**ایرانیان نزدیک به چند هزار سال است که شب یلدا آخرین شب پاییز را که درازترین و تاریکترین شب در طول سال است تا سپیده دم بیدار می مانند و در کنار یکدیگر خود را سرگرم می دارند.**

[**شب یلدا**](http://namnak.com/تاریخچه-آداب-رسوم-شب-یلدا.p179) **از گذشته تا به امروز با آداب و رسوم مخصوص...**

***شب یلدا* و جشن هایی که در این شب برگزار می شود، یک سنت باستانی است از زمانهای گذشته تا به امروز در میان ایرانیان مرسوم بوده**

**است.**

**شب یلدا**

**این شب به زمان بین غروب آفتاب از 30 آذر (آخرین روز پاییز) تا طلوع آفتاب در اول ماه دی (نخستین روز زمستان) ا[طلاق](http://namnak.com/دلایل-طلاق-زوج-ها.p23871" \o "دلایل طلاق زوج ها در  اوایل زندگی" \t "_blank) می شود. ایرانیان و بسیاری از دیگر اقوام شب یلدا را جشن می گیرند. این شب در نیم کره شمالی با انقلاب زمستانی مصادف است و به همین دلیل از آن زمان به بعد طول روز بیش تر و طول شب کوتاه تر می شود.**

**نام   
واژهٔ یلدا ریشهٔ سریانی دارد و به معنای ولادت و تولد است. منظور از تولد، ولادت خورشید (مهر/میترا) است. رومیان آن را ناتالیس آنایکتوس یعنی روز تولد مهر شکست ناپذیر می نامند. ابوریحان بیرونی از این جشن با نام میلاد اکبر نام برده و منظور از آن را میلاد خورشید دانسته است.**

**تاریخچه جشن**

**یلدا و جشن هایی که در این شب برگزار می شود، یک سنت باستانی است. مردم روزگاران دور و گذشته، که کشاورزی، بنیان زندگی آنان را تشکیل می داد و در طول سال با سپری شدن فصل ها و تضادهای طبیعی خوی داشتند، بر اثر تجربه و گذشت زمان توانستند کارها و فعالیت های خود را با گردش خورشید و تغییر فصول و بلندی و کوتاهی روز و شب و جهت و حرکت و قرار ستارگان تنظیم کنند.**

**آنان ملاحظه می کردند که در بعضی ایام و فصول روزها بسیار بلند می شود و در نتیجه در آن روزها، از روشنی و نور خورشید بیشتر می توانستند استفاده کنند. این اعتقاد پدید آمد که نور و روشنایی و تابش خورشید نماد نیک و موافق بوده و با تاریکی و ظلمت شب در نبرد و کشمکش اند. مردم دوران باستان و از جمله اقوام آریایی، از هند و ایرانی - هند و اروپایی، دریافتند که کوتاه ترین روزها، آخرین روز پاییز و شب اول زمستان است و بلافاصله پس از آن روزها به تدریج بلندتر و شب ها کوتاهتر می شوند، از همین رو آنرا شب زایش خورشید نامیده و آنرا آغاز سال قرار دادند. بدین سان در دوران کهن فرهنگ اوستایی، سال با فصل سرد شروع می شد و در اوستا، واژه Sareda, Saredha «سَرِدَ» یا «سَرِذَ» که مفهوم «سال» را افاده می کند، خود به معنای «سرد» است و این به معنی بشارت پیروزی اورمزد بر اهریمن و روشنی بر تاریکی است. در آثارالباقیه ابوریحان بیرونی، ص 255، از روز اول دی ماه، با عنوان خور نیز یاد شده است و در قانون مسعودی نسخه موزه بریتانیا در لندن، «خُره روز» ثبت شده، اگرچه در برخی منابع دیگر «خرم روز» نامیده شده است. در برهان قاطع ذیل واژه «یلدا» چنین آمده است:  
یلدا شب اول زمستان و شب آخر پاییز است که اول جَدی و آخر قوس باشد و آن درازترین شب هاست در تمام سال و در آن شب و یا نزدیک به آن شب، آفتاب به برج جدی تحویل می کند و گویند آن شب به غایت شوم و نامبارک می باشد و بعضی گفته اند شب یلدا یازدهم جدی است.**

