

آداب تناول الطعام والشراب عند المصريين القدماء

هيفي صبري جميل

أ.د. حسين ظاهر حمود

كلية العلوم الانسانية- جامعة دهوك

كلية الآثار- جامعة الموصل

Abstract

The nature of Egypt provided people with different types of foods. Besides meat and fish consumed in large quantities by the ancient Egyptian, the nature also provided them with different vegetables, fruits, wheat and beans. The ancient Egyptians also made bread considered main food from which different types of other food were made. They also knew how to make pies, sweets as well as dates, honey, and milk. They also knew fruits such as apples, pomegranates and vegetables including garlic, onions and celery. They also knew the beverage industry and made beer from barley and wine from grapes. Wine was always used as a sacrificial offering to the gods, a rite of worship, a sacrosanct ritual of worship, an appeasement of the angry idols, and making them feel happy. Wine was also used on in celebrations and religious holidays. They used to have three meals a day. Sometimes, food was served on two meals: the main meal was in the afternoon, the second was served in the evening. Food was served in pots placed on a table higher than the ground from which food dishes were carved. They also used to have food with their hands. That is why they used to wash their hands before and after eating.

المقدمة:

كان تناول الطعام والشراب عند المصريين القدماء مرتبطا بآداب السلوك واللياقة في الحياة اليومية، وقد أصبحت تلك الممارسات على مرّ العصور من العادات والتقاليد المهمة التي كان يجب على الأفراد التقيد والالتزام بها عند تناول الطعام، وأمكن التعرف على بعض منها من عن طريق المشاهد التي تعكسها مناظر تقديم وجبات الغذاء على واجهات المعابد المصرية القديمة وجدران المدافن التي صورت عليها وقائع الحياة اليومية التي كان يعيشها المصري

آنذاك . فضلا عن مضامين بعض النصوص المصرية القديمة التي ذكرت فيها توجهات سلوكية تخص آداب تناول الطعام والشراب وأنواع الأغذية التي كان يتناولها المصريون .

وكان من العادات المتبعة لدى المصريين القدماء تناول ثلاث وجبات يوميا ، و أحيانا كان يُقدّم الطعام على وجبتين ، في وجبة الظهر و ثم وجبة المساء ، وكان يُقدّم الطعام في عدد من الاواني والاطباق الفخارية وتوضع على الحصير بالنسبة للطبقة العامة من الناس ، او كانت تقدم على موائد مرتفعة قليلا عن الارض بالنسبة للحاشية الملكية والنبلاء والاسر الغنية و تستخدم الأطباق والأقداح البرونزية والفضية والذهبية لديهم .

وكان من عاداتهم ايضا استخدام الايدي في تناول الطعام لذلك اعتادوا على غسل ايديهم قبل تناول الطعام وبعده بالماء المضاف اليه النترون او الليمون لإزالة الترسبات والأوساخ من الايدي ، وهي تدخل تأكيدا في مجال النظافة بوصفها هذه العادة من المظاهر المهمة في ثقافة المصريين القديمة واهتمامهم بالصحة العامة . كذلك كان المصريون القدماء يستخدمون قطعة من القماش (الفوطة) لمسح الايدي وتجفيفها بعد الغسل والانتهاء من تناول الطعام .

ولاهمية الغذاء وأنواع الطعام التي كانت تنتج من أرض النيل ، اذ توفر فيها عدة أنواع من الأطعمة والمأكولات التي كان يستهلك منها المصريون القدماء منها : اللحوم والأسماك والتمور والحبوب والبقول فضلا عن الخضروات (كالثوم والبصل والكرافس) وأصناف من الفواكه مثل التفاح والرمان

وكان المصريون القدماء ماهرين في عمل أنواع من الفطائر والحلوى بإضافة التمر والعسل والألبان، كما عرفوا أنواعا من المشروبات منها النبيذ والجعة و التي استخدمها الافراد بشكل دائم في المناسبات ذات العلاقة بطقوس عمارة المعابد ، كما استخدم ضمن تقدمات القرابين في طقوس العبادة ، وبحسب اعتقادهم ان هذه المشروبات كان من شأنها تهدئة معبوداتهم الغاضبة وإدخال البهجة والسرور الى قلبها لذا أكثروا من شربه في الاحتفالات والاعياد الدينية .

وفي هذا البحث سنعرض أهم عادات تقديم الطعام وآداب تناول الغذاء في مصر القديمة والتي تعكس جانبا مهما من مظاهر حياتهم اليومية آنذاك ، كذلك يتضمن الإشارة الى أنواع الأطعمة والطهي ، وأنواع المشروبات التي عرفها المصريون القدماء ، فضلا عن الوسائل التي اتبعوها في خزن الغذاء والمشروبات .

أنواع الاطعمة :

ولأهمية اصناف الغذاء في الموائد المصرية القديمة وسبل توفيره والممارسات المرتبطة بذلك لا بد من الاشارة الى أنواعه لارتباطه الوثيق بموضوع آداب تناول الطعام عند البسطاء من عامة الناس ، او على موائد النبلاء والاغنياء التي كانت تضم الكثير منها، فكان يعد مظهرا للترف في الطبقة الراقية من المجتمع وبدرجات متفاوتة .^(١)

ويمكن التعرف على أنموذج من موائد الطعام عند الطبقة الغنية عبر نص ورد على لسان أحد الأدباء في مصر القديمة ذكر فيه وصفا عن حياة أحد أغنياء عصره جاء فيه :

" أنت تنزل في سفينة من خشب الصنوبر وتصل إلى قصر ك الجميل هذا الذي بنيته لنفسك فمك مفعم بالنبيذ والجمعة الخبز واللحم والفتير والغناء الحسن امامك ورئيس معطريك ينثر عليك عطر كمي وسافيك يحمل تيجان الأزهار ورئيس فلاحيك يقدم الطيور وصيادك يقدم السمك"^(٢)

ويمكن تصنيف بعض أنواع الأطعمة وفق ما ورد في مضامين النصوص المصرية القديمة والتي كانت قد دونت على أوراق البردي أو تلك التي نقشت على واجهات المعابد والمدافن إلى جانب زينة المشاهد التي توثق وقائع تقديم تلك الأغذية وأنواعها ، وهي :

١- الخبز والفتائر :

كان الخبز ولا يزال مادة الحياة عند الانسان في معظم بقاع الارض ، كذلك كان ضروريا في حياة السكان في مصر القديمة وتؤشر نصوص كتاب الاموات عن وضع الخبز في مقابر الموتى بوصفه شيئا أساسا وضروريا لتغذيتهم في الحياة الاخرى .^(٣) الى ذلك كان الخبز من اهم المواد الغذائية و اساس التغذية ، وكانوا يصنعونه من دقيق القمح والشعير ثم يضاف اليه الماء ليصبح عجينا ويخبز في التنانير وكانت عملية طحن الحبوب وصنع الخبز تقوم به ربات البيوت ، إلى جانب النسوة والرجال العاملين في المعابد المصرية القديمة ، وتكشف المشاهد عن الطحانيين والخبازين منهم في أروقة تلك المعابد^(٤) . (ينظر الشكل ١ أ - ب) .

وقد ذكر هيرودوت بهذا الخصوص "انهم كانوا يعجنون العجين بأقدامهم ولا سيما عندما يكون العجين كثيرا يتم العجن بالأقدام، وان كانت كميات العجين قليلا يعجن بالأيدي " .^(٥) وذكرت في النصوص المصرية القديمة أن الخبز الذي كان يصنع تصل انواعه إلى العشرات ، وتتم تحليته في بعض الأحيان بإضافة العسل والألبان و(الحليب ومشتقاته) والتمر او يتبل بالأعشاب أو البهارات مثل السمسم والكزبرة،^(٦) وفي مشهد الشكل(٢) توضيح لمراحل صناعة

الخبز ابتداء من العجن ومن ثم الخبز في التناير وكيفية وضع الأرغفة على الألواح لنقله إلى المستهلكين .

