

درک دلالت‌های اجتماعی - فرهنگی توصیه‌های غذایی دوره بارداری و پس از آن (مطالعه‌ای مردم‌نگارانه بین زنان و خانواده‌های سیستانی)

محمد عثمان حسین بر*

بهروز روستاخیز**

چکیده

بارداری، زایمان، و آنچه به موقعیت مادری ختم می‌شود با مجموعه‌ای از عوامل، عناصر، و پدیده‌ها معنی می‌یابد؛ یکی از این موارد باید‌ها یا نباید‌های غذایی است که فرد به رعایت آن‌ها موظف می‌شود. توصیه‌های مزبور را باید توصیه‌های یک فرهنگ دانست؛ فرهنگی که در این معنی خود را در تهیه و مصرف مجموعه‌ای از خوراکی‌ها باز می‌نماید. بر این اساس، در پژوهش حاضر به دنبال درک دلالت‌هایی بوده‌ایم که می‌توان از تأمل بر تکاپو برای این تهیه و مصرف برداشت کرد. این پژوهش با حرکت از نوعی دیدگاه نظری چندسطحی، بر اساس رویکردی کیفی و به شیوه مردم‌نگاری، در پهنه‌ای جغرافیایی از زاهدان تا نواحی شمالی استان سیستان و بلوچستان انجام شده است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که این دلالت‌ها صرفاً بر کارکرد زیستی - طبی توصیه‌های غذایی مزبور تأکید ندارد که بیش تر معطوف به پس از زایمان است. تهیه و مصرف برخی از خوراکی‌ها مانند کاجی سیستانی که ترکیب منحصر به فردی در مقایسه با سایر نسخه‌های مشابه است در حال حاضر دلالت‌هایی را باز می‌نماید که باید با نوعی نگاه نمادین و معنی‌شناختی تفسیر شوند. این خوراکی‌ها، علاوه بر آن که بر مشخص کردن یک رخداد دلالت می‌کنند، زمینه‌ای را برای خلق هویتی مادرانه و نیز فراتراز آن برای برجسته‌سازی مرزها و تمایزات دیگر نیز فراهم می‌کنند.

* استادیار گروه علوم اجتماعی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، hosseinbor@gmail.com

** دانشجوی دکتری انسان‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران (نویسنده مسئول)،

b.roustakhiz@ut.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۳/۰۲، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۷/۱۵

کلیدواژه‌ها: بارداری، زایمان، مادر شدن، غذا، فرهنگ، مردم‌نگاری، سیستان.

۱. مقدمه و طرح مسئله

تأمل بر معنای مفاهیمی نظیر مادری، بارداری، زایمان، تولد، فرزند، و ... نشان‌دهنده این نکته است که ما با فرایند زنجیره‌واری روبه‌رویم که فراتراز یک اتفاق زیستی و پزشکی صرف است؛ فرایندی سرشار از دلالت‌های اجتماعی و فرهنگی که انگاره‌های ذهنی و رفتاری ویژه‌ای را توسعه می‌بخشد (see Gelis, 1991؛ وداهیر و دیگران، ۱۳۹۰).

دوره بارداری و نیز پس از آن بخش مهمی از هستی یک خانواده است و در سطحی کلان‌تر جایگاه به‌خصوصی در حیات اجتماعی یک جامعه دارد؛ جایگاهی که تدقیق بر آن، در برخی موارد، تنوع‌ها و تفاوت‌هایی اساسی را میان جوامع مختلف بازمی‌نمایاند. درحقیقت، ما در تمامی جوامع درک یکسانی از فرایند فوق نداریم؛ از همین رو، دلالت‌های اجتماعی و فرهنگی مربوط به این پدیده و نیز تأکیدی بر آن در جوامع گوناگون متفاوت است و از منظری انسان‌شناختی درک آن ضروری است (Davudsdotir, 2012). انسان‌شناسی بنابر ماهیت وجودی خود به‌دنبال شناسایی و درک آن‌دسته از انگاره‌ها و الگوهای معنایی است که انسان‌ها براساس آن‌ها دنیای خود را می‌سازند؛ انگاره‌ها و الگوهایی که هم‌چون سایر پدیده‌ها، بنابر اقتضات زمانی و هم‌سو با نوعی «تطبیق‌پذیری»، در معرض تغییر و تحولاتی مداقه‌پذیر قرار می‌گیرند (Kottak, 2011: 5-8).

دوره بارداری و نیز زایمان با مجموعه‌ای از تأکیدها، توصیه‌ها، و ممنوعیت‌ها هم‌راه است که بخشی از آن‌ها را می‌توان ذیل مقوله‌ای کلی با عنوان «توصیه‌های غذایی» مدنظر قرار داد. باتوجه به دیدگاهی که در سطور گذشته مطرح شد، باید گفت که توصیه‌های مزبور نیز در خلأ صورت نمی‌گیرند؛ آن‌ها نیز از جامعه‌ای به جامعه دیگر تفاوت دارند و از ابعاد و دلالت‌های اجتماعی، فرهنگی، و حتی اقتصادی برخوردارند. درواقع، این موضوع مانند موضوعات اجتماعی دیگر بازنمای ارزش‌ها، هنجارها، و باورهای فرهنگی یک جامعه است و با تدقیق در آن می‌توان به این موارد پی برد و آثارش را در جامعه مذکور دید (see Nichter and Nichter, 2003: 35-70).

توصیه‌های غذایی می‌توانند صرفاً بر مبنای دانش تغذیه و براساس ملاحظات که متخصصان مطالعات تغذیه در نظر دارند تحلیل شوند؛ بر مبنای چنین روی‌کردی، نوعی تجزیه غذا به مواد و عناصر تشکیل‌دهنده آن و بررسی جایگاه غذا در سلامت فرد و

جامعه را شاهدیم. در چنین وضعیتی، انسان‌شناسی تغذیه خود را به‌مثابه محل پیوندی بین دانش تغذیه و بینش انسان‌شناختی بازمی‌یابد. انسان‌شناسی تغذیه صرفاً به‌دنبال توصیف غذاها و عادات‌های غذایی نیست، بلکه نتیجه و عمل‌کرد رفتارهای غذایی را نیز در جوامع و فرهنگ‌های گوناگون مدنظر دارد. به‌عبارت‌دیگر، در این شاخه از انسان‌شناسی، علاوه‌بر تلاش برای درک چگونگی مصارف تغذیه‌ای و نتایج آن در سلامت مصرف‌کنندگان، درک دلالت‌های اجتماعی و فرهنگی الگوهای تغذیه‌ای نیز مطرح است (Mintz and Du Bois, 2002).

براساس آنچه گفته شد، در پژوهش پیش‌رو که درباره زنان سیستانی و با هم‌راهی خود و خانواده‌های آنان انجام شده است به‌دنبال آن‌ایم تا پس از طرح بحثی درخصوص مراقبت‌ها و توصیه‌های غذایی مربوط به دوره بارداری و پس‌از آن در جامعه مذکور، با تأمل بر یافته‌های مردم‌نگارانه‌ای که جمع‌آوری شده است، به درکی از دلالت‌های اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، و نیز بهداشتی این توصیه‌ها و رفتارهای منتج از آن‌ها در این جامعه دست یابیم. علاوه‌براین و با نظریه تنوعات مشارکت‌کنندگان پژوهش، سعی بر نوعی از مقایسه‌های تطبیقی و با این هدف بوده است که زمینه‌ها و علل گوناگون مواجهه با این توصیه‌ها را میان افراد گوناگون و طی دوره‌های زمانی متفاوت، از گذشته تا حال، دریابیم. درحقیقت، می‌توان گفت افراد بنابر موقعیت و وضعیت ویژه‌ای که در آن قرار دارند به‌انحای گوناگون با توصیه‌های مذکور مواجه می‌شوند؛ این توصیه‌ها به‌لحاظ معنایی به‌صورت‌های مختلف برای آنان فهم‌پذیر شده است و درنهایت، نتایج گوناگونی را برای هریک دربردارد.

۲. چهارچوب نظری و پیشینه موضوع

حیات و زندگی انسانی بدون غذا و مصرف مواد خوراکی تصورشدنی نیست؛ درواقع، ما قادر به ادامه زندگی نخواهیم بود، مگر آن‌که نیاز خود را به غذا برطرف کنیم. دراین‌میان و در مقایسه با سایر جان‌داران، ما از این ویژگی خاص برخورداریم که به‌واسطه همه‌چیزخواری مان خود را با محیط‌های مختلف و موقعیتی که در آن قرار می‌گیریم هم‌ساز و سازگار کنیم. باوجوداین، لزوماً میان آنچه حیات ما ایجاب می‌کند و آنچه فرهنگ و ویژگی‌های فرهنگی مان پیش‌روی ما می‌گذارد هم‌گامی و مطابقتی کامل برقرار نیست. درحقیقت، اگر برای غذا جایگاهی در تعادل‌بخشی به ارگانیسم انسانی قائل باشیم،

گاه این فرهنگ است که عمل کرد این سیستم را به سمت وسوهای دیگری سوق می‌دهد؛ سمت وسوهایی که باید به نحو دیگری معنی شوند و نه الزاماً براساس کارکردی که قرار بود در سلامت زیستی انسان داشته باشند (دوگارین، ۱۳۶۶: ۴-۷).