**مجموعه :** [**تاریخ ایران**](http://www.taknaz.net/news_cats_247.html)

**مقاله شب یلدا :**

**و خدا شب را آفرید و ستارگان را  
و آنگاه طولانی ترین شب را به عاشقان هدیه داد**

**ایرانیان همواره شیفته ی شادی و جشن بوده اند و این جشن ها را با روشنایی و نور می آراستند. آن ها خورشید را نماد نیکی می دانستند و در جشن هایشان آن را ستایش می کردند. در درازترین و تیره ترین شب سال، ستایش خورشید نماد دیگری می یابد. مردمان سرزمین ایران با بیدار ماندن، طلوع خورشید و سپیده دم را انتظار می کشند تا خود شاهد دمیدن خورشید باشند و آن را ستایش کنند.**

**در گذشته، آیین‌هایی در این هنگام برگزار می‌شده است که یکی از آن ها جشنی شبانه و بیداری تا بامداد و تماشای طلوع خورشید تازه متولد شده، بوده است. جشنی که از لازمه‌های آن، حضور کهنسالان و بزرگان خانواده، به نماد کهنسالی خورشید در پایان پاییز بوده است، و همچنین خوراکی‌های فراوان برای بیداری درازمدت که همچون انار و هندوانه و سنجد، به رنگ سرخ خورشید باشند.**

**از جمله آیین های این شب می توان به دورهم نشینی، فراهم کردن تنقلات و آجیل(لرک) و میوه های خشک، قصه گویی، فال حافظ، فال کوزه، و شعرخوانی (بیتو خوانی) اشاره کرد.**

**در** [**شب یلدا**](http://www.taknaz.net/news_detail_29041.html) **خویشاوندان نزدیک در خانهً بزرگ خانواده گرد می آیند. به بیانی دیگر در سرمای آغازین زمستان، دور کرسی نشستن و تا نیمه شب میوه و آجیل و غذا خوردن و به فال حافظ گوش کردن از ویژگی های شب یلدا است.   برگزاری مراسم یلدا، اگر بتوان نام جشن بر آن نهاد، آیینی خانوادگی است، و گردهمایی ها به خویشاوندان و دوستان نزدیک محدود می شود. در کتاب ها و سندهای تاریخی به برگزاری مراسم شب یلدا اشاره ای نشده است. ابوریحان بیرونی از جشن روز اول دی ماه، که آن را خرم روز نامند، در دستگاه حکومتی و پادشاهی یاد می کند و نامی از شب یلدا در میان نیست، که می توان به دلیل خانوادگی و همگانی و غیر رسمی بودن آن دانست.**

**بی گمان برای جوانان نسل امروز کرسی گذاشتن، کنار یا دور کرسی نشستن نیاز به توضیح و توصیف دارد. ابزارهای گرمازای تکنولوژی جدید – و نیز عامل های دیگر – کرسی و فرهنگ مربوط به آن را به دست فراموشی سپرده است.   در زمستانها، استفاده از کرسی برای گرم کردن خانه و دور کرسی نشینی معمولا از شب یلدا، نخستین شب زمستان، شروع می شد و تا پایان چلهً بزرگ – و در برخی خانواده ها تا پایان چلهً کوچک – ادامه داشت. اعضای خانواده از کوچک و بزرگ، دور کرسی، که روی آن را میوه و آجیل پوشانده بود، می نشستند.**

**تا می توان ز فرش چو کرسی جدا مباش      آتش به فرق ریز و مکن اختیار برف ( میرالهی همدانی )**

**در همهً جشن ها و آیین ها، در جامعه های ابتدایی یا متمدن، خوردن و آشامیدن بخشی از مشغولیت ها و سرگرمی های جمع را تشکیل می دهد.   برای شب یلدا، خوراک ویژاه ای نمی شناسم، و تهیه شام بستگی به وضع اقتصادی و روند تغذیه خانواده دارد. خوردنی های ویژه شب یلدا میوه های فصل تابستان چون خربزه، هندوانه، انگور، انار، سیب، خیار، به و مانند آن است. میوه هایی که می بایستی در این شب تمامی آنها بجز سیب و به خورده شود و چیزی برای فردا، یعنی فردای زمستان باقی نماند. میوه هایی را که شب یلدا بر آن می گذشت نمی خوردند.    به یاد دارم، تا سال 1323 که در کوهبنان ( از بخش های کرمان ) بودم، در خانهً روستایی ما، خربزه و هندوانه و انار را در انبار گندم می گذاشتند و انگور را یا همچنان که بر درخت بود، در کیسه ها می کردند و یا در جایی خنک به بند می آویختند. و در شب یلدا تمامی آنها می بایستی خورده شود.**

