

## سفره‌های کهن ایرانی

نوشته‌ی: دکتر ژیلاد بزرگی

### پیش‌گفتار:

آداب و رسوم سنتی ایرانیان، یادمانی از هزاره‌های دور است که بخشی از فرهنگ ملت ایران را تشکیل می‌دهد و نام ایران و ایرانی را در تاریخ و تمدن جهان پر آوازه ساخته است. با شناخت و آگاهی از این فرهنگ، می‌توان پایه‌های آرمانی را بر ارزش‌های فرهنگی و انسانی خود استوار و آینده‌ی درخشانی را بر پایه‌ی آن پی‌ریزی کرد.

نیاکان ما برای بهره‌ی بیشتر از زندگی با انگیزه‌های گوناگون جشن‌ها، یادمان‌ها، آیین‌های ویژه سازگار با زندگی طبیعی خود ترتیب می‌دادند تا بیش‌تر گرد هم بیایند و به‌همبستگی بیش‌تری دست یابند و جامعه‌ای توانمند و پویا داشته باشند.

فرهنگ کنونی ایران زمین، تداوم فرهنگ پربار و دیرینه‌ی این سرزمین است که مجموعه‌ای از هنر، آداب، سنت‌ها و رفتارهای نیاکان ما را عرضه می‌دارد. برگزاری جشن‌ها و آداب و رسوم سنتی در کشور ایران به‌نوعی ریشه در پیشه‌ی کشاورزی دارد یا برگرفته از پدیده‌های طبیعی و رویدادهای تاریخی است.

ایرانیان، آیین‌های کهن خود را در دوره‌های مختلف تاریخی حفظ کردند. حتا تجاوز قوم‌های بیگانه به‌این سرزمین، نه تنها باعث نابودی آن‌ها نشد، بلکه با تحکیم این سنت‌ها در بقا و پایداری هر چه بیش‌تر آن‌ها کوشیدند. در این بین تنها برخی از سنت‌ها که به‌دلایلی مقبول جامعه نبود، به‌تدریج کم‌رنگ و محو شد. اما تعداد دیگری از آیین‌ها با ابداع و ابتکار ایرانی، متناسب با وضعیت روز جامعه تغییرهایی در آن ایجاد شد و پابرجا ماند. که از میان این آیین‌ها می‌توان به‌نوروز، یلدا، چهارشنبه‌سوری اشاره کرد.

برخی دیگر نیز در جامعه‌ی زرتشتی به همان شیوه‌ی نخستین خود تداوم یافت. در گذشته، یکی از دلایل بزرگی که مردم را بیش تر به هم نزدیک می‌ساخت و سبب می‌شد که آیین‌های سنتی باشکوه‌تر و زیباتر عرضه شود، گستردن سفره‌های مراسم بود. بنابر نوشته‌های نویسندگان اوایل دوره‌ی اسلامی، ایرانیان باستان در بیش تر جشن‌ها، مراسم و آیین‌ها خوان یا خوانچه‌ای را می‌گسترانیدند. سفره در محلی خاص از خانه یا تالار عمومی، به‌طور معمول کمی مایل به سمت شرق، و رو به سوی طلوع خورشید پهن می‌شد. پیش از آن محل موردنظر را باید تمیز و پاکیزه می‌کردند.<sup>۱</sup>

سفره‌ی مراسم بر صفه یا میزی بلندتر از سطح زمین گسترده می‌شد و از ارزش و قداست فراوانی نزد ایرانیان باستان برخوردار بود، زیرا آنان می‌پنداشتند که ظرف و مظروف آیینی در سفره هر یک نمادی از جلوه‌های اهورامزدا است. سفره به‌رنگ سفید انتخاب می‌شد. چه این رنگ را نشانه و سمبل امشاسپند<sup>۲</sup> سپندارمذ می‌دانستند. به‌همین خاطر پارچه‌ی سفره را از بهترین بافته‌ها تهیه می‌کردند.<sup>۳</sup> انتخاب ظرف‌ها و چیدن خوراکی‌ها در سفره، شکوه و آراستگی آن را دو چندان می‌کرد. برخی از وسایل درون سفره به‌طور معمول در بیش تر سفره‌های آیینی به‌صورت ثابت و همیشگی دیده می‌شد، نظیر: کتاب دینی، شمعدان با شمع روشن یا چراغ روشن، آب، آیینه، گلابدان پر از گلاب، گلدان با گل‌های فصل یا مورد سبز، ظرفی از میوه‌های فصل، سینی خشکبار و آجیل ویژه‌ی مراسم، آتشی پر از آتش با ظرفی از چوب‌ها یا دانه‌های خوشبو کننده‌ی هوا مانند اسپند، سایر وسایل سفره با توجه به‌نوع آیین متغیر بود.

در بیان سفره‌های کهن ایرانی، سعی شده است تا هر یک از سفره‌ها به تفکیک در سه گروه جشن‌ها، یادمان‌ها و آیین‌ها مورد بررسی قرار گیرد:

۱. در برخی از شهرها و روستاهای کرمان تالار Peskam را پس از آب و جارو با محلول گل سفید شست‌وشو می‌دهند.

۲. امشاسپند که جمع آن امشاسپندان است به‌معنای «مقدس‌ان بی‌مرگ» از صفات پاک اهورامزدایند.

۳. در مناطق یزد و کرمان زیر سفره‌ی مراسم در گذشته سبدي بافته از نی و نخ به‌شکل چهار گوش موسوم به «ویجو» پهن می‌کردند. بعد از مراسم برای محافظت خوراکی‌های سفره از حشرات و جانوران موذی سفره به‌صورت هرم از طریق ۴ رشته طناب اطراف ویجو به‌سقف آویزان می‌شد.

## الف: جشن‌ها

### \* نوروز

نوروز، آیین کهن ایرانی است که در آغاز هر سال جشن آن برگزار می‌شد و از جشن‌های بزرگ ملی است. در ایران باستان، نوروز و مهرگان دو جشن بزرگ به‌شمار می‌آمدند. نزد ایرانیان، نوروز از اهمیت و احترام فراوانی برخوردار است. این جشن باززایی طبیعت را به‌همراه دارد. نوروز، نمایشی از رستاخیز طبیعت و زندگی مجدد در جهان است. جمشید از پادشاهان پیشدادی را واضع جشن نوروز می‌دانند. بنابر داستان‌های ملی ایرانیان، جمشید پس از برقرار ساختن نظام زندگی و عدل و داد، روز هرمزد از فروردین، در سال نو به‌تخت نشست و مردم شادی بسیار کردند و آن را روز نو خواندند<sup>۱</sup>.