مطالعه نظام غذایی و راهبردهای تغذیه‌ای جوامع و مردمان بومی پیش از هرچیز محملی برای ارائه آن‌دسته از تحلیل‌های نظری است که به کندوکاو چگونگی تعامل و هم‌سازی نظام مزبور با محیط طبیعی و شیوه‌های معیشتی رایج در منطقه محل زندگی مردمان اشاره شده تمایل دارند. در واقع، مردم بومی به گروهی فرهنگی اطلاق می‌شود که در منطقه‌ای با ویژگی‌های بوم‌شناختی خاص خود ساکن‌اند و یک نظام معیشتی ویژه مبتنی بر منابع محلی ایجاد کرده‌اند. در تعریفی که ارائه شد مردمانی مدنظرند که برحسب طبیعت وجودی خود مسائل و نیازهای ویژه‌ای دارند و از این رو برای برطرف کردن آن‌ها راهبردهایی را به کار می‌گیرند که مبتنی بر امکانات در دسترس آنان و به منظور بهره‌وری هرچه بیش‌تر و مطلوب‌ترشان است؛ راهبردهایی که بازنمای نزدیکی فرهنگی آنان با محیط طبیعی و زیست هر منطقه است (Kuhnlein and Receveur, 1996؛ Kuhnlein et al., 2009؛ و دادهیر و دیگران، ۱۳۹۳). از این منظر و در مطالعه نظام‌های غذایی غذا به مثابه پدیده‌ای فرهنگی در نظر گرفته می‌شود که نظیر سایر پدیده‌ها انطباق انسان‌ها با محیط زیست طبیعی‌شان را تسهیل می‌کند و بازمی‌نمایاند (Kaiser, 2011: 66).

علاوه بر رویکرد فوق، بخش دیگری از ره‌یافت‌های نظری انسان‌شناختی که برخی از آن‌ها را می‌توان به لحاظ پیشینه حتی متقدم‌تر از بوم‌شناسی فرهنگی دانست، با همان منطق کشف علل و زمینه‌های بروز یک پدیده و سازوکارهای عمل آن، سعی بر ارائه درکی از «مسئله غذا» داشته‌اند. در این میان، به ویژه ره‌یافت کارکردی - ساختارگرایانه حائز اهمیت است و در این جا نیز اگرچه این ره‌یافت رویکرد جامعی در درک این مسئله تلقی نمی‌شود، اما از امکانات آن برای خوانش بخشی از یافته‌های پژوهش استفاده شده است. بر این اساس، غذا را باید از منظر جایگاهش در ساختار اجتماعی - فرهنگی و نیز بر مبنای کارکردهایی که مردم یک جامعه برای آن متصورند تحلیل کرد. برای نمونه، تحلیل‌های کارکردگرا، آن‌چنان‌که در کار افرادی مانند ردکلیف براون (۱۸۸۱-۱۹۹۵) دیده می‌شود، کارکرد آیین‌ها و نیز برخی مراقبت‌های غذایی را در دوره‌های گذار و نیز در فرایندهایی مانند بلوغ و اجتماعی شدن در نظر می‌گیرند و بررسی می‌کنند؛ از سوی دیگر، نمونه‌آثاری نظیر آثار انسان‌شناس فقید فرانسوی، کلود لوی استروس (۱۹۰۸-۲۰۰۹)، با تمرکز

ساختار گرایانه‌تری به دنبال پیوند صورت‌های غذایی با ساختارهای ذهنی بنیادی‌تری است که عمل کرده‌های این جهانی را جهت می‌بخشند (Harbottle, 2004: 17-20). با وجود این، ره‌یافت‌های نوین انسان‌شناختی با تأکید بر نوعی تفسیرگرایی نمادشناسانه نه به دنبال ارائه تبیین‌های مکانیکی از آنچه انتخاب‌های غذایی را شکل می‌دهد، بلکه با حرکت از نوعی نگاه بر ساخت گرایانه و با در نظر گرفتن مسئله انتخاب غذا به مثابه سازه‌ای اجتماعی - فرهنگی غذا را هم‌چون متنی در نظر می‌گیرند که نیازمند خوانش است و می‌باید درک شود. بر اساس ره‌یافت‌های مزبور انتخاب‌های غذایی اساساً چندوجهی، زمینه‌مند، پویا، چندسطحی، یک‌پارچه، و در عین حال متنوع‌اند؛ همه این موارد وابستگی افراد و انتخاب‌های آنان را به اوضاع ذهنی، اجتماعی، و فرهنگی‌شان نشان می‌دهد و مؤید نکته‌ای است که پیش‌تر بیان شد: غذا سازه‌ای اجتماعی - فرهنگی است که به لحاظ ذهنی بر ساخته می‌شود (Sobal et al., 2014). بر پایه نگاه‌های متأخر در انسان‌شناسی تغذیه غذا صرفاً پدیده‌ای مادی نیست و با سطوح معنایی دیگری در ذهن انسان‌ها پیوند می‌خورد و خاصیتی نشانه‌ای می‌یابد. از این‌رو، مصرف غذا مصرفی فرهنگی است و برای همه دلالت‌های یکسانی در بر ندارد، بنابراین، برای درک آن باید به جهان‌هایی نفوذ کرد که اساساً با یکدیگر متفاوت‌اند.

با در نظر داشتن همه ره‌یافت‌های نظری و بدنه دانش تجربی در این پژوهش غذا ماهیتاً پدیده‌ای تلقی می‌شود که در کنار عوامل دیگر هویت یک فرد و در سطحی کلان‌تر هویت یک جامعه را می‌سازد. از این‌رو، در این پژوهش به جای آن‌که همه جوانب توصیه‌ها و انتخاب‌های غذایی مربوط به دوره بارداری و پس از آن میان زنان سیستمی فقط از یک دریچه بررسی شود سعی شده است، با نوعی خوانش معنی‌شناختی، غذاهای ویژه دوره بارداری و پس از آن از منظر ارتباطش با سایر عناصر فرهنگی در جامعه مطالعه شده و نزد مشارکت‌کنندگان درک و به‌طور تفسیری بیان شود. از این‌رو، چشم‌انداز ذهنی و نظرگاه شناختی - مفهومی این پژوهش را نوعی چهارچوب تلفیقی شکل می‌دهد که هریک از ابعاد آن، در نهایت، می‌تواند در روشن‌تر شدن بخشی از همه آن‌چه به دنبال آنیم یاری‌رسان باشد.

۳. روش تحقیق و ملاحظات روش‌شناختی

در پژوهش حاضر، با توجه به ماهیت خاص آن و اهدافی که به دنبال آنیم، از میان رویکردهای روش‌شناختی گوناگون از رویکرد کیفی و روش «مردم‌نگاری» بهره برده‌ایم.

روش مردم‌نگاری به‌ویژه در علوم اجتماعی اساساً روشی محسوب می‌شود که با محوریت توصیف، تحلیل، و تفسیر پدیده‌های فرهنگی - اجتماعی پریش از فرهنگ یک جامعه را در دستور کار خود قرار داده است (Spradley, 1980; Hammersley and Atkinson, 2007). روش‌شناسی کیفی و به‌طور خاص مردم‌نگاری از شیوه‌های دست اول مواجهه با زمینه‌ای ویژه به‌شمار می‌آید. در این روی‌کرد نه‌تنها بنای کار بر واقعیت‌های تجربی، مشاهده، و مصاحبه نهاده می‌شود، بلکه پژوهش‌گر نیز نقش مهمی در تفسیر و فهم داده‌ها دارد (گروت و وانگ، ۱۳۹۱: ۱۷۴-۱۷۹).

مشارکت‌کنندگان در این پژوهش بر مبنای نوعی نمونه‌گیری هدف‌مند انتخاب شده‌اند و با توجه به محدودیت‌های خاصی که محققان در بررسی موضوع مورد مطالعه داشته‌اند توانایی برقراری ارتباط برای گفت‌وگو و مشاهده‌های میدانی در حکم اصلی پیش‌زمینه‌ای در نظر گرفته شده است. در این مطالعه میدان‌ها و مکان‌هایی موردتدقیق‌های مردم‌نگارانه محققان قرار گرفته‌اند که پیش‌تر و از مدت‌ها قبل با آن‌ها آشنایی داشته‌اند و برحسب ضرورت‌های موضوعی دیگر در برخی موارد با تعدادی از مشارکت‌کنندگان گفت‌وگویی‌هایی کرده بودند. به‌طور مشخص، در جریان گردآوری یافته‌ها که طی سفرهای متعددی در بهار و تابستان سال ۱۳۹۵ شمسی انجام گرفت اعضای پنج خانوار از شهرستان زاهدان، پنج خانوار از بخش جزینک در شهرستان زهک، دو خانوار از بخش مرکزی شهرستان هامون، و دو خانوار از شهر زابل مشارکتی پیوسته داشته‌اند.

بنابر آنچه بیان شد، یافته‌های جمع‌آوری‌شده در پژوهش حاضر متشکل از داده‌های حاصل از کار میدانی، مشاهده، و نیز داده‌های شفاهی است. در واقع، یافته‌های این پژوهش را باید نتیجه گفت‌وگوهای مردم‌نگارانه که خاصیتی بدون ساختار دارند (Hammersley and Atkinson, 2007) و نیز مشاهده‌های مشارکت‌جویانه محقق در میدان‌های تحقیق دانست. در نهایت، داده‌های متنی و مشاهده‌ای حاصل از ابزارهای گردآوری با استفاده از روش «تحلیل موضوعی» تحلیل شده‌اند. این شیوه از تحلیل روشی برای شناسایی، تحلیل، و گزارش الگوها، مقولات معنایی، و مضامین مفهومی از درون داده‌هاست (Braun and Clarke, 2006: 83).

۴. توصیف میدان و سیمای جامعه مورد مطالعه

پهنه جغرافیایی - فرهنگی مورد مطالعه در این پژوهش را جنوب‌شرقی ایران و به‌طور مشخص ناحیه‌ای در شمال پهناورترین استان کشور یعنی سیستان و بلوچستان شامل می‌شود.