**آجیل و شب چره که شامل دانه هایی چون گندم و نخود برشته، تخم هندوانه و کدو، بادام، پسته، فندق، کشمش، انجیر و توت خشک است، در بسیاری از شب نشینی ها، مهمانی ها و گردش ها فراموش نمی شد. ولی در شب یلدا می بایست ( و می باید ) بر سر سفره باشد. خوردنی های شب یلدا، در واقع، میوه و آجیل است نه غذا. برخی از خانواده ها در شب یلدا، پس از خوردن شام، برای شب نشینی شب یلدا به خانهً خویشاوند بزرگتر می روند.  یکی از رسم های شب یلدا، فال حافظ گرفتن است. اگر رسم ها و آیین های دیگر یلدا را میراثی از فرهنگ چند هزار ساله بدانیم ( که بایستی چنین باشد )، ولی فال حافظ گرفتن در شب یلدا – و نیز در تیرما سیزه شو ( جشن تیرگان در مازندران ) – در سده های اخیر به رسم های شب یلدا افزوده شده است.    فال حافظ گرفتن، در شب نشینی های زمستان و مناسبت هایی چون چهارشنبهً آخر ماه صفر، چهارشنبه سوری، شب سیزده صفر، بعد ازظهر سیزده بدر، تیرما سیزه شو ( جشن تیرگان در مازندران ) نیز از باورهای همگانی است ر… و در شب یلدا گویا بیشتر وصف الحال است.**

**ممکن است در شب یلدا، برای فال حافظ گرفتن، به خانً ملا و باسواد محل رفت همه رسم ها و آیین های شب یلدا را ( بجز دور کرسی نشستن، که به اصطلاح نتوانسته است حرف خود را بر کرسی بنشاند ) تا آنجا که پژوهش ها اجازه می دهد، در همهً شهرها و آبادی ها سراغ داریم.   پژوهش و مطالعهً کمی دربارهً برگزاری آیین ها و رسم هایی که همگانی است و جنبهً خانوادگی دارد آسان نیست، و تنها می توان نمونه هایی انگشت شمار را مشاهده و مطالعه کرد.   امروز نمود برگزاری آیین و رسم شب یلدا را میتوان در روزهای بیست و نهم و سی ام آذرماه، در بازارها و فروشگاه های میوه و آجیل فروشی ها دید. این خریدها تا پاسی از شب یلدا ادامه دارد. در آخرین لحظه ها نیز کسانی را می بینیم که از سر کار برگشته و میوه هایی چون خربزه و هندوانه و انار را که به آسانی نمی توان در بخچال نگهداری کرد، می خرند.**

***مراسم شب یلدا***

**تاریکی نماینده اهریمن بود و چون در طولانی ترین شب سال، تاریکی اهریمنی بیشتر می پاید، این شب برای ایرانیان نحس بود و چون فرا می رسید، آتش می افروختند تا تاریکی و عاملان اهریمنی و** [**شیطان**](http://namnak.com/همکار-شیطان-در-درون-ما.p13337)**ی نابود شده و بگریزند، مردم گرد هم جمع شده و شب را با خوردن، نوشیدن، شادی و پایکوبی و گفتگو به سر می آوردند و خوانی ویژه می گستردند، هرآنچه میوه تازه فصل که نگاهداری شده بود و میوه های خشک در سفره می نهادند. سفره شب یلدا، «میَزد» نام داشت و شامل میوه های تر و خشک، نیز آجیل یا به اصطلاح زرتشتیان، لُرک که از لوازم این جشن و ولیمه بود، به افتخار و ویژگی «اورمزد» و «مهر» یا خورشید برگزار می شد.در آیین های ایران باستان برای هر مراسم جشن و سرور آیینی، خوانی می گستردند که بر آن افزون بر آلات و ادوات نیایش، مانند آتشدان، عطردان، بخوردان، برسم و غیره، برآورده ها و فرآورده های خوردنی فصل و خوراک های گوناگون، خوراک مقدس مانند «می زد» نیز نهاده می شد.**

