

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی (جهت بهره‌برداری در مجموعه‌های نمایشی)

محمد توکلی‌زاده*

چکیده

سرزمین ایران به دلیل برخورداری از مواهب طبیعی و انواع تولیدات دامی و کشاورزی، دارای تنوع غذایی فراوان است. از این رهگذر، در دوره صفوی نیز سیاحان بسیاری که به ایران سفر می‌کردند، توجهی ویژه به مسائل اجتماعی مردم و خوراک و تغذیه آنان داشتند. توصیه‌های مذهبی دین اسلام، بسیاری از رفتارهای تغذیه‌ای مردم را در دوره صفوی شکل داده و تنظیمات معینی را در این مورد وضع کرده بود. از سوی دیگر، ارزش‌های حاکم بر جامعه و رعایت و حفظ سنت‌های دیرینه، غذا خوردن را به عنوان یک رخداد اجتماعی در این دوره مطرح کرده است. آداب تغذیه، مهمان‌نوازی و مردم‌داری، کیفیت خوراک، ظروف غذا و مشاغل مرتبط با صنعت غذایی، از این منظر قابل بررسی و کنکاش است. مقاله حاضر به توصیف و شرح وضعیت خوراک و تغذیه مردم در دوره صفوی جهت استفاده در مجموعه‌های نمایشی پرداخته است. به این منظور، سفرنامه‌های این دوره مورد مطالعه و بررسی قرار گرفته و به روش توصیفی - تحلیلی، آداب غذایی مردم در دوره صفوی ارائه شده است.

کلیدواژه‌ها: خوراک، تغذیه، آشپزی، صفویه، سیاحان، سفرنامه، آداب غذایی

مقدمه

در سفرنامه‌های دوره صفوی که به‌عنوان یکی از منابع معتبر تاریخی شناخته می‌شوند، شرح آداب و رسوم زندگی مردم با بیان جزئیات بسیاری به تصویر کشیده شده است. تصویر روشنی که سیاحان از اوضاع اجتماعی و آداب و رسوم و سنن ایرانیان آن زمان ارائه می‌دهند، از حالات، آداب و فرهنگ ملی حکایت می‌کند که سفرنامه‌نویس از آنها دیدن کرده است. از این رهگذر، تغذیه و خوراک ایرانیان نیز از دید این سیاحان به دور نمانده است و بیشتر گردشگرانی که در دوره صفویه به ایران آمده‌اند، مجذوب خوراک‌ها و غذاهای ایرانیان شده‌اند و با لذت و شوق فراوان از ضیافت‌هایی که در آنها، انواع غذاها، نوشیدنی‌ها و ظروف طلا وجود داشته، تعریف کرده‌اند.

کتاب‌های فقهی و احادیث زیادی به توصیه‌های دینی پیرامون خوراک و تغذیه مردم پرداخته‌اند اما از این رهگذر و در بررسی‌های اجتماعی زندگی مردم نمی‌توان دریافت که آنان تا چه حد در زندگی روزانه خود این قواعد و توصیه‌ها را به کار بسته‌اند؛ به این ترتیب، میزان پایبندی مردم به این آموزه‌ها را تنها می‌توان در گزارش‌های تاریخی و مشاهدات مستقیم ناظران باز جست. مقاله حاضر، با بررسی گزارش‌های سیاحان پیرامون آداب تغذیه، مهمان‌نوازی و مردم‌داری، کیفیت خوراک‌ها، ظروف غذا و مشاغل مرتبط با صنعت غذایی به این سوال پاسخ خواهد داد که وضعیت خوراک و تغذیه مردم در دوره صفوی چگونه بوده است؟

طبقات اجتماعی مردم و نحوه خوراک آنها

در تقسیم‌بندی کلی و اولیه اقشار اجتماعی دوره صفوی می‌توان به دو دسته خاص و عام اشاره کرد. خواص در این زمان شامل دسته‌ها و گروه‌های مختلفی می‌شدند. در رأس این گروه‌ها باید شاه و خانواده او، شاهزادگان، علما، روحانیان بلند پایه و دیوانسالاران را در نظر گرفت. دسته دوم، عامه مردم از گروه‌های اجتماعی مختلف بودند (انصاری، ۱۳۷۷: ۱۷). سیاحان و سفیران کشورهای اروپایی که مهمان طبقه اول بودند، گزارش‌های مفصلی از مهمانی‌ها و ضیافت‌های این گروه روایت کرده‌اند. مستشرقان ریزینی همچون شاردن نیز گزارش‌هایی را پیرامون زندگی مردم عامه ضبط کرده‌اند:



«ضیافت‌ها و بزم‌های درباری اعیان و اشراف از بامداد تا شامگاه ادامه داشت. کشیدن چپق و قلیان، گوش دادن به اشعار حماسی که خوانندگان خوش‌آواز می‌خوانند و پایکوبی رقاصه‌ها از تفریحات این بزم‌ها بود»

۱۳۲ ❖ فصلنامه فرهنگ مردم ایران

(شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۴۰). پذیرایی به طور معمول با خوراکی‌های متنوع و در ظروف طلا و زرین صورت می‌گرفت و صاحب‌منصبان موظف درباری از قبیله «سفره‌چی باشی»، «چرک‌چی باشی»، «ترشی‌چی باشی»، «یمشچی باشی» و «چینی کشیکچی باشی» با خدمتگذاران و زیردستان خود وارد می‌شدند و به پذیرایی و آماده کردن سفره و چیدن غذاها می‌پرداختند (کمپفر، ۱۳۶۳: ۲۷۳). سفره‌ها و دستمال‌های زربفت که در آنها نقش گل‌هایی از طلا و نقره تعبیه شده بود، حوله‌های زربفت برای خشک کردن دست‌ها، ظروف زرین سرشار از انواع پلوه‌ها، طعام مختلف و لگن‌های طلا برای شستشوی دست‌ها، در این مهمانی‌ها استفاده می‌شد (همان: ۲۷۴). خوراکی‌های دربار و اعیان بخصوص در مهمانی‌ها تنوع بسیار داشت. برای شخص پادشاه (شاه عباس دوم) و زنان حرم به طور اختصاصی هر شبانه‌روز دو بار غذا طبخ می‌شد. به این ترتیب که برای غذای ظهر، چهار بره و سی مرغ و برای خوراک شب، نصف این مقدار پخته می‌شد (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۳: ۱۲۱۷). در ضیافت‌های رسمی پذیرایی بیشتر از این بود. بشقاب‌های طلا یا چینی پر از میوه‌های تازه یا خشک که بنا به اقتضای فصل فراهم می‌شد و انواع مربا و شیرینی‌های خشک و تر، نقل و 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 سفره می‌آوردند و به طور کلی، جلوی هر یک از مهمانان پانزده تا بیست بشقاب کوچک و بزرگ از انواع خوراکی‌ها و غذاها قرار می‌دادند. (دلاواله، ۱۳۸۴: ۲۷۱)

اما وضع طبقات عادی و عمومی جامعه شکل دیگری داشت و از ضیافت‌های پر زرق و برق درباری، غذاهای متنوع و ظروف طلا خبری نبود.

