

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة وهران 2

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية



# فن الطبخ في الوسط الحضري

دراسة ميدانية - منطقة شلف نموذجا

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر 2 في علوم الاجتماع

تخصص: أنثروبولوجيا الفضاءات الحضرية

إشراف الأستاذ:

بومحراث بلخير

إعداد الطالبة:

بن علي رقيف شهيرة

السنة الجامعية: 2019 / 2020 م



مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر 2 في علوم الاجتماع  
تخصص: أنثروبولوجيا الفضاءات الحضرية  
الموسومة بـ:

# فن الطبخ في الوسط الحضري

## دراسة ميدانية - منطقة شلف نموذجاً

إعداد الطالبة: بن علي رقيث شهيرة إشراف الأستاذ: بومحراث بلخير

| الأعضاء | الاسم واللقب       | الرتبة | المؤسسة       |
|---------|--------------------|--------|---------------|
| الرئيس  | أ. مالك شليح توفيق | دكتور  | جامعة وهران 2 |
| المشرف  | بومحراث بلخير      | دكتور  | جامعة وهران 2 |
| العضو   | سويح مهدي          | دكتور  | جامعة وهران 2 |

السنة الجامعية: 2019 / 2020 م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## إهداء

إلهي لا يطيب الليل إلا بشرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا  
تطيب اللحظات إلا بذكرك ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك ولا تطيب الجنة  
إلا برؤيتك يا الله جل جلالك.

إلى من بلغ الرسالة نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد صلى الله  
عليه وسلم.

إلى من غرسا في أعماقي الإرادة، الصبر، والمثابرة، مثلي الأعلى في  
الأصالة والثبات، وأحسن من برهنا لي أن الحياة تبنى بالخصال  
الطيبة، إليكما أيها الوالدين الكريمين معمر ونصيرة، يا من كنتما  
السبب فيما أنا عليه، إليكما يا نعمة ربي.

إلى الأجنحة التي أعتز بها، إلى من كانوا ملاذي وملجئي، إخوتي  
الأعزاء، أسأل الله تعالى لهم طريقا مليئا بالنجاحات.

إلى من حملت معهم شعار التحدي، أصدقائي الأعزاء، أتمنى أن  
تجمعني بهم الأيام دائما في المسرات.

إلى كل طالب علم. . . . أقول. . . . ثابر وستتجح.

## شكر وتقدير

أشكر الله عز وجل الذي يسر لي الطريق للوصول إلى هذه المرحلة المشرفة، وأحمده على جزيل نعمائه، حمد المعترف بيمينه وآلائه، وأصلي وأسلم على صفوة أنبيائه وعلى آله وصحبه.

وأقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذ المشرف بومحراث بلخير الذي وجهني في إتمام المذكرة

كما أوجه الشكر إلى رئيس المشروع الدكتور لقجع عبد القادر الذي منحني الفرصة للمشاركة في مشروع الانتروبولوجيا الحضرية.

وإلى كل الأساتذة وطلبة ماستر الانتروبولوجيا الحضرية.

كما أقدم شكري للأساتذة أعضاء لجنة المناقشة،

وكل من ساهم في هذا العمل من قريب أو من بعيد.

## ملخص الدراسة:

تهتم هذه الدراسة بمعالجة موضوع "فن الطبخ في الوسط الحضري"، حيث تم التركيز على أهمية الطعام ودوره في الوسط الحضري، من أجل الوقوف على أهم الأسباب والدوافع التي تؤدي بالمجتمع إلى تغيير أو التمسك بثقافته في الطعام، ومعرفة العوامل المساعدة على ذلك.

كما تهدف الدراسة إلى الإجابة على إشكالية أساسية تم تلخيصها في سؤال رئيسي:

- هل يمكن تغير نمط الحياة الاجتماعية في ظل الصراع بين الأصالة والعصرية في طهو الطعام؟

وقد تناولت الدراسة في جانبها النظري في فصلها الأول والثاني ماهية فن الطبخ في الوسط الحضري، وأثر الطعام في الوسط الحضري واختيرت منطقة شلف نموذجا.

أما الفصل الثالث فقد تناولت في جانبها الميداني تحليل الفرضيات والاستنتاجات المبنية على المقابلة والملاحظة.

الكلمات المفتاحية: الطعام، الطهو، الطبخ، الدين، العولمة، العلاقات الاجتماعية.

مقدمة

## مقدمة:

بقدر ما تكون الكتابة عن ثقافة المطبخ مصدرا للبهجة خاصة مع الأعياد والاحتفالات، فإن بعض الكتابات أو الآراء الصادمة تتحول إلى كل ما هو نقيض للبهجة والفرحة، ومن الطبيعي أن تكون لكثير من الصحف ووسائل الإعلام مساحات كبيرة، ولن يكون من الغريب أن تحظى ببرامج تلفزيونية عن مأكولات صحية، ولو تأمل الناس من أين جاءتهم آخر وجبة لاندھشوا من كثرة مصادرها وعمالها، لأن اقتناء أثر كل المواد المستعملة في إنتاج تلك الوجبة يكشف عن علاقة اعتماد على عالم بأسره من العلاقات وشروط الإنتاج؛ حيث أصبحت الأغذية المختلفة تباع جاهزة في علب، ما عليك إلا أن تفتح وتأكل دون عناء التحضير أو الطهي.

لقد أضحى الغذاء صناعة تبرز كواجهة اقتصادية تدر أعمالا كثيرة من دول العالم، ساعدها في ذلك عولمة التجارة، وفتح أبواب الأسواق العالمية على مصراعيه.

إن الطهو ومهاراته، والقيمة التي يتمتع بها المنزل، وعلى النساء كحبيبات وأمّهات ومانحات، فأسلوب الطبخ إذ هو التجسيد المادي لدور المرأة في الأسرة كونها شريكة زوجها في الحياة، وأما ومربية للجيل القادم، وعلى الرغم من تجسيد الطبخ، إلا أن الطبخ لا يقتصر على كونه نشاط يتعلق بأدوار الجنسين فقط، وليس بالضرورة أن يكون هناك ارتباط سببي بينهما، وذلك على الرغم من أن الطعام يستخدم باعتباره الرابط بين المعاني الاجتماعية، ومن خلال تبني الطاهيات (كأفراد أو كممثلات لأسرهن) عالمهن الاجتماعي.

وعلى هذا يمكننا القول: أن الابداع في الطهو هو ثمرة أعمال المنزل اليومية، والديناميكيات الاجتماعية للرجال والنساء أفرادا وجماعات، فلكل من الرجل والمرأة دوره وتوقعاته التي يبدوا أنها تحدد سلوكهما، كما أنها تسمح بتحقيق أهدافهما المادية والاجتماعية من خلال الأفعال المتكاملة، وبالنسبة للرجل يتضمن ذلك العمل في أي وظيفة من الوظائف المهنية، وبالنسبة للمرأة يتضمن ذلك: الطهو، وأعمال المنزل، ورعاية الأطفال، إلى جانب الأعمال التي تتم خارج المنزل.

وهكذا فالطبخ هو نشاط تتم تأديته بغرض التفاعل الاجتماعي، تماما كما تتم لجعل الطعام صالحا للأكل أو أفضل مذاقا، وللبراعة النفسية التي يتطلبها الطبخ أهميتها الاجتماعية ويتم تعلمها اجتماعيا، ونظرا لطبيعته الفنية فالطبخ هو نوع من الإبداع، وهذا يعني أنه ليس نشاطا محددًا مسبقًا، أو يتم التحكم فيه من الخارج.

فمن هذا اعتمدنا في دراستنا على فصلين، حيث تمثّل الفصل الأول في التعرف على ماهية الطبخ ونشأته وكيف تطور عبر العصور، أما في الفصل الثاني فتطرقنا إلى طرق إعداد الطعام والعلاقات الاجتماعية التي تنشأ من خلاله.

أما الفصل الثالث فهو الفصل الميداني الذي شمل دراسة استطلاعية، وتحليل مقابلات ودراسة الفرضيات وتحليل النتائج.

## 1- الإشكالية:

يتضمن المجتمع الجزائري مفارقة تلوكها خصوصيات ثقافية متنوعة، تخول لنا دراستها من منظور أنثروبولوجي وكامتياز ليس له علاقة بمنفعة أو مصلحة معينة بقدر ما أملتة ظروف منهجية ألزمتنا تكرار النظر في تكويننا السوسولوجي وطبيعة تناوله لمثل هذه الأبحاث كونها مسألة تتجاوز هذا الحقل المعرفي.

ولا ريب أن التنوع الفسيفسائي للظواهر الثقافية في الجزائر يضعنا وبإلحاح أمام تراث الأنثروبولوجيا الأنجلوساكسونية ذات النزعة الثقافية التي لها باع طويل في تناول الوقائع الأنثروبولوجية بداية بالأدبيات الكلاسيكية رواد الأنثروبولوجيا الأوائل ابتداء من الأستاذ إدوارد تايلور (E. Tylor) في دراسته التنظيرية للدين عند القبائل البدائية مرورا بالأستاذ فرانز بواس (F. Boas) في دراسته لإعدادات سمك السلمون عند قبائل الكيوايكيوتل وصولا إلى الأستاذ برنسلاف مالينوفسكي (B. Malinowski) في دراسته المستفيضة لسكان جزر التروبرياند وصيادي الباسيفيك، الذي أبدى تعليقا أكاديمية (فيما بعد) على دراسة الأستاذ أودري ريشاردز (A. Richards) عن العمل والجوع روديسيا بالقول أنها دراسة وظيفية

حقيقية لموضوع أنثروبولوجي صرف، وقد عدت (دراسته أودري ريشاردز) في ثلاثينيات القرن الماضي الأساس أو النواة لحقل أنثربولوجيا الطعام.

والطعام محور أول للكثير من النشاط الاقتصادي (رغم أن ذلك يقل في المجتمعات الصناعية وبين الطبقات الفقيرة)، والطعام نتاج تنظيم المجتمع ومرآته، سواء على أوسع المستويات أو أكثرها حميمية، وهو مرتبط بكثير من أنواع السلوك وله معانٍ لانهاية لها.

الطعام كالمشور الزجاجي الذي يمتص الضوء ويحلله، فالطعام يمتص مجموعة من الظواهر الثقافية ويعكسها، كما تكشف دراسة طرق التعامل مع الطعام السلوكيات والمعتقدات المحيطة بإنتاج الطعام وتوزيعه واستهلاكه.

ولقراءة تحولات المجتمع، يمكن الاستدلال بما يعرفه من أكلة وأشربة، وما يمسه من تغيرات تدل بلا شك على ما يحدث في مستويات التفاعلات والتجاورات والرباطات والتنافرات... وغيرها، ومن ثم فالإشكالية المطروحة هي: هل يمكن تغير نمط الحياة الاجتماعية في ظل الصراع بين الأصالة والعصرنة في طهو الطعام؟

## 2- الفرضيات:

1.2- انحسار العادات الغذائية لصالح الأنماط الاستهلاكية الجديدة أصبح ظاهرة عالمية يصعب وقفها، نتيجة المتغيرات الدولية وزحف العولمة الغذائية التي أثرت على عادات الناس في الطعام إلا عند القليل من المناطق المحافظة على أكلاتها الشعبية والتقليدية.

2.2- الجانب الديني يلعب دورًا رئيسيًا كبيرًا في تشكيل الحضارات والمجتمعات، وثقافة الحلال والحرام ميّزت الشعوب المختلفة عن بعضها البعض، وساهمت في نشر ثقافة طعام مختلفة عند كثير من الشعوب.

3.2- رغم التحولات التي يعرفها المجتمع مع البروز الفردي والتراجع الجمعي، إلا أن الطعام يظل مؤسسا للجماعي محافظا على العلاقات، ولو في مستويات موسمية وطقوسية.

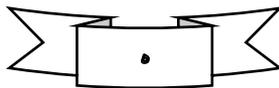
### 3- أسباب ودوافع اختيار الموضوع:

- 1.3- التعرف على نشأة الطبخ وكيفية تطوره عبر العصور.
- 2.3- اكتشاف أهم الاطباق الخاصة بالمنطقة المدروسة.
- 3.3- التعرف على أهم الوسائل المستعملة في إعداد الطعام عبر العصور.
- 4.3- مناقشة الطعام بوصفه أداة للتواصل والاتصال بين الافراد عند الجلوس حول مائدة الطعام.
- 5.3- مناقشة أهمية الطعام في نقل القواعد الثقافية كالعادات والتقاليد والقيم وآداب المائدة.

### 4- الهدف من الدراسة:

من البديهي والمتعارف عليه أن لكل بحث علمي هدف يسعى وراءه تحقيقه والوصول إليه وتندرج أهداف هذا البحث تحت النقاط التالية:

- 1.4- محاولة الاشارة لمنطلقات ومواضيع جديدة في مجال العمل السوسيوأنثروبولوجي في الجزائر.
- 2.4- محاولة إثراء التراكم العلمي والمعرفي حول موضوع البحث.
- 3.4- محاولة لفت انتباه الباحثين والدارسين قصد البحث وسبر أغوار الظاهرة وأبعادها.



4.4- محاولة التعرف على أهم الأطعمة والأكلات المرغوبة في البيت.

## 5- صعوبات البحث:

1.5- صعوبة التواصل مع المبحوثين بسبب الحجر الصحي جراء وباء كورونا.

2.5- قلة المصادر والمراجع والدراسات التي تناولت هذا الموضوع، مما جعل البحث فيه صعباً، مع مشكلة التكرار في المحتوى والمضمون لأغلب الدراسات والبحوث والأوراق العلمية التي تناولت الموضوع.

3.5- صعوبة اللقاء مع الاستاذ المشرف بسبب الحجر الصحي جراء وباء كورونا.

## 6- أدوات البحث:

### 1.6- الملاحظة:

تعتبر الملاحظة من أهم أدوات البحث، وتتمثل في المشاهدة والمراقبة الدقيقة لسلوك ما، أو ظاهرة معينة، في ظل ظروف وعوامل بيئية معينة، بغرض الحصول على معلومات دقيقة لتشخيص سلوك أو ظاهرة.

### 1.6- المقابلة الحرة:

إن الدافع الأساسي في استخدام الباحث لطريقة المقابلة هو رغبته في معرفه وجهة نظر مجتمع البحث لموضوع الدراسة، ويجب على الباحث أن يكون أثناء المقابلة منتبهاً جداً، ليس لكلمات مبحوث فقط، بل لحركاته وإيماءات وجهه كذلك، لأن المبحوث وبدون شك قد يظهر بعض الأمور المخفية.

## 7- الدراسات السابقة:

- دراسة أنثروبولوجية في مدينة بغداد ثقافة الطعام في مجتمع محلي، حيث تناولت هذه الدراسة الطعام بوصفه عملية تكرارية روتينية، يقوم بها الأفراد في العالم باعتباره رمزا ولغة للتواصل وميزة ثقافية.

وهناك كتب عديدة تناولت موضوع الطبخ منها:

- كتاب أنثروبولوجيا الطعام: الذي يتضمن الطعام وعلاقته بالطبقة الاجتماعية بين الناس، والتفاعل المتبادل بين البشر وآلهتهم، والتواصل بين الأحياء والأموات، وأيضا الطعام والعائلة ويقصد بها "تناول الطعام مع الناس تأكيد للقرابة".
- كتاب "قرابة الملح": وبتناول فيه ليفي ستراوس ومن خلال "المثلث المطبخي" أوضح أن التعامل مع الطعام لا يكون معزولا عن النسق الثقافي الذي ينتمي إليه "الفاعل الغذائي" فكل طعام وكل تدبير يتأسس على سيرورة ثقافية.

## 8- المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج الميداني: تندرج دراستنا في إطار المنهج الميداني، وهو من أكثر المناهج استعمالا في علم الاجتماع وأكثرها دقة وعلمية، ويسمى أيضا بمنهج المسح الاجتماعي، ويستعمل هذا المنهج في دراسة الظواهر الراهنة، وهو أسلوب لتقرير أو بحث وضع اجتماعي حاضر في إقليم محدد، ويهدف للحصول على بيانات معينة للاستفادة منها بعد تحليلها وتفسيرها في عمليات التخطيط الاجتماعي، ويسمح بفهم طبيعة الحياة الاجتماعية من خلال دراسة ثقافة وسلوكات واتجاهات

واهتمامات الجماعات وتقاليدها وعادات الاستهلاك لديها، وبما أن المنهج يعتمد على الاحتكاك المباشر بمؤلاء الأفراد ومن خصائصه أنه يستعمل معظم التقنيات المعتمدة في علم الاجتماع<sup>1</sup>.

## 9- مجال الدراسة:

### 1.9- المجال المكاني:

تم إجراء هذا البحث في ولاية شلف، وبشكل أدق في مدينة شلف، وهذا يرجع إلى ظاهرة الاهتمام بالطعام التقليدي المنتشرة بين سكانها أكثر من غيرهم، وذلك نظرا إلى اقترابنا منها بصفتنا نقطن بالقرب منها، مما سهل علينا الاتصال مع بعض أفراد المجتمع فيها، إضافة إلى أن إمكانياتنا المادية وضيق الوقت لا يسمح لنا بالتنقل إلى أماكن أخرى.

### 2.9- المجال الزمني:

تم إجراء البحث في فترة ضيقة، ممتدة بين شهري مارس وأفريل من العام الدراسي 2020/2019م.

---

<sup>1</sup> - موريس أنجس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، تدريبات علمية، ترجمة صحراوي وآخرون، دار القصة للنشر والتوزيع، الجزائر، 2004م، ص 186-187.

# الفصل الأول

## ماهية فن الطبخ في الوسط الحضري

تمهيد

- المبحث الأول: أنثروبولوجيا الطعام وفن الطبخ.
- المبحث الثاني: نشأة وتاريخ الطبخ الجزائري.
- المبحث الثالث: مستلزمات المطبخ وفن الطهو.

**تمهيد:**

الطعام والغذاء يحتاجه جميع الكائنات الحية لتستمر حياتها، ولتتمكن من الحصول على الطاقة اللازمة للقيام بنشاطات الحياة المختلفة، فدوره خطير في حياة المجتمعات، فهو لا يصنع الحضارات ويعكس مدى تطورها وحسب، بل يساهم في تكوين الهوية الذاتية والمجتمعية للأفراد، والتي قد تتأثر في الوقت نفسه بالشعائر والنصوص الدينية، التي تعكس بدورها صورةً لا يمكن إهمالها أو تجاوزها من صور الحضارات وتاريخ تشكلها.

كما لا يمكن النظر إلى الحضارات بمعزلٍ عن النظر إلى مطابخها وطعامها وطرق تحضيره والتاريخ المرتبط به، فالطعام في النهاية لم يكن ولن يكون مجرد وسيلة إشباع تمدد الجسم بالمتعة والوقود، بل هو جزء لا يتجزأ من هويته وطبقته الاجتماعية وثقافته المميزة التي يختلف بها عن غيره من البشر.

وفي هذه المباحث سنتعرف على هذا الطعام وتاريخه ومستلزمات تحضيره ونخص بالذكر الطعام الجزائري.

## المبحث الأول: أنثروبولوجيا الطعام وفن الطبخ.

الطعام يشكّل المجتمع والثقافة التي يعبر عنها وتعتبر جزءاً أساسياً من هوية أفراده ومرآة تعكس تاريخه الممتد إلى آلاف السنين؛ فماذا نأكل، وكيف نصنعه، وكيف نقدّم كل طبق، وماذا نطعم أصدقاءنا وضيوفنا، وغيرها من التفاصيل الصغيرة المتعلقة بأسلوب حياتنا الطعامي اليومي، جميعها تصطف جنباً إلى جنب عاكسة جزءاً من هويتنا الشخصية والمجتمعية الأصيلة. وفي هذا المبحث سنتطرق إلى الطعام وفنون الطهو والطبخ:

### 1- تعريف الطبخ:

#### 1.1- لغة:

طها يطهو ويطهاه طهو وطهو أو طهاية عالجه بالطبخ، واسم الطهي يقال الطهو والطهي أيضا الخبز<sup>1</sup>.

قال ابن الأعرابي: الطهي الطبخ، والطاهي الطباخ، وقيل الشواء، وقيل الخباز، كل مصطلح للطعام أو غيره معالج له طاه. رواه الأعرابي والجمع طهاه وطهى.