**ایرانیان گاه شب یلدا را تا دمیدن پرتو پگاه در دامنهٔ کوه های البرز به انتظار باززاییده شدن خورشید می نشستند. برخی در مهرابه ها (نیایشگاه های پیروان آیین مهر) به نیایش مشغول می شدند تا پیروزی مهر و شکست اهریمن را از خداوند طلب کنند و شب هنگام دعایی به نام «نی ید» را می خوانند که دعای شکرانه نعمت بوده است. روز پس از شب یلدا (یکم دی ماه) را خورروز (روز خورشید) و دی گان؛ می خواندند و به استراحت می پرداختند و تعطیل عمومی بود (خرمدینان، این روز را خرم روز یا خره روز می نامیدند).خورروز در ایران باستان روز برابری انسان ها بود در این روز همگان از جمله پادشاه لباس ساده می پوشیدند تا یکسان به نظر آیند و کسی حق دستور دادن به دیگری نداشت و کارها داوطلبانه انجام می گرفت نه تحت امر. در این روز جنگ کردن و خونریزی حتی کشتن گوسفند و مرغ هم ممنوع بود این موضوع را نیروهای متخاصم با ایرانیان نیز می دانستند و در جبهه ها رعایت می کردند و خونریزی به طور موقت متوقف می شد و بسیار دیده شده که همین قطع موقت جنگ به صلح طولانی و صفا تبدیل شده است. در این روز بیشتر از این رو دست از کار می کشیدند که نمی خواستند احیاناً مرتکب بدی شوند که آیین مهر ارتکاب هر کار بد کوچک را در روز تولد خورشید گناهی بسیار بزرگ می شمرد. ایرانیان به سرو به چشم مظهر قدرت در برابر تاریکی و سرما می نگریستند و در خورروز در برابر آن می ایستادند و عهد می کردند که تا سال بعد یک سرو دیگر بکارند.**

**جشن یلدا و عادات مرسوم در ایران**

**ایرانیان نزدیک به چند هزار سال است که شب یلدا آخرین شب پاییز را که درازترین و تاریکترین شب در طول سال است تا سپیده دم بیدار می مانند و در کنار یکدیگر خود را سرگرم می دارند تا اندوه غیبت خورشید و تاریکی و سردی روحیهٔ آنان را تضعیف نکند و با به روشنایی گراییدن آسمان به رخت خواب روند و لختی بیاسایند.**

**در آیین کهن، بنابر یک سنت دیرینه آیین مهر شاهان ایرانی در روز اول دی ماه تاج و تخت شاهی را بر زمین می گذاشتند و با جامه ای سپید به صحرا می رفتند و بر فرشی سپید می نشستند. دربان ها و نگهبانان کاخ شاهی و همهٔ برده ها و خدمت کاران در سطح شهر آزاد شده و به سان دیگران زندگی می کردند. رئیس و مرئوس، پادشاه و مردم عادی همگی یکسان بودند. البته درستی این امر تایید نشده و شاید افسانه ای بیش نباشد. ایرانیان در این شب باقی مانده میوه هایی را که انبار کرده بودند به همراه خشکبار و تنقلات می خوردند و دور هم گرد هیزم افروخته می نشستند تا سپیده دم بشارت روشنایی دهد زیرا به زعم آنان در این شب تاریکی و سیاهی در اوج خود است. جشن یلدا در ایران امروز نیز با گرد هم آمدن و شب نشینی اعضای خانواده و اقوام در کنار یکدیگر برگزار می شود. متل گویی که نوعی شعرخوانی و داستان خوانی است در قدیم اجرا می شده است به این صورت که خانواده ها در این شب گرد می آمدند و پیرترها برای همه قصه تعریف می کردند. آیین شب یلدا یا شب چله، خوردن آجیل مخصوص، *هندوانه*، انار و شیرینی و میوه های گوناگون است که همه جنبهٔ نمادی دارند و نشانهٔ برکت، تندرستی، فراوانی و شادکامی هستند، این میوه ها که اغلب دانه های زیادی دارند، نوعی جادوی سرایتی محسوب می شوند که انسان ها با توسل به برکت خیزی و پردانه بودن آنها، خودشان را نیز مانند آنها برکت آور می کنند و نیروی باروی را در خویش افزایش می دهند و همچنین انار و** [**هندوانه**](http://namnak.com/خواص-فواید-هندوانه.p13717) **با رنگ سرخشان نمایندگانی از خورشید در شب به شمار می روند. در این شب هم مثل جشن تیرگان، فال گرفتن از کتاب حافظ مرسوم است. حاضران با انتخاب و شکستن گردو از روی پوکی و یا پُری آن، آینده گویی می کنند.**

