

# جشن یلدا در فرهنگ ایران

دکتر نورج پارسى - دکتر شاهین سپنتا

گرامی داشته می‌شد. شادمانی، گردهمایی خانوادگی و خوردن میوه‌هایی هم‌چون هندوانه، انار و خشکبار از آیین‌های ویژه جشن یلداست.

## پیشینه‌ی آیین مهر

در هزاره‌های دور، مردمانی که در طبیعت زندگی می‌کردند بر اثر مشاهده‌ی خورشید، ماه، ستارگان و تجربه تغییرات طبیعی فصول و کوتاهی و بلندی روز و شب، فعالیت‌های روزانه‌ی خود را بر بنیان این پدیده‌های طبیعی و دگرگونی‌های آن‌ها تنظیم می‌کردند و از آن‌ها بهره‌های فراوان می‌بردند. از این روی زندگی بخشی از این پدیده‌های طبیعی را ستودند و آنان را تجلی وجود خداوند دانستند و از میان این پدیده‌های طبیعی، خورشید که با پرتوهایش (مهر) به این زمین و همه زیست‌مندان روی آن گرمای زندگی می‌بخشید، بیش از همه مورد ستایش قرار گرفت. سپس مردمان با اندیشیدن و ژرف‌نگری در بزرگ‌ترین منشا نور مادی (خورشید) و شناخت اثرات زندگی‌بخش پرتوهای آن (مهر) به شناخت بزرگ‌ترین منشاء نور معنوی (خداوند) دست یافتند. آن‌گاه مهر معنوی خداوند را ستودند و کوشیدند تا این صفت خداوندی را که به معنای صلح و دوستی، محبت و پیمان‌داری و میان‌رویی است، در نهاد خود نیز پرورش دهند.

مهر، در زبان سنسکریت «Mitra»، در اوستایی «Mithra»، در زبان پهلوی «Mitr» و در پارسی امروزی «Mitra یا Mehr» گفته می‌شود. مهر، در زبان‌های سنسکریت و اوستایی به معنای پیمان، همبستگی و پیوستگی دو یا چندین نفر است. مهر در زبان پارسی نیز محبت و دوستی، آشتی و پیمان

یلدا، جشن مهرورزی و صلح و دوستی جهانی‌ست که به صورت همگانی و غیررسمی در خانواده‌های ایرانی و برخی دیگر از کشورها، از هر قشر و با هر دین و مذهب برگزار می‌شود. یلدا جشنی‌ست که در آن مردمان به انتظار سپیده‌دم و دریافت گرمای مهر تابان می‌نشینند و این گرمای زندگی‌بخش را که از طبیعت گرفته‌اند به هم‌دیگر هدیه می‌دهند. نزدیک بودن زمان برپایی Christmas یا جشن میلاد عیسی مسیح (۲۵ دسامبر) و جشن یلدا (۲۱ دسامبر) و مشابهت سنت‌های این آیین‌های زیبا نشان از هم‌دلی همه مردمان زمین با هر دین و آیین است. پس شناسایی بهتر و ثبت این جشن کهن سال به عنوان میراث مشترک بشری ضمن این‌که می‌تواند آن را به همه‌ی ملت‌های جهان بیش‌تر بشناساند، امکان حفظ ارزش‌های جهانی نهفته در این جشن و انتقال بهتر آن را به نسل‌های بعدی بشر فراهم خواهد آورد. «این بخشی از درخواست نام‌ی بنیاد میراث پاسارگاد به مدیر کل سازمان آموزشی، دانشی و فرهنگی سازمان ملل متحد (یونسکو) برای ثبت جشن یلدا به عنوان میراث معنوی جهانی Heritage Intangible است. آن‌چه در پی خواهید خواند، نوشتاری‌ست که از سوی دو تن از پژوهشگران این بنیاد برای ارائه به یونسکو تهیه شد.

## جشن «یلدا» یا جشن «شب‌چله»

در آخرین شب پاییز (۳۰ آذرماه برابر با ۲۱ دسامبر) که بلندترین شب سال نیز هست، در خاستگاه اصلی خود «ایران» با شور و شوق فراوان برپا می‌شود. این جشن ریشه در آیین کهن «مهر» دارد که دیرزمانی در ایران و سپس در بسیاری از کشورهای آسیا و اروپا