قال القرشي: قال القرشي: الحرارة التي تجعل الطعام بحيث يصلح لأن يؤكل: إما أن تكون ملاقية له أو لا، الأول إما أن تكون هوائية، وهو الشهي، أو أرضية كالجمر وهو التكييب.

والثاني وهو ما يكون بينهما واسطة كالقدر، فإن كانت الحرارة تؤثر في ذلك المتوسط، والمتوسط في الطعام من غير أن يكون معه شيء آخر فهو القلي، وإن كان معه شيء آخر، فإن كان دهنا فهو التطحين، وإن كان ماء فهو الطبخ<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> ابن منظور، لسان العرب، دار الكتب العلمية، د ط، بيروت، لبنان، 2010م.

<sup>2</sup> محمد بن حسين بن عبد الصمد الحارثي العاملي الهمذاني، بهاء الدين (المتوفى: 1031هـ)، الكشكول، تحقيق محمد عبد الكريم النمري، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط1، 1418هـ/1998م، ج2، ص292.

## 2.1- اصطلاحا:

هو عملية تحضير الطعام وجعله قابلا للاستعمال، ويطلق المصطلح عادة على تلك الوجبات الغذائية التي يتم تحضيرها باستخدام الحرارة -النار- ويشمل الطبخ عدة أساليب وتقنيات كالسلق، الشواء، والقلي وغيرها<sup>1</sup>.

## 2- مفهوم الطعام:

## 1.2- لغة:

هو ما يؤكل وربما خص بالطعام البر، وفي النهاية: الطعام عام في كل ما يؤكل ويفتات من الحنطة والشعير والتمر وغير ذلك واستثنى منه (الحنطة)، وإطلاق الصاع فيما عداها من الأطعمة.

وفي حديث أبي سعيد رضي الله عنه " كنا نخرج صدقة الفطر على عهد رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) صاعا من طعام أو صاعا من شعير". وفي التنزيل "إِذَا طَعِمْتُمْ فَانْتَشِرُوا"، ويقال طعم يطعم مطعما وأنه لطيب المطعم كقوله المأكل، وروي عن ابن عباس أنه قال في زمزم: أنها طعام طعم وشفاء سقم أي يشبع الإنسان إذا شرب ماؤها كما يشبع من الطعام.

## 2.2- اصطلاحا:

فإنه (الطعام) أي مادة يمكن أن يحولها الكائن العضوي لإعطاء الطاقة وبناء الخلايا، وأنه المكون من تركيبة تضم السعرات الحرارية، والبروتينات، والدهون، والمعادن والكربوهيدراتن إذ تبدأ إنزيمات الفم بعملية التكسير وتجهيز السكريات كونها طعاما لعملية الهضم، عند دخوله إلى المعدة تقوم الأحماض فيها بفصل المواد الغذائية والمكونات ذات

<sup>1</sup> ابو القاسم محمود بن عمر الزمخشري، أساس البلاغة، دار الكتب العلمية، د.ط، بيروت، لبنان، 2008م.

الفائدة في الطعام بعملية تدعى الهضم، ويتم تأطير التفاعل بين الكائن ومحيطه الخارجي بالثقافة.

وتبدوا القاعدة الأساس، أن كل شخص لابد وأن يأكل شيئاً، ولكن لا يأكل كل شيء، وأن اختيار الطعام في الثقافة قائم على مجموعة واسعة من العوامل مثل: التوافر، وسهولة الإنتاج، والتكاليف، والمنافع. . . .<sup>1</sup>

### 3- الوسط الحضري:

يرى مانويل كاستلز وهو أحد السوسيولوجيين المعاصرين أن الوسط الحضري " لم يعد يقوم فقط على الحجم والكثافة السكانية، وإنما أصبح يقوم على الإنتاج الاقتصادي بالدرجة الأولى، فتراكم رؤوس الأموال وتمركز النشاط الصناعي والخدمات بالوسط الحضري جعله يلعب دوراً مهماً في الحياة الاجتماعية وفي استقطاب المناطق المجاورة، وفي تحويل نفسه إلى مجال ينتج ويستهلك ويتغير"<sup>2</sup>.

### 4- الطعام وفن الطهو في الأنثروبولوجيا:

يتحدث الطهاة والذواقون بشغف حول الطعام والطبخ وأساليب الطبخ، ولكن كثير من الناس بما فيهم محترفو الطبخ، يجدون صعوبة في شرح الأسباب التي تجعلهم يفضلون بعض الأنواع على غيرها، أو في وصف ومناقشة ماهية النكهات. . . وربما لهذا السبب هناك القليل من المحاولات لتحليل النكهات أنثروبولوجياً.

<sup>1</sup> أحمد نجم عبد الزهرة، ثقافة الطعام في مجتمع محلي - دراسة أنثروبولوجية في مدينة بغداد - تخصص ماجيستر في

الأنثروبولوجيا التطبيقية - قسم الأنثروبولوجيا التطبيقية، كلية الأدب، جامعة المستنصرية، 2016م، ص18.

<sup>2</sup> مدونة مادية فكر، بحث حول مفهوم المدينة من منظور علماء الاجتماع، 2014م،

<http://ma2dobat-fikre.blogspot.com/2014/05>

وعلى الرغم من أنه كتب الكثير حول الطعام في الأنثروبولوجيا، لكن بقي التركيز الأكبر محصوراً في قضايا مثل الجنس (من حيث التذكير والتأنيث) والفقر والهوية والطعام الرمزي للرئيس، ولاسيما في سياق المناسبات والطقوس الاجتماعية.

تاريخياً تم تصنيف موضوع الطعام في الأنثروبولوجيا ضمن مناطق وسياقات أخرى عدة، ذات صلات نظرية أكبر بالموضوع، وفي الحقيقة لم يكتب سوى القليل عن الطبخ باعتباره شكلاً من أشكال الفن، خاصة من وجهة نظر الأنثروبولوجيا في الفن، وعضواً عن ذلك تم تجاهل الجانب الفني لمنتجات الطعام لصالح قيمتها الصادقة، أو كما عبر عنها (سيدني مينتز) "الطعام والأكل كانا أكثر أهمية لعلماء الأنثروبولوجيا إذا ما أغاضا المراقب أو أربكاه، أو نظر إليهما بوصفه جزءاً من الشعائر، من كونهما ببساطة يسعدان أولئك الذين يطبخون والذين يأكلون".

وقد شجع مينتز علماء الأنثروبولوجيا على دراسة الطعام ضمن السياق الاجتماعي وتعبير آخر، تعادل أهمية تحليل الطبخ ضمن سياق الأعمال المنزلية اليومية أهمية الطعام ضمن سياق الطقوس والشعائر<sup>1</sup>.

هناك ميل متزايد للاهتمام بالنشاطات اليومية، ليس فقط في دراسات الطعام، ولكن الدراسات الأنثروبولوجية السوسولوجية بشكل عام، ومن جهة أخرى يبدو أن المذاق من حيث النكهات هو بشكل خاص عصي على التحليل السوسولوجي، ربما لأنه كما هو حال علم الجمال - ينظر إليه على أنه ذاتي وشخصي جداً أو من الصعب استقراؤه - مع ذلك فلا يمكن نفي حقيقة أن الطعام له نكهة، سواء تم نقاشه بشكل عادي أو كجزء من الطقوس، وأن المذاق مهم للأشخاص الذين يأكلون والأشخاص الذين يطبخون الطعام والمذاق هو الشيء الأكثر أهمية لنا عندما نتناول طعاماً ما، ومن الصعب فصله كجانب ثانوي من الطعام.

في حين يعد لا شعورياً، الطعام الجيد جداً على أنه براعة رفيعة المستوى لم يعتقد علماء الأنثروبولوجيا التفكير فيه بوصفه فناً، والفرق بين الفن والبراعة هو المهارة، مع ذلك

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد 122، أيلول 2017م، ص 445.

فالتفكير في الطباخ -الشفيف- كفن، وإن يكن بدرجة بسيطة هو ربط يتم ببساطة في المجتمعات التي جاء منها الانثروبولوجيون، وقد لاحظ (جيل) أن إهمال الفن في الانثروبولوجيا الاجتماعية الحديثة هو أمر ضروري ومتعمد، وقد نشأ من حقيقة أن الانثروبولوجيا الاجتماعية هي في جوهرها وبشكل فطري ضد الفن، ويمكن قول الشيء نفسه عن النكهة في الطعام.

أما في تحليل (غودي) للتسلسل الهرمي وتطور أساليب الطبخ المعقدة، دعم غودي ملاحظات ودراسات الطبخ في مستوى الأعمال المنزلية، وأكد قائلاً: "هناك ميل لإخفاء أكثر المظاهر الواقعية والملموسة في حياة الإنسان، حتى الطعام والجنس والتضحية، من خلال تحديد تفسيراتهم فقط في مستوى أعمق، وهو غالباً بسبب إعطاء الأفضلية "للمزية" على حساب الأبعاد الأكثر قابلية للنقل بشكل مباشر في الفعل الاجتماعي. . . تجاهل "السطحي" لحساب "العميق" خاصة في المناطق الأكثر ارتباطاً بالمجال المنزلي بشكل عام، مثلاً الحال في الطبخ على سبيل المثال"<sup>1</sup>.

ولهذا فإن المقاربة والمغايرة ضمن وبين أساليب الطبخ من دون الأخذ بعين الاعتبار مثل المجالات المتعلقة بها يفتقر إلى بعد أساسي، وما يثير الاستغراب أن (غودي) ناقش فن الطبخ مستخدماً هذا التصنيف دون دراسة معناه، ولكن اهتمامه كان منصبا على تحليل مقارن للبنية التاريخية والسياسية والاقتصادية على نطاق واسع.

وناقش ضرورة وضع النظرية الاجتماعية ضمن سياقها المناسب "إجمالي عملية إنتاج الطعام وإعداده واستهلاكه"، ولكنه في عملية الإنتاج تجاهل هو نفسه جانب الإعداد، ومع ذلك، فمن خلال موضوع تحقيقه يبدو منطقياً في ملاحظة (فن الطبخ) في حد ذاته في سياق العادة الاجتماعية.

وكما يقول (سيدني مينتز) "يتصرف الناس بلغة المعاني المفهومة، ويمكن للمعنى أن ينتج أنواعاً معينة من السلوك، والسلطة، والمعنى، مرتبطين على الدوام".

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد 122، أيلول 2017م، ص 445.

والعنصر الحيوي في إعداد الطعام هو النشاط الإبداعي، مضافاً إلى أنه يتم الحصول على المواد الخام من خلال شرائها أو جمعها من أماكن مختلفة، ثم تحضيرها ومزجها بشكل جيد، وهذا ضمن التزامات الحياة اليومية للطباخ، التي تجعل الطعام الجيد ذا معنى، ومن ثم يمنح الطباخ قيمة اجتماعية، ومن ثم السلطة؛ والقوة الفاعلة في الفن هي الحامل أو الناقل للمعنى الاجتماعي، الذي يملك ما يكفي من القوة لقيادة التغيرات الاجتماعية في المستويات الأخرى من مصفوفة الأشكال أو التقاليد التراثية، كما أنه يسمح للنساء بتغيير فضائهن الاجتماعية، ومن ثم توسيع شبكاتهن الاجتماعية إلى خارج المنزل.

وعلى الرغم من أن هناك إيجابيات في تحليل البنية الهيكلية، لكن المقاربة الفنية قد تقدم حي أوسع لتحليل أسلوب الطبخ المعقد.

صحيح أن عادات الطعام يمكن تصنيفها، ومن ثم ترميزها، ولكن إظهار هيكلتها لن يقودنا إلى أبعد من الآداب، في حين من الممكن أيضاً ملاحظة تقنيات طبخ معقدة ومتنوعة تخبر الطباخين ومتاولي الطعام بمعان اجتماعية أخرى، لذا فمن الأجدي التحدث عن متن المعرفة -متن الطبخ أو متن الفن- أو عن نظام اجتماعي متطور يوظف في إعداد الطعام للاستهلاك<sup>1</sup>.

وتقع مظاهر التواصل في الطبخ والأكل في المعاني التي يضعها الممثلون (أو الفاعلون، كل من الطهاة ومتاولي الطعام) في الطعام ضمن سياقهم الاجتماعي، أي ضمن تعقيدات المقاصد أو الغايات التي تحدث عنها (جيل).

البراعة التقنية هي ما يعرف موضوع الفن، وتميز هذا يؤكد أهمية النكهة في الطعام، وهي عامل النجاح، أو مخزن المعنى الاجتماعي، أكثر من كونها التعبير المجازي للمواد الغذائية التي تمثل بنيات اجتماعية أخرى، ولهذا فالنظر إلى الطعام بوصفه فناً قد يساعدنا على فهم بعض المعاني التي يحملها الطعام، والطريقة الأخرى التي يمكننا أن ننظر من

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، مرجع سابق، ص 446.

خلالها إلى الموضوع هي تعريف (مون) للمعنى على أنه: الروابط العلائقية التي تدخل في أي عرف أو ممارسة تراثية اجتماعية (مهما كان نظام التعقيد فيها)، وتعرف تلك الممارسة، ويتطلب التحليل الانثروبولوجي للمعنى التراثي شرح الأعراف التراثية، أي العمل على توضيح هذه التعريفات التراثية المحددة وارتباطاتها من أجل كشف كل من طبيعة العلاقات في هذه الأعراف، والأهمية التي تنشأ من هذه الارتباطات العلائقية، وبوضعها في سياقها، فإن المعاني التراثية للنشاط المطبخي كجزء من عمل المرأة تختلف عن التحليل الرمزي للمواد الغذائية، وعلى هذا الأساس فقد تجنبت بعض الدراسات التحليل الارتباطات الرمزية مثل ربط الذرة بالدم، في حين ركزت دراسات أخرى على دراسة معاني ترابط الأعراف التراثية، دور المرأة في الأعمال المنزلية وغير المنزلية، والتفاعل الاجتماعي، وحسن الضيافة في الاحتفالات والمناسبات اليومية، والتفكير في الطعام بوصفه فنا مبنيا على الفعل لذا يجب تحديد مصدر المعنى في العلاقات الاجتماعية بين الطهات ومتناولي الطعام وفي فاعلية الطبخ.

وهكذا فإن كان الطعام زاخرا بالمعنى، ومن ثم ذا معنى، فإن المعاني الاجتماعية أو أهمية معنى الطعام يمكن فهمها بشكل أفضل من خلال تحليل الطبخ ككل متكامل، مركزين على ممارسات الطهو، مع الاعتراف بالميزات الفنية لفعل الطبخ<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، مرجع سابق، ص 447.

## المبحث الثاني: نشأة وتاريخ الطبخ الجزائري.

هناك نظرية بسيطة يتداولها الدارسون لأنثروبولوجيا الإنسان تقترح أن "الذكاء البشري" لم يكن هو الحلقة التي تميز الإنسان عن غيره من المخلوقات، وإنما كانت قدرته على التحكم في النار وطهي طعامه، هما ما سمحا له بالتطور من مخلوق بدائي إلى مخلوق أكثر تطوراً يمتلك القدرة على إنشاء المجتمعات والحضارات، وفي هذا المبحث سنبحر في تاريخ الطبخ لنتعرف على الطبخ الجزائري عبر العصور:

### 1- نشأة الطبخ:

تفتح الكاتبة والخبيرة الاكاديمية في الطبخ ومدرسة طبخ مساعدة في معهد التربية المطبخية في نيويورك كاثي ك. كوفمان كتابها: "الطبخ في الحضارات القديمة" مؤكدة أن "الإنسان هو الحيوان الطباخ وما من مخلوق آخر سواه يعرض طعامه للتسخين ليغير مذاقه قبل أكله، وما من مخلوق سواه طور كل هذا القدر من الانظمة المعقدة والعادات للحصول على المواد الغذائية وتحضيرها وتوزيعها واستهلاكها".

وتتناول كاثي ك. كوفمان الأطعمة وعادات الأكل في العالم القديم، وتقدم الوصفات في سياقها الثقافي والتاريخي متفحصة الأطعمة المألوفة في العالم القديم، وهي الشعير والحنطة، ولاسيما صنع الخبز القديم وتقنياتها، وتصف الطبخ القديم وتقنيات حفظ الطعام، كما تقدم وسيلة عملية لتحضير الوصفات في المطابخ الحديثة.

وتدرس كوفمان الطبخ في بلاد الرافدين القديمة ومصر واليونان وروما من خلال الوصفات الغذائية، التي توضح ما كان يتناوله المجتمع من الحكام الكبار حتى أدنى المزارعين مكانة أو العبيد قبل آلاف السنين، وهذه مثيرة في ذاتها كخصائص مطبخية، كونها تساعد في الكشف عن بنية أية الحضارة وتقنياتها واقتصادها وممارستها التجارية والمعتقدات الفلسفية والدينية والتنظيم الاجتماعي والسياسي فيها، "خذ مثلا الخبز المصنوع من الحنطة - وهو شيء بحكم البديهية حاليا ويتوفر واقعا في كل مكان ويمكن تقديمه لأي شخص تقريبا، في العالم القديم- كان خبز الحنطة قطعة تدل على الترف، فالأنواع المبكرة

من الحنطة لم تكن تنمو نموًا صالحًا في جميع المناخات، فكان دقيق الحنطة في الغالب أعلى ثمنًا من الدقيق المصنوع من حبوب أخرى في القرن الثاني الميلادي، حين أنزل الجنود الرومان عند بئر هادريان بئر القرن من حدود إنجلترا مع استكتولندا، أصروا على الحنطة لإشباع مطلبهم في أنماط الخبز المألوفة لديهم في إيطاليا، ربما كانت الحبوب المحلية مثل الشوفان تكفي لسد حاجة الكتائب التي تتضور جوعًا، مع ذلك تم شحن الحنطة حتى نهايات العالم المعروف حينئذ لإطعام الجنود الذين دافعوا مسرورين ثمن الحبوب الغالية من رواتبهم السخية، إذ كان ينظر الرومان القدماء إلى خبز الحنطة بوصفه أمرًا جوهريًا لتحقيق هويتهم الثقافية<sup>1</sup>.

تتفحص كوفمان الطبخ تاريخيًا بوصفه جزءًا لا يتجزأ من حقب مهمة في التاريخ، سواء أكان كوسيلة لتفحص الحياة اليومية للنساء والرجال الذين كانوا يطبخون، أم كوسيلة لاستكشاف خبرات الشعوب التي تأكل ما يقدم لها، وتقول: "كانت طرق الأكل عند الإنسان بسيطة، فرجال العصر الحجري ونسأؤه كانوا يحصلون على طعامهم باصطياد قطعان الحيوانات الكبيرة التي كانت تغطي الشرق الأدنى ومنطقة البحر الأبيض المتوسط، وجمع ما تيسر من فواكه وخضر برية وحبوب يصادفونها على امتداد طريقهم لزيادة أطعمة اللحوم، ولا نكاد نعرف شيئًا عن الكيفية التي كان يحضر بها البدائيون الأوائل طعامهم، ولكن مع نقطة معينة في الزمن قبل ما يقرب من مليون إلى خمسمائة ألف سنة تعلم الإنسان الأول كيف يستخدم النار لتحويل النيء إلى مطبوخ، ويفترض الانثروبولوجيون أن الصورة الأولى من الطبخ كانت تحميصًا وشيئًا فوق نيران مفتوحة، يكملها بسرعة الخبز على أحجار ساخنة توضع بالقرب من النار أو في الرماد الذي تخلفه النار في حفر أرضية مصفوفة بالأحجار، وحين ظهر المطبخ البدائي صار يظهر لدى الناس ميل للمفاضلة بين الأطعمة البرية الكثيرة المتوفرة لإشباع حاجاتهم من الجوع".

