mutfağında reçel, marmelat ve tatlıların önemli bir yeri vardır. Bu tatlıların ve kullanılan ürünlerin her birinin kendine özgü hazırlanma yöntemleri vardır. Tatlıların lezzetleri ise kullanılan malzemelerin çeşitliliği ve kalitesiyle doğrudan bağlantılıdır. “Azerbaycan Cumhuriyeti topraklarında çeşitli baharat, çilek ve meyveler, özellikle fındık, ceviz, kestane, badem, bal, bakraçlar (üzüm ve dut kaynatılarak elde edilen özler), aromatik çiçek çayları, gül çayları ve diğer hammaddelerin bolluğu, gerekli tatlıların yapımı için elverişli koşullar yaratmıştır” (Khalifazade 1999: 16). Ceviz, fındık ve baharatlardan yapılan tatlıların ve reçellerin özel günlerde veya günlük beslenme öğünlerinde kahvaltı, akşam yemeği ve öğle yemeğinden sonra taze demlenmiş çayla servis edilmesi Azerbaycan yemek kültüründe oldukça yaygın bir gelenektir. Yemek kültürünü yansıtan bu durum, Işık gazetesinde çıkan yazılara da yansımaktadır. “Dönemin yargılarında kadının yegâne görevi ev işleri olduğu için kadın gazetesinde de kadınların mutfakları için Azerbaycan sofrası kültürünün vazgeçilmezi mürebbe tariflerine yer verildiği görülmektedir. (...) İçerisinde Azerbaycan’ın sofrası kültürüne kadar farklı izler barındıran gazete etnografik bilgi yapısı sebebiyle dönemin gazetelerinden ayrılabilir (Köse, 2021: 153). Bu geleneksel sofrası kültürü, aynı zamanda toplumsal cinsiyet rollerine göre kadınlara yüklenen sorumlulukların anlaşılmasını da sağlamaktadır. Yazarların mutfakla ilgili yazıları, kadın erkek ilişkilerine ilişkin ipuçları sunmaktadır. Bu yazılarda toplumsal düzen içinde daha çok evin dışında erkeğin baskın olduğu, kadının ise evin sorumluluğuyla ilgilenmek zorunda kaldığı anlaşılmaktadır. Portakal Mürebbesini Nece Pişirmeli (22 Ocak 1911: 7) başlıklı yazıda kış mevsimi olduğundan portakalın bol olduğuna değinilir ve kadınların bu durumu değerlendirerek portakal reçelini bu mevsimde pişirebilecekleri hatırlatılır. Kadınların reçeli yaparken nelere dikkat etmeleri gerektiği açıklanır. Yazıya göre portakal reçelini yapmanın püf noktası, kendi suyunda beş dakika kaynatılan reçeli ertesi güne bırakarak üç defa suyu hiç kalmayana kadar kaynatmaktır. Sulu kalan reçelin ekşiyeceği bu nedenle özellikle suyun kalmaması uyarısı yapılır. Gazetenin farklı sayılarında “Gülbeşer yahut Hıyar Mürebbesi, Çerdekli Şeftali Mürebbesi, Çekirdeksiz Şeftali Mürebbesi, Koz Mürebbesi, Baleng, Limon, Şabalıd, Karpuz ve Badımcın” gibi reçellerinin tariflerine de verilir. Azerbaycan’da sofrası kültüründe çokça yer alan reçel, marmelat gibi yiyeceklerin tariflerine gazetede yer verilmesi kadınların mutfaktaki görevlerine yardımcı olmak amacıyla. Ayrıca bu tatlıların yanında Azerbaycan misafirperver ve sosyal kültürünün bir göstergesi olarak çayın sunulması kadınların günlük yaşamdaki aktivitelerinde sık sık anılan bir durumdur. Bazen kadınların bütün gün uğraştıkları bu eylem, eleştirel bir dille yazıların yazılmasına da neden olur. Kadınların zamanlarının büyük bir kısmını mutfakta bu tarz yiyecekler ve çay hazırlamaya ayırmaları nedeniyle eve mahkûm hale gelmeleri ve sosyalleşememelerine tepki gösterilir. Gazete yazarlarından Halime Hâtun Ahundova (19 Şubat 1911: 10), Hukuk-i Müselleme adlı yazısında birilerinin çıkıp kadınların eğitim alması ve kibar olmaları gerektiğini söylemesi üzerine kadınların eğitim hakkını elinden alanların kadınların “bağırtıları âlemi tutacak” şeklinde sesini yükselttiğini belirtir. Yazar, kadınların ilim ve eğitimden mahrum bırakılma