پیش از شروع سال نو، ایرانیان در پذیرایی از ورود طبیعت، با پاکیزه ساختن خانه و کاشانه، که آن را خانه تکانی می‌نامیم، به‌استقبال بهار می‌روند. سپس آماده می‌شوند تا سفره‌ی نوروزی زیبا و متنوعی را در بهترین مکان خانه بگسترانند. در گذر از گذشته تا به‌امروز تغییرهایی در نام سفره‌ی نوروزی به‌وجود آمده است. چنان‌که امروز در بین مردم به «هفت سین» معروف است. در این باره گفته شده است که در روزگار ساسانیان خوراکی‌ها و دیگر مواد درون سفره را در ظرف‌های زیبای نقش‌دار و گرانبها از جنس کائولین می‌ریختند که از کشور چین به‌ایران می‌آمد و به‌چینی معروف بود. هم‌چنین عدد هفت یکی از عددهای گزیده در فرهنگ ایرانی است<sup>۲</sup>. برخی پنداشته‌اند که گذاردن هفت بشقاب چینی بر سفره‌ی نوروزی سبب شد تا عنوان سفره به «هفت چینی» تغییر یابد و به‌تدریج «هفت چینی» به «هفت سینی» بدل شود. اما گروهی دیگر بر این باور بودند که چون با آغاز سال نو مردم بر سفره‌ی خود هفت شین، مانند

---

۱. عمر خیام در نوروز نامه می‌نویسد: سبب نام نهادن نوروز از آن بوده که آفتاب در هر ۳۶۵ شبانه‌روز و ربعی اول دقیقه‌ی حمل باز می‌آید و چون جمشید آن روز را دریافت نوروز نهاد و جشن آیین آورد. (دانشنامه‌ی مزدیسنا، صفحه‌ی ۴۵۵).

۲. عدد هفت بنابر شواهد اوستا و ودا از زمان‌های بسیار قدیم میان هند و ایران اهمیت خاص داشته است. تقسیم‌بندی هفت‌گانه‌ی زمین، هفت امشاسپندان، هفت قبیله‌ی پارس، هفت سینی و... در ارزش این عدد نزد ایرانیان است.

شربت و شیرینی، شکر و... می‌گذارند پس «هفت سینی» به «هفت شینی» تغییر نام یافت. برخی دیگر هفت سیاره را از آن سبب که سرنوشت بشر در دست آنان است با هفت سین مربوط دانستند و در باور آنان اگر کسی می‌توانست هر هفت را در اختیار داشته باشد، لطف هر هفت سیاره را به‌خود جلب کرده و به‌خوشبختی می‌رسید. از سوی دیگر، زرتشتیان که حافظان آداب و رسوم کهن ایرانی هستند، عدد هفت را با تقدس هفت امشاسپند یا هفت تجلی اهورامزدا: اردیبهشت، خرداد، امرداد، شهریور، بهمن، اسپندارمذ و اهورامزدا مرتبط می‌دانند.

در گذشته، مرسوم بود که هفت رقم از غلات را می‌کاشتند و در سفره‌ی نوروزی قرار می‌دادند. در مجالس پادشاهان نیز در سفره‌ی نوروزی نان‌های کوچک پخته شده از گندم، جو، ارزن، ذرت، نخود، عدس، برنج، کنجد، باقلا، لوبیا قرار می‌دادند و به‌همراه آن برای شاه خوشبختی و نیک‌روزی و زندگانی دراز را آرزو می‌کردند.

امروز سفره‌های نوروزی علاوه بر هفت سین با شمع و لاله و آئینه و گلابدان پر از گلاب، کتاب دینی، آب، ماهی، شربت، شیرینی، سبزه، گل و مانند این‌ها آراسته می‌شود. تمام تلاش خانواده‌ی ایرانی بر این است تا سفره‌ای رنگین و زیبا داشته باشد. در سفره‌ی نوروزی زرتشتیان غیر از موارد گفته شده، خوراکی‌های سنتی نیز وجود دارد. این خوراکی‌ها در زمره‌ی مراسم کهن آن‌هاست که «میزد»<sup>۱</sup> نام دارد. سنت گذاردن خوراکی‌ها و خوردن آن‌ها به‌عنوان تبرک، بازمانده‌ی یکی از رسوم قدیم آریایی است.

## محتویات سفره‌ی نوروزی

### – آتش افروزان، چراغ روشن

آتش نزد ایرانیان کهن مورد احترام و گرامی بوده است. ایرانیان آریایی آتش را موهبت ایزدی دانسته، شعله‌ی آتش را یادآور فروغ رحمانی و آتشدان افروزان را به‌منزله‌ی محراب می‌پنداشتند. چراغ روشن در سفره‌ی نوروزی یادآور نیکاندیشی و

---

۱. Mayazd عبارت است از نذر و تقدیمی غیر مایع چون نان، میوه، گوشت و آن چیز خوردنی است که در جشن دینی بر سر خوان نهند. میز در فارسی بزم و انجمن شادمانی و کامرانی است. میزبان از واژه‌ی میزدبان است. (دانشنامه‌ی مزدیسنا، صفحه‌ی ۴۴۶).

راستی است. ایرانیان به‌طور معمول در دو سوی سفره شمعدان‌های گرانبها یا چراغ می‌نهادند و آن‌ها را می‌افروختند. آتش فروزان در سفره نیز نمادی از اردیبهشت امشاسپند را در آتشدانی می‌گذارند و کندر و چوب سندل و افروختنی‌های خوش‌بوی دیگر را بر آن می‌ریختند. آتشدان را با تمام وسایل سنتی و دینی در میان سفره می‌نهادند. همیشه دانه‌های مقدس اسپند و چوب‌های خشک خوش‌بو در کنار آن جای داشت.

### — آب

آب یکی از ۴ عنصر پیشینیان است که بنابر باور ایرانیان باستان کسی نباید آن را آلوده می‌ساخت. آب بعد از آتش گرمی‌ترین عنصر و نمادی از آن‌اهیتا<sup>۱</sup> الاهی آب‌ها به‌شمار می‌رفت.

در روزگار ساسانیان و حتا امروز در برخی از روستاها، آب سفره‌ی نوروزی را باید دختران از چشمه سارها به‌ویژه از زیر آسیاب‌ها بیاورند. زیرا نوروز زمان زایش و باروری است. تصور می‌شد که برداشتن آب سفره‌ی نوروزی از زیر آسیاب‌ها موجب برکت‌گندم و جو و گشایش کار را برای خانواده در سال نو فراهم می‌کرد.

دختران آب را در کوزه می‌ریختند و بر گلوگاه کوزه، گردن‌بندی یا زیوری می‌آویختند و بر سفره می‌نهادند. در سفره‌ی نوروزی شاهان ساسانی، تنگ‌های سیمین آب با گردن‌بندی از سنگ‌های گرانبها که به‌نخ‌های زرین کشیده شده و آراسته به‌منجوق‌هایی از زبرجد، تزیین می‌شد.

گویی با این کار گردن‌بند به‌گردن آن‌اهیتا فرشته‌ی زایش و آب انداخته می‌شد. اکنون نیز در سفره‌های نوروزی کوزه‌هایی که بر آن‌ها عدس یا جو یا گندم سبز کردند و باروبان تزیین شده‌اند، یادآور همین سنت کهن است.

