

# TÜRK KÜLTÜR ÇEVRESİNDE KIMIZ

## Koumiss in Turkish Culture Environment

Prof. Dr. İlhami DURMUŞ\*

### ÖZ

Kimiz kısrak sütünden yapılan bir içecektir. Türklerin en çok kullandığı bir içecek türüdür. Türklerin yaşadığı coğrafyalarda kimiz bulunmaktadır. En eski devirlerden günümüze Türkler tarafından kullanılmıştır. Eski Türk topluluklarından İskitler, Hunlar ve Gök Türkler kımıza büyük önem vermişlerdir. Günümüz Türk toplulukları arasında Kırgızlar, Kazaklar, Yakutlar vb. kimiz kullanılmaktadır. Araştırmacılar kimizin Türk icadı olduğunu belirtmektedir. Kimiz özel günlerde, toplantılarda, törenlerde çok tüketilen bir içecek olarak bilinmektedir. Yılın belirli dönemlerinde yapılan toplantılarda kimiz içilmiştir. Özellikle her yıl Bahar Bayramında bol miktarda kimiz içildiği anlaşılmaktadır. Kimiz insanı besleyici ve güçlendirici bir özelliğe sahiptir. Onun birçok hastalığı tedavi ettiği belirlenmiştir. Kimizin mide, bağırsak, akciğer rahatsızlıklarına iyi geldiği ve bağışıklık sistemini güçlendirdiği anlaşılmıştır. Kimizin birçok derde deva olduğu –günümüzde olduğu gibi- eski dönemlerde de biliniyordu. Kimizin önemi yalnız yazılı kaynaklarda değil, destanlar ve şüirlerde de belirtilmiştir. Kimiz bir Türk içeceği olmasına rağmen, başka milletler tarafından da tanınmıştır. Onun şifa verici özelliği bilindiğinden, hastaların tedavi edilmesine gayret edilmiştir. Kimiz hem günlük hayatta hem de hastalıkların tedavisinde en çok tüketilen içecek olmuştur. Kimizin önemi özelliklerinin bilinmesiyle daha da artmıştır. Günümüz Türk toplulukları tarafından bol miktarda kimiz üretilip tüketilmektedir. Kimizin türleri de bulunmaktadır. Çocuk, kadın ve erkeklerin içtiği kimiz birbirinden farklıdır. En keskin kimizi kahramanlar içmektedir.

### Anahtar Kelimeler

Türk, kimiz, kısrak, bayram, toplantı.

### ABSTRACT

Koumiss is a beverage made of mare milk and it has been one of the most consumed product by Turks from old times to this day. Among the ancient Turkic communities, it was the Scythians, Huns and the Kok Turks that attributed great importance to. Today Turkic communities such as Kyrgyz, Kazakh and Yakut societies are consuming koumiss. Research has argued that the beverage is a Turkish invention. It was drunk on special occasions, gatherings and ceremonies. Koumiss was especially popular during the Spring Celebration. It is known to be nutrient, making one strong by reinforcing the immune system, and also curing certain diseases related to the stomach, intestines, and the lungs. Not only written records, but also sagas and poems spoke of the importance of koumiss. Even though it was a Turkish drink, koumiss was also known to other nations thanks to its curing effects. This made koumiss a beverage that was consumed both in daily life and also in curing illnesses. Today Turkic communities produce and consume a large amount of koumiss. It also has different varieties because children, women and men drink different versions. The strongest koumiss is consumed by heroes.

### Key Words

Turkish, koumiss, mare, celebrations, gatherings.

\* Gazi Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Tarih Bölümü Öğretim Üyesi, Ankara/Türkiye, ilhamidurmus@gmail.com

## Giriş

Türklerin yaşadığı kültür çevresinin sunduğu imkânlar beslenme, giyinme, eğlenme gibi alışıkanlıklarına büyük ölçüde etki etmiştir. Türkler -birçok toplumda da görüldüğü üzere- yaşadıkları çevrenin etkisinde kültürlerini oluşturup geliştirmişlerdir. Onların beslemiş oldukları hayvanlar ile yetiştirdikleri tahıl ve meyva türleri yiyecek ve içeceklerinin çeşitliliğine esas olmuştur. Hayvanlarından, tarla, bağ ve bahçelerinden elde ettikleri yiyecek türleri yanında çeşitli içecek türleri de bulunmaktadır.

Türkler buğday, darı, arpa, üzüm, kayısı, erik ve süten içecekler yapmasını biliyorlardı. Şerbet gibi buğdaydan yapılan içkiye “ağartgu” deniliyordu. Bu içki bir çeşit buğday birasıydı. Buğday, darı, arpa gibi hububatlardan yapılan içkiye “bekni/begni” adı veriliyordu. Bu içki boza olarak biliniyordu. Darıdan yapılan ve boza olarak bilinen içkiye “buhsun” deniliyordu (Kaşgarlı Mahmud 1992: IV, 9, 80, 111). Şıra, şarap için “çağır” adı kullanılıyordu. Tatlı, içilecek şey, şarap için “süçik” kelimesi bulunuyordu. Kayısı, erik gibi meyvaların sıkılmış suyuna “uhak” denilmekteydi (Kaşgarlı Mahmud 1992: IV, 130, 547, 687). Türk kültür çevresinde ağaçtan toplanan yemişler ezilip, özü süzülerek suyu çıkarılıyordu. Bu sıvıya “askhü” denilmekte, adı geçen su yalnız ya da sütle karıştırılıp içiliyordu (Herodotos, IV, 23). “Askhü” adlı içeceğin ağacı yabani kiraz, ya da kuş kirazıydı. Türk toplulukları bunu kurutmakta, ince su haline gelinceye kadar sütle kaynatmakta ve sulandırarak içmekteydiler (Nemeth 1940: 515).