معنا می‌دهد. بر این پایه در فرهنگ ایران «مهر» دشمن دروغ و دروغگو است چون نمی‌توان از انسان بدکردار و دروغ‌گفتار انتظار داشت که پایبند به پیمان باشد و کسی می‌تواند به پیمان خود وفادار باشد که گوهر راستی را برگزیده باشد. اگر مهر را عینی‌تر کرده و پوششی زمینی به آن بدهیم، پایداری هستی و گسترش نیکی محض را در آن جلوه‌گر خواهیم یافت. مهر، جلوه‌ی از پیمان انسان با انسان، پیمان انسان با محیط اجتماعی و طبیعی و مسوولیت‌پذیری برای نگهبانی از خانواده، شهر و کشور است. در یک نگاه ژرف‌تر انسان پایبند به پیمان، پرچمدار و نگهبان هستی خواهد بود. بنابراین «پایبندی به پیمان» با «آبادانی» مترادف می‌شود و «پیمان‌شکنی» با «ویرانی» و «ظلمت» هم‌معنا می‌گردد. بر پایه‌ی این دیدگاه، نظام کیهانی نیز بر مدار نظم و هنجاری (آشا) می‌چرخد که نمودی از اصل پیمان و نگاه‌داشت آن است.

این دیدگاه در فرهنگ و ادب ایران زمین بسیار تاثیر گذاشته است. در همین راستا، شانزدهمین روز هر ماه و هفتمین ماه سال در گاه‌شماری ایرانی نام «مهر» بر خود دارد. هم‌چنین یست دهم از کتاب اوستای متأخر نام مهر را بر پیشانی دارد. به گزارش هردوت نیز ایرانیان از دوره‌ی هخامنشی نام مهر را بر فرزندان خود می‌گذاشتند. البته امروز نیز نام مهر یا میترا را هم‌چنان بر فرزندان خود می‌گذارند و افزون بر آن واژه‌ی «پیمان» را نیز به عنوان نامی برای فرزندان خود برمی‌گزینند.

پیروان آیین مهر به نشانه‌ی پیمان دوستی حلقه‌ی مهر را بر انگشتان یک‌دیگر می‌نشانند و این نماد زیبا امروز در جوامع بشری به شکل حلقه‌ی زناشویی به هنگام پیوند و پیمان زناشویی بین دو زوج جوان تبادل می‌شود.

آیین مهر در ایران زاده شد، به بلندی رسید و هزاران سال به چهره‌ها و جلوه‌های گوناگون در همه سرزمین‌های پهناور ایرانی پایدار ماند و پیروان فراوان داشته و دارد. کهن‌ترین سندی که نام مهر یا میترا مورد باور ایرانیان و هندیان در آن آمده و به دست ما

## را میهمان مهتاب باشیم

Sol - Natalis یعنی «میلاد خورشید شکست‌ناپذیر» می‌نامیدند و گرمی می‌داشتند و از این روی پس آشنایی با آیین مهر به این همانی «مهر» با «خدای آفتاب» دست زدند. natalis = noel = birth

### شب یلدا

#### بلندترین شب سال

می‌دانیم که زمین در اول دی ماه (۲۱ دسامبر) هر سال به نقطه‌ی انقلاب زمستانی خود می‌رسد. نقطه‌ی که در آن، ناظران نیم‌کره‌ی شمالی دارای کوتاه‌ترین روز و بلندترین شب سال بوده و برعکس در نیم‌کره‌ی جنوبی بلندترین روز سال اتفاق می‌افتد. اما باید توجه داشت که در این شب همه‌ی ناظران نیم‌کره‌ی شمالی دارای طول شب

یکسان نیستند. در استوا طول شب و روز برابر و هر یک مساوی با ۱۲ ساعت است و هرچه به طرف قطب می‌رویم، طول شب یلدا افزایش می‌یابد. به طور مثال درازای شب یلدا در برخی از شهرهای جهان (۲۰۰۶) به شرح زیر است:

شهر	کشور	درازای شب یلدا
مکه	عربستان	۱۳ ساعت و ۱۸ دقیقه
مدینه	عربستان	۱۳ ساعت و ۳۲ دقیقه
چابهار	ایران	۱۳ ساعت و ۳۶ دقیقه
یزد	ایران	۱۴ ساعت و ۵ دقیقه
اصفهان	ایران	۱۴ ساعت و ۹ دقیقه
تهران	ایران	۱۴ ساعت و ۲۶ دقیقه
مشهد	ایران	۱۴ ساعت و ۲۹ دقیقه
تهریز	ایران	۱۴ ساعت و ۳۹ دقیقه
برلین	آلمان	۱۵ ساعت و ۳۶ دقیقه
پاریس	فرانسه	۱۵ ساعت و ۵۹ دقیقه
لندن	انگلیس	۱۶ ساعت و ۲۵ دقیقه
مسکو	روسیه	۱۷ ساعت و ۱۷ دقیقه
استکهلم	سوئد	۱۸ ساعت و ۱۸ دقیقه
هلسنکی	فنلاند	۱۸ ساعت و ۳۵ دقیقه
ریکجاویک	ایسلند	۲۰ ساعت و ۳۱ دقیقه
لوتنو	سوئد	۲۱ ساعت و ۴۴ دقیقه

