

کاوشی در تاریخ فرهنگی تغذیه در ایران

(واکاوی فرهنگی ارتباط سبک زندگی و بحران آب)

رسول محسن زاده^{۱*}

ناصر فکوهی^۲

چکیده

بیش از ۹۰ درصد از منابع آب کشور در بخش کشاورزی به مصرف می‌رسد. این در حالی است که محصولات زراعی تولیدی عمدتاً مصرف داخلی دارند. این‌گونه به نظر می‌رسد روی دیگر بحران آب حاصل شده از کشاورزی در ایران، تقاضا و رژیم غذایی مصرف‌کنندگان است. رژیم غذایی شهروندان اکنون به سرعت در حال چرب، پُریمان و کالریک شدن است و از این جهت تغذیه به شکلی غیرمستقیم حجم بالایی از منابع آبی را به خود اختصاص می‌دهد. با اشراف بر بحرانی شدن وضعیت آب کشور در نیم قرن اخیر، ما در این پژوهش در پی پاسخگویی به این پرسش بوده‌ایم که چه عادات غذایی و سبکی از زندگی در تاریخ ایران، مانع از خشکی کشور و دست‌اندازی به نظم طبیعی می‌گشته است؟ برای پاسخگویی به این پرسش، ضمن بررسی کتب و سفرنامه‌های تاریخی، از خلال مصاحبه‌های عمیق با سالمندان و عشایر، صحت این نوشته‌ها مورد واکاوی و مذاقه قرار گرفته است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که سازگاری ایرانیان با طبیعت، مرهون عواملی چون جمعیت ۱۰ میلیونی و کمتر، تحرک و پویایی شدید جمعیتی، رژیم غذایی منطقه‌ای، کم‌تنوع و محدود، استقامت بالا و تقدیرگرایی است. تغییر در رژیم غذایی حاکم بر کشور به علل مختلف، منجر به آسیب‌پذیری هرچه بیشتر محیط‌زیست کشور شده است.

کلید واژگان: بحران آب، تغذیه، جمعیت، سازگاری، سفره، فقر، قحطی

دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۰۷/۲۸ - 2019/10/20

پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۹/۲۷ - 2019/12/18

۱- دکتری مردم‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران، تهران، ایران

نویسنده مسئول:

papi.rasoul@yahoo.com

nasserfakouhi@gmail.com

۲- استاد مردم‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران، تهران، ایران

مقدمه و بیان مسئله

بحران آب در ایران چنان با مسئله‌ی تولید در بخش کشاورزی گره خورده که اغلب پژوهشگرانی که قصد تحلیل بحران آب در حوزه‌های چون مصرف شهری را دارند، احساس می‌کنند که کار تحقیقی آنها فاقد ضرورت‌های پژوهشی لازم است. گرچه مسئله بحران آب بیش از هر چیزی به اقتصاد سیاسی و مصرف آب در کشاورزی مربوط می‌گردد اما رد پای بحران آب در کشور را می‌توان در روزمره‌ترین امور شهری مانند عادات غذایی مردم نیز پیگیری نمود. بر اساس اطلاعات و آمارها در شرایط فعلی از کل برداشت در سطح کشور حدود ۸۲ میلیارد متر مکعب یعنی ۹۴ درصد به بخش کشاورزی اختصاص یافته است (غزالی و اسماعیلی، ۱۳۹۰: ۱۰۸). در حالی که در سطح جهانی نسبت آب تخصیص پیدا کرده به بخش کشاورزی ۷۰ درصد از کل منابع است (بویسون و دی چارنوتز، ۲۰۱۳: ۵۶). مصرف آب شرب شهری ۲ درصد از کل منابع آب شیرین است (آمارنامه برق آب، ۱۳۹۶). پرداختن به وجه شهری بحران آب دقیقاً با ارجاع به آمارهایی از این دست است که فاقد ضرورت می‌گردد. بر همین اساس، اگر مردم کل کشور در مصرف آب ۵۰ درصد صرفه‌جویی داشته باشند تنها ۱ درصد از آب‌های شیرین کشور حفظ خواهد شد که به تنهایی به اندازه‌ی نیمی از آب مورد نیاز برای کشت سالیانه چغندر و هویج نیز نمی‌باشد. اما مفاهیمی مانند آب مجازی^۱ یا ردپای آب^۲ نشان می‌دهند که بسیاری از کنش‌ها (مانند خرید لباس) و مصارف غذایی روزمره ما، به شکل غیرمستقیم موجب مصرف حجم بسیار بالایی از آب می‌شوند.

محاسبه مقدار آب مجازی مندرج در مواد مصرفی امری پیچیده و محاسباتی است (روحانی و همکاران، ۱۳۸۷). اما می‌توان این‌گونه برآورد کرد که برای نمونه، میزان مصرف سرانه آب در کشور ۱۵۰۰ متر مکعب در سال است که ۷۵ متر مکعب آن مستقیم و ۱۴۲۵ متر مکعب آن به طور غیرمستقیم برای تولید غذا مصرف می‌گردد (فرشی، ۱۳۸۳). ضرورت پرداختن به بحران آب صرفاً زمانی محدود به کشاورزی می‌گردد که سطح تحلیل ما محدود به بخش تولید کشاورزی و نه مصرف باشد. مصرف و خورد و خوراک پس از تولید دومین عامل و کیفیت موثر در تخریب مسائل زیست‌محیطی مربوط به کشاورزی است (دایلی و گب، ۱۹۹۱، پادوفسکی، ۲۰۰۹: ۱۰۱). از این جهت، عمده‌ترین وجه پرداختن به بحران آب از حیث مصرفی، خواه ناخواه متوجه وجه مصرف کالایی از قبیل رژیم غذایی و خریدهای روزانه است. با وجود جهانی‌سازی و گسترش فرهنگ

1. Virtual water
2. Water footprint

مصرفی و ترقی در سیستم توزیع، برنامه‌های کشاورزی و رژیم‌های غذایی در هر سرزمینی همچنان باید سوار بر ظرفیت‌های اکولوژیک آن سرزمین باشد، چنین امری چه از حیث زیست‌محیطی چه از حیث فرهنگی بسیار حائز اهمیت است. از حیث انسان‌شناسی رژیم غذایی یکی از عمده‌ترین روش‌های انطباق با فرهنگ است و از طریق مذاقه در آن می‌توان سازگاری با محیط و طبیعت که در بوم‌شناسی فرهنگی مد نظر است را مورد واکاوی قرار داد (فکوهی، ۱۳۹۲: ۲۱۸). اما این امر تا چه حد درباره کشور ما صادق است؟ آیا سفره‌های ایرانیان در حال حاضر منطبق با شرایط اقلیمی کشور است؟ به تعبیر دریابندری در "مستطاب آشپزی ایرانی" آیا سفره‌های چون فرش رنگین و پر نقش و نگار ایرانی با اقلیم خاکستری سرزمین‌مان، سازگار است (دریابندری، ۱۳۷۹، ۷۰ ج ۱)؟ بدون در نظر گرفتن تاریخ فرهنگی تغذیه و واقعیت‌های زیست‌محیطی، تبلیغات کارت پستالی و کتاب‌های توریستی/غذایی، در معرفی طعم‌ها و رنگ‌ها شگفت‌آور غذاهای شرقی با یکدیگر در رقابتند، نجمه باتمانقلیچ، دو کتاب غذای زندگی^۱ (۲۰۱۱) و آخ‌جان^۲ (۲۰۱۵) را برای معرفی فرهنگ غذایی ایرانی^۳ در تیراژ بالا به زبان انگلیسی منتشر می‌کند و کتاب هنر آشپزی رزا منتظمی پس از قرآن کریم مبدل به پرفروش‌ترین کتاب تاریخ ایران می‌گردد (روزنامه اعتماد: ۱۳۸۸). این آثار سعی در بازنمایی فرهنگ غذایی ایرانی دارند، در حالی که به سختی می‌توان قدمت بیشتر این غذاها را تا ۱۰۰ سال قبل تخمین زد. درباره‌ی تاریخ غذا معدود آثاری از زمان قاجار به جا مانده که مهم‌ترین آنها کتاب "خوراک‌های ایرانی" اثر نادر میرزا قاجار اشاره نمود که پدرش، والی طبرستان بوده است. او انواع خورش‌های ایرانی را یک‌به‌یک و با ذکر جزئیات شرح می‌دهد و در جایی از کتابش می‌نویسد: «من این خورش‌ها را به روزگار زندگانی پدرم که روانش شاد باد به خوان او دیده‌ام. آن سپهد را هیچ بی‌میهمان ندیدم، هر روز خوالی‌گر او خورش‌های تازه کردی» (قاجار، ۱۳۸۶: ۱۴۱). نیز در سفرنامه‌ها و آثار دیگری به کرات با ضیافت‌ها و بزم‌های درباری اعیان و اشرافی رو به رو می‌شویم که از بامداد تا شامگاه ادامه داشت. کشیدن چپق و قلیان، گوش دادن به اشعار حماسی که خوانندگان خوش‌آواز می‌خوانند و پایکوبی رقصه‌ها از تفریحات این بزم‌ها بود (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۴۰). «برای شخص شاه و زنان به طور اختصاصی هر شبانه روز دو بار غذا طبخ می‌شد. به این ترتیب که برای نهار شاه، چهار بره و سی مرغ و برای خوراک شب، نصف این مقدار پخته می‌شد» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۳: ۱۲۱۷). و «در میهمانی بشقاب‌های طلا یا چینی پر از میوه‌های تازه یا خشک که بنا بر اقتضای فصل فراهم می‌شد و انواع مربا و شیرینی‌های خشک و تر، نقل و

1. Food of life
2. Joon Persian cooking made simple
3. Persian food

نان‌های بادامی، جام‌های شراب مینا نشان و مرصع، هرم‌های مرتفع پلو به رنگ‌های مختلف و چاشنی‌های گوناگون، انواع گوشت دام و مرغ خانگی و پرندگان مختلف با ادویه‌های گوناگون را برای مهمانان بر سر سفر می‌آوردند و به طور کلی، جلوی هر یک از مهمانان پانزده تا بیست بشقاب کوچک و بزرگ از انواع خوراکی‌های و غذا قرار می‌دادند» (دلواله، ۱۳۸۴: ۲۷۱).

روی دیگر این سفره‌ی رنگین، نان خالی بود برای ملت، آن هم نان جو، ذرت، ارزن و بلوط. مذاقه در سفرنامه‌های برجای مانده نشان می‌دهد که اساساً غذاهای متنوع و سفره‌های رنگین بازنمایی شده در کتب آشپزی ایرانی، صرفاً محدود به اقلیتی از اشراف‌زادگان قجری و حکام منطقه‌ای بوده و توده‌ی مردم، یک رژیم غذایی به شدت محدود، فقیر و در عین حال سازگار با زیست‌محیط داشته‌اند. رژیمی که در طول سال‌ها، به جای تجاوز و بهره‌برداری از طبیعت، مبتنی بر استفاده از مواهب آن بوده و فرد در برابر آنچه که زمین می‌داد و آسمان می‌بارید، با یک تیپ از سرنوشت‌گرایی و خدادادگی برخورد می‌کرده است. با ورود به عصر مدرنیته، و کالریزه شدن سفره غذایی ایرانیان، با چاق شدن اطراف شکم‌ها، بلندشدن قد و جدایی پوست از استخوان به واسطه پرورش ماهیچه و انباشت چربی، سفره‌های زیرزمینی خالی، رودخانه‌ها خشک و زمین فرسوده گردیده است. ما در این مقاله در پی پاسخگویی به این پرسش‌ایم که زیست مسالمت‌آمیز ایرانیان بر اساس چه رژیم غذایی بوده که منابع آبی را با خطر مواجه نمی‌کرده است؟ در این مقاله برای پاسخگویی به این سوال، ابتدا به ترسیم واقعیت‌های اکولوژیک و اجتماعی ایران خواهیم پرداخت و سپس کلیت تاریخی تغذیه در ایران را مورد واکاوی قرار خواهیم داد و از خلال این واکاوی در پی طرح برخی راهکارها در جهت ایجاد سفره‌ی اکولوژیک خواهیم بود.