Türklerin içecekleri -özellikle bozkır kültür çevresinde- en çok hayvanlarının sütünden yapılıyordu. Türkler tarafından at başta olmak üzere, koyun, keçi, deve, sığır, su sığıru ve hatta geyik besleniyordu. Onlar besledikleri hayvanların eti, derisi, yün ve tiftiği yanında sütünden de yararlanıyorlardı. Hayvanlarının sütünü içtikleri gibi, onlardan -günümüzde de olduğu gibi- yağ, yoğurt ve çeşitli peynirler elde ediyorlardı. Süt, ayran ve kıymız gibi çeşitli içecekleri vardı. Bunlar arasında kısrak sütünden elde ettikleri kıymız ilk sırayı alıyordu.

## Kıymız Adı ve Tanımı

Kıymız adı Türk lehçelerinde hep aynı şekilde geçmektedir. Türk, Azeri, Başkurt, Kazak, Kırgız, Özbek, Tatar, Türkmen lehçelerinde “kıymız”, Uygur lehçesinde “gımız” adına rastlanılmaktadır (Ercilasun vd 1991: I, 474- 475). Bu ad Rusça’da “kumis” şeklindedir (Mustafayev vd 1972: 358). Kıymız adına günümüz Türk lehçelerinde olduğu şekliyle Divanü Lugat-it Türk’te de rastlanılmaktadır. Kıymız kelimesinden başka bununla bağlantılı kıymızlan, “kıymız sahibi olmak” anlamında kullanılmaktadır. Ayrıca kıymız almıla ise, “ekşi elma” için kullanılmış bulunmaktadır (Kaşgarlı Mahmud 1992: IV, 315). Ekşi elma adından kıymızın ekşilik ifade eden bir kelime olduğu dikkati çekmektedir. Kıymız adındaki “kım” sözcüğünün ekşilik ifade ettiğine vurgu yapılmaktadır (Gülensoy 2007: I, 509).

Kısrak sütü ekşitilerek yapılan içkiye kıymız denilmektedir (İbni Mühenna 1997: 42). Kıymız, kısrak sütünün mayalanmasıyla yapılan, az alkollü, eski bir Türk içkisi olarak

da ifade edilmektedir (Eren vd. 1988: 851). Kımızın asıl Türk içkisi olduğu belirtilmektedir. Kısırak sütünden yapılan ve keyif verici bir içki olan kımızın süt renginde ve tadının kekremsi olduğuna dikkat çekilmektedir. Onun tadının az olgunlaşmış kızılalık tadına benzediği ve hafif alkol kokusu verdiği vurgulanmaktadır (Gökyay 2007: 1147).

### **Kımızın Tarihçesi**

Kımız konar-göçer olarak yaşayan ve at besleyen Türklerin hayatında önemli bir yer tutmakta ve kullanımı tarih öncesi devirlere kadar ulaşmaktadır. Ancak bu dönemlerde kımızın kullanıldığını gösteren herhangi bir veri bulunmamaktadır. Türklerin atı ehlileştirmeleri, ondan büyük ölçüde yararlanmaları, sütünden de yararlandıklarını anlamayı mümkün kılmaktadır. Kımızın Türk kültür çevresinde icat edilmiş olduğunu şu sözler açık bir şekilde ortaya koymaktadır: “Kımız esas itibariyle Türkler ve bunların etkisinde kalan milletlerden başka dünyanın hiçbir yerinde görülmez. Kımız doğrudan doğruya Türklerin icadıdır. Kımız içilen yerlerde Türkler oturmuşlardır” (Eberhard 1940: 285).

Yazılı kaynakların verdiği bilgilere göre Türk kökenli bütün topluluklar tarafından kımız kullanılmıştır. Çin kaynaklarında Hunların hayvanlarının etini yedikleri, onlardan hazırladıkları kımızı içtikleri ve derilerini giydikleri belirtilmektedir (De Groot 1921: 82). Aynı şekilde onların at, sığır, koyun besledikleri, et yiyip, kımız içip, göç ettikleri vurgulanmaktadır (Eberhard 1996: 76). Gök Türklerin de kımız içtikleri ifade edilmektedir (Liu Mau-tsai 1958: I, 42).

Çince’de “lo” kelimesine dikkat çekilmektedir. Bunun bir içki olduğu ve beygir lo’sunun kımız olduğu anlaşılmaktadır. Genel olarak “lo” yoğurt da olabilir. Lo, eski bir Türk içkisidir (Eberhard 1940: 207). Lo, koyun ve inek sütünden de yapılabilmektedir (Eberhard 1940: 208- 210). Geyik sütünden de lo’nun yapıldığı bilinmektedir (Eberhard 1940: 285). Asıl değerli “lo” kısırak sütünden yapılandır. “At sütü” ya da “at lo’su” kımızı ifade etmektedir. Kımız diğer “lo”lardan “Tunğ” veya “Tunğ-lo” adıyla ayırt edilmektedir (Eberhard 1940: 286).