وتضيف كوفمان "قبل زهاء اثنا عشر ألف سنة انتهى العصر الجليدي وغير البنية في مناخ الشمال وحول الحياة النباتية والحيوانية التي تتوافر في الشرق الأدنى والبحر

<sup>1</sup> Iyad Daoud، كيف تطور الطبخ عبر العصور، مقال أنترنت، موقع أصدقاء من فيروزة، 12 جويلية 2013م، <https://fairouzehfriends.ahlamontada.com/t6383-topic>

الأبيض المتوسط ما قبل التاريخ. أما كيف ولماذا بالضبط ظهرت -استزراع المحاصيل وتدجين الحيوانات- فأمر غير واضح، لأن الدليل يتنوع من موقع إلى آخر، تذهب إحدى النظريات إلى أن الطرائد البرية تناقصت، مما دعا الصيادين جميعاً إلى أن يعتمدوا أكثر على الحبوب لاستمرار بقائهم، وقد فضلوا بعض الحبوب البرية إما بسبب تيسرها أو سهولة الحصول عليها أو مذاقها، ونشر هؤلاء البدائيون هذه الحبوب المفضلة حين كانوا يواصلون مطاردتهم لقطعان المتناقصه فأكملوا طراز حياة الصيد بالمحاصيل المزروعة، وبحوالي عام 9000 ق. م صار الدليل يتوافر على محاصيل تم تخزينها للاستهلاك في المستقبل، وكانت هذه المخازن والمستودعات بحاجة إلى أن تحمي من تطفل الحيوان وسرقة الإنسان، فتشكلت القرى حولها، وحولت البدائيين إلى مزارعين مستقرين<sup>1</sup>.

وحول علاقة الطبخ بالطبقة، الاجتماعية تكشف المؤلفة على أن النخب الحضارية في بلاد الرافدين كانت تتناول أربع وجبات يومية: وجبتين رئيسيتين أحدهما في الصباح والأخرى مع الغروب، مع وجبتين خفيفتين، أما العمال وبخاصة الفلاحين في الحقول فلا يتناولون سوى وجبتين "وتستضيف الملوك الولائم ليلاً، وهي تمتاز بترف أكبر بسبب المشاعر الثمينة والمصابيح الزيتية التي تضيء الاحتفال، ويبدأ العشاء الرسمي وينتهي بغسل اليدين، ويدهن الضيوف بزيت معطر ويشعل البخور، وكان ضيوف الولائم الرسمية يخضعون لترتيب هرمي صارم ويجلسون في أماكن مخصصة لكل منهم بحسب الوظيفة أو الأصل العرقي أو المكانة، وكان بمثابة إهانة إتهام ضيف من الضيوف بالأكل والشرب مع الخدم أو رفض المشاركة في الطعام، وكانت النساء تحضر أحياناً الموائد وتجلس على المقاعد أو في الكراسي، وفي الألفية الأولى صار يضطجع الرجال الأثرياء".

وتلفت المؤلفة إلى أن البنى الأساسية للوجبات في بلاد الإغريق القديمة كانت تتركز على الحبوب الأساسية التي تجملها الأطباق الجانبية الثقيلة وهي الأطباق الثانوية أو المقبلات من اللحوم والأسماك والخضر والفواكه والبقول والألبان، وفي العصر الكلاسيكي كانت الوجبات الرسمية تؤكل عموماً من دون خمور، تظهر الخمر في الوليمة أي حفلة

<sup>1</sup> محمد الحمامصي، كوفمان: الإنسان هو الحيوان الطباخ، مقال انترنت، موقع Middle East Online، 2012/06/09، <https://middle-east-online.com>

الشراب بعد اكتمال وجبة الأكل الرئيسية، وتمتد الوليمة من مناقشة موضوع تأملي إلى نوبات الشرب، ويتناولون تلك الأطعمة التي يختار إعطاؤها لهم والذكور الكبار تستخدم السكاكين والملاعق، وكانت الجفان والأوعية وأدوات الشرب الفردية تصنع من الطين أو المعادن كالفضة أو الذهب<sup>1</sup>.

## 2- الطبخ الجزائري عبر العصور:

رحلة المطبخ الجزائري تبدأ من بعض الأطباق الاقتصادية ذات أصول الطبخ المشتقة من المطبخ الأمازيغي التقليدي، المطبخ التركي، المطبخ الإسباني، المطبخ الإيطالي، المطبخ العربي، المطبخ الفرنسي، والأمازيغية القديمة المكونة من الأعشاب والحبوب والخضار الطازجة أو المجففة والتي لاتزال محل ترحيب حتى يومنا هذا في الأرياف والمدن.

ثم بمجيء الحضارة الإسلامية نقلت إلينا أسرار مطابخ بغداد والقاهرة وقرطبة، ثم دخول الأتراك زاده ثراء بأكلات متعددة كالمشاوي والحلويات.

وفي العمر الحديث، نتيجة لهذا الزخم التاريخي وبتأثيرات أخرى، قد تكون هاته الاختلافات، اختلافات ضعيفة أحيانا، وقد تكون جذرية أحيانا أخرى، من المهم أن نشير أيضا إلى أن المطبخ الفرنسي رغم غناه، لم يؤثر كثيرا في المطبخ الجزائري (رغم بقاءه أكثر من 130 سنة) لأسباب متعددة منها الاختلافات في الدين والحرام والحلال، إلا أن هناك تأثير رغم قلته ومحدوديته في طبخ بعض الأسماك والأكلات البحرية وإن كانت في عمومها من المطبخ الإسباني<sup>2</sup>.

لا يرجع تنوع المطبخ الجزائري لافت للنظر إلى الشروط الجغرافية والمناخية فقط، ولكن يعود أيضا إلى الوضعيات والتأثيرات التاريخية، وهكذا فإن سجل الطبخ الجزائري يشكل في "خطابه الاجتماعي والاقتصادي فسيفاء ذوق" دقيقة لشعب ولع بقريته.

<sup>1</sup> انظر: Daoud، كيف تطور الطبخ عبر العصور، مقال أنترنيت، موقع أصدقاء من فيروزة، 12 جويلية 2013م، <https://fairouzehfriends.ahlamontada.com/t6383-topic>.

<sup>2</sup> موقع ويكيبيديا، الجزائر، <https://ar.wikipedia.org>

## 3- فن الطبخ الجزائري:

إن الغذاء يتلف، غير أنه لا يزال متواجد في حياة الشعوب منذ الأول، والطبخ مع أنه يومي فإنه يتجاوز العصور، إن الغذاء يقوي الأواصر، فليس هناك من طاولة في الذاكرة الجماعية إلا وكانت محلا للبهجة والفرح، تماما كما يقول المثل الشعبي "كي تشبع الكرش تقول للراس غني"، وإن الغذاء ينفذ، غير أن طريقة تحضير الأطباق تعكس دلالة فلسفية للذوق الاجتماعي.

يعكس فن الطبخ ثقافة الشعوب وحضارتها، ويبرز اقتصاد وذوق المجتمعات، شأنه في ذلك شأن الفنون الحرة السبعة، ويشكل بطريقته الخاصة وفي سجله "المدون" عناصر الحضارة.

إن فن الطبخ يرتبط في أي بلد كان بتاريخ سكانه، ويسمح لشعب ما بفرض شخصيته وهويته الثقافية ومهاراته الإبداعية، تماما مثل الحرف التقليدية أو الموسيقى أو الرقص التقليدي.

إننا نقول ولنا كل الحق في ذلك ما قاله الكاتب الفرنسي جان انزليمي بريلات في مقولة شهيرة له تختص بالطعام: "قل لي ماذا تأكل أقول لك من أنت"، وهي مقولة تلخص باختصار أن شخصية الإنسان تبدو للآخرين من خلال ما يتناوله من طعام وكذلك من طريقة تناوله للطعام مرورًا بأداب الطاولة وطريقة إعداد الطعام.

ونقول أيضا في سياق آخر قد طبعته التقلبات التاريخية "يمكن تقرير مصير العالم حول طاولة الطعام"<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> صلاح سليمان، قل لي ماذا تأكل أقل لك من أنت، 4 جوان 2010م، <https://elaph.com/Web/elaphplus/2010/6/567319.html>

## 4- الطبخ إرث شعبي:

لطالما اعتبر مفهوم الضيافة والكرم أمرا بديهيا في الجزائر يكمل فن الطهي، فقد توارثت الأجيال عبر الزمن الاعتقاد بتناول الطعام ومشاركته بفيض كبير من الحماسة والدفء العائلي، في الأزمنة الغابرة في الخيم البدوية وتحت أضواء النجوم المخيمة على الصحراء.

تتوفر باقة كبيرة من المطاعم العصرية والمخيمات الصحراوية التراثية ومراكب الدهو التقليدية التي من خلالها يختبر الزوار تقليد تناول الطعام القديم، بالإضافة إلى المقاهي والمطاعم الرائعة في الشوارع الموزعة بأنحاء الجزائر.

قد يحلوا لزائر اليوم تناول عشاء ذي طابع جزائري يتكون من منتجات محلية طازجة وتشكيلية من البهارات.

يتم إعداد الأطباق التي غالبا ما تتألف من صحن، باستخدام تقنيات محددة، وتشمل أطباقا منفصلة من لحم الخروف أو الدجاج أو الإيتين معا، بالإضافة للخضراوات الطازجة التي يتم تتبليها من حين لآخر؛ غالبا ما يتم تقديم صحن من المحمر على العشاء، إضافة إلى الحلوى مثل البقلاوة، ويختتم العشاء بتقديم فنان من الشاي العربي التقليدي.

كما يعتبر الإطعام من أهم الخدمات التي تختص بها المنظمات المستقبلية للسواح، وخاصة الفندقية، وذلك من أجل تحسين جودة الوجبات الفندقية التي تليق بمستوى الفندق أو المطعم، كما أصبح للإطعام مدلولاً آخر في مجال السياحة (المطاعم والفندقة) وهو تعريف بعادات وثقافات البلدان من خلال الأكلات الخاصة بكل منطقة.

"من أعطى ملحا فكأنما تصدق بجميع ما حطئت به الملح، ومن أعطى نارا فكأنما تصدق بجميع ما أنضجت النار، ومن سقى مسلما شربة من ماء حيث يوجد الماء فكأنما أعتق رقبة، ومن سقى مسلما شربة من ماء حيث لا يوجد الماء فكأنما أحياه"<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> حديث شريف رواه الطبراني، المعجم الأوسط (6592)، وفيه زهير بن مرزوق قال البخاري: مجهول منكر الحديث.

## المبحث الثالث: مستلزمات المطبخ وفن الطهو.

إذا ما دخلنا أي مطبخ ولاحظناه سواء في القديم أو الحديث، فإننا نجد ما يستخدم لإنجاز الأطباق الغذائية، وتتووع هذه المستخدمات من مواد غذائية، وأدوات ووسائل، ومعطرات ومستحضرات، وبتنوعها وتوفرها تتنوع أذواق مائدة الطعام، وأهم هذه المستلزمات المستعملة في المطبخ:

### 1- نار الطهي ووسائلها:

إن المعلومات متوفرة عن أهم وسائل النار، إلا أنها إشارات فقط إلى أسمائها وحقيقة تواجدها بالمطبخ، لكن لا نعرف شكلها إلا مما نحاول استخلاصه من طرق وضع الطعام التي توصلنا إلى تصور تقريبي، ومن أهمها: التتور والكانون.

فمن إحدى الكيفيات، أمكننا أن نستخلص بأن التتور شكل توقد فيه النار، ويغطي بما يمنع خروج حرارة النار، أو دخول الهواء، وهناك كتاب الطبخ لمؤلف مجهول، لا يعطينا شكله، وإنما يشير إلى أن التتور شكل يدلى أو يدخل فيه الطعام، موضوع على نار، فهو شكل أسطواني محفور. ومن مختلف شواهد، نستنتج أن التتور إناء فخاري كبير، محفور على شكل أسطواني، له فتحة في الأسفل يدخل منها الفحم، وفي الأعلى غطاء يمنع خروج الحرارة أو دخول الهواء، وفوق الغطاء يوضع الخبز أو اللحم أو القدر الحامل للطعام، فتكون حرارته لينة هادئة.

وأن الكانون إناء كبير مفتوح، يوضع فيه الفحم، حيث يختلف في التغطية عن التتور، إذ نجد أن آنية الطعام يفصلها عن النار في التتور غطاء، أما في الكانون فتكون متصلة مباشرة بالنار من غير غطاء<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> مريامة العناني، الأسرة الأندلسية في عصر المرابطين والموحدين، مذكرة ماجستير في العلوم الإنسانية - تخصص تاريخ وحضارات بلاد الأندلس -، قسم التاريخ والآثار، جامعة منتوري، قسنطينة، ص118.

## 2- أدوات وضع الطعام للطهي:

أما الأدوات التي يوضع فيها الطعام للطهي، فهي كثيرة ومتنوعة، إلا أنه يكفي الاقتصار هنا على بعضها، والتي يكثر استعمالها، ومن أهمها:

**1.2- القدر:** وقد تنوعت أشكالها وأحجامها ومواد صناعتها، لكن الأكثر استعمالاً القدر المصنوعة من الفخار الجيد، أو الحنتم المزجج، وعلى سبيل الإشارة، فإن هناك من المدن الأندلسية ما اقتصت بالفخار لجودة تربتها، فكان تؤخذ منها أواني الفخار للطبخ.

**2.2- الملة:** وهي من الأدوات التي يوضع فيها الطعام، لكن تختص لما يخبز، فكما يذكر محقق كتاب ابن رزين، "أن الملة هي حفرة تحفر في الرماد الحار"، إلا أنه قد وصف في إحدى الكيفيات، بأنه آنية توضع فوق النار، فإذا حميت وضع فيها الخبز حتى يستوفي طيبه، وفي موضع آخر أيضاً، يوضع الطعام بعد تحضيره للطهي في ملة على النار بعدما تدهن بقليل من السمن. . .

**3.2- المقلاة:** تنوعت أشكالها من صغير إلى كبير، كما أنها تختص ببعض الأطعمة دون غيرها" وهي الاطعمة التي تولى ولا تغلى كالسمك مثلاً، وفي معظم الحالات كانت تملأ بزيت ساخن، ثم يوضع فيها ما سيقلى<sup>1</sup>.

## 3- طرق إعداد الطعام<sup>2</sup>:

لا يعني الطبخ الصحي أنه يتعين عليك أن تصبح طباً ماهراً أو تقوم بالطبخ في أواني طبخ باهظة الثمن، حيث يمكنك استخدام أساليب الطهي الرئيسية لإعداد الطعام

<sup>1</sup> مريامة العناني، الأسرة الأندلسية، في عصر المرابطين والموحدين، مذكرة ماجستير في العلوم الإنسانية - تخصص تاريخ وحضارات بلاد الأندلس، قسم التاريخ والآثار، جامعة منتوري، قسنطينة، ص 120.

<sup>2</sup> موقع صحتك، 9 طرق لطهي طعام صحي ولذيذ، 6 فبراير 2020، <https://www.sehatok.com/food/2016/2/3/9>

عن موقع مؤسسة مايو كلينك، <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/healthy-cooking/art-20049346>

بطرق صحية. ومن الأهمية معرفة أنه لا يمكن تقليل الدهون والسرعات الحرارية إلا باستخدام أساليب الطهي الصحية، على سبيل المثال، كل ملعقة كبيرة (حوالي 15 ميليلترا) من الزيت تستخدمها عند قلي الطعام تُضيف أكثر من 100 سعر حراري.

ولوضع الأمور في نصابها يجب أن يحد البالغون من السرعات الحرارية الموجودة في الدهون لأقل من 20 إلى 35 بالمائة من إجمالي السرعات الحرارية اليومية، وبالنسبة للنظام الغذائي المكون من 2000 سعر حراري، فهذا يعني أنه لا ينبغي تناول أكثر من 400 إلى 700 سعر حراري من الدهون في اليوم.

وبالنظر إلى الشوي، فأنت لا تتخلص من الدهون المضافة فحسب ولكنك أيضًا تسمح بتخليص الطعام من أي دهون؛ فهي تتساقط بسبب تعرضها للحرارة المباشرة. وتعمل طرق الطهي الصحية المذكورة في هذه المقالة على إكساب الطعام أذ النكهات، والاحتفاظ بالعناصر الغذائية في الأطعمة دون إضافة أي مقادير مفرطة من الدهون أو الملح.

### 1.3- طريقة الخبز:

بجانب الخبز والحلويات، يمكنك خبز المأكولات البحرية والدجاج واللحوم الخالية من الدهون والخضراوات والفواكه، بالنسبة لطريقة الخبز، ضع الطعام في مقلاة أو طبق داخل الفرن بعد أن يصبح هواؤه ساخنًا وجافًا، ويمكنك طهي الطعام وهو مكشوف أو غير مكشوف، ولا يتطلب الخبز بشكل عام إضافة الدهون إلى الطعام.

### 2.3- الطهي البطيء على نار هادئة:

يتضمن الطهي البطيء على نار هادئة تحويل لون المكون في البداية إلى اللون البني (التحمير) وهو في مقلاة أعلى الموقد، ثم طهيه ببطء، وهو مُغطى بشكل جزئي بمقدار صغير من السوائل مثل الماء أو الحساء، وفي بعض الوصفات، يتم استخدام سائل الطهي بعد ذلك لتشكيل الصلصة الشهية الغنية بالعناصر الغذائية.

### 3.3- الشوي والشواء:

يُعرّض الشوي والشواء الطعام إلى الحرارة بشكل مباشر، وللشوي خارج المنزل، ضع الطعام على حامل الشواء أعلى قاعدة بها فحم مشتعل أو سخور مسخنة بالغاز، وإذا كانت لديك شواية معدة للاستخدام داخل المنزل، فاتبع تعليمات الشركة المصنعة.

وبالنسبة للقطع الصغيرة، مثل الخضراوات المفرومة، فقم باستخدام ورق الألومنيوم أو سلة الشوي ذات المقبضين الطويلين لمنع القطع من الانزلاق إلى حامل الشواء، ولغلي الطعام، ضع الطعام على حامل الغلي أسفل مصدر الحرارة، وتسمح الطريقتان بتخليص الطعام من الدهون.

### 4.3- السلق:

لسلق الطعام، قم بلطف بغلي المكونات في المياه أو في سائل منكه مثل الحساء أو الخل، حتى يتم طهيها بالكامل وتصبح لينة عند اللمس، يحتفظ الطعام بشكله أثناء الطبخ. وبالنسبة للسلق أعلى الموقد، اختر المقلاة المغطاة التي تناسب بشكل أمثل حجم الطعام وشكله حتى تحتاج إلى أقل مقدار من السائل.

### 5.3- الشوي في الفرن:

مثل طريقة الخبز، لكن في درجة حرارة أعلى عادة، تستخدم طريقة الشوي الحرارة الجافة للفرن لطهي الطعام، ويمكنك شوي الأطعمة على الصفيحة المعدنية للفرن أو في مقلاة الشوي. وبالنسبة للدجاج والمأكولات البحرية واللحوم، ضع الحامل داخل مقلاة الشوي حتى تتسرب الدهون أثناء الطهي، وللحفاظ على الرطوبة، قم بطهي الأطعمة حتى تكون درجة حرارتها الداخلية آمنة لكن لا تفرط في طهيها.

### 6.3- القلي السريع:

باستخدام طريقة القلي السريع، يمكن قلي قطع الطعام الصغيرة أو الرقيقة نسبياً، وإذا اخترت أواني الطهي ذات السطح غير اللاصق عالية الجودة، فيمكنك طهي الطعام دون

استخدام الدهون. بناءً على الوصفة، استخدم الحساء الذي يحتوي على نسبة منخفضة من الصوديوم أو بخاخ الطبخ أو المياه بدلاً من الزيت.

### 7.3- التعريض للبخار:

تتمثل أحد أبسط أساليب الطهي في تعريض الطعام للبخار في سلة مثقوبة معلقة أعلى سائل يغلي، إذا استخدمت سائلاً ذا نكهة أو أضفت التوابل إلى الماء، فستُضيف النكهة إلى الطعام أثناء طهيه.

### 8.3- القلي مع التقليب:

طريقة آسيوية تقليدية، قم بالقلي السريع مع التقليب لقطع الطعام الصغيرة المتناسقة في الحجم بينما يتم تقليبها في مقلاة واسعة أو مقلاة قلي كبيرة غير لاصقة، أنت لا تحتاج سوى لمقدار صغير من الزيت أو بخاخ الطهي لطريقة الطهي هذه.