ب- الألبان :

ونعني به الحليب ومشتقاته والذي كان ضروريا في غذاء المصري القديم ، وكان يدخل في صناعة الخبز والكعك ، ويقدم في المعابد بوصفه قرابين للمعبودات المصرية القديمة.^(٧) وكانوا يضعونه في أوان من الفخار بيضوية الشكل ويسدون فوهاتها بأعشاب معينة لحمايتها من الحشرات ، وحتى لا يكون إغلاقها محكما لكي لا تقسد (ينظر الشكل ٣)، وقد عرفوا منتجات الألبان منها القشدة والزبدة والجبن.^(٨) لقد قدس المصريون القدماء البقر لفائدة السكان من لحمها وحليبها وجلدها فضلا عن افادتهم من الثيران في حراثة الحقول لذا خصوا بشؤون البقر الإلهة حتحور التي كانت ترضع الفرعون بحليبها بحسب اعتقادهم.^(٩)

ج- اللحوم :

كان المصريون القدماء يستهلكون أنواعا من اللحوم ، ويستنتج ذلك من مشاهد واجهات المقابر التي صور عليها القصابون وأفواج الحيوانات التي كانت تخصص للذبح.^(١٠) إلا أنه ليس مؤكدا تناول المصريين حتى الأغنياء منهم للحوم في كل الوجبات.^(١١) وكان العجل أكبر مصدر للحوم ،^(١٢) فضلا عن لحوم الأغنام والماعز والوعول والطيور (تنظر الاشكال ٤ ، ٥ ، ٦) التي كان يتم اصطيادها من البراري ، وكان لحم الخنزير منتشرا استهلاكه ، لأن لحمه كان الارخص سعرا بين اللحوم.^(١٣) لقد كانت أنواع هذه اللحوم مهمة وتقدم في الأعياد والمناسبات،^(١٤) وكان السمك من الأطعمة اللذيذة آنذاك ، وكان يستهلك كثيرا بين عامة الناس لرخص سعره ، كما كان يقدم اجرا للعمال ، وذكرت أنواع منها في نصوص البرديات مثل البوري والبلطي وثعبان البحر والشبوط الأروس.^(١٥) ومع أهمية لحم السمك يفهم من نصوص البرديات أن السمك كان محرما على الكهنة ولم يكن يقدم طعاما للملوك أو الموتى ، كما كان استهلاك أنواع معينة من السمك محرما في بعض المناطق لاتخاذها معبودا مقدسا فيها ، كذلك ورد بهذا الخصوص أن لحم الضأن كان محرما على الكهنة أيضا ، ولم يكن يقدم بوصفه قرابين للآلهة والموتى.^(١٦)

د - الخضراوات والفواكه :

اشتهر المصريون منذ القدم بزراعة عدة أنواع من الخضراوات والنباتات العطرية والفواكه ، وقد تم التعرف على بعضها مما ورد في مضامين نصوص البرديات وعن طريق صورها على المشاهد الفنية، ومنها البصل والكرات والخس واللفت والكرافس والبقدونس والخيار وغيرها

آداب تناول الطعام والشراب عند المصريين القدماء / أ.د.حسين ظاهر حمود / هيفي صبري جميل

من الخضراوات.^(١٧) (ينظر الشكل ٧) وكان المصري القديم يأكل البصل والثوم كثيرا لفائدتها في الشفاء من الأمراض، اذ استخدم إلى درجة كبيرة في صناعة الدواء.^(١٨) وكان العاملون في عمارة الاهرامات يأكلون أنواعا من هذه الخضراوات ومنها البصل والعدس، لأهميتها في صحتهم.^(١٩) وكانت البقول عنصرا غذائيا هاما، فقد كانوا يستخدمونها بكثرة وأهمها الفول والحمص واللوبياء فضلا عن العدس الذي سبقت الإشارة إليه انفا.^(٢٠) وقد اهتم المصريون القدماء بأشجار الفاكهة، (ينظر الشكل ٨) وزرعوا منها انواعا مختلفة كالعنب (ينظر الشكل ٩) والتمر والرمان والزيتون، وجلبوا فاكهة أخرى إلى مصر من البلدان المجاورة كالتفاح واللوز الجوز والبندق وكانوا يجففون العنب ويصنعون منه الزبيب.^(٢١) وفي هذا السياق وقبل الانتقال الى فقرة الطهي لابد من الإشارة إلى استخدام التوابل أيضا مثل الكزبرة والينسون والكمون.^(٢٢) وهي نباتات كان يتم زراعتها وتحفيفها لاستخدامها ضمن تشكيلة الأغذية التي كان يتم طهيها آنذاك .

الطهي :

عرف المصريون القدماء فائدة طهي الطعام وسلقه وأهمية شوي اللحوم على صحتهم، وكان الطعام يطهى على موقد متنقل من الفخار، اسطوانى الشكل يكاد يبلغ ارتفاعه مترا تقريبا، في اسفله فتحة يدخل منها الهواء ويخرج منها الرماد وتوضع في داخله قطع من الخشب وقودا له، كذلك كان يوضع فوق الموقد إناء له مقبضان وكان الطاهي يستمر في تحريك مروحته حتى تكون النيران متوهجة لا تخبو طيلة قيامه بالطهي، وعند الضرورة كان يستغني الطهارة عن الموقد بأن يضعوا الإناء فوق ثلاثة أحجار ويوقد تحته بعض الخشب والفحم، ولا زالت هذه الطريقة معروفة، وكانت تستخدم أحيانا أفران معدنية على هيئة صناديق بدون قاع ومثقوبة من الأعلى، قليلة الارتفاع ويوضع الوقود منثورا على السطح.^(٢٣) الى ذلك وجدت الكثير من المشاهد الفنية التي تصور كيفية شواء اللحوم عند المصريين ومنها طريقة شواء الاوز والسماك عن طريق إدخال عصا في بطن الطائر او السمك ووضعه فوق النار، ومن المشاهد التي صورت الشواء على جدران القبور، مشهد وجد على أحد قبور عهد الدولة القديمة (٢٦٨٦-٢١٨١ ق.م) وتمثل راعيا يشوي أوزة.^(٢٤) (ينظر الشكل ١٠ والشكل ١١). ولم يترك لنا المصريون القدماء معلومات مفصلة عن الطهي، إلا أنه يمكن الحصول على بعض المعلومات ذات العلاقة ومهاراتهم في هذا المجال مما ورد في مضامين نصوص البرديات الطبية من اشارات منبثة عن الطهي، اذ ذكرت فيها بعض وصفات إعداد الطعام والمشروبات لمعالجة مختلف الأمراض والنزلات المعوية.^(٢٥)

المشروبات :

اعتاد المصريون على احتساء المشروبات المسكرة وكانت من المتع التي تدخل السرور في النفس) وبحسب اعتقادهم تساعد في الاتصال بين البشر والآلهة وتزيل الحواجز بين الأحياء والأموات، واستخدم المصريون قصبه (انبوبة) على شكل الزاوية (ينظر الشكل ١٢) تثبت في كل فرعها قصبه في جرة النبيذ حيث تنتهي بمصفاة وكان للشخص ان يشرب من خلالها بعد جلوسه على كرسي.^(٢٦) (ينظر الشكل ١٣) وكان من عادة المصريين القدماء المرح كثيرا في الحفلات، ويكثر فيها من شرب النبيذ،^(٢٧) وكان هناك حرية الاختلاط بين الجنسين وكن النسوة يقرعن أكوابهن مع الرجال.^(٢٨) وبهذا الخصوص تم العثور على مشهد نفذ على أحد واجهات المقابر تمثل سيدة أفرطت في شرب النبيذ بينما تسارع إليها إحدى خادمتها^(٢٩) (ينظر الشكل ١٤). ولا بد من الإشارة هنا الى انه لم يكن من الآداب العامة في تناول المشروبات الإفراط في شربها،^(٣٠) وكما ورد ذلك في العديد من النصوص حول نبذ الحياة العابثة،^(٣١) إذ إن نصائح حكماء القوم في مصر القديمة تشير إلى أن الإفراط في تناول المشروبات تؤدي إلى عدم التوازن وفلتات اللسان و^(٣٢) ومن أهم المشروبات عند المصريين القدماء:

١ - الجعة :

كانت من المشروبات المرغوب فيها عند معظم فئات المجتمع المصري القديم، وكانوا يشربونها في كل مكان في البيوت وفي الحقول وفي الحانات.^(٣٣) والجعة كانت تصنع من الشعير والتمور، مستخدمين في ذلك أدوات تتكون من قوالب وسلال ومجموعة من الجرار الفخارية، تبدأ عملية صناعة الجعة بصنع الخبز، وفي الوقت نفسه كانوا يجهزون عجينة طازجة ويسكبونها في قوالب شديدة الحرارة جدا لمدة قصيرة، ثم يقطع هذا الخبز غير الناضج الى فئات ويوضع في إناء كبير ويخلط بالسائل السكري الناتج من نقيع التمر ثم يقلب ويصفى ، وبعد قليل يختمر السائل ولا يبقى بعد ذلك سوى تقريغه في الجرار وسدها بطبق صغير وكمية من الجبس.^(٣٤) وقد صور صنع الجعة في مشاهد على عدد من جدران مقابر عهود متعددة من تاريخ مصر، وإن أقدم إشارة إلى الجعة تعود الى عهد الأسرة الثالثة (٢٦٨٦-٢٦١٣ ق.م)،^(٣٥) وفي كل الحالات اقترن عمل الخبز أحيانا بصناعة الجعة آنذاك.^(٣٦) كما ورد ذكرها كثيرا في النصوص كتقدمة مقدسة الى المعابد. (ينظر الشكل ١٥)

ب - النبيذ :

كان يصنع النبيذ عادة من العصير المخمر للعنب الطازج، والنبيذ من أهم الخمور عند قدماء المصريين، وعرفوا انواعا منها نبيذ التمر ونبيذ الرمان أحيانا في العصر المتأخر،^(٣٧) وكثيرا ما صور على جدران المقابر مشاهد قطف الكروم وضغطه وعصره او هذه العمليات الثلاث جميعا، وتحضير النبيذ كان يتم بعصر العنب وتخليص العصير مما قد يكون عالقا به من السويقات والقشور والبذور ثم يترك العصير ليتخمر، ثم يصب في الجرار.^(٣٨) (ينظر الشكل ٩) وكان تقديم المشروبات منها النبيذ والجمعة مرتبطا بتقديس المعبودات المصرية القديمة.^(٣٩) كما صور في النقوش أعداد جرار القرابين المقدمة في الطقوس الدينية. (ينظر الشكل ١٣) ورد ذكر جرار نبيذ العنب كثيرا في النصوص المصرية القديمة، وإن اقدم إشارة لها كانت من عصر الأسر الأولى^(٤٠). وبحسب اعتقادهم كان النبيذ الشراب الاساس للملك بعد صعوده إلى السماء ووصف انه غذاء وشراب الهي وشراب للموتى في العالم الآخر، لأنه يمنح الميت القدرة للعودة إلى الحياة ثانية والخلود^(٤١).