همان‌گونه که در بالا مشاهده می‌شود، شب یلدا برای برخی کشورها طولانی‌تر است. برای مثال در چین شبی در استکهلم پایتخت سوئد، خورشید ساعت ۸ و ۵۵ دقیقه طلوع و ساعت ۱۴ و ۳۷ دقیقه غروب خواهد کرد. یعنی طول روز تنها ۵ ساعت و ۴۲ دقیقه است و شب بسیار زود فرا می‌رسد! البته خورشید هم در این روزها کم‌فروغ است، زیرا در وسط روز حداکثر ارتفاع آن از افق حدود ۸ درجه خواهد بود.

رسیده، لوح‌هایی‌ست متعلق به ۱۴۰۰ سال پیش از میلاد که در سال ۱۹۰۷ میلادی در «کاپادوکیه» Cappadocia کشف شده است و این پیمانی‌ست که میان هیتی‌ها و میتانی‌ها بسته شده است. این سند هم‌اکنون (۲۰۰۷ میلادی) عمری ۴۱۰۰ ساله دارد. با این همه پژوهشگران بر این باورند که پیشینه‌ی آیین مهر به هزاران سال پیش از آن بازمی‌گردد.

در سده‌ی اول پیش از میلاد، این آیین در چهره‌ی نو با نام آیین میترا (میتراپیسیم) توسط رومی‌های تحت نفوذ فرهنگ ایران، در سراسر قاره‌ی اروپا، غرب و شمال آفریقا و آسیای صغیر و نواحی اطراف دریای سیاه منتشر شد و طی پنج سده در بخش بزرگی از جهان

گسترش یافت و معابد میترا توسط پیروان آیین میترا در سراسر اروپا ساخته شد؛ به گونه‌ی که براساس شواهد باستان‌شناختی و تاریخی موجود، در آغاز سده‌ی چهارم میلادی بیش از ۳۰۰ معبد میترا در ایتالیا وجود داشت و این آیین توسط لژیونرهای رومی به سرزمین‌های زیر نفوذ آن امپراتوری از جمله آلمان، اتریش و انگلستان انتقال یافت. اما از اوایل سده‌ی چهارم میلادی با گسترش مسیحیت به تدریج میتراپیسیم و سنن آن در اروپا کم‌رنگ شد.

هنوز نیز بسیاری از نمادها و سنت‌های این آیین کهن به صورت‌های گوناگون در باورها و سنت‌های مردم ایران و دیگر ملت‌های جهان زنده مانده است. از دیرباز ایرانیان به نام «مهر» دو جشن برگزار کرده‌اند که یکی «مهرگان» نام دارد و دیگری که موضوع این نوشتار است جشن «یلدا» نام گرفته است.

### جشن یلدا، جشن زایش مهر

هزاران سال پیش، ایرانیان دریافته بودند که از آغاز دی‌ماه<sup>۱</sup> روزها به تدریج بلندتر و شب‌ها کوتاه‌تر می‌شود و خورشید هر روز بیش‌تر در آسمان می‌ماند و نور و گرمی می‌پراکند. از این روی در پایان آخرین شب پاییز (درازترین شب سال) و سپیده دم نخستین روز زمستان<sup>۲</sup> برآمدن «نخستین پرتوهای خورشید تابان» را که «مهر» می‌نامیدند، به‌عنوان لحظه «زایش مهر» جشن می‌گرفتند که بعدها جشن «یلدا» و یا جشن «شب چله»<sup>۳</sup> نامیده شد و تا امروز باقی مانده است. یلدا واژه‌ی سُرّیانی<sup>۴</sup> و به معنای «زاده‌شدن» است که توسط مسیحیان سُرّیانی به ایران آورده و ماندگار شد.

ایرانیان از اول دی ماه تا دهم بهمن ماه<sup>۵</sup> (جشن سده) را که ۴۰ روز است «چله‌ی بزرگ» می‌نامند و از دهم بهمن ماه تا بیستم اسفندماه<sup>۶</sup> را نیز «چله‌ی کوچک» می‌نامند. چون در این ۴۰ روز دوم یا چله‌ی کوچک از شدت سرما نسبت به چله‌ی بزرگ کاسته شده است.

