

Yeşil Teknik

Cenk Durmuşkahya
cdkahya@hotmail.com



Dünyanın ilk meyvesi, Nar

Sıcak bir yazın ardından yine sonbahar geldi. Onlarca çeşidiyle yaz mevsiminin güzel meyveleri de yavaş yavaş yerini kışlık meyvelere bırakıyor. Ancak meyvelerin en önemlisi bu ayda karşımıza çıkıyor. Eski Mısırlılar tarafından dünyanın ilk meyvesi olarak kabul edilen nar, sahip olduğu eşsiz özellikleri nedeniyle zeytin ve üzüm gibi yararlılığımıza yön veren bir meyve olduğu kabul ediliyor.

Binlerce yıldan beri tanınan ve yaklaşık 5000 yıldır kültürü yapılan narın meyvesi dışında gövdesi, kabukları, odunu ve kökleri bir çok değişik alanda kullanılıyor. Kullanım alanlarına gelmeden kısaca narı tanımaya çalışalım.

Etimolojik olarak nar, Farsça ateş, kırmızı anlamına gelen nâr sözcüğünden türemiş. Eski çağlarda Arap ülkelerinde Libya ya da Kartaca elması şeklinde isimlendirilen nar Roma İmparatorluğu döneminde Latince, çekirdekli elma anlamına gelen malus granatus adıyla biliniyordu. Daha sonralarıysa yine elma anlamına gelen pome kelimesini alarak pome granatus şeklini alıyor. Ortaçağ döneminde bu iki isimle anılan nar, İngilizce'ye pomegranate adıyla geçiyor. Günümüzde botanik biliminde Punica granatum olarak isimlendirilen narın cins ismi olan punica kelimesi de bir zamanlar Akdeniz'de egemen olan Finikelilerden (Phoenicia) geliyor.

Yapılan araştırmalara göre narın ilk olarak ne zaman yenmeye başlandığı bilinmiyor. Ancak yazılı kaynaklara baktığımızda narla ilgili buluntulara ilk kez Kıbrıs'ta yer alan Ha-

la Sultan Tekke'sinde rastlanıyor. Yapılan karbon 14 testlerine göre de elde edilen bulguların yaklaşık MÖ. 3000 li yıllara dayandığını gösteriyor. Daha sonra Mezopotamya'da bulunan çivi yazılarında da nar ağacından bahsedildiği görülüyor. Eski Mısır'da bulunan ve Milattan önce 1550 yıllarında yazıldığı sanılan Ebers papirüsünde de nardan söz ediliyor. Dünyanı bilinen en eski tıbbi metini olan bu papirüste yaklaşık 700 reçete bulunuyor. Bu reçetelerden barsak solucanlarıyla ilgili bölümde narla ilgili bir reçete veriliyor.

Yunan mitolojisine de baktığımızda narı Hades'in bir efsanesinde görüyoruz. Efsaneye göre, yeraltındaki ölümler ülkesinin tanrısı Hades, bereket tanrısı Demeter'in kızı Persephon'u kaçırıyor. Mevsimlerin dönüşümünü, toprağın ve bitkisel doğanın baharda canlanmasını, kışın ölmesini simgeleyen bu efsanede Hades, aşık olduğu güzeller güzeli



Persephon'u kaçırdıktan sonra onun bir daha yeryüzüne çıkmasını engellemek için ona bir nar ikram ediyor. Buna göre Persephon ne kadar nar tanesi yerse o kadar süre toprak altında kalması gerekiyor. Persephon ikram edilen nar tanelerinden 4 tanesini yiyor ve böylece Persephon yılın 4 ayını toprak altında geçirmek zorunda kalıyor. Bereket tanrısının kızı olan Persephon 4 ay toprak altında kaldığı için, Demeter yılın dört ayında bereket dağıtmayı durduruyor. Bu aylarda kış aylarına denk geliyor. Efsaneye göre, eğer Persephone 12 adet nar tohumu yeseydi bugün belki de toprağın bereketi olmayacağı için bizlerde olmayacaktık.

Semavi dinlerin tümünde nar meyvesi sahip olduğu yapısı nedeniyle bereketi, bolluğu ve verimliliği simgeliyor. Yahudi inancında büyük bir önemi olan nar, bir zamanlar yeryüzünün en görkemli yapılarından biri olarak kabul edilen Kral Süleyman Tapınağı'nın sütunlarını süslüyordu. Yine bu dine mensup en yüksek din görevlileri de üzerlerine nar motifleriyle bezenmiş elbiseler giyiyorlar. Yahudi inancında narın kutsal kabul edilmesindeki nedenlerden bir tanesinde Tevrat'da yer alan 613 emre karşılık narda da 613 tohum bulunması. Ancak bugünkü narlarda şimdiye kadar yapılan genetik çalışmalar nedeniyle her zaman 613 tohum bulunmuyor.

Hıristiyanlık'ta da kutsal olarak kabul edilen nar bir çok freskte görülebiliyor. Kilise resimlerinde ellerinde çatlamış bir nar tutan Meryemana ve İsa Peygamber tasviri, yaşımda çekilen onlarca acı ve yeniden doğuşu sembolize ediyor.

Müslümanlıktaysa cennet meyvelerinden biri olarak kabul edilen nar yine bereketi ve verimliliği sembolize ediyor. Ayrıca nar yiyen insanların kin, nefret ve düşmanlık gibi kötülüklerden uzak olacağı bildiriliyor.

Biyocoğrafya uzmanı olan ve kültür bitkilerinin ilk defa nerede ve ne zaman ortaya çıktığı araştıran ünlü Rus bilimci Nikolai Vavilov, nar bitkisinin gen merkezinin İran olduğunu ve oradan Asya ve Hindistan'ın sıcak bölgelerine yayıldığını bildiriyor. Günümüzde özellikle Akdeniz ülkelerinde yaygın bir şekilde yetiştirilen narın bu havzaya yayılması da Finikeliler tarafından gerçekleştiriliyor. İpek yolunun da narın dağılmasında büyük bir önemi bulunuyor. Sert bir yapısı olması nedeniyle uzun süre bozulmadan muhafaza edilebilen bu lezzetli meyve İpek yolunda seyahat eden kervanlar aracılığıyla Çin'e ve diğer Uzak Doğu ülkelerine ulaşıyor.

Botanik özellikleri bakımından küçük ağaç ya da bodur ağaç olarak sınıflandırılan nar bitkisi en çok 7-8 metreye kadar boylanabiliyor. İnce yapılı ve sık dallı olan nar ağacının yaprakları 2,5-3 cm boyunda, 1 cm genişliğindedir. Koyu yeşil renkli ve oval şekilli olan yapraklarda orta damar belirgindir. Dal üzerinde karşılıklı şekilde bulunan nar yapraklarının kenarları düzgün olup uç kısımları yuvarlaktır. Nar çiçekleri çok özel bir renge sahiptir. Açık ve parlak bir kırmızı şeklinde ifade edilen bu renk nar çiçeği adıyla bilinir. Genellikle 4-6 cm çapında olan nar çiçekleri kırışık bir yapıya sahip olup, çoğunlukla dalların uç kısmında yer alırlar. Çok sayıda erkek organı bulunan bu çiçekler hermafrodit olup böceklerle tozlaşır.

Sert bir elmaya benzeyen nar meyveleri yuvarlak şekilli olup 5-12 cm çapında oluyor. Derimsi kabukları kırmızımsı-kahverengimsi tonlarda görülüyor. Nar meyvesinin yüzey kısmı düz olup seyrek tüylerle kaplıdır. Narın dip kısmında uzun bir çukurluk bulunuyor. Bu çukurluk çanak yaprakların kalıntısıdır. Nar meyvesinde çok sayıda etli ve sulu tohum bulunuyor. Bu tohumların iç kısmı bazılarında çok sert bazılarındaysa yumuşaktır. Yumuşak olan türlere halk arasında çekirdeksiz nar adı veriliyor. Pembe - kırmızı renkli olan bu tohumlar narın yenen kısmını oluşturuyor.

Nar ağacı kolay büyüyen ve hemen her koşulda yetişebilen kanaatkar bir bitki. Kurak bölgelerde de kolayca yetişebilen bu bitki verimli ve drenajı iyi olan topraklarda kısa sürede yetişkin hale gelebiliyor. Düşük sıcaklıklara da dayanıklı olan narın sevmediği tek şey aşırı nem. Bu nedenle ülkemizde Karadeniz hariç diğer tüm bölgelerde kolayca yetişiyor.

Besleyici özelliği bakımından nar oldukça kaliteli bir meyve. Çünkü narda karbonhidratların dışında önemli miktarda mineraller ve vitaminler bulunuyor. Bu minerallerin başında kalsiyum, fosfor, sodyum, potasyum, magnezyum, demir ve çinko geliyor. Vitaminlerdense A vitamini, B1- B2 - B3 - B6 vitaminleriyle C vitamini bulunuyor. Bu özelliklerinden dolayı nar bir çok hastalığın tedavisinde kullanılıyor.

Türk bahçe kültürünün vazgeçilmez parçalarından birisi olan nar, morfolojik özelliklerinden dolayı güzel bir süs bitki olarak kullanılıyor. Ancak bu bitkiyi Türk Bahçeleri'nin temel taşlarından biri yapan, bitkinin güzelliği yanında bir çok alanda kullanılmasındır.

Narın tıbbi özelliklerine geçmeden önce binlerce yıldan beri hangi alanlarda kullanıldığına bakalım. Nar, ülkemizde kullanılan en önemli boya bitkilerinden bir tanesidir. Çünkü narın kökünden, gövdesinden, çiçeğinden ve meyvesinden farklı renkler elde etmek mümkündür. Bu özelliği nedeniyle diğer boya bitkilerine göre nar, çok daha kullanışlı

dır. Örneğin nar çiçeklerinden ve olgunlaşmamış meyvelerin kabuklarından parlak bir kırmızı renk elde ediliyor. Kuvvetli özelliğe sahip olan bu boya sabitleyici (mordan) istemeden kumaşları ve iplikleri boyayabiliyor. Nar meyvesinin kuru kabuklarından da güzel ve kuvvetli bir sarı renk elde ediliyor. Ayrıca nar kabukları tanen bakımından zengin olduğu için özellikle Orta Asya'da derilerin sarı renge boyanmasında kullanılıyor. Nar kökünün kabuklarındansa çok koyu siyah bir renk elde ediliyor. Bu yöntemle elde edilen siyah boya, ortaçağ döneminde mürekkep olarak kullanılıyordu. Bunun dışında narın kabuklarından ve çiçeklerinden mordan kullanarak koyu sarı, kahverengi ve siyaha benzer renkler elde edilebiliyor. Bu nedenle bahçenize bir tane nar ağacı diktiginizde bir çok rengi doğal yöntemlerle elde edebilirsiniz.

Boyar madde oluşu dışında narın bir başka özelliği de odunun çok dayanıklı olması. Nar odunu her ne kadar çok miktarda olmasa da sağlamlığı nedeniyle eski dönemlerde bir çok tarım aletinin yapımında kullanılıyordu. Bu gibi işlerde nar ağacının yeğlenmesinin nedeni, sağlam olmasının yanında, suya karşı dayanıklı ve esnek olmasından kaynaklanıyordu.

Nar ağacının bahçelerde süs bitkisi olarak kullanıldığını söylemiştik. Bunun dışında nar ağacı özellikle sıcak ya da su sıkıntısı olan bölgelerde çit bitkisi olarak da kullanılabilir. Bol su seven kurtbağrı ya da şimşir gibi çit bitkilerinin yerine kullanılabilen narlar sık sık budanarak istenilen şekle sokulabiliyor.

Nar bitkisinin bir varyetesi olan Punica granatum var. nana, boyunun uzamaması, meyve ve yapraklarının küçük olması nedeniyle bonsai bitkisi olarak kullanılıyor. Diğer ağaçlara göre bakımı daha kolay olan bu bodur narlar çiçeklerinin güzel olması ve meyvelerinin de küçük olması nedeniyle diğer ağaçlara göre daha fazla tercih ediliyor.



Nar bitkisinin binlerce yıldır kullanılmasının en önemli sebebi de sahip olduğu tıbbi özellikleri. Nar ağaçları bünyelerinde %20 oranında tanen ve çeşitli alkaloidler taşıyor. Narın taşıdığı alkaloidlerden en önemlisi toksik özelliği olan pelletlerin alkaliti. Bu etken madde uzun zamandan beri barsak solucanları ve tenyaların düşürülmesinde kullanılıyordu. Daha çok nar ağacının kabuklarında bulunan bu madde çok zehirli olduğu için günümüzde kullanılmıyor.

Bunun dışında nar sahip olduğu yüksek miktarda tanen nedeniyle iyi bir damar büzücü. Bu amaçla nar dahilen ve haricen kullanılabilir. Dahilen çeşitli kanamalarda kan durdurucu olarak haricen de çeşitli akıntılarının önlenmesinde kullanılıyor. Nar bitkisinin tüm kısımları antibakteriyal ve antiviral özelliğe sahip. Bu nedenle de geçmiş yıllarda kolik, dizanteri gibi hastalıkların tedavisinde kullanılıyordu. Bunlardan başka yeni yapılan bazı bilimsel çalışmalarda nar suyunun prostat kanserinde, şekerde, lenfomada, soğuk algınlığında, arterosklerosis te tedavi edici özelliği bulunduğu ispanlanmıştır.

Gıda olarak nar ülkemizde taze olarak ya da suyunun kaynatılmasıyla elde edilen nar ekşisi şeklinde, çeşni olarak kullanılıyor. Ancak bazı ülkelerde haşlanmış nar yaprakları yemek olarak tüketiliyor. Hindistan ve Arap ülkeleri mutfaklarında narın ayrı bir yeri bulunuyor. Bu bölgelerde domates gelmeden önce hemen hemen tüm yemeklere ve salatalara nar ekleniyordu. Günümüzde de bu ülkelerde nar bir çok salatayı süslüyor. Örneğin nar suyunun koyulaştırılarak içerisine ceviz parçalarının eklendiği salata bir çok Arap ülkesinin favori yiyeceklerinden sayılıyor.

Bu sonbahar aylarında sizlerde serada yetiştirilmiş ya da yurt dışından ithal edilmiş meyveler yerine ülkemizde yetişen narlardan bolca tüketebilirsiniz. Yediğiniz narların kabuklarıyla da giyeceklerinizi renklendirebilirsiniz ya da soyulmuş nar kabuklarını bir bardak sirke içerisinde bir hafta bekleterek çok kaliteli bir mürekkep elde edebilirsiniz.

Kaynaklar
Polunin O., 1969, Flowers of Europe - A Field Guide, Oxford University Press, UK
Grae I., 1974, Nature's Colors- Dyes from Plants, MacMillan Publishing Co., New York
Seçmen Ö., vd., 2000, Tohumlu Bitkiler Sistematığı, Ege Üniversitesi Fen Fakültesi Yayınları, Bornova.