آداب تناول الطعام والشراب :

كان من عادة المصريين القدماء عند تناول الطعام والشراب ومنهم الأغنياء والمترفين الجلوس سوية على المائدة، اذ كانوا يضعون عليها مختلف أنواع الأطعمة من اللحوم المشوية والخضراوات والفواكه وشرائح الخبز، أما عامة الناس من البسطاء فكانوا يفترشون الارض ويجلسون على الحصير ويأكلون المتوافر من الطعام على مائدة صغيرة أمامهم، وبطبيعة الحال فإن المستوى المعاشي كان له تأثيره من توافر أو عدم توافر انواع تلك الأطعمة والمأكولات في البيوت المصرية قديما،^(٤٢) ولازال ذلك حتى الوقت الحاضر .

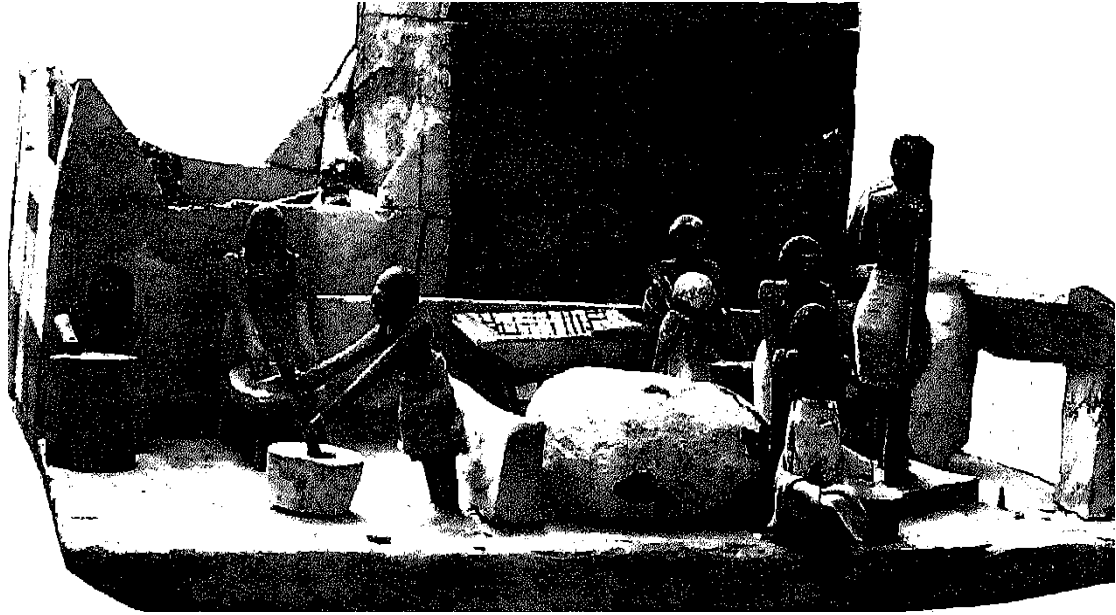
وكانت العادة المتبعة لدى المصريين القدماء تناول ثلاث وجبات يوميا، واحيانا كان يقدم الطعام على وجبتين، واما وجبة الصباح والتي غالبا ما كان أفراد الأسرة يجتمعون صباحا عند تناول طعام الافطار، فرب الأسرة كان يترأس المائدة ويبدأ بتناول فطوره مع أفراد الاسرة حال انتهائه من الاغتسال وارتداء ملابسه، كذلك الأم كانت تجلس معه لتناول وجبة الفطور وبعد الانتهاء من وضع زينتها، وعادة كانوا يتناولون الخبز أو شرائح الفطائر.^(٤٣) أما الوجبة الرئيسية فكانت وجبة الظهر والتي كانت تحتوي على أنواع من اللحوم والخضراوات والفواكه والخبز والفطائر والجمعة^(٤٤). بينما كانت تقدم وجبة المساء أحيانا بين الساعة الرابعة والخامسة عصرا أو عند الغروب وتكون وجبة خفيفة من الطعام.^(٤٥) وكان من عادة الأسر المصرية الفقيرة ان يفترشوا الارض أو الجلوس على الحصير و أرجلهم الى الخلف، أو كانوا يرفعون

إحدى ركبتهم نحو الأعلى أثناء تناول الطعام، وكان الطعام يُقدّم لهم في أوان فخارية، ومنذ عهد الاسرة الخامسة (٢٤٩٨ - ٢٢٤٥ ق.م) استبدل المصريون الحصيرة بمائدة مرتفعة عن الارض قليلا، كانت توضع عليها أطباق الطعام، أما أفراد الأسر الغنية فكانوا يجلسون على الكراسي وأمامهم المائدة التي توضع عليها اواني المأكولات المتنوعة، كما كانوا يستعينون بالخدم في تقديم الطعام.^(٤٦) وعلى الأغلب كانت أسر الطبقة الوسطى يستخدمون الموائد المرتفعة أيضا.^(٤٧) وكان من آدابهم أيضا استخدام أصابع الابهام والسبابة الوسطى في الأيدي أثناء تناول الطعام وعدّ تناول الطعام بالأصابع الأخرى سوء سلوك ودلالة على تدني المستوى الاجتماعي للفرد،^(٤٨) وربما استخدم الملك وحاشيته والنبلاء في القصور أدوات تشبه الملاعق والمغرفات، كذلك اعتاد المصريون القدماء على غسل أيديهم قبل تناول الطعام وبعده، واستخدموا في ذلك الماء وكان يوضع فيه مادة معطرة مثل الأزهار والأعشاب، واستخدم أحيانا عصير الليمون لقدرتها على إزالة المواد الدهنية من اليدين.^(٤٩) فضلا عن ذلك كان يتم تعطير رؤوسهم وأيديهم بالدهون العطرية باستخدام قنار صغيرة مخروطية الشكل.(ينظر الشكل ١٦). واستخدموا الأبريق مع إناء كبير في غسل الأيدي وكما يتضح ذلك من الرسوم المنفذة على جوار موائدهم،^(٥٠) (ينظر الشكلان ١٧ و ١٨). وقد استخدمت في طبخ وتناول الطعام والمشروبات الاواني الفخارية، فقد دلت الشواهد الأثرية على ان صناعة الاواني الفخارية كانت تتطور وتحسن عبر العصور، فقد تم العثور على أشكال متنوعة من تلك الأواني الفخارية والزهريات ذات الجدران الرقيقة، وكانت تتميز بأسطحها الخارجية الملونة والمصقولة.^(٥١) (ينظر الشكل ١٩) ثم استخدمت الاواني الحجرية ثم النحاسية فالبرونزية، كما استخدم عليه القوم الاواني المصنوعة من الذهب والفضة.^(٥٢) (ينظر الشكل ٢٠) فضلا عن ذلك استخدم المصريون بعض الأوعية الفخارية ذات الجدران والحواف الرقيقة تبدو سطوحها ملونة ومصقولة ولامعة.^(٥٣) ولا يمكن التأكيد من استخدام أفراد الطبقة المترفة في المجتمع المصري القديم السكاكين في تناول الطعام بعامة، على الرغم من ورود الإشارة في القرآن الكريم إلى تقديم السكاكين مع الفاكهة إلى النسوة اللواتي حضرن ضيوفا في منزل زوجة عزيز مصر لرؤية يوسف (ع) وكما في قوله تعالى " فلما سمعت بمكرهن أرسلت اليهن واعتدت لهن متكا وآتت كل واحدة منهن سكيना وقالت اخرج عليهن فلما رأينه أكبرنه وقطعن أيديهن " ^(٥٤).