nedenini, kadınların mutfığa bağımlı hale getirişlerine bağlar. Çünkü “Azerbaycan mutfığının özelliklerinden biri, yemeklerin, tatlıların, içeceklerin ve tatlıların mevsimlere ve günün saatlerine göre ayarlanıp bölünmesidir” (Khalifazade 1999: 16). Halime Hâtun’a göre bu durum, günün belli saatleri ve yılın farklı dönemlerinde kadınların mutfakta hazırlık yapmasını zorunlu hale getirmektedir. Bütün gün bu hazırlıklarla uğraşan kadının sosyalleşme alanı oldukça dardır. Dışarıdaki herhangi bir etkinliğe veya eğitim kurumuna gitme zamanı bulması mutfaktaki yiyecek hazırlıkları nedeniyle mümkün değildir. Halime Hâtun, kadınların bir an önce bu durumdan kurtarılması gerektiği çağrısını gazetede yazılarıyla yapar.

“Biz müslimə övrətlərin bu günə düşməsinə səbəb sübhədən axşama kimi mətbəxlərdə... yemək bişirməkdir. Sübh olduqda... çay qoyub, nahar olduqda nahar hazır edib, axşam olduqda şam və gece olduqda gedib dustaqlar kimi bir guşədə yıxılıb yatırırıq... Lazımdır ki, bu cür əziyyətlərdən qurtaraq” (Ahundova, 19 Şubat 1911: 10)

Mutfak konusundaki hazırlıklar, toplumsal düzen içinde iki yönlü etkileşim sağlamaktadır. İlki kadın erkek ilişkileri, ikincisi de kadınların kadınlarla olan sosyal ilişkileridir. Kadının yemek hazırlamak için harcadığı zaman, erkeğin yeme içmeyle ilişkisine göre daha farklıdır. Erkeğin yemekle ilişkisi para kazanma ve yemekte kullanılacak yiyeceklerin ve evin ihtiyaçlarının satın alınması aşamasıyla ilişkilidir. Yemeğin çoğunlukla kadının eliyle hazırlanması cinsiyetler arası ilişkilere de yansımaktadır. “Cinsiyetler arası toplumsal gerginlikler ve çatışmaların odak noktasında yeme içme vardır. Kadınlar konumlarını koruma ve iyileştirme mücadelesinde yeme içmeyi sürekli kullanırlar. Sofra aynı zamanda cinsler arasında simgesel karşıtlıkların da ifade edildiği yerdir. (MacLagan, 2003: 158-159). Bu durum, Işık gazetesinin yazarlarının dikkatinden de kaçmaz. Kadın erkek ilişkilerinde kadının yemek yapma görevi nedeniyle sosyal konumunda iyileşme yapamamaları gündeme getirilir. Erkeklerle bu nedenle yaşanan gerilim, mutfaktaki yemek pişirme ve evi idare etme işleri üzerinden açıklanır. Hatice Hanım, farklı mevsimlerde ve günün belli saatlerinde yapılması gereken yiyecek hazırlama kültürü üzerinden kadının eve hapsedilmesi ve gitmesi gereken yerlere gönderilmemesi eleştirisini yaptıktan sonra erkeklerin yasaklarla kadını eve hapsetmese dahi kadına yükledikleri işlerle eve mahkûm ettiklerini ifade eder. Yine mutfakta ve evde kadının yapmakla sorumlu olduğu yemek pişirme, evin bütün ihtiyaçlarını karşılama, evi idare etme, çocuk bakımı gibi işlerin onların eve kapanmasına neden olduğunu savunur.

Kadınların kadınlarla olan sosyal ilişkisi ise dayanışma, yardımlaşma ve bilinçlenme konularında birbirlerine destek olmaktır. Gazetede yazılarda ev hanımlarının içinde bulunduğu durum ve ağır işlerden kurtuluşunun eğitilmiş ve bilinçli kadınların desteğiyle





olacağı belirtilerek kadınların mutfaklardan çıkarılıp mekteplere yollanması gerektiği üzerinde durulur.