اگرچه سیستان بزرگ گستره وسیعی است که امروزه بخش نسبتاً بزرگی از آن در کشورهای ایران و افغانستان و بخش ناچیزی از آن در پاکستان قرار دارد (بریمانی، ۱۳۸۳)، اما آنچه مدنظر ماست موقعیت کنونی سیستان در جغرافیای ایران است و خود شامل شهرستان‌های زابل، زهک، هیرمند، نیمروز، و هامون می‌شود. شهرستان زاهدان، مرکز استان سیستان و بلوچستان، غالباً در تقسیم‌بندی‌های جغرافیایی مستقل از سیستان در نظر گرفته می‌شود، باوجوداین، برحسب اشتراک‌ها و شباهت‌های فرهنگی - اجتماعی و نیز پیوندهای بین مشارکت‌کنندگان پژوهش در زاهدان با ناحیه سیستان این شهرستان نیز جزئی از پهنه اشاره‌شده در نظر گرفته شده است.

شغل و منبع اصلی درآمد مردم سیستان، که در واقع بازنمای شیوه‌های تأمین خوراک و مواد تغذیه‌ای آنان است، در ادوار مختلف دام‌داری و کشاورزی بوده و در حال حاضر به علت خشک‌سالی‌های مداوم از میزان زمین‌های زیرکشت و دام‌های موردپرورش تا حد زیادی کاسته شده است؛ امروزه فقط بخش اندکی از روستاییان سیستانی به کار زراعت و دام‌داری مشغول‌اند. باوجوداین، باید در نظر داشت که رواج‌نداشتن گسترده زراعت و دام‌داری در برهه کنونی صرفاً ناشی از محدودیت‌های اقلیمی نیست. تحولات فرهنگی و اجتماعی گسترده در این ناحیه، رواج شهرنشینی، افزایش سرمایه‌های فرهنگی نسل جوان، و تمایل به اشتغال در بخش‌های رسمی و اداری شیوه‌های جدیدی از زندگی را شکل داده است که در مقایسه با گذشته تنوع قابل توجهی را بازمی‌نمایاند (روستاخیز، ۱۳۹۴).

۵. مراقبت‌ها و توصیه‌های غذایی دوره بارداری و پس از آن

مراقبت‌ها و توصیه‌های غذایی به زنان باردار ناشی از اهمیت ویژه دوره بارداری و از این روست که سلامت، بهترزیستن، و رعایت صحیح تغذیه و بهداشت فقط در شخص مادر تأثیر ندارد، بلکه مستقیماً در زندگی فرد دیگری نیز مؤثر است. علاوه بر این، سلامت یک زن در دوره بارداری که سلامت تغذیه‌ای نیز جزئی از آن محسوب می‌شود تأثیر ویژه‌ای در آسودگی و آرامش خیال خانواده‌ای دارد که «همسر» و به‌ویژه «فرزند» را عزیز می‌دارد. مراقبت‌ها و توصیه‌های غذایی مربوط به دوره بارداری و به‌خصوص پس از آن میان مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر ناشی از چنین درکی از موضوع است.

درحقیقت، نمی‌توان مسئله فوق را بدون توجه به بافتی فرهنگی درک کرد که رخداد «بارداری» و «تولد» در آن روی می‌دهد. بحث درباره فرهنگ و جامعه‌ای است که بنابر

تأملات میدانی فرزندآوری در آن جایگاه مهمی دارد و هم‌اکنون نیز براساس آمارها از جمله مناطقی در ایران محسوب می‌شود که نرخ فرزندآوری قابل توجهی دارد (مرکز آمار ایران، ۱۳۹۵)؛ فرهنگ و جامعه‌ای که اگرچه بعد خانوارهای آن در مقایسه با ادوار گذشته رو به کاهش بوده، اما هم‌چنان در مقایسه با میانگین کشوری بالاست (مرکز آمار ایران، ۱۳۷۵)؛ مرکز آمار ایران، ۱۳۸۵؛ مرکز آمار ایران، ۱۳۹۰) و نگارندگان نیز براساس گفت‌وگوها و مشاهده‌های میدانی خود این تمایل زیاد به فرزندآوری را در اکثر مشارکت‌کنندگان پژوهش تأیید می‌کنند.

به‌هرروی، نظریه اهمیت و جایگاه ویژه فرزند در ساختار اجتماعی - فرهنگی مورد مطالعه و نیز با توجه به نرخ بالای فرزندآوری در میان مادران سیستانی، نوعی مواجهه توأم با توصیه‌های مراقبتی را درباره حداقل سه مسئله شاهد بوده‌ایم: الف) مراقبت و نگهداری از جنین تا هنگامی که به سلامت متولد شود؛ ب) مراقبت‌های ترمیمی از مادری که به‌ویژه از دوره‌های بحران و فشار مربوط به زایمان عبور کرده است؛ و ج) مراقبت و نگهداری از نوزادی که متولد شده است و باید حفظ شود. در واقع، ما با مسائلی کاملاً وابسته به هم روبه‌رویم و هدف از رسیدگی صحیح به آن‌ها تأمین سلامت نهایی مادر و فرزند از سوی اجتماعی از نزدیکان است که حلقه‌ای حمایتی را در اطراف این دو ایجاد کرده‌اند. چرایی این میزان از توجه به مسائل فوق در جامعه مورد مطالعه، با نظریه تاریخ شفاهی نهفته در حافظه جمعی به‌ویژه نسل‌های گذشته مردم سیستان، تاحدودی قابل فهم است. ما در پژوهش حاضر بر رجوع به این حافظه جمعی از خلال بازخوانی تاریخ شفاهی این مردم سعی کرده‌ایم؛ مردمی که در آنان وحشت بسیاری از مرگ فرزند، چه در دوره جنینی و چه در روزهای پس از تولد، دیده می‌شود. نگاه به گذشته‌های نه‌چندان دور نشان می‌دهد که میزان مرگ‌ومیر نوزادان و نیز سقط جنین ناشی از ضعف یا بیماری در ناحیه مورد مطالعه و در بین مادران سیستانی به طرز قابل توجهی بالاست و از این منظر، ترس اشاره شده بی‌دلیل نیست. ترس از مرگ فرزند در جامعه‌ای که فرزندآوری و به‌ویژه به دنیا آوردن پسر تأثیر مهمی در افزایش حیثیت اجتماعی و اعتبار مادران آن داشته است، و هم‌اینک نیز تا حد زیادی این‌گونه است، طبیعتاً مجموعه‌ای از توصیه‌های مراقبتی را ایجاب می‌کند؛ البته براساس یافته‌های پژوهش حاضر بیش از هرچیزی در شکل و صورت فرافکنی درباره امر بیرونی و ماورایی تجلی می‌یافته است (در این باره بنگرید به رئیس‌الذاکرین، ۱۳۷۰: ۶۷-۶۹)؛ موضوعی که می‌تواند جداگانه بررسی شود و مسئله پژوهش حاضر نیست.

نگاه به یافته‌های جمع‌آوری شده درباره تغذیه دوره بارداری و پیش از زایمان نشان‌دهنده این نکته است که در گذشته، باوجود رعایت مجموعه‌ای از توصیه‌های فوق برای نگه‌داشتن جنین، به‌طور مشخص برای زن باردار برنامه غذایی خاصی که وی را از سایر اعضای خانواده جدا کند وجود نداشته است. درواقع، مادران سیستمی غذایی را مصرف می‌کرده‌اند که خود آنان برای مجموعه خانواده تهیه می‌کرده‌اند؛ غذایی که در پیوند با محیط طبیعی و شیوه‌های معیشتی غالبی بود که پیش‌تر به آن اشاره شد. شیر و لبنیات، نان و غلات، گوشت، و نیز حبوبات گروه‌های غذایی عمده‌ای بوده‌اند که خانوارهای سیستمی و نیز زنان باردار مصرف می‌کرده‌اند. دراین‌میان، بدیهی است که چند گروه از زنان باردار را باید از دیگران متمایز کرد؛ موضوعی که مشارکت‌کنندگان پژوهش نیز به آن تصریح کرده‌اند و آن این‌که زنان وابسته به خانواده‌های ثروت‌مند و اغنیا، زنانی که تازه ازدواج کرده بودند یا نخستین تجربه بارداری آنان بود، و نیز زنانی که دچار تهوع بارداری یا اصطلاحاً «ویار» بودند طبیعتاً برنامه یا تمایلات غذایی متمایزی از دیگران داشتند و این تمایز به‌ویژه در حجم مصرف گروه غذایی گوشت‌ها و نیز گروه میوه‌ها و سبزیجات در مقایسه با دیگر افراد وضوح می‌یافته است.

با همه تفاسیر فوق، برخی از غذاها و مواد غذایی موسوم به «گرم» همواره جزئی از ممنوعیت‌های غذایی میان زنان سیستمی به‌شمار آمده‌اند و هم‌اینک نیز درباره مصرف آن‌ها نوعی اندیشه محتاطانه مطرح است. درواقع، در گذشته و اکنون رواج باورهایی مصرف برخی از ادویه‌ها، افزودنی‌های گیاهی، دانه‌های روغنی، و نیز سبزیجاتی مانند پیاز، سیر، گوجه، و ... را برای زن باردار ممنوع می‌کند و دربرابر مصرف خوراکی‌ها و نوشیدنی‌های اصطلاحاً «سرد» را، نظیر نوشیدنی خاکشیر، گل ختمی، و ...، ترغیب می‌کند.

براساس یافته‌های پژوهش حاضر، اگر دوره پیش از زایمان برای زنان سیستمی دوره نبایدها باشد، این روزهای پس از وضع حمل است که بیش‌ترین و مهم‌ترین بایدهای غذایی را دربرمی‌گیرد؛ بایدهایی که به‌منظور بازگشت قوای جسمانی مادرانی است که به‌تازگی زایمان کرده‌اند و بهبود ضعف عمومی بدنشان ضروری است. درواقع، آنچه باید در این بخش به آن توجه شود مصرف غذاهایی است که به این دوره اختصاص دارند و ضرورتاً باید مادران مصرف کنند؛ غذاهایی که از انواع مواد مغذی به‌ویژه کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، و پروتئین‌ها سرشارند.

