

## **VEGAN KİMLİĞİN OLUŞUMU: VEGAN OLMAK VE VEGAN KALMAK**

**Zeynep Serap TEK TEN AKSÜR MELİ\* & Hayati BEŞİRLİ\*\***

### **Öz**

*Veganlık günümüzde yemek kültürü ve toplumsal hareketler açısından önemli bir yer tutmaya başlamıştır. Veganlık yalnızca bir beslenme biçimi değil ayrıca hayvansal hiçbir ürünün kullanılmaması etrafında şekillenen bir yaşam biçimidir. Veganlık, yemeğin anlamı, yemeğin toplumsal boyutu ve insan-doğa ilişkisi konusunda farklı bir bakış açısını yansıttığı için yemek sosyolojisi açısından zengin bir olgudur. Bunun yanında veganlık, kişilerin ve grupların aidiyetlerini şekillendiren bir kimlik unsuru olarak da sosyolojinin farklı alt disiplinlerinin ilgisini çekmektedir. Bu çalışma, veganlığın bir kimlik unsuru olarak şekillenmesi sürecini betimlemeyi amaçlamaktadır. Bu betimleme çabasında, vegan olma kararının alınması ve vegan olmanın sürdürülmesi süreçlerinde kişilerin kurdukları anlatılara ve dikkat ettikleri unsurlara odaklanılmıştır. Ayrıca katılımcıların vegan olmayan diğer kişilerle kurdukları iletişim ve literatürde kimlik kurulumunda önemli olduğu belirtilen 'öteki' kurgusunun nasıl oluşturulduğu da çalışmanın dikkat ettiği unsurlar arasındadır. Saha araştırmasında elde edilen veriler, veganlığın tek ve homojen bir kimlik olmadığına, veganlığın farklı görünümünün ve kişiler için farklı tanımlarının olduğuna işaret etmektedir. Bu çeşitliliğe rağmen, vegan olma kararının alınmasında ve veganlık pratiklerinde birkaç ana hat üzerinden benzerliklerin yakalanabildiği görülmüştür.*

**Anahtar Kelimeler:** *Veganlık, Veganizm, Beslenme, Kimlik, Kesişimsellik*

## **FORMATION OF VEGAN IDENTITY: BECOMING VEGAN, STAYING VEGAN**

### **Abstract**

*Veganism has an important place in today's food culture and it is important in terms of a social movement. Veganism is not only a form of nutrition but also a way of life that is shaped around avoiding animal products. Veganism is a phenomenon elaborated by the field of sociology of food as it reflects a perspective about the meaning of food, the social dimension of the dish and the relationship between humanity and nature. Veganism attracts the attention of different sub-disciplines of sociology as an element of identity shaping the belonging of individuals and groups. This study aims to describe the process of vegan identity*

\* Dr., Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü, zeynep.tekten@hbv.edu.tr <https://orcid.org/0000-0002-3840-0056>

\*\* Prof. Dr., Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü, hayati.besirli@hbv.edu.tr <https://orcid.org/0000-0002-2051-2471>

*formation. In this descriptive effort, the focus has been on the narratives of participants and their decision-making processes to become vegan and maintaining vegan lifestyle. In addition, the ways participants formulate 'the other', which is deemed important in constructing the identity, are among the issues analyzed in this study. The data obtained from the field research reveal that veganism is not a single and homogeneous identity. There are various definitions of veganism for different individuals. Different interpretations of veganism reflect on the daily life and change some patterns in the daily practices of participants. Despite of this diversity in vegan experiences, similar motivations for becoming vegan and following veganism have been observed during the field research.*

**Keywords:** Vegan, Veganism, Nutrition, Identity, Intersectionality

## Giriş

Dünyada bitkisel beslenmeye ve vegan yaşam tarzına ilginin arttığı görülmektedir<sup>1</sup>. Türkiye nüfusunun ne kadarının vegan olduğuna dair bir veriye ulaşılamamakla birlikte özellikle büyük şehirlerde vegan kişi sayısının arttığı iddia edilebilir. İstanbul, Ankara, İzmir ve Diyarbakır'da yalnızca vegan/vejetaryen menülerin sunulduğu restoranların açılması bu anlamda dikkat çeken bir husustur. Ayrıca büyük şehirlerde vegan yemek seçenekleri sunan mekanların sayısının hızla arttığı görülmektedir.

Veganlık ve buna bağlı deneyimler felsefe, sosyoloji, gastronomi ve turizm gibi disiplinlerin çalışma alanlarına giren konuları içerir. Yemek sosyolojisi alanı daha çok kültürel farklar ve toplumsal ilişkilerin yemek ve mutfak üzerinden incelenmesine odaklanırken gastronomi ve turizm ise farklı lezzetlerin deneyimlenmesine odaklanmıştır. Sosyoloji içerisinde yemek sosyolojisi yeni bir disiplin olarak gelişim göstermektedir. Ancak bu yeni disipline artan ilgiye rağmen veganlık ve vegan beslenmenin toplumsal boyutları sosyoloji literatüründe az yer bulmaktadır.

Bu çalışma veganlığın bir beslenme ve tüketim seçimi olması dolayısıyla bir kimlik unsuru da olduğu iddiasıyla yola çıkmıştır. Bu nedenle çalışma, veganlığın bir toplumsal olgu olarak ele alınmasına ve vegan kimliğin şekillenişini anlama çabasına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Çalışmada vegan bireylerin yaşamlarının na-vegan yaşam ve beslenme biçimlerinden ayrılan yönlerine ve vegan olmalarından kaynaklanan deneyimlerine odaklanılmıştır. Bu kapsamda araştırma betimsel niteliktedir.

Araştırmanın veri toplama sürecinde kendini vegan olarak tanımlayan on katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ulaşabilmek için Türkiye'de veganların paylaşım yaptıkları sosyal medya hesaplarından bazılarında, çalışmanın amacı ve kapsamını belirten araştırmaya katılım çağrısı yayınlanmıştır. Bu çağrıda katılım için gönüllü olan kişilerin araştırmacılara ulaşabilecekleri iletişim bilgileri de yer almıştır. Bu yolla gönüllü katılımcıların araştırmacılara ulaşması sağlanmış ve yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında elde edilen

<sup>1</sup> Örnek olarak 2019 yılı itibarıyla İngiltere'de kendini vegan olarak tanımlayanların oranının İngiltere nüfusunun %7'sine ulaştığı (Euronews, 2019) iddia edilmektedir.

veriler, bir süre başka şehirlerde yaşamış olsalar da veganlığı Ankara'da deneyimlemiş kişiler ile yapılan görüşmelerden elde edilmiştir. On katılımcıdan beşi vegan oldukları sürede yalnızca Ankara'da yaşamış iken diğer beş katılımcı İstanbul, İzmir, Mersin, Londra ve Berlin kentlerinde de bir süre yaşamış bireylerdir.

## **1. BİR KİMLİK UNSURU OLARAK BESLENME**

Sosyoloji literatüründe kimlik, bir kişi veya grubun kendisini tanımlaması ve kendini diğer kişi veya gruplar karşısında konumlaması olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımlamanın birinci kısmı, kişi veya grubun kendi gözündeki görüntüsüne, ikinci kısmı ise diğer kişiler veya gruplar arasındaki yerine işaret etmektedir. Bu görüntü bir yandan bizim olduğumuza inandığımız kişiye (veya gruba), diğer yandan diğerlerinin bize yüklediği kişiye (veya gruba) ait imajlar arasındaki gerilimin ürünüdür. Yani diğerleriyle etkileşim içerisinde oluşan bir resimdir. Kişi veya grubun adresi, kendisini kimlere yakın veya uzak gördüğü ile ilgilidir (Bilgin, 2007:11).

Veganlığa artan ilgi nedeniyle ele alınması gereken konulardan biri yiyeceğin kimlik nesnesine dönüşümüdür. Organizmanın canlılığını sürdürmesi için gerekli olan enerjiyi sağlamaya yarayan ürünler ve bunları tüketim biçimleri nasıl ve hangi süreçte kimliğin belirleyicisi olmaktadır? sorusu yemek sosyolojisi alanının temel merakları arasındadır. Bu soru iki ana çizgi üzerinden ele alınabilir: İlki, insan-doğa ilişkisindeki zorunlulukların toplulukların beslenme şekillerini etkilemesi, ikincisi ise insanın yaşam tarzı üzerinde belirleyici olan ideolojilerin beslenmeyi iktidar aracına dönüştürmesidir. Bu iki açıklama düzeyi birbirinden bağımsız değildir ve birbirlerini etkiler.

İnsanların yaşadıkları fiziksel çevre ile olan etkileşimi, besinlerini veya genel anlamda beslenme kültürlerini belirler. Bu belirlemede toplumun fiziksel coğrafyayı en iyi şekilde değerlendirmesi ve bu coğrafyanın ürünlerini yiyeceğe dönüştürmesi söz konusudur. Fiziksel coğrafyanın belirleyiciliği yemek kültürünün ana unsurlarını ortaya çıkarsa da tüketim seçimleri yadsınamaz öneme sahiptir. Beslenme alışkanlıkları veya tüketilen besinler kişileri veya grupları tanımlayan unsurlar haline gelir. Bu kapsamda, farklı beslenme alışkanlıklarına sahip olanların kendilerine özgü beslenme pratikleri ile ifade edildikleri görülebilir. Bu durum ne yediğinizle tanınmanızdır. Bu tanınma bazen ulusların ve coğrafyaların belli yiyeceklerle ve yeme alışkanlıklarıyla anılmasını ortaya çıkartır. Beslenme birçok topluluğu birbirinden ayıran ve topluluk kimliğini belirlemede önemli bir unsurdur<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> Papa III. Gregor tarafından Hıristiyanlara, Kuzey Avrupa Vandallarına benzeyecekler kaygısı ile at etini yemeleri yasaklamıştır. Kuzey Avrupa'nın Hıristiyanlaştırılmasında atın kurban ve yiyecek olarak kullanılması, yeni dinin yayılmasına bir engel olarak görülmüştür. Papa III. Gregor bunu "bazılarına yaban atı, daha birçoklarına da evcil at yeme izni vermişsiniz. Aziz Kardeşim Bonifacius bundan böyle, bu konuda, hiç kimseye bir biçimde izin vermeyiniz" şeklinde ifade etmiştir (Isenbügel, 1984: 40- 44, Fieldhouse, 1996: 124). Başka bir örnekte ise, Kafkasya'da İslam dininin yayılmasını engellemek için birtakım önlemlerin alınması ihtiyacını duyan Hıristiyan din adamları heyeti, bir toplantı yaparak,

Beslenme biçimleri ve tercihleri üzerinden kurulan ulus-ötesi bağlar ve hareketler, kimliği yine beslenme üzerinden fakat farklı dinamikler ile şekillendirmektedir. Bu dinamikler beslenme tercihlerini geleneksel bir kimlik-kültür-yemek tartışmasının dışına çıkartan unsurlara sahiptirler. Bu durum, ulus-ötesi kimlik oluşumu ve yeni toplumsal hareketler üzerinden bir kimlik algısı ortaya çıkmasıdır. Yiyecekler, ülke sınırlarını aşan toplumsal hareketler ve ideolojiler ile kimlik unsuruna dönüşmekte veya kimliğin önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Veganlık ve vejetaryenlik, ulusal, etnik ve coğrafi sınırların ötesinde yeme alışkanlıkları ile başka bir topluluk oluşturmanın en iyi örnekleridir. Bu anlamda veganlık ve vejetaryenlik ulus-ötesi kimlikler oluşturan toplumsal hareketler olarak da ele alınabilir.

Et ve tüketimine ilişkin bakış açıları farklı kabullerden hareket etmektedir: Et elde etmek için hayvanların acı çekmesine ilişkin ahlaki kaygılar, gıda olarak et tüketmenin doğal kaynakların yersiz ve ölçüsüz bir şekilde kullanılması olduğunu ifade eden eleştiriler, bazı dinler ve dini hareketler, sağlık ve estetik bakış açısıyla eti hastalık bulaştırıcı ve tiksinc olarak gören bakış açıları ve tüm bu kabullerin kesişimi, bu kapsamda sayılabilir (Beardsworth ve Keil, 2011:378-384). İnsan ve doğa arasında kurulan ilişkinin beslenmeye yansımaları yalnızca et tüketimiyle sınırlı değildir, insan ve doğa arasındaki bağın sorgulanması hayvansal ürünlerin tüketimine dair daha geniş kararlar almayı da gerektirir. Veganlığı ele alırken insan ve doğa ilişkisinin sorgulanmasına ve etik kaygılar nedeniyle yeme biçimlerinin şekillenmesine dair açıklamalar önem kazanmaktadır.