### — آینه

آینه از واژه‌ی advenak به‌معنای چیزی که بدان شکل را می‌بینند. بنابر اعتقاد ایرانیان

---

۱. نام کامل فرشته‌ی اب آردویسور ناهید است. در اوستا به‌صفت آن‌اهیتا به‌معنای پاک‌ی و بی‌آلشی متصف شده است. ناهید فرشته‌ای است که نگهبان عنصر آب است.

باستان در نخستین روز نوروز، انسان کیهانی بر اثر آمیختن فروهر مینوی با نیروهای دیگر شکل می‌گیرد. بنا بر این آئینه‌ای را در بالای سفره و آئینه‌ای را در زیر تخم‌مرغ درون سفره‌ی نوروزی گذاشته می‌شد که نمادی از تحقق یافتن هستی کیهانی انسان است.

### – تخم‌مرغ

تخم‌مرغ به‌دو شکل ساده یا رنگین در سفره نهاده می‌شد. در باور پیشینیان تخم‌مرغ نمادی از نطفه و نژاد و نشانی از باروری انسان‌ها به‌شمار می‌رفت. پوست تخم‌مرغ نیز نمادی از آسمان و تاق کیهانی محسوب می‌شد.

### – سبزه

سبزه با رنگ سبز، رنگ ملی و مذهبی ایرانیان باستان و نماد امرداد امشاسپند است. ایرانیان بر این باور بودند که فروهرهای نیاکان موجب بالیدن و سرزدن سبزه‌ها و دانه‌ها به‌هنگام بهار می‌شوند. پس گیاه در حال رستن نمادی از بالش و پویندگی بود. ایرانیان پیش از نوروز سبزه‌هایی را برای یادآوری جان‌گرفتن دانه‌ها و رویش گیاهان و تازه شدن زندگی در بهار، به‌شمار ۷ یا ۱۲ (شمار مقدس برج‌ها) در قاب‌های گرانبها می‌کاشتند. زرتشتیان ۳ قاب از این سبزه‌ها را نماد هومت (اندیشه‌ی نیک) هوخت (گفتار نیک) هوورشت (کردار نیک) می‌شمردند. در کنار دیگر دانه‌ها گندم و جو و ارزن که خوراک مردم بود بیش‌تر سبز می‌کردند تا موجب برکت و فراوانی این دانه‌ها در سال نو شود. در یزد، زرتشتیان به‌این سبزه‌ها «ششه»<sup>۱</sup> گویند. دانه‌هایی مانند گندم، ماش، عدس، ترتیزک را برای سبز کردن و رویاندن ششه مورد استفاده قرار می‌دهند.

### – سکه‌ی زرد و سفید

سکه نماد شهریور امشاسپند و موکل فلزهاست. ایرانیان هفت سکه را در پیاله می‌گذاشتند و در سفره‌ی نوروزی می‌نهادند تا موجب برکت و سرشاری کیسه‌ی آنان در سال نو شود.

### — شیر

در نوروز جشن زایش آدمیان، شیر تازه دوشیده در سفره نمادی از غذای نوزادان کیهانی تصور می‌شد. ایرانیان باستان به شیر اهمیت فراوان می‌دادند و آن را بسیار مقدس می‌شمردند. ظرف شیر برای آنان یادآور بهمن امشاسپند بود. پنیر تازه نیز که از فرآورده‌های شیر است، اندیشه‌ای از شیر و باروری و استحاله در آن وجود داشت. بنابراین شیر و پنیر هر دو بر سفره‌ی نوروزی نهاده می‌شد.

### — شیرینی

شیرینی و نقل سفید در سفره‌ی نوروزی نمادی از شیرین کامی برای ایرانیان است. که با آغاز سال جدید کام خود را با آن شیرین کنند.

### — کتاب دینی

در دوران ساسانیان کتاب اوستا بر سفره‌ی نوروزی گذاشته می‌شد و پیش از تحویل سال، بخشی از آن، به‌طور معمول فروردین یشت را می‌خواندند. خواندن کتاب دینی در مراسم تحویل سال سبب می‌شد تا دیوان از محیط خانه و روستا و شهر بیرون رانده شوند.

### — گل بیدمشک

آنچه که سفره‌های نوروزی را زیباتر می‌ساخت و جلوه‌ی دیگری به آن می‌بخشید، وجود گل‌های فصل و مورد سبز در گلدان‌ها بود. گل بیدمشک، گل ویژه‌ای اسفند ماه به‌عنوان نمادی از سپندارمذ امشاسپند در سفره‌ی نوروزی وجود داشت.

### — ماهروی و برسم

در سفره‌ی نوروزی علاوه بر گل‌ها، طبق سنتی آیینی هفت شاخه از درختگان مقدس بریده و در ماهروی<sup>۱</sup> نهاده می‌شد. شاخه‌های کوتاه از انار یا بید یا انجیر یا زیتون

---

۱. ماهروی یا برسمدان به‌شکل هلال ماه است. برای نگهداری برسم که همان شاخه‌های

به بلندی ۳ بند را می‌بریدند و در ماهروی جای می‌دادند. ماهروی در سفره نماد برکت گیاهی بود. پیش از صرف خوراکی‌ها آن را به دست گرفته، آفرین می‌گفتند.

### — ماهی

تنگ بلورین ماهی در سفره‌های نوروزی جایگاهی همیشگی داشت. ماهی نمادی از آناییتا فرشته‌ی آب و باروری شمرده می‌شد. وجود ماهی در سفره اسباب برکت و باروری در سال نور را فراهم می‌کرد.

### میوه و فرآورده‌های فصلی

از میان میوه‌های فصل، این میوه‌ها بیش‌تر در سفره‌های نوروزی دیده می‌شد:

### — نارنج

نارنج، نمادی از گوی زمین در کیهان را در ظرف آب می‌انداختند و گردش آن بر روی آب را نمودار گذشتن برج‌های دوازده‌گانه و تحویل سال تصور می‌کردند.

### — انار

انار در میان ایرانیان باستان یکی از میوه‌های مینوی شمرده شده و آن را با خیر و برکت می‌شمردند. در مراسم و جشن‌ها این میوه در میان دیگر میوه‌ها بود. زیرا پر دانگی انار نماینده‌ی برکت و باروری و به‌ویژه نمایشی از باروری به‌هنگام نوروز، جشن زایش تلقی می‌شد.

### — سیب

ایرانیان سیب را در خیم‌های ویژه نگاه می‌داشتند و پیش از نوروز به‌رسم هدیه به دوستان و آشنایان می‌دادند تا در سفره‌ی نوروزی بگذارند. زیرا در داستان‌های ملی ایرانی سیب با زایش مناسبت بسیار داشت و نماد باروری و زایش بود.

→ بریده‌ی درخت است.



## — سنجد —

وجود سنجد در سفره‌ی نوروزی انگیزه‌ای در زایش کیهانی داشت. زیرا بوی برگ و شکوفه‌ی درخت سنجد را محرک عشق و دل‌باختگی و از مقدمات اصلی تولد و زاینده‌گی می‌شمردند.