چارچوب نظری

بر اساس الگوی نظری بودریو اساساً هر پدیده‌ی اجتماعی در فضایی از روابط عینی فهم می‌شود (بودریو، ۱۳۹۱: ۲۴۹). بودریو در چارچوب کار خود اغلب یک فضای اجتماعی را ترسیم می‌کند. این فضا همچون یک نقشه به این منظور ایجاد شده که تصویری اجمالی پیش روی ما قرار دهد تا با یک نگاه کلی بتوانیم همه نقاط، شرایط و گزینه‌های پیش روی افراد را یکجا باهم مشاهده نماییم. هر یک از ما به یک نقطه از فضا پرتاب شده و بنا بر ایده بودریو، کنش‌های ما از جمله تغذیه به جایگاه یا موقعیت ما در فضا وابسته است. نظریه بودریو، بر بنیان مفاهیم اساسی چون عادت‌واره، میدان، سرمایه و فضای اجتماعی نضج گرفته است. عادت‌واره^۱ از یک سو محصول شرایط تاریخی مختلف و

قدرت نیروهای اجتماعی حاکم در شکل دادن بدان و از سوی دیگر مختصات خود است. در شرایط عادی، عادت‌واره غالب نوعی از عادت‌واره است که ساختارهای اجتماعی با قدرت تمام آن را شکل داده‌اند، به گونه‌ای که این نوع عادت‌واره ساخت‌یافته در خدمت بازتولید ساختارهای تولیدکننده خود قرار دارد و هر چه بیشتر ساختارهای اجتماعی را استحکام می‌بخشد (پرستش، ۱۳۸۵: ۱۲). این مفهوم مجموعه‌ای از انگیزه‌های روانی نیست، بلکه محصول جامعه‌پذیری بلندمدت در شرایط اجتماعی خاص یا موقعیت معین است. عادت‌واره هر فردی به گونه‌ای منحصر به فرد از قالب‌هایی مشترک و بستریایی که در آنها جا گرفته شکل می‌گیرد و فرد بر اساس آن عمل می‌کند. این مفهوم بی‌ارتباط با ایدئولوژی نیست، زیرا عادت‌واره همان کاری را می‌کند که ایدئولوژی انجام می‌دهد. در واقع عادت‌واره، به گونه‌ای شکل می‌گیرد که ماندگاری قدرت‌های موجود را تضمین کند (نک به ایگلتن، ۱۳۸۱: ۲۴۳). حیثیت ایدئولوژیک آن از این جهت است که عادت‌واره کاملاً مشروط به میدان^۱ است. میدان‌ها حوزه‌های منازعه برای کنترل منابع ارزشمند هستند و این منازعه در حول اشکالی خاص از سرمایه شکل می‌گیرد. جامعه به عنوان سلسله‌مراتبی ساخت‌مند از میدان‌های نسبتاً خودمختار در نظر گرفته می‌شود، مانند میدان‌های سیاسی، ادبیات، اقتصادی و آموزش و هر میدان بر حسب روابط فرهنگی و اقتصادی بین جایگاه‌های اشغال‌شده درون آن از طریق کنش‌گرایی مشخص می‌شود. «به طور کلی، هر میدان نوعی قلمرو زندگی اجتماعی است که دارای قواعد سازمان‌دهی خاص خود است، مجموعه‌ای از موقعیت‌ها را فراهم می‌کنند و حاوی کنش‌های مرتبط با آن موقعیت‌هاست» (بورديو، ۱۳۹۱: ۳۲۰).

موقعیت‌های مشترک در نظام اجتماعی شرایطی را فراهم می‌آورند که طرح‌های ادراکی و ارزیابی کنشگران همگرا گردند، به گونه‌ای که تجلی این همگرایی در قالب منطق عملی مشترک آن‌ها نمود می‌یابد. «یعنی افرادی که از موقعیت مشترک در فضای اجتماعی برخوردارند از عادت‌واره مشترک نیز برخوردار می‌شوند و مکانیسم‌های جامعه‌پذیری خوی و خصلت خاصی را در آنها قرار می‌دهد. چنانچه یک طبقه اجتماعی با شرایط یکسان وجودی، افرادی با عادت‌واره مشترک پرورش می‌دهد» (پرستش، ۱۳۸۶: ۱۴). این امر، در مورد مصادیق مختلف صادق و البته توسط خود بورديو، به بحث گذاشته می‌شود. ذائقه طبقات بالا که در آن فرد دست به انتخاب غیرالزام‌آور می‌زند اساساً باسلیقه‌های ناشی از ضرورت طبقه پایین متفاوت است. مسئله صرفاً سطح درآمد ناشی از ضرورت‌های اقتصادی نیست، چرا که طبقات پایین حتی اگر به سطوح بالای درآمدی صعود کنند باز در طیف‌هایی از انتخاب، محدود شده‌اند. به نقل از او افزایش درآمد کارگران و ارتقای آنان،

تغییری در منوی غذایی، محل خوردن غذا و آداب تغذیه ایجاد نمی‌کند، چرا که سبک زندگی مانند داغ مهری بر پیشانی، از پیش مسبب انتخاب‌هایی خاص شده است. «آن‌ها تقریباً از همه دانش‌ها یا آداب و منس‌های که در بازارهای امتحانات آموزشی یا صحبت مؤدبانه محرومند یا از داشتن مهارت‌هایی که ارزشی در این بازارها ندارند، ناخرسندند کسانی هستند که نمی‌دانند چگونه زندگی کنند و دار و ندار خود را خرج غذاهای پرحجم، سنگین‌ترین و ساده‌ترین و چاق‌کننده‌ترین غذاها، یعنی نان و سیب‌زمینی و انواع روغن و چربی و کوچه‌بازاری‌ترین خوراک‌ها، مانند شراب می‌کنند» (بوردیو، ۱۳۹۱: ۲۵۰). بوردیو بر این باور است که استفاده از غذاهای پرپیمان و گرم و چرب، نزدیکی عمیقی با جهان‌بینی دم‌غنیمتی و لذت‌پرستانه طبقة کارگر دارد. به این معنا که کارگر نمی‌تواند خوشنودی دم دست را فدای خوشنودی‌های محتمل و معلق آینده کند. بنابر نظر بوردیو، سبک زندگی و سبک‌های مصرف مواد غذایی، اموری کاملاً بسته به تاریخ، فرهنگ و جایگاه اجتماعی افراد هستند و افراد توانایی چندانی در تغییر آنها ندارند.

واقعیت‌های اکولوژیک ایران

مسگران، مدنی، هاشمی و آزاد در سال ۲۰۱۷ استفاده از داده‌های دقیق توپوگرافیک ظرفیت‌های کشاورزی ایران را مورد بررسی قرار داده‌اند. داده‌های آماری آنها بر اساس اطلاعات دقیق هیدرولیکی و خاک‌شناسی به شرح زیر می‌باشد:

جدول شماره ۱- امکانات زیست‌محیطی ایران برای کشاورزی (منبع مسگران و همکاران: ۲۰۱۷)

درجه تناسب زمین	خاک و توپوگرافی	خاک- توپوگرافی- بارش و آب و هوا	خاک-توپوگرافی- آب و هوا
غیرقابل زراعت	۱۹/۳ (۱۱/۹)٪	۱۹/۳ (۱۱/۹)٪	۱۹/۳ (۱۱/۹)٪
بسیار نامناسب	۳۹/۷ (۲۴/۴)٪	۱۱۲/۹ (۶۹/۵)٪	۹۷/۴ (۵۹/۹)٪
خیلی فقیر	۵۵/۷ (۳۴/۳)٪	۳/۶ (۲/۲)٪	۱۰/۲ (۶/۳)٪
فقیر	۲۴/۸ (۱۵/۳)٪	۸/۸ (۵/۴)٪	۱۸/۵ (۱۱/۴)٪
متوسط	۱۷/۲ (۱۰/۶)٪	۱۲/۴ (۷/۶)٪	۱۲/۸ (۷/۹)٪
خوب	۵/۱ (۳/۱)٪	۴/۸ (۳/۰)٪	۳/۶ (۲/۲)٪
عالی	۱/۰۷ (۰/۴)٪	۱/۰۷ (۰/۴)٪	۱/۰۶ (۰/۴)٪
کل	۱۶۲/۵	۱۶۲/۵	۱۶۲/۵

همان‌گونه که در جدول بالا مشهود است با در نظر گرفتن چهار شاخص، خاک، توپوگرافی، بارندگی و آب و هوا، ۸۲ درصد از زمین‌های کشور، بسیار نامناسب و غیرقابل کشت و حدود ۷ درصد دیگر فقیر یا خیلی فقیرند. با در نظر گرفتن این چهار شاخص، تنها ۴ دهم درصد از اراضی ایران برای کشاورزی عالی و ۳ درصد خوب می‌باشند و ۷/۶ درصد از این اراضی متوسط به حساب می‌آیند. بنابراین کل اراضی متوسط، خوب و عالی ایران دقیقاً ۱۱ درصد از مساحت کل کشور را در بر می‌گیرند. نواحی غیرقابل کشت، شوره‌زارها و نواحی مانند بیابان‌های قم یا کویر لوت یا کوهستان‌های مرتفع مانند بخش‌هایی از البرز و زاگرس می‌باشند. نواحی نامناسب و ضعیف برای کشاورزی، تمام پهنه شرقی و مرکزی ایران من جمله اصفهان، فارس، سمنان، یزد، کرمان، خراسان و بلوچستان، هرمزگان و مرکزی هستند. استان‌های پربارانی مانند چهارمحال که دارای بارندگی نسبتاً مناسبی هستند به علت شرایط توپوگرافیک مانند کوهستانی بودن، عملاً تا ۸۵ درصد غیرقابل کشاورزی است. نیمی از سه استان شمالی نیز متأثر از کوهستان البرز و جنگل‌ها، عملاً برای کشاورزی مناسب نیستند. به همین علت است که کمتر از ۵ درصد از کل اراضی کشور برای کشاورزی خوب یا عالی تعریف شده‌اند. مناطق پرباران‌تر اغلب کوهستانی‌اند و بارش باران و برف در آنها کاملاً فصلی است. دشت‌های ایران نیز که اغلب در مرکز و شرق و جنوب کشور هستند نیز معمولاً کمتر از ۱۰۰ میلیمتر بارندگی را در سال به خود می‌بینند. با عنایت به این داده‌های توپوگرافیک، این‌گونه به نظر می‌رسد که پهنه‌ی وسیع ایران، از حیث منابع آبی/غذایی ظرفیت چندانی برای پذیرش جمعیت‌های بالا را نداشته است.