Grek kaynaklarında da kımız içen topluluklardan söz edilmektedir. İlk olarak Homeros, “kısırak sağan” ve “sütle beslenen” tabirlerini kullanıyor (Homeros, 13.5). Hippomolgos, “kısırak sağan” ve laktofagos, “sütle beslenen” tabirlerinin İskitler için kullanıldığına işaret ediliyor ve sağılan sütün, kımızla yakından ilişkili olduğu belirtiliyor (Uluğtuğ 1939: 1- 2). Strabon da Homeros tarafından belirtilen topluluğun göçer-evlerde yaşayan, besledikleri sürülerin süt ve peynirinden yararlanan İskitler olduğuna dikkat çekmektedir (Strabon, VII, 3. 2- 3).

Herodotos, İskitlerin içkileri olan sütün kısırak sütü, yani kımız olduğunu ifade etmektedir (Herodotos, IV, 2). Hippokrates de İskitlerin konar- göçer olarak yaşadıklarını, pişmiş etle beslediklerini, kısırak sütü içip, bu sütten bir çeşit “Hippacae” denilen peynir yaptıklarını belirtmektedir (Hippokrates, 18). Strabon da İskitlerin arabalarda yaşadıklarını, sürüleriyle geçimlerini sağladıklarını, peynir ve süt ürettiklerini ve kısırak sütünden yapıma peynir yediklerini söylemektedir

(Strabon, VII. 3. 7). Buradan geleneğe uygun olarak kısrağın sütünden kımız yapıldığı anlaşılmaktadır.

Kımızın İskit, Hun ve Gök Türklerden başka Türk topluluklarında da içki olarak kullanıldığı bilinmektedir. Kımız, Özbekler, Yakutlar, Buryatlar, Moğollar tarafından kullanılmıştır. Avrasya bozkır kuşağında geniş sahalarda konar-göçerler tarafından kımız içilmesi yaygınlık kazanmıştır. Özellikle kısrağın çok süt verdikleri yaz mevsiminde kımız çok içilmiştir (Bleichsteiner 1952: 184, 187- 188, 193, 197, 200). Aynı gelenek bozkır coğrafyasında günümüzde devam etmektedir. Kazaklar, Kırgızlar, Hakaslar, Tuvalılar, Yakutlar tarafından kımız içilmektedir. Türk kültür çevresine yakın olan Moğollarda da kımız içme geleneği mevcuttur.

### **Kımız Yapımı**

Kımızın yapımı ile ilgili eski kaynaklarda bilgiler bulunmaktadır. Çin kaynaklarında bu hususta kayıtlar mevcuttur. Burada kısrağın sütlerinin leğenlere sağıldığı ve ekşi bir içki ile mayalandığı belirtilmektedir. Leğen yerine deriden torbalar bulundurulduğu da ifade edilmektedir. Bunun “at sütü” veya “at lo’su”, yani gerçek kımız olduğu anlaşılmaktadır. Lo’nun ilkbaharda bitkilerin yetiştiği zaman içilmesine dikakt çekilmektedir (Eberhard 1940: 286).

Yunan kaynaklarında da kımızın sağılması ve yapılması üzerine kayıt bulunmaktadır. Herodotos, İskitlerde kımız üretimiyle ilgili şu bilgiyi vermektedir: “İskitler içkileri olan sütü elde etmek amacıyla bütün bu işi yaptıracakları kişilerin gözlerini oyarlar. Kısrağın sağan bu kişiler flüte

çok benzeyen bir çeşit kemik boru alırlar; bunu kısrağın döl yatağına sokar ve ağızlarıyla üflerler; onlar üflerken, öbürleri de sağarlar. Onlara göre hava kısrağın damarlarını açar, sütün memelerine inmesini sağlar. Sağılan süt tahta fiçilere boşaltılır; çevresine körler dizilir ve sütü döverler; üstte kalanı ayırıp alırlar. İskitlerin gözünde en iyi süt budur. Altta kalanını düşük kalite sayarlar” (Herodotos, IV, 2).

Kımızın günümüzde yapılmasına dair anlatımlar da bulunmaktadır. Bu hususta Kazakların kımız yapıları kayda değerdir. Kımız genellikle atın derisinden yapılan saba, tulum veya meşe ağacından yapılan kübide mayalanarak yapılır. Sonbaharda saba, tulum ve kübinin dibinde kımızın koyu kalıntısı kahr. Buna “kor” derler. Kor adı verilen bu mayayı bez torbanın içine koyup serin bir yerde özel olarak muhafaza ederler. Gelecek sene beze sarılan “kor”u saba, tulum veya kübi içine koyarlar, onun üstüne yeni sağılan bir şelek kısrağın sütünü katarlar. Bundan sonra sabanın ağız bağlanır, ılık tutmak için etrafını bezle sararlar. Kor ezilerek kısrağın sütünün içine tamamen dağıldığında kısrağın sütü ekşi hale gelir. Böylece yeni maya hazırlanmış olur. Yeni korun üzerine serin olmamış kısrağın sütünü koyup, her defasında 30- 40 dakika kımızı karıştırmak için kullanılan “pispek”le yayıklar. Kımız tam kıvamına gelmiş olur. Eğer mayalanacak kısrağın sütünün içine koyunun tuzlanmış kuyruğu, atın kazısı veya yağlı cayası katılırsa, o zaman kımızın tadı daha lezzetli olur (İsmail 2002: 387).

