

## طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی مصرف آن در

### شهر یزد

فربیا صدیقی<sup>۱</sup>، موسی الرضا غربی<sup>۲</sup>، ساجده میرشمسی<sup>۳</sup>

### چکیده

غذایی که انسان‌ها می‌خورند، هویت و کیستی آنان را شکل می‌دهد و مرز آنان را از دیگر گروه‌ها مشخص می‌کند. همین موضوع در مورد طعم‌های مورد علاقه انسان‌ها کاربرد دارد؛ به عبارتی جوامع و گروه‌ها مرزهای گروهی خود را از دیگر گروه‌ها براساس طعم مورد علاقه‌شان متمایز می‌کنند؛ بر این اساس مردم یزد به دلیل مصرف نبات و شیرینی و علاقه به طعم شیرین از دیگران متمایز می‌شوند. فرهنگ علاقه‌مند به طعم شیرین منجر به محبوبیت شیرینی و نبات در یزد و شهرت ملی شیرینی و نبات یزد شد؛ بنابراین در این پژوهش با تمرکز بر مطالعات میدانی و مردم‌نگاری (شامل مشاهده و مصاحبه) و اسنادی سعی شد شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی مصرف نبات مورد بررسی قرار گیرد. یافته‌های مطالعه اسنادی و تاریخی این پژوهش نشان می‌دهد که پیشینه نبات در ایران به عصر ساسانی بازمی‌گردد. همچنین پس از بررسی و تحلیل یافته‌های میدانی به روش سه‌گانه اسپرادللی در مورد مصرف نبات، هفت مقوله مصرفی نبات با عناوین «نبات؛ دارویی گرمابخش»، «نبات؛ مسکنی برای درد جسم»، «نبات؛ شفابخش روح»، «نبات بخشی از مراسم جشن ازدواج»، «نبات؛

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۶/۱۵، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۹/۱۲.

۱. استادیار گروه مردم‌شناسی و جمعیت‌شناسی دانشگاه یزد

seddighi.fariba@yazd.ac.ir

۲. استادیار گروه علوم اجتماعی و عضو هیسته زیست‌قوم‌شناسی، دانشگاه حکیم سبزواری سبزوار

mr.gharbi@hsu.ac.ir

۳. کارشناس برنامه‌ریزی دانشگاه حکیم سبزواری

sajedemirshamsi82@gmail.com



کالایی برای مبادله»، «نبات و رفع خستگی»، «نبات و دفع چشم زخم» در شهر یزد مورد تحلیل قرار گرفت.

واژگان کلیدی: طعم شیرین، نبات، یزد



مثل معروفی وجود دارد که «به من بگو چه چیزی می خوری، من به شما خواهم گفت شما چه کسی هستی؟» (ژان ساورین، به نقل از ودادهیر و دیگران، ۱۳۹۳: ۷۲). این مثل اطلاعات گسترده‌ای در زمینه تغذیه و عادات غذایی به ما می‌دهد. از زاویه دید متخصص طب سنتی، این مثل به ما می‌گوید بسیاری از بیماری‌ها به دلیل نوع مواد غذایی و بی‌توجهی به چیزی است که می‌خوریم، اما جنبه دیگر این مثل که کمتر به آن پرداخته شده است، توجه به جلوه‌های فرهنگی مثل است. همین جنبه‌های فرهنگی مثل، سبب شد انسان‌شناسان بسیاری به مطالعه حوزه غذا و تغذیه علاقه‌مند شوند. هویت‌سازی و تعریف مرزهای گروهی خودی و دیگری‌سازی از نمونه‌های جنبه فرهنگی، مثل است. مطابق با نگرش فرهنگی به تغذیه، نوع مواد غذایی جوامع مختلف، شهرهای یک کشور یا حتی خانواده‌های مختلف یک شهر متفاوت است و این تفاوت با طبقه، جنسیت، قومیت و سایر رده‌بندی‌های اجتماعی ارتباط می‌یابد (تاپیر، ۱۳۹۳: ۳۶۱). برومیرزه (۱۳۹۳: ۳۳۰) در مطالعه‌ای «درباره عادات غذایی مردمان شمال ایران» به روشنی دیگربودگی را توضیح داده است. مطابق با مطالعه‌ی وی، مردمان شمال کشور و گیلان، مردمان دیگر نقاط ایران را به دلیل خوردن نان در وعده‌های غذایی متعدد «دهن‌گشاد» می‌نامند، درحالی‌که از نگاه سایر ایرانیان، مردم گیلان به دلیل مصرف زیاد برنج و ماهی، لقب «برنج‌خور و کله‌ماهی‌خور» گرفتند. در مطالعه ودادهیر و همکاران (۱۳۹۵: ۱۴۰) در خراسان نیز نمونه‌ای دیگر از دیگری‌سازی بر مبنای عادات غذایی گزارش شده است. اگر معنای نهفته در مثل فوق را بسط دهیم، می‌توانیم عنوان کنیم که «انسان‌ها جز طعمی که دوست دارند نیستند» و این طعم مورد علاقه و دوست داشتنی را جامعه و فرهنگ به فرد می‌آموزد. در نهایت طعم غالب جامعه، جزء جدانشدنی نقشه شناختی تغذیه‌ایدئال مردم قرار می‌گیرد. همین طعم غالب فرهنگی سبب شده مردمان هند طعم تند را ترجیح بدهند یا مردمان یزد به طعم شیرین علاقه داشته باشند. طعم و مزه‌ها نقش مهمی در شناخت ما از بدن و جهان اطراف ما دارد. همچنین طعم‌ها احساسات ما را نشان می‌دهند. مطابق با مطالعات پیشین، تجربه خوردن غذاهای تلخ منجر به تجربه حس انزجار می‌شود و خوردن غذاهای شیرین باعث حس عشق و دوست داشتن در افراد می‌گردد (شفر



و دیگران، ۲۰۲۳). طعم‌های شیرین در فرهنگ مردم یزد با شیرینی‌های یزدی مثل قطاب، باقلوا، انواع لوز، قند و نبات یزدی شناخته می‌شود، اما نبات در فرهنگ مردم یزد از جایگاه ویژه و برجسته‌تری برخوردار است. این موضوع را می‌توان در تنوع فرهنگی‌ای که نبات در فرهنگ یزد، به طور عام، و نظام بومی غذا و تغذیه مردم یزد، به طور خاص، تولید کرده است مشاهده کرد. علی‌رغم اهمیت نبات در زیست روزمره انسان یزدی، تاکنون مطالعه مستقلی در این باب صورت نگرفته است؛ بنابراین مطالعه حاضر تلاش دارد با تمرکز بر تولید و مصرف نبات سنتی در شهر یزد، بخشی از فرهنگ نبات در شهر مذکور مورد بررسی قرار دهد.

### ملاحظات روش شناختی

بررسی مطالعات پیشین در مورد نبات، فرهنگ تولید و مصرف آن، این موضوع را روشن کرد که مطالعه‌ای درباره جایگاه نبات در زندگی مردم یزد صورت نگرفته است؛ بنابراین با توجه هدف پژوهش مبنی بر شیوه تولید نبات سنتی و کشف معانی فرهنگی مصرف آن در باور مردم یزد از روش مردم‌نگاری استفاده شد. مردم‌نگاری مشخصه انسان‌شناسی فرهنگی است. برای انجام مردم‌نگاری، انسان‌شناس به محل زندگی افراد مورد مطالعه می‌رود و به مشارکت در فعالیت‌های روزمره زندگی، مصاحبه، خوردن غذاهای متنوع و عجیب، یادگیری زبان‌های جدید و یادداشت برداری و... می‌پردازد؛ در واقع انسان‌شناس با این فعالیت‌ها، به دنبال فهم شیوه‌های زندگی افراد از نگاه خود آنان است (اسپرادلی، ۱۹۸۰: ۳). به منظور دستیابی به این هدف، پژوهشگر میدانی برای انجام مصاحبه با تولیدکنندگان سنتی نبات از دوستان و آشنایان خود، نام و آدرس نبات‌ریزی‌های سنتی را می‌پرسد و برای مصاحبه با آنان به نبات‌ریزی‌ها در خیابان امام شهر، بعثت، میدان امیرچقماق و بلوار کارگر در میدان آرمان مراجعه می‌کند. او پیش از آغاز مصاحبه، با معرفی خود به عنوان پژوهشگر/دانشجو و نشان دادن کارت دانشجویی به مصاحبه‌شوندگان، اهداف پژوهش را برای آنان توضیح می‌دهد و بدین ترتیب اعتماد مصاحبه‌شوندگان را جلب می‌کند. هنگام مصاحبه با تولیدکنندگان سنتی نبات پرسش‌هایی مثل «چه مدت است که در حرفه تولید نبات مشغول به فعالیت هستید؟»، «نبات سنتی چگونه تولید می‌شود؟»، «این شیوه تولید چه تغییراتی



## طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

یافته است؟»، «برای تهیه نبات از چه وسایل و موادی استفاده می شود؟»، «انواع نبات در یزد چه نام دارد؟»، «تاریخچه نبات در یزد به چه زمانی بازمی گردد؟»، «کاربرد نبات در زیست روزمره چیست؟» «نبات چه جایگاهی در فرهنگ یزد دارد؟» پرسیده شد. در مجموع با هشت نفر از افراد شاغل در نبات ریزی سنتی مصاحبه انجام شد و هر مصاحبه بین یک ساعت تا یک ساعت و نیم به طول انجامید. مصاحبه‌ها با رضایت مصاحبه‌شوندگان ضبط شد و پس از پایان ضبط، مصاحبه‌ها پیاده‌سازی شد. همچنین با کسب اجازه از افراد، عکس‌هایی از انواع نبات و تهیه نبات به شیوه سنتی گرفته شد. علاوه بر مصاحبه با تولیدکنندگان نبات، هشت مصاحبه با افراد دیگر در جایگاه مصرف‌کنندگان نبات انجام شد و با آنان در مورد کاربرد نبات در زندگی و فرهنگ یزدی‌ها گفتگو صورت گرفت.

با توجه به اینکه در روش مردم‌نگاری، فرایند تحلیل داده‌ها از جمع‌آوری داده جدا نیست، پس از پیاده‌سازی داده‌ها، تحلیل داده آغاز شد. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل سه‌مرحله‌ای اسپرادللی شامل تحلیل قلمرو، تحلیل طبقه‌بندی و تحلیل مؤلفه‌ای استفاده شد (اسپرادللی، ۱۹۸۰: ۸۵-۱۳۰). تحلیل قلمرو، مجموعه‌ای از معنای فرهنگی را دربرمی‌گیرد و در این پژوهش، تولید نبات و مصرف نبات به عنوان دو قلمرو جداگانه، در تحلیل قلمرو جا می‌گیرد. تحلیل طبقه‌بندی مبتنی بر تفاوت و شباهت یک پدیده فرهنگی در قلمروهای فرهنگی است. در این پژوهش به بررسی شیوه تولید نبات، انواع آن و تفاوت‌های آن در قلمرو تولید و به طبقه‌بندی مصرف نبات شامل نبات برای درمان، نبات برای مراسم و دفع چشم‌زخم پرداخته شد. در تحلیل مؤلفه‌ای، شیوه‌های تولید نبات و مصرف آن در طبقه‌بندی‌های جداگانه شرح داده شد. برای دستیابی به اعتبار پژوهش که همواره از دغدغه‌های پژوهشگران کیفی است، در سطور پیشین جایگاه پژوهشگر در میدان، شیوه انتخاب مشارکت‌کنندگان پژوهش و شیوه جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها (لیچ و اوینگیز، ۲۰۰۸) شرح داده شد. رعایت اخلاق در میدان از مهم‌ترین جنبه‌های مطالعات مردم‌نگاری است. در این پژوهش با دادن نام مستعار به مصاحبه‌شوندگان در پژوهش، تلاش شد گمنامی مصاحبه‌شوندگان حفظ شود. همچنین پژوهشگر میدانی با معرفی خود به عنوان دانشجو درباره اهداف پژوهش به مصاحبه‌شوندگان آگاهی داد.



جدول ۱. اسامی مصاحبه‌شوندگان در پژوهش

ردیف	نام	سن	شغل	سطح سواد
۱	مهدی	۴۶	تولیدی نبات	کارشناسی
۲	حسن	۶۰	تولیدی نبات	سیکل
۳	حاج خلیفه	۴۴	تولیدی نبات	دیپلم
۴	سید محمد	۵۲	تولیدی نبات	دیپلم
۵	دهقان	۶۵	تولیدی نبات	سیکل
۶	علی اصغر	۵۴	تولیدی نبات	دیپلم
۷	رزاق	۶۴	تولیدی نبات	دیپلم
۸	حسین	۴۳	آزاد	دیپلم
۹	علی اکبر	۷۵	بازنشسته	سیکل
۱۰	سید رضا	۷۵	بازنشسته	سیکل
۱۱	مجتبی	۳۸	آزاد	دیپلم
۱۲	ملیحه	۳۳	معلم	کارشناسی
۱۳	ملیحه	۴۰	خانه دار	دیپلم
۱۴	مرضیه	۶۰	خانه دار	سیکل
۱۵	حسن	۳۷	تولیدی نبات	دیپلم
۱۶	فاطمه	۶۴	خانه دار	سیکل

### میدان مطالعه

میدان مطالعه حاضر شهر یزد است. این شهر در فلات مرکزی ایران و در دشت یزد. اردکان واقع شده است. گسترده‌ترین کویرهای جهان درون این فلات قرار دارند و یزد نقطه مرکزی آن محسوب می‌شود (لباف خانیکی، سمسار یزدی، ۱۳۹۴: ۲۲). محصور بودن در شرایط نامساعد جغرافیایی سبب شد مردم این دیار، برای مقابله با نامهربانی طبیعت قنات، آب انبار و بادگیر بسازند و امروزه بادگیرهای یزد (محمودی، ۱۳۸۵: ۹۱)، قنات‌ها و آب انبارهای آن عامل جذابیت شهر محسوب می‌شوند. همین ویژگی تاریخی و کالبدی، منجر به ثبت یزد به عنوان شهر جهانی، در ۱۸ تیرماه ۱۳۹۶ شد، اما بافت کالبدی تنها عامل شهرت یزد نیست، بلکه تنوع شیرینی‌های یزدی شامل قطاب، باقلوا، انواع لوز، حاجی بادام، پشمک،



## طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

سوهان آردی، یزد را در نگاه دیگران به عنوان یک شهر شیرین و خوشمزه معرفی کرده است. قلمسیاه در کتاب یزد در سفرنامه‌ها از نگاه پوریآوری در سفرش به یزد، شیرینی‌های یزد را معرفی می‌کند:

تقاطع خیابان امام خمینی و میرچقماق وارد حاج خلیفه می‌شوید که مرکز لذائذ یزد است... از همان لحظه ورود عطر هل، گلاب، پسته، بادام، نارگیل... چنانت می‌کند که سراز دستار نمی‌شناسی. اینجا بهشت شکموهاست. هریک از غرفه‌های بزرگ و متعدد حاج خلیفه یک نوع از لذائذ را به شما عرضه می‌کند که نوش جان بفرمایید؛ باقلوا، قطاب، پشمک، نان برنجی، نان پسته‌ای، نان کنجدی، لوز بادام، لوز پسته، نارگیل...، اما از لوز بادام که چه مائده‌ای است (۱۳۷۳:۳۲۶).

به دلیل شهرت شیرینی‌های یزدی و سابقه طولانی شیرینی‌سازی در یزد، بسیاری یزد را به عنوان شهر باقلوا و پشمک می‌شناسند (بشارت، ۱۳۹۵:۱۰۵). علاوه بر شیرینی‌های معروف یزدی، نبات یزد شهرت بسیاری دارد. بنابر تجربه زیسته نویسندگان، مردم یزد برای تسکین آلام جسمی و روحی، نبات مصرف می‌کنند؛ بنابراین در پژوهش حاضر، تمرکز بر نبات‌ریزی‌های سنتی است. برای گردآوری اطلاعات مورد نیاز به ترتیب به شیرینی‌پزی و نبات‌ریزی حاج خلیفه در میدان امیرچقماق، شیرینی‌پزی موسوی و نبات‌ریزی رزاقیان در بعثت و نبات‌ریزی زارع در خیابان امام شهر مراجعه شد. در ادامه نبات‌ریزی‌ها و محله‌های آن بررسی می‌شود.