Hamile ve Vaz-ı Haml İtmış Analar İçin (Işık, 21 Mayıs 1911: 2-3) adlı makalede hamile veya doğum yapmış kadının beslenmesinde ve günlük yaşamında dikkat etmesi gerekenler anlatılır. Çocuk doğurmak ve yetiştirmenin zor ama önemli bir iş olduğu, doğum yapan kadının vücudunun güçsüz düşmesi nedeniyle dikkat etmesi gereken bazı durumlar olduğu ifade edilir. Kadının dokuz ay boyunca çocuk taşıyıp doğum yaptıktan sonra bebeği kendi sütüyle besleyip yetiştirmesi çok önemlidir. Yazar, bunun yanı sıra ev işlerine de koşan kadının çoğu zaman kocasından daha fazla iş gördüğünü belirterek “Zira çocuk bakmak çok zor ve zahmetli bir iştir. Eli çocuklu kadına gece gündüz bir dakika rahat yoktur” sözleriyle bu dönemin kadınlar için zorluklarını anlatır. Kadının yaşadığı bu ağır dönemi kolay atlatabilmesi için beslenme ve temizli konusunda bazı kurallara dikkat etmesi gerekmektedir. Hamile olan kadının az ama sık sık yemek yemesi, yumurta, yoğurt, çorba vb. hafif yiyecekler tercih etmesi; doğum yapacak kadının ise temiz yıkanmış olması, su içmesi ve ılık bir ortamda bulunması gerekir.

“Hamile kadına lazımdır saf, zararsız ve temiz yesin! Mesela süt, yoğurt, yumurta, çorba ve diğer hafif yiyecekler. Çünkü onun bebeğinin de yiyeceği annenin yediği yiyeceklerden oluşur. Onun bebeği hemen o yiyeceklerden büyüyüp gelişir. Çocuğun canının sağ salım ve büyük olması için lazımdır ki onun yiyeceği iyi olsun ve onun yiyeceğinin iyi olması için lazımdır ki annesinin yemeği iyi, zararsız ve hafif olsun.” (Işık, 28 Mayıs 1911: 2-3)

Ağababa Yusufzâde (18 Haziran 1911: 4-5.), Hamile Fale Avratın ve Onun Uşağının Himâye Olunması adlı yazıda çalışan kadınların şartlarının ağırlığı nedeniyle kendilerinin ve bebeklerinin beslenemediğini, sağlık durumlarının kötüye gittiğini yazar. Fabrikalarda çalışan kadınların doğum iznini kullanmalarına müsaade edilmediği için bebeklerini emziremedikleri, sütlerinin boşa aktığı, çocukların iyi beslenememekten kaynaklı hastalanıp ölüm tehlikesiyle karşı karşıya kaldıklarını yazan Yusufzâde, çalışan kadınların karşılaştığı sorunlara dikkat çeker. Fabrikalarda çalışan kadınların çocuklarını emzirebilecekleri yerlerin olmayışı nedeniyle bebeklerini besleyememeleri eleştirilir. Kadının çalışma koşullarının iyi olmayışı, dinlenmesi ve iyi beslenmesi gereken bir dönemde çalışmak zorunda kalması ve bebeğin beslenmesinin aksamasından duyduğu üzüntüyü ifade eden Yusufzâde, fabrika sahiplerinin alınan kararlara uymadıklarını açıklar. Kadınlara yardım elinin uzatılmamasına tepkisini şu sözlerle dile getirir:

“Bu meseleye layıkıyla hıfzıssıhha nazarınca önem verilmeyip sadece doğumdan iki hafta önce hamile kadının fabrika işinden azat olmasını söylüyorsa da fabrika sahipleri bu karara da itibar etmiyorlar. Peki bu zayıf kadınlara, hayatın kahrı altında ezilmiş bi-çarelere kimler merhamet elini uzatıp yardım edeceklerini beyan edecektir? Fabrika sahibi mi? O, ürettiği





kırmızı terlikleri sayesinde insanları kendisine köle edip şahsiyetlerini hiçe sayan gaddar zengin mi?" (Yusufzâde, 18 Haziran 1911: 4-5)

Hamile kadınların doğumdan önce ve sonrasında birkaç hafta işten muaf tutulmasını ön gören görüşmeleri yeterli bulmayan yazar, kadınların gece ve gündüz sekiz saatten fazla çalıştırılarak açlık ve sefaletle mahkûm edilmelerini, bebeklerinin anne sütüyle beslenmeden mahrum bırakılmasına karşı sesini yükseltir. Doktorlara danışılarak kalıcı bir çözümün bulunmasını ister. Bu yazı, ağır çalışma koşullarının kadının yeme, içme, dinlenme ve sağlıklı koşullarda çalışma haklarının ihlal edildiğini göstermesi bakımından önemli bir içeriğe sahiptir.

