

خلاصه درس ۲۳ - مطالعات اجتماعی پایه هفتم (عقاید و سبک زندگی مردم در ایران باستان)

بها مخواست

## دین در ایران باستان

اقوام آریایی برخی از عناصر خلقت مانند: آب، آتش، باد و خاک را مقدس می شمردند. زرتشت پیامبر ایران باستان، مردم را به پرستش اهورامزدا (خدای بزرگ و یکتا) دعوت می کرد. در آیین زرتشت: اهورامزدا، منشاء تمام خوبی ها بود و همیشه با اهریمن که سرچشمه بدی ها بود، مبارزه می کرد. زرتشت به پیروان خود سفارش می کرد: به منظور یاری اهورامزدا، پندار نیک، گفتار نیک و کردار نیک را سرمشق زندگی خود قرار دهند. کتاب معروف زرتشت، اوستا نام داشت.

ایرانیان باستان آتش را مقدس می شمردند. در دوره ساسانیان آتشکده های زیادی در گوشه و کنار ایران ساخته شد.

محل عبادت زرتشتیان آتشکده ها بودند. دین رسمی کشور در زمان ساسانیان، دین زرتشتی بود.

در دوره ساسانیان، پیروان ادیان زرتشتی - مسیحی - یهودی - بودایی - مانوی در ایران زندگی می کردند.

## تغذیه و آداب غذا خوردن

در ایران باستان

بیشتر مردم در ایران باستان، کشاورز و دامدار بودند. غذای اصلی مردم غلات (گندم و جو) بود.

ایرانیان باستان از نان - میوه ها، سبزیجات، شربت ها، انواع گوشت حیوانات اهلی - گوشت پرندگان شکاری - تخم پرندگان و شیر بز برای تغذیه استفاده می کردند.

ایرانیان باستان برای آرد کردن غلات،  
آسیاب‌های آبی را ابداع کرده بودند.

مردم ایران باستان **آداب خاصی** را به هنگام نشستن سر سفره غذا رعایت می‌کردند که عبارت بود از:

(۱) آنها سخن گفتن به هنگام غذا خوردن را گناه می‌دانستند.

(۲) شستن دست‌ها قبل و بعد از غذا خوردن

(۳) خواندن دعای نان در ابتدا و پایان غذا

ایرانیان باستان از ظروف **سفالی**، **سنگی** و **فلزی** استفاده می‌کردند.

پوشاک مردم در  
ایران باستان

شواهد و مدارک به جا مانده نشان می‌دهد که مردان و زنان ایران باستان به پوشش بدن اهمیت می‌دادند و از برهنگی اجتناب می‌کردند.

ایرانیان از نخستین کسانی بودند که **شلوار** را طراحی کردند و پوشیدند.

پوشاک اصلی مردم در ایران باستان:

**پوشاک مردان: شلوار** – بالاپوش‌های آستین دار – کلاه نمدی

**پوشاک زنان: شلوار** – پیراهن‌های بلند – سر بند

لباس‌های ایرانی مورد توجه بزرگان و درباریان **روم** و **یونان** بود.

## ورزش در ایران باستان

به گفته **هردوت**، مورخ یونانی، ایرانیان به فرزندان خود چه چیزهایی را می‌آموختند؟

سوارکاری

تیراندازی

راستگویی

ورزش‌های مورد علاقه مردم در ایران باستان چه بود؟

سوارکاری - تیراندازی - شکار - پرتاب سنگ - فلاخن - نیزه - زوبین

بسیاری از پژوهشگران معتقدند **چوگان بازی** ورزشی است که ایرانیان باستان آن را ابداع کرده‌اند و سپس از ایران به سایر کشورها راه یافته است. **چوگان بازی** یکی از **ورزش‌های جهانی** محسوب می‌شود.

## جشن‌ها در ایران باستان

مهم‌ترین جشن‌های ایران باستان:

جشن نوروز - جشن سده - جشن مهرگان

نوروز در نزد مردم ایران باستان پیام آور

چه بود؟

\* نوشدن سال

\* رویش طبیعت

\* شروع فعالیت‌های کشاورزی

\* ایرانیان باستان شاد زیستن را یک موهبت الهی می‌دانستند.

\* واژه **جشن** از **یشت** و **یسنه** اوستایی گرفته شده

که به معنای **پرستیدن و نیایش** است.

\* بیشتر جشن‌های آن دوره **اهمیت دینی** داشته و

با نیایش به درگاه خداوند همراه بوده است.

\* جشن‌ها همچنین ارتباط زیادی با **تغییر فصل‌ها** و

**شروع و پایان کار کشاورزی** داشتند.



در عهد باستان، خانواده‌های ایرانی بر سر سفره  
ی نوروزی چه آداب‌ی را انجام می دادند؟

\* به درگاه خدا دعا می کردند

\* به یکدیگر هدیه می دادند.

\* نوروز را شادباش می گفتند.

در زمان هخامنشیان مراسم جشن نوروز در تخت جمشید  
برگزار می شد.

امروزه نیز مردم کشور ما نوروز را جشن می گیرند، کتاب قرآن را بر سر سفره هفت سین می گذارند و در  
هنگام تحویل سال دعا می خوانند.

امروزه کدام آیین‌های زیبای نوروز در کشور ما رواج دارد؟

خانه تکانی، پختن سمنو، چیدن سفره هفت سین، به دیدار بزرگترهای فامیل رفتن و عیدی دادن.

در سال، ۱۳۸۸ سازمان ملل متحد روز اول فروردین برابر با

۲۱ مارس میلادی را روز جهانی نوروز اعلام کرد و به رسمیت شناخت.



چوگان بازی



ریتون (تکوک) شیر غزان هخامنشی