مجموعه امیرچقماق شامل مسجد، میدان، تکیه، آب‌انبار و بازار است که در میدان امیرچقماق قرار دارد. امیرچقماق شامی و همسرش، فاطمه خاتون، در دوران زمامداری خود برای هم‌نشینی با مردم مجموعه مذکور را ایجاد کردند (بی‌نا، ۱۳۸۷:۹۶).



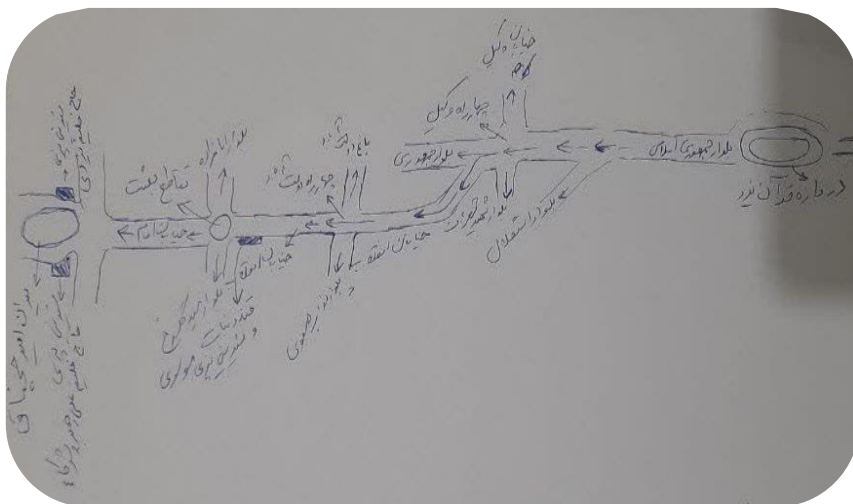


عکس ۱. میدان امیرچقماق، میرشمسی، ۱۴۰۲

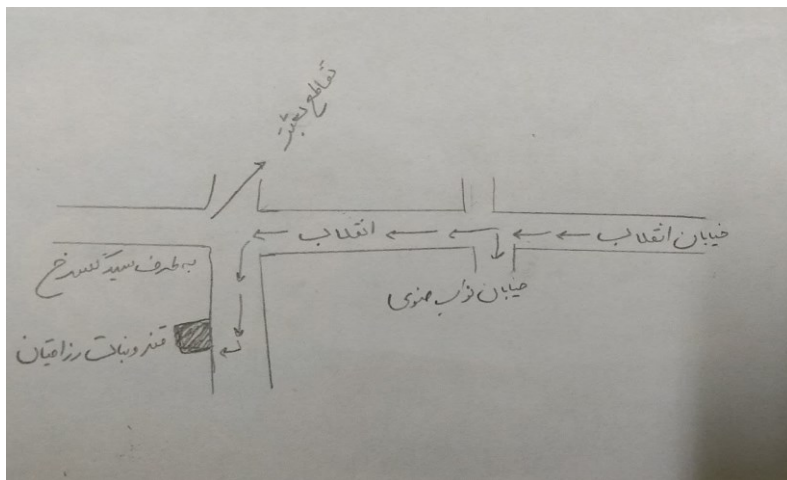
از نگاه مسافران این مجموعه شاخص ترین بنای یزد است، اما امیرچقماق برای یزدی ها جلوه های دیگری دارد. نخل باشکوه و بزرگ واقع در میدان یادآور مراسم باشکوه نخل گردانی در ماه محرم است؛ علاوه بر این وجود مغازه شیرینی سازی حاج خلیفه علی رهبر در نبش خیابان سلمان فارسی و امام جلوه میدان را در نگاه مردم یزد و مسافران دوچندان ساخته است. همچنین در اطراف میدان امیرچقماق کارگاه های نبات ریزی و فروشگاه های فروش نبات وجود دارد. کروکی شماره ۱، موقعیت قند و نبات موسوی و حاج خلیفه علی رهبر را در میدان امیرچقماق را نشان می دهد.



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...



کروکی شماره ۱. قند و نبات و شیرینی پزی موسوی، شیرینی پزی حاج خلیفه در امیرچقماق، میرشمسی، ۱۴۰۰  
 قند و نبات ریزی رزاقیان در تقاطع میدان سید مصطفی خمینی که در حافظه تاریخی مردم یزد با عنوان «میدان بعثت» شناخته می شود قرار دارد. صاحب نبات ریزی رزاقیان در حال حاضر ۶۴ ساله است و از سن شش سالگی به کار تولید نبات مشغول بوده است. او در ۱۳۵۵ش موفق شده است پروانه کسب تولید را بگیرد.

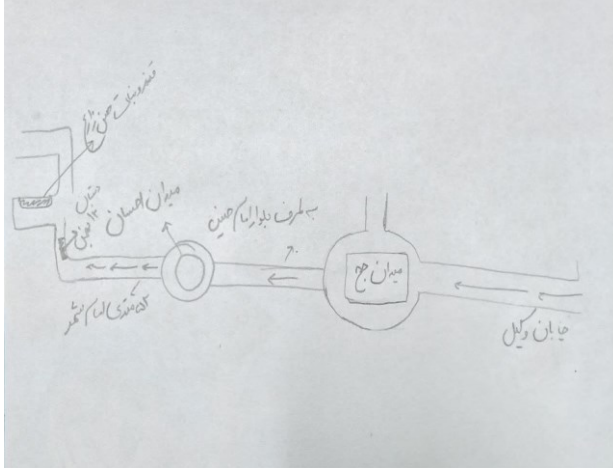


نقشه ۲. قند و نبات رزاقیان در بعثت، میرشمسی، ۱۴۰۰

قند و نبات ریزی زارع سومین قند و نبات ریزی بود که برای مصاحبه در پژوهش حاضر انتخاب شد. مسئول نبات ریزی زارع، به مدت دوازده سال است که به حرفه نبات ریزی



مشغول است. همان طور که در نقشه ۳ نشان داده شده است قند و نبات ریزی زارع در خیابان ۵۲ متری امام شهر قرار دارد.



نقشه ۳. نبات ریزی زارع واقع در امام شهر یزد، میرشمسی، ۱۴۰۲

### ریشه شناسی واژه نبات

در فرهنگ معین ذیل واژه نبات به دو معنای گیاه، رستنی و نوعی قند، پانید، فانیذ که آن را از قصب (نیشکر) می گیرند، اشاره شده است (معین، ۱۳۸۱: ۱۱۰۰). پورداود در کتاب *هرمزنامه* دلیل نامیدن نبات و پیوند دادن آن به رستنی و گیاه نیشکر را این می داند که در مقابل عسل (= انگبین) قرار گیرد که ماده شیرین حیوانی است از زنبور عسل... (۱۳۳۱: ۳۲ - ۳۴)؛ در واقع نبات همان قند و شکر صاف و شفاف و معادل فارسی واژه کندی (Candy) در زبان اروپایی است. در کتاب پهلوی لفظ «تورزت» و در نامه پهلوی خسرو قبادان و ریدگ از لفظ «تبرزد» به جای نبات استفاده شده است و معرب آن «طبرزد» است (پورداود، ۱۳۳۱: ۳۲ - ۳۴). در این زمینه پورداود به شعری از منوچهر دامغانی اشاره می کند:

و آن سیب چو مخروط یکی گوی تبرزد      دو معصفری آب زده باری سیصد  
برگرد رخس بر نقطی چند ز بُسَد      و اندر دم او سبز جلیلی ز زمرد

نبات واژه عربی است. عرب ها در قدیم از واژه «سُکرنبات» استفاده می کردند. امروزه هم در مصر سُکرنبات نام رایج این ماده شیرین است و در ایران هنوز هم «نبات مصری» معروف است. با بررسی نوشته حمدالله مستوفی در *نزهة القلوب* مشخص شد او در ۷۴۰ ق به جای



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

تبرزد از کلمه نبات استفاده کرده است؛ بنابراین شکی نیست که کلمه نبات بیش از نیمه هشتم قرن میلادی وارد زبان فارسی شده باشد (پورداد، ۱۳۳۱: ۳۲-۳۴).