Kişilerin ve toplulukların doğayı ve hayvanları nasıl tanımladıkları beslenme alışkanlıklarını doğrudan etkiler. Beslenme biçimlerinin ve gündelik hayat pratiklerinin belirlenmesinde insan, canlı ve çevre merkezli yaklaşımların kabulü ve bunların ideolojik çerçeveler içinde konumlanmaları söz konusudur. Diğer çevre unsurlarının insan için var olduğu fikrine dayanan insan merkezci (antroposentrik) etik anlayış çevre sorunlarının artmasının altında yatan neden olarak kabul edilmektedir. İnsan merkezci yaklaşımın önemli bir varsayımı, insanın genetik özelliklerine ek olarak kültürel bir mirasa sahip olması ve bu nedenle, diğer bütün hayvan türlerinden oldukça farklı olduğu fikridir (Özerkmen, 2002:167-170). Bu yaklaşım insanoğlunun “efendiliği” ve çevrenin “insanın malı” olarak insanın tasarrufunda olduğu kabulünden hareket eder. İnsan merkezci yaklaşımda, doğaya hükmetme hakkını dini unsurlara dayandıran görüşler ağırlıktadır. İnsan merkezli yaklaşıma ilişkin eleştiriler, insanın sınırsız değerde olduğunun varsayılmasına ve her ne pahasına olursa olsun insanın mutluluğunun hedeflenmesinin yanlışlığına odaklanmaktadır. Bu kabuller

---

Kafkasya’da Hristiyanlığı yayma işini yürüten Gürcü misyonerlerin başarısız olduklarını, bundan sonra onların yerine Rus misyonerlerin bu işi yürütmesi gerektiğine karar vermişlerdir. Bu konuda Gürcü vakanüvis Vahuşti, 1745 yılında şunları yazar: “Basianların [Malkarlular], komşuları Osetlerde olduğu gibi yönetici ve asilleri Müslüman, köylüleri Hristiyan’dır. Ancak Basianlarda ve Osetlerdeki Hristiyanlık inancı yarım yamalaktır. Sözgelimi, bunlar yalnızca domuz eti yiyenleri Hristiyan, at eti yiyenleri de Müslüman olarak kabul ederler.” (Beşirli, 2017 :63).

nedeniyle doğayı sınırsızca ve sorumsuzca tüketen medeniyetler kurulduğu ifade edilmektedir.

İnsanı belirleyici gören yaklaşıma tepki olarak diğer canlıların da haklarının olduğu düşüncesine dayanan canlı merkezci (biosentrik) yaklaşım ise “sadece insan” tezine karşı çıkar. Bu yaklaşıma göre canlıların değeri insanın ihtiyaçlarını karşılamasından gelmez. Canlı merkezci yaklaşım diğer canlı formlarının da “insanlarla aynı ve eşit haklara sahip” oldukları tezini ortaya koyar. Üçüncü yaklaşım olan çevre merkezci (ekosentrik) yaklaşım ise canlı merkezci bakış açısına “cansız çevre” unsurlarını da ekler. Dolayısıyla çevrecilik açısından göz ardı edilmiş olan ekosistemdeki canlı olmayan fiziksel ve kimyasal unsurların da etik olarak bir değerinin olduğu gösterilmeye çalışılmıştır (Özerkmen, 2002:167-170; Kayaer, 2013: 64-69). İnsan merkezli bakış açısının ötesine geçilmesi beslenme ve tüketim alışkanlıklarına da yansır. Vegan beslenme ve tüketim seçimleri insan merkezli bakış açısının dışına çıkılmasının bir sonucudur.

## **2. VEGAN KİMLİK VE DİĞER KİMLİKLERLE KESİŞİMSELLİĞİ**

Kesişimsellik (intersectionality) kavramı ilk olarak 1989 yılında Crenshaw tarafından feminist tartışmaların içerisinde siyahi kadınların deneyimlerinin göz ardı edildiğine dair eleştiri ile ortaya çıkmıştır. Bu bakış açısı, siyahi kadınların deneyimlerinin sadece siyahi ve sadece kadın olmaktan daha farklı olduğunu iddia ederek sosyal bilim literatürü için farklı bir bakış açısının temelini atmıştır. Toplumsal cinsiyet, ırk, etnisite ve sınıfsal pozisyonun etkilerinin farklı kimlikler yarattığı tartışmaları gelişmiş, sadece dezavantajlı kimliklerin değil her türlü politik, etnik, ırksal, sınıfsal ve kültürel unsurun birbirleriyle kesişerek yarattığı kimlik inşası analiz edilmeye başlanmıştır.

Kesişimsellik tartışmalarının hayvan hakları ile bulunduğu nokta, hayvan bedeni ile kadın bedeninin benzer şekillerde sömürüye maruz kaldığına dikkat çekilmesidir. Adams’ın vejetaryenlik, cinsiyetçilik ve feminizm arasındaki ilişkiye işaret etmesi türcülük ve cinsiyetçiliğin paralel kurgular olduğunu ortaya koymuştur. Adams’ın “İhtiyacımız olan şey, kadınların ve hayvanların maruz kaldığı tahakkümün birliği ile metafor ve kayıp gönderge etrafında dönen sorunların paralel yolunun izini sürecek bir teoridir. Benim önerim kültürümüzdeki kesimi ve cinsel şiddeti bağlantılandıran bir nesneleştirme, bölümlere ayırma ve tüketim döngüsüdür” açıklaması ön plana çıkmıştır.

Et tüketimi erkeksi, sebze tüketimi ise kadınlara yakışan bir davranış olarak görülmektedir. Etin güç ve iktidarı ifade etmesi gibi, bitki ve sebze kelimesi kadınların edilgenliğiyle eşanlamlıymış gibi kullanılmaktadır. Çünkü kadınların erkeklere göre daha uysal olduğu düşünülmektedir. Besinleri, uysal duygusal dişilik, güçlü otoriter erillik ilişkisinde kategorize eden (Adams, 2013: 92, 109; Tunçay Son, ve Bulut, 2016:838) bakış açısı bu

kesişimselliği taşımaktadır. İnsanın çevre ile olan ilişkisinin nasıl olacağına ilişkin yaklaşımı kimlik kesişiminde belirleyici olmaktadır.

Toplulukların çevreyle kurdukları ilişkinin, topluluk içindeki güç ilişkilerini etkilediği tespiti (Sanday, 1994: 64-69) Adams tarafından da vurgulanan bir husus olmuştur. Sanday, gücün hangi sembollere atfedildiği ve topluluk için güç kaynaklarının hangi unsurlar olarak görüldüğünün, hayvan ve bitki temelli beslenme biçimlerinin etkisi altında olduğunu ifade etmektedir. Sanday, hayvansal kaynaklara dayanmış ekonomilerin, temel yaratıcı güç olarak kadınları görmelerinin çok az rastlanır olduğunu belirtir. Toplulukların çevrelerini algılama biçimleri, topluluk içindeki ritüelleri ve ideolojileri de etkiler. Kıyafet, günlük kullanım için eşyalar ve yiyecek için büyük avlar yapmak zorunda olunan topluluklarda, avlayan ve avlanan, yani hayvan ve avlanan erkek, birbirlerini alt etmek için bir yarış içindedir. Her ikisinin de birbirini yenebilme ihtimali olduğu bu durumda, güç erkekler için hazır olarak gelmez. Güç, “kazanılması, kontrol edilmesi ve insanların yararına manipüle edilmesi” gereken bir unsurdur (Sanday, 1994: 65).

Sanday’ın çalışmasında ele aldığı topluluklarda erkekler ve hayvanlar arasındaki şiddet içeren ilişkinin erkekler ve kadınlar arasındaki güç ilişkilerine yansımaları gözlemlenmektedir. Bu çalışma, erkeklerin kadınlara gösterdiği şiddetin, doğa ve hayvanlar ile kurulan ilişki ile bağlantılı olduğuna dair tespitler içerir: Erkeklerin hayvanlara uyguladığı şiddet bu alanda sınırlı kalmamakta ve kadınlarla olan toplumsal ilişkilerine yansımaktadır. Erkeklerin avlanma yoluyla elde ettiklerinin azaldığı durumlarda, yeniden ‘doğayı verimli kılmak/bereketlendirmek’ için kadınlara cinsel saldırıda buldukları ve kadınları ritüellerden dışladıkları görülmüştür. Bu topluluklarda, bu şekilde gerçekleşen ve ‘hayvansal enerjiyi sürdürdüğü ve biriktirdiği’ düşünülen cinsel baskının hem toplulukta doğumların olmasını sağladığı hem de ‘hayal edilen cinsel enerji miktarını’ muhafaza ettiği belirtilmektedir (Sanday, 1994: 192-194). Bu örnekte görüldüğü gibi, erkeklerin doğa ve hayvanlar üzerinde kurmaya çalıştıkları tahakküm, bu alanda sınırlı kalmamakta ve insanlar arasındaki güç ilişkilerine de yansımaktadır.

Adams’a (2013:161) göre vejetaryenlik ile hayvanların öldürülmesine karşı yüzyıllardır süregelen itirazlar ile kadınlara uygulanan tahakküme karşı çıkışlar kesişmektedir. Bu itirazlar hayvanlara, kadınlara ve toplumsal düzene ilişkin bakış açılarının farklı biçimlerde kesişmelerini ortaya koyar. Adams, hayvanların ve kadınların bedenlerinin sömürsünün et tüketimine dair varsayımlar ve pratiklerle sınırlı kalmadığına, et dışındaki hayvansal ürünlerin de dişi bedenine sömürsüne bağlantılı olduğuna dikkat çekmektedir. Adams, süt ve yumurta için ‘feminize edilmiş protein’ kavramını kullanarak dişi hayvanların üreme döngülerinin istismarını analiz etmiştir. Hayvanları kullanan endüstriler, dişi hayvanların bedenlerini yalnızca et ve deri için değil, süt ve yumurta için de manipüle etmektedirler. Bu nedenle Adams, inekler ve tavuklar gibi evcilleştirilmiş dişi hayvanların

bir çeşit ‘cinsel kölelik’ içerisinde bulunduğuna dikkat çekmiştir (2010: 305). Bu nedenle güncel tartışmalarda, erkek egemenliğine karşı feminist ve vegan hareketlerin bir arada yürümesi gerekliliği vurgulanmaktadır.

Et yemenin ve hayvansal ürünleri tüketmenin yalnızca kadın ve erkek arasındaki eşitsiz güç ilişkisini yansıtmakla kalmadığı, ırkçılık, cinsiyetçilik, heteroseksizm ve insanlara yönelik ayrımcılığın diğer biçimlerine de yansıdığı, bu nedenle veganizm ile diğer ideolojik duruşlar arasında bir ilişki olduğu savunulmaktadır. Abolisyonist vegan hareket, kesişimsellik konusunda vegan hareket içerisinde en gelişkin cevapları sunan fraksiyon olarak nitelendirilebilir. Tüm kölelik biçimlerine karşı çıkmak şeklinde temellendirilen bu hareketin türçülüğün yanında “ırkçılık, cinsiyetçilik, heteroseksizm, engellilere yönelik ayrımcılık, yaşa dayalı ayrımcılık ve sınıfsal ayrımcılık dâhil olmak üzere insanlara yönelik tüm ayrımcılık biçimlerini” (<http://abolisyonistveganhareket.org>, 2018) reddettikleri ifade edilmektedir. Bu nedenle kesişimsellik kavramı vegan hareket içerisinde özellikle abolistyonist fraksiyonda oldukça önemlidir. Bu durumda veganlık ve cinsel kimlik, veganlık ve politik kimlik veya başka kolektif kimliklerin veganlık ile birlikte ortaya konulduğunu görmek mümkündür.

### **3. BESLENMENİN YENİDEN OKUMASI: NASIL VEGAN OLDUM?**

İnsanın çevreyle olan ilişkisini kuruş biçimi, veganlık kararının verilmesinde çok büyük yer tutar. Vegan bakış, farklı canlı türlerinin eşitliliğine inanmakta ve hayvanların yenmesinin yanında, hayvansal ürünlerin kullanımının da bir sömürü ilişkisi olduğunu ifade eder. Bu bilgilerle uyumlu olarak çalışmanın katılımcıları, veganlığı türler arasındaki eşitliği anlamak açısından bir bilince erişme sürecinin ürünü olarak tanımlamaktadırlar. Katılımcıların et yemenin ve hayvansal ürünleri kullanmanın bir zorunluluk olmadığını anladıkları, hayvanların yenmek ve yararlanmak için var olduğunun düşünülmesinin kültürel bir öğrenmenin sonucu geliştiğini ve sosyalleşmenin bir ürünü olduğunun farkına vardıkları görülmektedir.