## خوراکی‌ها

### — سمنو —

سمنو در خانه‌ها از جوانه‌های تازه رسیده‌ی گندم تهیه می‌شد. خوردن این جوانه‌های بارور، نیرومندی و باروری را در تمام سال به‌همراه داشت. سمنو را نمادی برای زایش گیاه و باروری گیاهان به‌وسیله‌ی فروهرها می‌دانستند.

### — نان —

بر سفره‌ی گسترده، آرد یا نان ساده، نماد برکت را می‌نهادند. گاه نمونه‌های دیگر نان مانند: کماج، نان حلوا را نیز قرار می‌دادند. در دوره‌ی ساسانیان، قرص نانی به‌اندازه‌ی کف دست یا کمی کوچک‌تر به‌نام «درون»<sup>۱</sup> برای برکت در سفره قرار می‌گرفت. گاهی بر روی نان عبارت «افزون باد» یا «افزاید» می‌نوشتند، تا موجب برکت سفره در تمام سال شود.

## آجیل نوروزی

گاه آجیل نوروزی، شامل خشکبار ترش‌مزه مانند: برگ زردآلو، آلبالو، آلوچه، شفتالو و زرشک که پیش‌تر در آب خیسانده شده بود، در کاسه ریخته و درون سفره می‌نهادند. و یا مقداری پسته، فندق، بادام کاغذی، تخم کدو تنبل و مغز بادام را که از پیش بو داده، درون کیسه‌ای به‌نام دولگ که از جنس پارچه‌ی ابریشمی با طرحی زیبا و ویژه گلدوزی

---

۱. درون نان مخصوص زرتشتیان در اجرای مراسم مذهبی است که بر سفره گذارده می‌شود. در آیین مهری ۴ تا ۶ قرص نان بر سفره می‌گذارند. واژه‌ی اوستایی درون، درون یا درانه است. نان کوچک سفید‌گرد بدون خمیر مایه که به‌ایزد سروش تقدیم می‌شود.

شده بود، می‌ریختند. رنگ این پارچه‌ها سبز یا ارغوانی یا از دیگر رنگ‌های شاد انتخاب می‌شد.

به سفره‌های نوروزی چیزهای دیگری نیز افزوده می‌شد. مانند: مقداری سبزی خوردن، چند برگ کاهو یا ظرف پر آب که مقداری برگ خشک آویشن و یک عدد انار در آن باشد<sup>۱</sup>. به تدریج در هر زمان و مکانی این محتویات تغییرهایی یافت و چیزهایی به آن افزوده و یا از آن کاسته شد. در حال حاضر اجرای کامل آیین نوروزی را می‌توان در میان زرتشتیان ایران جست‌وجو کرد. آن‌ها پس از آماده کردن سفره‌ی نوروزی پاکیزه و با لباس نو در کنار سفره جمع می‌شوند. همه با هم سرودهایی از کتاب مقدس خود را در سپاس و ستایش ایزد و آفریده‌های نیک زمزمه می‌کنند و آمدن سال نو را با دادن شاخه‌ی مورد یا سرو یا گل به دست یک‌دیگر تبریک می‌گویند. در آغاز مراسم از مسن‌ترین فرد خانواده با ریختن قدری گلاب در دستان وی و دادن آیین، سال نو را به‌وی شادباش می‌گویند. در مورد سایرین نیز به ترتیب همین کار انجام می‌شود. سپس با نقل سفید دهان خود را شیرین می‌کنند و مقداری از خوراکی‌های سفره را با شادی می‌خورند.

در روز ۱۳ فروردین برابر با بامداد روز تشر ایزد، سفره‌ی نوروزی را جمع می‌کنند. باقی‌مانده‌ی آجیل و شیرینی را با سبزه به‌دشت و صحرا می‌برند و در کنار چشمه یا آب روان می‌نشینند. سبزه را به‌آب روان می‌سپارند و سال پر برکت و خوبی را آرزو می‌کنند.

### \* جشن آفرینگان (جشن خوانی)

یکی از جشن‌هایی است که در خرداد روز برابر با ۶ فروردین برگزار می‌شد. بنا بر مندرجات آثار الباقیه‌ی ابوریحان بیرونی موسوم به «نوروز بزرگ ایرانیان» است. در این جشن پیش از انجام مراسم، آداب تطهیر و وضو ضروری بود. در جشن آفرینگان خوانچه‌ای از گل‌ها و سینی از میوه‌ها و لیوان‌هایی از شیر و شربت و آب فراهم می‌شد و در کنار آن آتشدان پر از آتش در سینی مخصوص قرار می‌گرفت. آجیل ویژه‌ی سفره «لُرک»<sup>۲</sup> از چند روز قبل آماده می‌شد. لُرک مخلوطی از پسته، بادام، مغز گردو، فندق،

---

۱. زرتشتیان کرمان و بهم در سفره‌های نوروزی یک عدد جاروی نو، یک بسته کبریت و مقداری

۲. lork.

پنبه نیز می‌گذارند.

کشمش سبز، آب نبات، قیسی، خلال نارگیل، خرما و چند نمونه خشکبار دیگر که پس از پاک کردن همه را در سینی ریخته و روی آن را تزئین می‌کردند و بر سفره‌ی سفید مراسم می‌نهادند. گاهی مواد لرک تنها دو یا سه نمونه از خشکبار بالاست. گلدان‌های گل و برگ‌های مورد و شمشاد و سرو را در دو سوی سفره می‌گذارند و در دو گوشه‌ی سفره دو عدد شمعدان با شمع روشن قرار می‌گرفت.

در جشن آفرینگان مراسم آیینی به‌وسیله‌ی دو روحانی زرتشتی، زوت و راسپی اجرا و در پایان مقداری کندر، اسفند، چوب سندل بر آتش ریخته می‌شود و آتشدان را از مقابل حاضران می‌گذرانند. سپس لرک را به‌نسبت مساوی بین تمام حاضران تقسیم کرده و با خوراکی‌های درون سفره از میهمانان پذیرایی می‌کنند.

### \* گهنبار، گاهانبار

گهنبارها، ۶ جشن بزرگ ایرانیان، از جشن‌های بسیار کهن است که به‌پیش‌روی اصیل ایرانیان،

کشاورزی و دامداری ارتباط دارد. جشن‌ها یا گهنبارهای شش‌گانه‌ی سال چنین نامیده می‌شوند:

- ۱- میدیوزوم<sup>۱</sup> به‌معنای میان بهار (در چهل و پنجمین روز سال) آفرینش آسمان است.
- ۲- میدیوشم<sup>۲</sup> به‌معنای تابستان (در صد و پنجمین روز سال) آفرینش آب است.
- ۳- پشته شهیم<sup>۳</sup> به‌معنای گردآمدن غله (در صد و هشتادمین روز سال) آفرینش گیاه است.
- ۴- ایاسرم<sup>۴</sup> به‌معنای بازگشت خانه (در دویست و دهمین روز سال) آفرینش گیاه است.
- ۵- میدیاریم<sup>۵</sup> به‌معنای میان سال (در دویست و نودمین روز سال) آفرینش جانوران است.