### خاستگاه نبات

پژوهش حاضر در جستجوی منابع تاریخی و اسناد در مورد نبات موفق به یافتن تاریخ دقیقی درباره خاستگاه تولید نبات نشد، اما بر مبنای شواهد و اسنادی تاریخی که در ادامه به آن اشاره می‌شود، گمانه‌زنی‌های در باب پیشینه تولید نبات در ایران قابل طرح است. برخی از این گمانه‌زنی‌ها، نگاه اساطیری دارد؛ چنانکه ابوریحان بیرونی در کتاب *آثارالباقیه* روایت می‌کند نیشکر در ایران هنگام نوروژ کشف شد. تا پیش از این کسی آن را نمی‌شناخت و نمی‌دانست که چیست. جمشید روزی نی‌ای را دید که کمی از آب‌های درون آن به بیرون تراوش کرده بود و چون جمشید دید که آن شیرین است، دستور داد که آب این نی را بیرون آورند و از آن شکر تهیه کنند و بدین ترتیب در روز پنجم شکر به دست آمد (بیرونی، ۳۲۷: ۱۳۸۶). گذشته از باورهای اساطیری، با کشف شکر، تولید نبات به گذشته‌های دور در ایران بازمی‌گردد و در حال حاضر ادامه دارد. پس از آن نبات از ایران و هندوستان به اروپا راه یافته است (غلامحسین پور و دیگران، ۱۳۸۷: ۲۳). همچنین با توجه به نوشته پورداد در هرزدنامه که در رساله *خسرو قبادان و ریذگ*، از لفظ تبرزد استفاده شده است، می‌توان خاستگاه نبات در ایران را به عصر ساسانی نسبت داد. با توجه به تهیه و مصرف نوعی شیرینی به نام «آبلوگ» که شبیه به آب نبات امروزی است و پیشینه آن به دوران ساسانیان بازمی‌گردد (حیدری، ۱۳۹۸)، با اطمینان بیشتری می‌توان به این موضوع اشاره کرد که اگر در آن دوران به فن تولید آب نبات آشنا بودند به احتمال بسیار از شیوه تولید نبات آگاهی داشتند.

### فرهنگ نبات در یزد

چنانکه پیش از این اشاره شد نوشتار حاضر در بررسی فرهنگ نبات در شهر یزد این مهم را در دو حوزه تولید و مصرف دنبال می‌کند. در این چهارچوب ابتدا در حوزه تولید به روش‌های تهیه و تولید نبات در یزد از گذشته تا امروز پرداخته شد و گونه‌شناسی موجود از نبات مورد بررسی قرار گرفته است. در حوزه مصرف نیز عمدتاً بر کاربردهای درمانی و



شفابخش و برخی دلالت‌های اجتماعی و فرهنگی آن در فرهنگ مردم شهر یزد توجه شده است.

### شیوه تولید نبات یزدی

تهیه نبات یزدی به دو روش سنتی و صنعتی انجام می‌شود. در ابتدا شیوه تهیه نبات سنتی و پس از آن شیوه تولید نبات صنعتی بررسی می‌شود و سپس به تفاوت و شباهت نبات تولیدشده به این دو شیوه پرداخته می‌شود. در ادامه شیوه تهیه نبات به دو روش سنتی و صنعتی، به طور جداگانه، توضیح داده می‌شود.

### تولید نبات یزدی به روش سنتی

تهیه نبات سنتی به وسایل و امکانات و مواد اولیه‌ای نیاز دارد. پاتیل و گرم‌خانه مناسب برای نگه داشتن نبات تهیه شده از امکانات ضروری است. در عکس ۲ و ۳ پاتیل و وسایل گرمایشی مورد نیاز نشان داده شده است.



عکس ۲. پاتیل، میرشمسی، ۱۴۰۰

طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...



عکس ۳. وسایل گرمایشی، میرشمسی، ۱۴۰۰

برای تهیه ۳۵۰ کیلو نبات به روش سنتی؛ ۱۶۰ کیلو آب، ۷ کیسه شکر یا ۳۵۰ کیلو شکر نیاز است. پس از جوش آمدن آب، شکر به آن اضافه می‌شود. مخلوط آب و شکر به مدت چهل دقیقه در دمای ۱۱۶ به هم زده می‌شود. به جوش آمدن محلول قسمت مهمی در تولید نبات است، حتی اگر مقدار کمی از محلول بسوزد. محصول نهایی تیره‌رنگ می‌شود.





عکس ۴. آب در حال جوش در پاتیل، میرشمسی، ۱۴۰۰



عکس ۵ مخلوط آب و شکر، میرشمسی، ۱۴۰۰

در مرحله بعد، سه چهار کیلو شکر را با دو عدد تخم مرغ به هم می زنند تا مثل ماست سفت شود. تخم مرغ باید قدری به هم زده شود تا رنگ تیره آن گرفته و مزه نبات خوب شود. پس از گذشت نیم ساعت، با عبور محلول از صافی ناخالصی های آن گرفته می شود. مواد بار دیگر در پاتیل به مدت نیم ساعت می جوشد تا مثل رب انار مقداری سفت شود. پس از خاموش کردن دستگاه، به وسیله آبگردان، مواد را روی سینی می ریزند و به مدت پنج روز در دمای ۶۰ درجه در گرم خانه می گذارند تا محلول شکل بگیرد و نبات آماده شود. محلول نبات باید به آرامی سرد شود تا نبات بلوری شکل بگیرد. برای فهم اینکه چگونه بلورهای نبات شکل می گیرد توجه به تشکیل سه سنگ آذری، رسوبی، بلوری اهمیت دارد. وقتی گداخته های



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

آتش فشان سریع سرد شوند، به سنگ رسوبی تبدیل می‌شوند و اگر مواد مذاب به آرامی سرد شوند، بلوری می‌شوند؛ مراحل سرد شدن نبات نیز بدین صورت است.



عکس ۶. گرمخانه، میرشمسی، ۱۴۰۲



### پخت نبات یزد به روش صنعتی

تولید نبات به روش صنعتی بدین صورت است که محلول آب و شکر در دیگ بخار به جوش می‌آید. پس از آن به‌ازای هر صدکیلوگرم محلول، یک تخم مرغ به آن، برای گرفتن ناخالصی‌ها، اضافه می‌کنند و پس از بیرون آوردن تخم مرغ‌ها محلول آب و شکر را برای رسیدن به غلظت حرارت می‌دهند. سپس شربت را در ظروف دایره‌ای شکل که با نخ‌های مشبک پوشیده شده است می‌ریزند و در دمای ۱۰۸ درجه سانتی‌گراد حرارت می‌دهند؛ در نتیجه این حرارت، بلورهای نبات تشکیل می‌شود. باید توجه داشت که هرچه میزان حرارت بیشتر باشد، بلورهای نبات کوچک‌تر می‌شود. همان‌طور که در روش پخت نبات سنتی و صنعتی شرح داده شد، پخت نبات به هر دو شیوه به شکر نیاز دارد؛ بنابراین از نظر ساختاری نبات با قند و شکر تفاوت ندارد و تفاوت اصلی آن در اندازه بلورهای تشکیل دهنده آن است (سلیمی و دیگران، ۲۰۹: ۱۳۹۶).

### تفاوت و شباهت روش پخت نبات سنتی و نبات صنعتی

نبات تولیدشده با دو روش سنتی و صنعتی از نظر «چاشنی» و «برداشت (خارج کردن نبات از گرمخانه)» یکسان است.

جدول ۲. شباهت پخت نبات سنتی و نبات صنعتی

برداشت (خروج از گرمخانه)	میزان چاشنی	
یکسان	یکسان	شباهت روش تهیه نبات سنتی با نبات صنعتی

تفاوت پخت نبات سنتی با صنعتی در اضافه کردن جوهر به نبات صنعتی، زیبا بودن نبات صنعتی، بازدهی و سود بیشتر، نداشتن مشکل تنظیم درجه حرارت برای پخت در روش پخت نبات صنعتی، کیفیت، یاریگری و تعاون بیشتر در پخت نبات سنتی است.