Katılımcıların nasıl vegan olduklarına ilişkin değişen anlatıları vardır. Bazı katılımcılar yıllar süren bir vegan olma sürecinden bahsederken bazıları bir anda vegan olma kararı aldıklarını aktarmışlardır. Bunların yanında, bir süre vejetaryenliğin deneyimlenmesinden sonra vegan olan katılımcılar da bulunmaktadır. Veganlığa geçiş süreci, bazı katılımcılar için doğrusal ilerleyen bir süreç değildir. Bazen et yemedikleri bir dönemden geçtikten sonra tekrar et tüketmeye başladıklarını fakat daha sonrasında veganlığa geçiş yaptıklarını ileten katılımcılar vardır.

Gerçekten de hani derler ya, çoğu bir gecede olur diye. Gerçekten öyle oldu. Bir sabah kalktım dedim ki bugün başlıyorum. Başlarken şöyle demedim: “Bugünden itibaren. Bugün başlıyorum ve bozmayacağım”. “Belirli bir süre en azından emin olmadığım konularda emin olana kadar da devam edeceğim” dedim. Şu anki 4 aylık süredeki görüşüm, kesinlikle ne olursa olsun bu...Şu an söylemek istediğim bu (Katılımcı 6).

Ayrıca beslenme alanında başlayan dönüşümün daha sonra diğer alanlara yayıldığı görülmektedir. Tüm katılımcıların et ve diğer hayvansal ürünleri yememe ile başlayan pratikleri, vegan ürün kullanımına ve vegan olmayan ürünlerin kullanılmamasına doğru evrilmiştir. Bu evrilme sürecini tüm katılımcıların bir öğrenme süreci olarak algıladıklarını görmek mümkündür. Katılımcılar, hangi ürünün vegan olduğunun ya da olmadığına öğrenilmesinin yanı sıra neden et yememenin hayvan sömürsünü bitirmediğini, veganlığın sadece beslenme ile sınırlı olmadığını görülmesi gibi konularda zamanla vegan bilincin arttığını ifade etmiştir. Bu öğrenmenin temel araçları, Youtube, Facebook, Instagram ve Twitter gibi mecralardır. Aktivist bir yanı olsun ya da olmasın tüm vegan katılımcılar, bu mecraları kullanmakta ve vegan pratiklerini buradan edindikleri bilgiler ile şekillendirmektedirler. ‘Vegan lahmacun’, ‘vegan burger’, ‘vegan midye dolma’ ve bunun gibi alternatif ürünleri hazırlamayı öğrenme süreci de yine internet aracılığı ile öğrenmeye dayalıdır. Bu anlamda internetin ve sosyal medyanın vegan olma kararına ve veganlığı sürdürmeye etkisi büyüktür.

Veganlık, bu karar alındıktan sonra tümüyle bir kimliğe bürünme ve bunun pratiklerini tamamen yerine getirme olarak karşımıza çıkmamıştır. Vegan olma kararı aldıktan sonra bir sürece girdikleri ve hangi gıda, temizlik ve kozmetik ürünlerinin hayvansal madde içermediğini öğrendikleri görülmüştür. Bu süreçte ellerinde bulunan ve vegan olmadığını öğrendikleri ürünleri tüketmeye devam etmeyi tercih eden katılımcılar da bulunmaktadır. Bu duruma örnek olarak, henüz son kullanma tarihi geçmemiş kozmetik ürünleri bitene kadar kullanmak, giyilebilir durumdaki ayakkabı ve giyecekleri kullanmaya devam etmek, evlerindeki yün yorganları kullanımda tutmak verilebilir.

Katılımcıların, belgeseller, hayvan kullanılan deneylerin ve mezbahane fotoğrafları ve videoları, yumurta ve süt tesislerinde çekilmiş görüntüler neticesinde kendi tabirleriyle ‘bir anda’ vegan olma kararı alabildikleri görülmüştür. Bu geçiş sürecinde görselin gücü dikkat çekicidir. Örnek olarak bir katılımcı (katılımcı 8), köpek yemeyi kültürel olarak kabul edilebilir bulmazken ineğin yenilmesinin normal karşılanmasının sorgulamasını bir grup görsel ile tetiklendiğini ifade etmiştir. Söz konusu görsellerden bazıları aşağıda sunulmaktadır.



*Kaynak: Vegan Outreach, 2019*



Farklı mecralarda kullanılan görseller ve görsellerde yer alan sloganlar, kültür ve öğrenme ilişkisi üzerine göndermelerde bulunmaktadır: “Birini severken ötekini yeme, vegan ol!” sloganlarıyla yayınlanan bu görseller, neyin yenilip neyin yenilmeyeceğinin öğrenilmiş olduğuna dikkat çekmektedir. Katılımcıların çoğu da yedikleri ve yemediklerini belirlemede kültürün ve öğrenmenin belirleyici olduğunu çeşitli fotoğraflar ve görseller aracılığı ile fark ettiklerini belirtmişlerdir. Özellikle belgesellerin vegan olma kararı almada oldukça etkili olduğu görülmüştür. Tüm katılımcılar, veganlığa geçiş süreçlerinde hayvan sömürsünün farklı boyutlarını konu edinen görsel ve işitsel ürünlerden etkilenmişlerdir. Katılımcı 3, hayvan sömürsünü konu eden bir belgesel ile hızlı bir şekilde veganlığa geçişini şu şekilde açıklamıştır:

İlk bir 5-6 ay kadar vejeteryen oldum. Ama onun bile felsefesini tam kavrayamamıştım, hani araştırmayıp, üzerine çok düşünmemiştim. Rahatsız olduğum birşeyler vardı. Mesela balık tüketiyordum, bilinçsizce, sanki o da hayvan değilmiş gibi. Sonra bir gün bir belgesel izledim, Earthlings diye, Dünyalı. Bu belgeselde şey var, insanların tüm hayvan kullanımlarını göstermişler. Sadece yiyecek değil, deri, kozmetik, ne bileyim, eğlence sektörü, bütün sektörlerdeki hayvan kullanımlarını videoya çekmişler. Ama tabi ki, bütün acı ve gerçek yüzünü, gizli çekimler. İşte mezbaa çekimleri, deney çekimleri, vesaire. Böyle bölüm bölüm bir belgesel. Eski de bir belgesel. Veganlığa geçişte çok popüler olan bir belgesel. Bunu izledikten sonra ertesi gün direk vegan oldum. Yani hiçbir bilgim olmadan, dedim ben ne olursa olsun asla kullanmayacağım, tüketmeyeceğim. (Katılımcı 3)

Katılımcılardan bir kısmı beslenme ve tüketim alışkanlıklarını değiştirmenin zorlayıcı bir süreç olduğunu aktarırken diğerleri bu sürecin sandıkları kadar sancılı geçmediğini ifade etmiştir. Bu süreçte zorlandıklarını ifade edenlerin bir kısmı kırmızı et ve ürünlerini hayatlarından çıkarmakta zorlanırken birçoğu peynirin bağımlılık yapıcı etkisi nedeniyle<sup>3</sup> peynir çeşitlerini tüketmeme konusunda bir süre güçlük çektiklerini belirtmişlerdir.

#### **4. VEGAN KALMAK**

Vegan ‘olmak’ katılımcıların bazen bir anda bazen de süreç içinde aldıkları bir karar iken, vegan kalmak günlük hayattaki birçok pratiği devam ettirmeyi ve bazı alışkanlıklardan kurtulmayı gerektirmektedir. Gündelik hayat beslenme, giyinme ve insan ilişkileri gibi tüm insan eylemleriyle derinden ilişkilidir. Bu özelliği ile insanı insan yapan ilişkilerin toplamı gündelik hayatı oluşturmaktadır (Esgin, 2018 :19). Katılımcılar, vegan yiyecek, kıyafet, ayakkabı ve medikal ürün çeşitliliğinin kısıtlı olduğu bir ortamda, gündelik hayatlarının bütününde ‘yüzdeyüz’ vegan olarak yaşamının zorluklarına ve zaman zaman da imkansızlığına dikkat çekmişlerdir.

Veganlık sadece beslenme pratiklerini değil, genel olarak yaşam tarzını belirlediği için na-vegan olarak şekillenmiş bir çevrede hayvanlara

<sup>3</sup> Tüm katılımcılar, peynirin bağımlılık yapıcı bir ürün olduğu konusunda hem fikirdirler. Katılımcıların bu iddiaya yönelik işaret ettikleri temel kaynak ise Neal D. Barnand’ın ‘Peynir Tuzağı’ isimli kitabıdır.

zarar veren tüm eylemlerden tamamen uzak durmak mümkün görülmemektedir. Fakat katılımcılar, hayvan sömürsünü azaltmaya yönelik olarak hayatlarını şekillendirme devam etmektedirler.

Vegansanız aslında şey değil, yemekte mercimek çorbası salata istiyorum, bundan ibaret bir şey değil. Tüketmeyi azaltmanız gerekiyor. Paketli gıda almasam diyorum. Mesela kumaş torba olayına çok çok önce girdim. Yasayı beklemedim, 25 kuruş. Yani bu değil olayı. Dikkat etmeye çalışıyorum. Bir şeyleri cam kapta tutmaya çalışıyorum. (Katılımcı 2)

Veganlık sadece hayvansal ürün kullanmamak anlamına gelmiyor benim için. Benim aldığım iki gereksiz bardağın bir çöpe gidecek. O da ne olacak, okyanusa gidecek, oradan balığa da geliyor. Çok daha bütünsel bakıyorum. Vegan olduğumdan beri de doğru düzgün alışveriş yapmıyorum zaten, eşya olarak çok az tüketiyorum. (Katılımcı 8)

Ama şu an baktığım zaman, en büyük problemlerden birini şöyle görüyorum. Ben mesela şu an veganım demiyorum. Değilim. Ben et, süt vesaire yemiyorum. Bu kadar. Ve veganlığın diğer şeyleri gerçekten mantıklı geldiği için, hayvansal, kürk giyinmemek, deterjandan şampuana herşeyi... Veganlıkla ilgili. Veganlıkla ilgili derken de tekrar tekrar, nefret ediyorum ama “veganım” demek zorunda kalıyorum gibi hissediyorum. Biz isim koymak için söylüyoruz. Yüzde yüz uymuyorum, Yüzde yüz hiçbir zaman uyacağımı zannetmiyorum. (Katılımcı 6)

Katılımcılar, veganlığın hayvan deneyleri yapılmış olan ürünleri ve ilaçları kullanmamayı da içermesi nedeniyle zaman zaman zorluklar yaşamaktadırlar. Örnek olarak piyasada bulunan antibiyotiklerin hiçbirinin vegan olmaması nedeniyle kişiler antibiyotik kullanmak zorunda kaldıklarında vegan olmayan bir ürün kullanılmış olmaktadır. Katılımcılar antibiyotik kullanımından kaçınarak bu sorunu aşmaya çalışsalar da durumun ciddileşmesi durumunda ne yapacakları konusunda tereddüt yaşamaktadırlar. B12 ve D vitamini takviyelerinin vegan seçeneklerinin bulunması ise veganlar açısından önemli bir gelişmedir. Katılımcıların, ilaç kullanımı, medikal takviyeler ve tıbbi müdahalelerle ilgili yaşanan sorunlara rağmen vegan seçimlere bağlı kalmaya özen gösterdikleri görülmüştür.

Yaygın kanının aksine, katılımcıların vegan olduklarında mali yüklerinin arttığını iddia etmek güçtür<sup>4</sup>. Vegan kalmanın mutfak maliyetini arttırdığı ve ancak belli bir gelir seviyesinin üzerindeki vegan olmanın maddi külfetini kaldırabildiği iddiasını katılımcılardan hiçbiri doğru bulmamaktadır. Hatta et ve süt ürünlerinin Türkiye’de pahalı ürünler olmaları nedeniyle bunları tüketmedikleri andan itibaren yiyecek masraflarının azaldığını belirten katılımcılar bulunmaktadır. Tofu ve soya sütü gibi Türkiye piyasasında pahalı sayılabilecek ürünlerin sıklıkla tüketilmediği ifade edilmiştir<sup>5</sup>. Restoran ve kafe gibi işletmelerde vegan gıda bulmanın zorluğu ve soya ürünlerinin maliyeti nedeniyle kişiler, bu ürünlerin ikamelerini kendileri bulmaya yönelmektedirler. Yulaf, buğday, hindistan

<sup>4</sup> Vegan aktivistlerin, “fakir veganlar vardır” pankartları ile veganlığın sadece üst sosyo-ekonomik tabakaya hitap eden bir yaşam tercihi olduğu kanısını kırmaya çalıştıkları gözlemlenmiştir. Düşük maliyetle bitkisel beslenmenin mümkün olduğu, katılımcıların tümü tarafından ifade edilmiştir.

