

از ایران چه می‌دانم؟ / ۱۲۹

نان و نانوائی در ایران

مهاطبی پزشکی

(با همکاری: محمدرضا پوراحمد)



دفتر پژوهشهای فرهنگی

پزشکی، مصطفی، ۱۳۴۲-

نان و نانوائی در ایران / مصطفی پزشکی، با همکاری محمدرضا پوراحمد- تهران: دفتر پژوهشهای فرهنگی، ۱۳۹۶.

۱۳۵ ص: مصور- (از ایران چه می دانم؟؛ ۱۲۹)

ISBN: 978-964-379-397-5

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.
کتابنامه.

۱. نان - ایران. ۲. نان در ادبیات. الف. پوراحمد، محمدرضا، ۱۳۴۵- . ب. دفتر پژوهشهای فرهنگی. ج. عنوان.

۳۳۸/۱۷۳۱

۹۱۳۹۶ الف ۲۳ ن / HD ۹۰۵۸

۴۴۶۳۶۴۰ کتابخانه ملی ایران

SBN: 978-964-379-397-5

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۷۹-۳۹۷-۵

نان و نانوائی در ایران از ایران چه می دانم؟ / ۱۲۹

* مؤلف: مصطفی پزشکی (با همکاری: محمدرضا پوراحمد)

* ویراستار: مهیم رفیعی

* تصویر روبرو: رضا پوراحمد

* طراح جلد و صفحه آر: فریاد داورزنی

* شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه چاپ اول: ۱۳۹۶

همه حقوق محفوظ است. هرگونه کپی و استفاده از این اثر به هر شکل بدون اجازه کتبی دفتر پژوهشهای فرهنگی ممنوع است.

دفتر پژوهشهای فرهنگی



مراکز اصلی پخش و فروش:

• دفتر و فروشگاه مرکزی: تهران، خیابان کریم خان زند، خیابان ایران شهر شمالی، کوچه باقر

صندوق پستی: ۱۵۸۷۵-۴۶۶

قصرالدشتی، شماره ۵. کدپستی: ۱۵۸۴۷۴۷۹۱۳

دورنگار: ۸۸۳۰۲۴۸۵

تلفن: ۸۸۱۲۱۳۶۴، ۸۸۳۱۵۲۳۷

تلفن های فروش: ۸۸۴۹۴۶۱، ۰۹۳۵۲۴۷۹۸۴۷

پست الکترونیک: lahze1386@gmail.com

فروش الکترونیک: www.iranculturalstudies.com

• پخش مرکزی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، نبش خیابان شهید و حید نظری، شماره ۵

دورنگار: ۶۶۹۵۰۱۴۶

تلفن: ۰۹۱۲۲۱۷۷۶۴۷، ۶۶۴۱۷۵۳۲

یادداشت

با توجه به تحولات نوین فرهنگی در جامعه امروز، نیاز همه ایرانیان، به ویژه جوانان تیزبین و پرسشگر، به بررسی های جدید علمی و مستمر درباره تاریخ پرفرازونشیب ایران زمین در دینیت و فرهنگ و تمدن آن، بیش از گذشته نمودار شده است. از این رو، دفتر پژوهشهای فرهنگی با شناخت این امر و در جهت گسترش دیدگاه های همه جانبه و عمیق فرهنگی، تلاش می نماید تا با آناز که ده و بر آن است تا با انتشار مجموعه از ایران چسی نام؟ آگاهی های مهم، دقیق و سودمندی را در حوزه های گوناگون ایران پژوهی در دسترس همه دوستداران ایران و جوانان نخبه مند کشورمان قرار دهد.

امید است که این دفتر بتواند با ارائه این نوع پژوهش ها، ضمن ایجاد پیوندی ناگسستنی میان فرهنگ امروز و دیروز و دوری از هرگونه ذهنیت و جانبداری های یک سویه و غیر علمی، زمینه تبادل نظر و اندیشه را میان همه پژوهان و علاقه مندان این عرصه فراهم سازد و در شکوفایی حرکت های نوین فرهنگی و اندیشه پرور و ایجاد آینده ای بهتر برای این سرزمین، نقشی شایسته و مفید ایفا کند.