جدول ۳. تفاوت تهیه نبات به دو روش سنتی و صنعتی

نبات صنعتی	نبات سنتی	تفاوت روش تهیه نبات سنتی با نبات صنعتی
✓		اضافه کردن جوهر
✓		زیبا بودن
✓		بازدهی اقتصادی بیشتر
✓		نبود مشکل تنظیم درجه حرارت برای پخت



## طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

	✓	کیفیت
	✓	یاریگری

هنگام تهیه نبات به روش صنعتی برای بهتر بودن رنگ نبات و نرم نشدن به آن جوهر اضافه می‌کنند، اما در روش سنتی، هیچ ماده افزودنی اضافه نمی‌کنند؛ به همین دلیل نبات سنتی ترد است و طعم بهتری دارد و سریع در آب حل می‌شود (سریع آب می‌شود)؛ در نتیجه کیفیت نبات سنتی بهتر از نبات صنعتی است. در روش صنعتی، مقدار نبات تولید شده در یک زمان مشخص بیشتر است؛ بنابراین بازدهی بالاتر و سود بیشتر و از نظر اقتصادی توجیه بیشتری دارد. در شیوه تولید صنعتی، دیگ بخار به عنوان حامل انرژی مورد استفاده قرار می‌گیرد و حرارت مورد نیاز برای پخت نبات را فراهم می‌آورد؛ بنابراین مشکلی برای تنظیم حرارت وجود ندارد، اما در روش سنتی تنظیم حرارت محلول آب و شکر برای تولید نبات کار مشکلی است و در خیلی موارد نمی‌توان مناسب‌ترین حرارت را برای آن تنظیم کرد؛ از این رو نبات صنعتی نسبت به نبات سنتی زیبایی بیشتری دارد.

با توجه به مزایای تولید نبات به روش صنعتی در مقایسه با سنتی، امروزه از تولید نبات صنعتی استقبال بیشتری می‌شود و اکنون بخش بسیاری از نبات‌های موجود در بازار به روش صنعتی و با استفاده از تجهیزات مخصوص آن تهیه می‌شود، اما در شیوه سنتی تولید نبات، هر فرد وظیفه مشخصی را به عهده دارد و اگر کسی در وظیفه خود کوتاهی کند، مواد اولیه نبات می‌سوزد و از بین می‌رود و نگین نبات یا کاسه نبات به خوبی تشکیل نمی‌شود. حسن و دهقان، دو نفر از تولیدکنندگان نبات سنتی، درباره فرایند یاریگری این‌گونه توضیح می‌دهند: یعنی یکی آب در پاتیل می‌ریزد و دو نفر با کمک همدیگر گونی یا کیسه شکر را در پاتیل خالی می‌کنند. سپس یک نفر هم‌زمان شکر را در پاتیل هم می‌زند تا نسوزد و خوب با آب مخلوط شود. فرد دیگری سفیده تخم مرغ را با شکر مخلوط می‌کند تا ناخالصی‌های شکر را بگیرند، صافی را در پاتیل دوم بگذارند و مواد و چاشنی را از این صافی رد کنند. بعد یک نفر پاتیل را روشن می‌کند و می‌گذارند چهل دقیقه بجوشد.



## انواع نبات در یزد

در شهر یزد نبات به یک شکل تولید نمی‌شود. علی‌اصغر، از تولیدکنندگان نبات سنتی، انواع نبات در یزد را این‌گونه تقسیم می‌کند: پرده‌ای، کاسه‌ای، زعفرانی، زنجبیلی، چوبی، شاخه‌ای، نبات دوآتشه.

در ادامه دربارهٔ انواع نبات، شیوهٔ تولید آن توضیح داده می‌شود.

## کاسه نبات

منظور از کاسه نبات، نباتی است که به شکل ظرف در آمده است. این نبات دور پاتیل تشکیل می‌شود. در یزد از کاسه نبات، به عنوان نماد شیرین‌کامی و تزئین سفرهٔ عقد برای کادو در مراسم نامزدی، عروسی، نوزادی که تازه متولد شده، خنچهٔ عقد استفاده می‌شود. کاسه نبات به رنگ زرد طلایی یا سفید است و می‌توان دانه‌های ریز زعفران را در لابه‌لای بلورهای درخشان آن مشاهده کرد. طبع این محصول گرم و برای افراد سردمزاج بسیار مناسب است.



عکس ۷. کاسه نبات، میرشمسی، ۱۴۰۰

طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

### پرده نبات (نبات پرده)

نباتی است که روی پاتیل‌ها تشکیل شده و از لحاظ کیفیت و مقدار زعفران با دیگر نبات‌های شاخه و چوبی هیچ تفاوتی ندارد. از خصوصیات بارز آن، ترد و نازک بودن است و در وزن‌های ۲۵۰ گرمی، ۵۰۰ گرمی در ظرف‌های یک‌بار مصرف بسته‌بندی می‌شود. این بسته‌بندی از لحاظ اقتصادی برای مصرف منازل بسیار مقرون به صرفه است.



عکس ۸. پرده نبات، میرشمسی، ۱۴۰۰



## نبات دوآتشه

این نبات در یزد به صورت تخصصی تر تولید می‌شود. از شیرۀ نبات پخته می‌شود و مراحل ذوب و تبلور را دو بار پشت سر می‌گذارد و بلوره‌های کوچک تری دارد. نسبت به سایر نبات‌ها طبع گرم‌تر و رنگ تیره‌تری دارد و تردتر است. اگر نبات دوآتشه را باز بجوشانیم تبدیل به نبات سه‌آتشه می‌شود.



عکس ۹. نبات دوآتشه، میرشمسی، ۱۴۰۰

## شاخه نبات

برای تهیه شاخه نبات یا نبات شاخه به پاتیل‌های بزرگ نیاز است و نخ‌هایی را بین چاشنی‌ها قرار می‌دهند و به مدت یک هفته باید در گرم‌خانه بماند؛ در واقع این نبات بلوره‌های نبات است که به دور یک نخ (از جنس پنبه) تشکیل شده است. این نبات شاخه‌های بلند دارد و بدون چوب است. این نوع از نبات در انواع سفید، زعفرانی و گیاهی تولید می‌شود. نبات شاخه زعفرانی و نبات شاخه سفید آن استفاده بیشتری دارد. نبات شاخه قدمت بیشتری نسبت به نبات چوبی دارد و تولید آن بیشتر در شهر مشهد است.

طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...



عکس ۱۰. شاخه نبات یا نبات شاخه، میرشمسی، ۱۴۰۰

### نبات چوبی

نباتی که بلورهای نبات به دور یک چوب تشکیل می شود؛ بدین صورت که چوب ها را در قالب هایی در گرم خانه قرار می دهند، چاشنی نبات را روی آن ها می ریزند، در دمای صددرجه قرار می دهند و به مدت باید یک هفته در گرم خانه می گذارند تا نازک شود و بلور آن آرام آرام سرد شود. از خواص ویژه و ممتاز نبات چوبی نسبت به نبات های نی دار پلاستیکی آن است که به علت جوشاندن چوب کاملاً بهداشتی است و برخلاف نی های پلاستیکی غیربهداشتی و سرطان زا نیست.



عکس ۱۱، نبات چوبی، میرشمسی، ۱۴۰۰



## نبات زعفرانی

در صورتی که چهارصد کیلوگرم چاشنی باشد، نیم گرم زعفران را با آب مخلوط می کنند و دم می گذارند. حدود نصف روز باید در گرم خانه باشد تا دم بکشد. بعد زعفران را در سینی می ریزند و چاشنی را روی زعفران می ریزند و باهم مخلوط می کنند. گاهی پنج دقیقه مانده به خاموش کردن پاتیل، زعفران را به چاشنی اضافه و باهم مخلوط و بعد آن را خاموش می کنند.