بر خلاف درباریان و افراد صاحب منصب، بیشتر مردم عادی جامعه، دستورات فقهی مربوط به حرمت و حلیت غذاها را در رژیم غذایی خود رعایت می‌کردند و ظروف غذای آنان، اغلب چینی، سفالی یا مسی بود (کارری، ۱۳۴۸: ۱۴۵). شاردن تفاوت صبحانه افراد میانه حال و متمکن را چنین ذکر می‌کند: «صبحانه اشخاص متوسط الحال عبارت است از یک نان که در یک سینی چوبی رنگ‌زده براق قرار دارد، با مقداری پنیر و یک کاسه ماست و یک کاسه دوغ و یک یا دو نوع میوه که یکی از آنها غالباً خربزه است... اما مردمان متمکن و دارا، افزون بر مصرف 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). بسیاری از مردم عادی که در خانه خود به دلیل کمبود هیزم، آشپزخانه نداشتند، برای صرف غذا از آشپزخانه‌های عمومی شهر استفاده می‌کردند. بنا به گفته شاردن، 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 (همان: ۸۳۷). شاردن درباره این دکان‌ها می‌گوید: «جلو هریک از این دکان‌ها دو یا سه دیگ بزرگ که هر کدام بیست و شش تا سی شست قطر دارد، روی اجاق بار است. در داخل دکان که با پرده‌ای از قسمت جلو جدا شده، یک یا دو تخت یا نیمکت که به قدر سه پا از سطح زمین بلندتر است، وجود دارد. روی آنها فرش گسترده شده؛ مشتری‌ها روی آن می‌نشینند و غذا می‌خورند. صاحبان این اغذیه‌فروشی‌ها چون مواد مورد احتیاج خود را ارزان به دست می‌آورند غذاهای خود را گران نمی‌فروشند.» (همان)

آداب و سنت‌های طبخ

گزارش غالب سیاحان اروپایی نشان می‌دهد که پلو، مرسوم‌ترین و محبوب‌ترین خوراک مردم در دوره صفوی محسوب می‌شده است (شرلی، ۱۳۸۷: ۱۴۹/ فیگوریوا، ۱۳۶۳: ۹۱/ کارری، ۱۳۴۸: ۱۴۵/ کنتارینی، ۱۳۴۹: ۴۳/ اولتاریوس، ۱۳۶۳: ۲۷۱). پلو به طریقه‌های مختلف و با الوان گوناگون طبخ می‌شد. شاردن در یک مهمانی که چند سینی پلو برای پذیرایی آورده بودند، از شیرین‌پلو، پلو آمیخته به عصاره انار، پلو ممزوج با آب لیمو و زعفران پلو نام برده است (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۶۰۶). طبخ پلو به طور معمول در ایران به شیوه آبکشی انجام می‌گرفت. دلاواله^۱ این نوع طبخ را بسیار پسندیده می‌دانست. وی درباره پلوی ایرانی چنین می‌گوید: «پلو برنجی است که نسبت به برنج‌های ما پخت آن کمتر است و آبکشی شده و آن را با روغن دم کرده‌اند. غالباً برنج با گوشت دام یا مرغ طبخ می‌شود و به علاوه، چاشنی و ادویه مختلفی به آن می‌زنند. دانه‌های برنج به یکدیگر نمی‌چسبند به طوری که وقتی در قاب قرار می‌گیرد، با وجودی که به خوبی پخته شده، این طور به نظر می‌آید که خام است. در داخل پلو ممکن است بادام یا پسته یا کشمش یا ترشی یا شیرینی به انحای مختلف مخلوط شده باشد. این غذا فوق العاده سالم و به ذایقه من خوشایند است؛ به علاوه، در موقع سفر نیز حمل آن زحمتی فراهم نمی‌کند و زود می‌توان آن را گرم کرد و شکم را نیز زود سیر می‌کند؛ زیرا یک بشقاب پلوی ایران، با چهار بشقاب برنجی که به طریق ایتالیایی پخته شده باشد، برابر است.» (دلاواله، ۱۳۸۴: ۲۱)

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۳۵

حاجی محمد علی باورچی بغدادی که آشپز یکی از بزرگان روزگار خود بوده و در زمان شاه اسماعیل می‌زیسته، در رساله «کارنامه» خود بیش از بیست نوع پلو را معرفی کرده است. نورالله آشپز نیز که آشپز شاه عباس اول بود، در رساله خود با عنوان «مادة الحیوة» بیش از ۵۰ نوع پلو، ملزومات و نحوه طبخ آنها را ذکر کرده است. (افشار، ۱۳۸۹: ۸ تا ۱۷)

نحوه طبخ پلو غوره: «بیارند سه من گوشت گوسفند فربه یا بره فربه و سان سان کنند و به قدر چهار من آب در دیگ کنند. چون آب گرم شود، گوشت بیندازند و کف بگیرند و سه من غوره درشت خوب دانه کنند و بشویند و در بالای گوشت اندازند که همراه گوشت بجوشد و یک تکه نان خشک نیز بیندازند که تلخی غوره بچیند. چون غوره برسد، فرود آرند و گوشت را از تلف غوره پاک بشویند. پس غوره را به کرباس پاک صاف کنند و باز با گوشت در دیگ اندازند و یک چارک پیاز قیمه و یک چارک نخود مقشر بیندازند. چون گوشت پخته شود، برون آرند و سه من برنج سفید پاک بشویند و در دیگ کنند. چون برنج برسد، اگر آب زیادت باشد، بکشند و جهد کنند که از اول آب زیاد نیندازند و یک من روغن صاف داخل کنند و شیو بالا کنند و دم کنند. ساعتی که برنج بشکفتد، گوشت را در بالای برنج بچینند تا گرم شود و در محل کشیدن به دستور بکشند. (همان: ۱۳۸-۱۳۹)

آداب تغذیه

در عهد صفوی، غذا خوردن ایرانیان با غذا خوردن ملل اروپایی تفاوت زیادی داشته است. ملل اروپایی در زمان صرف غذا از میز نهارخوری، قاشق و دستمال استفاده می‌کردند اما در کشورهای شرقی و ایران، مردم با دست غذا