### 9.3- استخدام الأعشاب والبهارات:

يعد إعداد الوجبات باستخدام الأعشاب والبهارات أحد أفضل الطرق لإضافة اللون والمذاق والرائحة إلى الطعام دون إضافة الملح أو الدهون، استخدم الأعشاب الطازجة التي تبدو نضرة ولم تذبل وأضفها قرب نهاية عملية الطهي، وأضف الأعشاب الجافة في المراحل الأولية زمن الطهي، وعند استبدال الأعشاب الجافة بالأعشاب الطازجة، استخدم حوالي نصف المقدار.

## خلاصة الفصل الأول:

ومما سبق تناوله في هذا الفصل يتجلى لنا بوضوح أن الطعام له أهمية بالغة في حياة الفرد والمجتمع، وللإنسان تاريخ طويل ممتد عبر العصور مع الطعام، في طرق تحضيره ووسائل ومستلزمات عملية الطهو، حتى صار الطبخ فنا وميزة تتميز بها الشعوب، حتى أصبح له الأثر الكبير في ثقافة المجتمعات في أوساطها الحضرية.

# الفصل الثاني

## أثر الطعام في الوسط الحضري

### "منطقة شلف نموذجاً"

تمهيد

- المبحث الأول: الطعام في المجتمع الحضري.
- المبحث الثاني: دور الطعام والطهو في الوسط الحضري.
- المبحث الثالث: الأكلات الشعبية في منطقة شلف.

**تمهيد:**

يعتبر المجتمع الجزائري من المجتمعات التي عرفت تغييرات هامة وجرفت عناصر الحداثة الفكرية والاجتماعية؛ لذلك فالعائلة الجزائرية مدفوعة إلى التعامل مع نمطين للممارسات الثقافية والاجتماعية: عادات قديمة معبرة عن هويتها، وعادات جديدة معبرة عن التغيير والحداثة؛ خصوصا مع بروز صراعات تولدت نتيجة ظهور اتجاهين:

- اتجاه يدعي الأصالة والمحافظة على التراث والهوية، والتي لا تتحقق إلا بالمحافظة على القديم وإحياء العادات والتقاليد القديمة، كتعبير عن نفسيات الناس وقيمهم الثقافية والاجتماعية، وكنساج المجتمع ذاته تؤثر به ويؤثر فيها.
- واتجاه آخر يدعي العصرية والحداثة والتجديد، ينظر إلى هذه العادات والتقاليد على أنها من القدم وقد مر عليها الزمن، ولم تعد تخدم الحاضر لأنها تراث مضي.

ولكن مع ذلك لا زالت تمارس داخل المجتمع الجزائري، عادات وتقاليد حافظ عليها الأجيال، فتراها تتجدد في المناسبات كالزواج والختان وإن اختلفت هذه العادات من منطقة لأخرى، ومن المدينة إلى الريف، إلا أنها تلتقي في مجملها لتكون وحدة المجتمع وهويته، وينظر إليها بعض علماء الاجتماع والأنثروبولوجيا وعلم النفس أنها تشكل الوشاح الذي يعود إليه الفرد عند كل أزمة، ليجد فيه الاطمئنان والحماية لذاته ولهويته الثقافية والاجتماعية التي تشهد رجاة قوية في عصر العولمة. كما يجد فيها الهروب من عقوبة المجتمع الناتجة عن اهمال العادات والتقاليد الخاصة بالأجداد.

وفي هذه المباحث يتبين دور وأهمية عادات وتقاليد الطعام في المجتمع الجزائري، وأثره في الوسط الحضري.

## المبحث الأول: الطعام في المجتمع الحضري.

ذكر عبد الرحيم العطري، في كتابه "قَرَابَةُ المِلح.. الهندسة الاجتماعية للطعام"، أن الأنثروبولوجي الفرنسي كلود ليفي شتراوس (1908-2009)، أوضح من خلال "المثلث المطبخي"، أن التعامل مع الطعام لا يكون معزولاً عن النسق الثقافي الذي ينتمي إليه الفاعل الغذائي، فكل طعام وكل تدبير ممكن لهذا الطعام يتأسس على سيرورة ثقافية؛ وفي هذا المبحث نحاول تبين بعض آثار الطعام في المجتمع الحضري:

### 1- الطعام والطقوس الدينية:

يحتل الطعام كطقس ديني مكانة متميزة في المعاني الإجرائية للشعائر الدينية، يتحدد عبرها مجموعة الطقوس المؤسسة للفعل الديني، فأغلب المجتمعات ذات الأصولية الدينية المحافظة -التزاما على بنائها الرسالي- تسعى إلى تفضيل الممارسة الجماعية، يتم من خلاله إعادة مؤسسة البناء الاجتماعي عبر السياق الديني الذي يعد واحداً من أهم مرتكزات الواقع المجتمعي بوضعه نسقاً حافظاً للتواصل على مستوى الممارسة والفعل، فهو -الطعام- يعيد نشاطات النسق ويحيي فيه أسسه العميقة، ويجدد له واقعه البنائي ويظهر تواصله، ويحفظ للنسق وحدته، ويقف عائقاً أمام كل محاولة لتشتته وبعثرته.

وتطهو لنا خاصية الطعام معاني نفسية واجتماعية ذات دلالات واضحة، إذ يمكن تحديد هذه السمات من خلال دراسة واقعية للطعام في الشعائر الدينية، ويكاد يعرف الطعام كظاهرة طقوسية دينية لا يخلوا منها مجتمع ديني في إظهار خصوصيتها، ويرافق هذه الخاصية كنظام اجتماعي شعور كبير في التناول والكبرياء لمن يقوم بهذا العمل، فهو من جانب يكون عبارة عن مؤشر خدمي، ومن جانب آخر لها دلالة اجتماعية واضحة تتركز

أساساً حول مسألة الصمعة والمكانة، ويظهر ذلك بشكل واضح في مسائل البذخ والترف والإسراف التي ترافق هذه الشعيرة<sup>1</sup>.

إن الاعتقاد الجمعي العام لا يفتأ أن يسوغ تلك الممارسات البذخية، تخط على نحو بنائي بين السمات الاجتماعية النفسية والسمات الدينية، إذ تبتعد المقاصد الدينية عن غاياتها فيحمل أشبه ما يكون (بالتراشق الخصائصي) بين الأنساق، وهي حالة سوسولوجية فاضحة، تعتمد أصولياً ميزات تكامل المكونات وتأثيرها ببعضها بنائياً، إلا أنها من جهة مقابلة تفقد العنصر النسقي خصائصه المؤثرة، فيبدوا مثلاً النسق الديني ملوثاً بعادات اجتماعية تفقده المنحنى الذي اعتمده أصولياته الدينية.

ومهما يكن من حدث الامتزاج الخصائصي فإن السمة الظاهرة تبقى للنسق المسيطر في التحليل بناء على عنصره المؤثر الذي يخضع للدراسة والتفسير الاجتماعيين.

والطعام كعنصر فائق فإنه يتجاوز واحدة النسق إلى خاصية "عنصر الأنساق المتعددة أو عنصر النسق المتعدد" وسبب ذلك يرتبط أكثر بطبيعة النظام الاجتماعي المراد تحليله إذا جاز لنا سوسولوجياً أن نعد الطعام نظاماً من أنظمة النسق الاجتماعي.

ومن خلال ملاحظة الباحث بالتدخل وتتبعه لأهم خصائص الطعام ومنزلته في الطقوس الدينية كان لزاماً عليه أن يعمد بمنهجية البحث الوصفي للوقوف على حيثيات الطعام ومكانته في تلك المعتقدات، ولعل أهم ما يلفت أهمية هذا الموضوع، هو أهميته بالنسبة للشعائر الدينية في عاشوراء وأيامها، وذلك أن طقوس الطعام تبدأ في الإسلام لتأخذ منحني واسع كفاءة للإصلاحات النفسية فهي عملية تطهير في ذاتها، يقصد مدة تطهير النفس البشرية من كل ما بعد رذيلة للمقامات الروحية عن طريق الأعمال المادية، المتمثلة بطقوس الطعام التي تعد إبراء ذمة المكلفين من آثام أو ذنوب ارتكبوها.

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد 122، أيلول 2017م، ص 455.

لقد ألزم الإسلام أتباعه على مجموعة كبيرة من الشعائر بوصفها واجبات ينبغي الانصياع لها - وهذا هو حال أي دين آخر - لقد أفرزت تلك التعاليم عددا من القضايا الروحية أخلاقيا عبر ظاهرة دينية نجدها في مختلف الأديان وهي ظاهرة "الافتداء" ومعنى الافتداء أن يحل شيء مكان شيء آخر فدية له<sup>1</sup>.

وغاية الافتداء - روحيا - في الأديان هو التقرب والزلزلى إلى من يستحقه، وهو أجلي العبادات وأظهرها. وتجلي كذلك غايته المادية في تحقيق التشارك والإطعام لمن هو غير قادر على مؤننته، مما يحقق تصورات هدفها التماسك بين كل أفراد المجتمع.

وتتمثل أهم مصاديق ظاهرة "الافتداء" بقصة عرضها القرآن وكتب العهد الجديد والتقديم بأن إبراهيم قد رأى أن يذبح ابنه إسماعيل امتثالا لأمر ربه، وقد قال إبراهيم ذلك لإسماعيل فكان رده أن تفعل ما تؤمر به "فلما هم إبراهيم بذبحه واستعد لذلك جاء نداء من السماء أن تتوقف عن فعل ذلك وأن الله يأمرك أن تذبح كبشا بدلا عن فدية. ولهذه الحادثة مدلولات أخلاقية ونفسية واجتماعية واقتصادية كثيرة، من أبرزها هو التمثل التام للذات الإلهية عبر الطاعة المطلقة لكل ما تأمر به؛ كذلك كانت الفدية بالطعام لها أهدافها السامية لتشمل أكبر عدد ممكن من الناس الذين يعيشون في مستويات دخل سامية لتشمل أكبر عدد ممكن من الناس الذين يعيشون في مستويات دخل محدودة، لهذا أصبحت هذه الشعيرة من أكمل الشعائر وأهمها عند المسلمين.

كما ألزم الإسلام أتباعه بالتفكير عن تجاوزاتهم بالدفع لمعنى الفدية وهو الطعام الذي تتوضح مصاديقه في أكثر العبادات، وللطعام طقوس كثيرة يقصد منها وجه التقرب إلى الله مثل: دفع البلاء أو إسباغ الرحمة على عباده والتوفيق. . . إلخ.

وتظهر خاصية الطعام في عاشوراء كصفة "نظام للتماسك الشامل على مستوى للأنساق ككل، ويتجلي تأثيره أكثر من خلال عمل المواكب الخاصة بأنواع مختلفة من المأكولات، والمواكب عبارة عن مجموعة أشخاص من المتطوعين رغبة في إقامة الخدمات

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، مرجع سابق، ص456.

والشعائر، وللموكب مكان خاص وإدارة مسؤولة عن أعماله وعدد من المعتمدين المتخصصين في مزاوله أعمال معينة.

وفي التصور الجمعي الديني فإن للطعام أجر وثواب وتقرب وعبادة تراتبيه دينية اعتماد على طبيعة الانتماء التوافقي بين المريدين، وهي حالة معروفة بسبب الانسجام بين أفكار هذه المكونات الاجتماعية<sup>1</sup>.

ولا يمكن أن تتصور خاصية الطعام وأثرها دون التركيز على أنواع منها من دون غيرها، ولهذا التنوع تقييداته، وأنه لم يأت بصورة عشوائية.

فالتراث الديني يحفل بأحاديث تركز أساسا على مجموعة من أنواع الطعام لما فيها من منفعة أجر كبيرين، ويتعلق متصور الأجر بمسألة المنفعة، وهذه القاعدة يرددها العابدون دائما كدعاية على تناولها أو شربها، وليس في هذه الدعاية الدينية ريب يذكر على المستوى العلمي، بل هي تتوافق في كثير حيثياتها مع ذلك المستوى.

أن لكل طعام تصور في أذهان العابدين، ويعد التمر وشرب اللبن من أشهر أنواع المأكولات توزيعا، وما ينبغي الالتفات هو أن عملية التوزيع هذه غير خاصة بفئة معينة فهي تشمل كل طبقات المجتمع الأخرى مهما بلغ المستوى الاقتصادي لهم، كما أنه عملية إقامة المواكب أو توزيع الطعام لا تخص طائفة معينة، فقد شملت طوائف أخرى إن كانت قليلة غير قابلة للقياس، فهو خاص لمجيء هؤلاء الناس لجلب الخير ودفع البلاء واستجابة الدعاء؛ وتخصص في أيام عاشوراء مأدبة محددة للطعام وتتسب هذه الولائم عادة لأصحابها، وتعد بعض الاعتقادات ذات مردود نفسي مؤثر من خلال ارتباطها بهذه الولائم، وتصنف طبيعة الطعام المسجى إلى ما هو خاص بمجالس النساء، وآخر يتعلق بمجالس الرجال.

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، مرجع سابق، ص456.

وللنساء معتقدات خيالية وتفسيرات تتعد أحيانا عن منطقية الواقعة أو الحدث النبوي للطعام وإن كان في أساسه يستمد جذوره من تلك الأحداث، ومن أكثر المآدب شهرة في أيام محرم هو ما تفقده النساء بما يسمى "صينية القاسم" والقاسم هو أحد أبناء الحسن بن علي بن أبي طالب وابن أخ الحسين استشهد مع أهل بيته في تلك الواقعة<sup>1</sup>.

وفي التصور الديني، الاجتماعي فإن الإمام الحسين خطب ابنته للإمام القاسم إلا أن القاسم استشهد قبل أن يتم زواجه منها ولهذا الواقعة تأثير كبير في قلوب محبيه، ومن خلال تعاطفهم معه فإن الشيعة عادة يعمدون إلى نصب سرادق العزاء ومجالس اللطم ويحددون اليوم الثامن من أيام عاشوراء يوم خاص لأحياء ذكرى هذا المصاب، فيعيدون على آثارها ذكيات الحادثة فينصبون ولائم خاصة وعادات تتعلق بطبيعة الحدث الكربلائي، وتعتمد واحدة من الفتيات إلى أن تتقمص شخصية زوجة القاسم فتجلس في منتصف دائرة العزاء في حين تحيط بها بقية النسوة من كل مكان وتقوم الفتاة على نفش (شعرها) وتظاهر بأنها عروس القاسم وتزين "صينية القاسم" بالكثير من مواد الزينة كالشموع، الحناء وعدد من الحلوى. . . إلخ.

كذلك يعتمد الكثير من الناس إلى عمل أكالات شعبية خاص تكون عبارة عن خليط من التمن والبقوليات وتصنف أكالات الطعام ضمن التراث الشعبي العراقي ومنها طعام الهريسة الذي يحتاج إلى بعض من له خبرة في عمله وصناعته فليس لكل أحد القدرة على هذه الأنواع من الطعام ويتقن اغلب الرجال أسلوب التحضير الذي يعتمد كثيرا خبرة وفن وعمل منظم وطريقة خاصة.

إذ يتم تحضير الهريسة بنوعيتها من التمن والحنطة وبعض العظام وتسمى في هذه الحالة "بهريسة الحنطة" أما النوع الآخر فيتم تحضيره من التمن والماش وهي صنف مشهور من الأكالات العراقية التي تستعمل الاستجداء الاجر وثواب الأعمال<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد 122، أيلول 2017م، ص 445.

<sup>2</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، مرجع سابق، ص 456.

2- الطعام بوصفه معنى، رمزا، ولغة<sup>1</sup>:

تشكل طرق التعامل مع الطعام نسقا منظما في كل ثقافة من الثقافات، ولغة تنقل المعاني من خلال بنيتها ومكوناتها، وتسهم في تنظيم العالم الطبيعي والاجتماعي. "الطعام... ليس مجرد من المنتجات يمكن استخدامها في الدراسات الإحصائية أو الغذائية، بل هو في نفس الوقت نسق من أنساق التواصل، ومجموعة من الصور، وبروتوكول يطبق على ما يصح قوله أو فعله، وعلى الأحوال والسلوك.

إن طرق التعامل مع الطعام مجال أولى لنقل المعنى، لأن تناول الطعام نشاط أساسي يتكرر باستمرار.

إن ألوان الطعام عديدة، ولها سمات مختلفة تميز كل منها، من حيث الملمس، والطعم واللون وطرق إعدادها، وهي علامات سهلة تدل على المعنى، فالطعام يشكل لغة سهلة المنال بالنسبة للجميع.

وقد درس علماء الاجتماع المطبخ ضمن دراستهم لمعنى الطعام، فدرسوا المقادير الغذائية المستخدمة فيه وقواعد خلطها ببعضها البعض وإعدادها، كما درسوا آداب المائدة وقواعد التعامل مع الطعام، من حيث الأعراف التي تحكم ما الذي يأكله المرء، ومع من يأكل، ومتى يأكل، وأين يأكل والمحرمات التي تشمل المخطورات والقيود الموضوعية على استهلاك جماعة معينة من الناس لأطعمة معينة تحت ظروف معينة. ورمزية الطعام، أي المعاني الخاصة التي تعزى إلى الأطعمة في سياقات معينة، يوجد بالطبع كثير من التداخل بين هذه المجالات الأربعة.

فمثلا، تشمل دراسة تناول الشريعة اليهودية لموضوع الطعام دراسة ما يؤكل وما لا يؤكل من الأطعمة، والأسس الشرعية للمزج بينهما، أي تناولها للمطبخ.

<sup>1</sup> كارول م. كونيهان، أنثروبولوجيا الطعام والجسد، ترجمة سهام عبد السلام، المركز القومي للترجمة، ط1، مصر، 2013م، ص38.

وتشمل دراسة هذه الشرائع دراسة الوجبات، وترتيب الأطعمة وترتيب تقديمها على المائدة، والأدوار التي يلعبها الناس في إعداد الأطعمة وتقديمها، ومواقع الناس على المائدة، وكل هذا يدخل في باب آداب المائدة، كما تشمل دراسة الأطعمة التي لا تأكل ولماذا لا تؤكل، أي محرمات الطعام.

وللخروج بمعنى معقول من كل هذا، تشمل هذه الدراسات بالطبع دراسة المعاني المركبة والمتعددة الأصوات للأطعمة والسلوكيات المحورية التي تدور حولها<sup>1</sup>.

والطعام يؤدي وظيفته بشكل فعال بوصفه نسقا من أنساق التواصل، لأن الناس من جميع أنحاء العالم ينظمون طرق تعاملهم مع الطعام في نسق يخضع لنظام مواز لأنساق الثقافية الأخرى ويبحث فيها المعنى، "إن مطبخ أي شعب من الشعوب يرتبط بفهم هذا الشعب للعالم، وقد كان ليفي ستراوس (Levi Strauss) يشير إلى هذا الارتباط الثقافي بين الطعام والمعنى في عبارته التي كثيرا ما يقتبسها الكتاب، والتي تقول بأن الناس يختارون أجناسا معينة من الحيوانات طواطم "ليس لأنها صالحة للأكل بل لأنها صالحة للتفكير".

الطعام يحتوي المعاني وينقلها، لأنها جزء من أنساق مركبة، فئات الطعام تحول الأحداث الاجتماعية إلى شفرات.

تشير جين سولر إلى أن محرمات الطعام لا يمكن فهمها بمعزل عن النسق الذي توجد فيه، فلا بد من وضعها في مركز العلامات التي من نفس مستواها، والتي تكون معها نسقا، وهذا النسق نفسه لا بد أن يرتبط بأنساق المستويات الأخرى، التي يتم فصل معها لتكوين النسق الاجتماعي الثقافي للشعب المعين.

<sup>1</sup> تجدون في المراجع التالية مادة عن معاني الطعام من خلال دراسة رمزية الطعام، أو محرماته، أو آداب المائدة أو الطبخ، أو كل هذه الأمور أو بعضها مجتمعة: Lévi - Strauss 1966 ; Lehrer 1969. 1972: Verdier 1969. Holmberg : 162-63: Ortner 1975; C. Hugh - Jones 1979. 78-81, 173-75: Finh 1973: Murphy and Murphy 1974. 162-63: Ortner 1975; C. Hugh - Jones 1979, Farb and Armelagos 1980: Laderman 1983: Mennell N985: especially chapters 5 and 6: S. Hugh - Jones 1979, Manderson 1986a. 1986b. 1986c

يؤكد البنيويون أن الطعام والمطبخ يقفان بين الطبيعة والثقافة ويتوسطان بينهما تشمل عملية إطلاق اسم طعام على منتج بري وتحويله إلى شيء صالح للأكل "إضفاء للطابع الثقافي" على الطبيعة، ولأن المطبخ وسيلة من وسائل التحويل (تحويل المواد الخام إلى مواد مطهولة<sup>1</sup>).