عکس ۱۲، نبات زعفرانی، میرشمسی، ۱۴۰۰

طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

## ابعاد فرهنگی مصرف نبات در شهر یزد

نبات جایگاه مهمی در زندگی روزمره و تغذیه مردم یزد دارد. اهمیت نبات در زندگی روزمره به حدی است که مصرف آن مربوط به گروه یا طبقه خاصی نبوده است و همه به نبات دسترسی داشتند. در ادامه مصارف نبات در زندگی روزمره مردمان یزد بررسی می‌شود. مطابق با الگوی سه مرحله‌ای اسپرادللی مصارف نبات در یزد به هفت طبقه «نبات به عنوان دارویی گرمابخش»، «نبات، مسکنی برای درد جسم»، «نبات، شفابخش روح»، «نبات، بخشی از مراسم ازدواج»، «نبات؛ کالایی برای مبادله»، «نبات و درمان خستگی»، «نبات برای دفع چشم‌زخم» تقسیم شد.

## نبات به عنوان دارویی گرمابخش

افراد در انتخاب مواد غذایی به چهارچوب شناختی که جامعه به آن‌ها ارائه می‌دهد، توجه دارند. بررسی فرهنگ عامه و ضرب‌المثل‌هایی رایج در میان مردم یزد از قبیل «گرمی آدم را تا هند می‌برد و سردی، آدم را به در خانه نمی‌رساند»، «سردی آدم را تخته می‌کند (کنایه از مردن)» نشان از اهمیت غذاهای گرم در باور یزیدی‌ها دارد؛ بنابراین چهارچوب شناختی تغذیه مطلوب در نگاه مردم یزد پیوندی ناگسستنی با مفاهیم دوگانه سرد/گرم و دو مقوله فرعی خشک/تر دارد. (صدیقی، ۱۳۹۸: ۶۳). توجه به دوگانه مواد غذایی سرد و گرم، در درمان بسیاری از بیماری‌ها مؤثر است و این موضوع در باور مردم یزد به گذشته‌های دور بازمی‌گردد. براون، سیاح انگلیسی، درباره درمان بیماری‌ها از نگاه طبیب سنتی در تفت یزد توضیح می‌دهد که امراض بر دو قسم است؛ قسمتی سرد است که باید به وسیله داروهای گرم معالجه شود و قسمت دیگر امراض گرم است که باید به وسیله داروهای سرد معالجه گردد (۴۵۹:۱۳۴۴). پاپلی یزیدی در جلد سوم خاطرات *شازده حمام* توصیه‌های مادرش را درباره مضرات غذاهای سرد مانند کاهو، کلم، ماست و گوشت گاو و اینکه به عصبی شدن فرد منجر می‌شوند می‌نویسد (۵:۱۳۹۷) و در ادامه خاطراتش، راه درمان سردی را خوردن نبات می‌داند (همان)؛ بنابراین نبات یک خوراکی با طبع گرم و دارویی با اهمیت در باور مردمان یزد است. نبات طبع سرد بدن را از بین می‌برد و برای افراد سردمزاج و بلغمی دارویی حیاتی



است. همچنین مطابق با باور مردم یزد بعد از خوردن غذاهای سرد مانند قورمه سبزی و شولی حتماً باید جای نبات نوشیده شود تا بدین ترتیب تعادل در بدن برقرار شود و فرد از بیماری دور باشد. شعر جلالیان، با گویش یزدی، نشان اهمیت مصرف نبات بعد از خوردن غذاهای سرد دارد:

عزراییل فهمید و دُنْبالمِ مِگَش	نُونِ جو خوردَم و زردآلو و کَش
شَل وِ ولِ گَشتم و رخِ پَشتم و پُتَم	بَسکی رِخِ او دَهَنوم رو کُتَم
نَتونِسَم آخِر از خُونَه دَرَام	عَز و غور اُفتیده بود تو پَرگام
وَخِ وَردار و بُخُور حَتِّ نَبات	نَم آخِر صدا رَد توی حیاط
کَلَم از بادِ ثُبات میخوَرَه تَو	بِهتَرگ شد سرم اما همیرو
کَشک و زردالو خورد با نونِ جَو	اینا گُفتم که مبادا که یَهو

باید توجه داشت منظور از گرم و سرد، کیفیت انرژی است نه مقیاس‌های دما. غذاهای گرم، مزاج بنیادین و گرم، یعنی خون را بازتولید می‌کنند و غذاهای سرد با انرژی پایین با مازاد خون مقابله می‌کنند و باعث ایجاد بلغم یا مزاج سرد می‌شوند. این طبقه‌بندی مختص به غذا نیست، بلکه مزه‌ها براساس همین دوگانه‌ها طبقه‌بندی می‌شوند: مزه‌های شیرین و ادویه‌ای، گرم؛ مزه شور، خنثا و مزه ترش، سرد است (برمبرژه، ۱۳۹۳: ۳۳۲). مطابق با این طبقه‌بندی، نبات با مزه شیرین در طبقه‌بندی گرم قرار می‌گیرد. طبع گرم نبات باعث مصرف بیشتر آن در زمستان و سرما می‌شود؛ به عبارتی باور مردم یزد این است که گرمای نبات منجر به گرم شدن بدن در زمستان می‌شود. همچنین مردم نبات را دارویی مهم برای سرماخوردگی می‌دانند؛ در نتیجه مصرف نبات در فصول سرد سال (پاییز و زمستان) افزایش می‌یابد.

توجه به دوگانه‌های سرد و گرم در نظام غذایی مردم یزد هنر آشپزی آنان است؛ به عبارتی هنر آشپزی شامل آماده‌سازی غذایی متوازن با تعیین نسبت درست مواد گرم و سرد، متناسب با فصل، ساعت روز و خصایص مهمانان است (برومبرژه، ۱۳۹۳: ۳۴۰).



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

## نبات؛ مسکنی برای درد جسم

در کنار خاصیت گرمابخشی، نبات به مانند دارویی برای کاهش دردهای جسمی مصرف می‌شود. از همان ماه‌های نخست تولد کودک (نوزادان دو یا سه ماهه)، مادر بزرگ گریه‌های نوزاد را به عنوان نفخ و دل‌درد تعبیر و مقداری آب جوش نبات تهیه می‌کند و با قاشق چای‌خوری به نوزاد آب‌جوش می‌خوراند؛ بدین ترتیب از روزهای نخست زندگی و در فرایند جامعه‌پذیری، طعم شیرین نبات و بعدها شفا بخش آن به کودکان یزدی آموخته می‌شود. انسان‌شناسان نیز در فرایند مطالعه غذا و تغذیه در میان فرهنگ‌های گوناگون به این نتیجه رسیدند که افراد در جامعه می‌آموزند کدام غذا و طعم را دوست داشته باشند یا دوست نداشته باشند؛ به عبارتی افراد غذایی را ترجیح می‌دهند که طعم و مزه آن به عنوان فرهنگ آشپزی به آنان انتقال داده شده است؛ برای مثال کودکان آفریقایی از سنین کودکی با طعم ترش آشنا و به آن علاقه‌مند می‌شوند، در حالی که کودکان آمریکایی از آن بیزار هستند (سوبل و دیگران، ۲۰۰۹: ۴۰-۴۱) و کودکان یزدی طعم شیرین را دوست دارند. مطابق با این نقشه شناختی، در دوران بزرگ‌سالی نبات و به‌ویژه چای نبات که در گویش یزدی به آن «چایی نبات» می‌گویند، به عنوان دارویی برای رفع دل‌درد مصرف می‌شود. همچنین نبات را هنگام افت فشار، دارویی برای افزایش فشار و رفع حالت تهوع می‌دانند. هنگامی که فردی حالت تهوع دارد، مقداری نبات را در کاسه روی می‌گذارند و کاسه را روی حرارت ملایم قرار می‌دهند تا نبات حل شود و تغییر رنگ بدهد. بعد از آن، یک لیوان آب سرد به نبات اضافه می‌کنند تا نبات به جوش بیاید. بعد از به جوش آمدن، یک لیوان از نبات جوش را به فردی که دچار حالت تهوع است می‌دهند. با توجه به اهمیت نبات برای درمان دردهای جسمی، مردمان یزد همیشه مقداری نبات در کیف خود دارند تا در صورت لزوم برای کاهش درد از آن استفاده نمایند.