بنابر روایت‌های تمامی مشارکت‌کنندگان پژوهش، تجربه زایمان و رای احساسات عاطفی و مادرانه‌ای که یک زن در درون خود دارد تجربه‌ای دردناک است؛ چنان‌که فرد

به‌لحاظ بدنی تا روزهای پس‌از زایمان، علاوه بر ضعف‌های عمومی، دردهای سختی را نیز باید تحمل کند. از این رو و از آن‌جاکه یک مادر پس‌از زایمان مقدار زیادی از آب بدن و همچنین خون خود را از دست می‌دهد، گفته می‌شود که در کنار رعایت موارد بهداشتی و مراقبتی دیگر بهتر است به برخی از توصیه‌های غذایی عمل کند و غذاها و نوشیدنی‌های ویژه‌ای را نیز مصرف کند.

به‌طور سنتی، نوشیدنی‌هایی چون چای مخصوص و ترکیب شیر با تخم‌مرغ محلی و خوردن غذاها و خوراکی‌هایی مانند چنگالی سیستانی، شوربای مرغ محلی، گوشت قرمز، و به‌ویژه کاجی سیستانی توصیه‌های غذایی مؤکدی است که مادران سیستانی آن‌ها را رعایت می‌کنند و طبخ و مصرف برخی از این موارد هنوز رواج دارد. مادرانی که به‌تازگی زایمان کرده‌اند توصیه‌های غذایی فوق را حداقل تا دو هفته و حداکثر تا چهل روز مدنظر داشته‌اند. از میان موارد فوق، چای که به‌هم‌راه برخی از داروهای گیاهی مانند آویشن، پونه، زنجبیل، دارچین، و ... آماده می‌شود از جمله نوشیدنی‌هایی است که به‌تناوب مصرف می‌شود. ترکیب شیر و تخم‌مرغ محلی خام که گاهی به آن عسل نیز اضافه می‌کنند و معمولاً به‌هنگام صبح، تا ده الی پانزده روز، مصرف می‌کنند هنوز میان برخی از زنان سیستانی رواج دارد. در این میان، چنگالی سیستانی نوعی خوراکی با میزان کالری بسیار بالاست که در واقع ترکیبی از روغن حیوانی، شکر، و نان محلی است؛ اگرچه در حال حاضر و میان مادران سیستانی عمومیت ندارد، اما در گذشته از جمله میان‌وعده‌هایی به‌شمار می‌آمده است که لزوماً باید برای چند روز مادران می‌خوردند.

گوشت قرمز و به‌طور مشخص شوربای گوشت گوسفند یا کباب آن غذای رایجی میان تمامی اقشار جامعه نبوده است و آنان که تمکن مالی بیش‌تری داشته‌اند بیش‌تر مصرف می‌کرده‌اند. با وجود این، شوربای مرغ محلی از جمله غذاهایی است که می‌توان گفت به‌نسبت برای همه مادرانی که تازه زایمان کرده‌اند تهیه می‌شده است و در حال حاضر نیز با وجود رواج در روستاها مادران ساکن در شهرها نیز، که البته به‌نحوی با بافت روستایی ارتباط می‌یابند، سعی در تهیه آن می‌کنند. تهیه این غذا به اوضاع اقتصادی و نیز تمایل فردی وابسته است؛ به‌گونه‌ای که گفته می‌شود برای یک دوره دو الی سه‌هفته‌ای برخی حداقل پنج و عده‌ای دیگر تا پانزده مرغ محلی را برای طبخ تهیه می‌کنند. روغن حیوانی، پیاز، و مرغی که به‌هم‌راه ادویه‌هایی چون فلفل، زردچوبه، گشنیز، زیره، و ... سرخ می‌شود، و حدود یک لیتر آب مواد و عناصر تشکیل‌دهنده این غذا را تشکیل می‌دهند؛ غذایی که مادر هم‌چون سوپ و بدون نان یا با نان برای یک وعده غذایی مصرف می‌کند.

در میان تمامی توصیه‌ها و غذاهای مربوط به دوره پس از بارداری و وضع حمل کاچی سیستانی غذا یا میان‌وعده یا آن‌گونه که برخی می‌گویند دسری با ترکیبی ویژه است که بنابر جست‌وجوهای پژوهش حاضر نظیری برای آن در سایر نقاط ایران وجود ندارد. در واقع، ترکیبی که توضیح داده می‌شود ویژه‌ترین غذایی است که پس از زایمان برای مادران سیستانی تهیه می‌شده است و هم‌چنان نیز رواج قابل توجهی دارد؛ غذایی که مصرف آن را در پهنه‌ای جغرافیایی از زاهدان تا شمال سیستان و نیز خراسان جنوبی و بخش‌هایی از کرمان شاهدیم.

کاچی از جمله خوراکی‌هایی محسوب می‌شود که در نقاط گوناگون ایران با اهداف مختلف و به صورت‌های متفاوت تهیه و مصرف می‌شود. تمایزگذاری بین کاچی سیستانی و انواع دیگر این غذا در سایر نواحی صرفاً به علت ترکیبات ویژه‌ای است که در آن استفاده می‌شود. در واقع، به نظر می‌رسد شمار گیاهان دارویی و ادویه‌هایی که برای تهیه این خوراکی در پهنه جغرافیایی و فرهنگی مورد بررسی به کار برده می‌شود بسیار بیش‌تر از آن چیزی باشد که در نسخه‌های دیگر می‌بینیم. بنابر یافته‌های پژوهش حاضر، ترکیبات کاچی سیستانی، که برخی از مشارکت‌کنندگان پژوهش آن را «سبزدارو» نامیده‌اند، شامل بیش از بیست نوع ادویه و گیاه دارویی است؛ از جمله این موارد می‌توان به گیاهانی مانند رازیانه، شوید، گشنیز، آویشن، پونه، هل، جوز، قرص کمر، گواچ، فوفل، مشکک، بهم‌ن‌پیچ، و ادویه‌های دیگری نظیر زیره، دارچین، زنجبیل، زردچوبه، فلفل، و ... اشاره کرد. از هر مورد فوق و به صورت آسیاب‌شده به مقدار ۵۰ تا ۱۰۰ گرم تهیه و با یک تا دو کیلو نبات ترکیب می‌شود؛ مقداری نبات نیز در مرحله آماده‌کردن کاچی به کار می‌رود.

برای آماده‌کردن کاچی یک تا دو قطعه نبات را در حدود یک تا دو لیتر آب قرار می‌دهند و تا جوش آمدن بر شعله آتش می‌گذارند؛ در ظرف جداگانه‌ای تا چهار قاشق غذاخوری روغن محلی می‌ریزند و مقداری آرد را در آن تفت می‌دهند، پس از آن، آب و نبات جوشیده‌شده را اضافه می‌کنند و مقداری از سبزداروی تهیه‌شده را می‌افزایند، به‌میزانی که به‌بیان خودشان کاچی لعاب‌دار شود. به‌نظر می‌رسد، میزان زیادی از این خوراکی برای هر بار تهیه می‌شود؛ با وجود این، مادرانی که تازه زایمان کرده‌اند، به‌طور متوسط، در هر روز بیش‌تر از یک یا دو کاسه کوچک یا متوسط از آن نمی‌خورند.

در گذشته تهیه و مصرف کاچی، به‌مثابه غذایی که نظیر سایر غذاهای مورد بررسی در طبقه‌بندی موسوم به «گرم» قرار می‌گیرد و با توجه به مواد به‌کاررفته در آن سرشار از کالری است، آن‌چنان‌که خواهیم دید عللی کاملاً کارکردی داشته است. در حال حاضر نیز، با وجود

توجه خانواده‌ها و مادران جوان به توصیه‌های پزشکی و نیز بی‌میلی برخی مادران به مصرف این خوراکی، هم‌چنان و حتی با شدتی بیش‌تر در میان برخی از اعضای جامعه مورد مطالعه تهیه و مصرف می‌شود. در چنین وضعیتی تحلیل صرفاً کارکردی از مصرف این غذا پاسخی قانع‌کننده به چرایی تهیه و مصرف آن در این جامعه نمی‌دهد. درحقیقت، درباره کاجی سیستانی و حتی فراتراز آن درباره سایر غذاها و توصیه‌های غذایی مربوط به مادران شکل‌گیری منظومه‌ای از معانی را شاهدیم که آن را دربر گرفته‌اند. ازهمین‌رو، در این‌جا و در انسان‌شناسی تغذیه ایده «غذا به‌مثابه فرهنگ» مطرح می‌شود که نشان می‌دهد غذا چگونه و با چه معانی فرهنگی - اجتماعی دیگری ارتباط می‌یابد؛ ما به این مسئله در بخش بعدی این مقاله بازخواهیم گشت.

براساس دیدگاه مشارکت‌کنندگان پژوهش، باور بر این است که مصرف غذاهای فوق پیش‌از زایمان برای سلامتی جنین خطرهایی را به‌دنبال خواهد داشت و حتی ممکن است به سقط او منجر شود، اما پس از زایمان غذاهای مزبور برای نوزاد خطر مرگ‌باری ایجاد نخواهند کرد و فقط به‌علت ماهیت گرمشان ممکن است اصطلاحاً سبب «زردی نوزاد» شوند؛ برای رفع این مسئله نیز برخی تمهیدات خوراکی در نظر گرفته شده است که مادر و نوزاد باید رعایت کنند. به‌طور مشخص، علاوه‌برآن‌که باید به نوزاد شیرخشت، ترنجبین، عرق بید، و کاسنی خوراند، مادر نیز باید مقداری از عرق بید و کاسنی را مصرف کند؛ هم‌چنین نوشیدنی‌هایی با ماهیت سرد که در شیر وی تأثیر خواهند گذاشت و برای نوزاد مفیدند.