فلا بد ان ييسر جميع أنواع التحويلات، على الأقل مجازيا من هنا، كثيرا ما تستخدم الأطعمة في شعائر المرور، من طور إلى آخر من أطوار الحياة، فاحتفالات تدشين الفتيات بين هنود الميهناكو في الأمازون تركز على أول دورة حيض، بينما تركز لدى البنين على الاحتفال بنقب الأذن، تعتبر هذه الطقوس وما يصحبها من تدفق للدم طقوسا متوازنة، وتشمل وضع نفس القيود على تناول الطعام، لابد على البنين والبنات أن يتبعوا ويتبعن تحريمات معينة على الطعام لضمان سرعة توقف تدفق الدم والحصول على حلم سعيد، يفرض الصوم على الأطفال، ثم يسمح لهم بشرب الماء بعد 24 ساعة. . . ويعد الصيام، يمكنهم ويمكنهن تناول كل الأطعمة عدا الأسماك، التي من شأنها أن تطيل مدة تدفق الدماء، ويقال "السك كلوا سمكة أخرى فتغرقون في الدماء"، القروود والطيور لا يأكلون إلا الفاكهة ولديهم "نوع مختلف من الدم" فهم من ثم مقبلون بالنسبة للأولاد والبنات الذين واللاتي "يحيضون ويحضن". . .

ومع التوقف التام لتدفق الدماء، يعاد إدخال السمك إلى قائمة الطعام من خلال احتفال معين، يقاد الأولاد إلى الخارج، ويجعلهم أهلهم يتذوقون قدرا ضئيلا من الأسماك، ويبصقونه على حصيرة مصنوعة من الألياف. وتتبع البنات نفس الطقس لكن داخل المنزل... والآن يسمح بتناول السمك... يستخدم الطعام هنا للإشارة إلى تحول البنين إلى رجال والبنات إلى نساء، بينما يشكل في نفس الوقت علامة نضج البنين والبنات.

يمكن استخدام الطعام مجازيا لنقل كل ما يمكن تخيله من أحوال، أو فكرا وعاطفة.

<sup>1</sup> كارول م. كونيهان، أنثروبولوجيا الطعام والجسد، ترجمة سهام عبد السلام، المركز القومي للترجمة، ط1، مصر، 2013م، ص40.

3- الطعام والقوة<sup>1</sup>:

الطعام ضروري للحياة ولا بد أن يدخل أجسامنا يوميا بكمية كبيرة إذا كان علينا أن نعيش، ولأننا بحاجة ماسة إليه، يشير أرنولد إلى أن "الطعام كان وما زال، وسيضل قوة، بأكثر أشكالها الأساسية، والملموسة والتي لا مفر منها"، ويقدم لابي وكولينز حجة قوية، إذ يقولان إنه لا توجد علامة مطلقة على فقدان الحول والقوة أكثر من الجوع، فالجوع مؤشر صريح على أن الشخص تنقصه القدرة على إشباع أكثر احتياجات الكفاف الأساسية لديه. والطعام اهتمام محوري في سياسات الدول القومية، أما كامبوريسى فيذهب إلى أن الجوع المزمن وسوء التغذية كان جزءا من إستراتيجية ثقافية يستخدمها أفراد الصفو السياسية الحديثة الأوائل للحفاظ على قوتهم، بجعل الفقراء ضعفاء خائري القوى دائما.

ويشير أرنولد وآخرون غيره إلى أن الجوع المتطرف يؤدي إلى الاحتجاج العام ويمكن أن يشكل تهديدا خطيرا لاستقرار الحكومات قد ارتبطت ثروة الدولة، سواء في أوروبا أو في إفريقيا أو آسيا، لفترة طويلة باحتواء المجاعة أو منعها، وارتبطت عموما بإمداد السكان بالطعام.

ويتم الحفاظ على التراتب الهزمي الطبقي، والطائفي، والعنصري والنوعي (بين الرجال والنساء) جزئيا من خلال تمييز الناس عن بعضهم البعض في التحكم في الطعام وطرق الحصول عليه. كما أن نوع الطعام الذي يأكله الشخص، وكميته، ومع من يأكل يكشف عن موقع هذا الشخص في النسق الاجتماعي. وكما يقول جودة إن "التراتب الهرمي للمراتب والطبقات يأخذ شكلا مطبخيا".

ومن العلامات المثيرة للانتباه التي تميز الطوائف في الهند اختلاف عادات الطعام وحضور تناوله مع الطوائف الأدنى، ومن الطرق التي يميز بها الأغنياء أنفسهم عن الفقراء أنماط الاستهلاك المختلفة، فكارول آدم مثلا تقول إن استهلاك بروتين اللحوم يكشف عن "إعلان العالم الغربي الأبيض للعنصرية" بادعائه بالحق في ملكية آلاف الهكتارات من

<sup>1</sup> كارول م. كونيهان، أنثروبولوجيا الطعام والجسد، مرجع سابق، ص 21.

الأرض في العالم الثالث لرعي الماشية لإنتاج اللحوم للعالم الأول، وبادعائه بالحق في الحصول على أفضل قطعيات اللحم وأكبر كمياته أيضا.

السكر مثال آخر على كيف يعيد الطعام إنتاج التراتب الهرمي ويحافظ على استمراره، كان السكر في البداية طعاما للأغنياء فقط، استخدموه للابتكار منحوتات رائعة لافتة للأنظار أعلنت عن ثروتهم وقوتهم من خلال تجاوزهم للحدود في تعاملهم مع سلعة ثمينة ومرغوبة، وفي نهاية الأمر، ومع استعمار مناطق متزايدة الاتساع من العالم، وتزايد استعباد أعداد هائلة من الأفارقة لإنتاج السكر، تمكنت أعداد متزايدة من الفقراء من تناوله، وقد فعلوا هذا جزئيا لتقليد أغنيائهم، وقد نقل استهلاك السكر "الفكرة المعقدة عن أن الشخص ممكن أن يصير مختلفا حين يستهلك على نحو مختلف" لكن الفقراء ضحوا بأنواع أطعمتهم الأخرى ليأكلوا السكر، وعلنوا من النقص الغذائي، بينما يمكن للأغنياء أن يأكلوا السكر وغيره من الأطعمة، ويختاروا ببساطة أيقونات جديدة يعلنون بها اختلافهم.

وكما ذكر المؤرخ ستيفن مينيل في خلاصة دراسته عن فرنسا فإن "تفضيل أطعمة وكراهية غيرها ليس أمرا محايدا اجتماعيا أبدا، لكنه يتشابك دائما مع انتماءات الناس لطبقة معينة وغير ذلك من الجماعات الاجتماعية. لقد استخدمت الدوائر الاجتماعية العليا الطعام مرارا وتكرارا بوصفه وسيلة من الوسائل الكثيرة لتمييز أنفسها عن الطبقات الدنيا الصاعدة. وقد ظهر هذا في تتابع أنماط تعاملها مع الطعام وتناوله واتجاهاتها نحوه في المجتمعات الطبقيّة، يرجح أن يضرب الجوع - كالفقر - أفراد الفئات الفقيرة التي لا قيمة لها، كالنساء، والملونين، والمرضى العقلين والمعاقين، والمسنين.

فالنساء مثلا كثيرا ما يعانون من الجوع والمجاعة على نحو أشد وطأة من الرجال بسبب تدني قدرهن اجتماعيا واقتصاديا وسياسيا في الكثير من بلدان العالم؛ وندرة الطعام توضح الفوارق الاجتماعية، وتزيد من وطأتها، فمعونات المجاعة تذهب أولا للجماعات التي تمتلك القوة، وفي أوقات الأزمات الاقتصادية، يزداد الأغنياء غنى بشرائهم للأراضي وغيرها من الموارد من الفقراء بينما يتخلى الفقراء عن كل شيء في كفاحهم لسد رمقهم بالطعام.

4- معتقدات حول الطعام<sup>1</sup>:

يتناقل الناس الكثير من المعتقدات الخاطئة حول تناول الطعام، غير أن بعضها لا تخلو من الصحة. مثلاً: هل الخبز البني صحي والأبيض ضار؟ هل تسخين السبانخ مضر؟ وغيرها من الأسئلة. وهنا نستعرض بعض الحقائق المتعلقة بالطعام.

تناول الطعام في المساء يتسبب في زيادة الوزن، جذور الطماطم سامة، الخبز البني فقط هو الصحي. عبارات شائعة نسمعها، ولكن هل هي صحيحة؟

فيما يلي نظرة عامة لتمحيص هذه العبارات:

## 1.4- هل الخبز البني صحي أكثر من نظيره الأبيض؟

فيما يتعلق بمنتجات الحبوب، مثل الخبز والمعكرونة والأرز والدقيق، يكون خيار الحبوب الكاملة الأفضل لصحتك، بحسب زيكله ريستمير من جمعية التغذية الألمانية: "أطعمة الحبوب الكاملة أكثر امتلاءً وتحتوي على مغذيات أكثر من المنتجات المصنوعة من الدقيق الأبيض".

## 2.4- إعادة تسخين السبانخ أمر ضار. ما صحة ذلك؟

إنها قاعدة قديمة للغاية. "وترجع لفترة لم تكن الثلجات موجودة فيها"، بحسب مونيكا بيشوف من الاتحاد الألماني لخبراء التغذية (VDOE). والمشكلة ليست في إعادة تسخين السبانخ ولكن في تبريدها ببطء، حيث أن البكتيريا في درجات الحرارة المتوسطة سوف تحول النترات غير المضرة إلى نترات مضرّة.

<sup>1</sup> Made for minds، معتقدات خاطئة وأخرى صحيحة متعلقة بالطعام، 2019/02/13، <https://www.dw.com/ar>

### 3.4- هل جذور الطماطم سامة؟

تحتوي الأجزاء الخضراء من الطماطم على سولانين. ويقول هارلد زايتس من جمعية التغذية الألمانية: "هذا السم يساعد النبات في مكافحة الحشرات". ويمكن أن يصاب الإنسان بأعراض التسمم مثل آلام بالرأس والمعدة إذا ما تناول الكثير من السولانين. ولكن هذا يحدث في حال تناول الشخص البالغ كمية كبيرة جداً من الطماطم غير الناضجة أو جذورها.

### 4.4- هل تحرم القهوة الجسم من المياه؟

تناول كوب من المياه مع كوب القهوة ليس ضرورياً، بحسب ريستمير. إذ أن القهوة مشمولة في توازن السوائل بالجسم مثل أي مشروب آخر. وفي ظل درجات الحرارة بوسط أوروبا، يجب أن يستهلك الشخص البالغ الذي لا يتحرك كثيراً نحو لترين ونصف من السوائل يومياً.

### 5.4- قشور الفواكه والخضروات مفيدة؟

هل توجد معظم الفيتامينات في قشر الفواكه والخضروات؟ نعم هذا صحيح. يقول ريستمير إن معظم الفيتامينات والمواد النباتية الثانوية توجد مباشرة في الجلد أو تحته. "ولهذا السبب من المهم تناول الفواكه والخضروات بقشرها". وتقول الفوائد أي مخاطر صحية قد تكون موجودة بسبب المبيدات الحشرية المحتملة.

### 6.4- هل الأطعمة المجمدة لا تفسد؟

ليس صحيحاً. ويقول ريستمير: "ينصح بالتجميد كوسيلة لتخزين الغذاء على المدى المتوسط إلى الطويل". وإبقاؤها في درجات حرارة تصل لـ 18 درجة مئوية تحت الصفر. فهذا سوف يحافظ على مغذياتها ونكهتها ومظهرها على الأغلب. ولكن الغذاء سوف يفسد مع الوقت وفي مرحلة ما لن يعود طعمه جيداً.

#### 7.4 - هل تناول الطعام في المساء يتسبب في زيادة الوزن؟

تقول بيشوف: "هؤلاء الذين يستهلكون الكثير من السعرات الحرارية يزيدون في الوزن. وهؤلاء الذين يستهلكون القليل من السعرات الحرارية لا يزيدون في الوزن". وبالنسبة للأشخاص الأصحاء ذوي الوزن الطبيعي، يكون من غير المهم التوقيت الذي يتناولون فيه الطعام. ولكن "الأشخاص الذين يريدون خسارة الوزن يجب أن يحاولوا عدم تناول الطعام في المساء"<sup>1</sup>.

وهناك معتقدات أخرى منتشرة بين الأوساط الشعبية حول الطعام، ووجباته، وكيفية تناوله، منها الصحيح ومنها الخاطئ، منها ما تمنع وتحذر وأخرى تحث وتحبب.

وتدرس أخصائية التغذية المُجازه صوفيا أنطونسون بعض المعتقدات الشائعة التي تطال مأكولاتنا ومشروباتنا<sup>2</sup>.

مثل:

#### 8.4 - القهوة تحرق الدهون:

عند زيادة استهلاكنا للكافيين، تزداد كمية الأحماض الدهنية في الدم، لكن ذلك لا يعني زيادة استهلاك جسمنا للدهون. مع ذلك، فإن كان كوب القهوة يساعدك على القيام بتمارين أصعب ولمدة أطول، قد يساعد ذلك في زيادة استهلاكنا الإجمالي للطاقة، مما يزيد بشكل غير مباشر أيض الدهنيات.

#### 9.4 - التوت البري مفيد للصحة:

يعتبر التوت البري وجبة خفيفة صحية ورائعة، بما أنه غني بمضادات الأكسدة. ويشير مصطلح "مضادات الأكسدة" إلى مجموعة كبيرة من المواد الموجودة بشكل خاص

<sup>1</sup> Made for minds، معتقدات خاطئة وأخرى صحيحة متعلقة بالطعام، مرجع سابق.

<sup>2</sup> انظر: موقع Everydayme Arabia، معتقدات حول الطعام: صحيحة أم خاطئة، 2018/11/26، <https://www.everydayme-arabia.com>

في الفواكه والخضار. وتحمي مضادات الأكسدة الخلايا وتلعب دوراً مهماً في حمايتك من الأمراض. تشير الألوان المختلفة إلى أن الأطعمة تحتوي على مضادات الأكسدة المختلفة، وبالتالي ينبغي اتباع نظام غذائي متنوع من الفواكه والخضار من كافة ألوان قوس قزح.

#### 10.4- يزيد البيض من معدل الكولسترول في الدم:

طالما أنك لا تعاني من ارتفاع الكولسترول، يمكنك إدخال البيض في نظامك الغذائي اليومي. فكمية الكولسترول التي ينتجها جسمك هي التي تحدد معدل الكولسترول في الدم. إن البيض غني بالبروتين والمعادن والفيتامينات بما في ذلك الفيتامين "د".

#### 11.4- المكسرات مفيدة للصحة:

ما لم تكوني تعاني من حساسية من المكسرات، تُعتبر المكسرات غذاءً طبيعياً غنياً بالفيتامينات والمعادن والدهون المفيدة التي يحتاجها الجسم. ولكن مائة غرام من المكسرات تمدك بعدد من السعرات الحرارية التي توازي تلك التي تحصلين عليها من تناول وجبة طعام كاملة. وبالتالي، عدلي الكمية التي تتناولينها بشكل يتناسب مع كمية الطاقة التي تستهلكينها. تناول مزيجاً من الجوز البرازيلي والجوز والبندق والكاجو واللوز وتفادي المكسرات المملحة.

#### 12.4- تناول الطعام في الليل يسبب زيادة في الوزن:

إذا كان نمط حياتك يحتم عليك تناول وجبتك الرئيسية في المساء، فليس من الضروري أن يؤثر ذلك على وزنك. فما تأكلينه في الليل يخضع لعملية الأيض نفسها التي تجري في النهار. أما زيادة الوزن أو خسارته أو المحافظة عليه فتتوقف على مجموع ما تتناولينه خلال أربع وعشرين ساعة والتمارين التي تقومين بها ومدتها.

## 5- الطعام كمركب ثقافي:

إن الدراسات الثقافية الاجتماعية للطعام تأخذ كلا من الثقافة والبناء كمدخل (المدخل السيميائي وهم المدخل الذي يعني بدراسة الرموز)

في السابق كانت الدراسات التي تتناول الطعام تتضمن البيئة الثقافية السائدة أي أنها لا تأخذ في اعتبارها التغيرات الثقافية على العكس نجد أن الدراسات التي تأخذ بالمنهج السيميائي تعرض الطعام من وجهة النظر الديناميكية حيث تضع في اعتبارها التغيرات في العلاقات الاجتماعية<sup>1</sup>.

إن الطعام دليل كبير ومهم إلى الشعوب وثقافتهم في أي بلد من بلدان هذا العالم. بالنسبة لي، الطريقة الفضلى للتعرف فعلا إلى الناس، هي من خلال اكتشاف ما يأكلون والطريقة التي يأكلون بها. يمكننا أن نعرف الكثير عن أحدهم بمجرد عرض محتويات ثلاجاتهم أو حتى تفحص الوجبات الخفيفة التي يخبئونها في أحد أدراج مكتبهم.

عندما أسافر إلى بلد ما، يكون هدفي الأول اكتشاف خصائص هذا البلد وثقافته والحقيقة أنني أتوصل دائما لتحقيق هدفي هذا من خلال الطعام، إذ أنني أقوم بزيارة الأماكن الشعبية واكتشاف الأطعمة الأصلية والمحلية التي تقدمها.

لم أكتفي بذلك بل تعلمت أيضا تتبيل الأطباق بالبهارات التي تشتريها من السوق، رأيت في ذلك كله مدى تعلقها بثقافتها المليئة بالألوان والنكهات، ثقافة تحب الحياة وتضفي عليها حرارة وغنى<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> شيماء نبيل أحمد محمود، إيكولوجيا الغذاء عند أقزام الكانغو، دراسة في الأنثروبولوجيا الاجتماعية رسالة ماجستير، قسم الأنثروبولوجيا، معهد البحوث والدراسات الإفريقية، جامعة القاهرة، 2013م، ص11.

<sup>2</sup> لين بدران، الطعام وثقافة الشعوب، موقع حماية الغذاء، <https://foodprotection.news>

## المبحث الثاني: دور الطعام والطهو في الوسط الحضري.

لا شك أن للطعام أدوارا يلعبها وآثارا يتركها في المجتمعات، لا سيما في علاقات الأفراد والجماعات، فمزال الطعام مقربا أو منفرا ومزال يجلب المنافع الكثيرة للمجتمعات، ويشكل محورا هاما في دولاب النصر أو الهزيمة وفي عجلة الإصلاح والمصالحة، وفي هذا البحث سنتطرق لبعض هذه الأدوار:

### 1- الطعام ودوره في التأسيس للعلاقات الاجتماعية:

إذا كانت قرابة "الدم" و"الرضاعة" تخلق علاقات وشيجة ومن الدرجة الأولى بين الأفراد، فإن قرابة "الملح" أو "الطعام" على الشاكلة نفسها ولكنها الوحيدة التي تعكس تصورات وثقافة مجتمع ما، ورؤيته للكون والحياة، كون الطعام حاملا لرموز وشيفرات تحولات هذا المجتمع من الثابت إلى المتغير، وكونه أكثر فعالية في قراءة الانتقال من المستوى الهامشي إلى المركزي ومساعدة لها ومنتجا للمعنى الثقافي العقائدي والديني لمجتمع ما، ويصوغ العلاقات الاجتماعية داخله<sup>1</sup>.

رائد البنيوية ليفي ستراوس، ومن خلال "المثلث المطبخي"، والذي يدل على "المشوي والمبخر والمدخن" أن التعامل مع الطعام لا يكون معزولا عن النسق الثقافي الذي ينتمي إليه "الفاعل الغذائي" فكل طعام، وكل تدبير ممكن لهذا الطعام، يتأسس على سيرورة ثقافية، تتضمن انتقالات وتفاعلات تنطوي على إشارات تنتمي إلى بنيات عميقة ودالة.