همچنین مردمان یزد با نبات ضمادی درست می‌کنند و ضماد را روی قسمتی از بدن که درد دارد قرار می‌دهند. فاطمه ۶۲ ساله در ارتباط با مواد تشکیل‌دهنده ضماد و آماده‌سازی آن گفت:



نبات را کوبیده با زرده تخم مرغ محلی، میخ آزار (چوب آزار) و زردچوبه مخلوط می‌کنند. بعد روی پارچه متقال نو (نباید آب به پارچه رسیده باشه) پهن می‌کنند. بعد پارچه را روی سینی می‌ذارن و سینی را روی شعله حرارت می‌ذارن تا گرم بشه و وقتی گرم شد، پارچه رو برمی‌دارن و روی محل درد می‌ذارن. این ضماد دردشکنه.

در اینجا نبات و طعم شیرین فراتر از علاقه یا عدم علاقه به یک طعم است؛ در واقع افراد با خوردن نبات ایدئال‌های فرهنگی جامعه خود را یاد می‌گیرند و آن را به نسل بعد انتقال می‌دهند؛ به عبارتی مزه‌های خوراکی‌ها، هم به معنای تجربی واقعی و هم به معنای استعاری، مزه‌های فرهنگی هستند. در یک فرهنگ، مزه‌هایی وجود دارد یا ترجیح داده می‌شود که در دیگر فرهنگ‌ها وجود ندارد یا ترجیح داده نمی‌شود. مزه‌ها انتخابی فرهنگی هستند و طعم فرهنگ را نشان می‌دهند (ایزدی جیران، ۱۳۹۲: ۲۸).

### نبات؛ شفابخش روح

نبات علاوه بر درمان دردهای جسمی، برای درمان ناراحتی، غم و غصه و بیماری‌های روحی کاربرد دارد. وقتی فردی ناراحتی دارد، مقداری گل‌گاوزبان دم می‌کنند. پس از حاضر شدن دم‌نوش گل‌گاوزبان مقداری نبات در لیوان می‌گذارند و دم‌نوش را روی آن می‌ریزند و به فرد بیمار می‌دهند. زرتشتیان نیز وقتی شخصی گرفتار غم و اندوه است سه گاوزبان شامل گاوزبان سبز، گاوزبان بنفش، چای معمولی یا سبز و سیاوشان را به همراه سه شیرینی شامل قند، شکر و نبات، به فرد بیمار می‌دهند (اخوان اقدام و همکاران، ۱۳۸۸: ۹۹).

### نبات؛ بخشی از مراسم جشن ازدواج

نبات جزء جدانشدنی مراسم ازدواج در شهر یزد است. هنگام مراسم بله‌برون و تعیین مهریه، نبات و شاخه‌نبات در مراسم وجود دارد. همچنین برای تزئین سفره عقد از شاخه‌نبات استفاده می‌شود تا زندگی شیرین و شادی را برای زوج به ارمغان آورد. پس از مراسم عقد، بزرگ‌ترها روی سروصورت عروس و داماد نقل و نبات می‌ریزند که نشان‌دهنده بارش رحمت الهی و رزق و روزی است.



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

### نبات؛ کالایی برای مبادله

در گذشته، به دلیل کمبود یا نبود وسایل پخت و پز و گرمایشی، مردم یزد منقل را به عنوان اجاق گاز یا وسیله گرمایشی به عنوان جهیزیه به دختران می دادند. برای تزئین منقل به جای خاکستر از شکر و به جای زغال و هیزم از نبات استفاده می کردند و منقل تزئین شده را به خانه زوج جوان می بردند. همچنین در جشن تولد از کاسه نبات های کوچک برای هدیه استفاده می کردند که به منظور آرزوی سلامتی و شیرین شدن زندگی بوده است. همچنین هنگام رفتن به مهمانی، جعبه نبات پرده نگین دار را به عنوان کادو می برند.

### نبات و رفع خستگی

یکی از کاربردهای مهم نبات در یزد رفع خستگی بعد از خوردن آن است؛ به طوری که پس از مراسم نخل گردانی ماه محرم، افراد بعد از پایان مراسم نخل گردانی در حسینیه یا مسجد جمع می شوند و به تمام افراد برای رفع خستگی چای نبات داده می شود.

### نبات و دفع چشم زخم

مردم یزد از نبات به مانند راهی برای دفع چشم زخم استفاده می کنند. در باور عامیانه، رسمی به نام «نظر گرفتن» وجود دارد. مطابق با این رسم، اگر فرد زن باشد، روسری و اگر مرد باشد، پیراهن او را برمی دارند و در یک قسمت از روسری یا پیراهن نبات قرار می دهند و سوره های حمد، چهارقل، وان یکاد، والعصر و آیه اَمَّنْ يُجِيبْ می خوانند و بعد نبات را در چای یا آبجوش می اندازند و به فرد می دهند تا بنوشد.

### نتیجه گیری

تغذیه پاسخی برای نیاز زیستی و فیزیولوژیکی انسان ها است، اما سبک خوردن یک فعالیت فرهنگی است. سبک خوردن یعنی اینکه چه بخوریم؟ با چه کسانی غذا بخوریم؟ چگونه غذا بخوریم؟ در موقعیت های مختلف چگونه غذا بخوریم؟ توجه به سبک خوردن، زوایای پنهان مثل معروف «ما همانی هستیم که می خوریم» را آشکار می کند. مطابق با این مثل، بسیاری انسان شناسان به مطالعه تغذیه و عادات غذایی توجه و با توجه به این عادات، مرزهای گروه های فرهنگی را تعریف کردند. این مثل را می توان اندکی تغییر داد و گفت:



«انسان‌ها همان طعمی هستند که دوست دارند»؛ بدین معنا که طعم‌های مورد علاقه انسان‌ها در بستر فرهنگ و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند ریشه دارند. مطابق با این دیدگاه، مردم یزد از دوران نوزادی با طعم شیرین آشنا می‌شوند و در دوران بعدی زندگی طعم شیرین برای آنان، طعم دوست داشتنی و پراهمیت است. اینکه میزان ابتلا به بیماری دیابت در استان یزد دو برابر میانگین کشوری است می‌تواند نشانه علاقه به طعم شیرین در میان یزدی‌ها باشد (زارع شاه‌آبادی و دیگران، ۱۳۹۲).

اهمیت طعم شیرین در میان مردم یزد به حدی است که شهر یزد در نگاه دیگران به‌عنوان شهر قطاب، پشمک، باقلوا و لوز شناخته می‌شود؛ علاوه بر شیرینی‌های معروف یزد، نبات یزدی از شهرت بسیاری برخوردار است، اما نبات یزد و جلوه‌های فرهنگی آن مورد توجه پژوهشگران قرار نگرفته است؛ بنابراین در این پژوهش با روش مردم‌نگاری با رویکرد اسپرادل‌ی تولید نبات سنتی و جلوه‌های فرهنگی مصرف نبات بررسی شد؛ بدین منظور با شانزده نفر مصاحبه انجام شد که هشت نفر از آنان تولیدکنندگان سنتی نبات و هشت نفر دیگر مصرف‌کنندگان نبات بودند. همچنین به منظور بررسی خاستگاه نبات مطالعات اسنادی انجام شد. مطابق با مطالعات اسنادی و با گمانه‌زنی خاستگاه نبات در ایران به عصر ساسانی بازمی‌گردد و بعد از آن به هند و دیگر کشورها گسترده شده است. با تحلیل داده‌های میدانی، اهمیت نبات سنتی نسبت به نبات صنعتی در باور مردم یزد و دسته‌بندی از انواع مشخص شد. در نگاه مردم یزد، نباتی که بیشتر جوشانده شده است، رنگ تیره‌تری دارد و نسبت به دیگر انواع نبات گرم‌تر و برای درمان بهتر است. در زیست مردم یزد نبات جایگاه مهمی دارد. مطابق با نقشه شناختی تغذیه مردم یزد مصرف غذاهای سرد مضر و مسبب بیماری است؛ بنابراین پس از مصرف این غذاها حتماً چای نبات مصرف می‌شود؛ علاوه بر این نبات نقش مهمی در کاهش دردهای جسمی و روحی افراد دارد. نبات همچنین نقش برجسته و مهمی در مراسم عروسی و عزاداری ماه محرم دارد؛ در واقع در مراسم عروسی نبات به‌عنوان یک کادوی باارزش در قالب شاخه نبات یا کاسه نبات به خانواده عروس هدیه داده می‌شود و در مراسم ماه محرم خستگی عزاداران را رفع می‌کند. در نهایت نبات راهی برای



طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

رهایی از چشم‌زخم است. اگر بر نبات دعا بخوانند و به فرد بدهند چشم بد از او دور می‌شود.