داده‌های تاریخی درباره جمعیت ایران گواه این مدعا است. جمعیت در این اقلیم خشک و بی‌حاصل، تا پیش از ورود مدرنیته بسیار کمتر از مقدار کنونی بوده است. «عموماً کل جمعیت را بین ۵-۶ تا ۱۰ میلیون نفر، یعنی معادل جمعیت کشور در سال ۱۹۰۰ میلادی دانسته‌اند» (فوران، ۱۳۸۲: ۵۱). معتمدی در کتاب جغرافیای تاریخی تهران به آماری مشابه اشاره می‌کند که در سال‌های ۱۲۹۷-۱۲۹۶ شمسی، توسط دایره مستغلات وزارت جلیله مالیه فقط در شهر تهران انجام شد. جمعیت، به علی‌هم‌چون قحطی و بیماری، پویایی و تحرک بالا مدام در حال نوسان بوده است. برای نمونه «آنفولانزا در قحطی ۱۹۱۸، یک پنجم از جمعیت مردم شیراز را به کشتن داد» (جمالزاده، به نقل از مجد، ۱۳۸۷: ۷۷). قحطی‌ها مدام جان مردم را می‌گرفته است. «خشکسالی پدیده‌ای بود که مردم به طور دائم با آن مواجه می‌شده‌اند به گونه‌ای که در فاصله ۳۰ سال (۱۸۷۵-۱۹۰۵) ۲۲ بار، یعنی در بیشتر از ۷۰ درصد سال‌ها محصولات کشاورزی در مناطق جنوبی کشور به علت کم‌آبی و بی‌آبی صدمه دیده است» (سیف، ۱۳۷۳: ۵۵). عمده‌ترین قحطی‌ها در دوران قاجار، دو قحطی بزرگ

۱۲۸۸-۱۲۸۷ هجری قمری که مصادف با ۱۸۷۰ تا ۱۸۷۱ و در دوران سلطنت ناصرالدین شاه بود و قحطی ۱۹۱۷ تا ۱۹۱۹ پیش از ظهور رضاشاه و در دوران جنگ جهانی اول بوده‌اند. «قحطی نخست، عملاً یک پنجم و دومی که چهار دهه پس از این رخ داد نیز چند میلیون نفر^۱ از ایرانیان را از هستی ساقط کرده است» (مجد، ۱۳۸۷: ۱۸). عامل قحطی به معنای عام آن که در قالب خشکسالی یا بیماری‌های فراگیر جمعیت کشور را تحدید می‌کرد، خود نقش فراوانی در ثبات جمعیتی ایران در زیر ۱۰ میلیون نفر داشته است.

روش‌شناسی

در انجام این پژوهش تلاش گردید، علاوه بر رجوع به منابع تاریخی، با استفاده از رویکرد تاریخ فرهنگی، از سه تکنیک مورد استفاده انسان‌شناسان در پژوهش‌های کیفی یعنی: مشاهده، شنیدن و یادداشت‌برداری استفاده شود (فکوهی، ۱۳۸۷: ۱۱۴). در این پژوهش البته، دو تکنیک شنیدن و یادداشت‌برداری در قالب مصاحبه پدیدارشناسانه مورد استفاده قرار گرفت. در مصاحبه پدیدارشناسانه که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفته است، هدف ترغیب شرکت‌کننده به بازسازی تجاربشان درباره موضوع مورد مطالعه است (بودلایی، ۱۳۹۵: ۱۰۸). موضوع مصاحبه، تجارب زیسته، حول تغذیه است و سوژه‌های این تحقیق عمدتاً افراد سالمندی هستند که تجارب تغذیه‌ای متفاوتی از رژیم‌های غذای کنونی و قدیمی دارند. این مشارکت‌کنندگان از بین کهنسالان استان لرستان و تهران انتخاب شده‌اند، و در مجموع، ۱۳ مصاحبه نهایی گردید. به این ترتیب، تاریخ شفاهی^۲ یکی از روش‌های مورد استفاده در این تحقیق برای تکمیل داده‌های تاریخی است. جهت کدگذاری داده‌های جمع‌آوری شده از میدان تحقیق، از کدگذاری ۳ مرحله‌ای اشتراوس و کوربین استفاده شده است. این ۳ مرحله به ترتیب؛ کدگذاری آزاد، محوری و انتخابی می‌باشند (اشترواس و کربین، ۱۳۹۷: - ۱۲۴-۱۴۹).

همچنین رویکرد تاریخی این پژوهش تاریخ فرهنگی است. تمرکز و طرح‌بندی این رویکرد، به جای واقع‌گرایی تاریخی بر فرایندهای فرهنگی منتهی به اکنون است و به همین جهت تاریخ معاصر یا نزدیک به زمان حال، در آن اهمیت بیشتری دارد. آثار تاریخی مورد استفاده، شامل منابع دست اول^۳ (سفرنامه‌ها و خاطرات) و ثانویه^۴ تاریخی است که تاریخ اجتماعی سه دوره صفوی، قاجار و

۱. امجد شماره قربانیان را تا ۱۰ میلیون نفر ذکر می‌کند که قطعاً غیرواقعی است.

2. Oral history

3. Primary source

4. Secondary source

پهلوی می‌پردازند. گزینش این آثار بر اساس نمونه‌گیری هدفمند صورت پذیرفته و در آن منابع موجود، با توجه به امکاناتی که آنها در پیشبرد مباحث دارند، گزینش شده‌اند. برای نمونه برخی از آثار مستقیماً به مسئله خوراک ایرانیان در دوران قاجار پرداخته (مانند کتاب خوراک‌های ایرانی میرزا نادر) و برخی دیگر، سبک زندگی مردم ایران در اعصار مختلف را تشریح نموده‌اند (مانند سفرنامه‌های برادران شرلی، فوریه یا شاردن). برای تکمیل این مباحث به منابع ثانویه خصوصاً آثار تحلیلی معاصر مانند کتب جان فوران یا کاتوزیان، ارجاع داده شده است. این فرایند تا زمان حصول اشباع، ادامه پیدا کرده است. با استفاده از این رویکرد به اختصار نشان خواهیم داد که تغذیه در ایران، چه روندهای تاریخی را از سر گذرانده، تا از خلال آن امکان طرح تغییر را میسر نماییم.

یافته‌های تحرک جمعیتی بالا

این ۶ تا ۱۰ میلیون جمعیت در سه بخش به هم مرتبط اقتصادی یعنی قبایل شبانکاره، دهقانان-روستاییان نیز پیشه‌وران شهری قرار می‌گرفتند. تخمین جمعیت هر بخش نیز دقیق نیست برای مثال جمعیت ایلاتی کشور را بین یک چهارم تا نیمی از کل جمعیت حدس زده‌اند. بسیاری از این قبایل، را نمی‌توان مشخصاً روستایی یا شبانکاره معرفی نمود و نگاهی دقیق به تاریخ اجتماعی ایران و مصاحبه‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که زیست آنها گاهی مبتنی بر کوچ و گاهی یکجانشینی بوده و شهرنشینان نیز زیست فصلی شهری داشته و با تغییر فصول، به روستایی و بیلاق‌نشین تبدیل می‌گردیدند. چنانچه کارلا سرنا می‌گوید «جمعیت تهران در تابستان به ۸۰ هزار نفر می‌رسید ولی در زمستان ساکنین شهر ۲۰۰ هزار نفر می‌شدند» (سرنا، ۱۳۶۲: ۵۸). «چنین عملی چه در بین توده‌ی مردم و چه در بین خاندان سلطنتی قاجار عمومیت داشته که کاخی‌های بیلاقی مناطق شمالی تهران یادگار همان دوران است» (سعیدنیا، ۱۳۶۲: ۶۸۸). «بنابراین بسیاری از مردم تهران بنا بر اقتضائات محیطی خصوصاً کمبود آب و کار شهر را در تابستان ترک می‌کردند و به نقاط خوش آب و هوای شمالی حرکت می‌کردند» (ذاکرزاده، ۱۳۷۳: ۱۸۹)

مصاحبه با یکی از ساکنین تهران

بنبید چیزی به اسم شهر نبود. همین محله ما (باغ فیض) پدرای ما اینجا زمین داشتن ولی تابستون ما کلاً سولقان بودیم (یکی از روستاهای کن). خیلی های دیگه هم همینجوری بودن (۱۳۹۷/۷/۸).

و همین امر، تخمین جمعیت دقیق تهران را دشوار می‌ساخته است. زمانی چنین وضعیت بی‌ثباتی درباره تهران که پایتخت سیاسی ایران و بزرگترین شهر دوران قاجار وجود داشته، قطعاً ثبات جمعیتی درباره شهرها و روستاهای دیگر بسیار متغیر بوده است.

اما به طور متوسط حدود سه میلیون نفر از جمعیت ایرانیان به صورت قبیله‌ای زیست می‌کردند. مهم‌ترین هدف فعالیت‌های اقتصادی شبان‌کاری، مثل همه اقتصادهای طبیعی، تامین نیازهای اساسی^۱ از طریق چراندن رمه، اشتغال به صنایع دستی و در مواردی محدود پرداختن به کشاورزی آن‌هم به شکلی سنتی و اقتصاد معیشتی بوده است. به طور کلی «ابزارهای اساسی تولید جماعت چادرنشین را انواع و اقسام دام و مراتعی تشکیل می‌دهند. دام برای جامعه مهم‌ترین اقلام مورد نیاز-غذا (گوشت، پنیر ماست)، نوشیدنی (شیر-دوغ) پوشاک (پشم، شیر) سوخت (تاپاله) وسایل حمل‌ونقل (اسب، شتر، گاو، بز، الاغ) را فراهم می‌آورد» (فوران، ۱۳۸۲: ۵۳). در این دوران «برآورد جمعیت روستاییان ۳۵-۴۰ درصد از کل جمعیت و جمعیت شهری چیزی بین ۱۰ الی ۱۵ درصد از کل جمعیت ایران را شامل می‌گردد. میزان جمعیت شهرنشین ایران در سده هفدهم بر مبنای برآوردها، به یک میلیون نفر می‌رسیده است» (فوران، ۱۳۸۲: ۱۸۴-۱۸۵). این خودکفایی به هیچ وجه، وجه ممیزه زندگی شبانی نبوده، که شهرهای ایران، که دارای جمعیتی ثابت نبوده‌اند، از حیث تولیدی نسبتاً خودکفا بوده‌اند. «در واقع بین شهرها و روستاها یک رابطه‌ی ارگانیک وجود داشته است. بقای شهر عمدتاً بر استخراج مازاد روستایی و در قالب شبکه‌های محلی شکل می‌گرفت، یعنی هر شهر به صورت مرکز یک منطقه‌ی روستایی و البته وابسته به خود عمل می‌کرد. مازاد مناطق روستایی به شهر سرازیر می‌شد و در مقابل خدمات از سوی شهر به روستاهای منطقه عرضه می‌گشت» (حسامیان، ۱۳۷۵: ۸۲). این خودکفایی منطقه‌ای مبتنی بر حداکثر بهره‌برداری از منابع و داشته‌ها بوده است. پیترو دل‌واله در سفرنامه خویش نشان می‌دهد که «شهرستان اصفهان با اقلیم خشک خود، همواره محل وفور منابع بوده است. دل‌واله نشان می‌دهد که زراعت اطراف اصفهان وابسته به کود انسانی شهر اصفهان بوده است. به نقل از او زمانی که در خانه‌ای چاهی پر می‌شود، نه تنها برای خالی کردن آن پولی نمی‌پردازند، بلکه هر کس برای استفاده از کود، مایل به خالی کردن آن چاه باشد با دادن هدیه‌ای به مستخدم خانه اجازه این کار را می‌گیرد» (دل‌واله، ۱۳۸۴: ۷۳). این وضعیت درباره تهران سرسبز و پرچنار نیز صدق می‌کرده است. «نزدیکی تهران به اراضی حاصلخیز ورامین و ری که از نظر اقتصادی سبب خودکفایی می‌گردید در احداث شهر تهران و پایتخت اعلام شدنش توسط آقا محمدخان موثر بوده است» (مشهدی مازندرانی، ۱۳۸۳: ۳۴).