فهرست مطالب

۷	پیش‌سخن
۱۱	فصل یکم. تاریخچه نان
۱۱	۱. واژه‌شناسی نان
۱۲	۲. تاریخچه نان
۲۷	فصل دوم. از گندم تا نان
۲۹	۱. گندم
۳۷	۲. آرد
۴۱	۳. نان
۴۹	فصل سوم. انواع نان در ایران
۵۰	۱. نان‌های کماج
۵۳	۲. نان‌های ساجی یا تابه‌ای
۶۱	۳. نان‌های سنگی
۶۴	۴. نان‌های تنوری
۸۴	۵. نان‌های دیگی
۹۶	۶. نان‌های دیگر غلات و نان‌های حبوبات
۹۹	۷. نان‌های ایام قحطی

فصل چهارم. نان در زبان و ادب فارسی

- ۱۰۹ ۱. تمثیل و مثل
- ۱۱۱ ۲. دعا
- ۱۱۲ ۳. نظم و نثر

فصل پنجم. نان در باورها و فرهنگ عامه

- ۱۱۵ ۱. کاربرد نذری نان گندم و آرد
- ۱۱۷ ۲. نان در باورها و گورستان‌ها
- ۱۲۰ ۳. نان در آیین‌های محلی
- ۱۲۱

سخن پایانی

- ۱۲۷
- ۱۲۹ مآخذ

پیش سخن

ایران زمین در طول تاریخ بستر برآمدن، شکوفایی و اسکان گروه‌های مختلف اجتماعی و فرهنگی بوده است. ورود آریایی‌ها، اعراب، ترکان و مغولان تنوع ذائقه و سلیقه، رفتارها، غذای و کنش‌های فرهنگی مرتبط با غذا و تنوع غذایی را در پی داشت. این اقلیم عاملی شده‌اند که پهنه فرهنگی و باورهای غذایی سرزمین ایران از غذا و اعتدال و ویژه غذایی انباشته شود. این تنوع انباشته، عاملی شده است که سرزمین ایران در سطح جهانی — از بُعد چشم‌انداز گردشگری غذایی — جایگاهی والا باید بساید بی‌راه نباشد که توصیف شود، سرزمین ایران از لحاظ تنوع فرهنگی و غذایی خود از بی‌نظیرترین پهنه‌های فرهنگی در جهان است که توانایی‌های بالقوهٔ فراوانی برای کسب اعتبار در دنیای امروز و به‌ویژه گردشگری غذایی دارد (فکوهن، ۱۳۸۹، ص ۵). در صنعت گردشگری غذا و خوراک به‌عنوان یک جاذبهٔ زیست‌محیطی، بسیاری دارد. از آن‌جا که غذا بخش بزرگی از هزینهٔ توریسم را تشکیل می‌دهد — فرایند غذای سالم و بومی — نقش بسیار مهمی در توسعهٔ خدمات توریسم دارد (Richards, 2012). صنعت گردشگری تجربهٔ خوردن غذاهایی را که اصالتاً متعلق به فرهنگی خاص هستند به منظور توسعهٔ غذاهای سالم و آشنا برای مسافران ایجاد کرده است. توریسم غذایی چیزی بیش‌تر از تلاش برای تجربهٔ غذاهای جدید دیگر جوامع است. پایه و اساس توریسم درک دیگری است، چیزی که متفاوت از امر معمول و رایج باشد. غذا خود می‌تواند به‌عنوان

یک مقصد و هدف گردشگری مطرح باشد تا این که صرفاً وسیله‌ای برای گردشگر (Long, 2004).

