

Pandemi dönemi filizleri: Kakao Seremonisi üzerine bir araştırma makalesi

5 Mart 2020. Kakao Seremonisi ve bir kitap söyleşisi için Ankara'ya vardığımda yolculuk defterine şu satırları not düşmüşüm:

“Bugün iki uçuşla Ankara'ya geldim. Havalimanlarındaki ve uçaklardaki maskeli ortamın içinde; uykulu gözlerimi insanların bir birini keyifle ve özgürce öptüğü; öpüldüğü, sarıldığı, kucaklaştığı, tertemiz havayı ciğerlerine çektiği o günlere açtım. O kucaklaşmaların her birini hissettim. Her öpücüğün sevgisi, sıcaklığı tüm samimiyetiyle içime işledi düşümde.”

7 Mart 2020. Ankara Denizkızı Sanat'taki seremoni öncesi sevgili Martı ile onun üniversitedeki bitki tıbbı uygulamaları üzerine yaptığı çalışması üzerine sohbet ediyoruz. Hiç birimiz o akşamki seremoninin, Pandemiden önceki son kakao seremonisi olduğunun farkında değiliz. Uzun süreler evlerimize kapanacağımızın, kapalı ortamlarda sosyalleşemeyeceğimizin ve alışkanlıklarımızın dönüşeceğinden habersiziz.

Bir gün önce Martı'nın da katıldığı, Ankara Büyülü Orman'daki Kakao Seremonisi yol haritamız. Biraz da benim Ayahuasca ve Kakao ile tanışmam ve yol arkadaşlıkları...

16 Ağustos 2020. Bodrum'da bir Pazar sabahı, o samimi sohbeti bir makalenin satırları arasında okuyorum. İçimde bir heyecan. Kısıtlamalarla geçen bu beş ay içinde seremoniyel kakao Cacao People ile Türkiye'ye gelirken, bilimsel platformda da bir tohum filizlenmiş.

Kakao Günlüğüne bu güzel anıyı ve çalışmayı keyifle bırakıyorum. Ama ufak bir seslenişim olacak:

Sevgili Martı,
Bitki ilmine ve geleneksel yöntemlerin ileriki kuşaklara aktarılması konusunda verdiğin canı gönülden destek ve koşulsuz heyecanın içime umut yüklüyor.
Tanıdığım ve tanımadığım tüm bitkiler adına sana teşekkür ederim.
Kübra

Tanrıların Gıdası *Theobroma Cacao*'nun Kullanımına Günümüzden Bir Örnek: Kakaoista Kübra Saatçioğlu ve Kutsal Kakao Seremonisi¹

Yazar: Martı Esin Şemin²

“Ben ağacın çıkardığı nefesi içime çekiyorum.
Ağaç benim çıkardığım nefesi içine çekiyor .
Beraber bir halka oluşturuyoruz.
Soluğum milyarlarca ölü ağacın ve bitkinin soluğudur.
Ağaçlar ve bitkilerin soluğu da milyarlarca ölü insan ve hayvanın soluğudur.”
(Jack D. Forbes, Kolomb ve Diğer Yamyamlar)

Giriş

Kakao tohumunun kavrulmuş ve birçok işlemde geçmiş hâli bugün neredeyse tüm mutfaklarda kullanılmakta, yağı ise birçok kozmetik ürününün içinde bulunmaktadır. Kakao ile insan arasındaki ilişkinin binlerce yıldır devam etmesine günümüzdeki tüketim biçimleri de eklendiğinde insan, kakaoya çok uzun zamandır aşına diyebiliriz. Ancak günlük hayatta kullanılan kakao ürünlerinin içeriği okunduğunda, kakao oranının yok denecek kadar az olduğu ve içine birçok katkı maddesi eklendiği görülmektedir. Bu durum, kakaonun kendi topraklarından ayrılmasıyla ve zaman içinde özellikle de çikolata olarak ticari bir değer kazanmasıyla olmuştur. Kristof Kolomb'dan sonra dünyaya açılan kakao,

¹ Bu makale [Gorgon E-Dergisi](#) 12. Sayısında yayımlanmıştır.

² Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Halkbilim Bölümü Doktora Öğrencisi, martiesin@gmail.com

kıymetli bir hammadde hâline gelerek gündelik yaşama adapte edilmiştir. Kakao ağacı aslında dünyanın sadece belirli yerlerinde bulunan, narin ve nadir yetişen bir bitkidir. Bunların yanında tarih boyunca içinde yetiştiği bölgenin halkları için kutsal sayılmış, “tanrıların gıdası” olarak görülmüştür.

Bu çalışmada kakao bitkisinin tarihi ve kullanımına değinilecek, kakaonun Mezo ve Güney etnobotanisindeki yeri Türkiye özelinde bir örnek ile ele alınacaktır. Bu çerçevede, şamanlık yolculuğunu ve inisiyesini (şaman olma yolunu ve öğretilerinin sorumluluğunu) bu coğrafyadan alan Kübra Saatçioğlu ile görüşülmüştür. Saha çalışmasında Saatçioğlu rehberliğinde bir kakao seremonisi deneyimlenmiş ve şifalı bir bitki olarak kakao kullanımı ile ilgili kendisiyle söyleşi gerçekleştirilmiştir.

1. Kakaonun Ana Vatanı ve Günümüzde Kakao Tarımı

Kakao bitkisinin Latince adı *Theobroma cacao* olup *Sterculiaceae* familyasının alt cinslerinden biridir. Bu familya, *Theobroma Cacao* haricinde 65 cins ve yaklaşık 1000 bitki türü içermektedir.³ *Sterculiaceae* familyası adını, insanlara gübre kullanmayı öğreten Roma mitolojisindeki bereket tanrısı *Sterculius*'tan alır (Smith, 1859: 725). Bu ağacın zengin meyvelerindeki tohumlar kakaonun en bilindik hâli olan çikolatanın kaynağıdır.