<sup>5</sup> Türkiye’de soya kıymasının kilosu kırmızı etten daha ucuzdur. Sadece soya sütü ve tofuda yüksek fiyatların mevcut olduğu ifade edilmiştir.

cevizi, badem ve kaju gibi gıdalardan süt alternatifleri yaratmak ve bekletilmiş nohut suyunun (aqua faba) yumurta akı yerine kullanılması sıklıkla rastlanan pratiklerdir. Vegan olma kararıyla birlikte kişilerin kendi yiyeceklerini hazırlamaya yönelmeleri ve hayvansal ürünlerinin alternatiflerini kendileri üretmeleri mutfak harcamalarını azaltmaktadır. Bu durumda veganlık kararıyla mutfak harcamalarının azalabildiği fakat mutfakta geçirilen zamanın arttığı görülmektedir.

Veganlar için iş yeri ve okul yemekhanelerini kullanamamak da kendi yiyeceğini taşıma gerekliliğini beraberinde getirmektedir. Yemekhanelerde vejetaryen yemek seçiminin bulunabilmesinin mümkün olduğu fakat bunun veganlar için mümkün olmadığı sıklıkla ifade edilmiştir. Yemekhanelerde sıklıkla çıkarılan çorbaların<sup>6</sup>, pilavların ve etsiz yemeklerin vejetaryenler için uygun olmasına rağmen bu yemeklerde tereyağı, yoğurt ve yumurta kullanılmasının veganların bu yemekleri tüketememelerine neden olduğu görülmektedir. Bu nedenle katılımcılar yemekhanelerden yararlanamamalarını bir tür ayrımcılık olarak değerlendirmektedirler. Kamusal mekânlarda sıklıkla yaşanan bir diğer sorunun, ellerini yıkayabileceği sabunların restoran, kafe ve diğer ortak alanların tuvaletlerinde bulunmaması olduğu belirtilmiştir.

Vegan kalmanın zorlayıcı yönleri yiyecek ve diğer alanlarda tüketilecek ürünlere ulaşımın yanı sıra günlük hayatta alınan tepkileri de içermektedir. Katılımcılar, günlük hayatta karşılaştıkları olumsuz tavırların, veganlığa politik bir hareket, etik bir duruş veya diğer beslenme şekilleri kadar geçerli bir seçim olarak bakılmamasından kaynaklandığını aktarmışlardır. Katılımcılar arasında günlük hayatta beslenme şekilleri nedeniyle dalga geçildiklerini ifade edenler de bulunmaktadır. Herhangi bir şekilde hastalandıklarında ya da bitkin gördüklerinde bu durumun ilk olarak beslenme şekilleri ile ilişkilendirilmesinin karşılaştıkları ve rahatsız oldukları bir tavır olduğu da ifade edilmiştir.

Katılımcılar, hayvansal ürün tüketmeme kararlarına çevreden gelen tepkilerde özellikle ailelerinin ilk tepkisinin şaşkınlık ve endişe dolu olduğunu sıklıkla belirtmişlerdir. Fakat ailelerden ve yakın çevreden gelen tepkilerde zamanla bir azalma olduğu aktarılmıştır. Aile üyelerinin veganlığın sağlıklı olduğu önyargısı ile başlayan tepkisel duruşlarının, zamanla bu duruma 'alışma' ve kabullenmeye doğru evrilmesini deneyimleyen katılımcılar bulunmaktadır. Evli olan ve eşleri vegan olmayan iki katılımcı, eşlerinin de bu duruma zaman içinde 'alıştıklarını' ve şu anda ayrı yemekler yaparak yeme pratiklerindeki farklılıkları çatışma unsuru haline dönüştürmediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların çevreden aldıkları tepkiler örneklemek için açıklayıcı olan iki alıntı şu şekildedir:

Aslında herkes aşırı derecede şaşırıldı. Hiç kimse konduramadı. Bu da şeyden değil. Zaten sabah akşam et yiyordun, nasıl geçtin falan değil de. Bilmiyorum. Genelde öyle anlatmayı, konuşmayı çok sevmem böyle. Yediğim içtiğimden vesaire. İnsanlar onun

<sup>6</sup> Terbiyeli çorbalarda yumurta ve yoğurt bulunmaktadır.

için hiç böyle bir şey tahmin etmiyorlardı. Bir de ne ailede ne arkadaşlarda böyle bir şey olmadığı için (şaşırdılar). (Katılımcı 6)

Benim etrafımda hiç vegan arkadaşım yok. Her gün birebir görüştüğüm. Mesela ailemden hiç vegan yok. Vejetaryen amcam vardı. Bir kere babam onu aramış ben vegan olduğum zaman, demiş ki... “Eyvah bizim başımıza bir şey geldi abi.” “Ne oldu?” “Bizim kız vegan oldu.” “A, öyle mi? Ben de vejetaryenim,” demiş, “Çok iyi yapmış,” falan demiş yani. Kendilerine destek aramışlar, ama bulamamışlar. Şimdi artık kabullendiler. Mesela annem ben ne zaman onlara gitsem bana muhakkak ayrı yemek yapıyor. Artık yapıyor çünkü anne yüreği yani. (Katılımcı 4)

Katılımcıların vegan olma kararına aile ve yakınlarının verdikleri tepkilerden sonra, çevrelerini de bir miktar dönüştürebildiklerine rastlanmıştır. Bir katılımcı (katılımcı 7), vegan olma kararı aldıktan bir süre sonra kardeşine de bu konuda bilgiler aktarmaya başladığını ve yine görsel materyaller sayesinde kardeşinin de vegan olma kararı aldığını belirtmiştir. Veganlığa geçiş kararı almasalar bile, daha az hayvansal ürün tüketmeye doğru bir değişimin ailelerinde gerçekleştiğini aktaran katılımcılar da bulunmaktadır. Özellikle anne ve babalarına, et ve süt ürünleri tüketmenin sağlıksız olduğu konusunda telkinlerde bulunmak, katılımcılar arasında sıklıkla rastlanan bir pratiktir. Bu yolla, ebeveynlerinin ve yakın çevrelerinin daha az hayvansal gıda tüketmelerini sağladıklarını aktaran katılımcılar, hayvansal temelli beslenmenin sağlıksız olduğunu vurgulayarak çevrelerinde bir miktar dönüşümü tetiklediklerine dikkat çekmişlerdir.

(Aile üyeleri) Çok garipsediler. ... Sonuçta oğlum sağlıksız olmasın diye düşünüyor ama onlar detayını araştırmadıkları için. Anlatmaya çalışıyorum. Aslında son bir hafta, 10 gündür diyeyim. Ufak bir başarı yakaladım. Yavaş yavaş bırakmaya başladılar. Muhtemelen sütü, peyniri bırakmaları çok uzun bir zaman alır ama eti çok azaltılar. (Katılımcı 6)

Mesela eşimden pay biçerseniz, eşim daha çok salataya düşmeye başladı. Eskiden çok salata aramayan adam şimdi salataya güvenip, yemek istemiyor. Mesela farklı şeylere açık olmaya başladı. (Katılımcı 4)

## **5. FARKLI KİMLİKLERİN BİRLİKTELİĞİ: VEGAN OLMAK VE ...**

Bireylerin kimlik süreçleri tek bir çizgiden ilerlemez. Kültür, toplumsal cinsiyet, etnisite ve yaş gibi unsurlar kişilerin kimlik süreçlerinin farklı şekillenmesine ya da aynı kimlik unsurlarının farklı pratik edilmesine neden olur. Katılımcılar arasında vegan kimlik kuruluşu ve pratikleri konusunda farklılık yaratan bir unsur olarak toplumsal cinsiyet ön plana çıkmaktadır. Her ne kadar etik gerekçelerle ve sağlık kaygılarıyla hem kadın hem de erkeklerin vegan pratiklere ve bitkisel beslenmeye yöneldiği bilirse de bazı pratiklerin ve söylemlerin, toplumsal cinsiyet olgusu ile şekillendiği dikkat çekmektedir.

Katılımcıların toplumsal cinsiyetin vegan olma kararını alma da etkili olup olmadığı konusunda ikiye ayrıldıkları görülmüştür. Özellikle aktivist katılımcıların erkeklerin de vegan olma kararı aldıklarını, erkeklerin de harekette görünür olduklarını ve Türkiye’de vegan hareketin, kadınların

baskın olduğu bir hareket olmadığını vurguladıkları belirtilmelidir. Öte yandan katılımcıların birçoğunun veganlığa yönelik toplumsal algının, veganlığın ‘kadınsı bir seçim’ olduğunu gözlemledikleri söylenebilir. Örnek olarak vegan aktivist hareketle bağlantısı olmayan ve Türkiye’de tanıdığı veganların hiçbirinin erkek olmadığını aktaran katılımcı 6 bu durumu şöyle açıklıyor: “Şöyle söyleyeyim, mesela kadınlar. Muhtemelen kadınlar ya da kızlar bunu yaptığı zaman daha az garip karşılanıyor. Muhtemelen erkeklere, benim hiç umurumda değil ama, ne işin var ya gibi bir tepki oluyor. Niye vegan, saçmalama falan gibi.”

İşyerinde kendisinin vegan olduğunu bilen bir kişinin kendisine erkek veganların da olup olmadığı sorusunu sorduğunu ifade eden katılımcı 3 ise toplumun veganlığın erkeklikle bağlantısını zayıf görmesine rağmen kendisinin birçok vegan erkek tanıdığını belirtmiştir. Aynı katılımcı, vegan hareketin yalnızca kadınlar ile ilişkilendirilmesinin yanlış olduğunu ve veganlığın etik bir duruş olmasından kaynaklı olarak erkek ya da kadın olmanın bu kararı almada etkisi olmaması gerektiğini düşündüğünü belirtmiştir.

Etik veganlığın kadın ve erkekler arasında eşit şekilde yayıldığı düşünülse bile, vegan katılımcıların toplumsal cinsiyet ile şekillenen bazı pratikleri dikkat çekmektedir. Vegan olduktan sonra et, süt, yumurta ürünlerinin yerine geçebilecek alternatifler yaratmak, yedikleri ürün çeşitliliğini arttırmak için farklı tarifler bulmak ve vegan tarifleri denemek isteyen kadın katılımcıların mutfakta geçirdikleri zamanı arttırdıkları görülmüştür. Fakat gastronomi ve mutfak sanatları öğrencisi olan bir erkek katılımcı haricindeki diğer iki erkek katılımcının bu pratikleri kadın katılımcılar kadar gerçekleştiremedikleri anlaşılmaktadır.

Kadınların kendi yiyeceklerini hazırlama pratiklerinin erkeklerden fazla olması şeklinde görülen toplumsal eğilime araştırmanın katılımcıları arasında da rastlanmıştır. Tüm veganların restoran ve kafelerde vegan yiyecek ve içeceklerle ulaşamadıklarında başvurdukları bazı yöntemler<sup>7</sup> bulunmaktadır fakat iki erkek katılımcının daha sıklıkla dışarı yemek yedikleri anlaşılmıştır. Kadın katılımcıların vegan olduktan sonra dışarıda yedikleri öğünlerin sayısının çok ciddi şekilde azaldığını, bazı kadın katılımcılar ise vegan olduktan sonra dışarıda yedikleri öğünlerin neredeyse sıfıra indiğini belirtmelerine rağmen iki erkek katılımcı vegan olduktan sonra da dışarıda yemek yemeği neredeyse aynı miktarda sürdürdüklerini, yalnızca yediklerinin hayvansal ürün içermediğini belirtmiştir. Bahsedilen iki erkek katılımcı da işe gittiklerinde veya dışarıda olduklarında evde kendilerinin hazırladıkları ürünleri taşımadıklarını belirtmişlerdir. Bu durum veganlık

---

<sup>7</sup> Pizzanın içerisinden peynir ve etin çıkartılmasını isteme ve çorbanın içerisine tereyağı karıştırılmamasını konusunda önceden uyarıda bulunma gibi pratiklerle yiyecekler veganize edilerek tüketilebilmektedir. Vegan olduğunun bilindiği gözleme, zeytinyağlılar, falafel gibi yiyeceklerin bulunduğu restoran ve kafelere sıklıkla gidilerek öğünler dışarıda yenilebilmektedir.

pratiklerinin de toplumsal cinsiyet dinamiklerinden etkilendiğinin ip ucunu vermektedir.