## منابع

- اخوان اقدم، ندا، و مزداپور، کتایون، (۱۳۸۸)، آرمین نامه، تهران: مؤسسه فرهنگی و انتشاراتی فروهر.
- ایزدی جیران، اصغر. (۱۳۹۲). «چشیدن مناسک: مردم‌نگاری حسی غذای نذری در تهران». پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران. دوره سوم. شماره ۲: ۲۵-۴۵.
- براون، ادوارد، (۱۳۴۴)، یک سال در میان ایرانیان (ترجمه ذبیح‌الله منصوری). گیلان: کانون معرفت.
- برومبرزه، کریستین. (۱۳۹۳). «عادات غذایی و مرزهای فرهنگی در شمال ایران» (ترجمه مهرداد عربستانی). مجموعه ما همانی هستیم که می‌خوریم: فرهنگ‌های آشپزی در خاورمیانه. تهران: فرهامه، ۳۴۲-۳۱۲.
- بشارت، حسین. (۱۳۹۵). یزد شهر من: مروری بر پیشینه و پیشه‌های شهر تاریخی یزد. یزد: شاهنده.
- بیرونی، ابوریحان. (۱۳۸۶). آثارالباقیه (ترجمه اکبر داناسرشت)، تهران: امیرکبیر.
- پاپلی یزدی، محمدحسین. (۱۳۹۷). خاطرات شازده حمام، مشهد: نشر پاپلی.
- پورداد، ابراهیم، (۱۳۳۱)، هرمزنامه. تهران: اساطیر.
- تاپر، ریچارد. (۱۳۹۳). «خون، شراب و آب: ابعاد اجتماعی و نمادین نوشیدنی‌ها و شراب‌خواری در خاورمیانه اسلامی» (ترجمه جواد فیروزی). مجموعه ما همانی هستیم که می‌خوریم؛ فرهنگ‌های آشپزی در خاورمیانه. تهران: فرهامه، ۳۶۱-۳۸۵.
- جلالیان، عبدالحسین، (۱۳۸۷)، «باد سبات». <http://dr-jalalian.ir/?p=7367> - تاریخ دسترسی ۳۰-۱۴۰۰-۰۶.
- حیدری، فخری سادات. (۱۳۹۸). «آب‌نبات». در دانشنامه فرهنگ مردم ایران، فرهنگ مردم، خوراک‌ها و نوشیدنی‌ها. جلد اول. تهران: مرکز دایرةالمعارف اسلامی.
- زارع شاه‌آبادی، اکبر، و ابراهیمی صدرآبادی، فاطمه. (۱۳۹۲). «بررسی تأثیر عوامل شناختی بر درمان بیماری دیابت نوع دو در یزد». فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی. سال ۱۳: ۱۰۴-۱۳۲.
- سلیمی، فرشاد و همکاران. (۱۳۹۶). «بررسی باقی مانده بلانیکت در قند کله‌ای، شکرپنیر و نبات سنتی استان اردبیل در سال ۹۴». مجله سلامت و بهداشت. سال ۸: ۲۰۵-۲۱۰.
- شریعتی، علی اکبر، (۱۳۹۶)، شهر من یزد؛ فرهنگ عامیانه مردم یزد. یزد: لاله کویر.
- صدیقی، فریبا. (۱۳۹۸). «معنای فرهنگی غذای دوران بارداری: مطالعه‌ای با روش مردم‌نگاری». مجله مطالعات اجتماعی ایران. دوره ۱۳. ۴: ۵۵-۷۷.



## طعم؛ معرف هویت: بررسی شیوه تولید نبات سنتی و ابعاد فرهنگی...

- غلامحسین پور، علی و همکاران. (۱۳۸۷). «بررسی فرایند سنتی تولید نبات و معایب آن». مجله پژوهش‌های علوم و صنایع غذایی ایران. ۲۳-۳۵.
- قلمسیاه، اکبر، (۱۳۷۳). یزد در سفرنامه‌ها: گنجینه حسین بشارت برای پژوهش در فرهنگ و تاریخ یزد. تهران: سبز رویش.
- کرباسیان، ملیحه، (۱۳۹۸)، خسرو قبادان و ریدک. جلد چهارم. تهران: دایرةالمعارف بزرگ اسلامی.
- لباف خانیکی، مجید، و سمسار یزدی، علی اصغر، (۱۳۹۴)، گردشگری قنات، یزد: شاهنده.
- محمودی، مهناز. (۱۳۸۵). «بادگیر، جذابیت سیما و منظر شهر یزد». باغ نظر. ۵: ۹۱-۹۹.
- معین، محمد، (۱۳۸۱)، فرهنگ فارسی. تهران: نشر سرایش.
- مهندسین مشاور آرمان شهر، (۱۳۸۷)، طرح تفصیلی شهر یزد؛ بررسی و شناخت بناها و محوطه‌های تاریخی شهر یزد. شهرداری یزد.
- ودادهیر، ابوعلی، غربی، موسی الرضا، مقصودی، منیژه، و امیدوار، نسرين. (۱۳۹۵). «کما؛ پیوستاری از کاربرد و طرد: معنای فرهنگی یک تغذیه گیاهی در منطقه ششتمد سبزوار». دوفصلنامه دانش‌های بومی. سال سوم. ۵: ۱۰۷-۱۵۱.
- ودادهیر، ابوعلی، چقلوند، محمد، رفیع فر، جلال الدین، و امیدوار، نسرين. (۱۳۹۳). «نظام غذایی بومی - سنتی: پژوهشی مردم‌شناختی در میان قوم لک در مناطق روستایی و عشایری استان لرستان». توسعه روستایی. دوره ششم. ۱: ۷۲-۱۰۶.
- Sobal, Jeffery. Bisogni, A. Carole. (2009). "Constructing Food Choice Decisions". The Society of Behavioral Medicine. 38(1). 37-46
- Spradley, P. James. (1980). Participant Observation. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Leech, N. L. Ownuebuzie, A.J. (2008). "Qualitative Data Analysis: A Compendium of Research and Beyond". School Psychology Quarterly. APA 23(4):587-604
- Schaefer, Micheal. Kuhnel, Anja. Schweitzer, Felix. Rumpel, Franziska, Rumpel. Gartner, Matti. (2023). "Experiencing sweet taste is associated with an increase in prosocial behavior". PubMed Central. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9894851/>





## Taste as Identity: Examining the Traditional Production Methods and Cultural Dimensions of Nabat Consumption in Yazd

Fariba Seddighi, Mosareza Gharbi, Sajede Mirshamsi

### Abstract

Food plays a crucial role in shaping human identity and fostering group differentiation. This extends to taste preferences, where communities often define themselves through their shared appreciation for specific flavors. This study investigates the case of Yazd, Iran, and its unique relationship with nabat, a traditional hard candy. Employing ethnographic methods like observation, interviews, and documentary analysis, the research explores both the historical origins and cultural significance of nabat consumption in Yazd. Evidence suggests nabat production dates back to the Sassanian era. Furthermore, the study identifies seven primary contexts for nabat consumption: as a warming remedy, pain reliever, stress reliever, element in wedding ceremonies (Nabat plays a role in Yazdi wedding ceremonies, symbolizing sweetness and good fortune for the couple), historical form of barter, source of energy, and apotropaic measure. Nabat consumption is sometimes practiced as a way to ward off bad luck or evil influences.

**Keywords:** sweet taste, nabat, Yazd