Theobroma Cacao'ya ismini veren İsveçli biyolog Carl Linnaeus'tur. Linnaeus, bugün dahi kullanılan botanik sınıflandırmanın kurucusudur. Onun sınıflandırma çalışmalarında kakaoya 1730'lu yıllardan itibaren yer verilmiştir. Kakao bitkisinin iki isimli tanımını *Species Plantarum* kitabında yapmış, sonraki eserlerinde ise kakao hakkında yazmaya devam etmiştir (Linnaeus, 1753: 782; Cuatrecasas, 1964: 508). *Theobroma* kelimesi Yunanca kökenli olup “tanrıların gıdası” anlamına gelmektedir. Tanrı anlamına gelen (θεός) *theos* ve gıda/yiyecek anlamına gelen (βρῶμα) *broma*'dan türetilmiştir. Kakao ise yerli Mezoamerikan kültürlerine ait bir sözcük olup (Mixe- Zoquean dil ailesi) *kakaw/kakau* ve

³ <http://www.botany.hawaii.edu/faculty/carr/sterculi.htm> (Erişim Tarihi: 06.05.20)



Resim : Maya Hierogliflerinde Kakao Kaynak:
<http://www.dandelionchocolate.com/2014/10/21/a-brief-history-of-chocolate-part/>

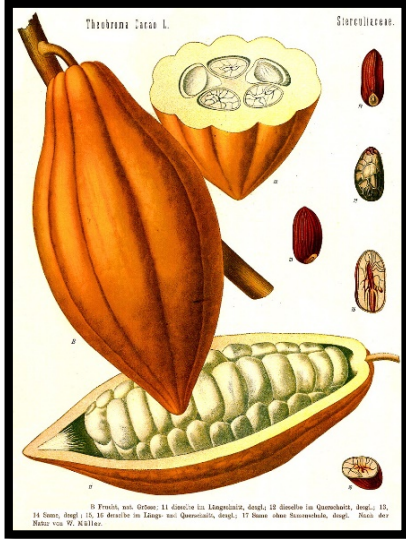
cacahuatl'dan gelir. Bu bitki Tzeltal, K'iche ve Maya kültürlerinde *kakaw/kakau* (Resim 1), Aztek dili Nahuatl'da *cacahuatl* olarak bilinirdi (Coe ve Coe, 2000: 53; Bhattacharjee ve Akoroda 2018: 1). Literatürdeki kaynakların bazılarında -bitki olarak aralarında bir fark olmasa da- *cacao* yerine *cocoa* sözcüğü tercih edilmekte, *cocoa* sözcüğü bazı kullanımlarda kavrulmamış yani ham ve daha az işlenmiş kakao ağacı anlamına gelmektedir.⁴

Kakao bitkisinin ana vatanı Mezoamerika olarak bilinen tarihî bölgedir.⁵ Bu bölge bugünkü Orta Meksika'dan Belize, Guatemala ve El Salvador'un tamamını; Nikaragua ile Honduras'ın büyük bir kısmını ve Kosta Rika'nın kuzeyini kapsayan ülkelerden oluşmaktadır. Bölge İspanyollar tarafından Kolomb döneminden itibaren sömürgeleştirilmiştir. Mezoamerika ifadesi, Kolomb öncesi (Pre-Columbian) dönemdeki kültürleri tanımlar.⁶ Bu kültürlerin (Olmekler sonra Mayalar ve Aztekler) kakao bitkisini kullandıkları ve onu kutsal saydıkları bilinmektedir. Binlerce yıldır tüketilen kakaonun insanlar tarafından kullanımına baktığımızda, yiyecekte ziyade içecek olarak tüketildiği tespit edilmiştir. Bugün katı ve toz formlarda, en çok da çikolata olarak tüketilen kakaonun bu hâli, üç bin yıllık kullanımın yalnızca son iki yüz yılında karşımıza çıkmaktadır (Coe ve Coe, 2000: 19).

⁴ <https://www.healthline.com/nutrition/cacao-vs-cocoa#process> (Erişim Tarihi 05.05.20).

⁵ Bunun yanında kakaonun ana vatanı ile ilgili yapılan son araştırmalarda kakaonun Mezoamerika'ya yukarı Amazon havzasındaki Ekvator'dan geçtiği düşünülmektedir. Ana-La Florida'da yapılan çanak çömlek analizlerde kakao kalıntılarına rastlanmıştır. Konuyla ilgili araştırmalar ve tartışmalar devam etmektedir (Zarrillo, vd. 2018).

⁶ <http://www.maya-ethnobotany.org/glossary-to-help-learn-technical-jargon/mesoamerica-for-archaeologists-different-meaning-for-botanists.php> (Erişim Tarihi: 05.05.20).