۶. غذا به‌مثابه فرهنگ؛ مقولات معنایی و مضامین مفهومی پژوهش

غذا چیست؟ مجموعه‌ای از مواد مغذی که انسان صرف پاسخ به نیازهای زیستی و بیولوژیک خود مصرف می‌کند؟ جایگاه فرهنگ و ذهنیت‌های معنی‌ساز انسانی در این تعریف کجاست؟ انسان‌شناسی تغذیه به‌دنبال پاسخی برای این سؤال‌ها بوده است.

درباره موضوع پژوهش حاضر، یافته‌ها نشان می‌دهند که پای‌بندی به برخی از توصیه‌های غذایی اگرچه روزگاری به‌علت کارکرد توصیه‌های مزبور در توان‌بخشی به مادران تازه‌زایمان‌کرده بوده و ریشه در دانش بومی مردم ناحیه مورد مطالعه داشته است، اما امروزه دیگر لزوماً آن‌گونه نیست. به‌عبارت‌دیگر، به‌نظر می‌رسد باید از نوعی مصرف فرهنگی غذا سخن گفت که چیزی فراتراز دلالت‌های کارکردی است و تحلیل آن با اتکای

صرف به دیدگاه‌های بوم‌شناختی نوعی تقلیل‌گرایی است. در واقع، با حرکت از گذشته‌های نه‌چندان دور به دوران کنونی نوعی چرخش معنایی را در توصیه‌های مزبور و نیز تهیه و مصرف برخی از غذاها شاهدیم که آن‌ها را، علاوه بر محیط و تجربه‌های کارکردی، در پیوند با مفاهیم دیگری قرار می‌دهد که ماهیت فرهنگی و اجتماعی تری دارند. در ادامه با استخراج مجموعه‌ای از مقولات معنایی و مضامین مفهومی نشان می‌دهیم که غذا چگونه و با چه عناصر، مفاهیم، و معانی دیگری پیوند می‌خورد.

۱.۶ غذا و محیط

انسان‌ها چیزی را مصرف می‌کنند که در دسترسشان باشد؛ این اصلی بدیهی است. در نگاه به انتخاب‌های غذایی اعضای یک جامعه، نخست، باید به دسترسی‌هایی نگریست که وضعیت محیطی آن جامعه و مشخصاً وضعیت جغرافیایی آن‌جا فراهم آورده است. با چنین نگاهی، تأمل بر مواد و عناصر تشکیل‌دهنده غذاها در ارتباط با مختصات محیطی و آن‌دسته از شیوه‌های معیشتی غالبی صورت می‌گیرد که مبتنی بر مختصات مزبور شکل گرفته‌اند (ودادهیر و دیگران، ۱۳۹۳؛ Larson and Kuhnlein and Receveur, 1996; Popkin et al., 2005; Story, 2009; Kuhnlein et al., 2009).

تأمل بر ویژگی‌های جامعه مورد مطالعه و پهنه جغرافیایی مورد بحث مؤید این امر است که آن نیز از قاعده فوق مستثنا نیست و می‌توان خوراکی‌ها و غذاهای توصیه‌شده برای مادران سیستانی را هم بر مبنای نوعی رابطه بین این غذاها و محیط پیرامونی تحلیل کرد. روغن حیوانی، گوشت، گیاهان دارویی، و ادویه‌های متنوع، که مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر همه را در دسته‌بندی مواد غذایی موسوم به «گرم» قرار می‌دهند، نقش و جایگاه عمده‌ای در غذاهای بررسی‌شده در این پژوهش دارند که بنابر یافته‌های جمع‌آوری‌شده به نظر می‌رسد که این سبک مصرف نخست ناشی از وضعیت طبیعی و شیوه‌های معیشتی رایج در خود منطقه است و از سوی دیگر، دانشی بومی را باز می‌نمایاند که از طریق مجموعه‌ای از تجربه‌های به‌هم پیوسته در مواجهه‌های مخاطره‌آمیز طبیعی به دست آمده است. علاوه بر این موارد، هم‌جواری ناحیه مورد مطالعه با نواحی کوهستانی خراسان جنوبی، کرمان، و بلوچستان به‌منزله نواحی رویش عمده گیاهان دارویی و نیز نزدیکی با بزرگ‌ترین منطقه تولید و پخش ادویه جهان یعنی شبه‌قاره هند را باید از بسترهای زمینه‌ساز برای ابداع غذاهایی دانست که در واقع ترکیب پُرشماری از این گیاهان دارویی و ادویه‌های

گوناگون است. در این میان، چنان‌که تشریح شد، کاچی سیستانی را باید ترکیب ویژه‌ی بیش‌از بیست نوع گیاه دارویی و ادویه دانست که نسخه‌ی مشابهی در سایر نقاط ایران ندارد. خوراکی‌ها و غذاهای بررسی‌شده در این پژوهش، از منظر مشخص‌تری، بومیان سیستانی را در ارتباط با محیط طبیعی آن‌ها قرار می‌دهد. در واقع، در پی مصرف این غذاهای بومی بازگشت مجددی را شاهدیم که مصرف‌کنندگان آن‌ها را به دل طبیعت و محیط طبیعی ناحیه‌ی مطالعه‌شده بازمی‌گرداند. مشارکت‌کنندگان میان‌سال و کهن‌سال پژوهش حاضر در روایت‌های خود از شیوه‌ی زندگی روستایی تصویری را ترسیم کرده‌اند که زنان در آن نقشی کلیدی دارند و عنصری فعال‌اند؛ زنانی که حتی در روزهای منتهی به زایمان نیز به فعالیت مشغول بوده‌اند و فقط چند روز پس از وضع حمل مجدداً به چرخه‌ی معیشتی روستا با محوریت کشاورزی و دام‌داری بازمی‌گشته‌اند. از این منظر، مصرف غذاهایی با میزان کالری بالا که شامل مقدار زیادی پروتئین، چربی، و کربوهیدرات است برای آنان ضرورتی کارکردی به‌منظور بهبود سریع‌تر و با هدف بازگشت به زندگی روستایی داشته است.

۲.۶ غذا و تجربه

درباره‌ی آن‌دسته از خوراکی‌هایی که مردمان بومی برای آن‌ها خواصی درمانی قائل‌اند باید گفت انسان‌ها چیزی را مصرف می‌کنند که به تجربه دریافته باشند برای‌شان مفید است؛ فرهنگ آنان سلامتی را برای‌شان تعریف می‌کند و این خوراکی‌ها را نیز باید جزئی از دستورالعمل‌های تجربی برای حفظ سلامتی آنان به حساب آورد (Foster and Anderson, 2018: 267). درک از دانش بومی در مردم‌شناسی نیز آن را انباشته‌ای از خرد تجربی و تاریخی می‌داند که مردم بومی یک جامعه در مواجهه با مسائل پیرامونی خود کسب کرده‌اند (ازکیا و ایمانی، ۱۳۸۷).

یافته‌های پژوهش حاضر نیز مؤید این نکته است که در گذشته و آن هنگام که هنوز گفتمان پزشکی (در این باره بنگرید به قاضی طباطبایی و دیگران، ۱۳۸۶؛ قاضی طباطبایی و ودادهیر، ۱۳۸۷؛ ودادهیر و دیگران، ۱۳۹۰: ۱۱۸-۱۲۳) به شدت امروز در جامعه‌ی مطالعه‌شده رواج نیافته بود، روستاییان سیستانی و به‌ویژه زنان روستایی برای بهبود هرچه سریع‌تر و بازیافتن قوای جسمانی خود مجموعه‌ای از خوراکی‌ها و غذاهای سرشار از مواد مغذی را مصرف می‌کرده‌اند که اولاً محیط طبیعی و شیوه‌های معیشتی‌شان برای آنان فراهم آورده

بود و دوماً براساس تجربه از نسل‌های پیشین به آنان انتقال یافته بود. درباره‌ی مورد اخیر، مادران میان‌سال شرکت‌کننده در این پژوهش تأکید ویژه‌ای داشتند بر این‌که تهیه و مصرف این غذاها مربوط به گذشته‌های دور است و از طریق نسل‌های پیشین انتقال یافته است؛ در نظر این مشارکت‌کنندگان، تجربه‌ی پیشینیان مرجعی از خرد و دانش بوده است که پای‌بندی به آن ضرورتی بی‌چون و چراست. گویی پای‌بندی به توصیه‌های غذایی در این جامعه باعث می‌شود تا افراد خرد و سلیقه‌ی اجداد خود را هربار تکرار کنند و در تجربه‌ی نسل‌های گذشته خود سهیم شوند (Barthes, 1961؛ به‌نقل از نرسیسانس، ۱۳۸۷: ۸۵)؛ تجربه‌ای که در سطحی‌ترین صورت خود، همان‌طور که گفته شد، تجربه‌ای معطوف به کارکرد بوده است.

۳.۶ غذا، گذار، و امر مناسکی شده

باوجود جایگاه ارزش‌مندی که مبانی نظری محیط‌شناختی، کارکردی، و ساختارگرایانه در روشن کردن وجوه خاصی از موضوع مورد مطالعه دارند، تحلیل‌های مبتنی‌بر چنین روی‌کردهایی و در این سطح نمی‌توانند به‌طور جامعی معنای این توصیه‌ها را برای ما درک‌پذیر کنند، به‌ویژه برای مادرانی که امروزه دیگر در محیط روستایی زندگی نمی‌کنند و به فعالیت‌های معیشتی مربوط به زندگی روستایی مشغول نیستند. اگرچه پیش‌ازاین گفته شد که برای خوانش بخشی از یافته‌های پژوهش از روی‌کردهای فوق استفاده شده است، باوجوداین، در ادامه تحلیل‌هایی را بررسی می‌کنیم که کمی بیش‌تر به‌دنبال درک معنای پای‌بندی به توصیه‌های مزبور و رعایت آن‌ها طی تشریفات مناسکی‌اند؛ به‌عبارت‌دیگر، علاوه‌بر کارکردهای عینی این توصیه‌ها می‌توان و می‌باید به دلالت‌های معنایی‌شان نیز توجه کرد.