بنابراین ایران کشوری با اقلیم خشک است، که همین اقلیم خشک، جمعیتی در حدود یک دهم جمعیت کنونی را در خود گنجانده است. این جمعیت، به علل شرایط سخت محیطی به طور کلی فاقد ثبات در محل زندگی بوده و حتی در شهرهای بزرگی مانند تهران، در فصول گرم سال به بیرون از شهر مهاجرت می‌کرده‌اند. اقتصاد کشور مبتنی بر اقتصاد معیشتی و خودکفایی محلی بوده است که در آن حتی شهرها نیز حتی الامکان مبتنی بر پتانسیل‌های جغرافیای اطراف و اکناف خود بوده‌اند. این نوع سبک زندگی، که مدل یکجانشینی آن نیز بر تولید و پویایی مکانی وابسته بوده، قطعاً مبتنی بر اقتضائات محیطی در درجه نخست و پس از آن شرایط اجتماعی و سیاسی کشور بوده است. اما همین جمعیت محدود، خودکفا و سیال، دارای چه سبک زندگی بوده‌اند؟ به عبارت بهتر، عمده خصایص آنها در مواجهه با طبیعت چه بوده است؟

سطح بالای تحمل‌پذیری در زندگی

به طور کلی، غیر از طبقه شاه و شاهزادگان قاجار بنا بر نوشته شرح عیوب و نواقص مملکتی افزون از سی هزار خانوار بوده و خوانین و فئودال از روی حدس صد هزار خانوار بودند (شرح عیوب: ۶-۷) توده‌ی مردم ایران در شرایطی زیست می‌کرده‌اند که تصورش برای انسان مصرف‌گرای امروزی دشوار است. در درجه نخست شرایط زندگی در اقلیم خشک و سخت ایران بنا بر نوشته‌های تاریخی بسیار سخت بوده است. طبیعتی که زمستان‌هایش سخت و کشنده (دلاووله، ۱۳۸۴) و «زمینش به شدت بایر و شورزار و پوشیده از ریگ است» (شرلی، ۱۳۶۲: ۶۴). و منابع طبیعی آن از نظر غربی‌ها بسیار محدود بوده و «ایرانیان برای زیست در آن لاجرم تدابیری مانند حفر قنات یا کشت نوبتی را در پیش می‌گرفتند» (دیولافوا، ۱۳۷۶: ۴۸ و رایس، ۱۳۶۶: ۲۴۳). «اغلب رودهای ایران در اثر این استفاده بسیار از آنها چنان کم‌آب است که آبهای شیرینی که به طرف جنوب جریان دارد اصلاً به دریا نمی‌رسیده و پس از چند روز خشک می‌شود» (کمپفر، ۱۳۶۳: ۱۸۸). «آب به محض اینکه از کوهستان جاری می‌شود و سدبندی و با کاردانی خاص آن را به شعب مختلف تقسیم می‌کنند و از روستایی به روستایی دیگر می‌برند و سرانجام این آب در جوی‌ها و شاخه‌هایی که هر دم باریک‌تر می‌شود تمام می‌گردد» (کمپفر، ۱۳۶۳: ۱۸۸).

این شرایط، ضرورتاً منجر به خلق منشی مبتنی بر استقامت در ایران شده بود: پرکاری، تحمل بالا و کم‌غذایی. دلاواله نشان می‌دهد که در همدان در درون خانه‌ای (متعلق به فردی ثروتمند) که در آن استراحت می‌کرده‌اند شب‌هنگام مرکب قلمدانش از شدت سرما یخ بسته بود. او که در زمستانی

سخت به ایران می‌رسد بارها به این مسئله می‌پردازد که مردم ایران، در برابر سرما و گرما و شرایط محیطی تاب‌آوری فراوانی دارند. در تابستان مردم با لباس‌هایی که داخل آن پنبه‌دوزی شده بیرون می‌روند و حتی در زیر آفتاب راه می‌روند و کار می‌کنند و هیچ‌کس از این بابت احساس ناراحتی نمی‌کند. در حالی که تحمل این وضع در ایتالیا مشکل است. این مسئله، در باب تغذیه و حمل و نقل و پوشش نیز مصداق داشته است. جایی که شرلی از «لباس‌های بسیار خشن و سوار شدن بر گاو میش به جای اسب» را در گزارش خود نقل می‌کند (شرلی، ۱۳۶۲: ۹۰). با وجود این شرایط زیستی و وفور بیماری‌هایی که ایرانیان در معرض‌شان بودند، بسیاری با یورش انواع سختی‌ها و بیماری‌ها هنوز زنده می‌ماندند و حتی افزایشی در جمعیت نیز مشاهده گردید که علت اصلی آن در قدرت خارق‌العاده چشمگیر روستائیان بود (فلور، ۱۳۸۶: ۸۴). دیولافوا از کودکانی در روستاهای اطراف تخت‌جمشید می‌نویسد که «عملاً برهنه زندگی می‌کردند و به شدت کثیف و بی‌غذا بودند» (دیولافوا، ۱۳۷۶: ۲۸۰).

سالمند اهل لرستان

توی وارک (روستایی در بخش پایبی)، خیلی از مردم توی شکاف‌های کوه زندگی می‌کردند، بهار می‌آمدند زیر درخت‌ها و همان‌جا زندگی می‌کردند. حتی دوار (چادرسیاه) هم نداشتند. دیدم که به خانواده فقط به پیاله داشتن و همون پیاله رو که ترک برداشته بود، با نخ و سوزن دور آن را دوخته بودن تا از هم نپاشد. مردم مانند حیوان‌ها زندگی می‌کردند (۱۳۹۷/۶/۱۹).

مراد از سازگاری ذاتی فرهنگ ایرانی با طبیعت که در بین سنت‌گرایان رایج است، چیزی جز، حذف این سویه‌های دهشتناک و برجسته ساختن برخی سویه‌های دیگر مانند عظمت قنات یا تمدن کاریزی نیست (نگاه کنید به: فرهادی، ۱۳۹۶: ۴۱). تمجید از تمدن کاریزی و تمنای بازگشت به امثال آن، در حالی است که خود مقنن‌ها شاغل در قنات نیز، زیست بسیار دشواری را تجربه می‌کرده‌اند. ساعات کار مقنن‌ها در اواخر دوران قاجاریه، از طلوع فجر تا غروب آفتاب پایان می‌یافت و یا برعکس (صفی‌نژاد، ۱۳۹۶: ۳۳۸). به عبارتی دیگر زمان کار آفتابی بود (همان، ۱۳۹۶: ۳۶۴). یعنی در فصل تابستان این زمان به ۱۶ ساعت کار روزانه منجر می‌گردید. «غذایشان دو وعده نان جو و کشک بود که آن را کشک جوش می‌نامیدند. برای صرف غذا از چاه بیرون نیامده و در حالی که پاهایشان در آب بود و لباسی بر تن نداشتند کشک و نان جوبشان می‌خوردند» (صفی‌نژاد، ۱۳۹۶: ۳۴۱). «کمبود اکسیژن، خفگی و بیماری‌های ریوی، بیماری‌های پوستی مانند آب‌گز، رماتیسم،

دیسک کمر و سوء تغذیه» از جمله بیماری‌هایست که صفی‌نژاد به آنها اشاره می‌کند (صفی‌نژاد، ۱۳۹۶: ۳۴۱). «سرطان ریه، خون و مثانه، مزوتلیوما، تالکوز، نارسایی کلیوی و...» نیز آنها را تهدید می‌کرد (شریفی، ۱۳۹۰) و به همین سبب، «مقنی‌های بر این باورند که هیچ کدام تا پایان کار سالم نمی‌مانند» (مصطفایی و همکاران، ۱۳۷۹). از این جهت، سخت‌کوشی و تحمل، بخشی از زیست‌سازگار ایرانیان، در برابر طبیعت فقیر و نامهربان حاکم بر اقلیم بوده است.

سرنوشت‌گرایی

علاوه بر سخت‌کوشی، بعد دیگر زندگی پرمشقت یا سازگار با طبیعت ایرانیان، گرسنگی و قحطی و البته مرگ بوده است. تاریخ اجتماعی ایران، سلسله‌ی ممتد قحطی‌ها و گرسنگی‌هاست. غیر از فقر محیطی، ضعف یا فقدان مدیریت همواره اقلیم خشک ایران را با قحطی‌ها و اپیدمی‌های دهشتناکی روبه‌رو می‌کرده است. مراد از قحطی در متون قدیمی، عدم است. زمانی که عملاً چیزی برای خوردن پیدا نمی‌شود و انسان‌ها به ناچار یا از گرسنگی می‌میرند، یا با خوردن چیزهای مانند «علف، چوب، مردار و حتی همسایگان و فرزندان خویش» زنده می‌مانند (ناطق، ۱۳۵۸: ۱۷). «در زمان قحطی کسانی که نان نداشتند، ناگزیر به علف‌خواری یا خوردن گوشت حیوانات بارکش روی آوردند، و در مراحل بعد، به خوردن سگ و گربه و موش و حتی مردار و کود و فضله حیوانات ناچار شدند، در بعضی جاها حتی کار به آدم‌خواری کشیده شد» (کتابی، ۱۳۹۰: ۱۷۲). چنان که کتابی، ناطق و اوکازاکی نشان می‌دهند، با ورود سرما، حمله قبایل و خصوصاً خشک‌سالی و بیماری‌های که پس از آن می‌آمد، جمعیت‌های انسانی به شکلی غیرقابل باور از بین می‌رفتند. برخی از این قحطی‌ها چنان کشتاری به راه می‌انداختند که در تاریخ ماندگار شدند، مانند قحطی بزرگ عصر ناصری که به نقل از اوکازاکی «در بهار تهران مرگ و میر قحطی‌زدگان از ۵۰۰ نفر در روز بیشتر شد و در اصفهان نیز هر روز چند صد نفر از مردم می‌مردند» (اوکازاکی، ۱۳۶۵: ۳۳). در سال ۱۲۸۸ هنوز قحطی ادامه داشت، و با هم مزید بر علت شد. «در تهران به گواهی امین‌الضرب روزی ۲۰۰ تا ۴۰۰ نفر در کوچه و بازار و محله‌ها مردند. تنها تهران نبود در همه ولایات ناخوشی مشهود و کساد و بی‌رونقی و بی‌پولی افتاد. تبریز کن فیکون شد. هم ناخوشی بود هم قحطی و هم سل و هم قطاع‌الطریق که راه عبور و مرور را مسدود می‌کرد در همه ولایات قحطی و گرانی نفس مردم را قطع کرد و از پای درآورد. از خراسان گزارش رسید چه خراسانی آدم را می‌کشند، گوشت او را می‌خورند، دیگر چه رسد به اسب و الاغ. هر روز در مشهد آدم می‌گیرند که سگ کشته و گوشت او را آورده و فروخته است» (ناطق، ۱۳۵۸: ۱۷). این امر البته خاص دوران قاجار نیست، در کتاب‌هایی که به تاریخ

مناطق می‌پردازند می‌توان به کرات از این دست نایابی‌ها و هم‌نوع‌خواری‌ها، در دورانی غیر از قاجار دست یافت.