Araştırmanın bazı kadın katılımcıları da erkek veganların, vegan pratikleri sürdürdükleri halde mutfakla ilişkilerinin kadın veganlara kıyasla daha sınırlı kaldığına dikkat çekmiştir. Erkek veganların küçük bir kısmının kendi yiyeceklerini hazırladıkları ve mutfakta vegan alternatifler hazırlamaya çalıştıkları, kadın katılımcıların belirttiği bir unsurdur. Katılımcılar, takip ettikleri vegan yemek bloglarının ve kanallarının çok büyük bir kısmının da kadınlar tarafından hazırlandığını belirtmiştir. Bir katılımcı bu durumu şu şekilde açıklamaktadır:

Bu kadar mutfakla ilgilenen erkek vegan henüz tanımadım. Bir tek “veganteacher” var işte, o okula da yemek götürüyor yanında. Yemekten kastım, yulaflı bir şeyler yapıyor. Evde de sürekli yemek yapıyor. Birebir tanışmadım ama en çok tanık olduğum, gördüğüm o var. (Katılımcı 8).

(Vegan kanalların, blogların vs.) Genelde kadın. Yüzde 98’i kadın. Hiç erkekte denk gelmedim. Biraz doğası gereği erkek her zaman yapıcı değildir. Doğa ana diyoruz ya hani. Kadın üretici çünkü. Çok nadir üretmeyi sevmeyen kadın vardır. Yüzde 90’ı bir şeylerden bir şeyler yapmayı, yiyeceklerle mutlu olmayı. ...

Kadın yemeyi de seviyor. Erkek daha hazıra konmayı seviyor. Genelleme yapmak istemiyorum ama. İstisnalar hariç genelde öyle. (Katılımcı 8)

Toplumsal cinsiyete ilişkin unsurların veganlık pratiği üzerinde birtakım etkileri olan bir başka durum evli olan ve çocuk sahibi olmayı isteyen iki kadın katılımcı ile yapılan görüşmelerde ortaya çıkmıştır. Katılımcı 4 ve Katılımcı 7 evli olan ve anne olmayı planlayan iki kadın katılımcıdır. Bu katılımcılarla hamilelikte vegan beslenmek ve çocuğunu vegan büyütmek konuları konuşulduğunda kendi kendilerine yaptıkları muhasebeleri ve çevreden görececeklerini bildikleri tepkileri aktarmışlardır. Her iki katılımcı da vegan bir hamileliğin mümkün ve sağlıklı olduğunu düşünmektedirler. Bu düşünce çocuklarını vegan olarak büyütmenin de sağlıklı olduğu yönündeydi. Fakat bu katılımcıların çekindikleri durum, vegan bir hamilelik geçirdiklerinde ve çocuklarını vegan olarak büyütmeye çalıştıklarında görececekleri tepkilerdi.

Bu iki kadın katılımcı, hamilelik, annelik ve veganlık konusuna değinmişlerdir. Hamilelik dönemlerinde beslenme şekillerinin bebekleri etkileyecek olması, toplumda emzirme ve anneliğin, yedirme-içirme ile kurulan ilişkisi çocuk sahibi olmayı planlayan bu katılımcıları vegan pratiklerini hayatlarında her dönemde devam ettirme konusunda olan tereddütlerinde diğer katılımcılardan ayırmaktaydılar. Bu bulgular, toplumsal cinsiyet rollerinin, veganlığın deneyimlenmesinde ve pratik edilmesinde farklılık yarattığına işaret etmektedir:

Bir de mesela beni şey çok düşündürüyor. Hamile kalma durumumu düşünüyorum. İstiyorum. O süreçte ben çok baskıya maruz kalmak istemiyorum çevremden, eşimden. Vicdanen bunun sorgulamasını çok yaptım.

Çünkü ben dediğim gibi olabildiğince bilinçli ve sağlıklı beslenmeye çalışıyorum zaten kendim için. Bebek için de veganlığın çok daha sağlıklı, çok daha zülumsuz, daha mutlu olacağını düşünüyorum. Ama işte mesela eşimle o noktalarda çok

çatışacağız gibi geliyor. En azından yoğurt yesin mesela, diyor. Ona yoğurdun yine ne kadar zulüm içerdiği, ne kadar aslında sağlıksız olduğu falan filan anlatmak benim için çok yorucu. ...Bunun ben şeyde de devam edeceğini düşünüyorum, gebelik, sonrasında bebeğin doğumu, bebeğin büyümesi, beslenmesi gibi süreçlerde devam edeceğini... Bir de sonrası var. Bebeğin en ufak bir rahatsızlığı anneye atfedilecek falan. Bu çok daha sorumluluk isteyen bir süreç. (Katılımcı 7)

## **6. VEGANLIK VE FARKLI TOPLUMSAL HAREKETLER İLE BİRLİKTELİĞİ**

Saha araştırması sırasında türcülük, cinsiyetçilik ve heteroseksizm arasında kurulan teorik bağlantıların vegan hareketteki yansımaları görüldüğü gibi bir yandan da bu hareketlerin birlikteliğinin güçlüğü görülmüştür. Bu hareketler arasında teoride kurulan paralelliğin, kişilerin veganlık kurgularına ve pratiklerine yansımaları farklılaşmaktadır.

Katılımcıların tümü, farklılaşan derecelerde de olsa kesişimsellik konusunu yansıtan deneyimler ve düşünceler aktarmışlardır. Fakat tüm katılımcıların türcülük ile diğer baskı biçimlerini bağlantılı ve aynı önemde gördükleri söylenemez. Baskı biçimlerinin birbirleri ile olan ilişkiselliğine dair bakışın ‘abolisyonist vegan hareket’ olarak tanımlanan harekete dair farkındalığa ve bu harekete olan yakınlığa göre değişebildiği de dikkat çekmektedir.

Vegan olmakla, cinsiyetçi, homofobik ve yaşçı tutumlardan uzak olma arasındaki bağlantının zayıf olduğunu düşünen bir katılımcı, türcü tutumdan uzaklaşmaya çalışmanın her zaman diğer ayrımcılık biçimlerinden uzaklaşmaya doğrudan neden olmadığını şu şekilde ifade etmiştir:

Hiçbir bağlantısının olduğunu düşünmüyorum. Bir de şuna da çok katılmıyorum açıkçası. Ben çok yaşlı değilim ama yaşadığım zamanda dediğiniz gibi zaman zaman dönüp baktığımda ırkçılık da yapmışım. Yani yapmışım dediğim kimseye bir zarar vererek değil ama konuşurken. Veya işte televizyonda birine bir şey söylerken, sinirlenince, homofobik olduğum durumlar da olmuş ama tam tersini savunduğum durumlar da olmuş. İnsanın gelişim süreci. (Katılımcı 6)

Katılımcı 2 ise farklı ayrımcılık türlerinin veganlar arasında da görülebildiğini ifade etmiştir. Fakat bu katılımcı vegan hareket içerisinde, türcülük dışında kalan alanlarda da ayrımcılık yapılmamasını sağlamaya yönelik bir çabanın varlığından bahsetmiştir: “Sonra bakıyorsunuz pratikte var. Müslüman veganlar var. Cinsiyetçi veganlar da var, fobik veganlar da vardır. Ama bunu törpülemeye çalışıyoruz. Mesela, diyorum ya vegan grubumuz var konuştuğumuz, iletişim anında ya da toplantılarda cinsiyetçi söylem yasaktır. Yapamazsınız.”

Kadın katılımcıların ise özellikle feminist harekete yine farklılaşan derecelerde de olsa gönderme yaptıkları ve vegan hareket ile feminizm arasında bazı bağlantılar kurdukları dikkat çekmektedir.

Kendi davalarına daha çok yönelmiş durumlar (feministler) ama veganlık aslında ikisini de tutmaya çalışıyor. Feminizmde şey olabilir, hiç vegan değilsiniz, ya da vegan yok, kadın hareketi. Ama veganlıkta kadın hareketi de olmalı diyorsunuz. Hani şey vardır, etin cinsel politikası, duygusu yoktur... Şey değil tabi ki, kadınları,

hayvanları bir görüp aşağılamak değil, çok çok başka boyutları da var şu anda topluma yansıyan, politikaya yansıyan, dünya görüşlerine yansıyan. Bir özgürleşme hareketini tek bir alanda tutamazsınız. Veganlık burada aslında kapsayıcı. Ekolojide de olmalı, doğanın içinde olmalı, hayvanlarda olmalı, kadınlarda olmalı, işçilerde olmalı, emek sömürüsünün olduğu yerlerde, LGBT’de olmalı. Yani toplumun baskıya maruz kalmış tüm kesiminde olmalı. Şu an mesela hayvanlar en fazla baskı (gören), en fazla kullanılan, sömürülen grup çünkü farklı türdeler, konuşamıyorlar, anlatamıyorlar dertlerini. Acılarını dillendiremiyorlar vesaire. Dediğim gibi tek bir açıdan bu yüzden bakamıyoruz. Özgürleşme, bir hak arayışı olduğu için etik açıdan bu felsefi sorgulamalar da dahil olduğu zaman bunun içine birçok hareket giriyor, o yüzden ben mesela çok rahatım, vicdanen de çok rahatım. (Katılımcı 3)

Vegan aktivizminin içerisinde olan bazı katılımcılar, LGBTQİ + ve feminist aktivistler ile birlikte bazı etkinlikler yaptıklarını ve bunun veganlığın diğer kişilere ve hareketlere duyurulması için önemli olduğu düşündüklerini belirtmiştir. Birlikte eyleme geçebilecekleri grupların çeşitlenmesini olumlu bulan katılımcılar, bu birlikteliklerin hareketleri güçlendireceğini ifade etmektedirler.

Katılımcılar arasında vegan aktivizmi başka bir aktivizm hareketi ile birlikte yürüten yalnızca bir katılımcı bulunmaktadır (katılımcı 5). Bu katılımcı, LGBTQİ+ hareketi ile vegan hareketin iç içe gitmesi ve bu kimliklerin toplumda baskı görmesi nedeniyle dayanışması gerektiğini düşünmektedir. Vegan hareketin farklı hareketler ile birlikteliğinde daha da küçük grupların kendi içlerinde bir araya gelebildiğini “queer vegan”lar örneğinden anlatan bu katılımcı, çeşitliliğin ve bu aktivizm hareketlerinin bir aradalığının her bir hareketi hem entelektüel olarak hem de sayısal güç olarak daha kuvvetli kıldığını düşünmektedir.

Diğer yandan katılımcıların önemli bir kısmı farklı aktivizm hareketlerinden grupların vegan hareketi yeterince anlamadığı durumların olduğuna ve bu hareketlerle bir arada bulunmalarının her zaman mümkün olmadığını dikkat çekmişlerdir. Türkiye’de azınlık olarak görülen diğer bazı grupların da veganlara yaklaşımının her zaman olumlu olmadığını belirten katılımcılar bulunmaktadır. Veganlara diğer hareketler ve ideolojik gruplar tarafından da yeterince destek verilmediğini örnekleyen bir katılımcı, dışlanmaya maruz kaldıklarını düşündüğü bir süreci şu şekilde ifade etmiştir:

İzmit’te vegan birlik gücü diye futbol takımı kuruldu. Eşit Lig kuralım dediler. ... LGBTQİ+ takımı vardı. Tiyatrocular vardı. Halkevlerinin takımı vardı. Üniversiteden hocalar vardı. İlerde sorun yaşadık biz ligi terk ettik. Ligi bıraktık tepki olarak. “Et yemiyorsunuz, siz oynayamazsınız” falan (denildi). Ve bunu kim yaptı? Ve bunu yapan solcu bir kadındı. Bunu yaptığı için ceza aldı. İki maç oynatmadılar. Özellikle oradaki bir solcu grupla çok atıştık. ... Bize orada sürekli dışlayıcı söylemler uygulandı; “Siz vitaminsizsiniz, siz çok yaşamayacaksınız” falan. İnanılmaz bir baskı vardı. (Katılımcı 8)

Bazı katılımcılar, diğer aktivist hareketlerin ve ideolojilerin veganlığı araçsallaştırarak kendi politik mesajları için kullanmalarını doğru bulmadıklarını da ifade etmişlerdir. Bu katılımcılar hayvan haklarının önüne geçen bir söylemi kabul etmeyeceklerini ve diğer gruplarla birlikte hareket edildiğinde de vegan hareketin ikincil değil birincil pozisyonda olması



gerektiğini belirtmişlerdir. Örnek olarak Katılımcı 10, diğer politik hareketlerle birlikteliğin mümkün olduğunu fakat veganlığın diğer politik grupların söylemlerinin ardında kalmaması gerektiği görüşünü şu şekilde açıklamaktadır:

Hayvan sömürüsüne son vermek isteyen veganlar homojen bir kitle değil, aksine sosyo-politik ve kültürel açıdan oldukça çeşitlilik gösteren bir kesim. Bu nedenle veganlık savunusu yapanların ortak bir dil ve söylem içinde olduklarını söylemek oldukça zor. Bazı veganlar, veganlık anlatımında farkında olarak ya da olmayarak kendi ideolojik söylemlerini hayvan özgürleşmesinin önüne geçirebilmekte. Bu durumda veganlık bir anlamda araçsallaştırılarak politik söylemin bir kaldıracı, enstrümanı durumuna geriletiliyor. Bu durum, geniş kitlelere hayvan sömürüsünü izah etme imkanı sınırlıyor. İdeolojik söylemin baskınlığı veganlığı gölgeleyebiliyor. Bu nedenle veganlık anlatımı sürecinde vegan olmayanların dikkatlerini politik duruşumuzdan ziyade hayvan sömürüsüne yoğunlaştırmaya çalışmamız gerektiğine inanıyorum. (Katılımcı 10)

Zaman zaman deneyimlenen ayrışmalara rağmen, vegan hareketin LGBTQI+ ve feminist hareket gibi farklı toplumsal hareketlerle dayanışmasının ve bu hareketlerin en azından sembolik alanlarda karşılıklı olarak birbirlerine destek vermelerinin Türkiye’de önemli görüldüğü söylenebilir. Bu önem, bu hareketlerin Türkiye’de marjinal hareketler olarak algılanmasından ve sayısal azlığından kaynaklanmaktadır. Berlin’de yaşayan katılımcı 9, bu birlikteliğin Türkiye’deki görünürlüğünün Almanya’ya kıyasla daha fazla olmasını şu şekilde açıklamaktadır:

Ek olarak Tr’deki hareket (Almanya’ya kıyasla) vegan/ LGBTQ hareketle daha iç içe. Pembe hayat vs.nin vegan olun çağrısı yaptığını görebiliyorsun örneğin. Ya da Ankara’ nın ilk vegan mekânlarından Vegissonun sahibinin LGBTQI+ bir birey olması bana tesadüf gibi gelmiyor. Burada bu bağı (Almanya’da) hiçbir yerde göremedim diyebilirim. (Katılımcı 9)

## **7. VEGANLAR ARASINDAKİ ÇEŞİTLİLİĞİ ANLAMAK**

Araştırma sürecinde tek tip bir veganlığın tanımlanamayacağı görülmüştür. Veganların kendi aralarında aktivizme dâhil olup olmama ve na-veganlarla nasıl bir iletişim içerisinde olacaklarına dair verdikleri cevaplarda önemli farklılıklar vardır. Veganlığı seçmiş olan ve bu yönde beslenme ve tüketim kalıplarını değiştiren katılımcıların cinsiyet ve yaş gibi özellikleri de kimlik kurulumlarında ve gündelik hayat pratiklerinde rol oynamaktadır.

Onlarda (diğer vegan bireylerle) büyük bir farklılık gözlemediğim söylenemez. Zaten bir araya gelme amacımız, aktivizmde bulunmak, planlar yapmak, eylemler, organizasyonlar düzenlemek, vesaire. Toplanma amacı bir yerde o oluyor. Çok büyük farklılık olduğunu söyleyemem. Ama tabii bireysel olarak farklılıkları illa ki var. İşte hayat tarzı vesaire. Çünkü sonuçta veganlık, etik olarak kabul edenler için söyleyeyim, içselleştirilmiş bir şey tabii ki, ama insanın kişiliği, karakteri çok farklı oluyor. Veganlık kimliğinde, bakış açısında birleşebiliyoruz ama farklı şeylerde de ayrışabiliyoruz. (Katılımcı 3)

Yeni bir ortam benim için. Vegan da olsalar, şey olmuyor sen vegansın her şeyinde sana katılıyorum. Nasıl sol görüşlüyüm, sol görüşlüsün, ikimiz de aynıyız aynı şeylere

inanıyoruz gibi olmuyor. Temelde evet aynı olabilir ama farklı, fikir ayrılıkları oluyor illaki. (Katılımcı 1)

Vegan aktivizmi içerisinde yer alıp almama kararı veganlar arasında bir farklılığa işaret etmektedir. Bazı katılımcılar vegan oldukları ve Ankara'daki vegan aktivizminden haberdar oldukları halde harekete dahil olmayı tercih etmediklerini vurgulamışlardır. Fakat bunun aksine vegan olma kararı aldıktan sonra toplumsal harekete ve aktivizme dâhil olma kararı alan katılımcılar da bulunmaktadır. Aktivizme dahil olma kararının genellikle vegan bilincin yayılmasını isteme üzerine kurulu olduğu görülmektedir. Örnek olarak katılımcı 2, vegan olma kararı aldıktan sonra aktivizme yönelme sürecini "Ben hiçbir zaman hayatım boyunca aidiyet kurayım ve şunların arasında olayım diyen biri değildim. Ama vegan olduktan sonra dayanışmanın önemini daha iyi anlıyorum" şeklinde açıklamıştır.

Aktivist hareket içerisinde olanların vegan olmayanlara karşı sert bir tutum içerisinde olduğunu düşünen katılımcılar bulunmaktadır. Sert olduğunu düşündükleri bu tutumların vegan hayat tarzının yayılmasında olumsuz etki yarattığını düşünen bir katılımcı düşüncelerini şu şekilde ifade etmiştir:

(Sert aktivizm yapanlar) Böyle davranarak veganlığı insanlara empoze edemezler. Zaten empoze etmememiz lazım. Biz anlatırız, onlar kendi süzgeçlerinden geçirirler, onlara uyar ya da uymaz. Zaten bu dünyaki herkes vegan olabilecek kapasiteye sahip değil bence. İrade giriyor işin içine, işlem giriyor, adalet giriyor, özgürlük giriyor, hak hukuk giriyor. Bir sürü şey var. Bence her insan bunu sağlayamaz. Ben şundan geçtim, kaldı ki, hırsıza, ahlaksıza, yolsuza yaptırمام ki. Hayatıyla ideası ters düşer. Bunu yemek için yapar, ama hayat felsefesi olarak... Aktivistliği bir kenara koyuyorum, benim için onlar çok uç noktalar yani, uç noktalar benim için... Ben bilmiyorum herhalde aktivist olamam muhtemelen. (Katılımcı 4)

Katılımcılar, veganlar arasında veganlığın günlük hayatta sürdürülmesinde karşılaşılan birçok konuda farklı tepkiler geliştirildiğine ve bu tutumların veganlar arasındaki çeşitliliği yansıttığına dikkat çekmişlerdir.

(Veganlar) Çok ayrılıyorlar. Mesela şunu fark ettik, kimileri diyor ki, 'kesinlikle na-vegan ürünlerin satıldığı herhangi bir yerde hiçbir şey yiyip içmem.' Kimisi de diyor ki, çok büyük bir çoğunluk...

Çok büyük bir çoğunluk da diyor ki, 'Yeter ki bana alternatif sunabilsin.' Çünkü diyor, 'Bütün dünyanın vegan olmasını beklemek hiç gerçekçi değil, na-vegan bir dünyada yaşıyorum. Gittiğim restoran yüzde yüz vegan olmayabilir, sadece bana gerçekten vegan alternatif sunabilmesi benim için yeterli' diyor. (Katılımcı 7)

Bu ayrımların veganlar arasında yarattığı çeşitlilik veganlığın sağlıklı bir beslenme pratiği olup olmadığı konusunda üretilen bilgilerin ve bilimsel yayınların işaret ettiği unsurlara verilen tepkileri de yansıtmaktadır. Öncelikle belirtilmesi gereken husus, tüm katılımcıların böyle bir bilimsel kanıt olmadığına ve olamayacağına dair inançlarıdır. Katılımcıların tümü veganlığın sağlıklı olduğunu düşünmekle birlikte, eğer veganlığın sağlıksız olduğuna dair tartışmasız bilimsel kanıtlar sunulduğu takdirde veganlık pratiklerinden uzaklaşıp uzaklaşmayacakları konusunda bir katılımcı

diğerlerinden ayrıışmaktadır. Sağlık nedenleri ile bitkisel beslenmeye geçiş yapan ve daha sonrasında veganlığın etik kurallarını benimsemeye başladığını aktaran bu katılımcı (katılımcı 4), veganlığın sağlıksız bir yeme pratiği olduğuna ikna olursa bitkisel temelli beslenmeyi bırakacağını ifade etmiştir. Bu istisna haricinde diğer katılımcılar sağlıklarına zarar geleceğine ikna olduklarında diyetlerine daha fazla özen göstereceklerini fakat yine de hayvansal ürün tüketmekten kaçınacaklarını belirtmiştir.

Etik (veganım). Açıkçası tam başlarken de araştırmaya başladığım zaman, kesin karar verdiğim zamanda şeyden de emin değildim; gerçekten sağlıklı olup olmayacağından. Bir şeyler yazılıyor, ama gerçekten öyle mi değil mi, ancak yaşayınca görüyoruz... (Veganlık) Ne kadar sağlıksız olmama sebep olsa da bırakmam bu saatten sonra ki tam tersi her şey daha çok yoluna girmiş gibi duruyor şu an. (Katılımcı 6)

Şu anda deseler ki, "Veganlık çok sağlıksız bir şey," olabildiğince sağlıklı hale getirmeye çalışırım ama veganlıktan vazgeçemem. Çünkü o zulmü artık gördüm, tamam, bunun geri dönüşü yok benim için. (Katılımcı 7)

Şu an nasıl diyeyim çok sağlıksız bir şey, ki öyle değil yani, milyonlarca artık sağlık kuruluşu da onaylıyor (deseler). "Veganlık çok sağlıksız bir şey, hepiniz öleceksiniz," deseler ben yine de gerçekten yiyemem...

Ben ne kendim için, kendi sağlığım için, diyabet olmayayım diye, kolesterolüm olmasın diye veganım ne de... Bunlar tabii etkileri. Yani beraber getirileri oluyor, ekoloji, dünya için veganım, sadece hayvanlar için veganım. Ne kendi vicdanımı rahatlatmak için veganım. Gerçekten sadece hayvanlar için. Ve herkesin böyle olmasını umuyorum. Zaten yoksa dediğim gibi diyet olur (veganlık). (Katılımcı 5)

Katılımcılar, günlük hayatlarında hayvansal ürün tüketmeseler de yeme-içme biçimlerinin daha sağlıklı olup olmaması konusunda da farklı davranışlar sergilemektedirler. Bu ayrım 'sağlıklı veganlık', 'abur-cubur veganlık' (junk vegan) olarak yapılan ayrımdır. Sağlık nedenleri ile vegan olan ya da veganlığı bu nedenlerle destekleyenlerin 'sağlıklı veganlık' pratiklerini sürdürebilmek için tükettikleri ürünlerin yalnızca vegan olmasının yeterli olmadığına işaret ettikleri görülmektedir. Bazı katılımcılar ise sağlıklı bir bitkisel diyete çok önem verdiklerini ve bu dikkatin bitkisel beslenmeye verdikleri önem kadar büyük olduğunu belirtirken, diğer katılımcılar, genel olarak sağlıklı olup olmamaya önem verdiklerini belirtse de günlük yeme-içme pratiklerinde sağlık gerekçesini veganlık kadar ön plana koymadıklarını ifade etmişlerdir. Örnek olarak, katılımcı 8 ise ilk vegan olduğu ilk zamanlarda hayvansal ürünler tüketmemek için günlerce patates kızartması ve kola tükettiğini belirtmiştir. Öte yandan katılımcı 7 hayvansal ürün tüketmemeye gösterdiği dikkati sağlıksız ürünler tüketmemeye de sarf ettiği şu şekilde anlatmıştır:

Şeyin çok önemi olduğunu gördüm, junk-vegan mı, health-vegan mı? Çünkü health vegansan, ister İstanbul, ister Mars, hiç önemli değil. Ben sağlığımı çok önemsiyorsam ve sağlıklı vegan yaşamaya çalışıyorsam çantamda daima kuruyemişim var. Ya da hemen şuradan alabileceğimi biliyorum. Ama yok, bunun bilincinde değilse, sadece vegan etiketlerle yaşıyorsa burada biraz sıkıntıya

düşüyoruz. Mesela o kişiye her gün patates kızartması ve salatayı yedirebilirsin, bana yediremezsin mesela. (Katılımcı 7)

Dünyada veganlığa artan ilginin yalnızca gençler arasında olmadığı, orta yaş üzerindeki kişilerin de sağlık nedenlerini gerekçe göstererek bitkisel beslenmeye yöneldikleri katılımcılar tarafından işaret edilmiştir. Bu durum, hayvansal ürünlerin tüketiminin sağlığa zararlı olduğu fikrinin yaygınlaşmasından dolayı vegan olan değil fakat bitki temelli beslenmeyi tercih eden kişilerin sayısının artması olarak ifade edilebilir. Daha ileri yaştaki insanların sağlık sorunları nedeniyle bitkisel temelli beslenmeye geçtikleri ve bu değişim nedeniyle vegan olmasalar bile hayvansal ürün yemeyi bırakan kişilerin yaş ortalamasının yükselmeye başladığına katılımcılar tarafından dikkat çekilmiştir.