می خوردند، بر روی زمین می نشستند و از میز غذا و قاشق استفاده نمی کردند. تاورنیه^۱ آورده است: برنج را با مِشت و گوشت را با انگشتان برمی دارند و گاهی با آن ماست هم مخلوط می کنند و از مجموعه آن، لقمه‌ای بسیار بزرگ مانند گلوله درست می کنند و به یک ضرب می بلعند. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۱۳)

کارری^۲، جهانگرد ایتالیایی که در ضیافت یکی از حاکمان محلی صفوی شرکت کرده بود، می نویسد:

«باز به همان ادب و احترام درباره من ادامه داد و برای صرف غذا دعوتم کرد و به عوض قاشق با دست خود به بشقاب من مالاشی برنج ریخت. این عمل در ایران کاملاً طبیعی و مؤدبانه تلقی می شود... در سر سفره غذا آنکه بزرگ‌تر و محترم‌تر است با دست خود سهم دیگران را در بشقاب‌های آنها می گذارد.» (کارری، ۱۳۴۸: ۴۰)

این موضوع بر خلاف اروپا در ایران عهد صفوی امری عادی محسوب می شد و ایرانیان به هیچ وجه آن را ناپسند نمی دانستند. با دست غذا خوردن از اقتضائات سبک زندگی آن دوران محسوب می شد. البته این به معنای آن نیست که قاشق و لوازم غذاخوری در دوره صفوی ناشناخته بود، این لوازم بر سر سفره غذا حاضر بود اما کاربردی نداشت یا به طور انحصاری برای غذاهای مایع مانند سوپ استفاده می شد. (کارری، ۱۳۴۸: ۱۴۵ / تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۹)

رعایت ظرافت‌های غذاخوری قبل، بعد و حین غذا از توصیه‌های دینی و رسوم سنتی بود که مردم به آن اهتمام می ورزیدند. شجاع شیرازی، در کتابی با عنوان «انیس الناس» که در زمینه سیاست و تدبیر منزل نگاشته است،

1. J.B. Tavernier

2. J. Karri

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۳۷

سفارش‌ها و توصیه‌های فراوانی درباره رعایت سنت‌ها و آداب غذاخوری دارد؛ چنان‌که می‌نویسد:

«آنکه خواه مضعیف باشی و خواه مهمان، در حالت اکل و زمان مؤاکله، دست و جامه آلوده مگردان و به سه انگشت چیزی خور، و دهان را فراخ مساز و لقمه بزرگ برم‌دار. و در فروبردن لقمه در دیری و زودی طریق اعتدال نگاه دار و انگشت ملیس و به الوان طعام و ظروف نگاه مکن و بر بهترین طعام مولع و حریص مگرد، و به دیگران بگذار بتخصیص که آذ طعام کمتر از دیگر مطعومات باشد، و از پیش خویش خور. و چون در لقمه مکروهی باشد مثل استخوان یا ریگ چنان از دهان بیرون آر که کس بر آن وقوف نیابد و نبیند و چیزی از دهان به کاسه و نان مینداز. و چون در میان چیزی خوردن به آب احتیاج افتد به تعجیل میاشام و آواز دهان و حلق بیرون مگذار. (شجاع، ۱۳۵۶: ۲۷۵ و ۲۷۶)

سیاحان دوره صفوی نیز گزارش‌های با ارزشی از رعایت این ظرافت‌ها ارائه داده‌اند. شاردن مقدار خوراک روزانه مردم ایران و مشرق زمین را بسیار ناچیز می‌داند و در مقابل، مردمان مغرب زمین را جانورانی پرخور و شکم‌باره معرفی می‌کند (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۱۹). ایرانیان در دوره صفوی حتی برای حفظ و مراعات نظافت، در سفره از ظرف‌های مخصوصی استفاده می‌کردند که بین هر دو نفر یکی از آنها را قرار می‌دادند و مواد زائد غذایی را در آن می‌ریختند (دل‌واله، ۱۳۸۴: ۱۸۸). اولتاریوس^۱ این ظرف مخصوص را «توفتان» نامیده است. (اولتاریوس، ۱۳۶۳: ۲۷۰)

ایرانیان از دیرباز به غذاخوردن نه به عنوان صرف غذا و سیر کردن شکم، بلکه به عنوان نوعی گردهمایی و نشست و برخاست نگاه کرده‌اند؛ غذا

1. A. Olearius

خوردن به عبارتی، یک رخداد اجتماعی محسوب می‌شده است؛ تاورنیه در این باره می‌گوید:

«مهمانان از صبح در خانه‌ای که به آن دعوت شده‌اند گرد می‌آیند و در طول روز به کاری جز قهوه خوردن و قصه گفتن نمی‌پردازند. دم به دم برای آنها قهوه و نقل و شیرینی و مربا و میوه‌های فصل می‌آورند» (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۱۳). شاردن نیز می‌گوید: «اصولاً ضیافت‌های مردم مشرق‌زمین از بامداد تا شامگاه ادامه دارد و مهمانان در طول این مدت، اوقات خود را به کشیدن چپق و قلیان، حرف زدن، خواب پس از نهار، نماز جماعت و شنیدن یا خواندن اشعار حماسی که خوانندگان خوش‌آواز می‌خوانند، می‌گذرانند» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۴۰). اولتاریوس زمانی که در دربند به سر می‌برد از روستایی به نام نیازآباد نام برده و با تعجب گفته است که مردم آنجا در فصل تابستان شب‌ها در پشت‌بام‌ها غذا می‌خورند و شب‌ها همان‌جا می‌خوابند. (اولتاریوس، ۱۳۶۳: ۴۳)

رعایت آداب اجتماعی در سر سفره غذا و نوع برخورد و معاشرت میزبان و مهمانان همه مؤید رسوم و سنت‌های دیرینه و پسندیده در میان مردم ایران بوده است:

«و در سفره پیش مهمان کشیدن طریق مردم ماورالنهر طریقی نیکوست. چه رسم ایشان آنکه الوان غذا و انواع نعمت مرتب سازند و هر لحظه نوعی از آن پیش مهمان آرند. چون حظّ خویش از آن نوع بگیرند ظروف و کاس‌ها بردارند و نوعی دیگر آرند و همچنین دم‌به‌دم نوعی از غذا آورند. ارباب آداب صحبت گفته‌اند باید که در صحبت و مجلس پیوسته انتظار نوعی از غذا باشد، و چون نوعی منتهی شود مهمان داند که نوعی دیگر در کارست و خواهند

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۳۹

آورد، و غرض ازین التزام انعقاد و امتداد صحبت.» (شجاع، ۱۳۵۶: ۲۷۳ و ۲۷۴)