Resim : Köhler's Medizinal-Pflanzen, 1890, V. 2, plants 157 II

Mezoamerika iklimi ekvatorial yapıda olup kakao ağacının büyümesi için elverişli bir ortam sağlamıştır. Sağdaki haritadan da görüleceği üzere kakao, 23° 27' enlemindeki Yengeç-Oğlak dönenceleri arasında yetişebilmektedir (Resim 3). Bu bitki oldukça sıcak ve yıl boyunca yağışın devam ettiği bir ortamı sever. Bu da yıllık ortalama maksimum 30-32° C derece ve minimum yıllık ortalama 18-21° C derecedir. Haritadaki kırmızı renkli ülkelerin özelliklerine baktığımızda bu bölgelerin yıl boyu yağışlı, nemli ve sıcak olduğunu söyleyebiliriz.⁷ Ayrıca, günümüzdeki kakao üreticisi

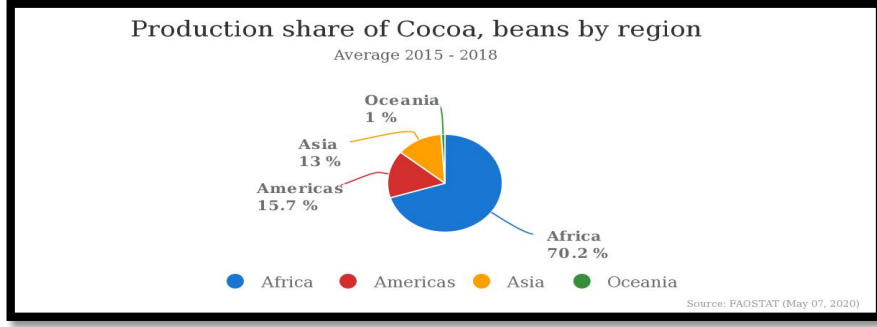
ülkelerin neredeyse dünyanın tüm kıtalarına yayıldığını ve bitkinin kendi topraklarını aştığını görürüz. Bu durum kakaonun Avrupa'ya, sonra da dünyaya tanıtıldığı zamanlardan itibaren ortaya çıkmıştır.



Resim : Günümüzün Kakao Üreticisi Ülkeleri Kaynak: <https://www.cargill.com/food-beverage/ap/cocoa-origins-apac>

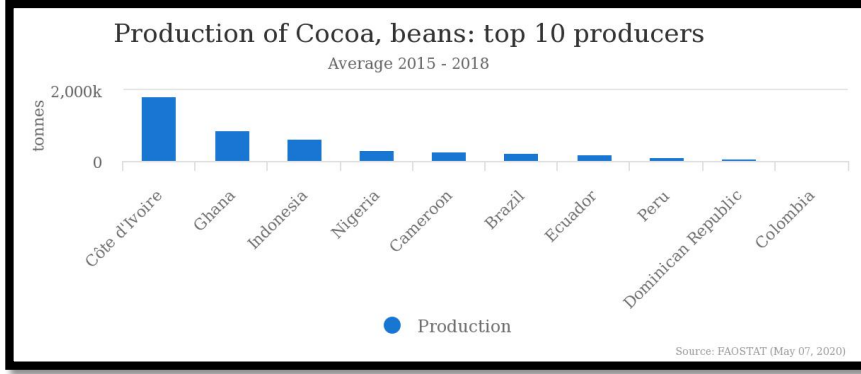
Sonraki istatistikte de (Resim 4) görüldüğü üzere günümüzde en çok kakao üreten ülkeler Afrika'da bulunmakta ve yıllık üretimin en başında Fildişi Sahili gelmektedir.

⁷ <https://taylahrichchocolate.weebly.com/production.html> (Erişim Tarihi: 01.05.20)



Resim : Günümüzün Kakao Üreticisi Ülkeleri Kaynak: <http://www.fao.org/faostat/en/#data/QC/visualize>

FAO'nun (Food and Agriculture Organization-Gıda ve Tarım Örgütü) 2015-2018 arasındaki üretim verilerine göre ikinci sırada yine bir Batı Afrika ülkesi olan Gana yer almaktadır. Üretimde üçüncü sırayı ise bir Güneydoğu Asya ülkesi olan Endonezya almıştır (Resim 5). Günümüzdeki verilerin de gösterdiği üzere kakaonun yetiştirildiği topraklar, ekvatorial iklim tipinin görüldüğü ülkelerin neredeyse tamamına yayılmıştır. Üretimin en başında Fildişi Sahili gibi yoksul Afrika ülkelerinin olması bu topraklardaki ucuz emek ve iş gücü ile ilintilidir.⁸ Bunların yanında bilinçsiz kullanım ve ormanların tahrip edilmesi ise dikkat çekici bir başka konudur.



Resim : 2015-2018 Yılları Arasında Dünya Kakao Çekirdeği Üretiminde Ülkeler Sıralaması Kaynak: <http://www.fao.org/faostat/en/#data/QC/visualize>

⁸ <https://foodensity.com/cocoa-producing-countries/> (Erişim Tarihi: 01.05.20)

2. Kakaonun Tarihine ve Etnobotanik Kullanımına Bir Bakış

Kakao kullanımı, Batılı araştırmacılar tarafından uzunca bir süre Kolomb'un karşılaştığı ilk uygarlıklar olan Aztek ve Mayalara ithaf edilmiş olsa da bu düşünce, son yıllardaki verilere dayanarak değişmeye başlamıştır. Zarrillo ve ekibinin (2018: 1879) analizlerine göre kakaonun kullanımı, günümüzden 5.300 yıl önce, Mezoamerika'nın güneyinde kalan Ana-La Florida Ekvator'da yaşamış Mayo-Chinchipe halkına ait çömlek parçalarına dayanır. Ancak bu konu, henüz tartışmaya açık olarak kabul edilmiş ve kakao iğegeğinin tarihi Olmeklere dayandırılmaya devam etmiştir.