قحطی و خشکسالی بخشی از تاریخ اجتماعی ایران است. در فرهنگ المنجد، به سال بسیار خشک و بی‌باران ترجمه شده و عمید نیز آن را بازایستادن باران، خشکسالی شدن و نایابی خواروبار تعریف نموده (واژه‌یاب آنلاین، ۱۳۹۷/۸/۱۵). با این تفاسیر همان ده دوازده درصد اراضی قابل کشت در ایران نیز مدام در خطر خشکسالی قرار داشتند از این جهت، سفره محدود حدود ۱۰ میلیون ایرانی همواره در معرض کاستی و اضمحلال قرار داشته است. بنابراین توده‌ی مردم به یک تیپ از تقدیرگرایی و پیشامدگرایی به آنچه که داشته‌اند می‌نگریستند، حتی فرزندان‌شان. به نقل از پولاک «به طور متوسط، زنان ایرانی، شش تا هشت بار می‌زایند؛ منتها از نظر دور نباید داشت که بیشتر در شهرها از شش بچه به زحمت دو نفر در قید حیات می‌مانند و گاهی همه آنها تلف می‌شوند. هر روز، زن‌ها به خانه من می‌آمدند و داروی آبستنی از من می‌خواستند و در جواب سوال من که از آنها می‌پرسیدم: آیا تا به حال بچه آورده‌اند یا نه، عموماً به صورتی یکسان می‌گفتند پنج، شش شکم زاییده‌ام، ولی همه آنها مرده‌اند» (پولاک، ۱۳۶۲: ۱۵۰-۱۶۰).

سالمندها اهل تهران

من ۴ تا از برادر و خواهرام رو از دست دادم. چیز عادی بود اون موقع. یعنی هر سری مریضی می‌آومد کلی آدم می‌مردن. واسه همین ادما راحت‌تر با مرگ کنار می‌آومدن. برای خودم الان عجیبه که چطور مادر من با مرگ ۴ تا از بچه‌هاش کنار آومد (۱۳۹۷/۷/۱۹)؟

تقدیرگرایی زاییده شرایطی است که انسان در زیست روزمره خورد انتظار هر پیشامدی را داشته باشد. در تهنشست‌های زبانی و فرهنگ عامه سویه‌های این فرهنگ به سادگی یافت می‌شوند و مهم‌ترین پیامد آن کاهش سطح انتظار و رضایت از وضع موجود است.

سفره محدود

اما این داشته و انباشته یا قوت غالب چه بوده است؟ «کفری در دوران قحطی ۱۹۱۷، عمده طعام مردم تهران را نان و پنیر بی‌کیفیت ذکر می‌کند» (مجد، ۱۳۸۷: ۳). فریا استارک درباره خانواده‌ای که او و همراهانش به مهمانی‌شان در لرستان رفته بودند می‌نویسد: «بعد از آنکه غذا یعنی گوجه‌فرنگی را پختند چون مقدار آن کم بود همه را به من و سه تن از همراهم دادند. یکی از پسر بچه‌ها از دیدن غذا تاب نیاورد و اشکش جاری شد. مادر از حالت او خجالت کشید، آهسته سیلی

بر گونه‌اش زد و سپس مخفیانه انگشت خود را که طعم گوجه می داد در دهانش گذاشت... دختر کوچک خانواده چون می‌دانست به او سهمی نمی‌رسد چیزی نگفت» (استارک: ۱۳۶۴، ۹۷). استارک و ادمونز به نحوی شرایط تنازع برای بقا را اجتناب ناپذیر می‌دانستند «خیابان‌ها از مرد و زن فقیر موج می‌زند» (ادمونز، ۱۳۶۲: ۹۸). در مورد رژیم غذایی گزارش جرج جنر^۱ از سفارت بریتانیا در سال ۱۸۷۰، نشان می‌دهد که در دوره‌هایی که هیچ چیز کمیاب نیست و به تعبیری اوضاع نرمال است «رژیم غذایی زمستانی، تقریباً برای همگان شامل نان، برنج بی کیفیت، پنیر نامرغوب و مقدار زیادی چای است و رژیم غذایی تابستانی شامل نان و صیفی جات و انواع کدوهای خوراکی است» (میرکیایی، ۱۳۹۴: ۱۸). می‌بینیم که از گوشت، انواع میوه و لبنیات سخنی به میان نیامده است و در واقع رژیم غذایی یک رژیم محدود بی کیفیت و کم حجم گیاهی بوده است. فلور در تاریخ نان نشان می‌دهد که قوت قالب ایرانیان در مناطق روستایی چیزی جز نان جو نبوده است که در وقت اعیاد و میهمانی‌ها با آرد گندم، ذرت یا ارزن مخلوط می‌شده است (فلور، ۲۰۱۵: ۱۷). به باور فلور برنج نقش بسیار کمی در نان غلات بازی می‌کرده است و تنها در عهد ناصری است که در بین طبقات بالای تهران، رایج می‌گردد در حالی که نان بلوط که بسیار بی کیفیت و بی خاصیت است عنصر ثابت غذایی تمام پهنه‌ی غربی ایران از آذربایجان غربی تا شیراز را تشکیل می‌داده است. «نان گندم^۲ تا زمان قاجار تنها در اختیار ثروتمندان قرار داشته است و توده‌ها اگر نانی به چنگ می‌آوردند یا ترکیبی از گندم و دیگر غلات بود یا چیزی غیر از آرد گندم» (فلور، ۲۰۱۵: ۱۷).

نان با وجود انتزاع مفهوم، عنصری متفرق، طبقاتی و کاملاً منطقه‌ای بوده است. به نقل از اعتمادالسلطنه، نان شاه برگرفته از مزارع خاصی بوده است. سفره اعیان دارای نان مرغوب گندم بوده اما نان توده مردم به نقل از بلو^۳ (۱۸۷۲) بسیار بی کیفیت، غیرقابل خوردن، زشت، زمخت، اغلب کپک‌زده بوده که حتی خدمتکاران او نیز از خوردنش اجتناب به عمل می‌آوردند. زمانی که از منطقه‌ای^۴ بودن خوراک صحبت به میان می‌آید منظور محدودیت شدید رژیم غذایی به یک قلم خاص است. برای نمونه برنج که در خوزستان و اطراف اروند رود کشت می‌شد، غذای مردم، نان آنها و همینطور نوشیدنی و شراب مردم بوده است (فلور، ۲۰۱۵: ۲۲). همچنین به نقل از چارلز مک کنزی کنسول بریتانیا در رشت در سال ۱۸۵۸ چنین آمده: مردم رشت به شکل ذاتی برنج‌خور^۵

1. George Jenner

2. Wheat bread

3. Bellow

4. Local

5. Rice eater

هستند و شاید باعث شگفتی است که عمده روستاییان هرگز مزه‌ی نان گندم یا نان جو را نچشیده‌اند و نمی‌دانند چیست، در واقع چنین نانی صرفاً در شهرها خورده می‌شود (فلور، ۲۰۱۵: ۲۳).

سالمند اهل لرستان

من خاطر هست که تا جوانی (دهه ۴۰، پنج شیش ماه پشت سر هم در فصل زمستان، فقط کلک (نان بلوط) و کشک می‌خوردیم. مگر کنگری یا شکاری می‌دیدم. چیزی نبود. غیر از بعضی از خوانین، چیزی برای خوردن دیگران نبود (۱۳۹۷/۶/۱۷)

این شرایط در مناطقی که دور از دسترس مدرنیته مانده و به اصطلاح خودکفا باقی مانده‌اند تا دوران پهلوی دوم کمافی سابق بوده است. عظیمی در پژوهش خویش نشان می‌دهد که «در سال ۱۳۵۱ یعنی در اوج افزایش درآمد نفتی دولت، ۱۶ میلیون ایرانی یعنی ۵۲ درصد از کل جمعیت مصرف کالریک کمتر از حداقل داشتند و ۱۳ درصد از جمعیت کشور، زیر خط فقر بودند. بر اساس پژوهش عظیمی در نواحی روستایی کردستان و بختیاری، تقریباً همه‌ی گروه‌های عشایری، دچار سوءتغذیه بودند» (کاتوزیان، ۱۳۹۳: ۳۱۹). بسیاری از اقلام ثابت غذایی سفره‌های ایرانی مانند گوجه یا سیب‌زمینی اساساً تا پیش از عصر ناصری در ایران وجود نداشتند و توسط مستشاران خارجی بود که به ایرانیان معرفی گردیدند (جواهری، ۱۳۹۵: ۷۹). بنابراین، توصیف ستایش‌آمیز همزیستی ایرانیان با طبیعت، آمیخته با گرسنگی و فقیر شدید غذایی توده‌ی مردم بوده است.