مهمان‌نوازی و مردم‌داری

از فضیلت مهمان‌نوازی و مردم‌داری ایرانیان در طول تاریخ حکایت‌ها نقل شده است، سیاحان غربی به این امر با شگفتی نگریسته‌اند و مهمانی‌هایی را که در ایران برگزار می‌شده، درخور تحسین دانسته‌اند. کنتارینی^۱ زمانی به عنوان سفیر، مهمان یکی از ضیافت‌های اوزون حسن بود. ذکر است که گاهی حدود چهارصد نفر در سر سفره وی مهمان بودند زیرا اوزون حسن از اینکه دیگران نیز در غذا خوردن با وی شریک شوند، خوشحال می‌شد (کنتارینی، ۱۳۴۹: ۴۳). شاردن در فصل تغذیه و خوراک ایرانیان می‌گوید:

«در خانه ایرانیان هنگام صرف ناهار یا شام به روی همگان بازاست. نه تنها کلیه کسانی که در خانه‌اند از غذا سهمی دارند، بلکه نوکرانی که بیرون منزل اسب سواری را نگه می‌دارند یا کسانی که در آن هنگام به طور غیرمترقب وارد خانه می‌شوند، به خوشرویی و گرمی پذیرایی می‌شوند. چون ایرانیان به طبع کم می‌خورند، هر چند نفر که بی‌گاه مهمان بر آنان وارد شود بی‌نصیب نمی‌مانند. ایرانیان در فضیلت مهمان‌نوازی حکایت‌ها می‌دانند» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۷ و ۸۳۸). تاورنیه نیز به این مسئله اشاره می‌کند؛ چنان‌که می‌گوید: «ایرانیان مردمانی درستکار و شریف‌اند و هر کس که به هنگام خوردن غذا با آنها باشد، با طیب خاطر به او غذا می‌خورانند و از عادت فرنگیان که هنگام صرف غذا در را می‌بندند، بسیار تعجب می‌کنند.» (تاورنیه ۱۳۸۳: ۳۱۴)

اطعام فقرا نیز از جمله رسوم پسندیده در فضیلت مردم‌داری ایرانیان بود که به طور معمول، افراد متمکن و دولتمند به این امر مبادرت می‌ورزیدند. برای این منظور اماکنی وجود داشت که طبخ غذا و اطعام فقرا در آنجا انجام می‌شد؛ از جمله این اماکن بقعه شیخ صفی‌الدین در اردبیل بود که بنا به گفته دلاواله دیگ‌های پلو بر روی سی و پنج اجاق بزرگ همیشه به بار بود و اطعام فقرا هم در زمان نهار و هم در زمان شام در آنجا صورت می‌گرفت (دلاواله، ۱۳۸۴: ۲۹۶). کارری نیز به هنگام بازدید از اتاق‌های این مقبره به این موضوع اشاره کرده و گفته است: «اتاق کوچکی جهت اطعام مساکین بنا شده است، غربا و مساکینی که بدانجا می‌آیند با پارچه‌ای گوشت و مقداری نان و پلو رایگان اطعام می‌گردند.» (کارری، ۱۳۴۸: ۵۵)

اولثاریوس نیز که آشپزخانه بارگاه شیخ صفی‌الدین را دیده بود، اطعام فقرا را بیش از هزار نفر در هر وعده ذکر کرده است؛ چنان‌که بنا به گفته وی، مقدار این خیرات به قدری بود که کسی موفق به خوردن تمام غذای خود نمی‌شد. (اولثاریوس، ۱۳۶۳: ۱۳۰ و ۱۳۱)

در شهر اصفهان نیز بنیادهایی وجود داشت که تعداد زیادی از فقیران و بینوایان در آنها اطعام می‌شدند؛ از جمله مسجد علی بکرک، خانقاه بانیش و مقبره الله‌وردی خان که اطعام فقرا در آنجا صورت می‌گرفت. (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۴: ۱۴۹۷، ۱۵۶۳، ۱۵۶۲)

کیفیت خوراک و تغذیه

سیاحان اروپایی در سفرنامه‌های خود به رونق داد و ستد و وجود انواع و اقسام مواد و کالاهای خوراکی در ایران اشاره کرده‌اند؛ به طوری که جرح

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۴۱

مانورینگ از مشاهده انواع میوه‌ها در کشور ایران تعجب کرده بود (شرلی، ۱۳۸۷: ۷۷). میوه در سراسر ایران و در بیشتر فصول یافت می‌شد (تکاندرفن، ۱۳۵۱: ۴۵). قزوین، دامغان و سلطانیه از نواحی پسته‌خیز ایران محسوب می‌شدند (کارری، ۱۳۴۸: ۱۵۳) و این محصول را به هند صادر می‌کردند (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۱). گردو و انگور نیز فراوان به دست می‌آمد و یکی از اقلام صادرات ایران به شمار می‌رفت که در هندوستان بازار خوبی داشت. این دو محصول را بازرگانان حتی به کشور چین هم صادر می‌کردند (کارری، ۱۳۴۸: ۱۵۳) زیتون و روغن زیتون نیز در دو ایالت گیلان و مازندران فراوان بود. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۱)

در ایران با توجه به موقعیت جغرافیایی هر شهر، خوراک مردم با یکدیگر تفاوت داشت بنا به گفته تاورنیه، خوراک معمولی مردم سواحل خلیج فارس از حدود بصره تا سند، خرما و ماهی بود و مردم از نان و برنج به ندرت استفاده می‌کردند (همان: ۳۷۰ و ۳۷۱). این در حالی است که بنا به گفته دلاواله مردم مازندران فقط با خوردن برنج زنده بودند. (دلاواله، ۱۳۸۴: ۷۵)

در اصفهان، پایتخت صفویان، شکوه و رونق زیادی در خوارک و تغذیه مردم بخصوص در دوره شاه عباس دیده می‌شد. شاه عباس و شیخ بهایی با ایجاد شبکه‌های کامل آبیاری و ارتباطی و بنیان نهادن شهر بازرگانی و پررونق نجف‌آباد برای تهیه آذوقه شهر، زیربنای زراعی استواری برای پایتخت جدید فراهم آوردند (سیوری، ۱۳۸۰: ۱۳۹). بازار قیصریه، بزرگ‌ترین و باشکوه‌ترین بازار اصفهان بود (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۴: ۱۴۳۹). وجود بازار قیصریه معیار خوبی برای اظهار نظر درباره رفاه اجتماعی و توسعه داد و ستد در اصفهان محسوب می‌شد (کمپفر، ۱۳۶۳: ۶۷). اصفهان به دلیل جمعیت زیاد آن واردکننده مواد