Başka bir tarife göre, süt Kırgızların saba dedikleri, tütsülenmiş at

derisinden yapılma tulum konur. Bir hisse mayaya beş hisse sağmal (yeni sağılmış süt) karıştırılarak bışkak (karıştırmaya mahsus sopa) ile çalkalanır. Bu işlem yarım saate yakın sürer. Bundan sonra üç dört saat dinlenmeye terkedilir; dördüncü saatte sütün yüzünü kaplayan kabarcıklardan mayalanmanın başladığı anlaşılır. İkinci işlem, yine dört- beş hisse sağmal katılarak öncekilerden daha kuvvetli çalkanır ve yedi- sekiz saat dinlenmeye bırakılır. Üçüncü işlem, yine dört- beş hisse sağmal katılarak öncekilerden daha kuvvetli ve daha çok çalkalanır. Tekrar üç- dört saat dinlenmeden sonra hafif kımız kokusu çıkmaya başlar. Kımızın pıhtılaşmaması için karıştırma işlemini zaman zaman ihmal etmemek lazımdır. Mayalanmanın başlaması hararet derecesine göre olduğundan, işlemin uzun veya kısa sürmesi de buna bağlıdır. Fakat yine en hafif kımızın oluşumu için, en az yirmidört saate ihtiyaç vardır. Zaman geçtikçe alkol miktarı ve ekşilik artar. Üç- dört gün sonra sert kımız oluşur ki, buna Kırgızlar “kara kımız” derler. Kara kımıza, sağmal karıştırmak suretiyle hafif ve orta kımızlar yapılır (Uluğtuğ 1939: 7). Deve sütüne kısırak sütü karıştırılarak bir nevi kımız yapılır ki, buna “kımran” veya “kumran” deniliyor (Uluğtuğ 1939: 8).

Kımız yapmak için sütü sağılacak kısırakların özel olarak en iyilerinden yetiştirilmesi, özel olarak beslenmesi, itinalı bir şekilde bakılması gereklidir. Bunun yanısıra kısırakların yaşadığı ortam, iklim, yediği ot, içtiği su ve çobanın deneyimi de kımızın yapımına etki etmektedir. Kımızda kısırak sütünün kalitesi, beklediği zaman ve hazır-

lama tekniği de önemli bir yer tutmaktadır (İsmail 2002: 387- 388).

### **Kımız Türleri**

Hayvanların sütünden yağ, yoğurt ve peynir yapıldığı bilinmektedir. Özellikle yoğurdun ve peynirin çok çeşidine rastlanmaktadır. Aynı şekilde kısırak sütünden yapılan kımızın da çeşitleri bulunmaktadır. Bunlar kısırağın otlamış olduğu zamana, kulunlama durumuna yapıları esnasında bekletilme sürelerine göre farklılık göstermektedirler. Hatta kalite durumları da yukarıda belirtilen hususlarla doğrudan bağlantılı görülmektedir.

Kımız Kıpçak çevresinde üç ana gruba ayrılmaktadır. Bunlar sağmal, erek ve kara kımızdır. Sağmal kımız taze süttten yapılmaktadır. Erek kımız kara kımıza sağmal, yani taze süt karıştırılarak yapılan kımızdır. Kara kımızsa, en sert kımız çeşididir. Bu, eski kımız olarak da kabul edilmektedir. Buradaki kara sıfatı, renginin karalığından değil, özellikle onun etki kuvvetinin fazlalığındandır. En iyi yapılan kımızın rengi açık ve mavi köpüklüdür (Uluğtuğ 1939: 10).

Kazak kültür çevresindeki kımız çeşidi tasnifi daha farklıdır. Burada sağmal, ağız, bal, kunan, tünemel, cuvas, kısırın, korabalı, sarı, sirge cıyar gibi kımız çeşitlerinden söz edilmektedir. Ekşimeye başlayan ve ekşi kımıza yeni sağılan kısırak sütünü katıp pispekle dövülerek hafifleştirilen ekşi kımıza sağmal (olmamış) kımız denilmektedir. İyice dövülüp karıştırılan, içine at ve koyun yağı katılarak tam kıvamına gelmiş kımız için bal kımız tabiri kullanılmaktadır. Üç gece, gündüz boyunca ekşitilen kımızın adı ku-

nan kıımızdır. Kor denilen, mayası bol olan sabaya kıırak sütü konularak, iyice dövölüp karıştırılan ve ertesi günü içilen kıımıza tünemel kıımız denilmektedir. Üzerine sağmal katılıp, yavaş ekşitilen ve gücü hafif olan kıımız cuvas kıımızdır. Kıısır kalan, fakat tayı emen kıırakların sütünden ekşitilen kıımızın adı kıısırın kıımızdır (İsmail 2002: 388). Bol kor mayanın üstüne hergün yeni süt katılıp, birkaç gün üst üste toplanan kıımız için korabalı kıımız tabiri kullanılmaktadır. Temmuz ayında atların tamamen büyüyüp, kıırakların semirmeye başladığı zaman elde edilen kıımız, sarı kıımızdır. Sonbaharda kıırakları serbest bırakmadan birkaç gün önceki son kıımıza sirge cıyar kıımız denilmektedir (İsmail 2002: 389).

### **Kıımız Kullanımı**

Kıımız, Türklerin yaşamış olduğu çevrelerde en çok kullanılan içecek türüydü. Günlük hayatta aile bireyleri arasında içildiği gibi, çeşitli toplantı ve bayramlarda da en çok tüketilen içecekti. Kıımız, kadın, erkek ve çocuk olma durumuna göre tüketiliyordu. Kadın, çocuk ve yaşlılar sağmal kıımızı içiyorlardı. Erkek kıımız orta yaşlılar ve zayıf yapılı erkekler tarafından tüketiliyordu. Kara kıımızı ise yiğitler içiyordu. Erkek kıımız aynı zamanda konuklara sunuluyordu. Fakat bu sayılanlara uymak gibi bir zorunluluk bulunmamaktaydı (Uluğtuğ 1939: 11).

Türkler at etine olduğu gibi, kıımız adı verilen bu içkiye çok düşkün idiler (Sümer 1983: 3). Türkler kıımıza büyük değer vermekteydiler. Kıımız her zaman serin durmakta, susuzluğu ve açlığı gidermekteydi (Radloff 1954: 460). Bu özelliğiyle kıımız sadece bir

içki değil, aynı zamanda doyurucu ve besleyici bir gıda idi. Tatarlar kıımızları oldukça başka bir gıdaya ihtiyaç duymamaktaydılar (Dawson 1955: 97).

Kıımızdan az miktarda içildiğinde, içen kişi bütün kaygılardan, kötü düşüncelerden kurtulmaktaydı. Çok miktarda içen, gayet tatlı bir uykuya dalmaktaydı. Uyandığı zaman kendini mutlu, rahat ve dinç bulmaktaydı. Kıımız kullanımında başka bir yiyeceğe ihtiyaç duyulmamaktaydı. Çünkü insan vücudunun beslenmesine yarayan bütün gıda maddeleri kıımızda bulunuyordu (Uluğtuğ 1939: 11).

Kıımız yalnız toplum hayatında değil, destanlarda da önemli bir yere sahipti. Dede Korkud destanında Dirse Han'ın verdiği toy şöyle anlatılıyor: "Aç görse doyurdu, yalın görse donattı; borçluyu borcundan kurtardı, depe gibi et yığdı; göl gibi kıımız sağdırdı" (Gökyay 2007: 27). Burada sağdırılan kıımızın toya katılanlara sunulması söz konusuydu. Bol miktarda et yanında, aynı şekilde kıımız vardı.

Manas destanında, ölüm döşeginde yatan Han Kökütey, halkına vasiyetleri arasında: "Halkım, ilim, gözlerim yumulduğu zaman vücudumu kıımızla yıkayın" diyor (İnan 2006: 181). Böyle bir vasiyet ancak toplum hayatında kıımızın önemli bir yer tutmasıyla açıklanabilir. Radloff'un kıımızdan "ilahi içki" olarak söz etmesi (Radloff 1954: 460), kıımızın bütün bir araya gelinen toplantılarda büyük bir saygıyla içilmesinin yanında, destanî bilgiye göre ölenlerin kıımızla yıkanmasını açık bir şekilde ortaya koymaktadır. Kıımızın yaşarken olduğu gibi, ölümdede önemli bir yer tuttuğu anlaşılmalıdır.

Toplum hayatında önemli yer tutan kımızın içilmesinin de belirli kurallarının olduğu bilinmektedir. Radloff, Kazakların kımızı nasıl içtiklerini şu şekilde belirtmektedir: “Kımız sunulurken, ona büyük bir saygı gösterilir. Onu ancak erkekler sunar ve bu işi ya ev sahibi kendisi veya evin en yaşlı akrabası yapar. Evde mevcut en iyi kap her türlü tozdan temizlendikten sonra, ev hanımı bunu kımızla doldurarak evin efendisine sunar. O zaman evin içerisinde büyük bir sessizlik hüküm sürer. Sonra porselen veya cilalı ağaç kaplarla misafirlere takdim edilir. Saygıdeğer bir misafire kımızdan başka bir içki sunmak, onu tahkir etmek demektir” (Radloff 1954: 461).

Kımız, Hanların saraylarında da belirli kurallara göre içiliyordu. 17. yüzyılda Özbek Hanının sarayında yapılan törenlerde ikrama katılanlar belirli rütbe sırasına göre yerleştiriliyorlardı. Kımız da bu sıraya uygun olarak içiliyordu. Önce Han, sonra sağ ve solundakiler belirli bir sıraya göre kımız içiyorlardı (Potapov 1960: 71). Bu şekilde belirli bir düzene göre oturma ve kımız içmenin eski bir örneği Hun Hakanı Attila'nın sarayında da uygulanmıştı. Attila, Bizans elçilerinin bulunduğu törende yukarıdaki usule uygun bir düzenleme yapmıştır. Toplantı salonunun giriş kısmında elçiler ayakta dururken, sakilerin ülke geleneklerine göre bir kapla elçilere geldikleri ve oturmadan önce selamlama için içmek zorunda oldukları ve daha sonra kendilerine ait yere geçtikleri belirtilmektedir. Attila'nın sarayında bir oturma düzeninin olduğu ve herkesin bu düzene göre oturduğu açıklanmaktadır. Herkesin yine belirli

bir düzen dâhilinde içki içmelerine de dikkat çekilmektedir (Durmuş 2013: 932- 93).

Çeşitli Türk toplulukları çok eski devirlerden başlamak üzere, yılın belirli dönemlerinde gerçekleştirilen toplantılarda da kımız içmekteydiler. Asya Hunlarında yılın belirli dönemlerinde toplantılar olmaktadır. Her sene yılbaşında Hun büyükleri millet hayatında ortaya çıkan milli ve idari önemli meseleleri halletmek, gelecek sene için kararlar almak üzere toplanırlardı. Bu toplantıda bazen kanun mahiyetinde kurallar da konulurdu (De Groot 1921: 59). Sonbaharda bütün asker bir yerde toplanırdı. Bu toplantıda bütün askerlerin ve atların sayısı, savaş kabiliyeti belirlenir, umumiyetle savaşa dair işler görüşülür ve askeri eğitimler manevralar yapılırdı (De Groot 1921: 59). Dini ve milli toplantı senenin beşinci ayında yapılırdı. Bu toplantı esnasında Hunlar Tanrı'ya, yer ve suya saygı gösterir, ataları için kurbanlar keserlerdi (De Groot 1921: 59). Bahar bayramı olarak dikkati çeken bu toplantı esnasında halkın tamamının katılımı söz konusuydu. Bayramın müsabaka ve eğlence kısmında ise at yarışları yapılıyordu. Varış kulvarı olarak da bir ormanın etrafı veya yere çakılmış ve işaret vazifesi gören ağaç dalları ile belirlenmiş bir mekân seçilmekteydi (Eberhard 1996: 76).

Gök Türklerde de çeşitli bayram ve törenlere rastlanılmaktadır. Gök Türkler her yıl belirli bir dönemde “ecdat mağarası”nda beşinci ayın ikinci yarısında “Tanrı” ve “kutsal yer ve su” için kurban kesiyorlardı. Kurbandan sonra da eğleniyorlardı. Kızlar bilhasa ayak topu oynamaktaydılar. Kısırak

kımız içmekteydiler. Sonra şarkı söylemekteydiler (Eberhard 1979: 52).

Türkler arasında kutlanan bahar bayramları kültürel süreklilik içinde hep devam ede gelmiştir. Toplumun tamamını ilgilendirdiğinden bütün topluma ait olmuştur. Özellikle yeni yılın başlaması herkesi ilgilendirmiştir. Kışın soğuşundan, karından kurtuluş; yeşeren, can bulan tabiata duyulan sevgi bahar bayramlarını şekillendirmiştir. Tabiattaki değişiklik tarih boyunca milletlerin, özellikle Türk milletinin hayatında dönüm noktası olmuştur. Mevsimlerin başlangıcı veya bitimi bu bayramların temelini oluşturuyordu. Bayram günlerinin belirlenmesiyle de çeşitli törenler ve eğlenceler ortaya konuluyordu (Çay 1989: 44).

Günümüzde de çeşitli Türk toplulukları tarafından mayıs sonlarında kımız bayramının yapıldığı bilinmektedir. Kıpçak, Kırgız ve Kazaklar kımız bayramını bir hafta boyunca kutlamaktadırlar. Aileler birbirlerine kımız içmeye gitmekte, toplantılarda çeşitli at yarışları yapılmakta ve oyunlar oynanmaktadır. Kahramanlık destanları ve öğüt verici hikâyeler anlatılmaktadır. Ozanlar kopuzlarıyla şarkılar söylemektedirler. Yakutlar da aynı şekilde kımız bayramını kutlamaktadırlar (Uluğtuğ 1939: 12- 14). Kırgız ve Kazaklarda ilk kımız içme törenine “kımızmurunduk” adı veriliyor. Bu törende dua eden kimse, topluluğun en yaşlısı ve şerefli kişisidir. Bu tören mayıs ayının onbeşi ile yirminci günlerinde gerçekleştiriliyor (Uluğtuğ 1939: 16).

### **Kımızın Yararları**

Kımızın insan bünyesine birçok yararının olduğu ve çeşitli hastalıkla-

rının tedavisinde ilaç olarak kullanıldığı bilinmektedir. Ancak yazılı belgeler ışığında kımızın ilk kullanıldığı yıllardan itibaren yararı ve hastalıkların tedavisinde ilaç olarak kullanımı ayrıntılı olarak bilinmemektedir. Buna rağmen bazı bilgi kırıntıları çok erken dönemlerde kımızın yararlı bir içecek olduğunu ve ilaç olarak kullanıldığını ortaya koymuştur. Çin kaynaklarında “lo” olarak belirtilen kımızın çıbanları iyileştirdiği ve en iyi ilaç olduğu ifade edilmektedir (Eberhard 1940: 285). Kazakların ünlü halk şairi Cambıl ise, “cezbeden ekşi, lezzetli, sarı kımız, hastaya şifa, sağa kuvvet, ilaç kımız” demek suretiyle kımızın yararına, tedavi edici ve kuvvet verici özelliğine dikkat çekmektedir (İsmail 2002: 389).