وعلى الأكثر كان تقديم السكاكين مع الفاكهة للنسوة من أجل الاختبار. كذلك يمكن التأكيد هنا أن الطبقة الفقيرة لم يستخدموا الأشواك والسكاكين عند تناول الطعام^(٥٥). وقد ذكر هيرودوتس بهذا الخصوص "ان المصريون القدماء كانوا يشربون في أقداح برونزية، ينظفونها يوميا وكلهم يفعلون ذلك دون استثناء"^(٥٦) ولم يكن المصريون القدماء يتشاركون ذات الأدوات والأوعية عند تناول

الطعام^(٥٧). الى ذلك اهتم المصريون القدماء اهتماما كبيرا بآداب المائدة ،وأوصوا أولادهم بمراعاة تقاليدها ، فقد حثّ الحكيم كاجميني،^(٥٨) في تعاليمه على أن يتحلى الانسان بالتعفف وضبط النفس حينما يأكل الطعام مع الآخرين ،^(٥٩) إذ أوصى ابنه قائلا : " إذا جلست مع أشخاص كثيرين فاصنع الزهد في الطعام حتى ولو كنت شديد الرغبة فيه ، إن الأمر يقتضي وقتا طويلا لضبط النفس ،وانه لمن المشين أن تكون نهما، ألا تعسا للرجل الشره من أجل جسده، وان قدحا من الماء يروي غلة الظامئ، وملء الفم من حشائش الارض يقيم أود القلب"^(٦٠) كما قال " إذا جالست نهما فكل عندما تنتهي شهيته .."^(٦١) وفي ذلك ذكر بتاح حوتب،^(٦٢) ايضا"..... إذا كنت من المدعوين على مائدة شخص أعظم منك ،خذ ما يقدمه لك ويجب أن تنظر لما هو أمامك ، لا تضايقه بكثرة النظر إليه "^(٦٣). اما الحكيم خيتي بن دوادف،^(٦٤) نصح ابنه ببيي بالقول " اقنع بطعامك ،فإذا اشبعتك ثلاثة أرغف ،وشربت قدحين من الجعة ولم تكف لإشباع بطنك ،فقاوم ذلك الشعور "^(٦٥). وأكد الحكيم امنؤوبي،^(٦٦) في تعاليمه بهذا الخصوص بالآتي : "لا تأكل الخبز في حضرة رجل عظيم ولا تعرض فمك في حضرتهوانظر فقط وأنت على المائدة الى الوعاء الذي أمامك وكن مكتفيا به"^(٦٧) وسائل تخزين الطعام: كانت صوامع خزن الغلال من أهم الوسائل التي استخدمها المصريون القدماء لتخزين الحبوب وحفظها واعادة استخدامها في أوقات الأزمات عند نقص المياه أو في مواسم الجفاف ، وبطبيعة الحال فإن تخزين الحبوب في العنابر أو المخازن تطورت عبر العصور،^(٦٨) من حيث السعة والأشكال والمخطط^(٦٩). (ينظر الشكلان ٢١ و٢٢). وقد وردت كلمة صومعة في الكتابة الهيروغليفية بتسمية (شنوات snw) ومن ذلك النص الآتي: " كاتب حسابات الشعير في الشونه " ^(٧٠). هذا وكانت للصوامع اهمية كبيرة لاقتصاديات الممالك في الشرق الادنى القديم ،ومنها بلاد مصر، إذ إن الاقتصاد المصري كان يعتمد بدرجة كبيرة على تجميع الغلال وإعادة توزيعها مرة أخرى، كما كان يخزن في بعض الصوامع ثمار الفواكه المجففة واللحوم والأسماك والزبيب والتين والتمر بأنواعه والكتان، فضلا عن مواد مصنعة أخرى، وكان يشرف على تلك الصوامع مجموعة من الموظفين والمراقبين والمفتشين لحمايتها والحفاظ عليها.^(٧١) وكانت الصوامع أو المخازن تشيد عادة في أماكن مرتفعة خوفا عليها من الفيضان، وكانت القصور والمعابد تضم مخازن للحبوب، وكما تم الكشف عن صوامع منفردة شملت مساحات كبيرة^(٧٢)، كما وجدت صوامع الغلال ملحقة ببعض الحصون العسكرية، كذلك ألحقت الصوامع ببعض المباني الإدارية.^(٧٣) وفي عصر العمارنة احتوت بعض البيوت السكنية على صوامع الغلال ،اذ كانت تلك الصوامع جزءا من مخطط تلك البيوت.^(٧٤) وفي عهد الأسر الاولى كان القمح يجفف ويوضع في أوان كبيرة، ثم تدلى في حفر

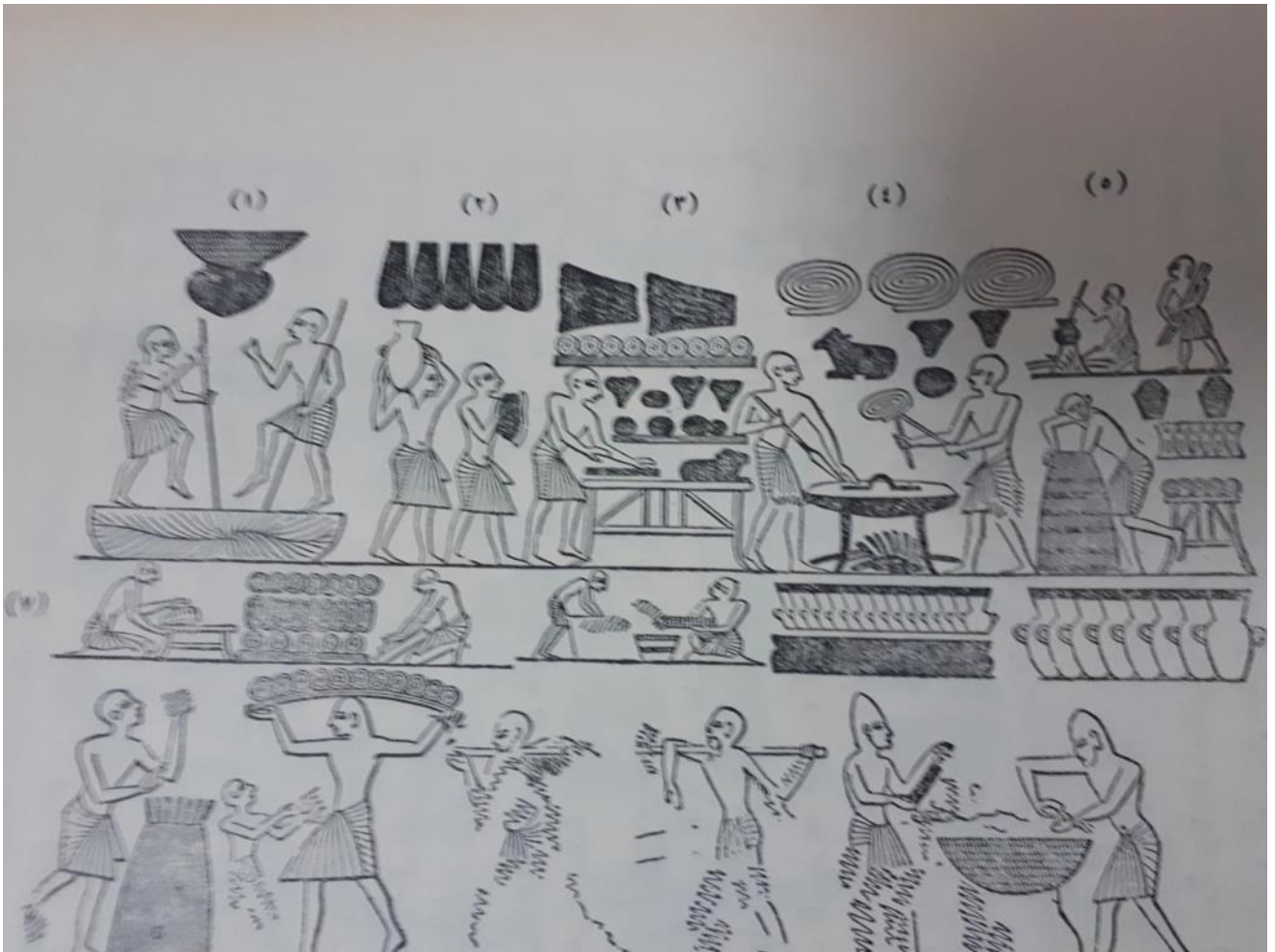
عميقة بحيث يركز على قضبان من الفخار، وتوقد حولها النار لوقايتها من حشرة السوس^(٧٥)، كما صنعت سلال من البردي لحفظ الحبوب^(٧٥). كذلك خزنوا الطعام والمشروبات في جرار كبيرة، كما كان يخزن الماء أيضا في تلك الجرار بعد ان تملأ بالمياه التي تجلب من الآبار أو من النهر في جلود الحيوانات^(٧٦). وكان من عادة المصريين القدماء ترك نصف المحصول من القمح والشعير في سنابله وربطها في حزم ،ثم كانت تحفظ في صوامع أو مخازن خاصة تشيد على شكل مخروطي من اللبن وتخزن فيها السنابل^(٧٧). وكما حدث ذلك في عهد النبي يوسف (ع)، عندما خزن المحصول سبع سنوات متتالية لتكفي سبع سنوات قحط أخرى وفي ذلك ورد قوله تعالى: " قال تزرعون سبع سنين دأبا فما حصدتم فذروه في سنبله الا قليلا مما تأكلون "^(٧٨). كذلك كانت هناك حجرات سقوفها على هيئة قباب تستخدم لخزن الحبوب^(٧٩)، الى ذلك لابد من الإشارة الى أن ارض المخازن أو الصومع تغطى بطبقة سميكة من فتات الحجر الجيري منعا من تسرب الفئران عليها^(٨٠).