خوراکی از ایالت‌های مختلف کشور بود و مردم آن همیشه برنج داشتند و خریدشان فقط شامل گوشت بود که به وفور یافت می‌شد. (اولثاریوس، ۱۳۶۳: ۲۶۹)

شیراز نیز از ایالت‌های پر رونق محسوب می‌شد. بنا به گفته فیگیروا^۱، در شیراز هرگونه ارزاق در حد وفور وجود داشت؛ به طوری که هرروز، مقدار زیادی از اجناس در بازار دست‌نخورده و فروش‌نرفته باقی می‌ماند و به همین سبب، قیمت اجناس بسیار نازل بود. کسبه‌ای که خوردنی‌ها را برای فروش خریداری می‌کردند اگر در فروختن آنها با زحمت مواجه می‌شدند، جنس‌های مانده را با دقت می‌پختند و پخته آنها را عرضه می‌کردند. از این رو، غربا و بسیاری از اهالی شهر، با بودن این غذاهای آماده، در خانه خود غذا طبخ نمی‌کردند. (فیگیروا، ۱۳۶۳: ۱۴۶)

مردم در دوره صفوی از سه وعده غذایی استفاده می‌کردند. در وعده صبحانه و ناهار از غذاهای سرد و حاضری و در وعده شام، غذاهای پخته صرف می‌شد. کارری، صبحانه غالب مردم را مرکب از نان و ماست (کارری، ۱۳۴۸: ۱۴۵) و شاردن، یک قطعه نان و دو فنجان چای عنوان کرده است (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۲۰). صرف میوه نیز در هنگام صبحانه متداول بود. (کارری، ۱۳۴۸: ۱۴۵). اما به طور معمول، فقط افراد متمکن و دارا از آن استفاده می‌کردند. (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۴). ناهار مردم نیز جز روزهایی که مهمان داشتند و از غذای گرم استفاده می‌کردند، انواع میوه، لبنیات و مربا را شامل می‌شد. (اولثاریوس، ۱۳۶۳: ۲۷۰ / شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۲۱ / تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷) اما هنگام شام از غذاهای گرمی مانند پلو و کباب استفاده می‌شد. (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۲۱ و تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷)

گوشت خوراکی معمول ایرانیان گوشت گوسفند، بزغاله، مرغ و کبوتر بود (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷). مصرف گوشت در ایران مختص به حیوانات حلال گوشت بود و مردم از خوردن گوشتی که در شرع ممنوع شده بود، پرهیز داشتند. از جمله گوشت خرگوش و خوک که به هیچ عنوان مصرف نمی‌شد. (فیگوروا، ۱۳۶۳: ۱۴۶ / تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷ / شرلی، ۱۳۸۷: ۱۴۸) شاردن^۱ عادت ایرانیان را در مصرف گوشت حیوانات حلال گوشت بسیار می‌پسندد و از این منظر معتقد است که مصرف گوشت در سلوک، رفتار و سیمای آدمی تأثیر می‌گذارد. وی در این زمینه، سیمای اروپاییان را با سیمای ایرانیان که اولی گوشت خوک می‌خورد و دیگری از مصرف آن پرهیز دارد، مقایسه می‌کند و می‌گوید:

«اگر به قیافه، چهره و رنگ پوست مسیحیان که هم گوشت خوک و هم مشروبات الکلی به حد وفور مصرف می‌کنند، بنگریم درمی‌یابیم که چهره ایرانیان چقدر شاداب‌تر، روشن‌تر و گیراتر است؛ و این گفته کاملاً با حقیقت مطابقت دارد، سیمای ایرانیان بسی شکفته‌تر و باطراوت‌تر از روی مسیحیان و رنگ چهره و اندامشان نیز بسی شفاف‌تر و روشن‌تر از رنگ عارض آنان است.» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۲)

در گذشته، مصرف نان نیز بر سر سفره متداول بود. دلوااله از نان‌های ایرانی تعریف کرده و آنها را نازک، دایره شکل، سفید رنگ و خوش طبخ معرفی کرده است (دلوااله، ۱۳۸۴: ۱۱). اما کارری نان‌های ایران را بسیار نازک و بی‌طعم دانسته است. (کارری، ۱۳۴۸: ۵۰)

اولتاریوس نان‌های مختلفی در ایران دیده است. او از نانی به نام یوخا^۲ نام می‌برد که درازای آن تقریباً یک ساعد و پهنایش نیز همین اندازه بوده است

1. J. Chardin

۲. این نان هم اکنون در بعضی از روستاهای ایران مانند روستای خوگان واقع در محلات و همچنین روستاهای بخش سامان استان کهگیلویه و بویر احمد طبخ می‌شود که شامل نان و شیرهای است که از شیر انگور، گردو، بادام، روغن حیوانی و... تهیه می‌شود.

(اولثاریوس، ۱۳۶۳: ۲۷۱). شاردن نیز از نان‌هایی آمیخته و پخته به شهد شکر یاد کرده است. وی در مدت چهار سالی که به حضور خواهر شاه‌عباس ثانی و عمه شاه سلیمان بار یافته بود از نان‌های شیرینی که توسط این شاهزاده خانم برای وی ارسال می‌شد بسیار تعریف کرده است. (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۲۹)

ایرانیان در دوره صفوی از انواع شربت، ترشی و مرباهای مختلف در سفره استفاده می‌کردند. شربت را با افزودن عصاره انواع میوه‌ها آماده می‌کردند (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۰ / کاری، ۱۳۴۸: ۱۱۴). مرباهای جامد و مایع از شکر تهیه می‌شد و بازارهای مخصوص آن وجود داشت (فیگویروا، ۱۳۶۳: ۱۴۷). شاردن پیرامون ترشی نیز چنین می‌گوید: آنان از آمیختن مقداری آب انار یا آب لیمو و عصاره سیر و پیاز به آب، شربتی به نام ترشی درست می‌کنند، آن را در کاسه‌های بزرگ چینی می‌ریزند، بر سر سفره می‌آورند (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۰). تاورنیه میوه‌های پرورده در سرکه را از انواع خوردنی‌های مردم ذکر کرده است. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۸)

همچنین در هنگام صرف غذا از شربت قند، نیشکر، گلاب و عصاره انواع میوه‌ها استفاده می‌شد. (کاری، ۱۳۴۸: ۱۴۵ و ۱۱۴ / شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۸۳۰)