Kımızın insan bünyesine birçok faydasının olduğu modern araştırmalarla da ortaya konulmuş bulunmaktadır. Süt ve süttten yapılan besinlerin vücuda güç verdiği bilinmektedir. Mayalanmak suretiyle elde edilen kımız, değerli bir besin maddesi olmasının yanı sıra, insanda yaşlanmayı geciktirmekte ve vücuda zindelik vermektedir (İlgar 1990: 7). Kımız hastalıkları iyileştirici bir özelliğe sahiptir. Bu kapsamda, onun hazminin kolay, besin değerinin yüksek olması, hastanın iştahını ve vitaminlerden yararlanmayı artırması, antibiyotik özelliğine ve özel niteliklere sahip olması sayılabilir (Yaygın 1992: 64- 67).

Kımızın birçok hastalığı tedavi ettiği bilinmektedir. Mide, bağırsak rahatsızlıkları ve akciğer veremini iyileştirmektedir. Ayrıca kansızlık, yorgunluk ve iştahsızlığa karşı iyi bir ilaç olduğu anlaşılmaktadır (Yaygın 1999: 180- 181). Kımızın kanı temizle-



yen, sinir sistemlerini sağlamaştıran ve bütün vücuda sağlık veren değerli bir gıda olduğu bilinmektedir (Markov 1945: 10). Kımızın böbrek sistemlerinde de olumlu etkisi görülür. Bünye iyi bir şekilde yıkanır ve temizlenir. Kımızla tedavide bütün hastaların kilosunu artırır. Kımız, “besler, sağlamaştırır ve tazeler” (Ogorodnikov 1945: 28). Kımız özellikle verem hastalığının tedavisinde iyileştirici rol oynar (Güleç 1955: 570).

### Sonuç

Türklerin atı ehlileştirip, binek hayvanı olarak kullanmaları Dünya tarihinde önemli bir gelişme olarak görülmektedir. Bununla birlikte at, Türklerin hayatında ilk sırayı almıştır. Bozkır Türkleri atı yalnız binek hayvanı olarak av, sürü ve akında kullanmamış, aynı zamanda etinden ve sütünden de yararlanmışlardır. Atın sütünden kımız yaparak, içmesini öğrenmişlerdir. Tarihi kayıtlarda İskit, Hun ve Gök Türk gibi eski Türk toplulukları tarafından kımız yoğun olarak kullanılmıştır. Günümüzde ise Kazaklar, Kırgızlar ve Yakutlar başta olmak üzere, çeşitli Türk toplulukları tarafından kımız sevilerek içilmektedir. Bu itibarla kımız geniş bozkır coğrafyası üzerinde çok geniş zaman diliminde Türk toplulukları tarafından bilinen, üretilen ve sevilerek tüketilen bir içecek olarak bilinmektedir. Bu nedenle kımızın geçmişten günümüze kadar kullanıldığı kültür coğrafyası Türklerin yaşamış oldukları coğrafyadır.

Kımız mayalanarak yapılan bir Türk içeceğidir. Geniş kültür coğrafyasında süt ve süttten yapılan yoğurt, peynir ve ayran gibi süt ürünleri arasında kımız üretim ve tüketim baki-

mından ilk sırayı almıştır. Özellikle at sütünün mayalanarak belirli bir işlemde geçirilmesiyle bol miktarda kımız üretimi gerçekleştirilmiştir. Bol olarak üretimi ve tüketimi yapılan kımızın çeşitleri de ortaya çıkmıştır. Bu çerçevede çocuk ve kadınların içtiği kımızla genç ve kahramanların içtiği kımız arasında bir fark da bulunmaktadır. Kahramanların içtiği kımızın daha sert olduğu anlaşılmaktadır. Kımız toplumda herkes tarafından tüketildiğinden Türklerin milli içeceği olarak görülmektedir.

Kımızın çok eski dönemlerden itibaren insan bünyesine önemli katkılar sağladığı belirlenebilmiştir. Kımızın öncelikle vücudun direncini artıran, bağışıklık sistemini güçlendiren, vücuda kuvvet veren, zayıfları şişmanlatan, içildiğinde uzun süre tok tutan bir içecek olma özelliğine sahip olduğu anlaşılabilmektedir. Kımızın vücudu yenileyici ve gençleştirici bir takım özelliklere sahip olduğu da anlaşılmıştır. Bunlardan başka birçok hastalığı tedavi özelliğine sahip olduğu ortaya konulmuş durumdadır. Mide ve bağırsak rahatsızlıkları, verem, cilt üzerinde ortaya çıkan rahatsızlıklar vb. kımızın insanları sağlığa kavuşturduğu tespit edilmiştir. Türk kültür çevresi dışında Ruslar ve Almanlar da kımızla hastaları tedavi etmek için sanatoryumlar kurmuşlar ve kımızın tedavi edici ve besleyici özelliğini kavramışlardır.

Kımız, Türkler tarafından bireysel olarak tüketildiği gibi, toplu olarak da tüketilmiştir. Küçük ve büyük toplantıların yegâne içeceği kımız olmuştur. Hükümdarların saray ve otağlarında gerçekleştirilen ulusal ve uluslararası toplantılarda kımız ön

plana çıkmıştır. Bahar ve sonbaharda yapılan büyük toplantılarda da çeşitli eğlenceler düzenlendiğinde kımız da en çok tüketilen içecek olma özelliğini korumuştur. Günümüzde birçok Türk topluluğu tarafından baharda yapılan törenlerde kımız en çok tüketilen içecektir. Türk toplulukları kımızı adeta ilahi bir içecek olarak görmüşlerdir. Bir Türk içeceği olan kımız, geçmişte olduğu gibi, günümüzde de önemini korumaktadır. Günümüzde de kımızın toplantı ve eğlencelerin vazgeçilmez içeceği olması onun değerini açık olarak ortaya koymaktadır.