"Dikkat ederseniz, söz konusu olan hamile kadının korunması ve doğumdan önce birkaç hafta ve doğumdan sonra birkaç hafta fabrika işinden muaf tutulmasıdır. Sürekli olarak çalışmaktan kurtulması hakkında konuşulmuyor. Böyle uygunsuz bir kanun, zulmün köküne su vermek demektir. Çünkü bu kanun aracılığıyla kadınların açlık ve sefalet kuyusuna düşmelerine neden olunur. Bu konuda doktorlara danışılmalıdır. Onlar ise hamile kadınlara geceleri iş verilmesinin kesinlikle mümkün olmadığını ve hamile bir kadının gece gündüz sekiz saatten fazla çalışamayacağını söylüyorlar." (Yusufzade, 18 Haziran 1911: 4-5)

Yukarıbaşı (6 Ağustos 1911: 3) imzasıyla yazılan Ramazân el-Mübârek Yaklaşıyor adlı yazıda "Ramazan ayında Allah'ın rızasını ve insanlığın iyiliğini gözeterek oruç tutmak ne kadar kişiler için vacip ve önemli buyurulmuş ise de hasta, hamile ve buna benzer durumda olan kişilere yasak ve menedilmiştir. Böyle kişilerin kendilerini bile bile oruç tutarak hasta etmeleri veya zarar görmeleri doğru değildir" ifadeleriyle hamile kadınlara oruç tutmanın bir zorunluluk olarak dayatılmasına karşı çıkılır. Aç kalan, yeterince beslenemeyen annelerin ve bebeklerin zarar gördüğü belirtilerek bazı kesimlerin hem anneyi hem de bebeği tehlikeye atacak açıklamalarının dine uygun olmadığı ayetlerle açıklanır.

"Mukaddes İslam şeriatı hiçbir zaman zorluğu ve eziyet etmeyi uygun görmez. Kadınların hamilelik ve emzirme dönemlerinde her ay yemeyi, içmeyi ve gerekli gıdaları almaları gereklidir. Bunun yerine oruç tutmaları farz değildir. Emziren ve hamile kadınların oruç tutması hem kendilerine hem de çocuklarına büyük zarar verebilir. Çünkü açlıktan ve susuzluktan dolayı anne vücudundan kan çekilir ve bu da anne karnındaki bebeğin gelişimini ve büyümesini olumsuz etkiler, cenini (annenin karnındaki bebeği) zayıflatır ve çoğu zaman ölümüne sebep olur. Doğal olarak bilinmektedir ki annenin yaşadığı açlık, yorgunluk, halsizlik, perişanlık, rahatsızlık ve huzursuzluk tüm organlarından ve damarlarından geçerek kan yoluyla cenine ulaşır." (Yukarıbaşı, 6 Ağustos 1911: 2-3)





3. Işık (1911-1912)'taki Yazılarda Çocuk Beslenmesi ve Yemek Kültürü İlişkisi

Işık Gazetesi'nde Nesil başlıklı makalede insanın pek çok özelliğın nesilden nesile aktarıldığını, bunlara bilgi, akıl, hastalık ve bedensel sağlık gibi özelliklerin olduğu kadar insana yakışmayan pek çok çirkin özelliklerin de dahil olduğu ifade edilir. Bütün bu eksikliklerin yalnızca anne babadan genetik yoluyla geçen özellikler olmadığı, ait oldukları neslin yetiştirilme tarzından kaynaklı olduğu belirtilir. Yazara göre bir neslin kusursuz olarak yetişebilmesi için insanların, çocuklarının eğitimi, yetiştirilmesi ve ahlaki üzerinde çokça durmaları gerekir. Antik çağlarda Hunlar ve Yunanlıların çocuklarını yetiştirmek için pek çok yöntem kullandıkları, bu yöntemlerden birinin de büyücülere, nefesinin tesirli olduğuna inandıkları kimselere başvurmak suretiyle başlarına üflemleri ve çeşitli dualar okumaları şeklinde bir terbiye yoluna gidildiği ifade edilir. Ancak zamanla insanlar bunların boş uğraşlar olduğunu anladıklarından çocuklarını akıl ve mantığa uygun koşullarda eğitmek ve yetiştirmek için uğraşmaya başladıkları belirtilir. Nesil makalesinde bazı ailelerde doğan çocukların hasta ve sıksa oldukları halde bazı ailelerin çocuklarının sağlıklı, bedenlerinin kuvvetli olduğu ifade edilir. Bunun sebebini “sağ can sağ bedende olur” atasözü ile açıklayan Alibeyova (22 Ocak 1911: 4), nesil konusuyla giriş yapmalarının nedeninin öncelikle çocukların sağlıklı beslenmesine daha sonra ise ahlaklarını güzelleştirmek için verilmesi gereken ilim ve terbiyeye ilişkin görüşleri önemsemeleri olduğunu açıklar.