ظروف غذا

سیاحان اروپایی زمانی که در ضیافت‌ها و بارهای عام حاکمان و پادشاهان صفوی شرکت می‌کردند، محو تماشای ظروف طلا و رنگین می‌شدند و در گزارش‌های خود با حیرت، غذا خوردن در این ظرف‌ها را شرح می‌دادند. در ضیافت بزرگی که در اصفهان، با حضور قشربهای مختلف؛ اعم از سران نظامی، سفرا و خارجیان مقیم این شهر در دربار برپا شده بود، شاردن درباره ظروف غذا چنین گزارش کرده است:

«من و دیگر فرانسویانی که با ترتیب پذیرایی ایرانیان آشنا بودیم، و بارها غذای ایرانی خورده بودیم، از صرف کردن آن اغذیه لذت بسیار بردیم، اما آنان که هرگز به ایران نیامده بودند، از شیوه‌های پذیرایی و مشاهده ظروف و لوازم غذاخوری که همه از طلا بود و بیش از یک میلیون بها داشت، غرق حیرت و شگفتی شدند.» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۲: ۶۰۶)

دلاواله جهانگرد ایتالیایی که در ضیافتی در قصرشاه عباس اول در فرح‌آباد شرکت کرده بود، در وصف ظروف غذاهای پذیرایی چنین نگاشته است:

«ظروف غذا، همه بزرگ و دارای سرپوش مدور و بزرگی بودند که انبوه پلو و اغذیه دیگر را حفظ می‌کرد. جنس ظرف‌ها نقره و در اغلب موارد از طلای یکدست بود و برای قشنگی، آنها را یک در میان می‌آوردند. خودتان می‌توانید تصور کنید تالو این فلزات گران بها در نور خورشید، بر بالای سر حاملان غذا که صف طولی را تشکیل می‌دادند، چه منظره جالبی داشت.» (دلاواله، ۱۳۸۴: ۱۷۶)

اولناریوس به علاقه وافر شاه عباس اول به جمع‌آوری ظروف طلا اشاره کرده است؛ چنان‌که می‌نویسد: «ما، در دربار شاه صفی، گنجینه بزرگی از ظرف‌های زرین دیدیم. گویا فقط شاه عباس بزرگ که عادت داشت سفره و آشپزخانه او پر از ظروف طلا باشد، به تنهایی حدود سه هزار و ششصد پوند ظرف زرین از خود به جای گذاشته است.» (اولناریوس، ۱۳۶۳: ۳۲۱)

در دوره صفوی به غیر از ظروف طلا و نقره که پادشاهان و بزرگان از آنها استفاده می‌کردند، از ظروف مسی و چینی نیز استفاده می‌شد. تاورنیه، جنس ظروف غذاخوری ایرانیان را مس سرخ ذکر کرده است که با قلع آن را سفید می‌کردند (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۹). اولناریوس از ساخت ظروف بدل چینی در

کرمان و شماخی^۱ (اولناریوس، ۱۳۶۳: ۳۰۹) و ساخت ظروف سفالی در قم و صادرات آن به تمام شهرهای کشور خبر داده است (همان: ۱۶۳). کاری نیز از ساخت ظروف مسی در بازار اصفهان یاد کرده است (کاری، ۱۳۴۸: ۸۳). وی حتی از دکان‌هایی در اصفهان یاد می‌کند که ظروف بلورین ساخت نورمبرگ و ونیز در آنها فروخته می‌شد. (همان: ۸۳)

بنا بر احادیث و روایات (همدانی، ۱۳۸۷، ج ۱: ۶۱۹ / مجلسی، ۱۳۶۹: ۵۹) غذا خوردن در ظروف طلا و نقره ممنوع بود. به همین دلیل مردم عادی جامعه، دستورات فقهی مربوط به حرمت و حلیت غذاها را در رژیم غذایی خود رعایت می‌کردند و اغلب از ظروف چینی، سفالی یا مسی برای نگهداری مواد غذایی و خوردن غذا بهره می‌بردند (کاری، ۱۳۴۸: ۱۴۵). همچنین پولاک^۲

توضیح داده که اغنیا برای حفظ ظاهر شرع در عین استفاده از ظروف طلا و نقره قاشق‌های نقره‌ای را سوراخ‌دار می‌ساختند تا مصداق قاشق نباشد، ولی با آن بتوانند غذا و شربت را هم بزنند (پولاک، ۱۳۶۱: ۱۱۰).



یکی از پژوهشگران معاصر، تحریم استعمال ظروف طلا و نقره را از جانب اسلام، به دلیل پیشرفت جنبه اقتصاد و رفع بحران احتکار و توقف ثروت و جریان یافتن و رونق بازار معاملات دانسته است (مصطفوی، ۱۳۸۶: ۸۱). البته

۱. از شهرهای نزدیک شیروان که در جنگ‌های ایران و روس از ایران جدا شد.

2. E. Pollock

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۴۷

دستورات و مقرراتی نیز برای استفاده نکردن از ظروف طلا و نقره در دوره صفوی وجود داشته است. یکی از موارد منع استفاده از این ظروف، در بقعه شیخ صفی‌الدین بود که به جای ظروف طلا و نقره، از ظروف چینی برای صرف غذا استفاده می‌شد؛ حتی پادشاهان و بزرگان نیز در این بقعه برای صرف غذا از ظروف چینی استفاده می‌کردند. (اولناریوس، ۱۳۶۳: ۱۳۰)

مشاغل مرتبط

در دوره صفوی افراد و مشاغل مهمی در زمینه خوارک و آشپزی وجود داشته است. بار عام و ضیافت‌هایی که پادشاهان و حکام برگزار می‌کردند، نیروی انسانی و افراد متخصص زیادی را در این حیطه می‌طلبد. مشاغل مرتبط با صنعت غذایی در دوره صفوی به دو دسته تقسیم می‌شدند: دسته اول، مشاغل و باشیان درباری بودند که اهمیت و اعتبار زیادی داشتند و دسته دوم، دکان‌ها و کسبه‌ای که در میدان‌ها و بازارها فعالیت می‌کردند و مشتریان آنها اغلب از مردم کوچه و بازار محسوب می‌شدند.