Kakaonun bir tarım ürünü olarak kullanılmasının tarihine baktığımızda, karşımıza Amerika'nın en eski medeniyetlerinden biri olan Olmekler çıkar. Olmekler, günümüzden yaklaşık 3000 yıl önce Meksika Körfezi sahili, Veracruz'un güneyi ve Tabasco sınırları arasında kalan rutubetli ve ılıman iklime sahip topraklarda yaşamıştır. Bu toprakların bereketli olması sayesinde birçoğ bitkiyi tüketebilen Olmekler, mutfaklarını da geliştirmişler; örneğin mısırdan *maize* dedikleri bir çeşit ekmek yapmaya başlamışlardır. Bunlar haricinde avokado, biber, renkli kabaklar ve fasulye de mutfaklarında kullandıkları diğer bitkiler arasında yer almıştır (Coe ve Coe, 2000: 49-52). Olmeklerden Mayalara gečeen kakao kullanımı, Mayalar tarafından zenginleştirmiştir. Kakao, Azteklerin Maya işgali sonrasında hem besin hem de para olarak kullanılmaya başlanmış ve Mayalarda olduğu gibi kutsal kabul edilmeye devam etmiştir (Mat, 2014: 7).

Kakaonun tedavi edici özelliklerinden faydalanılması yalnız Mezoamerika kültürlere özgü olmamış, kakaoyu Avrupa'ya taşıyan İspanyollar onun halk hekimliğinde nasıl kullanıldığı bilgisini de beraberlerinde götürmüşlerdir. Tanrıların gıdası kakao, keşfedilen Yeni Dünya'da (diğer bir adıyla Amerika'da) gıda olmanın yanı sıra hem para hem de dinî sembol olarak o kadar değerliydi ki Coe'nun (2005: 25) deyişiyle kakaonun "Eski Dünya'ya göče eden diğer Amerikan bitkileri arasında rakibi yoktur." diyebiliriz.

Avrupalıların kakao ile ilgili fark ettikleri ilk özellik, enerjiyi arttırdığı ve dinç tuttuğudur ki kakao içinde bulunan *teobromin* sebebiyle bu etkiyi vermektedir. Öyle ki Aztekler, kakao içtiklerinde başka bir yiyecek veya içecek olmadan gün boyu hareket edebildiklerini fark etmiş, bu sebeple askerlere içirmişlerdir. Kakaonun afrodizyak etkisinden de faydalanan Aztek Kralı Montezuma'nın kakao

içmeyi çok sevdiği ve haremine teşrif etmeden önce tükettiği bilinmektedir. Maya hiyeroglif metinlerinde görülen yeni evli çiftlerin kakao içme sahnesi bu etkiye verilecek örneklerden bir diğeridir (Mat, 2014: 15-29). Kakaonun ve çikolatanın bu özellikleri, günümüzde de bir pazarlama stratejisi olarak varlığını sürdürmektedir. 16. yüzyıl İspanyol metinlerinde kakaonun şamanlar tarafından kullanıldığı ve ritüellerde kakaoyu halüsinojenik maddeler ile karıştırdıkları ifade edilmiştir. Tanrıların gıdası kakao, kraliyet ailesine mensup kişilere şamanlar tarafından içirilerek, onların manevi bir yolculuğa çıkmaları sağlanmıştır (Mat, 2014: 29).

Kakaonun Mezo ve Güney Amerika halk tıbbında kullanımına bakıldığında ise yalnız tohumundan değil; yaprağından, kabuğundan, çiçeğinden ve yağından da etkili ilaçlar elde edildiği görülmektedir. Bunun yanında, başka bitkilerin ham madde olarak kullanıldığı ilaçlara da eklenmektedir (Mat, 2014: 29). Kakao bitkisinin kullanımına baktığımızda Venezuela'da *Alopecia* (bir çeşit saç derisi hastalığı) tedavisinde ve saçları gürleştirmek için, Dominiklerde yanıklara karşı ve böbrek hastalıkları için idrar söktürücü (*Diuretic*) olarak, Gana'da öksürüğü kesmek için, Meksika'da yılan ısırığı ve diğer yaralanmaların tedavisinde, Haiti'de romatizma için, Panama'da antiseptik yani mikrop öldürücü olarak kullanımının yanı sıra parazit ve halsizlik tedavisinde kullanılmaktadır. Bunlar dışında özellikle kadınların gebe kalmasını kolaylaştırıcı, rahat bir doğum geçirmelerine yardımcı ve menstrüasyon (adet döngüsü) düzenleyici özellikleri için bu ülkelerin çoğunda kakaodan yararlanılmaktadır. Ayrıca kozmetik özelliklerine de odaklanılan kakao Gana'da dişleri temizlemek, Haiti'de ise dudak kuruluğu için kullanılmaktadır.⁹ Kakao çekirdeğinden elde edilen yağ, Mayalardan itibaren yanık ve kesik tedavilerinin yanı sıra her türlü cilt irritasyonunda kullanılmaya devam etmektedir (Mat, 2014: 30). Kakaonun kimyasal içeriğine baktığımızda, bir çekirdeğinde %50-57 gibi çok yüksek oranda yağ bulunduğu ve bu yağın LDL (kötü kolesterol) atılımına yardımcı olduğu tespit edilmiştir. Kakaonun içinde yüksek oranda potasyum, magnezyum, selenyum, kalsiyum olduğu gibi protein içeriğinden de zengin (86 gr'da 16.9 gr) olduğu bilinmektedir. Kakao, bir kahve kadar yüksek olmasa da kafein (86 gr'da 198 mg) içermektedir. Ancak kakaonun uyarıcı etkisi kafeinden değil teobrominden (86 gr'da 1769 mg.) ileri

⁹<https://phytochem.nal.usda.gov/phytochem/ethnoPlants/show/2279?qlookup=cacao&offset=0&max=20&et=> (Erişim Tarihi: 01.06.20).

gelmektedir.¹⁰ İsmi *Theobroma cacao*'dan alan bu madde psikoaktif (ruh hâli değiştirici) olup idrar söktürücü, uyarıcı ve gevşetici özelliklere sahiptir. Psikoaktif bitkilerden biri olan kakao, şaman ritüellerinde sakinleştirici ve odaklanmaya yardımcı olarak kullanılmaktadır. Bunların yanı sıra kakao, endorfin benzeri moleküller (serotonin, tiramin, triptofan ve feniletilamin) içermektedir. Endorfin salgılanması antidepresan bir etki yaratırken insana keyif ve mutluluk hâli yaşatır (Mat, 2014: 42).