نقش حاکمیت و مدیریت

اصرار ما بر شرایط اکولوژیک و فقر محیطی نباید ما را به دام تقدیرگرایی و واگرایی بیاندازد. شواهد و مستندات تاریخی نشان از قصور دولت و فقدان فناوری در تشدید بسیاری از فجایع یا در مواقعی مدیریت بحران دارد. سیف نشان می‌دهد که «بنا بر اسناد موجود در دوران قاجار، سطح فناوری کشاورزی در ایران بدوی بوده است و اگر این فناوری قدری بالاتر بود، سفره‌ها پربارتر و کشتارهای قحطی کمتر می‌گردید» (سیف، ۱۳۷۳: ۵۰). اما در این مورد قیاس سبک زندگی و معیشتی مردم ایران در دو دوران قاجار و صفوی و خصوصاً در دو پایتخت تاریخی، نشان می‌دهد که ما در شرایط برابر اکولوژیکی، با نمونه‌های بهتر و بدتری از مدیریت و در نتیجه سبذغذایی پربارتر یا فقیرتری روبه‌رو بوده‌ایم. در بهترین حالت که نمونه آن را در سفرنامه شاردن می‌بینیم «صبحانه اشخاص طبقه متوسط از یک نان که در یک سینی چوبی زنگ‌زده براق قرار دارد، با مقداری پنیر و یک کاسه ماست و یک کاسه دوغ و یک یا دو نوع میوه که یکی از آنها خربزه است تشکیل شده، اما مردمان

متمکن و دارا، افزون بر آنچه گفته شد، هنگام صرف صبحانه، میوه، مربا، شیرینی و پالوده که ترکیبی از نشاسته و شکر است و بعضی از قطعات قرمه و کلوچه قندی به کار می‌برند» (شاردن، ۱۳۷۲: ج ۲: ۸۳۴). بنا بر گفته شاردن در عصر صفوی، «آشپزخانه‌هایی عمومی در سراسر ایران وجود داشت که هر کدام فقط یک نوع غذا می‌پختند و مردم بسیاری برای تهیه غذا به آنها مراجعه می‌کردند» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۷). به نقل از او «صاحبان این اغذیه‌فروشی‌ها چون مواد مورد نیاز خود را ارزان به دست می‌آوردند غذاهای خود را گران نمی‌فروشتند» (شاردن، ۱۳۷۲: ج ۲: ۸۳۴). نیز برادران شرلی که به شدت متأثر از قدرت و صلابت شاه عباس صفوی شده‌اند می‌نویسند: «در این مملکت انواع فواکه وفور دارد همچنین گندم زیاد است و نان ارزان و سایر ماکولات هم به قیمت مناسب است. قسمت غالب ماکول آنها برنج است که به انواع و اقسام طبخ می‌کنند. آنها ادعا کرده‌اند که گه‌گاهی پادشاه به لباس مبدل به بازار می‌رود که ببیند نظم و اداره شهر در چه حالت است» (شرلی، ۱۳۶۲: ۹۴). این وضعیت را می‌توان با یک مثال از دوران ناصری مقایسه کرد. یکی دو سال پس از سیطره خشکسالی و ناخوشی در پهنه‌ی ولایات، به نقل از دوبینگو، «شاه تلاش بسیاری کرد تا از اصفهان، همدان و زنجان گندم بیاورد ولی در کشور جاده‌ای وجود نداشت و نیز حیوانات بارکش به علت نبود علوفه به تعداد زیاد سقط شده بودند و از این جهت قحطی موجب کشتار بیشتر و بیشتر گردید» (کنت دوبینگو، ۱۳۸۷: ۲۲۴). به عبارتی با وجود عزم ذات اقدس، زیرساختی برای امدادسانی وجود نداشت.

این بحث یعنی تاثیر دولت را در دو جهت می‌توان پی گرفت. نخست آنکه بسیاری از اراضی و منابع موجود در کشور اساساً جز با مداخله دولت چه از جهت تامین مالی و نظارت و چه از حیث برقراری نظم و امنیت به بهره‌برداری نمی‌رسند. نمونه عینی این امر را در احداث قنات است. بسیاری از سیاحان به اراضی رها شده‌ای که قابلیت کشت داشته‌اند اشاره نموده‌اند. پیترو دل‌واله درباره «سرزمین‌های پرآب رها شده که قابلیت کشت دارند» حرف می‌زند (دل‌واله، ۱۳۸۴: ۳-۴). و آبراهامیان با ارجاع به اسناد نشان می‌دهد که «اراضی بسیار مناسبی به عللی چون ناامنی و باجگیری عناصر حکومتی بدون کشت و برداشت، به حال خود واگذار شده‌اند» (ابراهامیان، ۱۳۹۷: ۲۰). به علت ناکارآمدی، همین درصد محدود اراضی قابل کشت نیز دست نخورده باقی می‌ماند. از این جهت، در درجه نخست، عملکرد ضعیف دولت مرکزی از طریق وصول سنگین مالیات و فراری دادن رعیت به جای حمایت از آنها، موجب عدم کشت اراضی و در آستانه‌ی بحران قرار گرفتن کشور می‌شده است.

مسئله‌ی دوم مربوط به مدیریت کشور خفقان و مدیریت بحران ملهم از این وضعیت در کشور است. ناطق نشان می‌دهد که حکام کشور، پس از نفوذ قحطی و وبای عصر ناصری بدون توجه به وضعیت رعیت، به روال سابق زندگی اعیانی خویش را در پیش می‌گرفتند، یا از صحنه فاجعه به در می‌شدند تا رنج رعیت دامن‌گیرشان نشود. کاری که به گفته ناطق در مواردی اعتراض سفرا و دول خارجی را نیز به دنبال داشته است. گفتگوی تلگرافی از زمان حضور ناصرالدین‌شاه در عتبات میان شاه با کارگزاران دولت به دست آمده که موید فجایع مدیریتی حاکم بر کشور است. در این گفتگو چنین آمده:

شاه از احوال عمومی پرسید:

جواب: احوال‌ها خیلی خوب است، تازه که قابل عرض همایون باشد هیچ نیست. دزدهایی که قرار بود سردار بگیرد... گرفته... یک نفر رعیت ایران بود دستش را بریده‌اند... حالت نان در همه جا مزاجی گرفته، علی‌الخصوص در قم و کاشان، که گندم فور دارد.. از هر جهت امنیت و آسودگی حاصل است... طهران کمال نظم و وفور را دارد، جنس به قاعده به انباره می‌رسد. به هیچ قسم از طهران نگرانی نداشته باشید.

سوال: ناخوشی (طاعون) سختی است یا خیر؟

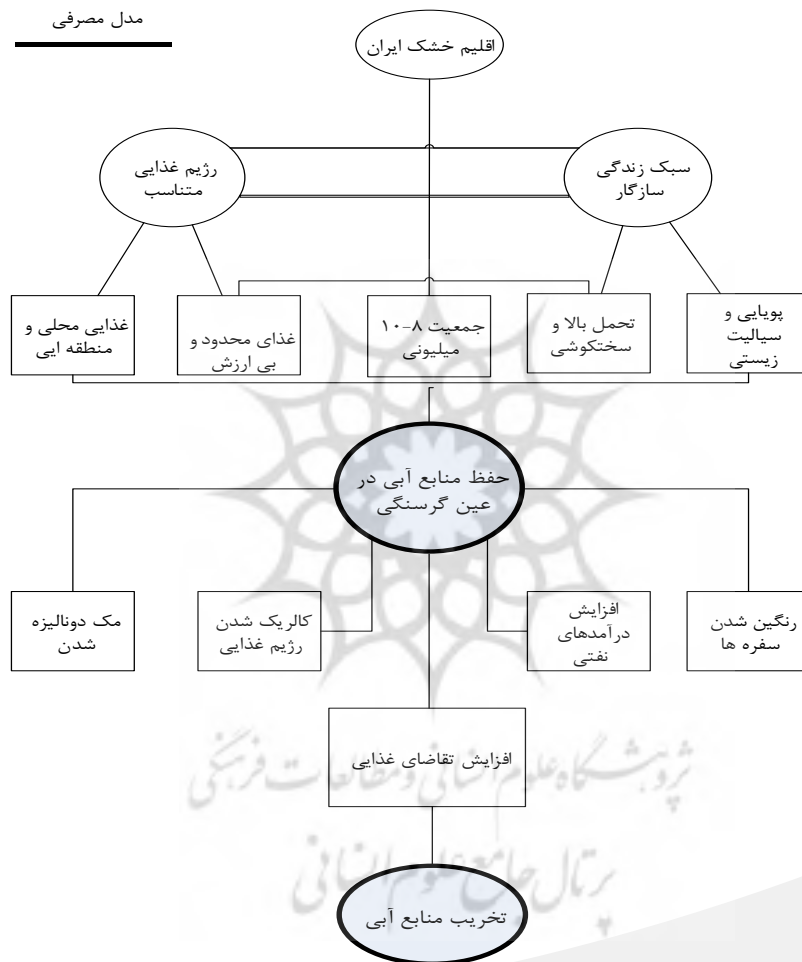
جواب: خیر جزئی است.

سوال: حالت اصفهان و فارس چطور است؟

جواب: حالت اصفهان و فارس خیلی خوب است (ناطق، ۱۳۵۸: ۲۹).

این دیالوگ، مربوط به زمانی است که بنا بر تخمین‌ها قحطی و بیماری جان‌یک‌هشتم ملت ایران را گرفت. در عوض می‌توان به عملکرد رضاشاه اشاره کرد که «با تحکیم مرزها، نظارت بر عبور و مرور، برقراری قرنطینه در زمان وقوع بحران، واکسیناسیون، ایجاد موسسات نوین بهداشتی نظیر انستیتو پاستور، افزایش ساخت بیمارستان و جدیت در مدیریت مسائل، موفق به کنترل اپیدمی‌ها گردید» (منظورالاجداد و قاسمی، ۱۳۸۸: ۱۷۳-۱۷۴). در عهد قاجار علاوه بر سومدیریت برخی از مسائل فراملی مانند «جنگ، یا حرکت از اقتصاد معیشتی به اقتصاد تجاری و گرایش زارعان ایرانی به کشت اقلام صادراتی به جای اقلام مصرفی»، در بروز فجایع دخیل بوده است (اوکاژاکی، ۱۳۶۵: ۴۱). بنابراین وفور کنونی مواد غذایی هرگز به معنای امنیت غذایی پایدار نیست. ما همچنان در کشوری با همان منابع محدود و البته محدودتر از گذشته با فقدان مدیریت پایدار منابع زندگی

می‌کنیم، با این تفاوت که سفره‌های شهروندان برای زندگی در این وضعیت رنگین، سبک زندگیشان مصرفی و سطح تحمل آنها نسبت به گذشته بسیار کمتر شده است.



مدل شماره ۱- مدل نهایی تخریب منابع آبی از منظر مصرفی (منبع: مولف).

نتیجه‌گیری

ما در این مقاله نشان دادیم که ایران از آغاز از حیث زراعی و منابع محیطی کشوری ضعیف و آسیب‌پذیر بوده و همین امر جمعیت کشور پهناور ایران را در طول تاریخ محدود، پراکنده، متحرک و پویا نگه داشته است. چنین شرایطی زیست در ایران را دشوار کرده و ایرانیان در نقاط مختلف کشور در تطابق با این وضعیت با سخت‌کوشی، تحمل‌پذیری، کم‌خوری توأم با تقدیرگرایی و رژیم محدود به محصولات محیطی به زندگی خود ادامه داده‌اند. گرچه ثبات کشور و اقتدار نسبی حاکمیت در مدیریت وضعیت و بحران موثر بوده، اما در بهترین شرایط هم، در توده‌ی مردم، به هیچ وجه امکان پرخوری و تنوع غذایی امروزی وجود نداشته است. با ورود به مدرنیته و جاگیری اقتصاد نفت در بطن حیات سیاسی اجتماعی و حاکم شدن مناسبات سرمایه‌داری و فرهنگ مصرفی، عملاً شهروندان با وهم و فور نعمت، تحمل‌پذیری و کم‌غذایی سابق خود را کنار گذاشته، و با خلق تقاضا، منابع آبی و خاکی کشور را به خدمت خدمات غذایی گماشته و ناخواسته و غیرمستقیم کشور را در وضعیت بحرانی قرار دادند.

با توجه به تفاوت رژیم‌های تاریخی غذایی ایرانیان و رژیم‌های کنونی، به هیچ وجه نمی‌توان تغذیه را به امری روانی و فیزیولوژیک تقلیل داد (سادوک، ۲۰۰۳ و ایمانز، ۲۰۰۰: ۷). غذا خوردن اساساً امری فرهنگی و تاریخی است و در شرایط متنوع، نوع خاصی از رژیم تعریف می‌گردد. بورديو در تمایز، به خوبی نشان می‌دهد که در همه‌ی سطوح، چه از حیث انتخاب غذا، پختن، کشیدن و پذیرایی و سفره‌آرایی، برخورد با میزبان بروی میز غذا و عرضه غذا تفاوت‌های اجتماعی و سرمایه‌های فرهنگی تاثیرگذار است. بورديو بر این باور است که افزایش درآمد کارگران و ارتقای پستی و افزایش قدرت خریدشان، تغییری در رژیم غذایی و سبک خوردن آنها ایجاد نمی‌کند، چرا که سبک زندگی آنها بر مبنای مصرف غذاهای پر حجم، و خوردن سنگین‌ترین و چاق‌کننده‌ترین غذاها شکل گرفته است» (بورديو، ۱۳۹۱: ۲۵۰). از این جهت افزایش درآمد طبقات پایین که فاقد سرمایه فرهنگی و آموزش‌اند به معنای بیشتر و بیشتر خوردن آنهاست. بورديو، علت این امر را شکل‌گیری منش و جهان‌بینی دم‌غنیمتی و لذت‌پرستی در طبقه‌ی کارگر عنوان می‌کند، که در آن فرد نمی‌تواند خوشنودی دم‌دستی مانند (غذای چرپ و پُرپیمان) را فدای خوشنودی‌های احتمالی آینده (مانند سلامت و افزایش طول عمر) کند. ته‌نشست‌ها و عادت‌وارهای فرهنگی/تاریخی الگوهای خاصی از غذا خوردن را بر افراد تحمیل می‌کند. تا خرخره خوردن تا حد زیادی به ریشه‌های

فرهنگی ناامنی روانی افراد در برابر بی‌غذایی برمی‌گردد. فیلبرگ^۱، در مطالعات مردم‌شناسی خود در بین ایلات لرستان نشان می‌دهد که آنها زمانی که گوسفندی را ذبح می‌کردند، حتی برای صبحانه نیز کباب می‌خوردند و پس از اتمام گوشت در وعده‌های متعاقب، به رژیم غذایی گیاهی و لبنی که دم دستشان بود اکتفا می‌کردند (فیلبرگ، ۱۳۸۲: ۷۳). ناامنی غذایی و عدم امکانات برای نگهداری غذا مسبب فرهنگ مصرف حداکثری در فرهنگ غذایی ایرانیان شده است. با ورود به مدرنیته و فراوانی که در اقتصادهای نفتی دیده می‌شود این ته‌نشست فرهنگی در ایرانیان شکوفا گردید و برداشت و مصرف حداکثری به بخشی از فرهنگ غذایی شهروندان تبدیل گشت. شروع برنامه‌های تلویزیونی آشپزی از دهه هفتاد، رشد کلاس‌های پیشرفته آشپزی، میوه‌آرایی و دکور کیک و کُتب کثیرالانتشار و کانال‌های پربیننده پخت و پز، افزایش سریع فست‌فوت‌ها و به اشغال درآمدن اغلب فضاهای عمومی توسط رستوران‌ها و غذاخوری‌ها نموده‌های عینی این جریان‌اند. چنین افزایشی به خودی خود و صرف نظر از مسئله‌ی سلامت که با ورزش کردن قابل پیشگیری است، مذموم نیست، مسئله‌ی در جایی است که واقعیت‌های اکولوژیک و ضعف شدید فناوری در تولید و توزیع مواد غذایی، اساساً با دسترس‌پذیری غذای آماده و ارزان که با پدیده‌هایی از قبیل مک‌دونالدیزه شدن میسر گردیده در تضاد باشد (ریتزر، ۱۹۹۶: ۳۳۲).

گسترش ایدئولوژی و مرام‌های غذایی^۲ سازگار با واقعیات اکولوژیکی آمریکا و اروپا به کشوری مانند ایران که توان و ظرفیت اکولوژیکی به مراتب ضعیف‌تری دارد، با فشار به منابع آبی و خاکی ایران همراه شده است. خصوصاً اینکه دسترس‌پذیری و قاعده‌مندی در ارائه‌ی مواد غذایی، شهروندان را در کشور خشک ایران با وهم و ففور نعمت همراه ساخته است. آن‌گونه که زیمر و رینالت می‌گویند اگر رژیم غذایی در همه جای جهان مانند رژیم غذایی آمریکایی‌ها سرشار از پروتئین باشد به مقدار آبی معادل ۷۵ درصد بیش از رقم کنونی برای تامین آب مورد نیاز جهان نیاز خواهیم داشت (زیمر و رینالت^۳، ۲۰۰۳). در بسیاری از کشورهای غربی، مصرف مواد غذایی، الیاف طبیعی و کلیه فراورده‌های کشاورزی چندین برابر سطح اراضی آن کشورهاست (دارنینگ، ۱۹۹۱: ۱۵۶). از این جهت، برنامه‌ریزی غذایی و ایجاد سواد تغذیه‌ای مبتنی بر اکوسیستم، یک ضرورت بنیادین به حساب می‌آید.

در رژیم غذایی دو سر طیف یعنی رژیم گرسنگی سابق اما سازگار ایرانیان و در سر دیگر فرهنگ مصرفی کنونی را شاهدیم. بیش از هر چیز، نخستین ضرورت از بین بردن گرسنگی در کشور و

1. Feldberg

2. food way

3. Zimmer and Renault

توزیع عادلانه غذایی است، گرسنگی محصول زمانی است که رژیم غذایی، برای رشد، کنش‌های روزمره و حفظ سلامت، ناکافی باشد (میلمان و ویکاتس، ۱۹۹۰: ۳). علی‌رغم فقدان رژیم ملی روزانه^۱ بر مبنای پژوهش‌های صورت گرفته رژیم غذایی ایرانیان با سرعت بالایی رو به سوی کالریک شدن قرار دارد. بنا بر گزارش سازمان فائو در ایران، سرانه مصرف انرژی^۲ در ایران در حال افزایش است و از ۳۰۵۰ کیلوکالری در سال ۱۹۹۱ به ۳۵۳۵ کیلو در سال ۲۰۰۱ و ۴۰۰۷ کیلو در سال ۲۰۱۳ رسیده است (حسین پور و همکاران، ۲۰۱۶). از این جهت، خلق تعادل میان نیازهای ضروری بدن و مبارزه با زیاده‌خواری و بدخواری دارای ضرورت عینی است.

در چرخه‌ی غذایی کنونی، علی‌رغم این‌که حجم تولیدات کشاورزی در ایران از ۴۴ تن در سال ۱۹۹۳ به بیش از ۱۰۰ تن در سال ۲۰۰۶ رسیده، حدود ۳۰ درصد از محصولات، در چرخه تولید تا مصرف، اتلاف می‌گردند (فائو: ۷). همچنان که در اغلب پژوهش‌های مرتبط مورد تاکید است مقدار آب مندرج در غذای تلف‌شده^۳ چندین برابر اضافه برداشت از منابع زیرزمینی است، از این جهت ما بیش از هر چیز نیازمند افزایش بهره‌وری هستیم. با این همه، نمی‌توان وظایف شهروندان و متصدیان در ایجاد تعادل و توازن بین نیازهای ضروری غذایی و الزامات زیست‌محیطی را نادیده گرفت. بدیهی است که مهم‌ترین ابزار آموزش گسترده و فرهنگ‌سازی است. فهم این نکته که آب مصرفی شهروندان در مصرف شرب شهری متوقف نمی‌شود و بازطرح ترجیحات غذایی سازگار و آموزش گسترده شهروندان در زمینه مفاهیمی اساسی مانند آب مجازی^۴ قطعاً در بلندمدت در کاهش تقاضا، صرفه‌جویی و مصرف مواد غذایی کم‌آب‌بر، قطعاً موثر خواهد بود.

فرهنگ غذایی کشور باید متناسب با مقتضیات زیست‌محیطی کشور باشد. پرواضح است که شهروندان ایرانی که در اقلیم‌های خشک یا نیمه‌خشک کشور زندگی می‌کنند، نمی‌توانند در بلندمدت سبک زندگی اروپایی یا آمریکایی را به شکل پایدار داشته باشند. از این جهت با توجه به واقعیت‌های اکوسیستمی ضروری است که محدودیت‌های زیست‌محیطی حاکم بر کشور، مورد پذیرش شهروندان قرار گیرد. ردپای اکولوژیک^۵ یا ردپای آب^۶ مفاهیمی از این دست می‌باشند که یک زیست‌مبنتی بر مراقبه و محاسبه را به شهروندان توصیه می‌کنند. چنین سبک زندگی‌ای،

-
1. National diet
 2. Daily per capita energy
 3. Wasted food
 4. Virtual water
 5. Footprint ecologic
 6. Footprint ecologic

مبتنی بر یک زیست محاسبه‌شده^۱ است که از هر حیث بسیاری از لذت‌های زندگی مصرفی را سلب می‌نماید، اما مبتنی بر ضرورت‌های زیستی حاکم بر اقلیم ایران است. محدودسازی مصرف از عمده‌ترین عرصه‌های مقاومت است که با پروبلماتیک کردن ردپای محیطی شهروندان محقق می‌گردد. از این جهت، با وقوف به مسائل عدیده در حوزه‌ی تولید کشاورزی کشور از قبیل، سطح نازل فناوری و اتلاف فراوان آب در مرحله‌ی تولید و محصولات در مرحله‌ی توزیع، گسترش مسولیت شهروندی در مرحله مصرف از طریق تلاش برای کاهش ردپای اکولوژیکی امری اجتناب‌ناپذیر است

منابع

- ادمونز، سسیل جان. (۱۳۶۲). *دو سفرنامه درباره لرستان*. ترجمه سکندرامان الهی. تهران: نشر بابک.
- استارک، فریا. (۱۳۶۴). *سفر به دیار الموت؛ لرستان و ایلام*. ترجمه علی محمد ساکی. تهران: نشر علمی.
- اشترواس، انسلم و کربین، جولیت. (۱۳۹۷). *مبانی پژوهش کیفی، فنون و مراحل تولید نظریه زمینه‌ای*. ترجمه ابراهیم افشار. تهران: نشر نی.
- اوکاژاکی، شوکو. (۱۳۶۵). *قحطی بزرگ سال ۱۲۸۸ در ایران*. ترجمه هاشم رجب زاده. *مجله آینده*، ۱۲(۱ و ۲ و ۳): ۴۱-۲۸.
- آبراهامیان، یرواند. (۱۳۹۷). *ایران بین دو انقلاب: درآمدی بر جامعه‌شناسی سیاسی ایران معاصر*. ترجمه احمد گل محمدی و محمد ابراهیم فتاحی. ولیلایی. تهران: نشر نی
- بنجامین، ساموئل. (۱۳۶۳). *ایران و ایرانیان، خاطرات و سفرنامه، نخستین سفیر آمریکا در ایران (۱۸۸۳-۱۸۸۵)* به کوشش رضا ملک زاده. تهران: نشر گلبانگ.
- بودلایی، حسن. (۱۳۹۵). *روش تحقیق پدیدارشناسی*. تهران: نشر جامعه‌شناسان.
- بوردیو، پیر. (۱۳۹۱). *تمایز: نقد اجتماعی قضاوت‌های ذوقی*. ترجمه حسن چاووشیان. تهران: نشر ثالث.
- پرستش، شهرام. (۱۳۸۶). *دیالکتیک عادت‌واره و میدان در نظریه عمل پی یر بوردیو*. *نامه علوم اجتماعی*، ۳۰: ۳۲-۱.