رومیان نیز مهم‌ترین جشن خود را «سل ناتالیس انوبکتوس» Invictus

## آداب و رسوم شب یلدا

جشن یلدا نیز همانند دیگر جشن‌های ایرانی یک جشن خانوادگی است. در این جشن اکثر خانواده‌های ایرانی با هر دین و مذهب، در پرتو نور (آتش یا شمع یا نور چراغ) به شادی می‌پردازند و سفره‌ی گسترده می‌کنند و خوراکی‌های ویژه‌ی را بر آن می‌نهند. این خوراکی‌ها را در بیش‌تر نواحی «شب چره» می‌نامند و معمولاً شامل هفت نوع میوه و آجیل هفت مغز می‌باشد. البته گاهی شمار آن‌ها از هفت نوع بیش‌تر می‌شود و افزون بر آن انواع شیرینی سنتی و غیر سنتی نیز تهیه می‌شود. شور و شوق مردم برای خرید خوراکی‌های ویژه شب یلدا را از چند روز زودتر بویژه در روزهای ۲۹ و ۳۰ آذرماه (۲۰ و ۲۱ دسامبر)، در بازارها و فروشگاه‌های میوه و آجیل می‌توان دید. معمولاً این خریده‌ها تا پاسی از شب نیز ادامه دارد و در آخرین لحظه‌ها نیز کسانی را می‌بینیم که از سر کار برگشته و میوه‌های شب یلدا را خریداری نموده و به خانه می‌برند. از میوه‌های ویژه شب یلدا، هندوانه، انار و انگور است و در کنار آن‌ها از میوه‌های تابستانی دیگر هم چون سیب، خربزه، خیار و گاهی «به» استفاده می‌کنند. در بین میوه‌های شب یلدا، هندوانه اهمیت بیش‌تری دارد و اگر وضعیت اقتصادی خانواده‌ها اجازه دهد حتماً آن را برای این شب تهیه خواهند کرد. زیرا بسیاری باور دارند که اگر مقداری هندوانه در شب یلدا بخورند در سراسر چله‌ی بزرگ و کوچک یعنی در سراسر زمستان سرما بر آن چیره نخواهد شد و بیمار نمی‌شوند. پژوهشگران بر این باورند که خوردن هندوانه و انار در این شب معنایی رمزگونه در خود نهفته دارد و هندوانه و انار سرخ و گرد نمادی از گرمای مهر در شب سرد زمستان هستند.

شب چره یلدا هم‌چنین شامل دانه‌هایی چون گندم، شاه‌دانه، برنجک و نخود بوده یا برشته (نخودچی) و آجیل شامل تخمه‌ی هندوانه، کدو و گاهی تخمه‌ی آفتابگردان، بادام، پسته، فندق و گردو است که در کنار آن از میوه‌های خشک یا خشکبار هم چون سنجد سرخ، کشمش، انجیر خشک، برگه زردآلو و توت خشک استفاده می‌شود.

معمولاً برای شب یلدا شام ویژه‌ی تهیه نمی‌شود و تهیه‌ی شام بستگی به وضع اقتصادی و نوع تغذیه‌ی خانواده دارد. در بیش‌تر خانواده‌ها در شب یلدا، پس از خوردن شام، برای «شب‌نشینی» یا «شب زنده‌داری» به خانه‌ی خویشاوند بزرگ‌تر می‌روند.

گستردن سفره‌ی از خوراکی‌های گوناگون ریشه در یکی از مراسم آیین مهر دارد که «بزم مهر» یا مهمانی مهر نام داشت. در این مراسم سفره‌ی آیینی گسترده می‌شود و پیروان مهر به نشانه‌ی همسانی و برابری و استواری در پیمان با هم‌دیگر و با خداوند، با یک‌دیگر هم‌سفره و هم‌پیماله می‌شدند و به خوردن گوشت گاو و بعدها نان مقدس درون Draona و نوشیدن آشامیدنی مقدس هوم Haoma می‌پرداختند. گستردن این سفره آیینی هنوز نیز در بین زرتشتیان با نام «میزد Myazd» متداول است که بر آن خوراکی‌هایی هم‌چون نان، سیروگ (نوعی نان روغنی)، انواع میوه، شیرینی و آجیل لرک Lork که مخلوطی از مغز پسته، بادام، گردو، فندق، کشمش سبز، برگه‌ی زردآلو، خرما خشک و چند نمونه‌ی خشکبار دیگر است، می‌نهند و پس از نیایش، خوراکی‌ها بین حاضران پخش می‌شود و آن‌ها به نشانه‌ی تبرک از آن‌ها می‌خورند.