به‌نظر می‌رسد برخی از غذاها بررسی‌شده در این پژوهش نقش ویژه‌ای در برجسته‌کردن رخدادی بسیار مهم در حیات یک خانواده و به‌طور مشخص زندگی یک فرد دارند. در واقع، فرایند بارداری تا زایمان و روزهای پس‌از آن را اساساً باید نوعی «دوره گذار» به‌حساب آورد؛ انقطاعی که در آن فرد از یک موقعیت گسسته می‌شود و به موقعیت تازه‌ای می‌پیوندد (Van Gennep, 1960) که همان موقعیت «مادری» است. بحث از رخدادی درمیان است که بنابر توضیحات نخستین ما در این نوشتار، فراتراز یک اتفاق زیستی، فرایندی فرهنگی - اجتماعی است و به‌واسطه‌ی عناصر و عوامل مادی و غیرمادی بسیاری معنی می‌یابد؛ این فرایند را از آن‌رو می‌توان نوعی گذار در نظر گرفت که در واقع گذشتن و

در آمدن فرد از یک مرحله به مرحله‌ای دیگر از حیات زیستی و فرهنگی است (بیستس و پلاگ، ۱۳۹۰: ۶۸۰). گذارها به این معنی همواره با آیین‌ها و رسومی مناسکی همراه‌اند که به‌ویژه قرارگیری فرد در مرحله یا موقعیت جدید را برای وی تسهیل می‌کنند؛ این آیین‌ها و رسوم مناسکی طبیعتاً از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت‌اند. در فرهنگ مردم‌مطالعه و برای زنان سیستانی فرایند بارداری و به‌طور مشخص زایمان، علاوه‌بر آن‌که با عوامل دیگری مانند پزشک زنان، ماما، زایشگاه، درد، و ... معنی می‌یابد، با توصیه‌های غذایی مزبور، با غذاهای اشاره‌شده، و تدارک برای تهیه آن‌ها نیز همراه است و این موارد اخیر نیز جایگاه مهمی در «مادر شدن» یک مادر دارند.

۴.۶ غذا، عشق، و خاطره

در گفت‌وگو با زوج‌های جوان شرکت‌کننده در این پژوهش و با نگاه به اشتیاق و هیجان شورانگیز آنان در تدارک امور مربوط به تولد نوزادشان، به درکی از موضوع موردبررسی دست یافته‌ایم که ذیل مفهوم «عشق» آمده است؛ مفهومی که در علوم اجتماعی، به‌ویژه در سال‌های اخیر، بیش‌تر به آن توجه شده است (see Giddens, 1992; Jankowiak, 1995; Yan, 2003; Jankowiak, 2008).

تأملات مردم‌نگارانه در این پژوهش نشان می‌دهد که زوج‌ها و به‌ویژه مادران جوان فرایند بارداری، زایمان، و رخدادهایی در این میان را با روایت عاشقانه‌ای پیوند می‌دهند که پیش‌از هر چیز نشان‌دهنده تغییراتی است که در جامعه مردم‌مطالعه و در معنای زندگی مشترک و اموری مانند فرزندآوری در حال رخ‌دادن است. درحقیقت، مفهوم زندگی مشترک و در امتداد آن معنای فرزند و هدف از فرزندآوری در میان نسل‌های مختلف جامعه مردم‌مطالعه یکی نبوده و از این‌رو مواجهه با امور جانبی مربوط به فرایند موردبررسی نیز در دوره‌های مختلف متفاوت بوده است.

در اوضاعی که همسرگزینی و ازدواج در حال تحولاتی است که طی آن انتخاب همسر و شروع زندگی مشترک برپایه گزینش شخصی و هنجارهای مهرورزی یا عشق رمانتیک صورت می‌گیرد و نیز در عصر مبتنی بر زندگی شهری که دیگر فرزندآوری صرفاً عملی به‌منظور تداوم نقش اقتصادی خانواده نیست (گیدنز، ۱۳۸۶: ۴۲۸-۴۳۰)، مشارکت‌کنندگان پژوهش و به‌ویژه مادران از تأثیر تعیین‌کننده دوره بارداری و زایمان در تحکیم و افزایش عشقی می‌گویند که لازمه استمرار حیات یک خانواده است. در این زمینه، تدارک برای تهیه

غذاهایی که پس از زایمان مصرف می‌شوند و تأمین نیازهای تغذیه‌ای دوره بارداری امری است که در کنار امور مذاقه‌پذیر دیگر، مانند «خریده‌های نوزاد» پیش از تولد او، برای یک زن و همسر وی میزانی از اشتیاق و شور را به هم‌راه می‌آورد که با توجه به مفهوم «عشق» درک‌شدنی است. برخی از مشارکت‌کنندگان جوان پژوهش حاضر، با تأکید بر این مسئله که قرار نیست بارداری و زایمان را همیشه تجربه کنند، تکاپو برای تهیه ملزومات غذاهای مورد اشاره را که ماه‌ها قبل از زایمان شروع می‌شود تکاپویی لذت‌بخش می‌بینند که طی آن مشاهده عشق و علاقه مجموعه‌ای از حامیان، به‌ویژه همسرانشان، برای آنان امیدی انگیزه‌بخش است.

از سوی دیگر، غذاهای مربوط به این دوره و تکاپو برای تهیه آن‌ها خاطره‌هایی را برای فرد پدید می‌آورند که با مکان، زمان، و رخداد خاص بارداری و زایمان پیوند می‌یابند. علاوه بر این، غذاهای مزبور فرد را به تجربه یا خاطره جمعی مشترکی متصل می‌کنند که در کنار مجموعه‌ای از عوامل دیگر یک هویت مادرانه متمایز را می‌سازند؛ ما به این موضوع و در ادامه با صورت‌بندی ویژه‌ای باز خواهیم گشت.

۵.۶ غذا، تمایز، و مادرانگی

غذاها به‌طور کلی و خوراکی‌های ویژه را، مانند موارد بررسی شده در این پژوهش، می‌توان و می‌باید به‌مثابه نشانه‌هایی در نظر گرفت که درون خود معانی‌ای را مستتر دارند؛ مصرف غذاها در واقع مصرف این معانی نیز محسوب می‌شود؛ معانی‌ای که ایجادکننده تمایزهای دلالت‌گر بین سطوح مختلفی از خود و دیگری‌اند: خود و دیگری جغرافیایی، خود و دیگری قومی، خود و دیگری طبقاتی، خود و دیگری جنسیتی، و ... که همگی برای افراد، خانواده‌ها، و جوامع نقشی هویت‌بخش دارند (سجودی، ۱۳۸۷) و می‌دانیم که هویت برپایه تمایز تعریف می‌شود (بورديو، ۱۳۹۰).

در پاسخ به پرسش‌هایی از این دست که «آیا توصیه‌های غذایی مزبور مختص پهنه جغرافیایی مورد بررسی است یا خیر؟» و این‌که «آیا در جای دیگری نیز به چنین توصیه‌هایی پای‌بندی وجود دارد یا خیر؟» مشارکت‌کنندگان در موضع جالب‌توجهی قرار می‌گرفتند؛ موضعی که یک «ما» را از «دیگری»‌ها متمایز می‌کند. این ما چیزی را می‌خورند که دیگری نمی‌خورد؛ توصیه‌هایی که این ما آن‌ها را ویژه خود می‌داند؛ دانشی که این ما خود را دارای آن می‌داند و از این جهت احساس برتری می‌کند؛ نوعی برتری که به این ما

اعتماد به نفس بیش‌تری در برابر دیگری می‌بخشد و این را می‌شود از گفت‌وگو با آنان دریافت. از این منظر، توصیه‌های غذایی مزبور در جهت بازتولید یک حیات جمعی نقش تأثیرگذاری دارند. با وجود این، تمایزگذاری فقط میان آنانی که در مرزهای این پهنه جغرافیایی و دیگری که بیرون از این مرزها زندگی می‌کنند صورت نمی‌گیرد. در سطحی دیگر، باید از تمایزهایی گفت که تجانس خود اعضای جامعه متعلق به این پهنه را نیز در هم می‌شکند و آنان را حتی در برابر هم به دیگری‌هایی متقابل تبدیل می‌کند.

در حقیقت، غذا به مثابه پدیده‌ای اجتماعی اساساً با مسئله قدرت پیوندی ناگسستنی دارد؛ این مسئله به‌طور بنیادی به مرزبندی‌هایی منجر می‌شود که حتی در خود یک جامعه نیز تمایزها و دسته‌بندی‌هایی را ایجاد می‌کند که شاید از بیرون مجموعه‌ای یک‌دست و متجانس به نظر آید. آن‌چنان‌که یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهند، توصیه‌ها و غذاهای اشاره‌شده در این جامعه محملی برای بازنمایی تمایزهای طبقاتی‌اند. در تدارک برای تهیه غذاهای توصیه‌شده تکاپوی یک‌سانی را در تمامی خانواده‌های سیستانی شاهد نیستیم؛ عده‌ای از روستاییان تهی‌دست سیستانی، آن‌گونه‌که مشاهده شد، بی‌هیچ سروصدایی برای تهیه چند وعده شوربای مرغ محلی، در همان روزهای پس‌از زایمان، فقط به تعداد اندکی از طیور پرورش داده خود بسنده کردند و بعضاً برای تهیه کاجی اگر از ترکیب سبزداروی استفاده‌شده در زایمان‌های قبلی‌شان مقدار کمی باقی مانده بود، از آن استفاده می‌کردند؛ مصرفی اغلب به تنهایی و بی‌هیچ تشریفات مناسکی خاصی، فقط برای چند روز، و پس‌از آن بازگشت دوباره به چرخه عادی زندگی روزمره. در برابر، تکاپوهای پرسروصدای بعضی خانواده‌ها حتی از ماه‌ها پیش‌از موعد زایمان و صرف هزینه‌های نسبتاً سنگین برای تهیه ملزومات تغذیه‌ای مربوط به مادر، حتی فراتر از آن‌چه در عمل مصرف می‌شود، و نیز گفت‌وشنود در این زمینه و توزیعات هدیه‌ای و نذورات مواد تغذیه‌ای و غذاهایی که در این دوره تهیه می‌شوند همگی به‌منزله اموری کاملاً حیثیت‌بخش دلالت‌هایی را باز می‌نمایند که در کنار سایر امور تمایزهای طبقاتی در این جامعه را وضوح بیش‌تری می‌بخشند. در واقع، در این‌جا و حتی در پرتو همین غذاهای مربوط به مادران نوعی برجسته‌سازی مرزهای هویتی را شاهدیم که بر مبنای طبقه (بیش‌تر در معنای اقتصادی آن) صورت می‌گیرد و برای جلوگیری از اطاله کلام از توضیح بیش‌تر در این‌باره پرهیز می‌شود.