- پولاک، ی-آ. (۱۳۶۱). *ایران، سرزمین و مردم آن*. ترجمه کیکاوس جهاننداری. تهران: نشر خوارزمی.
- جواهری، بشری. (۱۳۹۵). *بازنمود اصول فرهنگ محور سبک زندگی ایرانی در طراحی وسایل آشپزخانه*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران، دانشکده هنرهای زیبا.
- حسامیان، فرخ، گیتی؛ اعتماد و حائری، محمد رضا. (۱۳۷۵). *شهرنشینی در ایران*. چاپ دوم. تهران: نشر آگاه.
- دریابندری، نجف. (۱۳۷۹). *مستطاب آشپزی، از سیر تا پیاز با همکاری فهیمه رستگار جلد اول*. تهران: نشر کارنامه.
- دکلایخو، روی گونزالس. (۱۳۴۴). *سفرنامه دکلا یخو*. ترجمه مسعود رجب نیا. تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
- دلواله، پیتر. (۱۳۸۴). *سفرنامه پیتر دلا واله*. ترجمه شعال الدین شفا. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی. چاپ چهارم.
- دوگوبینو، کنت دو. (۱۳۸۷). *سه سال در ایران*. ترجمه ذبیح الله منصوری. تهران: نگارستان کتاب.
- دیولافولا، ژان. (۱۳۷۶). *سفرنامه: خاطرات کاوش‌های باستان‌شناسی شوش ۱۸۸۴ - ۱۸۸۶*. ترجمه ایرج فرهوشی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- ذاکر زاده، امیرحسین. (۱۳۷۳). *سرگذشت طهران، گزیده‌ای از آداب و رسوم مردم*. تهران: انتشارات قلم.
- روحانی، نازنین و همکاران. (۱۳۸۷). *ارزیابی محصولات غذایی و آب مجازی با توجه به منابع آب موجود در ایران*. *مجله علوم و فنون کشاورزی و منابع طبیعی*، ۱۲ (۴۶): ۴۳۲-۴۱۷.
- سرنه، کارلا. (۱۳۶۲). *آدم‌ها و آیین‌ها در ایران*. ترجمه علی اصغر سعیدی. تهران: نشر زوار.
- سعیدنیا، احمد. (۱۳۶۲). *تهران: پایتخت قاجاریان، پهلوی، جمهوری اسلامی در پایتخت های ایران*. به کوشش محمد یوسف کیانی. تهران: سازمان میراث فرهنگی.
- سیف، احمد. (۱۳۷۳). *اقتصاد ایران در قرن نوزدهم*. تهران: نشر چشمه.
- شاردن، عرفان و پیتر، تئودور. (۱۳۷۲). *سفرنامه شاردن جلد دوم و سوم*. ترجمه اقبال یغمایی. تهران: نشر توس.

- شرلی، آنتوانت و شرلی، رابرت. (۱۳۶۲). *سفرنامه برداران شرلی*. ترجمه آوانس به کوشش علی دهباشی. تهران: انتشارات نگاه.
- شیل، مری. (۱۳۶۲). *خاطرات لیدی، شیل، همسر وزیر مختار انگلیس در اوایل سلطنت ناصرالدین شاه*. ترجمه حسن ابوترابیان. تهران: نشر نو.
- صفی نژاد، جواد. (۱۳۹۶). *کاریز در ایران و شیوه‌های سنتی بهره‌گیری از آن*. تهران: نشر شرکت مدیریت منابع آب ایران، وزارت نیرو.
- عین السلطنه، (۱۳۷۶) *روزنامه خاطرات به کوشش مسعود سالور و ایرج افشار*، ج ۲، تهران: نشر اساطیر
- غزالی، سمانه و اسماعیلی، عبدالکریم. (۱۳۹۰). بررسی آثار جانبی اضافه برداشت آب‌های زیرزمینی بر عرضه گندم در دشت پریشان، *مجله اقتصاد کشاورزی*، ۵ (۴): ۱۲۹-۱۰۷.
- فرشی، علی اصغر. (۱۳۸۳). *مصرف بهینه آب کشاورزی*. قابل دسترسی از وب سایت www.irncid.org.
- فکوهی، ناصر. (۱۳۹۲). *تاریخ اندیشه و نظریه‌های انسان‌شناسی*. تهران: انتشارات اکسیر.
- فلور، ویلم. (۱۳۸۶). *سلامت مردم در ایران قاجار*. ترجمه ایرج نبی پور. بوشهر: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی‌درمانی بوشهر.
- فوران، جان. (۱۳۸۲). *مقاومت شکننده*. ترجمه احمد تدین. تهران: نشر رسا.
- فووریه، ژوانس. (۱۳۸۵). *سه سال در ایران، دربار ایران از ۱۳۰۶ تا ۱۳۰۹*. ترجمه عباس اقبال. تهران: نشر علم.
- فیلبرگ، کارل گونار. (۱۳۶۹). *ایل پابی: کوچ نشینان غرب ایران*. ترجمه اصغر کریمی. تهران: نشر فرهنگسرا.
- قاجار، نادر میرزا. (۱۳۸۶). *خوراک‌های ایرانی، به کوشش احمد باهر*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- کاتوزیان، محمد علی. (۱۳۹۳). *اقتصاد سیاسی ایران: از مشروطیت تا پایان سلسله پهلوی*. ترجمه محمد رضا نفیسی. تهران: نشر مرکز.
- کتابی، احمد. (۱۳۹۰). *درآمدی بر بررسی علل اجتماعی قحطی‌ها در ایران مورد پژوهی قحطی عام و عظیم ۱۲۸۸ ق / ۱۲۴۹ ش*. جامعه پژوهی فرهنگی، ۱ (۳): ۱۶۹-۱۹۰.

کرزن، جرج ناتاییل. (۱۳۶۷). *ایران و قضیه ایران جلد اول*. ترجمه غلام علی وحید مازندرانی. تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.

کلارک، کنت. (۱۳۷۰). *سیره منظره‌پردازی در هنر اروپا*. ترجمه بهنام خاوران. تهران: نشر ترمه.

کمپفر، انگلبرت. (۱۳۶۳). *سفرنامه کمپفر به ایران*. ترجمه کیکاووس جهان‌داری. تهران: شرکت سهامی انتشارات خوارزمی. چاپ سوم.

مجد، محمدقلی. (۱۳۸۷). *قحطی بزرگ*. ترجمه محمد کرمی. تهران: موسسه مطالعات و پژوهش‌های سیاسی.

مرکز آمار ایران. (۱۳۹۶). *سالنامه آماری برق آب کشور*. وبگاه مرکز آمار ایران. مصطفایی، غلامرضا؛ اکبری، حسین و حسین دوست، غلامرضا. (۱۳۷۹). ارتباط مصرف آب قنات با ابتلا به بیماری‌های انگلی در مراجعه‌کنندگان به آزمایشگاه تشخیص طبی ابوزیدآباد کاشان طی سال‌های ۷۷-۱۳۷۶. *دو ماهنامه علمی پژوهشی فیض*، ۴ (۱): ۶۰-۵۵.

منظورالاجداد، سید محمد حسین و قاسمی، رقیه. (۱۳۸۸). وبا و اقدامات دولت پهلوی اول برای مقابله با شیوع آن، *فصلنامه تاریخ پزشکی*، ۱ (۱): ۱۷۱-۱۸۸.

میرکیایی، مهدی. (۱۳۹۴). *نان و سیاست*. تهران: نشر علم.

ناطق، هما. (۱۳۵۸). *مصیبت با بلای حکمت*. تهران: نشر نهرگستر.

De Chazournes, L. B. (2013). *Fresh water in international law*. Oxford University Press.

Golmohammadi, F. (2020). *Land fragmentation and small holdings major barriers for sustainable agricultural development in Iran: Situations and problems* (No. 2687). EasyChair.

Daly, H., & Cobb, J. B. Jr. (1991). *Common Good*. Beacon press: Boston.

Durning, A. (1991). *Asking How Much is Enough, The State of the E-World*.

Emans, S. J., Bravender, T., Knight, J., Frazer, C., Luoni, M., Berkowitz, C., & Goodman, E. (1998). Adolescent medicine training in pediatric residency programs: are we doing a good job?. *Pediatrics*, 102(3), 588-595.

mamghani Hosseinpour, S., Ahmadi, S., & Ebazade, R. (2016). the food security statistics of iran ICAS VII. Seventh International Conference on Agricultural Statistics I Rome 24-26.

Mesgaran, M. B., Madani, K., Hashemi, H., & Azadi, P. (2017). Iran's land suitability for agriculture. *Scientific Reports*, 7(1), 1-12.

Millman. S., & wikates. R.(1990)Toward understanding Hunger; in L. –

Padowski, J. C., & Jawitz, J. W. (2009). The future of global water scarcity: Policy and management challenges and opportunities. *Whitehead J. Dipl. & Int'l Rel.*, 10, 99.

Pickering, M. (Ed.). (2008). *Research methods for cultural studies*. Edinburgh University Press.

Ritzer, G. (1993). The McDonaldization thesis: Is expansion inevitable?. *International sociology*, 11(3), 291-308.

Ruiz, P. (2000). *Comprehensive textbook of psychiatry* (Vol. 1, pp. 938-950). B. J. Sadock, & V. A. Sadock (Eds.). Philadelphia, PA: lippincott Williams & wilkins.

Zimmer, D., & Renault, D. (2003, December). Virtual water in food production and global trade: Review of methodological issues and preliminary results. In *Virtual water trade: Proceedings of the International Expert Meeting on Virtual Water Trade, Value of Water Research Report Series* (Vol. 12, No. 1, pp. 1-19).



A Historical Investigation of the Eating Habits in Iran

(A Cultural Analysis of the Relationship between Lifestyle and Water Crisis)

Rasoul Mohsenzadeh^{*1}, Naser fackouhi²

Abstract

Over 90 percent of Iran's water resources is used in agriculture, and this is despite the fact that the crops are mainly for domestic consumption. It seems that the other side of the water crisis caused by agriculture in Iran involves the demands and eating habits of the consumers. The diets are now becoming increasingly fatty, substantial and high-calorie, and, thus, a great amount of water usage depends indirectly on eating habits. Given the country's water crisis in the last half century, this study seeks to answer the following question: what eating habits and lifestyles in the Iranian history prevented drought, and disrupting the balance of nature? To answer this question, historical books and travel writings were examined, and their validity was analyzed and investigated through in-depth interviews with elders and nomads. The results of this study suggest that the historical adaptability of the Iranians to nature was owing to factors such as a population of 10 million or less, high population mobility, regional, limited, undiverse diets, high endurance and fatalistic beliefs. For many reasons, the change in the dominant eating habits of the country has led to a greater vulnerability of the country's environment.

Key words: adaptability, eating habits, famine, population, poverty, water crisis

1. PHD in Anthropology, Faculty of Social Sciences, University of Tehran.Tehran,Iran.

2. Professor of Anthropology, Faculty of Social Sciences, University of Tehran.Tehran,Iran.