غذا روزه‌هایی خوشگوار برای ورود به هر فرهنگ و شناخت آن است؛ زیرا آنچه به عنوان غذا مورد استفاده قرار می‌گیرد در حقیقت با شرایط محیطی، فرهنگ، باورها، ریشه‌های تاریخی، میزان دشمنی و چالش با نواحی همجوار، سیاست و شرایط زیست محیطی، تحولات اقلیمی و سرزمینی، سبک زندگی و هم‌چنین سیاست‌ها و تکنولوژی اعمال شده بر آن در ارتباط است. برای بسیاری از انسان بومی تعادل غذایی که به وسیله استفاده از این منابع غذایی متنوع صورت می‌گیرد، حیاتی است. تعادل تنها در ارتباط با نوع غذا به لحاظ توازن گیاهی - جانوری در محیط جغرافیایی به‌تنهایی نیست، بلکه نوعی که به اصطلاح حکمای ساسان گرم و سرد (دارای طبع سرد و یا گرم) خوانده می‌شود، نیز بخشی از این رخ تعادلی است. موضوع این تعادل اغلب در ارتباط با دانش بومی مردمان منطقه است. دانش بومی ارزش‌های بسیاری را در تعادل غذایی و محیطی ایفای می‌کند.

از دیگر سو، امروزه نگرانی‌ها در مورد کیفیت و حفظ محیط زیست و در سطحی وسیع‌تر نگرانی از انتقال آلودگی‌های صنعتی، در صف اول نگرانی‌ها در خصوص دسترسی به منابع غذایی قرار داده است. هم‌چنین، این موضوعات برای محافظت از محیط طبیعی مملو از گونه‌های متنوع مهم است (Johns, 1994, pp. 81-87).

بدین روی نقش و کارکرد غذا در محیط طبیعی و تنوع بومی آن بسیار حائز اهمیت است. در اغلب نواحی به نسبت ادوار تاریخی، چنین تفاوتی عاملی برای تمایز نمادها و سمبل‌های فرهنگی بومی - محلی، نسبت به دیگر مناطق شده است. بنابراین در سرزمین ایران، عادات غذایی هر ناحیه‌ای با دیگری تفاوت‌های آشکاری دارد. این عادات که زیرمجموعه‌ای از فرهنگ و

تحولات تاریخی، باورها و مرزهای دانش و فناوری هر جامعه است، عاملی برای شناخت شیوه تهیه و تنوع غذایی، حتی نحوه و میزان نگهداری غذا و سازوکارهای مؤثر تعارضات قومی و خشونت‌های محیطی در طول تاریخ است.

نان غنایی است که در فرهنگ ما نقش مهم و قابل توجهی دارد که با هیچ خورانی دیگری قابل مقایسه نیست و به طوری که در گویش‌ها و اصطلاحات روزمره مردم شنیده می‌شود، بودن و یا نبودن هیچ چیز در زندگی شاید مهم نباشد، اما «الربیع سفره‌ای بی نان نباشد»، «دل آدم خوش باشه تن آدم سالم باشه به لقمه نان خالی از هرچی که بگی بهتره»، «هیچ چی جایِ نون رُ نمی‌گیره»، «نون قوت بس آدم» و ...

وقتی صحبت از رزق و روزی انسان به میان می‌آید، مردم بر این عقیده هستند که خداوند هیچ دهان و شکمی را بی روزی نمی‌گذارد حتی اگر یک لقمه نان خالی باشد. بنابراین چیزی که در خانواده و زندگی مردم بیش از هر مسئله دیگری مهم و مورد توجه است، تهیه و فراهم کردن غلات برای پخت نان و آذوقه اصلی مصرف سالانه خانواده است که معرکه این امر از گذشته تا به امروز مراحل مختلفی را گذرانده است؛ یعنی از زمان‌هایی که مردم نان خود را از جو و با روش‌های سنتی تهیه می‌کردند تا به امروز که نان گندم، نان رایج و معمول مردم است و همان مردمی که آن روزها به قول خودشان نان جو را روی سنگ و ساج^۱ می‌پختند و به صورت خمیر یا فطیر می‌جودند و در آرزوی یک لقمه نان گندم بودند، حالا امروزه در آرزوی آن نان جو قدیم هستند! (جعفرزاده، بی‌تا، ص ۱۱۱).

۱. ساج، سینی نسبتاً بزرگی از آهن و با مس است که روی آتش می‌گذاشتند و نان را روی آن می‌پختند.