Resim : Kakaoyu köpürten Aztek kadını, Tulede Kodeksi, 1553, Museo de América

Kakaonun kullanım tarihine bakıldığında, yukarıda bahsedilen bu faydalara çoğunlukla kakaoyu içerek ulaşıldığı görülür. Bu içecek çok eski zamanlardan beri süregelen bir geleneğe bağlıdır. Mezoamerika'nın tamamında, kakao tüketiminin en eski usulü olan çekirdeklerinin öğütülerek ve demlenerek içimi, bugün tüketilen çay ve kahveye benzemektedir. Kakaonun geleneksel tarifine göre meyveler ağaçtan düşmeden tek tek toplanır ve ayıklanır. Meyvenin içindeki çekirdek çıkarıldıktan sonra taneler mayalanma, kurutma ve kavrulma işleminden geçer. Kakao çekirdekleri güneşte kurutulduktan sonra Maya geleneksel yöntemi ile kavrulur ve değirmen

taşında dövülür. Elde edilen ezilmiş çekirdeğe tercihe göre karabiber ve kırmızı biber gibi çeşitli aromalar ilave edilir. Bu yöntem hâlâ sürdürülmekle birlikte teknoloji ve tat olarak birtakım değişiklikler geçirmiştir. Aslında değişim, bu içecek Avrupa'ya taşınırken başlamış, İspanyollar kendi damak zevklerine göre içine şeker, tarçın, anason ve misk gibi ilaveler yapmışlardır (Mat, 2014: 12-20). Ancak Maya şaman tasvirlerinden günümüz kakao seremonilerine baktığımızda kakao içeceğinin sunum şeklinin pek değişmediği gözlemlenmiştir. Geleneksel sunumda kakao, ezildikten ve bir çeşit macuna dönüştürüldükten sonra sıcak su ile karıştırılır, kaynatılır ve bir kaptan diğerine boşaltılarak köpük oluşması

¹⁰<https://nutritiondata.self.com/facts/sweets/5471/2> (Erişim Tarihi: 01.06.20).

sağlanır. Kakaonun köpürtülerek içilmesinin günümüzde hâlâ devam eden bir ritüel olduğu, deneyimlediğimiz kakao seremonisinde de karşımıza çıkmıştır.

3. Türkiye’de Bir Şaman: Kübra Saatçioğlu ve Kutsal Kakao Seremonisi

Bu araştırmada, Etnobotani ve halk hekimliği üzerine bir saha çalışması yapılmış ve sahadan elde edilen verilere göre bir çerçeve oluşturulmuştur. Buna göre çalışmanın Türkiye’deki özgün bir örnek ile yapılması düşünülmüş ve sosyal mecralardan takip edilen Kübra Saatçioğlu’na ulaşılmıştır. Kendisinin izniyle seremoniye katılmış ve bir söyleşi gerçekleştirilmiştir. Saatçioğlu, kendini Mezo ve Güney Amerika öğretileri ile harmanlayan ve bilgisini bu coğrafyadan alan bir şaman ve “kakaosta”dır. Bu sözcük, kakao ile çalışma yapan şamanlar için kullanılmaktadır. Saatçioğlu, Türkiye’de yaptığı seremonilerde kakao kullanmakta olup *Ayahuasca Yolculuğu*¹¹ adında yayımlanmış bir de kitabı vardır. Kakao seremonisi 6 Mart’ta, görüşme 7 Mart’ta olmuş; Saatçioğlu’nun kitap söyleşisinin gerçekleştiği 8 Mart’ta ise yeniden bir araya gelinmiştir. Aşağıda bu görüşmeler birbirine bağlantılı ve detaylı olarak aktarılmaya çalışılmıştır.

Saatçioğlu, 6 Mart’taki kakao seremonisinden önce yapılması gereken hazırlıkları katılımcılar ile paylaşmıştır. Katılımcılardan istediği ilk şey seremoniden önce bir niyet belirlenmesi olmuştur. Bunun yanında katılımcıların arınmış bir beden ile seremoniye gelmeleri istenmiştir. Seremoniden 24 saat öncesinde et ve et ürünleri ile kafein tüketilmemiş ve seremoniden 5 saat öncesinde su hariç gıda alınmamıştır. Ayrıca Saatçioğlu, tüm katılımcılardan kendi fincanını getirmesini istemiştir. Seremoninin gerçekleştiği Büyülü Orman Kişisel Dönüşüm ve Danışmanlık Merkezi’nde toplanan 9 katılımcı ve Saatçioğlu ile yaşanan bu deneyim yaklaşık 5 saat sürmüştür.

Saatçioğlu’na göre seremoni öncesi belirlenen niyetler, ruhsal bir aydınlığa varmaya yardım eden kakaonun evrene ulaştırdığı isteklerdir. Bu bir soru, istek veya engellenen bir duygunun çözümü olabilir. Kakao, ruhu ve bedeni kısıtlayan durumların ve blokajlarının kaldırılmasına yardım edecektir. O, kakaoyu kadim

¹¹ Saatçioğlu, K. (2018). *Ayahuasca Yolculuğu*, İstanbul: Naviga Yayınları.

bir “usta” olarak tanımlar. Toprak ananın en kutsal nimetlerindedir ve “anne bir bitki”dir. Kakaonun anne bir bitki olması ile nitelenen özelliği onun tıpkı bir anne gibi yumuşak, naif ve sakin bir öğretici olmasıdır.

Bunu başka bir bitkiyle örnekleyen Saatçioğlu, çalıştığı diğer bitki *Ayahuasca*’nın¹² etkilerini anlatırken “Ayahuasca baba bir bitkidir, öğreticiliği vurucu ve serttir. İnsanı deneyim içindeyken sarsar ve kendine getirir. Onun yöntemi budur. Kakao ise annedir, yumuşaktır, kalp ile çalışır. Deneyimi kalp çakrası ile yapar o yüzden seremonilerde gözyaşını aktifleştirir. Bu bitkilerin yolları ve öğretme şekilleri farklıdır.” ifadelerini kullanmıştır.



Resim 7: Seremoni öncesi altar (sunak) karşısında Saatçioğlu. Şaman sunakları dört elementi temsil eden kartal tüyü (hava), su, mum (ateş) ve bitkiler (toprak) içerir. Sağda kaynayan kakao tenceresi görülmekte, seremonide kullandığı şaman davulları ise şamanın yolculuğunu beklemekte.

Saatçioğlu seremoniyi üç bölümde tamamlamıştır. İlk bölüm katılımcılarla tanışma ve niyetin paylaşılmasıyla bu sohbet, kakaonun içimi ile birlikte bir şaman seremonisine dönüşmüştür. Saatçioğlu, sohbet esnasında katılımcılara, üzerinde çeşitli semboller olan kartlar seçtirmiştir. Bunun yanı sıra kendi de katılımcılar için bir grup kartı seçmiş ve 6 Mart’ta gerçekleşen bu seremoninin anlamının bu niyetler ve kartlar üzerinden şekilleneceğini ifade etmiştir. Grup için çekilen kartın üzerinde “atılım” yazmaktayken kendim için çektiğim kartta “kontrol” yazmaktaydı.

Saatçioğlu seçilen kartların, yolculuk boyu kişinin kendi niyetine bağlı olarak bir yol çizmesine yardım edeceğini söylemiştir. Seremoninin sonraki aşamasında Saatçioğlu, kakaoyu sunuma hazırlamış ve içeceği köpürtürken bir yandan da

¹² Bu bitki, kakao gibi kadim bir şaman bitkisi olup Türkiye’de kullanımı yasal değildir. Saatçioğlu bu ifadesinde, Ayahuasca’nın ana vatanı olan Güney Amerika’da yaşadığı deneyimlerden bahsetmektedir.

yumuşak bir ses tonuyla *icaró* söylemiştir: “Kakao kakao huzur getir bize / kakao kakao şú atan kalbimize / kakao kakao şifa getir bize / kakao kakao göster bize ruhunu...” İcaró, Amazon şamanlarının ritüellerden önce söyledikleri şifa şarkıları olup ruhsal iyileşmeye yardımcı olduklarına inanılır. Şamanlar şifa için kullandıkları her bitkinin, huzurlu bir ruhu olması gerektiğine inanır. Yetiştiiği topraklarda yaşanan kötü deneyimler ve duygular bitkinin ruhunu kirletir. Saatçioğlu ile yapılan görüşmede kakaoyu nereden temin ettiği de sorulmuştur. Bu sorunun temel sebebi yukarıdaki başlıklarda da belirtildiği üzere kakaonun endüstriyel üretimidir. Saatçioğlu bunu “Kullandığım kakao, seremoniyel kakaodur. Bugün kakaonun durumuna baktığımızda en çok kendi topraklarında değil de Afrika’da yetiştirildiğini görürüz. Kakao topraklarından koparılmıştır, çiftçisi sömürölmüştür. Seremoniyel kakaoya gözyaşı değmeyen kakao da diyebiliriz. Çünkü kakao geleneksel yöntemlerle değil de fırınlarda işlem gördüğünde ve halkı mutsuz olduğunda onun ruhu acıya dönüşür.” şeklinde açıklamıştır.

Ruhunda acı olmadığına inanılan kakaonun kokusu seremoni alanını sardığında, aslında herkese tanıdık gelmiştir. Ancak tadı, şeker ve benzeri kimyasallar içermediği için mutfaklarda kullanılan kakaodan ve çikolatadan çok farklıdır. Ekşi ve yoğun bir tadı olan kakao, özellikle çakra çalışmalarında bilinen, vücudun enerjetik (aura) organlarını etkilediği için için kişinin midesini bulandırabilir. Enerjetik alandaki tıkanıklıklar, kakao gibi psikoaktif bitki kullanımlarında iyileşmek için kendini hatırlatır, çözölməsi gereken bölgelerde rahatsızlıklar meydana getirir. Saatçioğlu bunu şöyle açıklar: “Bir seremonide katılımcılardan biri, kakaodan sonra midesinin aşırı bulandığını, seremoni boyu kusmak istediğini, ancak bunun yanlış bir davranış olduğunu düşündüğü için saatlerce içinde tuttuğunu söylemişti. Ona neden kusmadığını sorduğumda bunun uygunsuz olduğunu söyledi. Düşünsene, kimseyi rahatsız etmemek için o ağrı ile kıvranmış... Kakao, hayatınız boyu içinde tuttuklarınızı gün yüzüne çıkarır. Kendinizi ifade edemediğiniz, söyleyemediğiniz her şey enerjetik mide alanınızda kalır ve siz, onu tutmaya devam ettikçe birikir. Önce ruhunuzu sonra bedeninizi hasta eder. O beyefendi de seremonide bunu keşfetti çünkü hayatı boyunca her şeyi içine atarak yaşamıştı.”

Seremonide kakao içiminden sonraki kısım, herkesin uzanması ve gözlerini kapatması ile devam etmiştir. Şaman bu sırada davul ve zil gibi aletler kullanmış,

her birimizi ttslemiş ve birtakım sıvılar serpmiş; telkin edici ve yönlendirici sözler sarf ederek ruhsal bir yolculuğa çıkmamızı sağlamıştır. Şaman, önce dünyadan ayrılmamızı ve göklerden dünyaya bakmamızı istemiş, yeryüzüne indiğimiz zaman ise hayvanlar eşliğinde bizi yönlendirmiştir. Bir çeşit trans hâlindeyken ziyarete gelen hayvanların, yaşadığı bu manevi yolculukta kişiye yardım ettiğine inanılır. Erk hayvanları, Őamanların rehber hayvanları olup yol gösterici ve koruyucudur. Şaman yolculuğu sırasında ziyarete gelen erk hayvanları, kişinin içindeki gücün, Saatçioğlu'nun deyimiyile "kalitenin" ifadesidir: "Erk, varoluş gücünün sende ifade bulmuş Őeklidir. Erk beslenebilen ve alınabilen Őeylerdir. Erk hayvanı ise sana göründüğünde bir Şey hatırlatmak ister, o da sendeki kalitedir. Bildiğin ama unuttuğun özelliklerini bildirirler..." Şaman yolculuğu *nagualini*¹³ yani koruyucu ruhunu bulma, onlarla yolculuklara çıkma ile devam ederken bir yandan da kişi kendisini keşfeder. Kakao veya ayahuasca gibi bitkilerin yaptıkları aslında farkındalığı arttırmak ve yardım etmektir. Bunu tıpkı bir ebeveyn gibi öğreterek ve hatırlatarak yaparlar.

Seremoninin sonunda niyetlerimizin kakao aracılığıyla evrene ulaşıp ulaşmadığı üzerine yapılan sohbette herkes bir kart daha seçmiştir. Bu kısımda sözcükler ve semboller üzerinden yorumlar yapan Şaman, seremoni sırasında hissedilenlere ve yaşananlara odaklanır. Saatçioğlu seremonilerdeki niyeti "Kakao ile çıktığımız yolculuklarda niyeti önemsiyorum. Niyet ne kadar açık olursa gelen cevapların yaşamımızda anlam ve ifade bulması o kadar kolay oluyor." diyerek açıklar. Kalp akrası ve sevgi duygusu ile çalışan kakao için Saatçioğlu "Kakaonun bir ruhu var, daha doğrusu her bitkinin bir ruhu var. Siz kakaoyu itiğinizde onu bedeninizden atamazsınız. Evet, boşaltım sistemi ile atılır ama kakaonun ruhu ve hissettirdikleri içinizde kalacaktır. Siz artık onunla yaşayacaksınız, hayat dönüşümdür" demiştir. Hakikaten bu seremoni deneyiminde yaşanan yzleşmeler, korku, sevgi ve farkındalık duyguları, üzerinden birkaç ay geçse bile kendini hâla hatırlatıyor diyebiliriz.

Kakao seremonisinin insan üzerindeki etkilerinin bedensel ve ruhsal olduğunu belirten Saatçioğlu, kakaonun içeriğindeki krom ve antioksidanların beyne giden

¹³ Bu konuyla ilgili daha çok bilgi için Carlos Castaneda'nın eserleri incelenebilir. (y.n)

kan akışını arttırdığını ve zihinsel çeviklik, odaklanma ve farkındalık yarattığını ifade etmiştir. Kakaonun içeriğindeki anandamid, iyileştirici ve mutluluk verici bir madde olarak tanınır. Halk hekimliğinde kullanımını anlattığımız gibi hem beden hem de ruhsal sağlığa iyi gelen kakao, seremoni sırasında bir kupa ile içildiğinde mide ve boşaltım sistemine çabucak etki etmiş, istemsiz gözyaşı ile rahatlama deneyimi yaşattır. Kakaonun ruha ve bedene faydaları hem bitkinin kendi özelliklerinden hem de şamanın yaşattığı deneyimden meydana gelmektedir. Usta bitkilerden biri olan kakao, bünyeye artık hizmet etmeyen duygulardan insanı arındırırken şamanın davulu, telkinleri ve yönlendirmeleri de etkili olmuştur. Mezoamerika halklarının kakaoya verdikleri kutsal statünün, belki de en önemli sebebi, onu içen kişinin Tanrılar ile iletişim kurabileceklerine inanmalarıdır. Zira o topraklardan çok uzak bir coğrafyada gerçekleştirilen bu seremonilerin de amacı, niyetlerin -katılımcı neye inanıyorsa oraya- iletilmesidir. Kakao ise buna yardım eden kadim bir bitki ve aracıdır.

Sonuç

Uzun ve sağlıklı bir yaşam isteği, tüm canlılarda içkin olup hayatta kalmak ve soyu devam ettirmek temellidir. Gilgamesh'ın ölümsüzlük otu arayışından da anlaşılacağı üzere, insanın en büyük arzusu sağlıklı, uzun ve hatta sonsuz yaşam olmuş, mutlak surette kendini şifaya götüren bilgiyi aramıştır. Günümüz koşullarında insanların bunu bedeni dinç tutarak, sağlıklı beslenerek ve huzurlu bir yaşam sürmeye çalışarak ulaşmak istediğini görürüz. Ancak insanların sağlıkları bozulmaya başladığı zaman, ilk tercihlerinin modern tıp olduğu yönündeki düşünce genel geçer bir bilgi niteliğinde değildir. Çoğu insan boğazı yanmaya başladığında önce doktora gitmek yerine doğanın eczanesine, diğer bir deyişle bitkilere, başvurmakta hâlâ iyi hissetmezse modern tıbbı yönelmektedir. Lakin insanların hiç azımsanmayacak bir kısmı da ruhsal ve bedensel sağlığı için şamanlara, çakra çalışmalarına, yogaya ve çeşitli şifa yöntemlerine başvurmaktadır. Bu yönelim aslında zor ve tehlikeli bir seçimdir. Çünkü bilimin pozitivist geleneği içerisinde alternatif kabul edilen bilgi ve pratikler, her an yaftalanma tehlikesi içerisinde ve modern tıp tarafından çoğunlukla kabul görmemektedir. Ancak bu durum, alternatif tıp çalışmalarının devam ettiği gerçeğini değiştirmedeği gibi dikkate alınması gereken bir yöntem olduğunu da düşündürmektedir.