***شب یلدا***

**استان آذربایجان (شرقی و غربی)**

**در خطه شمال و آذربایجان رسم بر این است که در این شب خوانچهای تزیین شده به خانهٔ تازه عروس یا نامزد خانواده بفرستند. مردم آذربایجان در سینی خود هندوانه ها را تزئین می کنند و شال های قرمزی را اطرافش می گذارند. درحالی که مردم شمال یک ماهی بزرگ را تزئین می کنند و به خانهٔ عروس می برند.**

**استان** [**مازندران**](http://namnak.com/جاذبه-های-مازندران.p35871)

**در *مازندران* شب یلدا بسیار با اهمیت و گرامی داشته می شود. در این شب همه مردم به خانه پدر بزرگها و مادر بزرگها رفته و ضمن دور هم نشینی و خواندن** [**فال حافظ**](http://namnak.com/نحوه-گرفتن-فال-حافظ.p12540) **و فردوسی خوانی به خوردن تنقلات و میوه جات خصوصا" انار و هندوانه و ا**[**زگیل**](http://namnak.com/زگیل-را-گیاهی-نابود-کنید.p28509) **می پردازند و با خوردن و نوشیدن و شنیدن صحبتها و داستان های بزرگترها شب را به صبح می رسانند و معتقدند که صبح بعد از یلدا روز پیروزی خورشید بر سیاهی و تاریکیها است.**

**استان فارس**

**سفره مردم شیراز مثل سفرهٔ نوروز رنگین است. مرکبات و هندوانه برای سرد مزاج ها و خرما و رنگینک برای گرم مزاج ها موجود است. حافظ خوانی جزو جدانشدنی مراسم این شب برای شیرازی هاست. البته خواندن حافظ در این شب نه تنها در شیراز مرسوم است، بلکه رسم کلی چله نشینان شده است.**

**استان همدان**

**همدانی ها فالی می گیرند با نام فال سوزن. همه دور تا دور اتاق می نشینند و پیرزنی به طور پیاپی شعر می خواند. دختر بچه ای پس از اتمام هر شعر بر یک پارچه نبریده و آب ندیده سوزن می زند و مهمان ها بنا به ترتیبی که نشسته اند شعرهای پیرزن را فال خود می دانند. همچنین در مناطق دیگر همدان تنقلاتی که مناسب با آب و هوای آن منطقه است در این شب خورده می شود. در تویسرکان و ملایر، گردو و کشمش و مِیز نیز خورده می شود که از معمولترین خوراکی های موجود در ابن استان هاست.**

**استان خراسان**

**در شهرهای خراسان خواندن شاهنامه فردوسی در این شب مرسوم است. یکی از آیین های ویژه شب یلدا در استان خراسان رضوی و خراسان جنوبی برگزاری مراسم «کف زدن» است. در این مراسم ریشه گیاهی به نام چوبک را که در این دیار به «بیخ» مشهور است، در آب خیسانده و پس از چند بار جوشاندن، در ظرف بزرگ سفالی به نام «تغار» می ریزند. مردان و جوانان فامیل با دسته ای از چوب های نازک درخت انار به نام «دسته گز» مایع مزبور را آنقدر هم می زنند تا به صورت کف درآید و این کار باید در محیط سرد صورت گیرد تا مایع مزبور کف کند. کف آماده شده با مخلوط کردن شیره شکر آماده خوردن شده و پس از تزیین با مغز گردو و** [**پسته**](http://namnak.com/خواص-بی-نظیر-پسته.p10841) **برای پذیرایی مهمانان برده می شود. در این میان گروهی از جوانان قبل از شیرین کردن کف ها با پرتاب آن به سوی همدیگر و مالیدن کف به سر و صورت یکدیگر شادی و نشاط را به جمع مهمانان می افزایند.**

**استان اردبیل**

**در اردبیل رسم است که خانواده ها شب یلدا دور هم جمع می شوند و تا پاسی از شب با هم شب نشینی می کنند.**

**هنداونه،انار،پرتقال،تخمه،ماهی پلو و... از جمله خوراکی هایی است که در استان اردبیل مرسوم هست.**

**خوراکی ها**

**انار و هندوانه جزو مهم ترین ملزومات شب یلدا هستند. همچنین اجیل شب یلدا نیز در ایران طرفدار بسیاری را دارد .**