یکی از مهم‌ترین مقام‌های درباری «انباردار باشی» بود که نگهداری تمام حبوبات و زاد و توشه مورد نیاز خوراک دربار را به عهده داشت (کارری، ۱۳۴۸: ۱۶۷). وی بر انبارها و ذخایر شاه نظارت می‌کرد و صاحب منصبانی در زیر دست داشت (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۵۲). کارری در بخش مناصب و مشاغل دربار ایران، از دو منصب درباری «آغاسی باشی» و «مهماندار باشی» نام برده است که اولی، بزرگ‌ترین مهماندار مهمانخانه شاه و دومی، مأمور پذیرایی سفر بود (کارری، ۱۳۴۸: ۱۶۷). فیدالگو^۱ که به عنوان سفیر کشور پرتغال به دربار شاه سلطان حسین صفوی آمده بود، از مهماندار و اقدامات وی

1. G. Fidalgo

اظهار خشنودی کرده و نوشته است: «در تمام دهات و قصبات سر راه همواره آذوقه و خوراک برای خودمان و اسب‌هایمان مهیا بود. زیرا مهماندار کلیه مایحتاج ما را از پیش، توسط دو تن از مستخدمانش فراهم می‌کرد» (فیدالگو، ۱۳۵۷: ۴۰). بنا به گفته شاردن، یکی از معتبرترین مشاغل دربار، «توشمال باشی» بود که مهتر خوالیگران و ناظر همه مطبخ‌ها بود. خوان‌سالار پادشاه، نظارت بر کلیه امور مربوط به مطبخ را بر عهده داشت. وی موظف بود هر بار، پیشاپیش غذای مخصوص سفره سلطان، از هنگامی که از آشپزخانه بیرون می‌بردند تا چیده شدن آن بر سر خوان، در حرکت باشد، و نمی‌توانست از انجام دادن این وظیفه مهم، حتی هنگامی که شاه در حرمسرا بود غفلت ورزد، زیرا موظف بود در چنین مواردی هم تا در حرمسرا، همچنان پیشاپیش غذا حرکت کند» (شاردن، ۱۳۷۲، ج ۳: ۱۲۱۷). از توشمال‌باشیان دوره صفوی می‌توان به شخصی به نام حسین خان اشاره کرد که توشمال‌باشی شاه صفی بود. وی به دلیل انجام خدمات شایسته به رتبه نظارت ارتقا یافت و شخصی به نام شاهوردی بیک جانشین او شد (وحید قزوینی، ۱۳۸۳: ۳۲۰). توشمال باشی شاه از امتیازات ویژه‌ای برخوردار بود. وقتی که سفره را برمی‌چیدند این صاحب‌منصب بهترین قسمت غذا را برمی‌داشت و بر روی آن کارد خود را فرو می‌کرد و به خانه خود یا هر جا که می‌خواست می‌فرستاد. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۵۲ / شاردن، ۱۳۷۲، ج ۳: ۱۲۱۷)

«سفره‌چی باشی» یکی دیگر از مناصب درباری محسوب می‌شد که سفره زربفت را، روی فرش، جلوی شاه می‌گستراند و زیر نظر توشمال باشی انجام وظیفه می‌کرد (کارری، ۱۳۴۸: ۱۶۶ و ۱۶۷). از توشمال‌باشیان دوره صفوی می‌توان به شخصی به نام خلف بیک اشاره کرد که «سفره‌چی» فرهاد خان قهرمان‌لو از سرداران نظامی شاه عباس اول بود. وی بعدها به رتبه سفره‌چی

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۴۹

باشی شاه صفی و شاه عباس دوم رسید و به دلیل انجام خدمات شایسته، «چرخچی باشیگری» به خدمات وی افزوده شد. (وحید قزوینی، ۱۳۸۳: ۳۲۰)

محتسب از صاحب منصبان دیگری بود که در حکم قاضی پلیس عمل می‌کرد. وی ناظر امور مواد غذایی بود و با معاونان خود قیمت اجناس را اول هر هفته به دقت تعیین می‌کرد (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۸۱). این قاعده به دستور شاه عباس بنیان نهاده شده بود و طی سلطنت او بسیار مرتب‌تر از دوره‌های بعد مراعات می‌شد (کارری، ۱۳۴۸: ۱۳۹). اغلب این صاحب‌منصبان کلیه احتیاجات زندگی خود را، از قبیل گوشت و روغن و برنج و ادویه، از سرای شاه فراهم می‌کردند. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۲۵۲)

بزرگان و رجال کشور نیز در خانه‌های خود آشپزخانه کامل و آشپزهای قابل‌دانشند (دل‌واله، ۱۳۸۴: ۶۹). از آشپزان درباری که در عصر صفویه به کار آشپزی و طب‌اخ‌ی مشغول بودند، یکی حاجی محمدعلی باورچی بغدادی بود که آشپز یکی از اعیان و اشراف و رجال عصر شاه اسماعیل صفوی بود. رساله‌ای از او به نام «کارنامه» به جای مانده است که در صنعت طب‌اخ‌ی تألیف شده است. مؤلف، این کتاب را در سال ۹۲۷ ق. در سفری که به جانب اردبیل و به قصد زیارت آستانه شیخ صفی رهسپار بود، پس از مراجعت از آن دیار نگاشته است (افشار، ۱۳۸۹: ۲۳). شخص دوم، نورالله آشپز است که آشپز شاه عباس اول بوده است. وی به اجازه شاه عباس صفوی به حجاز رفت و پس از بازگشت، رساله خود به نام «مادة الحیات» را در سال ۱۰۰۳ قمری نوشت. (همان: ۲۷)

نورالله آشپز در رساله خود صفات استاد آشپز را چنین ذکر می‌کند:

«استاد آن است که به هیچ وجه من‌الوجه از ابتدا تا انتها از کار خود غافل نشود و به امید هیچ کس نگذارد و عجب و غرور که افعال شیطان است، به خود راه ندهد و به دیانت و امانت موصوف باشد و صفت او آن است که پا از

دایره شرع بیرون نهد و در هر وقت از صلوٰة و صوم خالی نباشد و مرتکب مناهی نگردد [و] ظاهر و باطن خود را پاک و پاکیزه نگه دارد و جمیع اسباب و آلات طبخ را پاکیزه نگه دارد و مخصوصاً گوشت را آبکشیده کار کند که لذت طعام و لذت دست از تقوا و طهارت پیدا می‌شود و غیرت و حمیت و بردباری و خلق خوش و نیکوکاری و با عملة سازگاری، لازمه این کار است و مردانگی و جلدی خدا داده است. از بی‌حیایی اجتناب باید کرد و از پر آهی احتراز که راه غالب است... و هرکس که بدین صفتها که صد یکی و از بسیار اندکی گفته شد، موصوف شود، او را استاد می‌توان گفت و بدو عاریه نیست و اگر نه، جای عیسی آسمان و جای طوطی، شاخسار». (همان: ۱۸۹ و ۱۹۰)