Fischler, (1988: 275) “Herhangi bir insan grubunun beslenme biçimi, çeşitliliğini, hiyerarşisini ve organizasyonunu ve aynı zamanda hem kendi birliğini hem de farklı beslenenlerin farklılığını ortaya koymasını sağlar” diyerek farklı insan gruplarının beslenme ve yiyecek tüketme alışkanlıklarının onları farklı kıldığını belirtir. Fischler'in işaret ettiği farklılığı gören Çayıraklı Həyat Hanım da (19 Şubat 1911: 6-7), gazetede Xaşaş Çayı üzerine bir konu açarak eskiden beri Müslüman kadınlar arasında yaygın olan çocuklara çabuk uyuması için haşaş çayının içirilmesini eleştirilir. Bu makaleyi yazmaktaki amacının Kafkasya'daki Müslüman kadınlara süt emen çocuklarına haşaş çayı içirmenin zarar ve zararını açıkça beyan etmek olduğunu açıklar. Bu makaleden sonra kadınların haşaş çayının süt emen çocuklara verdiği zararı öğrenip bu uygulamadan vazgeçmeleri ümit edilir. Düzensiz yemek yenildiğinde beden sağlığı nasıl zarar görüyorsa bu şekilde doğal olmayan bir şekilde uyutmak da bebeğın bedeni için zararlıdır. İnsan normal bir uykuya daldığında, ertesi gün dinç uyanıp gününü de ona göre düzenli geçirir; ancak haşaş çayıyla bu şekilde uyuduğında başı ağrısı çekeceği bellidir. Çok veya az uyumanın kendine göre zararları olduğu hatırlatılarak bebelere haşaş çayının içirilmesinin çocuklarda uyuşukluk ve bağımlılık etkisi yaratması nedeniyle yaşlılarından geride kalmasına neden oldukları uyarısını yapar. Ayrıca haşaş çayı içirilen çocuk halden düşüp sürekli uyumaya ve tembelliğe meyilli olmaktadır.

“Yeni doğmuş bebek doğası gereği çok uyur. Bazı annelerimiz bununla yetinmeyip bir iş peşinde koştuklarında, emzirilen bebekler ağladığında





onlara haşhaş verirler ki bebekler uyuyup onları rahatsız etmesinler. Annelerimiz, ninelerimiz haşhaş çayı vermeyi deneyerek öğrenmişler ki emzirilen bebek haşhaş çayı içtikten sonra uyumaya başlıyor. Ancak onlar haşhaş çayının o masum bebeği bilinçsiz hale getirdiğinden haberdar değiller.” (Çayıraklı, 19 Şubat 1911: 6).

Tıp eğitimi almış olan Hatice Alibeyova (26 Şubat 1911: 11) Taze Dünyaya Gelen Uşağı Nece Beslemeli? başlıklı yazı dizisinde annelerin çocukları beslerken nelere dikkat etmesi gerektiği, hangi yiyeceklerden yemek yapmasının çocuğa faydalı veya zararlı olacağı konusunda önemli bilgiler paylaşır. Ayrıca çocuk bedeninin nasıl temizlenmesi gerektiği ve hangi sıklıkta çocuğa yemek yedirmek gerektiğini de çeşitli örneklerle açıklar. Kadınların eğitim alması ve doktora gitmesinin hoş karşılanmadığı bir dönemde gazetede bebek ölümlerinin sebeplerine odaklanılarak yeni doğan bebeklerin yeterince emzirilmesi, farklı gıdalarla yemek düzeninin oluşturulması ve temizliğe dikkat edilmesi gibi birçok bilgi paylaşılır.

Çocuk beslenmesinde anne sütünün önemini açıklayan yazılarda bebeklere emzik vermenin uygun olmadığı ifade edilir. Annelere yeni doğan bebeklerini besleme konusunda tavsiyeler verilir. Yeni doğmuş bebekler için en sağlıklı ve faydalı besinin anne sütü olduğu, bazı yerlerde yeni doğmuş bebeğe ilk günlerde anne sütü yerine emzik verilse de bunun doğru bir uygulama olmadığı açıklanır. Bu uygulamanın annenin sütünün ilk günlerde kötü olduğu ve bebeğe yaramadığı düşüncesiyle yapıldığını; ancak bu düşüncenin doğru olmadığı örneklerle ifade edilir.