۲. Madyošam.

۴. Ayasrim.

۱. Madyozom.

۳. Peditšah.

۵. Medyarim.

۶- همسپتمدیم<sup>۱</sup> به معنای حرکت همه سال (در سیصد و شصت و پنجمین روز سال) آفرینش انسان است.

جشن هر یک از گهنبارها ۵ روز طول می‌کشد. آخرین روز جشن مهم‌ترین روز آن است. در واقع ۴ روز دیگر، روزهای مقدماتی جشن است. سفره‌ی گهنبار یا سفره‌ی آفرینش دارای نشانه‌هایی از خلقت جهان و نماد امشاسپندان است که بر سفره ستوده می‌شود:

۱- بهمن: اندیشه‌ی نیک در جهان مادی نگهبان چهارپایان سودمند و در سفره‌ی گهنبار نماد او جام شیر است.

۲- اردیبهشت: بهترین راستی در جهان مادی نگهبان آتش و در سفره‌ی گهنبار نماد او آتش است.

۳- شهریور: اقتدار و شهریاری در جهان مادی نگهبان فلزها و در سفره‌ی گهنبار نماد او ظرف فلزی است.

۴- سپندارمذ: فروتنی و پارسایی در جهان مادی نگهبان زمین و در سفره‌ی گهنبار نماد او سفره‌ی سفید است.

۵- خرداد: تندرستی و رسایی در جهان مادی نگهبان آب و در سفره‌ی گهنبار نماد او آب است.

۶- امرداد: جاودانگی و بی‌مرگی در جهان مادی نگهبان گیاه و در سفره‌ی گهنبار نماد او گیاه است.

این جشن‌ها در میان زرتشتیان، در خانه یا تالار بزرگی برگزار می‌شود. سفره‌ی مذهبی در موضعی خاص گسترده می‌شود. در برخی روستاهای یزد جایگاه مراسم یک روز قبل تمیز و آب پاشی می‌شود و گِل سفید در زیر سفره پاشیده می‌شود.

در سفره‌ی گهنبار هم مانند دیگر سفره‌های آیینی، محتویات اصلی به تقریب یکی است. تنها تفاوت آن در موارد تشکیل‌دهنده‌ی خشکبار یا لرک است که مخلوطی از خرما، سنجد، کشمش، بادام، گردو، برگ هلو و انجیر خشک را شامل می‌شود. در یزد و کرمان لرک را در دستمال بزرگی به نام چادرشب می‌ریزند و آن را در کنار سفره پهن

---

۱. Hamasphmedim.

می‌کنند و روی آن یک عدد انار یا سیب قرمز یا چند شاخه مورد می‌گذارند. در برخی گهنبارها همراه با لrk، یک یا چند قرص نان هم به شرکت کنندگان می‌دهند. این نان «لوگ»<sup>۱</sup> نامیده می‌شود که یک روز قبل از مراسم تهیه می‌شود. در برخی از مواقع خوراکی‌های مخصوص، مانند آش و آبگوشت را نیز آماده می‌کنند که در پایان مراسم در بین میهمانان توزیع می‌شود. در کرمان برای سفره‌ی گهنبار، دو نوع نان «کلو»<sup>۲</sup> و «نان خورشیدی» تهیه می‌شود، و هفت عدد از این نان‌ها را در سفره می‌گذارند. در کنار سفره موبد رو به سوی خاور می‌نشیند و آفرینگان گهنبار را می‌سراید. اهل خانه و کسانی که در کنار سفره نشسته‌اند، هم‌نوا با او به‌نیایش و ستایش پروردگار می‌پردازند. به‌هنگام بریدن میوه‌های سفره نیز بخشی از اوستا سروده می‌شود.

### \* جشن مهرگان

در گاه‌شماری کهن ایران، سال شامل دو فصل بزرگ بود که هر دو در آغاز فصل با جشن همراه بود: نوروز، مهرگان. مهرگان آغاز فصل دوم، زمستان بود. این جشن را در قدیم «متراکانا» یعنی متعلق به مهر می‌گفتند که بعد مهرگان شد. جشن ۶ روز به‌طول می‌انجامید. انگیزه‌ی این جشن را پیروزی ایرانیان بر ضحاک ستمگر به‌رهبری کاوه‌ی آهنگر می‌دانند. در این روز، ایزدان از آسمان برای یاری فریدون فرود آمدند. در آخرین روز این جشن که بیست و یکم ماه است، فریدون ضحاک را در کوه دماوند به‌زندان انداخت و مردم را از گزند او نجات داد. بیرونی می‌گوید: ملوک ایران از آغاز مهر ماه تا سی روز برای طبقات گوناگون مردم مانند نوروز عید قرار دادند و برای هر طبقه پنج روز عید داشتند و درباره سفره‌ی مهرگان می‌افزاید: «عقیده‌ی فارسیان آن است که در این روز از هفت میوه‌ی ترنج، سیب، بهی، انار، عناب، انگور سفید و کنار (میوه‌ی سدر) بخورد و روغن بان بر بدن بمالد و گلاب بیاشامد و بر خود و دوستان پاشد در آن‌سال از آفات و بلیات محفوظ باشد». در برهان

قاطع آمده است: «اول کسی که در این روز نزدیک پادشاهان عجم آمدی موبدان و دانشمندان بودندی و هفت خوان از میوه همچو ترنج و سیب بهی و عناب و انگور سفید و کنار با خود آوردندی.»

دمشقی در نخبه الدهر می‌گوید: پادشاه در این روز تاجی به صورت خورشید بر سر می‌گذاشت و اول کسی که بر او وارد می‌شود موبدان موبد با طبقی که در آن ترنجی و شکرپاره‌ای و کناری و بهی و عنابی و سیبی و خوشه‌ای انگور سفید و هفت دسته یاس که دف‌کوبان بر آن زمزمه خوانده باشند گذاشته و هر یک از طبقات مردم به‌همین ترتیب داخل می‌شوند.

در کتاب المحاسن و الاضداد در سخن از مهرگان آمده است: «در جشن مهرگان خوانچه‌ای آماده می‌کردند که در آن لیمو و شکر و نیلوفر و به و سیب و یک خوشه انگور سفید و هفت‌دانه مورد می‌گذاشتند و موبدان این خوانچه را واج‌گویان نزد شاه می‌آوردند». در دوره‌ی غزنویان، پادشاهان مهرگان را با شکوه تمام جشن می‌گرفتند. سلطان در برابر خوانی می‌نشست و بزرگان گرداگردش می‌نشستند، شاعران سروده‌های خود را می‌خواندند.

در مجالس شاهانه، جشن مهرگان، شخصی به‌نام خجسته وارد می‌شد و خوانی را بر زمین می‌نهاد که در هر سوی آن قرص نانی از انواع حبوبات چون گندم، جو، ذرت، نخود، عدس، برنج، کنجد، باقلا و لوبیا پخته شده بود. از حبوبات هم هر کی هفت دانه در کنارهای خوان گذاشته می‌شد و در میان خوان هفت شاخه از درختانی که نگاه به‌آنها نیز میمون و مبارک بود چون بید و زیتون و به و انار را به‌یک، دو یا سه گره می‌بریدند و هر شاخه‌ای را به‌نام یکی از نواحی می‌نامیدند. در چند جای آن نیز واژگان افزود، پزاید، پزون، پروار، فراخی، فراهیه (یعنی افزود، افزایش، افزون، روزی، گشایش، شادی) نوشته می‌شود و هفت نیم کاسه و درهم‌های سفید از سکه‌ی همان سال و یک دینار نو با دسته‌ای از گیاه اسپند نهاده می‌شد. آن مرد همه را در دست می‌گرفت و برای شاه زیست جاودانی و پادشاهی همیشگی و نیک‌بختی و بزرگی را آرزو می‌کرد.

زرتشتیان یزد هم در این روز سفره‌ای را می‌گسترانند و بر روی آن کتاب اوستا، آیین، سرمه‌دان و شربت و گلاب و شیرینی و سبزی و میوه به‌ویژه انار و سیب و گل‌های رنگارنگ می‌چینند. به‌ویژه مرغی را که درون آن با مواد غذایی پر شده، پخته و بر سفره

می گذارند.

کنار سفره را با آویشن خشک می آریند و در ظرف پر از آب گیاه خوش بوی آویشن ریخته و به همراه چند سکه نقره و چند عدد سنجد و بادام و پسته و شمع و لاله‌ی روشن بر زینت سفره می افزایند. اسپند و کندر برای خوش بو کردن محیط بر آتش می سوزانند. به هنگام ظهر تمام اهل خانه در کنار سفره می نشینند و برای میمنت، سرمه به چشم می کشند و آویشن را با نقل و سنجد بر سر هم می ریزند و به یکدیگر شادباش می گویند و با آیین و گلاب جشن را آغاز می کنند. آجیل سفره که مخلوطی از تخم کدو و آفتابگردان، نخودچی، کشمش یا یکی از آنهاست به همراه سایر خوراکی های سنتی چون گوشت بریان شده گوسفند و لووگ از دیگر میهمانان پذیرایی می کنند.

### \* جشن بهمنجه (بهمنگان)

بهمن، نام دومین روز از ماه بهمن به سبب توافق اسم روز با ماه، در گذشته، جشن بزرگی موسوم به بهمنجه یا بهمنگان در میان ایرانیان برگزار می شد. برخی از آداب و رسوم این جشن را منسوب به جاماست وزیر دانای کی گشتاسب می دانند. ایرانیان باستان معتقد بودند که اجرای آداب و رسوم این جشن نتایج پر سودی به همراه دارد. بنابر گفته‌ی ابوریحان بیرونی و اسدی توسی در جشن بهمنجه گیاه موسوم به بهمن خورده می شد و در صورتی که با شیر مصرف می شد سبب تقویت حافظه و از بین بردن بیماری فراموشی می شد. در آثار الباقیه‌ی ابوریحان بیرونی آمده است: «اما به خراسان میهمانی کنند بر دیگری که اندرو از هر دانه خوردنی کنند و گوشت هر حیوانی که حلال‌اند و آنچه در وقت بقعت یافته شود از تره و نبات» اسدی توسی می افزاید: «بهمنجه جشنی است که دوم روز از ماه بهمن کنند و طعامها سازند و بهمن سرخ و زرد بر سر کاسه‌ها نهند و ماهی و تره و ماست آرند». در دربار شاهان و در حضور امیران فرمانداران این جشن با تشریفات ویژه برگزار می شد. چنان‌که در نیم‌روز دیگ بهمنجه میهمانی بزرگی را پاسخگو بود، در خانه‌ی بزرگان نیز دیگ بهمنگان آماده بود. در گذشته اغلب طبّاخان در این روز آش ویژه می پختند و به مشتریان عرضه می کردند. در این آش هر نوع حبوبات و سبزی تازه و گوشت که موجود فصل بود می ریختند و می پختند. بهمن تازه‌ی سرخ یا سفید هم از جمله سبزی‌های آش بود.

## \* جشن سده

جشن سده نیز مانند نوروز و مهرگان از جشن‌های بزرگ ایرانیان باستان به‌شمار می‌رفت. ایرانیان باستان ۱۰ بهمن را روز پیدایش آتش و آتش افروزی می‌دانستند. درباره‌ی وجه تسمیه‌ی این روز مطالب زیادی نوشتند<sup>۱</sup> بنابر نوشته‌ی ابوریحان بیرونی: «سده، آبان روز است از بهمن ماه و آن دهم باشد و اندر شیش که روز دهم است و میان روز یازدهم آتش افروزند و شادی کنند و سببش آن است که نوروز پنجاه روز و پنجاه شب است». در شاهنامه بنیان جشن سده را به‌هوشنگ و کشف آتش از سوی آن نسبت دادند.

مردم در این روز هیزم زیادی از صحرا جمع‌آوری می‌کردند و در شب آتش بزرگی می‌افروختند به‌امید آن که روشنایی در روزهای بعد افزایش یابد. آنان تصور می‌کردند که سرمای زمستان از آن زمان به‌آرامی کاهش خواهد یافت. در محل برگزاری جشن سده بانوان با کمک یک‌دیگر سیره (سیرک) آش مخصوص و خوراکی‌های سنتی تهیه می‌کردند و پس از اجرای برنامه‌های شاد از همه با خوراکی‌های سنتی پذیرایی می‌شد.

## ب: یادمان‌ها

### \* مراسم پُرسه

در روز نخست از ماه تیر به‌یاد روان و فروهر در گذشتگان پُرسه‌ی<sup>۲</sup> همگانی برپا می‌شد. در باور سنتی گروه زیادی از ایرانیان باستان در چنین روزی برای پاسداری از ارزش‌های دینی و میهنی جان‌فشانی کردند. به‌این مناسبت امروز هم زرتشتیان مجلسی را ترتیب می‌دهند و خانواده‌هایی هم که در یک سال گذشته یکی از افراد خود را از دست داده باشند به‌یاد و خاطره‌ی بزرگداشت آن در مراسم شرکت می‌کنند<sup>۳</sup>. برخی از

۱. برخی از این رو سده گویند که در این روز فرزندان آدم ابوالبشر به‌صد رسیدند. بیرونی در کتاب التفهیم فی صنایع التنجیم بنیان سده را به‌تخت نشستن فریدون گفته است.

۲. پُرسه در فرهنگ‌ها، مجلس ختم، ترحیم، ماتم معنا شده است. در اصطلاح زرتشتیان به‌روزی که مجلس ختم در گذشته را برگزار می‌کنند، اطلاق می‌شود.

۳. زرتشتیان در روز خرداد از ماه دی نیز چنین مراسمی را برای درگذشت زرتشت پیامبر انجام



شرکت کنندگان در مراسم شاخه‌هایی از برگ سبز مورد یا شمشاد یا مقداری عود، کندر، چوب یا سندل به همراه خود می‌آوردند. آن‌ها معتقدند که رنگ سبز، رنگ زندگی و بالندگی است. به این طریق، زندگی خرمی را برای بازماندگان و شادی برای روان درگذشتگان آرزو می‌کنند.

سفره‌ی پرسه بر روی میز گسترانیده می‌شود و بر روی سفره بشقاب میوه، سینی لrk، ظرفی محتوی مخلوطی از قهوه، آرد نخودچی، پودر قند و پودر هل و ظرف دیگر بلورهای نبات، گلدان پر گل و مورد قرار می‌گیرند. آتشدان برای معطر ساختن فضا با ریختن کندر و چوب سندل در میانه‌ی سفره گذارده می‌شود. خویشان و آشنایان که برای دیدار بازماندگان در مراسم شرکت کردند، در موقع ورود یا خروج پس از این که شادی را برای روان درگذشتگان آرزو می‌کنند، مقداری قهوه یا تکه‌ای از بلور نبات را برمی‌دارند و در دهان می‌گذارند.

#### \* شب یلدا (شب چله)

ایرانیان باستان، در طبیعت پیرامون خود با تضادهایی روبه‌رو بودند. مانند: روشنایی و تاریکی، روز و شب، گرما و سرما. در خلیقات انسانی هم دوگانگی‌هایی چون: خوبی و بدی، دوستی و دشمنی، گذشت و کینه را مشاهده می‌کردند. پس آن‌ها خوبی‌ها را به‌ایزدان و بدی‌ها را به‌اهریمن بدکنش و دیوان، شب یلدا یا طولانی‌ترین شب سال، آخرین شب از ماه آذر را به‌صورت گروهی در کنار آتش گرد می‌آمدند تا با روشنایی، تیرگی را از میان ببرند. این گردهمایی برای افزودن روشنایی روز بعد بود. آن‌ها در آن شب شادی بسیار می‌کردند، زیرا اعتقاد داشتند ایزد مهر در چنین شبی متولد شده است.

شرق‌شناسان و مورخان متفق‌القول هستند که ایرانیان نزدیک به ۴ هزار سال است،

---

→ می‌دهند. بنابر منابع دینی زرتشتیان، هنگامی که زرتشت در سن ۷۷ سالگی در بلخ زندگی می‌کرد و گشتاسب و اسفندیار در خارج از بلخ به‌سر می‌بردند، ارجاسب تورانی، فرمانده سپاه خود تور براتور را با لشکری به‌ایران فرستاد. زرتشت با لهراسب و دیگر پیروانش در آتشکده‌ی بلخ مشغول نیایش بودند که در اثر حمله‌ی آن‌ها به‌آتشکده، همگی جان باختند.

شب‌های یلدا را تا سپیده دم بیدار مانده، در کنار یک‌دیگر خود را سرگرم کرده تا اندوه غیبت خورشید و تاریکی و سرما روحیه‌ی آنان را تضعیف نکنند. در فردای این روز، مردم و حتا شاه لباس ساده می‌پوشیدند تا یکسان به‌نظر آیند. کسی حق دستور دادن را نداشت، خونریزی، حتا کشتن گوسفند و مرغ هم ممنوع بود.

در شب یلدا سفره‌ای گسترده می‌شد که بر روی آن هفت شاخه از درختگان مقدس، آجیل مخصوص و میوه‌های خشک و تر می‌نهادند. به‌دلیل تقارن این شب با فصل زمستان و نبود میوه‌های فصل، مردم مجبور بودند که برخی از میوه‌ها را با آویزان کردن در اتاق یا زیر زمین خانه‌ها نگهداری کنند. خوردن میوه‌ها و خوراکی‌ها در این شب میمون و مبارک بود و زمستان را پر برکت می‌کرد. از میان میوه‌ها، انار و هندوانه در این شب بیش‌تر خورده می‌شد، زیرا بر این باور بودند که چون گل انار و گل هندوانه سرخ هستند، مانند رنگ سرخ آفتاب که رنگ رفتن در سپیده دمان و فراز آمدن روشنایی در غروب آن است.

امروز نیز مرسوم است که در شب یلدا، آشنایان و خویشان در یکی از خانه‌ها که بیش‌تر خانه‌ی یکی از بزرگ‌ترهاست، گرد می‌آیند. در این شب میوه‌هایی مانند خربزه، سیب، به، انگور و به‌ویژه هندوانه و انار که رنگ سرخ دارند، زینت بخش سفره‌ی شب یلدا است. آجیل و شیرینی و شربت نیز در میان خوراکی‌های سفره گذاشته می‌شود.

#### \* چهارشنبه‌سوری

پیش از آغاز نوروز و ده روز مانده به‌آخر هر سال، در میان ایرانیان باستان مرسوم بود که برای شادی فروهر در گذشتگان مراسمی را با نیایش اهورامزدا همراه با آتش‌افروزی و گستردن سفره اجرا می‌کردند. روزی از این ده روز را برای استقبال از آغاز سال آتش می‌افروختند و شادی می‌کردند. پس از دوره‌ی ساسانیان، این جشن به‌شب چهارشنبه‌ی آخر سال انتقال یافت. زیرا چهارشنبه یا یوم الارباع نزد اعراب روزی شوم و نحس بود.<sup>۱</sup> بنابراین ایرانیان برای رفع نحسی این روز را انتخاب کردند تا با آغاز سال نو از آسیب روز پلید به‌دور بمانند.

۱. جاحظ در المحاسن و الاضداد آورده است: «و الاربعاء یوم ضنک و نحس».

سفره‌ی این جشن هم با همان وسایل ثابت در دیگر سفره‌ها آراسته می‌شد. آجیل ویژه، میوه، شیرینی از خوراکی‌های این سفره است.

### ج: آیین‌های ویژه

#### \* آیین سدره پوشی

یکی از مراسم بسیار کهن، که اینک در میان زرتشتیان متداول است، سدره‌پوشی، آیینی که نوجوان پسر یا دختر به‌هنگام رسیدن به سن بلوغ، طی مراسمی با پوشیدن لباس (سدره پیراهن سفید و گشاد) و کمربند ویژه کشتی (یاکستی) به‌طور رسمی به‌گروه زرتشتیان می‌پیوست. این جشن نماد پاکی و شجاعت و مسوولیت‌پذیری برای هر دختر و پسری است.