دکان‌های طبخی و اغذیه فروشی از اماکن دیگری بودند که در آنجا به مردم اغذیه پخته می‌فروختند. این دکان‌ها در سراسر ایران دایر بودند و اغذیه آنها به قدری مطبوع بود که همه با علاقه فراوان از آنها خرید می‌کردند، حتی بزرگان و رجال نیز از اغذیه لذیذ این دکان‌ها خریداری می‌کردند (دلاواله، ۱۳۸۴: ۶۹ و ۷۰). دن گارسیا فیگیروا زمانی که در جزیره هرمز به سر می‌برد از چند دکان خوراک‌پزی یاد کرده بود که انواع خوراکی اعم از ماهی‌های سرخ شده و میوه‌های خشک و تر در آنها فروخته می‌شد (فیگیروا، ۱۳۶۳: ۵۴). وی حتی از چند دکان خوراک‌پزی که در بین مسیر لار تا شیراز و در کاروانسرای دایر بوده، یاد کرده است. (همان: ۱۲۱)

تاورنیه نیز از دکان‌های کباب‌پزی اصفهان یاد کرده است که چندین گوسفند آویخته و سرخ شده در آنها وجود داشت و مشتریان هر جای گوسفند را که می‌خواستند انتخاب می‌کردند. (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۸)

چایخانه‌ها و قهوه‌خانه‌ها نیز از مراکزی بودند که مردم در آنجا به نوشیدن چای و قهوه و مصرف تنباکو می‌پرداختند و به بازی تخته‌نرد و شطرنج مشغول

می‌شدند. شاعران و نقالان نیز با افسانه‌ها، داستان‌ها و شعرهای گوناگون حضار را سرگرم می‌کردند. (اولثاریوس، ۱۳۶۳: ۲۴۱)

جمع‌بندی

دوره صفوی از لحاظ سیاسی و اجتماعی، نقطه عطف مهمی در تاریخ ایران است. چنان‌که برخی از پژوهشگران بر این باورند که شروع تاریخ ایران معاصر با دوره صفوی گره خورده است. اطلاعات منحصر به فردی که سیاحان از وضع زندگی اجتماعی آحاد مردم از دوره صفوی به بعد داده‌اند، در هیچ دوره تاریخی وجود ندارد. از این رهگذر، سیاحان توجه ویژه‌ای به خوراک و کیفیت تغذیه مردم و همچنین رعایت آداب رسوم خاص در هنگام صرف غذا کرده‌اند و قریب به اتفاق همه آنان در این مورد به ارائه گزارش و اظهار نظر پرداخته‌اند. چنان‌که از این گزارش‌ها برمی‌آید، به دلیل اقدامات تجاری و بازرگانی و همچنین زیربنای زراعی استوار در کشور که با اقدامات ویژه شاه عباس اول صورت گرفته بود، انواع میوه و خوراکی در کشور وجود داشت و مردم بهره‌مند از کیفیت و تنوع غذایی زیادی بودند که البته به تناسب وضع و طبقات اجتماعی جامعه متفاوت بود. اما به هر حال، وضعیت خوارک و تغذیه مردم در این دوره در کنار ابعاد اجتماعی مثبت، دارای برخی ابعاد منفی و آسیب‌رسان به حیات اجتماعی نیز بوده است؛ همانند قناعت و کم‌خوری، مهمان‌نوازی مردم از شاه تا رعیت، وجود بنیادهای خیریه و اطعام فقرا.

منابع

۱. افشار، ایرج (۱۳۸۹). آشپزی در دوره صفوی. تهران: سروش.
۲. انصاری، ابراهیم (۱۳۷۷). نظریه‌های قشربندی اجتماعی و ساختار تاریخی آن در ایران. اصفهان: دانشگاه اصفهان.
۳. اولثاریوس، آدام (۱۳۶۳). سفرنامه اولثاریوس. ترجمه احمد بهپور. تهران: سازمان انتشاراتی و فرهنگی ابتکار.
۴. پولاک، یاکوب ادوارد (۱۳۶۱). سفرنامه پولاک، ایران و ایرانیان. ترجمه کیکاووس جهاننداری. تهران: خوارزمی.
۵. تاورنیه، ژان باتیست (۱۳۸۳). سفرنامه تاورنیه. ترجمه حمید ارباب شیرانی. تهران: نیلوفر.
۶. تکاندرن دریابل، ژرژ (۱۳۵۱). ایترپرسیکوم؛ گزارش سفارتی به دربار شاه عباس اول. ترجمه محمود تفضلی. تهران: بنیاد فرهنگ ایران.
۷. دلاواله، پیتر (۱۳۸۴). سفرنامه دلاواله. ترجمه شعاع‌الدین شفا. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۸. سیوری، راجر (۱۳۸۰). در باب صفویان. ترجمه رمضان روح‌اللهی. تهران: نشر مرکز.
۹. شاردن، ژان (۱۳۷۲). سفرنامه شاردن. ترجمه اقبال یغمایی. تهران: توس.
۱۰. شجاع (۱۳۵۶). انیس الناس. به کوشش ایرج افشار. تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
۱۱. شرلی، آنتونی (۱۳۸۷). سفرنامه برادران شرلی. ترجمه آوانس به کوشش علی دهباشی، تهران: نگاه.

توصیف فضا و محتوای آداب غذایی دوره صفوی ❖ ۱۵۳

۱۲. فیگوریوا، دن گارسیا دسیلوا (۱۳۶۳). سفرنامه فیگوریوا. ترجمه غلامرضا سمیعی. تهران: نشر نو.
۱۳. فیدالگو، گرگوریو پیرا (۱۳۵۷). گزارش سفیر کشور پرتغال در دربار سلطان حسین صفوی. ترجمه پروین حکمت. تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
۱۴. کاری، جملی (۱۳۴۸). سفرنامه کاری. ترجمه عباس نخجوانی و عبدالعلی کارنگ. تبریز: اداره کل فرهنگ و هنر.
۱۵. کنتارینی، آمبروسیو (۱۳۴۹). سفرنامه کنتارینی. ترجمه قدرت‌الله روشنی. تهران: امیرکبیر.
۱۶. کمپفر، انگلبرت (۱۳۶۳). سفرنامه کمپفر. ترجمه کیکاووس جهاننداری. تهران: خوارزمی.
۱۷. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی (۱۳۶۹). حلیه المتقین. قم: نشر لقمان.
۱۸. مصطفوی، حسن (۱۳۸۶). محاکمه و بررسی در عقاید و احکام و آداب و تاریخ باب و بهاء. تهران: مرکز نشر آثار علامه مصطفوی.
۱۹. وحید قزوینی، محمدطاهر بن حسین (۱۳۸۳). تاریخ جهان آرای عباسی. مقدمه، تصحیح و تبلیغات سعید میرمحمدصادق. زیر نظر احسان اشراقی. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۲۰. همدانی، مولی عبدالصمد (۱۳۸۷). بحرالمعارف. تحقیق و ترجمه حسین استاد ولی. تهران: انتشارات حکمت.



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی