

دکتر منوچهر سعادت نوری



تغذیه ایرانیان در طول تاریخ

- ۴ -

رسوم و آداب تغذیه پارسیها در دوران شاهنشاهی هخامنشی، کموبیش در بین سایر اتباع امپراطوری ایران و از جمله مردم بابل نیز متداول گردید. «ات اومستد» ضمن اشاره بوضع تولیدات کشاورزی و مواد مصرفی در بابل اطلاعاتی نیز در باره چگونگی تغذیه اتباع ایرانی فوق ارائه میدهد. وی مینویسد: «فقط زمین بی اندازه بارور بابل بود که آنرا قابل نشیمن کرده بود. در حالیکه پاره ای از فرآورده های کشاورزی را بوزن می فروختند، غلات که روزی مردم بود با پیمانانه فروخته میشد. فرآورده عمده بابل (جو) بود که در مملک های بزرگ که پیشتر مال پرستشگاهها بود کاشته میشد. در باره (اثانا) پرستشگاه بانو اشتاراروک بویژه آگاهی خوب داریم: وقتی میشنویم که در یک بار پنجاه هزار بوشل (۱) از فقط یک کشتزار، پیمانانه شده و پرستشگاه (اثانا) داده شده پیاد کشتزارهای بزرگ گندم درمیانه غربی امریکا میافتیم. (جو) سرخرمن از همیشه ارزانتر بود و در ماههای بعد قیمتش افزایش می یافت و در عین حال تازگی یا کهنگی آن قیمتش را بالا و پائین میبرد. (گندم) کمتر کاشته میشد و بکار بردنش برای خوراک محدود بتوانگران بود.

۱- هر بوشل معادل سی شش کیلو است.

خوشبختانه در سراسر این سده ها (خرما) ارزان تر از (جو) بود . رودخانه ها و کانال ها يك رشته پیوسته از نخلستانها را نشان میداد و اندکی سبزی بچشم انداز خشک یکنواخت میافزود و از يك نخلستان میشد چهل هزار بوشل بهره برداشت . حتی بی چیزترین مردم آن زمان میتوانند گاهی يك چاشنی (سیر) که سبزی فروش محل آنرا دسته دسته روی تختگاه دکانش میفروخت ، بخوراک خود بیفزایند ، نزدیک باغلاز پادشاهی کورش از يك خرید عمده سیصدونود و پنج هزار دسته ای (سیر) میشنویم . در ناحیه ای که برای بار آوردن (زیتون) بسیار گرم بود (روغن کنجد) تنها جایگزین چربیهای حیوانی بود . يك بوشل پیمانۀ روغن يك شیکول (۱) قیمت داشت . ارزش سکه شیکول سیم را میشود در حدود يك چهارم دلار برآورد کرد . آنها که نسبتاً کار و بارشان بهتر بود روغن برای خوراک بکار میبردند و تلف کردن روغن گرانبها برای چراغ تنها برای پرستشگاهها امکان پذیر بود .

پس از خوراک ، نوشابه میآمد . چنانکه از (سیاهه نوشابه ها) که نیوکد نصر منتشر کرده بود پیداست بهترین نوعهای آنرا وارد میکردند . برای مردمان پائین تر ، می از تپه های شمال غربی آسور و از شهرستان (وراود) در سوریه شمالی میآوردند . (مو) در خود بابل هم میروئید و از باده های پست تر آن مکرر یاد شده است . مردمان عمامی بایستی خود را بانوعها گوناگون نوشابه های تند خرسند سازند . از همه مردم پسند تر (نبید خرما) بود ، گرچه بمیزان کمتری قدر (آججو) را نیز میدانستند . قیمت ها طبعاً بسته باینکه نوشابه صاف یا سفید ، نو یا یکسال کهنه بود ، فرق میکرد . باندازه يك کوزه ازمی خام را میشد با کمتر از يك شیکول بدست آورد . بیگانه ای که از بابل دیدن کرده بود گزارش میدهد که نبیدی از بالاترین جوانه های درخت خرما میساختند که شیرین بود ولی سبب سردرد میشد . آنها که توانائی داشتند می انگوری صاف بخرند تا هشت شیکول برای يك کوزه می میپرداختند .

۱ شیکول Shikul سکه نقره رایج در بابل بود و معادل ۱۴/۹ گرم

وزن داشت .

از پیش از سپیده دم ، گله های بزرگ گوسفند و بز که شبانان آنها را میپائیدند در بیابان باز میچریدند . در پادشاهی کورش ، بیش از پیش گله های بزرگ در انحصار پرستشگاهها بود . در سده های پیش ، تندرستی طبقات پائین با آشامیدن مقدار زیادی شیر و خوردن پنیر بصورت های گوناگون نگاهداری میشد . از يك بز میشد شیر پر چربی کافی برای بچه ها و از يك گوسفند شیر کافی برای تهیه ماست بدست آورد . در پادشاهی کورش قیمت میانگین چنین حیوانی ۲ شیکول بود . گوشت گوسفند و بره ، و بزغاله در میان طبقات پائین کمتر خورده میشد ، (۱)

تغذیه ایرانیان در دوران هخامنشی و اشکانی و ساسانی از نظر پروتئین حیوانی علاوه بر آنچه قبلا ذکر کردیم بوسیله فرآورده های غذایی طیور و گوسفند و گاو تامین میکردیده است و اقوام ایرانی بابر خورداری از تمدن و فرهنگی برتر از همه ملل مجاور : «از مصرف گوشت خزندگان و گوشتهخواران و دو زیستیان اجتناب میورزیدند» (۲) . استفاده از فرآورده های طیور در شاهنشاهی گسترده هخامنشی که کشور هایی مانند هند و مصر و بابل و غیره از اتباع آن بودند بیش از پیش معمول و متداول گردید . بنا بقول مؤلف میراث ایران : «در اثر استقرار وسایل ارتباط سریع که معلول وجود امپراطوری ایران بود مرغ و خروسهای هند که بعد ها پرندگان بومی و ماکیان مغرب زمین شدند از جنگلهای هندوستان بحوزه دریائی مدیترانه آورده شده» (۳) دکتر مراد علی زهری مینویسد پس از ظهور زرتشت ، در اثر اوامر و راهنمایی های وی ، پرورش مرغ بزودی در سرتاسر فلات ایران گسترش و توسعه یافت و سپس از این سر زمین ، بکشور های اروپائی راه یافت ، چنانکه

- ۱ - تاریخ شاهنشاهی هخامنشی) : ا . ت . او مستد - ترجمه دکتر محمد مقدم (۱۳۴۰) انتشارات سازمان چاپ و پخش کتاب ابن سینا - تهران
- ۲ - (تاریخ طلب ایران) : دکتر محمود نجم آبادی (۱۳۴۱) چاپ تهران
- ۳ - (میراث ایران) : سیزده نفر از خاورشناسان (۱۳۳۶) - فصل اول - ترجمه عزیزالله حاتمى - انتشارات بنگاه ترجمه و نشر کتاب - تهران

معروف به (پرنده پارت) شد بچین فرستادند و سرزمین های دور دست آسیارا نیز با پرنده فوق آشناد کردند (۵) .

یونانی ها برای اولین بار در ایران با مرغ آشنا شدند و آنرا از ایران یونان بردند . بهمین دلیل یونانی های قدیم بمرغ (پرنده ایرانی) میگفتند و همین پرنده بود که بوسیله یونانیها بسایر نقاط اروپا پراکنده شد (۱) و (۲) .

بعدها در دوران شاهنشاهی اشکانی (پارتیان) که جاده معروف ابریشم احداث گردید ایرانیان همراه سایر اقلام صادراتی ، شتر مرغ بابل را که از نظر اهمیت پرورش طیور در زمان ساسانیان همین بس که معاش مردم برخی شهرها فقط از همین راه تأمین میکردید و از این شهرها ، شهر کسگر را بعنوان نمونه میتوان نام برد . طبق روایات ومدارک موجود ، کسگر محل آخرین مأموریت نعمان (سردار عرب در آخرین جنگ با ایران) بود . شهر کسگر که بواژه هراتی بمعنای (جو) است در زمان ساسانیان بنام خسرو شاپور بود و در دوران حجاج بنام (واسط) خوانده میشد و شهری بود میان بصره و کوفه . در این ناحیه بزرگ کشاورزی ایران ، پرورش جوجه و مرغ شهرت بسزائی داشت و میگفتند همه غذای مردم آن شهر جوجه است و در آنجا بیست و چهار جوجه بزرگ را بیک در هم (یکسکه نقره) خرید و فروش میکردند . معروف بود که این شهر یکی ازدو شهر است که مردمش نیرومند تر از دیگر مردم شهر های ایران هستند و یکی از این دو شهر کوهستانی است و دیگری هامونی . آن شهر کوهستانی اصفهان و آن شهر هامونی کسگر بود (۲) .

استفاده از فرآورده های غذایی گوسفند نیز در ایران سابقه طولانی دارد و بنا بر نظر مؤلف گوسفند داری در ایران : « بر طبق گواهی تاریخ آریائیها اولین قومی بودند که باهلی کردن گوسفند پرداختند ، بطوریکه میتوان سرزمین ایران را مهد اولیه گوسفندان بشمار آورد . گوسفندانی که هم امروز در سواحل

۱ - (اصول پرورش طیور) : دکتر مرادعلی زهری (۱۳۴۷) - انتشارات دانشگاه تهران - تهران .

۲ - (بررسی نژادهای بومی مرغ در ایران) دکتر مرادعلی زهری (۱۳۴۹) نامه دانشکده دامپزشکی دانشگاه تهران - جلد ۲۶ - شماره ۴ - تهران .

بحر خزر وجود دارند و بنام محلی گوسفند نژاد زل معروف میباشند بجای دنبه دارای زائده دمی شکل هستند و بر طبق نظریه بسیاری از دانشمندان، نژاد نامبرده از نتایج مستقیم گوسفندان اولیه‌ای است که توسط آریائیها در این سرزمین پرورش داده میشده است. بر همین اساس معتقدند گوسفندانی که در آن دوران در اختیار آریائیها بوده است جزئی از نژاد های وحشی و دم‌دار بشمار میرفته است و نژاد زل نیز از باقیمانده های همین نژاد اولیه میباشد (۱).

مؤلف کتاب دامپروری نیز ضمن تأیید مطالب فوق می‌نویسد: «ایران نخستین کشور جهان است که مردم آن بکشت و زرع و پرورش دام پرداخته‌اند و نگاهداری و پرورش حیوانات اهلی در ایران خیلی زودتر از جاهای دیگر جهان عملی شده است، در میان مجسمه‌های برنزی لرستان مجسمه‌های کوچک گاو بسیار است و حتی در روی یکی از سفالهای شش هزار سال پیش کاشان، دهقانی پهلوی گاو دیده می‌شود که در کنار جوئی آب می‌اشامد. گله‌های بز هم در ایران قدیم فراوان بوده و تقریباً در همه نقاط ایران و جلگه بین‌النهرین نقش آن دیده شده است» (۲).

اعتقادات مذهبی نیز در چگونگی تغذیه و استفاده از فرآورده‌های غذایی و عادات خورد و خوراک ایرانیان قدیم نقش عمده‌ای را ایفاء می‌کرده است. قبل از ظهور زرتشت که به پرورش طیور و گوسفند و گاو اهمیت میداده است، ایرانیان قدیم بر اساس مذهب میترائی، حیواناتی را بخاطر بعضی از مظاهر طبیعت قربانی می‌کردند و خود از آن استفاده نمی‌نمودند. در عصر حاضر نیز در بعضی نقاط ایران و از جمله در شهر قدیمی و تاریخی اکباتان یا هگمتان (همدان امروز) آغشته کردن (سنگ شیر) با کره گاو معمول و متداول است که احتمالاً انگیزه آنرا باید یادگاری از تعالیم مذهب میترا دانست.

۱- گوسفندداری در ایران: دکتر محمد ستاری (۱۳۴۹) - انتشارات

دانشگاه تهران. - تهران.

۲- (دامپروری): دکتر تقی بهرامی (۱۳۴۱) - انتشارات دانشگاه

تهران چاپ چهارم - تهران

آ. دهن سومر مینویسد : « ایرانیان قدیم در درجه اول مهر (میترا) **mithra** را میپرستیدند و هر عنصری را بنحو خاصی پرستش میکردند و مراسمی برایش انجام میدادند، از قبیل نوشیدن هوم **Haome** که شیرۀ نبات خوشبوئی است و در کتاب (ودا) سومه **Soma** نام دارد و قربانی حیواناتی مانند گاو و گوسفند و انجام مراسمی برای فراوانی ، (۱) . پیروی از اصول فوق احتمالاً بر اساس ماجرای میتراست . ماجرای فوق قسمت مهم مذهب میترا را تشکیل میدهد و مفهوم وقایع و تقدم یا تأخر در این ماجرا تقریباً نا معلوم است ولی معمولاً آنها را طبق نوشته‌های فرانس کومن اینطور خلاصه میکنند : « میترا از تخت سنگی بوجود آمده است و بمحض تولد وی از سنگ چسوپانان برای پرستش او میآیند . ابتدا با خورشید متحد میشود و سپس يك گاو وحشی را مقهور میکند یعنی آنرا پرست خوابانیده پاهای حیوان را گرفته و بهمین طریق آنرا تاغاری روی زمین میکشد و در آنجا گاو را محبوس مینماید . ولی حیوان موفق میشود از غار بگریزد . در این هنگام اورمزد یا خورشید بوسیله کلاغی به میترا دستور میدهد که گاو را هلاک کند . میترا برخلاف میل خود گاو را تعقیب مینماید و پوزه آنرا در مشت خود میکیرد و بایک ضربه خنجر او را میکشد . بلافاصله از بدن گاو ، خوشه‌های گندم و درخت تالك و سایر نباتات خارج میشود . سپس يك عقرب و يك مورچه و در بعضی نقوش يك مار خود را روی حیوان میاندازد تا خون حیوان را بکشد . احتمالاً این حشرات عناصر، مودزی و مخلوق اهریمند که بدون موفقیت کوشش میکنند تا چشمه‌های حیات گاو را مسموم نمایند و از بین ببرند . بهر حال اینطور بنظر میرسد که بعقیده پیروان مذهب میترا نطفه گاو نر را (ماه) بدست میآورد و تطهیر میکند و از آن حیوانات مفید را بوجود میآورد . روح گاو با آسمان میرود و از آنجا بر گله‌های دام نظارت میکند و آنها را حمایت مینماید . جزئیات این واقعه در لوح‌های در موزه لوور و در

۱ - (تمدن ایرانی) : چند تن از خاورشناسان فرانسوی - ترجمه

دکتر عیسی بهنام (۱۳۴۶) - انتشارات بنگاه ترجمه و نشر کتاب - تهران .

بورسنت آندئول بصورت نقش برجسته‌ای موجود است و در مذهب میترا اهمیت فوق‌العاده دارد. بقیه وقایع و اعمال میترا مرموزتر است و وقتی طوفان نوح میرسد میترا کشتی بزرگی برای نجات بشر میسازد و بالاخره روزی می‌رسد که مأموریت سخت او در روی زمین تمام می‌شود. باین مناسبت ضیافتی برپا می‌گردد و میترا در این ضیافت با تفاق خورشید و یازان رزمش شرکت می‌کند و بعد با آسمان اورمزدا بالا می‌رود.

میترا در روز قیامت باز روی زمین خواهد آمد و گاوی بسیار عالی را که در آن موقع پدیدار خواهد شد قربانی خواهد نمود و چربی آن را با شیر مقدس هوم مخلوط کرده بنیکوکاران خواهد داد (۱۰).

ایرانیان قدیم در مراسم مذهب میترا، شام متبرکی میدادند و پیروان را بتدریج بشام فوق دعوت می‌کردند. بعلاوه طی مراسم خاصی حیواناتی را قربانی می‌کردند و بخصوص فصل بهار موسم قربانی گاو نر بود (۱۰). باین ترتیب آنچه امروز در دین مبین اسلام بصور مختلف مانند ذبورات و یا چیدن سفره‌های متبرک و یا قربانی حیوانات نردر عید قربان معمول و متداول است در بین جامعه ایرانی، ریشه‌های عمیق و طولانی دارد. بعلاوه ایرانیان قدیم بر اساس اصول مذهب میترا، نان متبرک و شرابی را که در جامی با آب مخلوط میشد بعنوان شیر مقدس مصرف می‌کردند (۱۰) و مراسم فوق تقریباً مشابه عشاء ربانی Holy Communion است که بعدها توسط پیروان حضرت مسیح عملی و رایج گشت.

ج. ه. آیلیف ضمن تشریح اخلاق اجتماعی و رسوم و آداب ایرانیان قدیم در جشن‌ها و مجالس مهمانی و ضیافت مینویسد: «بعضی عادات ایرانیان نظیر رسم جشن تولد گرفتن و مهمانی دادن یا علاقه بهممان نوازی در نزد مردم مغرب زمین مأنوس می‌باشد و شاید توسعه و ازدیاد این علاقه باعث تجمل پرستی و حشمت و جاه و جلالی گردیده که بوسیله آن ایران ضرب‌المثل دنیای قدیم بوده و تمایل باین جاه و جلال در بسیاری از شئون زندگی و عقاید آنها مشاهده می‌شود. ایرانیان حتی در بحبوحه صرف غذا و باده نوشی ادب و حسن

معاشرت داشتند مثلاً با وجود افراط در خوراك و می هرگز در حضور دیگران حالشان بهم نمیخورد، یا اعمالی که جنبه شخصی و خصوصی داشت هرگز در اجتماع انجام نمی یافت. ایرانیان مردم -ان بی تربیت نبودند بلکه آداب معاشرت مردمان متمدن را داشتند و از این لحاظ صحیح تر است بگوئیم بیشتر بفرانسویان شباهت داشتند نه فی المثل به رومی های شکم پرست و بی بند و باره (۵).

در تاریخ ۱۹۳۰ میلادی، تجسسات علمی در جنوب شرقی دریای خزر، در محل تپه حصار نزدیک شهر دامغان شروع شد و نیز در همین تاریخ در تپه گیان نزدیک شهر نهاوند و در تپه سیلک نزدیک کاشان، کاوشهایی صورت گرفت. از کاوشهای فوق چنین مستفاد میشود که ایرانیان قدیم، احتمالاً بر اساس تعالیم مذهب میترا بادامه زندگی در دنیای دیگر معتقد بودند و هنگام مرگ نیز خوراك و غذا برای استفاده روح، توشه عاقبت می ساختند. آ. دپون سومر در فصل سوم کتاب تمدن ایرانی ضمن اشاره بآثار و اشیائی که ضمن کاوش در تپه های فوق بدست آمده است مینویسد: در کنار بقایای منازل بسیار ساده که از خشت ساخته شده، قبرهایی بر روی زمین حفر کرده و مرده های را در آن قرار داده اند، مردگان بپهلوی خوابیده اند و زانوی آنها نیمه خم شده و دستهایشان بطرف دهان قرار گرفته است و نزدیک دهان نیز ظروفی کشف گردد. یدیه که محتوی خوراکیهایی برای ادامه زندگی در دنیای دیگر بوده است، (۱۰).

بر خلاف مذهب میترائی، زرتشت قربانی کردن حیوان و عدم استفاده از فرآورده های آن و نوشیدن شراب سکر آور سومه را که نزد مردم هند و ایرانیان بی اندازه اهمیت داشت، حذف کرد. زرتشت معتقد بود که مشروب سکر آور چطور ممکنست به نیکی مدد کند و در مورد حیوانات میگفت آیا بهتر نیست که گاودهقان شهر نشین بجای قربانی برای خداوندی که جسم ندارد و محتاج بنذا نیست بکارهای مفید مزارع گماشته شود (۱۰). (نا تمام)