یکی دیگر از رسوم شب یلدا که در بیش‌تر خانواده‌های ایرانی متداول است، بردن «شب چله‌ی» یا هدایای ویژه‌ی شب چله (یلدا) برای نو عروسان و تازه‌دامادان است. معمولاً در خانواده‌هایی که به تازگی بین یک زوج جوان خطبه عقد خوانده شده اما هنوز زندگی مشترک را به صورت رسمی آغاز نکرده‌اند، در شب چله (یلدا) مادر داماد به همراه مجموعه‌ی از خوراکی‌های ویژه‌ی شب یلدا که با ذوق و سلیقه‌ی خاصی آراسته شده‌اند، هدایای دیگر هم‌چون لباس، پارچه و طلا تهیه نموده و برای عروس می‌فرستند. این عمل به صورت متقابل از سوی مادر عروس نیز صورت می‌گیرد که البته زمان آن در برخی مناطق یک شب بعد از شب چله و در بیش‌تر مناطق نخستین شب چله پس از آغاز زندگی مشترک زوج جوان در خانه‌ی بخت خواهد بود.

در سده‌های اخیر فال گرفتن از دیوان حافظ (شاعر و عارف بزرگ ایرانی) نیز در شب یلدا و در برخی از خانواده‌ها مرسوم شده است.

## ضرورت ثبت جهانی یلدا

یلدا، جشن مهرورزی و صلح و دوستی جهانی است که به صورت همگانی و غیررسمی در خانواده‌های ایرانی و برخی دیگر از کشورها، از هر قشر و با هر دین و مذهب برگزار می‌شود. یلدا جشنی است که در آن مردمان به انتظار سپیده‌دم و دریافت گرمای مهر تابان می‌نشینند و این گرمای زندگی‌بخش را که از طبیعت گرفته‌اند به هم‌دیگر هدیه می‌دهند. نزدیک بودن زمان برپایی Christmas یا جشن میلاد عیسی مسیح (۲۵ دسامبر) و جشن یلدا (۲۱ دسامبر) و مشابهت سنت‌های این آیین‌های زیبا نشان از هم‌دلی همه‌ی مردمان زمین با هر دین و آیین است. پس شناسایی بهتر و ثبت این جشن کهن‌سال به عنوان میراث مشترک بشری ضمن این‌که می‌تواند آن را به همه‌ی ملت‌های جهان بیش‌تر بشناساند، امکان حفظ ارزش‌های جهانی نهفته در این جشن و انتقال بهتر آن را به نسل‌های بعدی بشر فراهم خواهد آورد. ■

## پی‌نوشت‌ها

- ۱- در تطبیق تقویم ایرانی با تقویم میلادی، «دی‌ماه» از ۲۲ دسامبر تا ۲۰ ژانویه است.
- ۲- در تقویم ایرانی فصل پاییز دارای ماه‌های مهر، آبان و آذر است که در تطبیق با تقویم میلادی از ۲۳ سپتامبر آغاز می‌شود و در ۲۱ دسامبر پایان می‌یابد و فصل زمستان دارای ماه‌های دی، بهمن و اسفند است که در تطبیق با تقویم میلادی از ۲۲ دسامبر آغاز شده و در ۱۹ مارس به پایان می‌رسد. ۳- یک دوره ۴۰ روزه را «چله» یا «چله» می‌نامند.
- ۴- سربانی زبان مردم سوریه و شمال عراق، قبل از میلاد مسیح تا چند قرن بعد از آن یعنی تا ظهور اسلام است و هنوز نیز گویندگانی دارد. ۵- در تطبیق تقویم ایرانی با تقویم میلادی، «بهمن‌ماه» از ۲۱ ژانویه تا ۱۹ فوریه است. روز دهم بهمن ماه برنیز با روز ۳۰ ژانویه، بر پایه‌ی یک باور ایرانی روزی است که آتش توسط «هوشنگ» پادشاه اسطوره‌ی کشف شد و بر این پایه در این روز «جشن سده» یا جشن پیدایش آتش برپا می‌شود. ۶- در تطبیق تقویم ایرانی با تقویم میلادی، «اسفندماه» از ۲۰ فوریه تا ۱۹ مارس است.

درگذشت همکاران محمود طیب‌زاده، نویسنده‌ی مقاله‌ی «یلدا، ریشه‌ی کریسمس» (حافظ، شماره‌ی ۲۲، دی ۱۳۸۴، صص ۹-۱۰) را به خانواده‌های طیب‌زاده، پزشکیور، دهخدا و همه‌ی منسوبان آن مرحوم و «انجمن دوستداران حافظ» تسلیم می‌گوییم.