سفره‌ی این مراسم نیز مانند دیگر سفره‌ها، به‌رنگ سفید و ساده گسترده می‌شد. کتاب اوستا، گلدان گل و سرو، شمعدانی یا شمع یا چراغ روشن، آتشدان با چوب سندل و کندر، سینی لrk شامل هفت نوع میوه‌ی خشک مقدس و فاسدنشده و کم حجم که به‌وسیله‌ی موبد تبرک شده، میوه‌ی تازه، نقل سفید، شیرینی، قند سبز و بشقابی کوچک که مخلوطی از برنج، جو و برگ‌های خشک آویشن در آن ریخته شده در سفر به‌طرزی زیبا و منظم چیده می‌شد. در این مراسم هم با آیینه و گلاب از مردم استقبال می‌شد و با کیک و شیرینی و شربت از آن‌ها پذیرایی می‌کردند. نوجوانان با لباس سفید پسران با کلاه سفید و دختران با روسری سفید در کنار سفره می‌نشیند و مراسم اجرا می‌شود. در پایان مراسم، موبد مخلوطی از برنج، جو، برگ‌های خشک آویشن را به‌آرامی بر سر نوجوان می‌ریزد و تندرستی او را آرزو می‌کند.

#### \* آیین گواه‌گیری

مطابق با اساتیر ایرانی نخستین زوج مشی و مشیانه، هم بالا و هم پیکر به‌شکل گیاهی از زمین رستند. مراسم آیین ازدواج در آیین زرتشتی بازمانده از سنت کهن ایرانی است که با رضایت عروس و داماد و با دادن گواه (شهادت) هر دو طرف به‌وسیله‌ی موبد انجام می‌گیرد. در این مراسم اغلب عروس با لباس سبز و تور پارچه‌ای سبز رنگی که بر سر می‌اندازد و داماد با کلاه مخصوص به‌رنگ سبز با دستمال سبز بر روی شانه‌ی راست در

برابر یک دیگر در کنار سفره‌ی گسترده قرار می‌گیرند.

در دو سوی سفره‌گواه‌گیران لاله یا چراغ روشن، گلدان‌های گل و سرو، نقل شیرینی، سینی پر از لرک و هر آنچه که در سفره‌ی سدره پوشی بود، به‌علاوه دو قند سفید به‌نشانه‌ی سبز بختی و شیرین کامی، سکه‌ی زرد به‌نشانه‌ی پرباری، هدیه‌ای که داماد به‌عروس می‌دهد، گذاشته می‌شود.

پشت سر داماد نوجوانی که دستمال سبز بر سر بسته، سینی کوچکی شامل کتاب اوستا، دستمال سبز، یک عدد انار شیرین، سوزن و نخ (سبز) نماد پیوند زندگی جدید و نیز پیوستن بریدگی‌های احتمالی که در اثر اختلاف پیش خواهد آمد. قیچی، ساده‌ترین نماد تلاش دو جانبه‌ی ابزاری که هیچ یک از دو تیغه‌اش به‌تنهایی کارگر نیست. تخم‌مرغ که به‌طور سنتی بعد از مراسم شکسته خواهد شد، نشانگر پایان تصمیم‌گیری در مورد فرزندان‌شان است. شیرینی و نقل با برگ‌های خشک آویشن و دانه‌های سنجد در دست دارد.

سینی دانه‌های جو و برنج، برگ‌های آویشن در سفره را در پایان مراسم بر سر و دوش عروس و داماد می‌ریزند و برای آن‌ها تندرستی و خوش‌بختی آرزو می‌کنند. بعد از مراسم با دادن آیین، گلاب و شربت، شیرینی لرک از همه‌ی میهمانان پذیرایی می‌شود.

\*\*\*

سفره‌های ایرانی در بردارنده‌ی فرهنگ غنی و اصیلی هستند که در جریان گذر از هزاره‌ها به‌سوی آینده هم پایه با آیین‌ها، اندوخته‌های سنتی را از گذشتگان به‌آیندگان انتقال دادند. هرچند در این رهگذر جایگاه و شان برخی، در میان مردم کم‌رنگ یا از بین رفت. برخی دیگر که از مقبولیت بیش‌تری برخوردار بودند با تغییراتی به‌صورت پر رنگ‌تر در میان باور و اعتقاد نوین مردم جای پای تازه‌ای یافتند. باور مذهبی مردم در هر دوره‌ای با بهره‌گیری از ابعاد ارزشی جدید به‌شکلی متفاوت در آمد، اما سفره‌ها در هر شرایطی به‌عنوان اصل ثابت و استوار در جامعه تداوم یافت.

زنان با ظرافت و سلیقه‌های گوناگون در آراستن سفره‌ها نهایت دقت و تلاش را می‌کردند. نیز یادآوری این مطلب که در باور سنتی اساس شأن و منزلت سفره به‌سپندارمذ از امشاسپندان مونث و مادر زمین، تعلق داشت، که نقش زنان را در برگزاری هرچه باشکوه‌تر سفره‌ها قابل توجیه می‌کند.

اما آنچه که بیش تر از همه اهمیت دارد آن است که سفره‌ها در هر دوره‌ای، کانونی برای اجتماع و تقرب بیش تر گروه‌ها و خانواده‌ها، و اتصال و ارتباط معنوی با منعم و رازق، و وسیله‌ای برای سپاسگزاری از هر آنچه که ایزد کریمانه به انسان بخشیده، بوده است. بنابراین پاسداری از این ارزش‌های کهن می‌تواند به‌عنوان پشتیبانی و تکیه گاهی برای بقای هویت و فرهنگ ایرانی، در بین نسل‌های آینده‌ی کشور لازم شمرده شود.

### سرچشمه‌ها:

- ایران باستان، موله. برگردان ژاله آموزگار، انتشارات توس، چاپ چهارم، ۱۳۷۲.
  - از نوروز تا نوروز. کوروش نیکنام، انتشارات فروهر، چاپ دوم، ۱۳۸۲.
  - تاریخ و فرهنگ. مجتبا مینوی، نشر خوارزمی، چاپ دوم، ۱۳۵۶.
  - جستاری چند در فرهنگ ایران. مهرداد بهار. انتشارات فکر روز، چاپ دوم، ۱۳۷۶.
  - جهان فروری. بهرام فره‌وشی، انتشارات کاریان، چاپ دوم، ۱۳۶۴.
  - دانشنامه‌ی مزدیسنا، جهانگیر اوشیدری. نشر مرکز، چاپ دوم. ۱۳۷۸.
  - مهرپرستی در ایران. هند و روم، سالومه رستم‌پور. انتشارات خورشید آفرین. چاپ اول. ۱۳۸۲.
  - یشت‌ها. ابراهیم پورداوود، جلد ۱ و ۲، انتشارات اساتیر. چاپ اول، ۱۳۷۷.
- توضیح آن که تصاویر پیوستی، از کتاب، از نوروز تا نوروز برداشت شده است.

## انتشارات پویان

آماده‌ی انتشار هر نوع کتاب در کوتاه‌ترین زمان

تلفن: ۳۳۳۴۰۷۵۸ نائلی

۰۹۱۲-۱۳۸۶۳۷۹