علاوه‌بر آن‌چه گفته شد و از منظر متفاوت، تمایز در معنی هویت‌بخش آن در این‌جا نوعی خود و دیگری جنسیتی را هم بازنمایی می‌کند که می‌تواند در شکلی از تقابل زن/

مرد و نهفته در پیش‌ساختارهای اجتماعی نیز قرار گیرد. ما در این‌جا شکل‌گیری هویت مادرانه‌ای را شاهدیم که به‌واسطه مجموعه‌ای از عوامل برساخته می‌شود و یکی از آن‌ها همین موضوع تأمل‌شده در پژوهش حاضر است. توصیه‌های غذایی مزبور ریشه در تجربیات چه کسانی در گذشته دارد؟ مادران. امروزه چه کسانی بر این توصیه‌ها تأکید دارند؟ مادران. توصیه‌های غذایی اشاره‌شده را چه کسانی اجرایی می‌کنند و یا به‌عبارت‌دیگر، غذاهای توصیه‌شده را چه کسانی آماده می‌کنند؟ مادران. و درنهایت، چه کسی باید به توصیه‌های مزبور پای‌بند باشد و موظف به مصرف خوراکی‌های تهیه‌شده است؟ باز هم، مادران. درواقع و در این سطح از تحلیل، این مسئله که آیا موضوع مربوط به توصیه‌های غذایی و عمل به آن‌ها در جهت الزامی است که یک ساختار مردسالار فرهنگ‌محور تعیین می‌کند یا خیر؟ لزوماً مدنظر بحث ما نیست؛ درعوض، آن‌چه مهم است همان دلالت تمایزبخشی است که درکنار سایر عوامل هویت مادرانه را می‌سازد و مادرانگی را برای یک مادر به‌نحوی معنی‌دار می‌کند که اساساً تمایزبخش و درواقع، هویت‌بخش است.

۶.۶ غذا و امر زیباشناختی

به‌طور بنیادی، غذاهای توصیه‌شده برای مادران در دوره بارداری و به‌ویژه پس‌از زایمان مختص خود آنان است و باید خود مادران مصرف کنند، اما درعمل این‌گونه نیست. با برخی از نوشیدنی‌ها مانند چای مخصوصی که درباره آن گفته شد و نیز خوراکی‌هایی مانند کاجی از عیادت‌کنندگان، مهمانان، و آنانی که برای تبریک گفتن به خانواده نوزاد تازه‌متولدشده می‌آیند پذیرایی می‌شود. ازاین‌رو، خوراکی‌های مزبور را نه‌تنها مادر و بستگان نزدیک به وی، بلکه مجموعه نسبتاً زیادی از افراد، براساس معیارهای مربوط به کیفیت، ارزیابی و قضاوت می‌کنند.

ظاهر خوراکی‌ها و نمایی که از آن‌ها دیده می‌شود، ظرفی که این خوراکی‌ها در آن قرار می‌گیرند، بویی که از این خوراکی‌ها استشمام می‌شود، و درنهایت طعم و مزه‌ای که پیش‌از خوردن کامل آن‌ها آزموده می‌شود همگی اهمیت می‌یابند و درواقع تمامی تلاش تهیه‌کننده آن است که این خوراکی‌ها، ازهرجهت، بهترین باشند. درحقیقت، خوراکی‌های مزبور را چه تهیه‌کنندگانشان و چه کسانی که این خوراکی‌ها را می‌خورند به‌نوعی «داوری زیباشناختی» می‌کنند و برای آن‌که داوری عمومی درباره آن‌ها و نیز خانواده‌ای که این خوراکی‌ها را تهیه

کرده است خوب باشد بایستی تلاش ویژه‌ای را به کار بست. به بیان دیگر، آماده کردن غذایی خوب آن چنان که خوش طعم و خوش عطر و خوش مزه باشد و به خوبی نیز سرو شود همانند خوب رفتار کردن است؛ بنابراین، از این منظر هم می‌توان این عمل را نوعی رفتار فرهنگی - اجتماعی در نظر گرفت که مطلوبیت آن به قلمرو زیباشناختی اش برمی‌گردد (ایزدی جیران، ۱۳۹۲: ۳۶).

۷.۶ غذا، هم‌بستگی، و هم‌گرایی اجتماعی

اگرچه ایده «غذا و تمایز» که در صفحات پیشین بررسی شد در ظاهر بر نوعی «واگرایی» تأکید داشت، با وجود این و به هیچ‌روی نمی‌توان نقش تعیین‌کننده و نمادین برخی از خوراکی‌ها را در ایجاد «هم‌بستگی و هم‌گرایی» انکار کرد. در واقع، تهیه و مصرف برخی از خوراکی‌های بررسی شده در این پژوهش مجموعه‌ی یک خانواده را به نحو حامیانه‌ای در کنار یک‌دیگر قرار می‌دهد و از این جهت تکاپو برای تهیه و مصرف آن‌ها دست‌کم مظه‌ری از انسجام خانواده (Foster and Anderson, 1978: 267) است.

از سوی دیگر، برخی از نوشیدنی‌ها و خوراکی‌های مزبور تسهیل‌گر امکانی‌اند که یک جمع خویشاوند را برای مدت طولانی‌تری در کنار یک‌دیگر قرار می‌دهد. به عبارت دیگر، غذا در این جا نقش مهمی در بازتولید پیوندهای خویشاوندی بازی می‌کند، به نحوی که، مشاهدات مردم‌نگارانه در این پژوهش نیز مؤید آن است. محققان طی جمع‌آوری یافته‌های این پژوهش خود در جمع‌هایی حضور یافته‌اند که بهانه‌ی تداوم و طولانی‌تر شدن آن‌ها برخی از همین خوراکی‌هایی بوده است که گفته شد.

۷. نتیجه‌گیری

در میان تمامی فرایندهای اجتماعی بارداری و زایمان فرایندی بسیار مهم در حیات فردی و اجتماعی جامعه‌ی سیستان است. اهمیت این فرایند به‌ویژه ناشی از جایگاه ارزش‌مند و حیثیت‌آوری است که فرزند و فرزندآوری میان مردم سیستان دارد. بحث از فرایندی است که نه تنها در موقعیت یک فرد، بلکه در موقعیت یک خانواده تغییر اساسی ایجاد می‌کند و می‌دانیم که چنین فرایندی مانند هر امر پیچیده دیگری، به لحاظ دلالت‌های فرهنگی و اجتماعی، ابعاد گوناگونی دارد و می‌توان آن را از زوایای مختلف نگریست.

فرایند بارداری و رخداد زایمان به‌ویژه برای شخص مادر و خانواده‌ی وی به‌واسطه‌ی پدیده‌ها و امور مختلفی معنی می‌یابد؛ یکی از این امور به مسئله‌ی بایدها و نبایدهای تغذیه‌ای

بازمی‌گردد که در واقع آن‌ها را باید توصیه‌های یک فرهنگ دانست و این ایده‌ای است که در پژوهش حاضر بررسی شد. در واقع در این پژوهش، که تأملی انسان‌شناختی بر دلالت‌های برخی توصیه‌های غذایی دوره بارداری و پس از آن میان زنان سیستانی و خانواده‌های آنان بود، با کمک دیدگاه‌های نظری در شاخه انسان‌شناسی تغذیه غذا هم‌چون دریچه‌ای برای ورود به فرهنگ مردم سیستان در نظر گرفته شد و در نهایت، این نتیجه شد که غذا اساساً خود فرهنگ است و آن را در ارتباط با امور مختلف (در این‌جا بارداری و زایمان) بازمی‌نمایاند.

بر اساس نتایج پژوهش حاضر، بیش‌ترین توصیه‌های غذایی در فرایند فوق بایدهایی را مربوط به پس از زایمان شامل می‌شود. بایدهایی که در نگاه نخست رعایت و عمل به آن‌ها از سوی مادر، برای بازیافتن قوای جسمانی، ضروری شمرده می‌شده است. از آن‌جاکه خوراکی‌های توصیه‌شده به‌طور بنیادی در پیوند با ویژگی‌های معیشتی و بوم‌شناختی ناحیه مورد مطالعه است، به‌نظر می‌رسد مصرف آن‌ها نقش تعیین‌کننده و مؤثری در بازگشت زنان به چرخه حیات روستایی داشته است. هم‌چنین، از آن‌جاکه توصیه‌های غذایی مزبور ریشه در تجربیات نسل‌های پیشین دارد، دانشی بومی و مرجعی از خرد محسوب می‌شود که باید استمرار یابد. علاوه‌براین و در سطحی ریشه‌ای‌تر، به‌نظر می‌رسد که این توصیه‌ها با ذهنیت و ساختارهای ذهنی پیوند یافته‌اند و تقابل‌های خاصی را تداعی می‌کنند که به برخی از آن‌ها در این نوشتار اشاره شد.