Yaş ve veganlık ilişkisine dair katılımcıların belirttikleri husus her yaşta veganlar ile tanıştıkları yönündedir. Fakat daha fazla yaşa sahip olan kişilerin veganlığın “bitkisel beslenme” yönüne vurgu yaptıkları ve veganlığın diğer yönlerini gözden kaçırabildikleri yönünde bir eğilim olduğu belirtilmiştir. Bu durum etik nedenlerle vegan olanlar için rahatsız edici bir unsur olarak algılandığı gibi bazı katılımcılar ise her ne motivasyonla olursa olsun hayvansal ürünlerin tüketilmemesinin daha az hayvanın acı çekmesi anlamına geleceği için eleştirilmemesi gerektiğini düşünmektedir.

Sağlık açısından mesela orta yaş ya da ileri yaş insanlar vegan oluyor öncelikle. Daha sonra etik sebepleri oturuyorlar. ...

Sağlık açısından dediğim gibi ileri yaş grubu belki doktor tavsiyesi, tavsiyeleri o yönde olmuş olabilir. Genelde bu veganlığın felsefesinin altında yatan psikolojiyi içselleştirmemiş insanlarda bu olabilir. Şeyden dolayı, özentilik, akımdan dolayı. Akım olarak görüp. (Katılımcı 3)

Bana göre sağlık için vegan olunmuyor. Sağlık için bitkisel besleniliyor. ... (Bir diyetisyen) geçen gün şunu yazmış: Vegan diyet. Sinirlendim. Ben de mesaj attım. Veganlık kelimesinin anlamını boşaltıyorlar. Bu bitkisel beslenme. Veganlık değil. Vegan diyet... Benim için vegan diyet diyemezsin. Çünkü veganlıkta ilk önemli olan şey hayvan tüketimini sıfıra indirmek. (Katılımcı 8)

Bitkisel beslenmenin daha sağlıklı olduğunu vurgulayarak veganlığın yayılmasına katkıda bulunma çabasına farklı tepkiler gözlemlenmiştir. Aktivist olmayan ve aktivist olmayı düşünmeyen katılımcı 4, etik veganlığın anlatılmasını yararlı bulurken, daha fazla kişinin vegan bir hayat yaşamaya ikna edilebilmesi için sağlık argümanlarının öne çıkartılmasının yararlı olduğunu düşünmektedir. Söz konusu katılımcı bu görüşünü şöyle gerekçelendirmektedir:

İnsanlara bir şeyleri nedenleriyle açıklarsanız o zaman ikna olur. Çünkü 1 artı 1, 2. Ben sana derim ki, “Hayvan yeme hayvanlar onları yeme biz de yemiyoruz,” ama bugün yemem yarın yerim. Ama ben sana derim ki, “Yediğin hayvansal kolesterol senin damar duvarında birikiyor ve seni yıllar içinde kalp hastası yapıyor çünkü damarların sağlam değil. Diyabet hastası yapıyor çünkü damarların sağlam değil. Tansiyon hastası yapıyor çünkü damarların sağlam değil.” derim. Sen dersin ki, “Evet ya, belki biraz azaltsam biraz daha sağlıklı olurum.” “En kötü, işlenmemiş et yerim, sağlıklı bulduğum eti yerim, haşlama yerim, ızgara yemem,” dersiniz. (Katılımcı 4)

## 8. 'ÖTEKİ'Yİ TANIMLAMAK, 'ÖTEKİ' İLE İLİŞKİ KURMAK

Kimlik inşası, sosyoloji literatüründe büyük ölçüde, azınlıklar, marjinal kesimler, çeşitli türden topluluklar yanı sıra birey-grup, birey-toplum ve gruplar arası ilişkilerde gözlenen kimlik süreçleri, yaşantıları ve çatışmalarla (Bilgin,2007:6) ele alınmaktadır. Her ne kadar kimlik literatürü, 'öteki'nin tanımlanmasının kimlik oluşumunda önemli olduğuna dikkat çekse de bu çalışmanın saha araştırması veganlar arasında 'öteki'ye farklılaşan derecede referans olduğunu göstermektedir. Veganlar için öteki 'hayvan sömürüsüne karşı çıkmayan' ve 'hayvansal ürünler kullanmak veya hayvanlar üzerinde denenmiş ürünleri kullanmak yoluyla hayvanları sömürenler' olarak tanımlanabilir. Bu tanımlama baskın olarak etik veganlar arasında yapılan bir tanımdır. Sağlık gerekçeleri ile bitkisel beslenen kişilerin ise dikkatlerini 'öteki' kurgusundan ziyade kendi sağlıklarına ve bedenlerine yöneltmiş oldukları iddia edilebilir.

'Öteki' kurgusunun daha belirgin olarak karşımıza çıktığı durumlarda kişilerin aktivizme daha yakın olduğu göze çarpmaktadır. Diğerlerinin de vegan bir yaşam hakkında bilgilendirilmesi ve bir anlamda etik veganlığa davet edilmesi, grup içi kimliğin pekişmesine de katkıda bulunmaktadır. Fakat aktivizmin grup içi kimliği pekiştirirken, na-vegan kişilerin veganizmden uzaklaştırdığını düşünen katılımcılar da bulunmaktadır. Bu anlamda bazı katılımcılar aktivizmin, 'öteki'ni na-veganlık çevresinde birleştiren olumsuz bir güce dönüşme potansiyeli olduğunu iddia etmişlerdir. Bu çerçevede, bir katılımcı vegan aktivist harekete dahil olmamasını şu şekilde açıklamaktadır:

Karşı taraf sizi anlamıyor, anlamak da istemiyor. Anlamak istemeyen kişinin kafasına vurmaya çalışırsanız, o bu sefer sizi daha çok ezmeye ve kendi tarafına daha çok adam toplamaya çalışıyor. Daha çok adam toplamaya çalışıyor derken hadi anti-vegan, anti bilmem ne bir şey yapalım demiyor ama, ne bileyim bir yere yorum atıyor, destekçisini arttırmaya çalışıyor. Bak işte bu ne demiş, haha ha diyor, arkadaşımı yanına çekiyor. Dolayısıyla sizin karşınızda daha da büyük bir grup oluşuyor. (Karşınızda bir grup) Zaten var, daha büyük bir grup oluşuyor. Yani bunun faydasını değerlendirmek lazım. Daha faydalı bir şey bulabiliriz mesela. Diyebiliriz ki, bu insanların anlayabileceği şekilde mesela, bu adamlar anlayışsız değil de, başka bir görüşü var, onu nasıl yıkabiliriz, orayı düşünmek lazım. O insanlar yapıyorsa, o şekilde yıkabileceğini düşünmüş, yapıyordur. Ben mesela çok faydalı olacağını düşünmüyorum. Başka yaklaşımlar denenebilir. Örneğini verdim, ben daha bireysel olarak, benim gibi düşündüğüne inandığım bir arkadaşıma uyguladım. En ufak etkisi olmadı. Ailem gibi asla yapamaz dediğim insanlar yavaş yavaş düşünmeye başladı ve ailem uygulamaya da başladı yavaş yavaş. Vegan olmayacak belki hiçbir zaman ama çok yaklaşacak. ...

Çok yaklaşacak belki. Belki de gerçekten olacak. Bilemiyorsunuz, onun için hangi yaklaşımın işe yaradığını görüp, belki de birey birey, grup grup, ona göre davranmak lazım. Sokağa çıkıp eylem yapmak her zaman faydalı olmayabilir. Faydalı olacağını düşündüğüm zaman kesinlikle çekinmem. (Katılımcı 6)

'Ceset yiyorsun' demek yerine bence biraz daha ılımlı (olmalı)... Çünkü insanın savunma mekanizması (var). Aslında çok bilimsel şeyler bunlar. Psikolojik olarak da çok bilimsel şeyler. Karşı tarafı eleştirdiğinde karşı taraf bilinçaltında gayri ihtiyari

direk savunma mekanizmalarını koyuyor ve oraya ulaşmak mümkün değil. Ama eleştirmediğinde, sadece tavsiye verincesine ya da bilinçlendirme gibi anlattığın zaman, onu yargılamadan, ondan bağımsız bir şekilde, ona saldırmadan, o zaman algılarını açıyor ve “Bir dakika,” diyor, “Benim için sağlıklıymış ya,” diyor, “Hayvanları koruyacakmışım,” diyor, “Bir dakika ya, daha iyi beslenebilirim, doğaya da zarar vermem, daha sürdürülebilir,” gibi olumlu algılar geliştiriyor. Ama diğer türlü sadece savunma mekanizmaları, duvarlar. (Katılımcı 7)

(Et) Herkese kokuyor, bana da kokuyor. Ama ben öyle bulmuyorum, herhalde ben bunda aktivist değilim. Sonuçta şöyle, bu dünyanın yüzde 10'u vegansa, yüzde 90'ı na-vegan. Onlarda birşeylere saygı duyuyoruz, güzel dille anlatabilelim ki onlar bir şeyleri anlayabilsinler. Ben şimdi burada çata pata çata konuşsam, asla benim yanımda tavuk yenmez desem benimle ne kadar samimi olmak istersiniz? Bir kere dersiniz, iki kere dersiniz, sonra dersiniz bu bir çıkıntı, bununla uğraşılmaz. “Ben bu yola girmişsem benim gibi olanlarla takılırım.” Ben böyle biri değilim. (Katılımcı 4)

Kendisini vegan olarak tanımlamak istemediklerini belirten ve günlük hayatlarında kendilerini vegan olarak tanıtmaktan kaçınan katılımcıların bulunması hem veganlar arasındaki çeşitliliğe hem de vegan bireylerin na-veganlarla kurdukları ilişkinin farklılığına işaret etmektedir. Kendilerini çalışma esnasında vegan olarak gördüklerini ifade eden fakat bunu günlük hayattaki etkileşimlerinde ve ilişkilerinde vurgulamaktan kaçınan katılımcıların bu davranışlarında birkaç temel neden tespit edilmiştir. Bu vurgudan kaçınmanın nedenleri na-vegan kurallarla şekillenmiş bir toplumda ‘vegan’ kelimesine yüklenen aşırı anlamların yanı sıra kendisini vegan olarak tanımlamanın sonrasında toplumsal olarak alınan tepkilerden kaçınmaya çalışmak da olabilmektedir. Bazı katılımcılar ise son yıllarda veganlığın bir “sağlık trendi” olarak ele alınmasından rahatsızlık duymakta ve bu nedenle veganlık kelimesini günlük ilişkilerinde sıklıkla dile getirmekten kaçınmaktadırlar.

Öncelikle her ne kadar vegan kelimesi harekettten biri tarafından icat edilmiş olsa da kelimeye yüklenen anlam hareketi çok aştı. Özellikle son yıllarda veganlığın yükselişi ve ana akım medyada daha tartışılır hale gelmesiyle taşıyabileceğinden çok daha fazla anlam, çağrışım, iyileri de var ama çoğunlukla kötü çağrışımlar bunlar, yüklenir oldu. Kendime vegan deyince bütün bunların başkalarının gözünde beni tanımlamasına izin vermiş gibi hissediyorum ve bundan kaçınıyorum. O yüzden örneğin yeni birisiyle tanıştığında ya da zaten tanıdığım ama hayat tarzımı bilmeyen birisine kendimi anlatacağımda 'hayvansal ürün tüketmemeye çalışıyorum, tüketmemeyi tercih ediyorum' demeyi 'ben veganım' demekten çok daha açıklayıcı buluyorum. Böylece vegan kelimesini kullanarak yaşanabilecek anlam kaymasının kendimce bir nebze de olsa önüne geçmiş oluyorum. (Katılımcı 9)

Yine aynı şeylere geliyor, yani yüzde yüz vegan olmanın çok mümkün olduğunu ben de düşünmüyorum. Hatta ben kendimi tam vegan olarak nitelendirmek de istemiyorum çünkü çok büyük bir kalıba sokuyor ve çok büyük bir önyargı oluşturuyor insanlarda. Olabildiğince bitkisel beslenmeye çalışıyorum, olabildiğince doğaya ve insanlara ve hayvanlara zarar vermemeye çalışıyorum, demeye çalışıyorum. Mesela eşim bazen şey yapıyor böyle, yok yemez benim eşim, vegan falan diyor. Bu çok yorucu oluyor... Çünkü vegan dediğim zaman insanlar sanki ben onları yargılayacakmışım gibi, ben onlara saldıracakmışım, onları aşağılayacakmışım gibi bir algıya kapılıyorlar. Oysaki “tüketmiyor hayvansal gıdalar” dediğinde sadece, hiç bunlarla karşılaşmıyorum. Direk “Neden ki?” falan diyor. Sonra ben anlatınca çok mantıklı geliyor. “Çok haklısın,” diyor. Ama veganın kimliği altında böyle bir girince

beni sanki bir düşman gibi böyle, sürekli kendini savunma ihtiyacı, “Ama protein alamayız, ama şu şöyle şu böyle,” diye böyle bir savunma argümanlarına kendini sokuyor ama aslında bunu bilinçli olarak yapmadıklarını farkediyorum ben. (Katılımcı 7)

Veganizm, ya da farketmiyor, feminizm, humanizm, ırkçılık karşıtlığı, ırkçılık başka birşey...yani insanların ne olursa olsun kendini illa bir grupta tanımlamak zorunda gördüğü zaman karşısına da bir grup alıyor otomatikman. Kendimiz olarak gördüğümüz şeyi bir grup olarak bir isim verdiğimiz zaman otomatikman karşınızda bir grup oluşuyor.