Bu düşüncelerden yola çıkılarak yapılan çalışmada, bir bitki eşliğinde gerçekleştirilen şaman pratikleri içerisinde kakao ile sağaltım konusu ele alınmıştır. Bu seremoni için gelen diğer katılımcıların da belirttiği üzere, niyetlerin çoğunlukla ruhsal ve bedensel huzurun korunması veya geri kazanılması üzerine olduğu görülmüştür. Katılımcıların tamamının amacı, kendi yaraları için şifa aramak ve buna şaman ile birlikte kakao ritüeli yaparak ulaşmaktır. Yapılan kakao seremonisinin merkezinde kuşkusuz “şifa” yer almaktaydı. Seremoninin bitiminde katılımcılar, bir usta (kakao) ile bir rehberin (şaman) yol göstericiliğinde, ruhlarının derinliklerine inebildiklerini ifade etmişlerdir. Zira kakao, özellikle de ruhsal bir kavrayış için kullanımına bakıldığında, insanın algısını berraklaştıran bir bitki olarak kabul edilmiştir. Ancak ruhun derinliklerine ulaşabilmek için yalnız usta değil, rehber de gereklidir. Kakaonun ustalığında ve Saatçioğlu'nun rehberliğinde anlam bulan bu deneyim, kakaonun unutulmuş bir kullanımını yeniden hatırlatmakta ve sürdürmektedir. Kısacası bu seremoni, kakaonun bugünkü endüstriyel durumu göz önüne alındığında, binlerce yıldır içilen bir bitkiyi deneyimlemenin yanı sıra, kendi farkındalığımızı arttırmak için de tercih edebileceğimiz bir yol olarak karşımıza çıkmaktadır.

Kaynakça

(Ed.) Pabst, G. (1890). *Köhler's Medizinal-Pflanzen in naturgetreuen Abbildungen mit kurz erläuterndem Texte Gera-Untermhaus, V. 2, Germany.*

Bhattacharjee, R. ve Akoroda, M. (2018). "Taxonomy and classification of cacao", Achieving Sustainable Cultivation of Cocoa içinde, (Ed. Pathmanathan Umaharan), Trinidad and Tobago: Cocoa Research Centre - The University of the West Indies.

Coe, S. D. ve Coe, M. D. (2000). *Çikolatanın Gerçek Tarihi*, (çev. Ayşe Öztek), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Cuatrecasas, J. (1964). "Cacao and Its Allies, a Taxonomic Revision of the Genus Theobroma" Systematic Plant Studies, s. 379–614. Contributions from the United States National Herbarium. Washington, DC: Smithsonian Institution Press.

Linnaeus, C. (1753). *Species Plantarum: exhibentes plantas rite cognitatas, ad genera relatas, cum differentiis specificis, nominibus trivialibus, synonymis selectis, locis natalibus, secundum systema sexuale digestas*, Stockholm: Impensis Laurentii Salvii.

Mat, A. (2014). *Tüm Dertlerin İlacı Çikolata*, İstanbul: Pharma Vision Yayınları.

Saatçioğlu, K. (2018). *Ayahuasca Yolculuğu*, İstanbul: Naviga Yayınları.

Smith, W. (1859). *A Classical Dictionary of Biography, Mythology, and Geography*, London: Spottiswoode and Co.

Zarillo, S., vd. (2018). "The use and domestication of Theobroma cacao during the mid-Holocene in the upper Amazon", Nature Ecology & Evolution, Vol. 2 December, s. 1879-1888.

Web Kaynakçası

<http://www.botany.hawaii.edu/faculty/carr/sterculi.htm> (Erişim Tarihi: 06.05.20)

<http://www.fao.org/faostat/en/#data/QC/visualize> (Erişim Tarihi: 07.05.20)

<http://www.maya-ethnobotany.org/glossary-to-help-learn-technical-jargon/mesoamerica-for-archaeologists-different-meaning-for-botanists.php> (Erişim Tarihi: 05.05.20).

<https://foodensity.com/cocoa-producing-countries/> (Erişim Tarihi: 01.05.20)

<https://taylahrichchocolate.weebly.com/production.html> (Erişim Tarihi: 01.05.20)

<https://www.cargill.com/food-beverage/ap/cocoa-origins-apac> (Erişim Tarihi: 06.05.20)

<https://www.healthline.com/nutrition/cacao-vs-cocoa#process> (Erişim Tarihi: 05.05.20).

<https://phytochem.nal.usda.gov/phytochem/ethnoPlants/show/2279?qlookup=cacao&offset=0&max=20&et=> (Erişim Tarihi: 01.06.20).

<https://www.akg-images.co.uk/archive/-2UMDHUWPD3RLO.html> (Erişim Tarihi: 06.06.20)

<https://nutritiondata.self.com/facts/sweets/5471/2> (Erişim Tarihi: 01.06.20).

<http://www.dandelionchocolate.com/2014/10/21/a-brief-history-of-chocolate-part/> (Erişim Tarihi: 10.05.20)