فالانتقال من سجل النيء إلى المطبوخ إلى المعفن، والتموضع في وضعيات وسيطية، تماما كما هو الأمر بالنسبة للمشوي والمسلوق، إنهما معا (الانتقال والتموضع) يحيلان

<sup>1</sup> وصال الشيخ، الطعام ودوره في تأسيس العلاقات الاجتماعية، موقع العربي، 11 يوليو 2016، <https://www.alaraby.co.uk/>

على ممارسات ثقافية تختزن من الرموز والطقوس ما يفيد حقا في تأويل الثقافة السائدة وتحديد احتمالات التراتب والبناء الاجتماعي.

ذلك أن الانتقال من النيء إلى المطبوخ هو انتقال ثقافي بالدرجة الأولى، وعليه فالطعام المشوي هو الأقرب إلى الطبيعة، فيما المسلوق بالماء هو المتصل بالثقافة، ويضيف ستراوس قائلا بأن "المطبخ في مجتمع ما، هو لغة تترجم من دون شعور، بنية هذا المجتمع، أو على الأقل، ومن علم مسبق تكشف عن تناقضاته".

فتحليل الطعام بالنسبة إليه لا يقل أهمية عن تحليل القرابة والزواج وباقي الاستراتيجيات المجتمعية<sup>1</sup>.

استكمالا لما أثاره ستراوس من تدليل على كون الطعام ممارسة مبنية ومبينة، تؤكد ماري دوغلاس Mary Douglas بأنه يتوجب اعتبار الممارسات الغذائية كأنماط تواصل، كلغة حاملة بالدلالات والاشارات، يتوجب تفسيرها من أجل قراءة المجتمع، فالأكل في البدء والختام هو فعل رمزي، وقبل أن يكون عملية وحاجة بيولوجية خالصة، فإنه سلوك اجتماعي مفعم بالرمزية والطقوسية. إن الأذواق بالنسبة لماري دوغلاس، ليست شخصية تماما، وإنما تتأطر وتتبلور بفعل القواعد والمعايير الثقافية والدينية والمحرمات الغذائية (الحلية والحرام مثلا)، ما يجعل العادات الغذائية ممارسات ثقافية كلية تعكس بنية المجتمع العميقة<sup>2</sup>.

"نديرو الملح في الطعام" و"الملحة بيناتنا"، تعبيرات شفوية مقترنة بـ "قرابة الملح سائدة في المجتمع المغربي، تعكس وتترجم دون شعور بنيته، فالباحث الذي اعتمد على تقنيات المقابلة والبحث الميداني في مناطق مغربية تختلف بطبيعة الطعام فيها، يجد أنه رغم التحولات التي يعرفها المجتمع مع البروز الفردي وتراجع الجمعي إلا أن الطعام يظل مؤسسا للجماعي ولو في مستويات موسمية وطقوسية، ويضيف ستراوس قائلا بأن "المطبخ

<sup>1</sup> العطري عبد الرحيم، قرابة الملح الهندسة الاجتماعية للطعام، شركة النشر والتوزيع للمدارس، ط-1، 2016م، مطبعة

النجاح الجديدة، الدار البيضاء، المغرب، ص20.

<sup>2</sup> المرجع نفسه.

في مجتمع ما، هو لغة تترجم من دون شعور، بنية هذا المجتمع أو على الأقل، ومن علم مسبق، تكشف عن تناقضاته"، فتحليل الطعام بالنسبة إليه لا يقل أهمية عن تحليل القرابة والزواج وباقي الاستراتيجيات المجتمعية<sup>1</sup>.

## 2- الطعام ودفع الضرر<sup>2</sup>:

إن الدلالات الاجتماعية والنفسية للطعام معروفة وحددها علماء الدراسات الإنسانية، فالطعام والدعوة للطعام والمشاركة فيه كالهدايا وتبادلها وسيلة للتواصل والتفاعل بين الناس، والمشاركة فيه إلغاء للعدوانية وإبعاد لحضر التهديد الذي قد يأتي من الآخر، كذلك الدعوة إليه، وهو يشكل لغة دون لفظية غنية جدا في قدرتها على إثارة التفاعل بين الناس وهذا ما نلمسه في اللقاءات التي تجمع العوائل والأفراد في نسج الصداقات والقرابات والمصاهرات التي تؤكد المشاركة في الطعام، بقاء الجماعة على قيد الحياة، على المستويين الاجتماعي والمادي، فالرفيق حرفيا الشخص الذي يأكل المرء معه خبزا، ورفض المشاركة في الطعام علامة على العداوة والكراهية، فبين البراهمين مثلا:

الرجل لا يأكل مع عدوه، لأن تناول الطعام معا علامة على القرابة، والثقة والصداقة، كما انه علاقة على الحميمية الجنسية أيضا في بعض الثقافات.

## 3- دور الطهي في تغير حياة الإنسان<sup>3</sup>:

لزم طويل كان الغذاء مفتاحا لفهم السلوك الاجتماعي لدى مختلف الأجناس، فالسعي في طلب الغذاء أمر أساسي للنجاح في التطور، والاستراتيجيات الاجتماعية تؤثر في

<sup>1</sup> لين بدران، الطعام وثقافة الشعوب، موقع حماية الغذاء، مرجع سابق.

<sup>2</sup> زيان محمد، الطعام والرباط الاجتماعي في مجتمع محلي متوسطي، دراسة أنثروبولوجية، الشلف، الجزائر، 2019/09/21م، ص106.

<sup>3</sup> ريشارد رانغهام، قدحة النار دور الطهي في تطور الإنسان، ترجمة فلاح رحيم، دائرة الثقافة والسياحة، دار الكتب، ابو ظبي، 2010م، ص167.

الطريقة التي يأكل بها الأفراد. وقد ألهمت فرضية الإنسان الصياد الباحثين تفسيرات قوية للروابط بين الذكور والإناث، حتى بدا لبعضهم أنه لا حاجة إلى تفسير آخر.

فقد كتب عالما الأنثروبولوجيا البدنية (شيرود وشبيرن Sherwood Washburn) و(تشت لانكاستر Chet Lancaster): "أن فكرنا اهتمامنا وعواطفنا وحياتنا الاجتماعية الأساسية كلها نتائج ترتبت على التكيف مع الصيد"، وقد ضلت مثل هذه الأفكار ذات تأثير كبير، لكنها نادرا ما نظرت أبعد من اللحم.

لابد أن اعتماد الطهي قد غير الطريقة التي تناول بها أسلافنا طعامهم جذريا، فعلى سبيل المثال تزداد ليونة الطعام عندما يطهى، ونتيجة لذلك يكون بالمستطاع تناول الطعام المطبوخ بسرعة أكبر من الطعام النيء، ومن ثم سمح الاعتماد على الطعام المطبوخ لنوعنا بإعادة هيكلة يوم عملنا على نحو شامل.

فبدلا من قضاء نصف الوقت في المضغ كما تفعل القردة في الغالب، فإن النساء في مجتمعات الكفاف يبدين ميلا إلى قضاء القسم النشط من يومهن في جمع الغذاء. وإما الرجال الذين تحرروا من الحاجات البيولوجية البسيطة المتعلقة بالتزام يومي بمضغ الطعام لوقت طويل، فيشتغلون في عمل منتج، أو غير منتج كما يروق لهم. وفي الواقع أن الطهي قد أتاح واحدا من أكثر ملامح المجتمع البشري تميزا، ألا وهو الشكل الحديث لتوزيع العمل بين الجنسين.

يشير التوزيع الجنسي للعمل إلى إسهامات النساء والرجال المختلفة والمتكاملة في اقتصاد المنزل، وعلى الرغم من أن الأنشطة المحددة لكل جنس تتنوع بحسب الثقافة، ويؤثر تقسيم العمل بين الجنسين في كل من الأسرة والمجتمع إجمالا.

ولقد رأى عالم الاجتماع (دوركايم) أن نتيجة المهمة هي الارتقاء بالمعايير الأخلاقية عبر خلق الالتزام داخل العائلة، كم أن التخصص في العمل يزيد من الإنتاجية أيضا، لأنه يسمح للنساء والرجال بزيادة مهاراتهم في أداء واجباتهم وهو ما يزيد من الكفاءة باستعمال الوقت والموارد، بل هناك من يرى أنه يرتبط بتطور بعض المهارات العاطفية والفكرية، لأن

اعتمادنا على المشاركة يستلزم مزاجا تعاونيا وذكاء استثنائيا. ولمثل هذه الأسباب وصف عالما الأنثروبولوجيا (جين وتشت لانكستر Jane and Chet Lancaster)، تقسيم العمل بين الجنسين بأنه "منصة سلوكية أساسية بالنسبة للنوع البشري"

وإنه "الخط الفاصل في التمييز بين طريقة الحياة لدى القردة العليا والبشر"، وتبقى قناعتها أن التقسيم قد بدأ مع ظهور نوع البشر أمرا خاضعا للجدال. فيعتقد الكثير أن تقسيم العمل بين الجنسين قد بدأ في وقت متأخر، لكن لا يشك أحد في أهميته في جعلنا ما نحن عليه الآن أن التفسير الكلاسيكي في الأنثروبولوجيا البدنية لهذه البنية الاجتماعية هو من حيث الأساس ما اقترحه (جين انثلم بريلاتسافرين): عندما أصبح اللحم جزء مهما من الغذاء الإنساني، وجدت الإناث صعوبة أكبر من الذكور في الحصول عليه.

وكان يمكن للذكور الذين يتوفرون على فائض منه تقديمه للإناث اللواتي كن دون شك سيقدرن الهدية ويردن الجميل يجمع الأغذية النباتية ليشركن الذكور بها، وهو ما أنتج شكلا أسريا أوليا.

ويعبر عالم الأنثروبولوجيا البدنية (شيرود ووشبيرن) عن ذلك بما يلي: عندما يخرج الذكور للصيد، والإناث لجمع الغذاء، تحدث مشاركة فيما يتم الحصول عليه، ويعطى للصغار نصيبهم، وتصبح هذه المشاركة المعتادة بين الذكر والأنثى أو ذريتهما الأساس للعائلة البشرية، وبحسب هذا الرأي تعد العائلة البشرية نتاج التشارك في الصيد<sup>1</sup>.

وقد طرح (وشبيرن) وأنتروبولوجيون آخرون، فكرة أن تقسيم العمل البشري بين الجنسين قد اعتمد على الصيد واقترحوا على الأنثى في الأيام التي يفشل فيها الذكر في الحصول على اللحم، أو العسل، أو الجوائز الأخرى، يمكن أن تقوم بتوفير الطعام له.

وكما يتضح الآن، لم ذلك كافيا، لأن الذكر العائد، الذي لم يأكل أثناء النهار، لم يكن لديه الوقت الكافي لمضغ سعرات طعامه النباتي، القيود الزمنية تبقى فاعلة سواء أبجده

<sup>1</sup> ريشارد رانغهام، قذحة النار دور الطهي في تطور الإنسان، ترجمة فلاح رحيم، دائرة الثقافة والسياحة، دار الكتب، ابو ظبي، 2010م، ص169.

حصل الفرد الذي عاش قبل ظهور الطهي على غذائه النباتي، أم بجهد من الأنثى. ولم يكن بوسع تقسيم العمل بين الجنسين إلى صيد وبحث عن الغذاء أن يوفر للجسم استهلاك سعرات كافية، مادام الطعام يستهلك نيئاً<sup>1</sup>.

أن الطهو ليس جزءاً من أعمال المنزل بعده غير مرئي، وإنما هو مهمة إبداعية تعتمد فاعلية الطهو ومهاراته، والقيمة التي يتمتع بها المنزل، وعلى النساء كحبيبات وأمّهات ومانحات.

فأسلوب الطبخ إذاً هو التجسيد المادي لدور المرأة في الأسرة كونها شريكة زوجها في الحياة، وأما ومربة للجيل القادم، وعلى الرغم من تجسيد الطبخ والجنس (بمعنى التذكير والتأنيث)، إلى أن الطبخ لا يقتصر على كونه نشاطاً يتعلق بأدوار الجنسين فقط، وليس بالضرورة أن يكون هناك ارتباط سببي بينهما وذلك على الرغم من أن الطعام يستخدم باعتباره الرابط بين المعاني الاجتماعية، ومن خلال تبني الطاهيات (كأفراد أو كممثلات لأسرهن) عالمهن الاجتماعي.

وعلى هذا يمكننا القول أن الإبداع في الطهو هو ثمرة أعمال المنزل اليومية والديناميكيات الاجتماعية للرجال والنساء أفراداً وجماعات. فلكل من الرجل والمرأة دوره وتوقعاته التي يبدوا أنها تحدد سلوكهما، كما أنها تسمح لهما بتحقيق أهدافهما المادية والاجتماعية من خلال الأفعال المتكاملة.

وبالنسبة للرجل يتضمن ذلك العمل في أي وظيفة من الوظائف المهنية وبالنسبة للمرأة يتضمن ذلك: الطهو، وأعمال المنزل، ورعاية الأطفال إلى جانب الأعمال التي تتم خارج المنزل<sup>2</sup>.

وهكذا فالطبخ هو نشاط تتم تأديته بغرض التفاعل الاجتماعي تماماً كما تتم لجعل الطعام صالحاً للأكل أو أفضل مذاقاً وللبراعة التقنية التي يتطلبها الطبخ أهميتها الاجتماعية

<sup>1</sup> ريشارد رانغهام، فدحة النار دور الطهي في تطور الإنسان، مرجع سابق ص167.

<sup>2</sup> مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد122، أيلول2017م، ص448.

ويتم تعلمها اجتماعيا، فالنساء المتزوجات يطبخن من أجل أزواجهن وأطفالهن والأطفال الآخرين (غير المتزوجين) في المنزل، كما يطبخن أطباقا معينة من خلال الاحتفالات أو للأصدقاء المقربين، ولغيرهم من أفراد المجتمع، وبعبارة أخرى حين تطبخ النساء يضعن نصب أعينهن الأشخاص الذين يتناولون الطعام، وعلى الرغم من أن الطرائق التي يعدون بها بعض الأطباق قد تتنوع من حيث المذاق والمتعة، إلى أنهم يطبخن بهدف إطعام (أو تقديم الطعام) إلى الغير (المتلقي)، ويعتمد ما يقمن بإعداده على علاقتهن بمتناول الطعام، إذ يستخدمن فاعلية الطهو وفق شبكة المقاصد التي تحيط بهن ككائنات اجتماعية.

ويعتمد مفهوم القصد عند (جيل) على تحديد طبيعة السببية تسبب المقاصد وقوع الأحداث بين الفاعلين المتقاربين، وبدلا من البحث عن تفسير كيميائي أو فيزيائي عن السبب الذي يجعل شيئا ما يتسبب في وقوع الآخر، فإن تفسير حدوث أي حدث (وخاصة إذا كان ذا أهمية اجتماعية) هو أنه نتج عن قصد ما، ولهذا السبب يكون للطعام نكهة، ولهذا السبب تعد النكهة هي الجانب الاجتماعي (والثقافي أيضا) من الطعام.

وليس نتيجة للصفات الكيميائية الحيوية المتأصلة في المواد الغذائية، بل نتيجة لرد فعل المواد الغذائية المطلوبة قصديا من خلال طهوها أو مزجها بطريقة معينة. والطعام الذي يقدم كي يتم تناوله يتميز بنكهته. وذلك لأن الطاهية قصدت أن تنتج هذه النكهات في الوجبة التي تعدها لأشخاص آخرين تربطها بهم علاقات اجتماعية خاصة<sup>1</sup>.

1 Alfred Gell, Art and Agency. An Anthropological Theory, Oxford, Clarendon Press, 1998.

## المبحث الثالث: الأكلات الشعبية في منطقة الشلف:

شكّلت عادات الطبخ في منطقة الشلف، نقطة جذب لزوار معرض "طياب بلادي" الذي نظم مؤخرا في إطار برنامج "الأيام الخضراء للجزائر"، حيث جذبت الرائحة الشهية المنبثة من مائدة ممثلة لولاية شلف محبي الأطباق التقليدية، لاسيما أنها كانت تحمل العديد من الأطباق التي أثارت فضول الزوار.

وتزخر ولاية الشلف بعادات وتقاليد لاتزال راسخة وتتوارثها الأجيال، وعلى رأسها الطبخ التقليدي الذي يتميز بذوق فريد وطعم لذيذ، إذ تتعدد الوصفات التي تنقلها الفتيات عن الأمهات والجَدات حتى لا تزول، وتعد تلك المنطقة من بين الولايات المحافظة بشكل كبير على الوصفات القديمة، ولا نجد لها في الأرياف فقط، حيث أن الولاية تزخر بأطباق عديدة، أغلبها صحية لاعتمادها على الطبيعة في تحضيرها، حيث لاتزال النساء تدخل في وصفاتها كل المقادير الصحية من الأعشاب والزيوت الطبيعية<sup>1</sup>.

### 1- الرفيس:

طبق "الرفيس" هو عجينة مفتتة إلى شرائح صغيرة تُغسل ويُذّر عليها القليل من القرفة أو تؤكل بالسكر والبيض والزبيب؛ هو طبق حلو تقليدي قديم من المطبخ الجزائري، هذا الطبق التقليدي كان في القديم يعد على طاجين الطين أما اليوم أصبح يعد على الموقد، وهو يجهز في المناسبات الخاصة كولادة مولود جديد و في الأعراسو حتى المآتم في بعض المناطق.

### 2- الغرشالة:

طبق "الغرشالة" هو نوع من أنواع الكسكس، وهو الطبق الشهير بالمنطقة، ويتميز باللون الأسود، ويحضر بطحين الشعير ويقدم رفقة بعض الفواكه مثل "الدلاع" والرمان، إلى

<sup>1</sup> نور الهدى بوطيبة، "الرفيس" و"الغرشالة".. أطباق شعبية حاضرة على المائدة الشلفية، موقع الماسة، بتصرف، <https://el-massa.com/dz/>

جانب اللين أو الرايب. ويعتبر طبق الغرشالة (كسكس الشعير) من ألد وأرقى الأطباق الجزائرية التقليدية، كما أنه غني بقيمته الغذائية من حيث الخضروات والشعير.

### 3- الحموم<sup>1</sup>:

يعد طبق الحموم (ويسمى البرويل في مناطق أخرى) من ألد الأطباق التي يتمتع بتناولها سكان الولاية، يتم تحضيره قديماً صدفة على أيادي الجدات، حتى أصبح جزءاً لا يتجزأ من إرثنا.

حيث كانت النساء قديماً يخزن القمح في "المطمورة"<sup>2</sup> وبعد هطول الأمطار بغزارة كان ذلك القمح يتشرب بالماء ويتكثف حجمه ويتخمر ويصبح له مذاق يميل إلى الحموضة، فجربت النساء المقتصدات طهيته على البخار قبل الحكم عليه بأنه فاسد أو يلقي في النفايات، وأكلناه ووجدنا أن مذاقه جيد كما أنه مفيد للصحة فهو خفيف على المعدة.

### 4- الكسكس:

الكسكس أو كما يطلق اسم "الطعام" و"سكسو" و"البربوشة" و"النعمة" في الجزائر، هو طبق ضارب في التاريخ، يعتبر من الوجبات الرئيسية والمعروفة منذ القدم والتي لا تغيب طويلاً عن المائدة، بل هناك من يطبخها يومياً.

وهي أكلة شائعة في أغلب مناطق الجزائر، وكثيراً ما ارتبط الكسكس بصورة تلك الأم وهي تجلس على جلد خروف (الهيديورة) ثانية ساقبها وأمامها القصعة والكثير من الطناجر والغرابيل، والنسوة من حولها: الأولى تقتل والثانية تغربل والثالثة تبخر فوق القدر.

<sup>1</sup> نور الهدى بوطيبة، "الرفيس" و"الغرشالة".. أطباق شعبية حاضرة على المائدة الشلفية، موقع الماسة، مرجع سابق، بتصرف.

<sup>2</sup> المطمورة: حفرة تحت الأرض تشبه البئر تخبأ فيها الحبوب وغيرها.

يشكل الكسكس الأكلة الرئيسية ويتناوله الناس مرة في الأسبوع خاصة يوم الجمعة، فهو طعام الغني والفقير على حد سواء، ويقدم للضيوف مهما كانت منزلته، وفي الأعراس والأعياد والمناسبات المختلفة.