#### KAYNAKLAR

- Bleichsteiner, Robert. "Zeremonielle Trinksitten und Raumordnung bei den turko-mongolischen Nomaden", *Archiv für Völkerkunde*, 6-7, (1952), s. 181-208.
- Çay, Abdulhaluk M. Türk Ergenekon Bayramı Nevruz, Ankara: Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü Yayınları, 1989.
- Dawson, Christopher. *The Mongol Mission*, London: Sheed and Ward, 1955.
- De Groot; Johann Jacob Maria. *Die Hunnen der vorchristlichen Zeit*, Berlin: Walter de Gruyter, 1921.
- Durmuş, İlhami. Türk Tarihinin Öncüleri: Alp Er Tonga, Tomris, Mo-tun, Attila, Bilge Kağan, Ankara: Akçağ Yayınları, 2013.
- Eberhard, Wolfram. "Kitablar ve Mecmualar", *Ülkü*, XVI, 87, Mayıs 1940, s. 285-286.
- Eberhard, Wolfram. "Çin'de Kımız ve Yoğurdun Yapılması Meselesi Hakkında", *Ülkü*, XVI, 93, Kasım 1940, s. 207-210.
- Eberhard, Wolfram. *Kultur und Siedlung der Randvölker Chinas*, Leiden: E. J. Brill, 1979.
- Eberhard, Wolfram. *Çin'in Şimal Komşuları*, Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları, 1996.
- Ercilasun, Ahmet ve diğer. *Karşılaştırmalı Türk Lehçeleri Sözlüğü*, I, Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları, 1991.
- Eren, Hasan ve diğer. *Türkçe Sözlük*, II, Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 1988.
- Gökyay, Orhan Şaik. *Dedem Korkudun Kitabı*, İstanbul: Kabalıcı Yayınevi, 2007.
- Güleç, Azmi. "Eski Türk Hayatında Kımız ve Sağlıkta Önemi", *Türk Dili*, IV, 45, 1955, 567-570.
- Gülensoy, Tuncer. *Türkiye Türkçesindeki Türk-*

- çe Sözcüklerin Köken Bilgisi*, I., Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 2007.
- Herodotos. *Herodot Tarihi*, (çev. Müntekim Ökmen), İstanbul: Remzi Kitabevi, 1991.
- Hippokrates. *Airs, Waters, Places*, (çev. W.H.S. Jones), Cambridge: Harvard University Press, 1995.
- Homerios. *İlyada*, (çev. Azra Erhat), İstanbul: Sander Kitabevi, 1967.
- Ilgar, Hayrani. *Türkiye'de Kımız*, İzmir: Uğur Ofset, 1990.
- İbni Mühenna. *İbni Mühenna Lugati*, (Haz. Ap-tullah Battal), Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 1997.
- İnan, Abdülkadir. *Tarihte ve Bugün Şamanizm*, Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 2006.
- İsmail, Zeyneş. *Kazak Türkleri*, Ankara: Yeni Türkiye Yayınları, 2002.
- Kaşgarlı Mahmud. *Divanü Lugat-it Türk*, I-IV, (çev. Besim Atalay), Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1992.
- Liu Mau-Tsai. *Die chinesischen Nachrichten zur Geschichte der Ost-Türken (Tu-Küe)*, I.; Wiesbaden: Otto Harrassowitz, 1958.
- Markov. "Kımız ve Uzviyete Tesiri", *Kımız*, (çev. F. Laçınay), İstanbul: Işık Matbaası, 1945.
- Mustafayev, E. M. V. ve diğer. *Rusça- Türkçe Sözlük*, Moskova: Sovetskaya Entsiklopediya Yayınevi, 1972.
- Nemeth, Gyula. "Türklüğün Eski Çağı", *Ülkü*, XV, 90, Ağustos 1940, 509-518.
- Ogorodnikov, V. K.- F.O. Şvey. "Kımızın Hastalıklardan Koruyucu Hassası ve Tedavideki Yeri", *Kımız*, (çev. F. Laçınay), İstanbul: Işık Matbaası, 1945.
- Potapov, L. P. "Göçebelerin İbtidai Cemaat Hayatlarını Anlatan Çok Eski Bir Adet", *İ.Ü. Edebiyat Fakültesi Tarih Dergisi*, XI, 15, 1960, 71-84.
- Radloff, Wilhelm. *Sibirya'dan*, (çev. Ahmet Temir), İstanbul: Maarif Basımevi, 1954.
- Strabon, *The Geography of Strabo*. (çev. Horace Leonard Jones), Cambridge: Harvard University Press, 1995.
- Sümer, Faruk. *Türklerde Atçılık ve Binicilik*, İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yayınları, 1983.
- Uluğtuğ, Nimet. *Kımız*, Ankara: Ankara Halkevi Dil, Tarih ve Edebiyat Şubesi, 1939.
- Yaygın, Hasan. *Kımız ve Özellikleri*, Antalya: Yeni Matbaa, 1992.
- Yaygın, Hasan. *Yoğurt Teknolojisi*, Antalya: Akdeniz Üniversitesi Yayınları, 1999.