(Sadece) Veganım değil, hiçbir şeyim demek istemiyorum. Dediğim gibi ben Türk müyüm Türk'üm, öyle yazıyor kimliğimde vesaire. Ama demek zorunda değilim. Demek zorunda değilim yanlış oldu aslında...demiyorum, tercih de etmiyorum. Niye diyeyim ki, kime ne faydası var böyle bir şey söylemenin, ifade etmenin. Faydaları olabilir ama ben zararlarının daha çok olduğunu biliyorum. İlla bir şey olmak zorunda değiliz. (Katılımcı 6)

## **Sonuç**

Beslenme enerji kazanımından öte bir kimlik edinimi unsurudur. Kimlik ve beslenme ilişkisine klasik bakış açısı, özellikle topluluk ve ulusal kimlik inşasının sofrası kültürü ve bazı yemeklerin o topluluğun ve/veya ulusun ayırt edici bir özelliği olması üzerine odaklanmıştır. Fakat veganizm, beslenme ve kimlik arasındaki ilişkinin klasik tanımlamaların ötesine geçen bazı boyutlarının olduğunu ortaya koyan bir harekettir. Veganlık, hem beslenmeyi hem de kozmetik, kıyafet, temizlik ürünlerinin tüketimini ve bunların yanında medikal ürünlerin ve ilaçların kullanımına dair prensipler içeren ve kimlik kurulumu bu alanlardaki tüketim ve eylemlere uzanan bir olgudur. Hayvansal ürünleri yememenin veganlığın yalnızca bir yönünü oluşturduğu özellikle belirtilmektedir.

Bu çalışmanın verileri, veganların bazı noktalarda birleşen fakat bazı konularda ayrı deneyimlere ve fikirlere sahip olan bir topluluk olduğuna işaret etmektedir. Katılımcıların veganlık kararı alma motivasyonları, vegan olmayan kişilerle ilişkileri ve veganlığı deneyimleme biçimleri bazı alanlarda benzeşmekte bazı alanlarda ise farklılaşmaktadır. Bu çeşitlilik iki ana hat üzerinden incelenebilir: İlk olarak hayvansal ürün tüketmeme kararının sağlık nedenleri ile mi yoksa etik kaygılarla mı alındığı, veganlar arasındaki çeşitliliği etkilemektedir. Hayvansal ürünleri tüketmemek yalnızca yeme-içme ile sınırlı kaldığında bu durumda veganlıktan değil ‘bitkisel beslenme’den söz edilebileceği etik veganlar tarafından sıklıkla vurgulanmaktadır. Her ne kadar başta sağlık motivasyonu ile hareket eden katılımcıların da etik unsurları zamanla benimsemiş oldukları anlaşılabilir, başlangıçtaki bu motivasyonun na-vegan çevreyle kurulan ilişkiyi etkilediği görülmüştür. Veganlık kararının alınmasındaki ilk motivasyonun ve aktivizme karşı tutumun etkileşerek oluşturduğu bir başka etki, ‘öteki’nin nasıl inşa edildiği ve ne kadar belirgin bir öteki tanımı yapıldığıdır. Sağlık motivasyonlarıyla bitkisel beslenme kararı alan kişilerin dikkatlerinin kendi sağlıklarına ve bedenlerine yöneldiği ve bu durumda na-vegan öteki kurgusunun daha gevşek olduğu göze çarpmaktadır.

Veganlar arasındaki çeşitliliği şekillendiren bir diğer unsur ise kişilerin aktivizme bakış açılarıdır. Bazı katılımcıların vegan aktivist hareketle ilişkilerini mesafeli tutmaya çalıştıkları görülmüştür. Bu katılımcılar, aktivistlerin na-veganlara karşı “sert” tutumlarının veganlığın toplumda daha da marjinalleşmesine sebep olabileceği endişesini taşıdıklarını ifade etmişlerdir. Fakat vegan aktivist hareket içerisinde de farklılaşan tavırların olduğu ve tüm aktivistlerin vegan olmayanlarla çatışmalı bir ilişkileri olmadığı belirtilmelidir.

## Kaynakça

- Abolisyonist Vegan Hareket. (2018). Erişim adresi: <https://abolisyonistveganhareket.org/>.
- Adams, C. J. (2010). Why feminist-vegan now?. *Feminism & Psychology*, 20(3), ss. 302-317.
- Adams, C. J. (2013). *Etin Cinsel Politikası: Feminist-Vejetaryen Eleştirel Kuram* (Çev. G. Tezcan ve M. E. Boyacıoğlu). İstanbul: Ayrıntı.
- Barnard, N. D. (2018). *Peynir Tuzağı* (Çev. S. Ç. Mellor). İstanbul: Yabancı.
- Beardsworth, A. ve Keil, T. (2011). *Yemek Sosyolojisi: Yemek ve Toplum Çalışmasına bir Davet* (Çev. A. Dede). Ankara: Phoenix.
- Beşirli, H. (2017). *Yemek Sosyolojisi: Yiyeceklere ve Mutfığa Sosyolojik Bakış*. Ankara: Phoenix.
- Bilgin, N. (2007). *Kimlik İnşası*. Ankara: Aşına Kitaplar.
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics. *University of Chicago Legal Forum*, 1989/1(8), 139-167.
- Esgin, A. (2018). *Gündelik Hayat Sosyolojisi: Tarihsel Süreç ve Temel İlkeler*. A. Esgin ve G. Çeğin (Editörler), *Gündelik Hayat Sosyolojisi içinde* (13-34). Ankara: Phoenix.
- Euronews. (2019). İngiltere’de vegan sayısı 3,5 milyona yükseldi: Nüfusun yüzde 7’si artık hayvansal ürün tüketmiyor. Euronews, 18 Şubat 2019. Erişim adresi: <https://tr.euronews.com/2019/02/18/ingiltere-de-vegan-sayisi-yukseldi-nufusun-yuzde-7-si-artik-hayvansal-urun-tuketmiyor>.



Fieldhouse, P. (1996). Food and Nutrition, Customs and Culture. London Chapman and Hall.

Isenbugel, E. ve Sieferle, E. (1984). Atın Tarihi (Çev. M. Boynudelik). Tarih ve Toplum, 1(6), 40-58.

Kayaer, M. (2013). Çevre ve Etik Yaklaşımlar. *Siyaset, Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), ss.62-76.

Özerkmen, N. (2002). İnsan Merkezli Çevre Anlayışından Doğa Merkezli Çevre Anlayışına. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 42(1-2), ss.167-185.

Sanday, P. R. (1994). Female Power and Male Dominance: On the Origins of Sexual Inequality. Cambridge: Cambridge University Press.

Tunçay Son, G. Y. ve Bulut, M. (2016). Yaşam Tarzı olarak Vegan ve Vejetaryenlik. *International Journal of Human Sciences*, 13(1), ss. 830-843.

Vegan Outreach. (2019). 18 Şubat 2019, Erişim adresi:  
<https://veganoutreach.org/why-vegan/>.

## Ekler

### Ek 1: Katılımcı Tablosu

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Yaşadığı Şehir	Veganlık Süresi
Katılımcı 1	25	Kadın	Ankara	1 yıl
Katılımcı 2	27	Kadın	Ankara	2 yıl
Katılımcı 3	26	Kadın	Ankara	5 yıl
Katılımcı 4	30	Kadın	Ankara	1 yıl 4 ay
Katılımcı 5	23	Erkek	İstanbul	2 yıl 7 ay
Katılımcı 6	35	Erkek	Ankara	5 ay
Katılımcı 7	29	Kadın	Ankara	1 yıl 8 ay
Katılımcı 8	26	Kadın	Mersin	1,5 yıl
Katılımcı 9	30	Kadın	Berlin	2 yıl 10 ay
Katılımcı 10	42	Erkek	Ankara	1,5 yıl

## Extended Abstract

Analyzing veganism takes the discussion of food out of a traditional national identity- culture debate. Veganism can be analyzed as a

transnational identity as well as an ethical stand and a social movement. Therefore, veganism is a very striking issue in terms of sociology. For this study, semi-structured in-depth interviews have been conducted with 10 self-identified vegans. A call for participation of study stating the purpose and scope of the study has been announced and these interviews have been conducted with those individuals who are willing to participate in the study.

One of the most important findings of the study is the heterogeneity among vegan participants. There are various reasons for becoming vegan for the participants. Although ethical reasons are mentioned by all of the participants, health reasons, compassion and love for pets are among the motivation reasons of some participants to become vegan. Some participants stated that they took the decision of being vegan in a very short period of time. This decision may be triggered with a photo showing cruelty or a documentary about the unhealthiness of consuming animal products.

While some participants' transition to veganism is fast, other participants talked about a process that lasted for years for adapting to a vegan lifestyle. There are also participants who have been vegan after experiencing vegetarianism for a while. The transition to veganism is not a linear process for some participants. There are some participants who stated that after being a vegetarian for a while then they started consuming meat again, but then they switch to veganism.

In addition, the transformation started in the field of nutrition and then spread to other areas. The process starting with not eating meat and other animal products for the participants is evolving towards using only vegan products. It is observed that all participants perceived this transition as a learning process. In this process, they internalize why veganism is necessary to end any kind of animal exploitation. Participants also state that vegan awareness is not only limited to the nutrition sphere, animal exploitation also covers any use of animals such as experiments on animals.

When we relate this learning process with identity formation, it is possible to state that vegan identity is shaped in time. The main tools of this learning are media platforms such as Youtube, Facebook, Instagram, and Twitter. All vegan participants, whether they are activist or not, use these channels and shape their vegan practices with the information they get from here. In addition to finding out which products are vegan, the participants stated that they mostly learned alternative products and recipes for animal products from these channels.

Another important finding of the study is that although some participants follow a vegan lifestyle, they refrain from stating themselves as a vegan in their daily interactions. Some basic reasons are identified why they avoid emphasizing their veganism in daily interactions. The reasons for avoiding this emphasis may be the excessive meanings imposed on the word 'vegan' in the society formed by non-vegan rules, as well as trying to avoid social reactions after defining themselves as a vegan. Participants report that reactions to vegan individuals may vary from being harassed to being

ridiculed. It has also been stated that when they become ill or look exhausted in any way, non-vegan people may directly attach this to their vegan diet. Moreover, there are some participants who stated that they were mocked in their daily lives because of their diet.

Findings related to effect of gender on practicing veganism are also important contributions of the study. Participants were divided into two groups as to whether gender has an impact on the decision to be vegan. In particular, participants who are a part of the vegan activist movement, state that men also are a part of the vegan movement in Turkey. However, most of the participants state that the social perception of veganism is ‘feminine’.

Even though ethical veganism is thought to spread equally between men and women, some gender-based practices of vegan participants are noteworthy. After being vegan, it was seen that women increase the time spent in the kitchen to find different recipes without meat, dairy products, and egg, and to increase the variety of products they eat. It is seen in the field research that male participants do not increase the time spent in the kitchen as much as female participants after being vegan. It is also mentioned by female participants that only a small number of male vegans prepare their own food and try to prepare vegan alternatives in the kitchen. The participants also stated that the majority of vegan food blogs and channels are prepared by women.

Another effect of gender is that the number of meals eaten out by female participants after being vegan decreased very seriously, while some female participants stated that the meals eaten outside went down to almost zero after being vegan. Female participants usually carry their vegan food with them. However, two male participants stated that they continued to eat out after being vegan, and they do not prepare their own food at home and carry this for eating at work.

The study includes findings related to participant views and interpretations on the intersectionality of identities and collaboration of different social movements. Some participants in vegan activism stated that they were doing some activities together with LGBTQI + and feminist activists and they thought that it is important to announce veganism to other people and movements. These participants state that acting together and communicating with other movements will strengthen each movement. Despite occasionally experienced conflicts, the vegan movement, LGBTQI+, and feminist movements at least symbolically may act together to support each other. Mutual support of these movements is considered important in Turkey because these movements are considered as marginal and these groups have few activist members.