شكل (١ - أ) عن: فياض ،محمد : المرأة المصرية القديمة (القاهرة، ١٩٩٥) ص ١٥



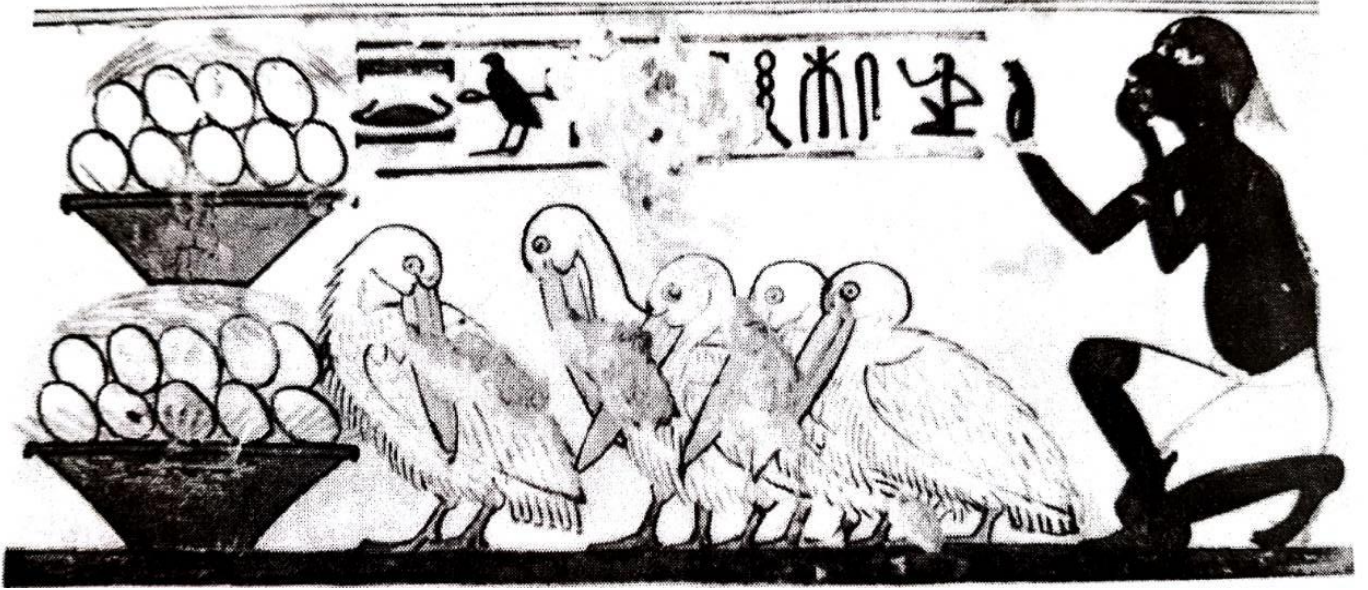
شكل رقم (١ - ب) عن: Wilson, John.A: The Burden of Egypt ,USA,1951 (FIG,11b)



شكل (٢) عن: كمال، محرم: تاريخ الفن المصري القديم (القاهرة، ١٩٩٨)، ص ٢٠٤



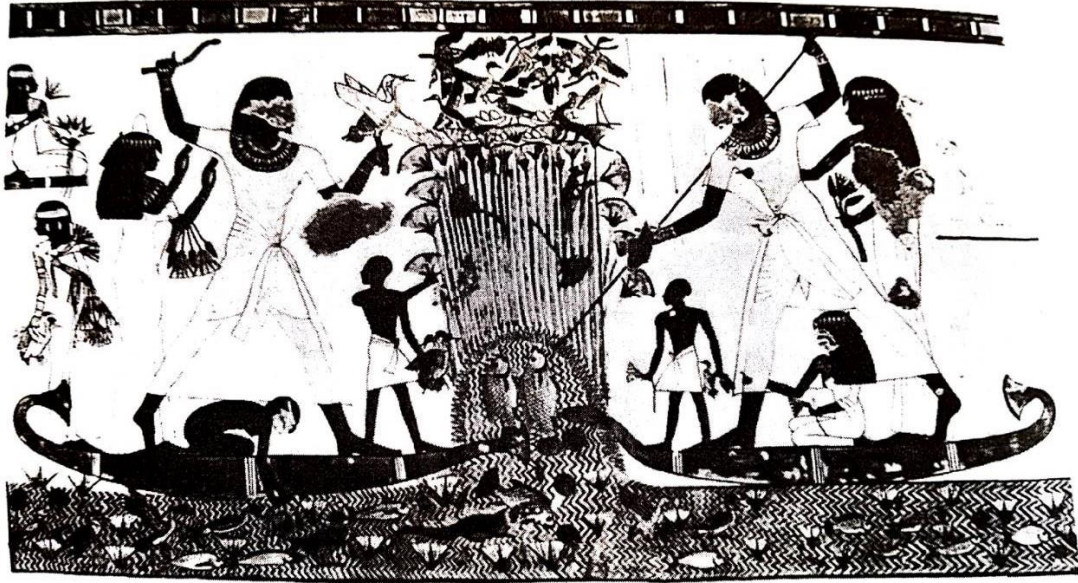
شكل (٣) عن: Wilson, Op.Cit , FIG 3a



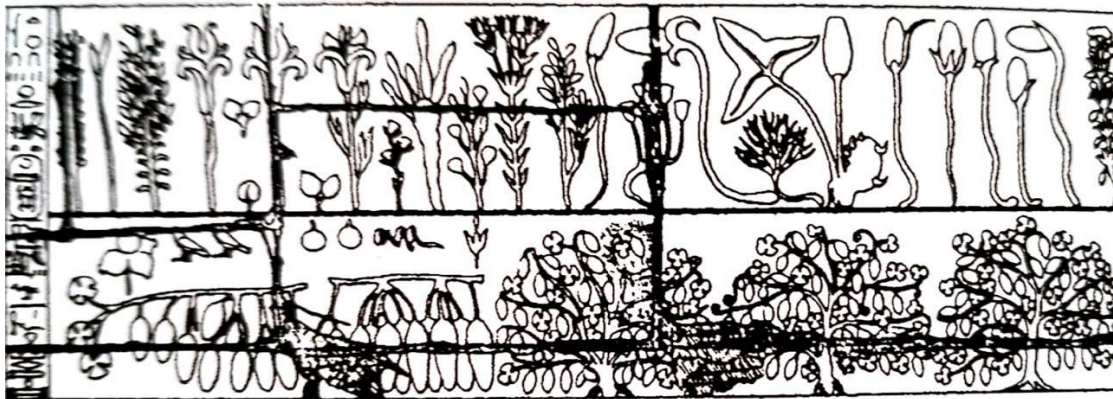
شكل ٤ عن: Wilson, opcitFIG, 16 b



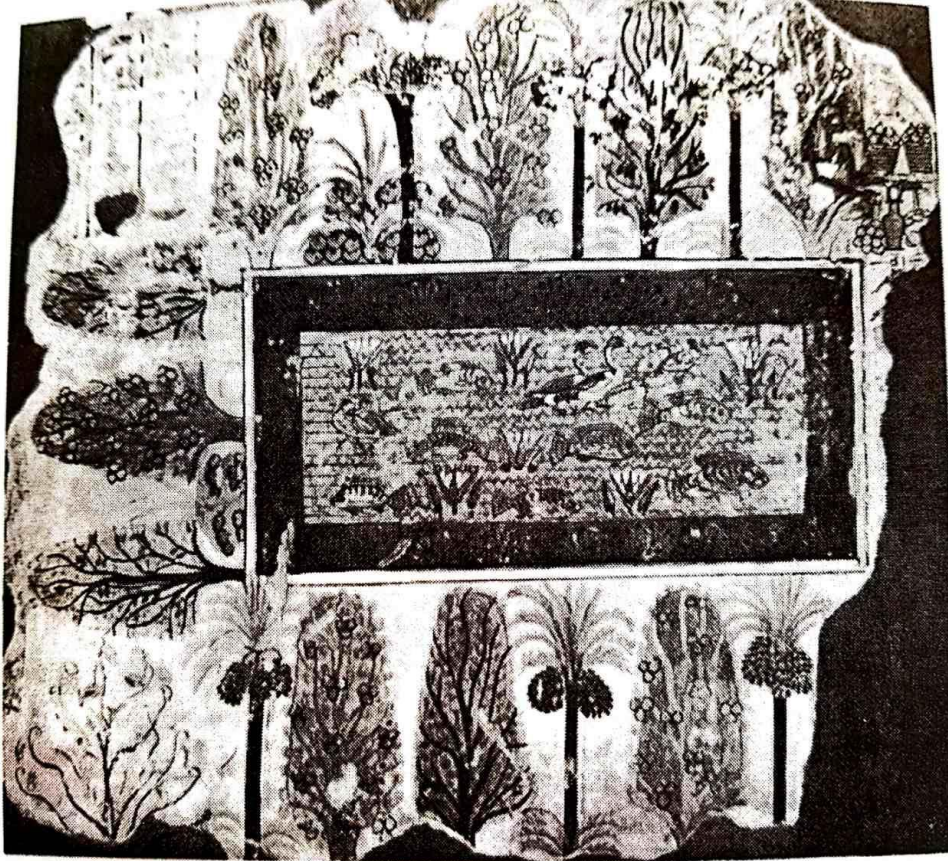
شكل (٥) عن Steindorff,George and Seele,Keith C. :When Egypt Ruled the East ,USA,1957,FIG 94



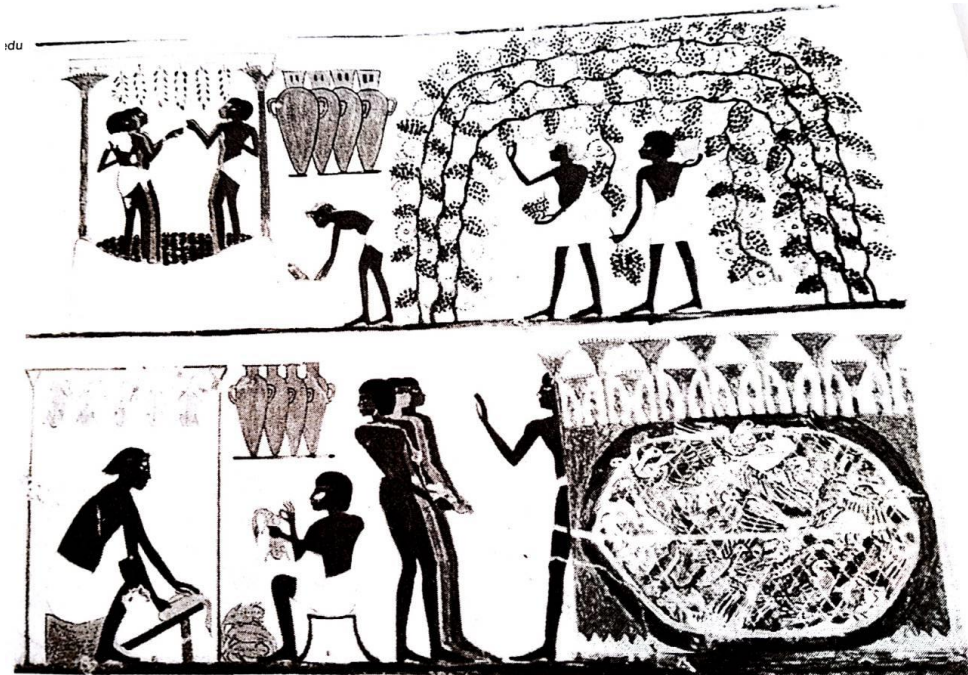
شكل (٦) عن: Steindorff and Seele ,Op.Cit,FIG 49



شكل (٧) عن Steindorff and Seele ,Op.Cit ,FIG 46



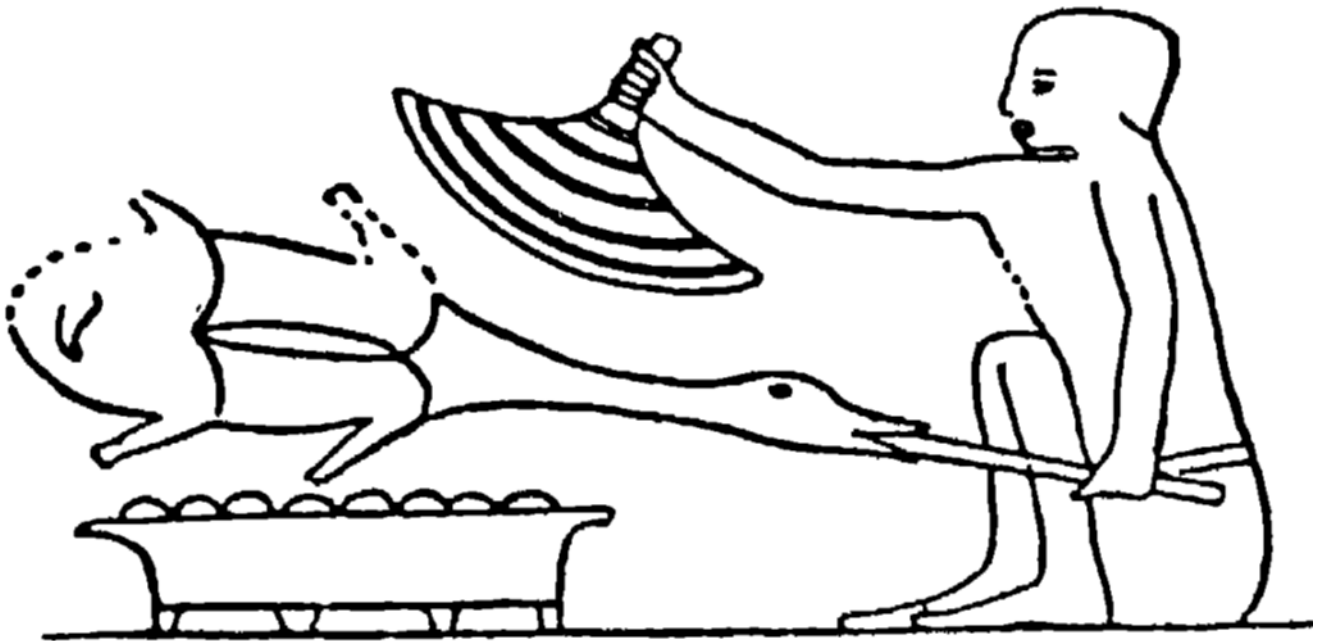
شكل (٨) عن Steindorff and Seele, Op.Cit. FIG55



شكل (٩) عن Steindorff and Seele ,Op.Cit, FIG 62



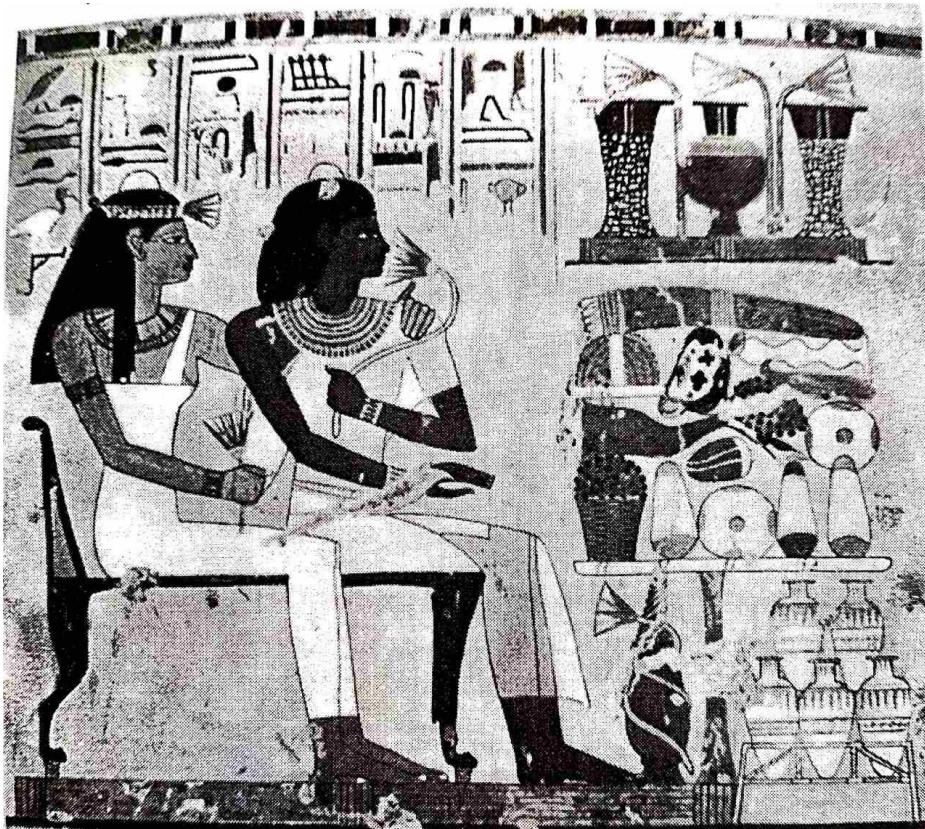
شكل (١٠) عن : Christensen , Wendy : Empire of Ancient Egypt ,New York ,2009



شكل (١١) عن : نظير : المصدر السابق ، ص ٢٤٥



شكر (١٢) عن: شورتر ، المصدر السابق لوحة ١٧



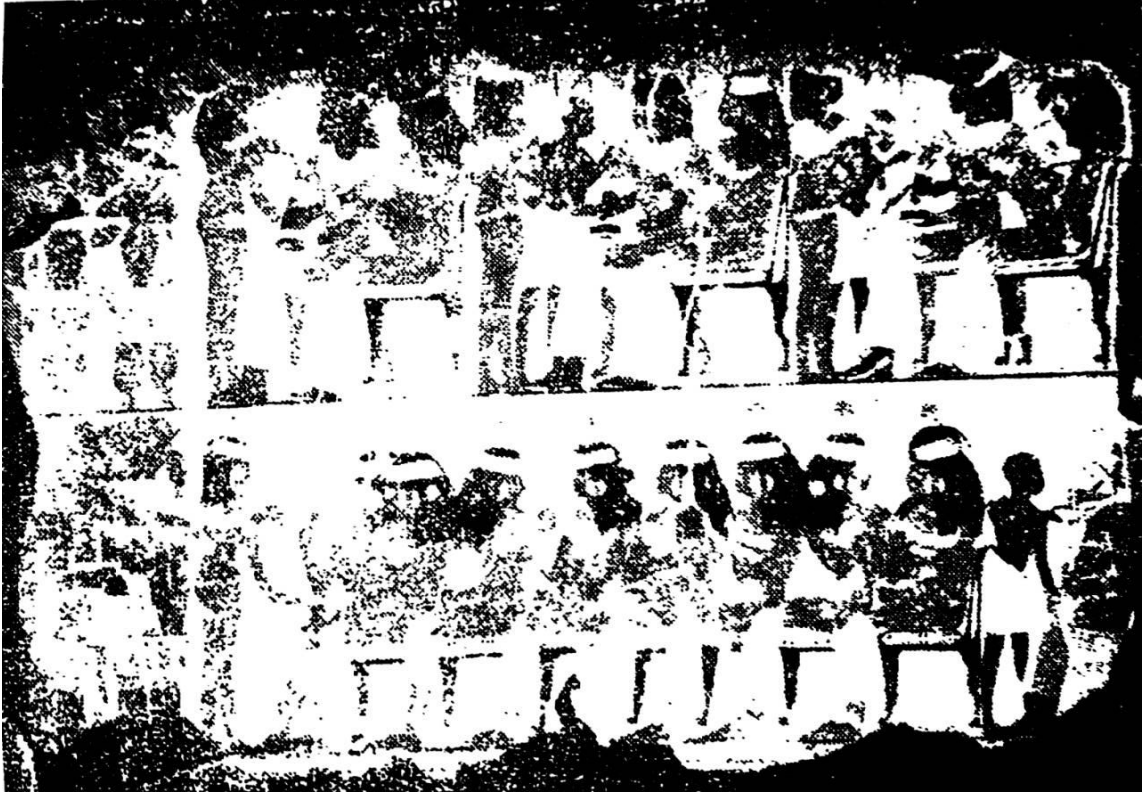
شكل (١٣) عن : Steindorff and Seele ,Op .Cit FIG 35



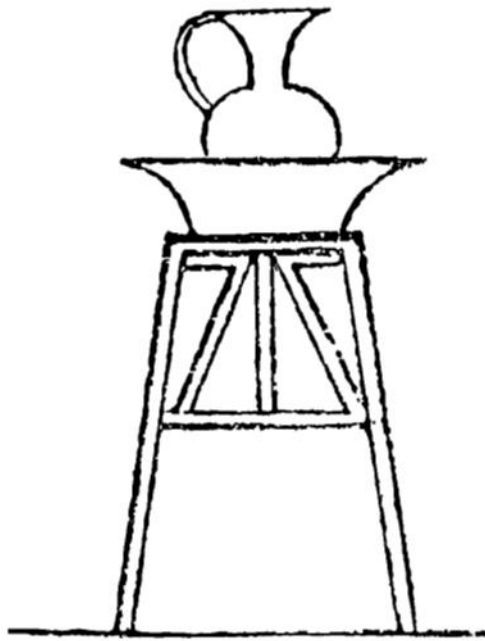
شكل (١٤) عن : نظير ، المصدر السابق ، ص ٢٧٧



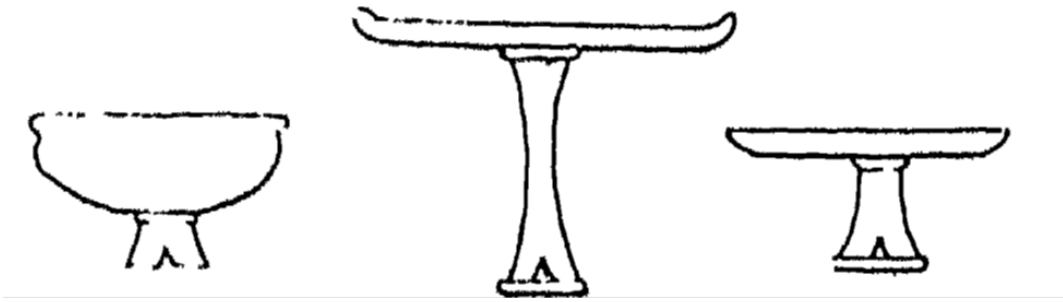
شكل (١٥) عن : Christensen:Op.Cit,p.89



شكل (١٦) عن: شورتر ،المصدر السابق ، لوحة ١١



شكل (١٧) عن : نظير، المصدر السابق ، ص ٣٤٧



شكل (١٨) عن: نظير ، المصدر السابق ، ص ٣٤٦



شكل (١٩) عن : Steindorff and Seele, Op.Cit , FIG 70,71



شكل (٢٠) عن: Steindorff and Seele, Op.Cit, FIG 68



شكل (٢١) عن: Steindorff and Seele ,Op.Cit, FIG 51



شكل (٢٢) عن Christensen ,Op.Cit, p.118

الهوامش:

- (١) فالبيبل ، الناس والحياة في مصر القديمة ، ت: ماهر جويجاتي، (القاهرة ، ١٩٨٩)، ص ١٥٢.
- (٢) القاضي، منال، حكاية سيدة مصر القديمة، (القاهرة ، ٢٠١٠) ، ص ٦٧.
- (٣) المصدر نفسه، ص ٧٠.
- (٤) مونتييه ،بيبير، الحياة اليومية في مصر القديمة، ت: عزيز مرقس منصور، (الاسكندرية، ٢٠٠٠)، ص ١١٥-١١٦؛ رويز، انا ، روح مصر القديمة ، ت: اكرام يوسف ، (د.م، ٢٠٠٥)، ص ٥١ .
- (٥) خفاجة، محمد صقر، هيرودوت يتحدث عن مصر، (القاهرة، ١٩٦٦) ، المصدر السابق، ص ١٢١-١٢٢
Gmaspero ,Author:History of Egypt Chaldaa , Syria, Babylonia and Assyria ,
vol 9, 2005 , p. 12
- (٦) فالبيبل ، المصدر السابق ، ص ١٥٢، رويز ، المصدر السابق ، ص ٥١ .
- (٧) القاضي ، المصدر السابق ، ص ٧١.
- (٨) مونتييه ، المصدر السابق ، ص ١١٠.
- (٩) القاضي ، المصدر السابق ، ص ٧١.
- (١٠) مونتييه ، المصدر السابق ، ص ١٠١ ؛ علي، رمضان عبده ، حضارة مصر القديمة منذ اقدم العصور حتى نهاية عصور الاسرات الوطنية، (القاهرة، ٢٠٠٤)، ج ١ ، ص ٥١٩.
- (١١) مونتييه ، المصدر السابق ، ص ١٢٠.
- (١٢) المصدر نفسه ، ص ١٠٢ ؛ علي ، المصدر السابق ، ص ٥١٩.
- (١٣) فالبيبل ، المصدر السابق ، ١٥٢.
- (١٤) القاضي ، المصدر السابق ، ص ٧٢.
- (١٥) المصدر نفسه ، ص ٦٨؛ Charles Martyn , Foods and Culinary Utensils -
of the Ancients , (New york) p.14
- حرم السمك لرائحته القوية ، حيث ارتبطت الروائح غير المستحبة بالاثم والخطايا ، كذلك تقول أسطورة الاله اوزير ان سمكة ابتلعت القطعة المفقودة من جسد الاله اوزير . كما حرم اكل الخنزير للكهنة لكونه غير نظيف ، للمزيد ينظر : رويز ، المصدر السابق ، ص ٥٣ .
- (١٦) الزنكي، انتصار ناجي عبد علوان ، الكهان دورهم ومكانتهم في وادي النيل حتى نهاية الاسرة الواحدة والعشرين ، كلية الاداب ، جامعة بغداد، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، ٢٠١١، ص ٦٠ .
- (١٧) فالبيبل ، المصدر السابق ، ص ١٥٢؛ مونتييه ، المصدر السابق ، ص ١٠٧-١٠٨؛ نظير، وليم ، الثروة النباتية عند قدماء المصريين ، (د.ب ، ١٩٧٠) ، ص ٣٤١ .
- (١٨) القاضي ، المصدر السابق ، ص ٧٣-٧٤.
- (١٩) مونتييه ، المصدر السابق ، ص ١٠٨.
- (٢٠) نظير ، المصدر السابق ، ص ٣٤٢.
- (٢١) المصدر نفسه ، ص ٣٤٢.
- (٢٢) القاضي ، المصدر السابق ، ص ٧٤.