“Annenin sütü, bebek doğduktan ve anne rahatladıktan hemen sonra bebeğe çok iyi bir besindir. Anne, bebeğe sütünü vermelidir, ancak çok sık olmamalıdır. Eğer bebek çok sık emzirilirse, o zaman bebeğin başı şişmeye (sedef) ve karnı şişmeye başlar. Üç aylıkken bebeği 24 saat içinde sekiz defadan fazla beslememelidir, yani emzirmemelidir.” (Alibeyova, 26 Şubat 1911: 11)

Çocuk beslenmesi konusunda süt emziren annelere başka bir uyarı da ayakta, gezerken veya yatarak çocuğa süt vermemesi gerektiğidir. Özellikle doğumdan sonraki ilk zamanlarında oturarak veya yan yatarak annenin çocuğu emzirmesinin memeye sütün daha kolay gelmesini ve çocuğun sütü çekmesini kolaylaştıracağı belirtilir.

Kendli Kız (30 Nisan 1911: 8) imzasıyla, Terbiyeli Aile adlı hikâyede paylaşmanın ve çocuk terbiyesinin önemi bir salkım üzüm ile anlatılır. İyi aile terbiyesi görmüş bir kadının Fatma ve Nuri adında iki çocuğu vardır. Anne, kızına bir salkım üzüm verir, Fatma ise bunu tek başına yemek yerine kardeşiyle paylaşırsa kardeşinin mutlu olacağını düşünerek ona götürür. Nuri, babasının bahçeden ter içinde çalışıp yorulduğunu söyleyerek üzümü babasına götürmeyi teklif eder. Baba ise eşinin de bu üzümünden tatmasını istediği için onu da çağırır.





Basit bir konu üzerinden yemek kültüründe paylaşma, empati ve çocuk eğitimi konusunda çeşitli mesajlar verilir. Aile bireylerinin birbirlerini düşünmeleri ve üzümü yedikten sonra şükretmek için hep birlikte dua etmesi sofraya kültürünün bir yansıması şeklinde aktarılır.

Yemek ve iletişim arasında çeşitli yönlerden bağlar bulunur. “Halk gastronomisindeki yeri ve toplumsal anlamlarıyla yemek, kültürel bakımdan yeme-içme ile ilgili adetler, yiyecekler ve iletişim arasındaki sembolik ilişkiyi, insan hayatındaki etkileriyle birlikte sunmaktadır” (Koçak ve Günaltay Başak, 2024: 47). Kültüre göre değişkenlik gösteren nitelikler, uluslara özgü davranış ve iletişim farklılıklarını da gösterir. Ağababa Yusufzâde (14 Mayıs 1911: 7-8) Finlandiya’da Kızlar Terbiyesi başlıklı yazısında Finlandiya-Türk usulü çocuk terbiyesini, yemekteki iletişim farklılığı üzerinden karşılaştırır. İki milletin yemek geleneğindeki farklılıklar üzerinden çocuklara verilen eğitimi anlatan Yusufzâde, Finlilerin çocuklara sofrada büyüklerle konuşarak fikirlerini özgürce söylemelerine imkân tanıdıkları, sorunlarını büyüklerle paylaşan çocukların ise iştahlarının her zaman açık olduğunu, bu nedenle yedikleri yemekleri kolay sindirdiklerini anlatır.

“Öğle ve akşam yemeği için çay içtikleri zaman ise ebeveynleriyle aynı sofrada olup ve hiçbir zaman onlara yemek yerken sessiz kalmaları emredilmeyip aksine çocukların büyüklerle sınırsız ve engelsiz sohbet etmeye hakları olur. Çocuklar kendilerine özgü üzüntülerini veya sevinçlerini izinsiz paylaşırlardı. Bu nedenle çocukların iştahı her zaman açık olur, ne kadar lezzetli yemek verilse hemen yiyip sindirirlerdi.” (Yusufzâde, 14 Mayıs 1911: 7-8).