## 5- الحريرة:

تعتبر الحريرة من الأكلات التي تشتهر بها دول المغرب العربي، وخاصةً الجزائر، وإليها تنسب فتسمى الحريرة الجزائرية، وهي عبارة عن شوربة يتم تقديمها بجانب التمر وخاصةً خلال شهر رمضان المبارك، حيث تعتبر الحريرة من أهم الأصناف التي تتواجد بشكل يومي على السفرة الرمضانية في رمضان، وذلك بسبب احتوائها على العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم في رمضان<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> وفاء صلاحات، طريقة عمل الحريرة الجزائرية، موقع موضوع، 07/09/2017م، <https://mawdoo3.com>

## خلاصة الفصل الثاني:

في هذا الفصل تبين لنا كيف أن للدين دور كبير في الحياة الغذائية للمجتمع، حيث جعل للطعام مكانة مركزية في الحياة، لما له من أثر بليغ في العلاقات الاجتماعية، من حيث تأسيسها وإصلاحها؛ كما له دور في تغيير حياة الناس حيث يحظى بالاهتمام كبير حتى صار علما وفنا يدرس، ويعتقد الناس فيه اعتقادات صحيحة وخاطئة من كثرة اهتمامهم. حتى صار الطعام هو محور التجمعات والجلسات عند كل تجمع سكاني في المناسبات وغيرها، ومنطقة شلف كغيرها من المناطق لها عاداتها وتقاليدها في الطعام، ولها أطباق تتميز بها وتحافظ عليها كموروث ثقافي يعبر عن هوية المنطقة.

# الفصل الثالث

## تحليل الفرضيات

- الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.
- الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.
- الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

**تمهيد:**

مع ظروفنا اليوم، والحالة المزرية التي يعيشها العالم بسبب تفشي فيروس كورونا، وبشكل رهيب وغير متوقع، مما أدى إلى غلق المؤسسات التربوية، لذلك لم يتسنى لنا إتمام عملنا مع الأساتذة، كون المؤسسات التربوية قد أغلقت من طرف السلطات للتقليل من انتشار هذا الفيروس، ومع تطور الحالة ومواصلة الحجر الصحي الذي فرضته الدولة من أجل سلامة شعبها وبلدها، نحن كطلبة لم نقم بهذا الجزء من مذكرتنا.

لذلك اقتصرنا في هذا الجانب الميداني على تحليل الفرضيات وفق نتائج المقابلات التي أجريناها قبل هذا الغلق والحجر الصحي، وهي خمس مقابلات فقط.

راجين من المولى عز وجل رفع هذا الوباء وعودة الحياة إلى طبيعتها ونسأل الله الرحمة لموتانا والشفاء لمرضانا.

## تحليل الفرضيات

### 1- الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في

#### الطعام.

#### 1.1- نوع الطعام اليومي:

نستنتج من خلال المقابلات أن أغلبية المبحوثين يتناولون طعاما مطبوخا في البيت، وأكثر طعامهم تقليدي وهو من الأطعمة المنتشرة بكثرة في المنطقة مثل الكسكس والحريرة وطبيخ الخضر.

فعولمة الطعام ليس لها تأثير كبير على اختيارات المبحوثين في الطعام، حيث مازالوا يحافظون على نفس النسق في التغذية، وليس لهم هوس كبير بالطبخات العالمية وما يروج له من أكالات ومطاعم.

#### 2.1- الطعام المفضل:

استنتجنا من المقابلات أن أكثر المبحوثين يفضلون أطباقا تقليدية ومحلية، ومن فضل طبقا عصريا كان طبقه العصري محلي ومن طبخ البيت.

#### 3.1- على أي أساس تختار طعامك؟

استنتجنا أن الأطباق العالمية والعصرية التي يروج لها ليس لها مكان ولا أهمية في أسس اختيار الطعام لدى المبحوثين، فأكثر أسباب وأسس اختيارهم للطعام مبني على الأكالات التقليدية حسب المناسبات وفصول السنة، وحسب ما توفره لهم حالتهم الاقتصادية من أكالات محلية تقليدية.

#### 4.1- ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

نستنتج من خلال المقابلات أن الطعام المنتشر في المنطقة والمشهور فيها هو طعام تقليدي بامتياز، طعام الرفيس والكسكس والغرشالة والحريرة والعدس واللوبيا هي أطعمة تقليدية غاصت في التاريخ وتوارثها الأجيال. أما الأطعمة العصرية فلها موضع قدم قصير في المنطقة، يلجأ إليها عند عدم توفر الأطعمة التقليدية المحببة.

#### 5.1- استنتاج الفرضية الأولى:

من خلال ما جاء في الفرضية الأولى وبعد تحليلها، تم الوصول إلى أن العولمة الغذائية لم تؤثر في طعام الناس بمنطقة شلف ولا على اختياراتهم فيه، وأنهم مازالوا محافظين على طعامهم المحلي الموافق لعاداتهم وتقاليدهم.

## 2- الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

### 1.2- هل تختار طعامك على أساس الدين؟

استنتجنا من المقابلات أن أكثر المبحوثين يؤكدون على أن أساس اختيارهم للطعام هو الدين، فلا يتناولون إلا الطعام الحلال في دينهم، وتناول الطعام التقليدي الذي أساسه الثقافة الدينية دون شك، حيث رأينا في بحثنا كيف أثرت التعاليم الإسلامية بقدوم الفتوحات في ثقافة الطعام لدى الجزائريين.

### 2.2- هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

نستنتج أن جميع المبحوثين مهتمون بطعام المناسبات الدينية ولهم طقوس في هذه المناسبات، وهذه المناسبات متعددة وممتدة طول السنة، منها الأسبوعية والسنوية مثل الجمعة ورمضان وعاشوراء والمولد النبوي وغيرها.

وفي هذه المناسبات تكون الأطعمة وبلا شك تقليدية دينية مثل الشربة والحريرة والكسكس والرشته والحلويات التقليدية وغيرها، كما هو معهود عند كل العائلات الجزائرية والشلفاوية خاصة.

### 3.2- هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

استنتجنا من المقابلات أن أكثر المبحوثين لا يهتمون بما يخالف الدين ولا يرغبون فيه أصلا، فالدين مغروس في طعامهم لا ينفك عنه طعام من الأطعمة ولا يخرج طعام عن حدوده.

## 4.2- هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

نستنتج من المقابلات أن هناك اهتمام كبير بالأطعمة الدينية خاصة في المناسبات، وبالخصوص في الأعياد وفي شهر رمضان، حيث يكون الاهتمام كبيرا بالتمر والحليب في رمضان والعيد وبلحم الأضحية وكبدها خاصة يوم عيد الأضحى. أما في الطعام اليومي فالاهتمام بخبز الشعير كطعام ديني لأنه كان طعام النبي صلى الله عليه وسلم.

## 5.2- استنتاج الفرضية الثانية:

من خلال ما جاء في الفرضية الثانية وبعد تحليلها، تم الوصول إلى أن الاهتمام بالطعام الديني كبير في أوساط المجتمع الشلفاوي، وأثر الدين في اختيار الطعام بارز، والمجتمع متمسك بالعادات والتقاليد الدينية في اختيار الطعام.

### 3. الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

#### 1.3 - هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

نستنتج أن أكثر المبحوثين يأكلون الطعام جماعيا، سواء مع العائلة الكبيرة أو الصغيرة، أو مع الأصدقاء، نظرا لعاداتهم وتقاليدهم في الأكل الجماعي، فالاجتماع على الطعام والأكل مع الضيوف له خصوصيته فهو خير وبركة على الجميع.

#### 2.3 - هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

نستنتج من المقابلات أن هناك اهتمام كبير بطعام الضيوف، فهم يخصصون الضيف بالطعام التقليدي المميز والمشهور بالمنطقة، مثل الكسكس باللبن أو الكسكس باللحم، والحريرة والرفيس والحلويات التقليدية وغيرها، وهذا الاهتمام راجع لما يجلبه إطعام الضيف من الخير والبركة.

#### 3.3 - هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

استنتجنا أن كل المبحوثين لديهم اجتماعات كبرى على الطعام، وهذا لما تزخر به المنطقة من عادات وتقاليد في ولاءم الأفراح والأعراس، وفي مآتم الأتراح، وفي المناسبات الدينية الأخرى كالطعم<sup>1</sup> والزرادة<sup>2</sup> والتوزيع<sup>3</sup> والوزيعة<sup>4</sup> وغيرها.

<sup>1</sup> الطعم: هو اجتماع الناس عند ضريح ولي من الأولياء، يقيمون عنده يوما وليلة أو أياما يقرؤون القرآن ويجرون مجالس الصلح ويحتفلون بلعب الخيول وألعاب أخرى ويقيمون ما يشبه السوق الشعبي، ويكون الطعام وخاصة الكسكس هو الجامع لهم.

<sup>2</sup> الزردة: مثل الطعم، وقد تكون أسبوعية عند ضريح الولي، وقد تكون في غير ذلك من الأماكن، وهي طعام يقدمه واحد أو جماعة للناس تطوعا لمناسبة ما أو بدون مناسبة في بيته أو المسجد أو عند الضريح أو في أي مكان.

<sup>3</sup> التوزيع: وهي اجتماع عدد من الناس لإعانة أحدهم في عمله، فيقيم لهم مأدبة غداء أو عشاء جماعية.

<sup>4</sup> الوزيعة: وهي أن يقوم فرد أو جماعة بذبح الأبقار أو الأغنام وتوزيع لحمها مجانا على الفقراء أو على جميع أهل القرية أو الحي.

### 4.3- هل كان الاجتماع على الطعام يوماً سبباً في حل النزاعات في

#### منطقتك؟ كيف ذلك؟

نستنتج من المقابلات أن للطعام دور كبير في حل النزاعات وفك الخصومات والإصلاح بين العائلات والأفراد، خاصة الاجتماع على الطعام في بيت من بيوت المتخصصين أو في "الطعم" أو غيرها.

فأكل الطعام (الملح) سبب في قبول الصلح، لأن الطاعم يستحي ممن أطعمه واستضافه فيتنازل ويقبل التسامح والصلح.

### 5.3- استنتاج الفرضية الثالثة:

من خلال ما جاء في الفرضية الثالثة وبعد تحليلها، تم الوصول إلى أن المجتمع في منطقة شلف متمسك بالطعام الجماعي، في حياته اليومية وفي المناسبات الدينية، وفي الأعراس والمآتم والتجمعات الكبرى عند زيارة الضريح أو إقامة الزردات، والتوزيع وتوزيع اللحوم والأطعمة وعند استقبال الضيوف، ويؤكد المبحوثون أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع، وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس فالاجتماع على الطعام كالاجتماع بحبل القربى.

## الاستنتاج العام:

من خلال دراستنا لموضوع الطعام وفن الطبخ في الوسط الحضري، وبناء على الجانب النظري الذي تم فيه جمع كل المعارف والمعلومات التي لها علاقة بالطعام والطهو كتدعيم للجانب الميداني، ومن خلال تحليل وتأويل نتائج الفرضيات، توصلنا إلى أن الطعام أو فن الطهو له تأثير كبير في الوسط الحضري.

إن خطر العولمة الغذائية شبح يلاحق العادات والتقاليد، لذلك كثرت تحذيرات الخبراء من انقراض الكثير من العادات والتقاليد الغذائية التي استغرق تطورها آلاف السنين، بسبب تزايد قبضة الشركات العالمية على صناعة الغذاء، وقدرتها على إقصاء الثقافات الغذائية وتكريس تبعية الأسواق والمستهلكين.

ويؤكد الخبراء أن انحسار العادات الغذائية لصالح الأنماط الاستهلاكية الجديدة أصبح ظاهرة عالمية يصعب وقفها، نتيجة المتغيرات الدولية وزحف العولمة، وأشاروا إلى أن المستهلكين أكثر قبولاً لثقافات غذائية غير تلك التي نشأوا عليها.

ومن خلال بحثنا تبين أن العولمة الغذائية لم تؤثر بعد في طعام الناس بمنطقة شلف ولا على اختياراتهم لنوع الطعام، وأنهم مازالوا محافظين على طعامهم المحلي الموافق لعاداتهم وتقاليدهم، ربما يرجع السبب للثقافة الطعام الدينية بالمنطقة، التي مازالت تفرض نفسها.

حيث أن الاهتمام بالطعام الديني كبير جدا في أوساط المجتمع الشلفاوي، وأثر الدين في اختيار الطعام ما زال بارزا، والمجتمع لا يزال متمسكا بعاداته وتقاليد الدين في اختيار الطعام، والدين الإسلامي دين يجمع الناس دائما ويحثهم على الاجتماع على الطعام ويربيهم على دعوة الآخرين إليه وعلى إكرام الضيف، بالإضافة إلى تجمعات الكبرى التي هي سمة هذا الدين.

لذلك نجد المجتمع في منطقة شلف متمسكا بالطعام الجماعي وحريصا عليه، وما زال يحافظ على الطعام الجماعي في حياته اليومية وفي المناسبات الدينية، وفي الأعراس والمآتم والتجمعات الكبرى عند زيارة الضريح أو إقامة الزردات، والتوزيع، وتوزيعة اللحوم والأطعمة، وعند استقبال الضيوف، لذلك كان لهذا الطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع، والأثر الواضح والعظيم في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

فكان فن الطهو التقليدي الديني سببا رئيسا في المحافظة على ثقافة الطعام بالمنطقة، وله تأثير قوي في الوسط الحضري.

خاتمة

## خاتمة:

منذ أن عرف الإنسان طريقة طهي الطعام زاد اهتمامه به، حتى أصبح للطعام ثقافة وآداب وهذا منذ عقود بعيدة، ثم بدأت هذه الثقافة تترسخ جيلاً بعد جيل، حتى أصبح لكل قومية أو أمة طريقتهما في إعداد الطعام وتناوله، ويبدو ذلك واضحاً في الوقت الراهن في تنوع واختلاف أطعمة الشعوب وطريقة إعدادها عبر قارات العالم المختلفة.

فلإنسان والطعام حكاية طويلة ممتدة، وعلاقة وطيدة مستمرة، فالجنس البشري يعرف معرفة اليقين أن الطعام والشراب هو العامل الأول لإبقاء الجسد والحياة والروح حية، وهذا دليل على أهمية الطعام للإنسان، ولكن يرى العلماء والمختصون أن الطعام له دور يتعدى ذلك ويصل إلى الروابط البشرية بين الناس ولا ينحصر دوره فقط في أنه أداة للحفاظ على الجسم ووظائفه الحيوية.

ففي المناسبات الاجتماعية والأعياد الدينية ظل الطعام ولا زال أحد العناصر الفاعلة في تجميع الأفراد وتلطيف أجواء الاحتفالات، ولم يقف الأمر على المناسبات فقط، إنما تعداه إلى اجتماعات العمل لرجال الأعمال على موائد الطعام، وإنهاء وتوقيع الصفقات التجارية، كما أن الطعام قد لعب دوراً خاصاً وهاماً في العلاقات الاجتماعية، وأصبح عاملاً أساسياً في تشكيل المناخ الإيجابي للتلاحم والتكافل والمحبة والإصلاح.

الإنسان خليفة الله في الأرض، جعله الله فيها لبنائها وإعمارها ولعبادته، وعندما يتناول طعامه الذي أنعمه الله عليه فإنما يقوم بعبادة من نوع آخر، فهو يأكل كي يستطيع العيش وممارسة مختلف الأنشطة، وكي يكون قوياً على أداء العبادات، ويأكل غذاءه أيضاً كي يستمتع بالخيرات الكثيرة التي أنعمها الله تعالى على عباده، وفي هذا يقول الله عز وجل في محكم التنزيل: "وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ"، وهذا يعني أن تناول الغذاء بالنسبة للجسم ليس شيئاً عبثياً، وإنما أمر من الله تعالى لاكتمال الحياة.

وهذه هي النظرة الدينية للطعام، التي ينظر بها الوسط الحضري بمنطقة شلف للطعام، هي التي حافظت على هوية المجتمع وقلصت تأثير العولمة على هذه الثقافة، ومكنت لعادات وتقاليد الطهو الراسخة.

قائمة

المصادر والمراجع

## قائمة المصادر والمراجع

### I. قائمة المصادر والمراجع باللغة العربية:

- 1- ابن منظور، لسان العرب، دار الكتب العلمية، د ط، بيروت، لبنان، 2010م.
- 2- بهاء الدين، محمد بن حسين بن عبد الصمد الحارثي العاملي الهمذاني، (المتوفى: 1031هـ)، الكشكول، تحقيق محمد عبد الكريم النمري، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، ط1، 1418هـ/1998م.
- 3- رانغهام ريشارد، قدحة النار دور الطهي في تطور الإنسان، ترجمة فلاح رحيم، دائرة الثقافة والسياحة، دار الكتب، ابو ظبي، 2010م.
- 4- الزمخشري أبو القاسم محمود بن عمر، أساس البلاغة، دار الكتب العلمية، د ط، بيروت، لبنان، 2008م.
- 5- زيان محمد، الطعام والرباط الاجتماعي في مجتمع محلي متوسطي، دراسة أنثروبولوجية، الشلف، الجزائر، 2019/09/21م.
- 6- شيماء نبيل أحمد محمود، إيكلوجيا الغذاء عند أقزام الكانغو، دراسة في الأنثروبولوجيا الاجتماعية رسالة ماجستير، قسم الأنثروبولوجيا، معهد البحوث والدراسات الافريقية، جامعة القاهرة، 2013م.
- 7- الطبراني، المعجم الأوسط (6592).
- 8- العطري عبد الرحيم، قرابة الملح الهندسة الاجتماعية للطعام، شركة النشر والتوزيع للمدارس، ط-1، 2016م، مطبعة النجاح الجديدة، الدار البيضاء، المغرب.

- 9-العناني مريامة، الأسرة الأندلسية في عصر المرابطين والموحدين، مذكرة ماجستير في العلوم الإنسانية -تخصص تاريخ وحضارات بلاد الأندلس-، قسم التاريخ والآثار، جامعة منتوري، قسنطينة.
- 10- م. كونيهان كارول، أنثروبولوجيا الطعام والجسد، ترجمة سهام عبد السلام، المركز القومي للترجمة، ط1، مصر، 2013م.
- 11- مجلة الآداب، الأهمية الثقافية للطعام، بحث في فن التقاليد والممارسات، ملحق العدد122، أيلول2017م.
- 12- موريس أنجرس، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، تدريبات علمية، ترجمة صحراوي وآخرون، دار القصة للنشر والتوزيع، الجزائر، 2004م، ص186-187.
- 13- نجم عبد الزهرة أحمد، ثقافة الطعام في مجتمع محلي - دراسة أنثروبولوجية في مدينة بغداد- تخصص ماجستير في الأنثروبولوجيا التطبيقية - قسم الأنثروبولوجيا التطبيقية، كلية الأدب، جامعة المستنصرية، 2016م.
- 14- مدونة مأدبة فكر، بحث حول مفهوم المدينة من منظور علماء الاجتماع، 2014م، <http://ma2dobat-fikre.blogspot.com/2014/05>
- 15- Iyad Daoud، كيف تطور الطبخ عبر العصور، مقال أنترنت، موقع أصدقاء من فيروزة، 12 جويلية 2013م،-<https://fairouzehfriends.ahlamontada.com/t6383-topic>
- 16- الحمامصي محمد، كوفمان: الإنسان هو الحيوان الطباخ، مقال انترنت، موقع Middle East Online، 2012/06/09، <https://middle-east-online.com/>
- 17- Daoud، كيف تطور الطبخ عبر العصور، مقال أنترنت، موقع أصدقاء من فيروزة، 12 جويلية 2013م، <https://fairouzehfriends.ahlamontada.com/t6383-topic>.