با وجود تحلیل‌های کارکردی - ساختارگرایانه فوق و درک نسبی چرایی پای‌بندی به توصیه‌های غذایی مزبور در گذشته، پرسش از دلالت‌های تکاپو برای تهیه برخی خوراکی‌های توصیه‌شده در حال حاضر و نیز در بافت‌های زیستی - معیشتی متفاوت از دوره‌های پیشین هم‌چنان برای ما مطرح است. در این پژوهش مردم‌نگارانه، با نظریه چندوجهی بودن انتخاب‌های غذایی و از آن‌جاکه اساساً برای غذا فراتراز کارکرد تغذیه‌ای آن می‌توان معنایی نمادین و نشانه‌ای نیز قائل شد، برای درک دلالت‌هایی تلاش شده است که تکاپوهای مزبور را با سطوحی معنی‌شناختی در بستر فرهنگ جامعه مورد مطالعه و تحولات آن پیوند می‌دهد. از این‌منظر، خوراکی‌های تهیه‌شده برای مادران کارکردی نشانه‌ای می‌یابند و فراتراز آن خود به نشانه‌هایی تبدیل می‌شوند که باید مطالعه شوند. با تأسی از این دیدگاه، در این پژوهش با تصریح بر نقش تعیین‌کننده خوراکی‌های اشاره‌شده در برجسته‌کردن رخدادی که به موقعیت مادری ختم می‌شود سعی شد تا جایگاه آن‌ها در هویت‌یابی فردی، خانوادگی، و اجتماعی جامعه مورد بررسی نیز روشن‌تر شود.

در پایان باید تأکید کرد که انسان‌شناسی غذا و خوراک اگرچه در کنار دانش تغذیه به منظور اصلاح و تعدیل رفتارهای نادرست تغذیه‌ای و برای ارتقای سلامت مردمان بومی جوامع مختلف تلاش می‌کند، با وجود این، هویت خود را بر پایه بینشی بازمی‌یابد که ما از آن با عنوان «بینش انسان‌شناختی» یاد می‌کنیم؛ بینشی که یکی از ویژگی‌های بنیادی آن درک تنوعات فرهنگی و ارج‌گذاری بدان‌هاست (Hannerz, 2010; Kottak, 2011). از این منظر، اگرچه به نظر می‌رسد برخی از خوراکی‌ها در این پژوهش بر حسب تحولات زیستی - معیشتی و نیز تغییرات فرهنگی - اجتماعی باید کنار گذاشته شوند و از میزان مصرف برخی دیگر کاسته شود، باید دانست که آن‌ها بخش مهمی از میراث فرهنگی - قومی مردم جامعه مطالعه شده بوده‌اند و همان‌طور که در این پژوهش نیز نشان داده شد، برای آنان زمینه‌ای برای معنی‌یافتن زندگی‌شان است.

کتاب‌نامه

- ازکیا، مصطفی و علی ایمانی (۱۳۸۷). *توسعه پایدار روستایی*، تهران: اطلاعات.
- ایزدی جیران، اصغر (۱۳۹۲). «چشیدن مناسک: مردم‌نگاری حسی غذای نذری در تهران»، *مجله پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، ش ۲.
- بریمانی، فرامرز (۱۳۸۳). «تحلیل هرمنوتیکی از فراز و فرود سیستان بزرگ»، *مجله جغرافیا و توسعه*، ش ۴.
- بوردیو، پیر (۱۳۹۰). *تمایز: نقد اجتماعی قضاوت‌های ذوقی*، ترجمه حسن چاوشیان، تهران: ثالث.
- بیتس، دانیل و فرد پلاگ (۱۳۹۰). *انسان‌شناسی فرهنگی*، ترجمه محسن ثلاثی، تهران: علمی.
- دوگارین، ایگور (۱۳۶۶). «غذا از دیدگاه مردم‌شناسی: غذا، فرهنگ، و جامعه»، *مجله پیام یونسکو*، ش ۲۰۴.
- روستاخیز، بهروز (۱۳۹۴). «فرهنگ و مسکن؛ با تأکید بر مناسبات تحولی مسکن و سبک زندگی در جامعه روستایی سیستان»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مردم‌شناسی دانشگاه تهران.
- رئیس‌الذاکرین، غلام‌علی (۱۳۷۰). *کندو: فرهنگ مردم سیستان*، مشهد: سعید.
- سجودی، فرزانه (۱۳۸۷). «درآمدی بر نشانه‌شناسی خوراک»، *مجموعه مقالات خوراک و فرهنگ*، به اهتمام علی‌رضا حسن‌زاده، تهران: مهرنامگ.
- قاضی طباطبایی، محمود، ابوعلی ودادحیر، و علی‌رضا محسنی تبریزی (۱۳۸۶). «پزشکی شدن به مثابه بازی: تحلیلی بر ساخت اجتماعی مسائل انسانی»، *پژوهش‌نامه علوم انسانی*، ش ۵۳.
- قاضی طباطبایی، محمود و ابوعلی ودادحیر (۱۳۸۷). «رحم جای‌گزین: تأملی ساخت‌گرایانه بر پزشکی شدن مادری»، *مجله باروری و ناباروری*، دوره نهم، ش ۲.

گروت، لیندا و دیوید وانگ (۱۳۹۱). *روش‌های تحقیق در معماری*، ترجمه علی‌رضا عینی‌فر، تهران: دانشگاه تهران.

گیدنز، آنتونی (۱۳۸۶). *جامعه‌شناسی*، ترجمه منوچهر صبوری، تهران: نشر نی.

مرکز آمار ایران (۱۳۷۵). *سال‌نامه آماری استان سیستان و بلوچستان*، تهران: مرکز آمار ایران.

مرکز آمار ایران (۱۳۸۵). *سال‌نامه آماری استان سیستان و بلوچستان*، تهران: مرکز آمار ایران.

مرکز آمار ایران (۱۳۹۰). *سال‌نامه آماری استان سیستان و بلوچستان*، تهران: مرکز آمار ایران.

مرکز آمار ایران (۱۳۹۵/۷/۱). «درگاه اینترنتی اطلاعات آماری مربوط به استان سیستان و بلوچستان»، www.sbrec.co.ir.

نرسیسیانس، امیلیا (۱۳۸۷). «خوراک، تابو، و مرزهای هویتی»، مجموعه مقالات *خوراک و فرهنگ*، به‌اهتمام علی‌رضا حسن‌زاده، تهران: مهرنامگ.

ودادهیر، ابوعلی و دیگران (۱۳۹۰). «فرزندآوری به‌مثابه یک مسئله اجتماعی - فرهنگی: تأملی بر ساخت‌گرایانه به عمل سزارین در شهر تبریز ایران»، *مجله پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، دوره سوم، ش ۲.

ودادهیر، ابوعلی و دیگران (۱۳۹۳). «نظام غذایی بومی - سنتی: پژوهشی مردم‌شناختی در میان قوم لک در مناطق روستایی و عشایری استان لرستان»، *مجله توسعه روستایی*، دوره ششم، ش ۱.

Braun, V. and V. Clarke (2006). "Using Thematic Analysis in Psychology", *Qualitative Research in Psychology*, Vol. 3, No. 2.

Davudsdottir, R. (2012). "Anthropology of Childbirth Cross-Cultural Approach", Unpublished BA Thesis, University of Island.

Foster, G. and B. Anderson (1978). *Medical Anthropology*, New York: John Wiley and Sons.

Gelis, J. (1991). *History of Childbirth: Fertility, Pregnancy and Birth in Early Modern Europe*, Boston: Northeastern University Press.

Giddens, A. (1992). *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*, Oxford: Polity Press.

Hammersley, M. and P. Atkinson (2007). *Ethnography: Principles in Practice*, New York: Routledge.

Hannerz, U. (2010). "Diversity is Our Business", *American Anthropologist*, Vol. 112, No. 4.

Harbottle, L. (2004). *Food for Health, Food for Wealth: the Performance of Ethnic and Gender Identities in Iranian Settlers in Britain*, New York: Berghahn Books.

Jankowiak, W. (1995). *Romantic Passion: A Universal Experience?*, New York: Columbia University Press.

Jankowiak, W. (ed.) (2008). *Intimacies, Sex, and Love Across Cultures*, New York: Columbia University Press.

Kaiser, M. (2011). "Food Security: An Ecological-Social Analysis to Promote Social Development", *Community Practice*, Vol. 19.

- Kottak, C. P. (2011). *Anthropology: Exploration of Human Diversity*, New York: McGraw-Hill.
- Kuhnlein, H. V. and O. Receveur (1996). "Dietary Change and Traditional Food Systems of Indigenous Peoples", *Annual Review of Nutrition*, Vol. 16.
- Kuhnlein, H. V. et al. (2009). *Indigenous Peoples Food Systems and Well-Being Interventions and Policies for Healthy Communities*, Montreal: McGill University, CINE.
- Larson, N. and M. Story (2009). "A Review of Environmental Influences on Food Choices", *Annals of Behavioral Medicine*, Vol. 38.
- Mintz, S. and C. M. Du Bois (2002). "The Anthropology of Food and Eating", *Annual Review of Anthropology*, Vol. 31.
- Nichter, M. and M. Nichter (2003). "The Ethnophysiology and Folk Dietetics of Pregnancy: A Case Study from South India", *Anthropology and International Health: Asian Case Studies*, London: Routledge.
- Popkin, B., K. Duffey, and P. Gordon-Larsen (2005). "Environmental Influences on Food Choice, Physical Activity, and Energy Balance", *Physiology and Behavior*, Vol. 86.
- Sobal, J., C. Bisogniand, and M. Jastran (2014). "Food Choice Is Multifaceted, Contextual, Dynamic, Multilevel, Integrated, and Diverse", *Mind, Brain, and Education*, Vol. 8.
- Spradley, J. P. (1980). *Participant Observation*, New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Van Gennep, A. (1960). *The Rites of Passage*, London: Routledge and Kegan Paul.
- Yan, Y. (2003). *Private Life under Socialism: Love, Intimacy, and Family Change in a Chinese Village 1949–1999*, Stanford: Stanford University Press.