Türklerde ise sofraya kültüründe çocukların büyükleri konuşmalarıyla rahatsız etmelerinin hoş karşılanmadığını, sofradayken konuşmalarının yasaklandığını ifade eder. Yazar, kendi çocukluğundan hatırladığı bir anısıyla aradaki farklılıkları ortaya koymaya çalışır. Öğle ve akşam yemeği zamanı geldiğinde çocuklara “edepli ol, büyüklerin yanında alçak sesle konuş” diye uyarıda bulunulduğunu hatırladığını belirten yazar, özellikle sofrada, babasının kendisine şunu tembihlediğini söyler: “Sofrada herkes konuşursa onun yediğini şeytan götürecektir. Çoğu zaman böyle sözler yüzünden sofrada sıkıntı olurdu. Bir tokat da çocuğun suratına gelir, zavallı çocuk bütün dünyayı unutup bir köşeye sıkışarak kahırla ağlamaya başlardı” (Yusufzâde, 7 Mayıs 1911: 7-8). Yazarın hatırladığı anı, iki millet arasındaki yemek adabını ortaya koyma açısından önemlidir. Sofrada dikkat edilmesi gereken davranışlar o milletin yaşam tarzıyla bütünleşmiştir. Özgür çocuklar yetiştirmek isteyen Finliler, çocukları yemekte konuşmaya teşvik ederken Türklerde yemek yerken çok konuşmanın bereketi kaçıracağı inancı yaygın olduğundan çocuklara sessiz olmaları tembihlenmektedir. Finlandiya’da yemek sırasında büyükleriyle daha çok paylaşımda bulunan çocukların iştahlarının açık olması, yemekleri kolay sindirmesi yemekteki iletişime bağlanır. Türk çocuklarının çekingen oluşları ise sofrada konuştuklarında cezalandırılmalarıyla ilişkilendirilir.





Sonuç

Azerbaycan'ın ilk kadın gazetesi *Işık*, kadınların her alanda aktif olarak yer almaları, eğitim ve çalışma haklarını kazanmaları için mücadele eden bir gazetedir. Gazete, kadınları bilinçlendirmek, haklarını savunmaları için bilgilendirme yazıları yayınlamanın yanı sıra kadınlara mutfak ve ev işlerinde yardımcı olacak bilgiler de sunar. Bu yazılarda eleştirel bir dil kullanılarak kadının yemek ve diğer ev işleriyle yükümlü tutulmasına tepki gösterilir. Yemekle ilgili yazılarda sık sık kadının eve kapatılması ve eğitimden mahrum bırakılması eleştirilir. Çoğunluğu kadın yazarlardan oluşan derginin kadrosu, yemek kültürü üzerinden kadının sosyal konumunu belirleyen toplumsal cinsiyet rollerine dikkat çeker. Kadının gelecek nesli yetiştirecek olmasından dolayı eğitilmiş olması gerektiği savunulur, bilgili kadınların yetiştireceği çocukların ülkenin geleceğini inşa edeceği vurgulanır. Erkek yazarların da destek verdiği bu konularda yazılan makalelerde, genellikle kadının evdeki konumu, sosyal yaşamda kadının haklarını kullanamayı, çocukların ve kadınların beslenmesinde dikkat etmesi gerekenler işlenir. Makalelerin çoğunda coğrafya ve iklimin şekillendirdiği yemek kültürünün izlerini bulmak mümkündür. Gazete, tamamen kadınlara özgü olması nedeniyle Azerbaycan kültürüne ait yiyecek ve içecek hazırlanması ve tüketilmesi konularında da tariflere yer vererek mutfak hazırlığı yapan kadınların işini kolaylaştırmak ister. Çocukların beslenmesi, sağlıklı yiyecekler tüketmesi ve sofraya uyum sağlaması için yapılacaklar gazetesinin üzerinde durduğu diğer konulardır.

Kaynakça

- Ahundova, Halime Hatun. "Hukuk-u Müslime", *Işık*, 19 Şubat 1911, s.10.
- Altunsabak, E. (2022). "Tarım ve Hayvancılığa Bağlı Geleneksel Bilgi Sistemleri: Kars İli Örneği". Yüksek Lisans Tezi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ankara.
- Alibeyova, Hatice. "Hemşirelerimize İhtâr". *Işık*, (22 Ocak 1911), 1-2.
- Alibeyova, Hatice. "Hukûkumuz". *Işık*, (22 Ocak 1911), 3-4.
- Alibeyova, Hatice. "Taze Dünyaya Gelen Uşağı Nece Beslemeli?". *Işık* (26 Şubat 1911), 11-12.
- Aydın Hande. 2018. "İlk Kadın Gazetesi Işık'ın (1911-1912) Azerbaycan Basın Tarihindeki Yeri". Yüksek Lisans Tezi, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydoğdu, Aydoğan, & Mızrak, Metin. (2017). "Azerbaycan ve Türkiye Mutfak Kültürünün Tarihi Birlikteliği ve Mevcut Durumunun Belirlenmesi". *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 15-25.
- Beşirli, Hayati. 2010. "Yemek, kültür ve kimlik". *Millî Folklor*. Sayı 87, 159-169.