- 18- موقع ويكيبيديا، الجزائر، <https://ar.wikipedia.org/>.
- 19- صلاح سليمان، قل لي ماذا تأكل أقل لك من أنت، 4 جوان 2010م،  
<https://elaph.com/Web/elaphplus/2010/6/567319.html>
- 20- موقع صحتك، 9 طرق لطهي طعام صحي ولذيذ، 6 فبراير 2020،  
<https://www.sehatok.com/food/>  
<https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/healthy-cooking/art-20049346>
- 21- Made for minds، معتقدات خاطئة وأخرى صحيحة متعلقة بالطعام،  
<https://www.dw.com/ar>، 2019/02/13
- 22- موقع Everydayme Arabia، معتقدات حول الطعام: صحيحة أم خاطئة،  
<https://www.everydayme-arabia.com/>، 2018/11/26
- 23- لين بدران، الطعام وثقافة الشعوب، موقع حماية الغذاء،  
<https://foodprotection.news/>
- 24- وصال الشيخ، الطعام ودوره في تأسيس العلاقات الاجتماعية، موقع العربي، 11 يوليو 2016،  
<https://www.alaraby.co.uk>
- 25- نور الهدى بوطيبة، "الرفيس" و"الغرشالة".. أطباق شعبية حاضرة على المائدة الشلفية، موقع الماسة، بتصرف، <https://el-massa.com/dz/>
- 26- وفاء صلاحات، طريقة عمل الحريرة الجزائرية، موقع موضوع، 2017/09/07م،  
<https://mawdoo3.com/>

.II قائمة المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

- 1- Lévi - Strauss 1966; Lehrer 1969. 1972: Verdier 1969.
- 2- Holmberg 1969. 78-81, 173-75: Finh 1973: Murphy and Murphy 1974. 162-63: Ortner 1975; C. Hugh - Jones 1979.
- 3- Especially chapters 5 and 6: S. Hugh - Jones 1979, Farb and Armelagos 1980: Laderman 1983: Mennell N985: Manderson 1986a. 1986b. 1986c.
- 4- Alfred Gell, **Art and Agency**. An Anthropological Theory, Oxford, Clarendon Press, 1998.

ملاحقا

## ملاحق

### دليل المقابلة

#### البيانات الشخصية:

السن

الجنس

الحالة المدنية: أعزب، متزوج، مطلق

المستوى المعيشي: منخفض، متوسط، مرتفع

المنطقة الجغرافية: ريفية، شبه حضرية، حضرية

#### الأسئلة المتعلقة بالفرضيات:

الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

1. ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

2. ما هو طعامك المفضل؟

3. على أي أساس تختار طعامك؟

4. ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

1- هل تختار طعامك على أساس الدين؟

2- هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

3- هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

4- هل هناك أظعمة ديننية تهتم بها؟

الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

4. هل تأكل عادة لوحذك؟ ولماذا؟
5. هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟
6. هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟
7. هل كان الاجتماع على الطعام يوما سببا في حل النزاعات في منطقتك؟ كيف ذلك؟

## تحليل المقابلات

### 1- المبحوث الأول:

السن: 25.

الجنس: أنثى.

الحالة المدنية: أعزب.

المستوى المعيشي: متوسط.

المنطقة الجغرافية: حضرية.

### الأجوبة المتعلقة بالفرضيات:

الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

1- السؤال الأول: ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

الجواب الأول: في أكثر الأحيان الطعام (الكسكس) وطبخ الخضر العادي.

2- السؤال الثاني: ما هو طعامك المفضل؟

الجواب الثاني: الغرشالة.

3- السؤال الثالث: على أي أساس تختار طعامك؟

الجواب الثالث: على حسب البرودة والحرارة في الفصول وعلى حسب الموجود.

4- السؤال الرابع: ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الجواب الرابع: الغرشالة والرفيس وخبز الشعير.

الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

1- السؤال الأول: هل تختار طعامك على أساس الدين؟

الجواب الأول: ربما، على حسب العادات والتقاليد.

2- السؤال الثاني: هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

الجواب الثاني: نعم خاصة شربة رمضان.

3- السؤال الثالث: هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

الجواب الثالث: طبعاً فهو يمنعنا من تناول الخمر والخنزير لأنه حرام.

4- السؤال الرابع: هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

الجواب الرابع: نعم خاصة التمر والحليب ولحم الأضحية.

الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

1- السؤال الأول: هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

الجواب الأول: لا، بل مع العائلة ومع الضيوف عندما يزوروننا، فالطعام يكون فيه

الخير والبركة على الجميع، وخاصة في حضور الضيف.

2- السؤال الثاني: هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

الجواب الثاني: نعم، الطعام باللبن والحريرة كذلك.

3- السؤال الثالث: هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

الجواب الثالث: نعم، خاصة في رمضان وفي الطعم وفي المآتم والأعراس.

4- السؤال الرابع: هل كان الاجتماع على الطعام يوماً سبباً في حل النزاعات في منطقتك؟ كيف ذلك؟

الجواب الرابع: نعم كثيراً، خاصة لما يجتمعوا في الطعام للصالح أو في الجامع.

**تحليل المقابلة الأولى: نستنتج أن المبحوث الأول:**

- لم تؤثر العولمة على طعامه، بل مازال متمسكاً بعاداته وتقاليده في الطعام.
- مهتم بالطعام الديني وأثر الدين في اختياراته لطعامه وهو متمسك بالعادات والتقاليد الدينية في اختيار الطعام.
- متمسك بالطعام الجماعي، ويؤكد أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

**2- المبحوث الثاني:**

السن: 21

الجنس: أنثى.

الحالة المدنية: عزباء.

المستوى المعيشي: منخفض.

المنطقة الجغرافية: حضرية.

**الأجوبة المتعلقة بالفرضيات:**

**الفرضية الأولى:** مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

1- السؤال الأول: ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

الجواب الأول: العدس واللوبيا (الفاصولياء) والطعام في أكثر الأحيان، خاصة في الشتاء، وبعض الأطعمة العصرية مثل البييتزا والكوكا.

2- السؤال الثاني: ما هو طعامك المفضل؟

الجواب الثاني: الطعام باللبن.

3- السؤال الثالث: على أي أساس تختار طعامك؟

الجواب الثالث: على حسب الفصل والمناسبة.

4- السؤال الرابع: ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الجواب الرابع: الرفيس والطعام.

الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

1- السؤال الأول: هل تختار طعامك على أساس الدين؟

الجواب الأول: طبعاً، نحن مسلمون لا نعرف أكل الحرام.

2- السؤال الثاني: هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

الجواب الثاني: نعم، أكثر أطباقنا المميزة تكون في المناسبات الدينية مثل الرفيس والطعام، والتمر والحليب...الخ.

3- السؤال الثالث: هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

الجواب الثالث: لا، لأنني لا أحتاج إلى طعام آخر غير الطعام الحلال.

4- السؤال الرابع: هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

الجواب الرابع: نعم خاصة التمر والحليب وخبز الشعير الذي كان يأكله رسول الله صلى الله عليه وسلم.

الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

1- السؤال الأول: هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

الجواب الأول: لا، لأنني أكل مع العائلة في البيت.

2- السؤال الثاني: هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

الجواب الثاني: نعم، مثل الطعام باللحم أو الدجاج والقهوة والحليب مع الحلويات التقليدية والرفيس... الخ.

3- السؤال الثالث: هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

الجواب الثالث: نعم كثيرة مثل الأعراس والطعم والزرده والتويزة والوزيعة.

4- السؤال الرابع: هل كان الاجتماع على الطعام يوما سببا في حل النزاعات في منطقتك؟ كيف ذلك؟

الجواب الرابع: نعم خاصة في مجالس الصلح التي تقام في بيوت المتخاصمين.

**تحليل المقابلة الثانية: نستنتج أن المبحوث الثاني:**

- لم تؤثر العولمة على طعامه، ومازال متمسكا بعباداته وتقاليده في الطعام.
- مهتم بالطعام الديني كثيرا وللادين تأثير كبير في اختياراته للطعام.
- متمسك بالطعام الجماعي، ويؤكد أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

### 3- المبحوث الثالث:

السن: 30.

الجنس: أنثى.

الحالة المدنية: متزوجة.

المستوى المعيشي: متوسط.

المنطقة الجغرافية: شبه حضرية.

#### الأجوبة المتعلقة بالفرضيات:

الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

1- السؤال الأول: ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

الجواب الأول: أطعمة مختلفة، مرات الأطعمة العصرية مثل البيتزا والكوكا ومرات تقليدية مثل الكسكس والعدس واللوبيا والحريرة.

2- السؤال الثاني: ما هو طعامك المفضل؟

الجواب الثاني: خبز الدار مع الحريرة.

3- السؤال الثالث: على أي أساس تختار طعامك؟

الجواب الثالث: على حسب المتوفر.

4- السؤال الرابع: ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الجواب الرابع: الحريرة وأنواع الكسكس.

الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

1- السؤال الأول: هل تختار طعامك على أساس الدين؟

الجواب الأول: أمر لا نقاش فيه.

2- السؤال الثاني: هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

الجواب الثاني: هناك الكثير خاصة في المولد النبوي وفي رمضان وعاشوراء والأعياد ويوم الجمعة.

3- السؤال الثالث: هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

الجواب الثالث: لا لأنني لا أتوق للحرام.

4- السؤال الرابع: هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

الجواب الرابع: نعم خاصة التمر وكبد الأضحية.

الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

1- السؤال الأول: هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

الجواب الأول: لا لأنني أعيش مع عائلة كبيرة.

2- السؤال الثاني: هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

الجواب الثاني: نعم يجب إكرام الضيف خاصة أطباق اللحوم والحريرة والطعام.

3- السؤال الثالث: هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

الجواب الثالث: نعم، كثيرة في المناسبات الدينية والعائلية.

4- السؤال الرابع: هل كان الاجتماع على الطعام يوما سببا في حل النزاعات في منطقتك؟ كيف ذلك؟

الجواب الرابع: نعم، فالطعام يلزم الضيف والمضيف بالحياء وقبول الصلح.

**تحليل المقابلة الثالثة: نستنتج أن المبحوث الثالث:**

- لم تؤثر العولمة على طعامه، بل مازال متمسكا بعباداته وتقاليده في الطعام.
- مهتم بالطعام الديني كثيرا وللدين تأثير كبير في اختياراته للطعام.
- متمسك بالطعام الجماعي، ويؤكد أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

**4- المبحوث الرابع:**

السن: 24.

الجنس: أنثى.

الحالة المدنية: عزباء.

المستوى المعيشي: متوسط.

المنطقة الجغرافية: حضرية.

**الأجوبة المتعلقة بالفرضيات:**

الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

5- السؤال الأول: ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

الجواب الأول: في أكثر الأحيان أطباق الفرن أو طبيخ خضر.

6- السؤال الثاني: ما هو طعامك المفضل؟

الجواب الثاني: أطباق الغراتان بالدجاج.

7- السؤال الثالث: على أي أساس تختار طعامك؟

الجواب الثالث: على حسب الحالة الاقتصادية.

8- السؤال الرابع: ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الجواب الرابع: الكسكس والعدس واللوبيا.

**الفرضية الثانية:** دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

5- السؤال الأول: هل تختار طعامك على أساس الدين؟

الجواب الأول: نعم يجب أن يكون حلالا.

6- السؤال الثاني: هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

الجواب الثاني: نعم في رمضان وفي المولد النبوي الشريف.

7- السؤال الثالث: هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

الجواب الثالث: نعم يمنعني ديني من أكل الحرام.

8- السؤال الرابع: هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

الجواب الرابع: نعم، التمر سنة.

**الفرضية الثالثة:** أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

5- السؤال الأول: هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

الجواب الأول: لا، أحب الأكل مع العائلة أو صديقاتي.

6- السؤال الثاني: هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

الجواب الثاني: نعم، الكسكس بالدلاع أو الرمان أو العنب أو الزبيب.

7- السؤال الثالث: هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

الجواب الثالث: نعم، في الطعم وفي صدقة المسجد والولائم.

8- السؤال الرابع: هل كان الاجتماع على الطعام يوماً سبباً في حل النزاعات في

منطقتك؟ كيف ذلك؟

الجواب الرابع: نعم، عندما يجتمعون للصلح أو يدعون الخصوم للطعام فإذا أكلوا

الملح التزموا بالأخوة.

**تحليل المقابلة الرابعة: نستنتج أن المبحوث الرابع:**

- لم تؤثر العولمة على طعامه، وهو غير متمسك بالعادات والتقاليد في الطعام.
- مهتم بالطعام الديني وللدين تأثير في اختياراته للطعام.
- متمسك بالطعام الجماعي، ويؤكد أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

**5- المبحوث الخامس:**

السن: 26.

الجنس: أنثى.

الحالة المدنية: متزوجة.

المستوى المعيشي: مرتفعة.

المنطقة الجغرافية: حضرية.

### الأجوبة المتعلقة بالفرضيات:

الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام.

9- السؤال الأول: ما نوع الطعام اليومي الذي تتناوله؟

الجواب الأول: مرات نطهو في البيت ومرات نأكل مأكولات جاهزة عصرية.

10- السؤال الثاني: ما هو طعامك المفضل؟

الجواب الثاني: ما كان باللحم أو الدجاج.

11- السؤال الثالث: على أي أساس تختار طعامك؟

الجواب الثالث: على أساس التنوع مرة نباتي ومرة حيواني وفي المناسبات لا يوجد اختيار نتبع التقاليد.

12- السؤال الرابع: ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟

الجواب الرابع: الكسكس وأطباق عصرية مثل الدجاج المحمر والبيتزا والبطاطا المقلية.

الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام.

9- السؤال الأول: هل تختار طعامك على أساس الدين؟

الجواب الأول: كل الأطعمة في منطقتي دينية.

10- السؤال الثاني: هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟

الجواب الثاني: نعم خاصة في رمضان ويوم الجمعة.

11- السؤال الثالث: هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟

الجواب الثالث: لا.

12- السؤال الرابع: هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟

الجواب الرابع: نعم التمر في رمضان والأضحية في العيد.

الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية.

9- السؤال الأول: هل تأكل عادة لوحده؟ ولماذا؟

الجواب الأول: أحيانا عندما أكون خارج البيت.

10- السؤال الثاني: هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟

الجواب الثاني: نعم خاصة الأطباق التقليدية مثل الرفيس والطعام والحلويات.

11- السؤال الثالث: هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟

الجواب الثالث: نعم، خاصة في الأعراس والأفراح والمآتم كذلك.

12- السؤال الرابع: هل كان الاجتماع على الطعام يوما سببا في حل النزاعات في

منطقتك؟ كيف ذلك؟

الجواب الرابع: تحل النزاعات دائما حول مائدة الطعام ويكون الصلح.

**تحليل المقابلة الخامسة: نستنتج أن المبحوث الخامس:**

- لم تؤثر العولمة على طعامه كثيرا، مع أنه مازال متمسكا ببعض الشيء بعاداته وتقاليده في الطعام.

- مهتم بالطعام الديني وللدِين تأثير في اختياراته للطعام.
- غير متمسك بالطعام الجماعي أحياناً، ويؤكد أن للطعام دور كبير في ربط أواصر المجتمع وله أثر في جمع ولم الشمل والإصلاح بين الناس.

### الملاحظة المباشرة:

كذلك اعتمدت في بحثي على الملاحظة المباشرة لما أعيشه في منطقتي (شلف) وما كنت أشهده من مناسبات وتعاملات اجتماعية، حتى أتمكن من الوصف الدقيق، والتمييز بين أنواع الأطعمة وطريقة طهيها... الخ.

1- صورة توضح أكلة "الرفيس":



2- صورة توضح أكلة "الغرشالة":



3- صورة توضح أكلة "الحموم":



4- صورة توضح أكلة "الكسكس":



1- صورة توضح أكلة "الحريرة":



فهرس

المحتويات

## فهرس المحتويات

إهداء

شكر وتقدير

ملخص الدراسة

مقدمة.....ب

1- الإشكالية .....ج

2- الفرضيات .....د

3- أسباب ودوافع اختيار الموضوع .....هـ

4- الهدف من الدراسة.....هـ

5- صعوبات البحث.....و

6- أدوات البحث.....و

7- الدراسات السابقة .....ز

8- المنهج المتبع في الدراسة.....ز

9- مجال الدراسة.....ح

## الفصل الأول

### ماهية فن الطبخ في الوسط الحضري

|    |  |
|----|--|
| 2  | تمهيد .....                                      |
| 3  | المبحث الأول: أنثروبولوجيا الطعام وفن الطبخ..... |
| 3  | 1- تعريف الطبخ .....                             |
| 4  | 2- مفهوم الطعام .....                            |
| 5  | 3- الوسط الحضري .....                            |
| 5  | 4- الطعام وفن الطهو في الأنثروبولوجيا.....       |
| 10 | المبحث الثاني: نشأة وتاريخ الطبخ الجزائري .....  |
| 10 | 1- نشأة الطبخ.....                               |
| 13 | 2- الطبخ الجزائري عبر العصور .....               |
| 14 | 3- فن الطبخ الجزائري.....                        |
| 15 | 4- الطبخ إرث شعبي .....                          |
| 16 | المبحث الثالث: مستلزمات المطبخ وفن الطهو .....   |
| 16 | 1- نار الطهي ووسائلها .....                      |
| 17 | 2- أدوات وضع الطعام للطهي .....                  |
| 17 | 3- طرق إعداد الطعام.....                         |
| 21 | خلاصة الفصل الأول .....                          |

## الفصل الثاني

### أثر الطعام في الوسط الحضري

#### "منطقة شلف نموذجاً"

|    |  |
|----|--|
| 23 | تمهيد .....  |
| 24 | المبحث الأول: الطعام في المجتمع الحضري .....           |
| 24 | 1- الطعام والطقوس الدينية.....                         |
| 29 | 2- الطعام بوصفه معنى، رمزا، ولغة .....                 |
| 32 | 3- الطعام والقوة .....                                 |
| 34 | 4- معتقدات حول الطعام.....                             |
| 38 | 5- الطعام كمركب ثقافي .....                            |
| 39 | المبحث الثاني: دور الطعام والطهو في الوسط الحضري ..... |
| 39 | 1- الطعام ودوره في التأسيس للعلاقات الاجتماعية .....   |
| 41 | 2- الطعام ودفع الضرر .....                             |
| 41 | 3- دور الطهي في تغير حياة الإنسان .....                |
| 46 | المبحث الثالث: الأكلات الشعبية في منطقة الشلف.....     |
| 46 | 1- الرفيس .....  |
| 46 | 2- الغرشالة .....                                      |
| 47 | 3- الحموم .....  |

- 47 ..... 4- الكسكس
- 48..... 5- الحريرة
- 49 ..... خلاصة الفصل الثاني.

## الفصل الثالث

### تحليل الفرضيات

- 51 ..... تمهيد
- 52 ..... 1- الفرضية الأولى: مدى تأثير العولمة على عادات الناس في الطعام .
- 52 ..... 1.1- نوع الطعام اليومي.
- 52 ..... 2.1- الطعام المفضل.
- 52 ..... 3.1- على أي أساس تختار طعامك؟
- 53 ..... 4.1- ما هو الطعام المشتهر في منطقتك؟
- 53 ..... 5.1- استنتاج الفرضية الأولى.
- 54 ..... 2- الفرضية الثانية: دور الجانب الديني في نشر ثقافة الطعام .
- 54 ..... 1.2- هل تختار طعامك على أساس الدين؟
- 54 ..... 2.2- هل هناك أطباق خاصة في المناسبات الدينية؟
- 54 ..... 3.2- هل منعك الحرام من تناول شيء من الطعام ترغبه؟
- 55 ..... 4.2- هل هناك أطعمة دينية تهتم بها؟
- 55 ..... 5.2- استنتاج الفرضية الثانية.

- 3- الفرضية الثالثة: أثر الطعام في العلاقات الاجتماعية..... 56
- 1.3- هل تأكل عادة لوحدهك؟ ولماذا؟..... 56
- 2.3- هل هناك طعام معين تخصصون به الضيوف؟..... 56
- 3.3- هل هناك اجتماعات كبرى على الطعام في منطقتك؟..... 56
- 4.3- هل كان الاجتماع على الطعام يوماً سبباً في حل النزاعات في منطقتك؟ كيف ذلك؟..... 57
- 5.3- استنتاج الفرضية الثالثة..... 57
- الاستنتاج العام ..... 58
- خاتمة..... 61
- قائمة المصادر والمراجع ..... 64
- ملاحق ..... 69
- فهرس المحتويات..... 88