- Canbey, B. (2024). Azerbaycan Kadın Modernleşmesinde Matbuatın Yeri ve Şark Kadını Dergisi Üzerine Bir İnceleme. *Sakarya Üniversitesi Türk Akademi Dergisi*, 3(2), 60-71. <https://doi.org/10.62122/sautad.1506851>.
- Çaykırıklı, Hayat Hanım. "Haşhaş Çayı". *Işık*, (19 Şubat 1911), 6-7.
- Fragner, Burcu. 2003. "Kafkaslardan Dünyanın Damına: Bir Mutfak Serüveni". Sami Zubaida- Richard Tapper (Editörler). *Ortadoğu Mutfak Kültürleri*. (Çev. Ülkün Tansel). İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları, s.49-61.
- Fischler, Claude. (1988). "Food, self and identity". *Social Science Information*. 27(2). 275 292.
- Hablemitoğlu, Şengül. (2014). "İsmail Bey Gaspiralı ve Kadın Hareketleri" *Her Yıl Bir Büyük Türk Bilgi Şölenleri*. (İçinde s. 71-83). Bursa: Türk Ocakları Bursa Şubesi Yayınları.
- Işık. "Portakal Mürebbesini Nasıl Pişirmeli?". (22 Ocak 1911), 7.
- Işık. "Ne Sayak Emecek Uşağı Temizlikte Saklamak" (14 Mayıs 1911), 5-6.
- Işık. "Hamile ve Vaz-ı Haml Etmiş Analar için Fenni Bir Makale". (21 Mayıs 1911), 2-3.
- Kendli Kız. "Terbiyeli Aile". *Işık*, (30 Nisan 1911), 8.
- Khalifazade, H. J. 1999. "Yazardan". *Azerbaycan Mutfağının Sırları*. (İçinde s.23). Bakü: Azerbaycan Publishing İnstitute.
- Koçak, Aynur, & Günaltay, Merve. (2024). Anadolu'da Meryem Ana ile İlgili Yiyecek ve İçecekler. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 17(Özel Sayı), 46-65. <https://doi.org/10.12981/mahder.1518828>
- Köse, Elanur. 2021. "Kırım ve Kafkasya Matbuatında Kadın: Âlem-i Nisvan, Işık ve Molla Nasreddin". Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- MacLagan, I. 2003. "Bir Yemen Kasabasında Toplumsal Cinsiyetin Sofraya Yansıması". Sami Zubaida- Richard Tapper (Editörler). *Ortadoğu Mutfak Kültürleri*. (Çev. Ülkün Tansel). İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları, s.
- Qasimova, A. 2010. *Azərbaycan'da İlk Qadın Matbuatı: "İşıq" Qəzeti*, Bakı: Adiloğlu.
- Sarıahmetoğlu, Nesrin. 2021. "Milletleşme Sürecinde Azerbaycan Basınının Oluşum ve Gelişimi". *Azerbaycan Düşünce Tarihi Evreler, Olaylar ve Şahsiyetler* (19. Yüzyılın Ortaları-20. Yüzyılın Başları. Ankara: Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı.
- Vahapzade, Bahtiyar. 1999. "Ön söz". *Azerbaycan Mutfağının Sırları*. (İçinde s.21). Bakü: Azerbaycan Publishing İnstitute.
- Yakışan, Reyhan. (2024). "Azerbaycan Cedidizminde Kadın Hakları", *Türk Tarihi Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 102-116.
- Yukarıbaşı. "Ramazan El-Mübarek Yakınlaşır". *Işık*, (6 Ağustos 1911), 2-3.
- Yusufzâde, Ağababa. "Finlandiya'da Kızlar Terbiyesi". *Işık*, (14 Mayıs 1911), 7-8.
- Yusufzâde, Ağababa. "Finlerde Uşak Beslemek". *Işık*, (28 Mayıs 1911), 4-5.
- Yusufzâde, Ağababa. "Hamile Fale Avratın ve Onun Uşağının Himâye Olunması". *Işık*, (18 Haziran 1911), 4-5.