- (٢٣) مونتيه ، المصدر السابق ، ص ١١١ . كانت تشيد المطابخ خلف البيوت أو على السطوح بغية تسرب الدخان والحرارة والرائحة منها، وكانت تسقف بالأغصان ، وغالبا ما كانت تحوي أفراناً للخبز (النتور) ويستخدم الفحم أو السماد المجفف كوقود فيها ، كانت تضم تلك المطابخ أيضا مجارش الطحن والسلال وبعض أدوات الطبخ. كوفمان ، كاثي ك: الطبخ في الحضارات القديمة، ت: سعيد الغانمي (ابو ظبي ٢٠١١) ، ص ١٢٦ و ص ١٥٩؛ زجيميز ، ت.ج، الحياة أيام الفراغة مشاهد من الحياة في مصر الفرعونية ، ت: احمد زهير امين ، (القاهرة ، ١٩٩٧) ، ص ١٨٢ ..
- (٢٤) نظير ، المصدر السابق ، ص ٣٤٤ .
- (٢٥) مونتيه ، المصدر السابق ، ص ١١٣ .
- (٢٦) عبدالعال، احمد محمد ، شراب النبيذ و اهميته الدينية في مصر القديمة ، مجلة الحضارة المصرية ، (د. م ، د. ت (دون ذكر مكان وتاريخ الطبع) ، عد ١٣ ، ص ٤٧ ؛ بونهيم ، ماري - أنج و بفيرش ، لوقا، عالم المصريين ، ت: ماهر جويجاتي ، (القاهرة ، ٢٠١٤) ، ص ٢١٢ .
- (٢٧) بتري ، سير و. م فلنדרز ، الحياة الاجتماعية في مصر القديمة ، ت : حسن محمد جوهر و عبدالمنعم عبدالحليم ، (الاسكندرية ، ١٩٧٥) ، ص ١٩٦ .
- (٢٨) شورتر،الن، الحياة اليومية في مصر القديمة، ت: نجيب ميخائيل ابراهيم، (القاهرة ، ١٩٩٧) ، ص ٥٢ .
- (٢٩) المصدر نفسه ، ص ٥٢ ؛ بتري ، المصدر السابق ، ص ١٩٦ .
- (٣٠) الحكيم أي : ترجع تعاليمه الى عهد الاسرة الواحدة والعشرون ، وهي مجموعة من آداب النصائح كتبها لابنه خونسو حتب لكي يلتزم بها عند تعامله مع اهله والناس بعامة ، للمزيد ينظر : مهران، محمد بيومي، مصر و الشرق الادنى القديم ، موسوعة الحضارة المصرية القديمة الاداب والعلوم ، (الاسكندرية ، ١٩٨٩) ، ج ١ ، ص ٢٥٩-٢٦١ .
- (٣١) بتري ، المصدر السابق ، ص ١٩٦ ؛ زكري، انطون ، الادب والدين عند قدماء المصريين ، (د.م ، ١٩٢٣) ، ص ٢٨ .
- (٣٢) المصدر نفسه ، ص ٢٨ .
- (٣٣) مونتيه ، المصدر السابق ، ص ١١٧ .
- (٣٤) المصدر نفسه ، ص ١١٧ - ١١٨ .
- (٣٥) اديب ، سمير ، موسوعة الحضارة المصرية القديمة ، (القاهرة ، ٢٠٠٠) ، ص ٧٣٦ .
- (٣٦) لوكاس ، الفريد، صفحات من تاريخ مصر الفرعونية المواد والصناعات عند قدماء المصريين ، ت : زكي اسكندر ومحمد زكريا ، (القاهرة ، ١٩٩١) ، ص ٣٠ .
- (٣٧) لوكاس ، المصدر السابق ، ص ٣٠ .
- (٣٨) المصدر نفسه ، ص ٣٤ .
- (٣٩) عبد العال ، المصدر السابق ، ص ص ٤٧ - ٥٠ .
- (٤٠) لوكاس ، المصدر السابق ، ص ٣٤ .
- (٤١) عبد العال ، المصدر السابق ، ص ٤٧ .
- (٤٢) مونتيه ، المصدر السابق ، ص ص ١١٩ - ١٢٠ .

- آداب تناول الطعام والشراب عند المصريين القدماء أ.د.حسين ظاهر حمود / هيفي صبري جميل
- (٤٣) نظير ، ص٣٤٦؛ كوفمان ،المصدر السابق، ص١٢٢؛ فياض، محمد واديب ، سمير :الجمال والتجميل في مصر القديمة ، (القاهرة ، ٢٠٠٠) ، ص٣٥ .
- (٤٤) مونتيه ، المصدر السابق ، ص ١٢٠-١٢١ .
- (٤٥) المصدر نفسه ، ص١٢٠ .
- (٤٦) نظير ، المصدر السابق ، ص٣٤٦ ؛ - kenrick , John, Ancient Egypt Under the pharaohs (New York, 1852) , (chapter 1 x) , vol. 1.p . 199
- (٤٧) علي ، المصدر السابق ، ص ٥٢١ . ولم يعرف عن المصريين القدماء انهم عند الجلوس كانوا يسندون ظهورهم الى متكأ . بتري ، المصدر السابق ، ص١٨٩ .
- (٤٨) نظير ، المصدر السابق ، ٣٤٦ . رويز ، المصدر السابق ، ص ٥٤ .
- (٤٩) باناتي ،تشارلز ، العادات والتقاليد واصل الاشياء ، ت: مروان مسلوب ، (بيروت ، ٢٠٠٣) ، ص ٩٩ و ص ٢٣٢ ؛ نقلا عن Wilkinson , The Ancient Egyptian , vol . 11 . p. 76,77
- (٥٠) باناتي ، المصدر السابق ، ص ٩ ؛ Wendy Christensen , Empire Ancient Egypt , (New york, 2005) , p 85
- (٥١) الدريد ،سيريل، الحضارة المصرية في عصور ما قبل التاريخ حتى نهاية الدولة القديمة، ت : مختار السويفي ، (القاهرة ، ١٩٨٩) ، ص ص ٥٤-٥٥ .
- (٥٢) ابو بكر، ايمان احمد ، النظافة في الحياة اليومية عند المصريين القدماء ، (القاهرة ، ١٩٩٩) ، ص ٣٦ ؛ لالويت ،كلير، الفراغنة في مملكة مصر زمن ملوك الالهة ، ت: ماهر جويجاتي ، (القاهرة ، ٢٠١٠) ، ص ٣٨٢ .
- (٥٣) الدريد ، المصدر السابق ، ص٥٥ .
- (٥٤) القران الكريم ،سورة يوسف ،آية ٣١
- (٥٥) Kerick , Op 0Cit .p .200
- (٥٦) خفاجة، المصدر السابق، ص١٢٤ .
- (٥٧) Gmaspero ,OP.Cit p. 12
- (٥٨) الحكيم كاجميني : كان ابن الوزير كارسو الذي كان وزيرا في عهد الأسرة الثالثة ، عندما أدركته الشيخوخة كتب كارسو نصائحه لابنائه، ولاسيما كاجميني الذي تولى وظائف أبيه من بعده لكي يحذو حذوه، للمزيد ينظر : مهران ، المصدر السابق، ص ص ٢٤٨-٢٤٩ .
- (٥٩) موسى، محمد العزب ، حكماء وادي النيل ، (القاهرة ، ٢٠٠٢) ، ص٣٩ .
- (٦٠) مهران ، المصدر السابق ، ص ص ٢٤٨-٢٤٩ .
- (٦١) المصدر نفسه ، ص ٢٤٩ .
- (٦٢) بتاح حوتب : كان وزيرا للملك اسيسي في الأسرة الخامسة (٢٤٥٠ ق.م) ، كتب في أواخر ايام حياته تعاليمه وخلاصة تجاربه عن الآداب إلى ابنه التي أصبحت اساسا لقواعد السلوك وأصول التربية ، و تناقلتها الاجيال حتى العصر اليوناني و الروماني . للمزيد ينظر : مهران ، المصدر نفسه ، ص ٢٣٣ .
- (٦٣) سعدالله، محمد علي ، تطور المثل العليا في مصر القديمة ، (الاسكندرية ، ١٩٨٩) ، ص٨٨ .

- (٦٤) خيتى : أحد ملوك الأسرة التاسعة ، كتب تعاليمه لابنه مر كارع ، والتي تضمنت مجموعة من القيم الاخلاقية ، للمزيد ينظر : مهراڻ ، المصدر السابق ، ص ص ٢٥٠-٢٥١؛ سعدالله ، المصدر السابق ، ص ص ١٥٤-١٥٧ ؛
- (٦٥) مهراڻ ، المصدر السابق ، ص ٢٥٦ .
- (٦٦) امنمويي : ترجع نصائحه الى الحقبة بين الاسرتين الواحدة والعشرين والثانية والعشرين ، وكتبت باسلوب أدبي شعري ممتع ، للمزيد ينظر : مهراڻ ، المصدر السابق ، ص ص ٢٦٦-٢٦٧ .
- (٦٧) المصدر نفسه ، ص ٢٧٣ .
- (٦٨) عاشور، عماد العظيڻ : صوامع الغلال في مصر والشرق الادنى القديم دراسة مقارنة/ المؤتمر الدولي الاول ،كلية الاثار /جامعة الفيوم ،٢٠١٤، ص ٤٢٢ .
- (٦٩) المصدر نفسه ، ص ٤٢٣ .
- (٧٠) المصدر نفسه، ص ٤٢٣ .
- (٧١) المصدر نفسه ، ص ٤٢٤ ، ص ٤٣٦ ، ينظر ايضا : الجبالي، هشام :الحياة الاجتماعية في مصر القديمة ،(المنيا، ٢٠١٠) ص ١٢١ . بونهيم وبفيرش ،المصدر السابق، ص ٢١٤ .
- (٧٢) عاشور ،المصدر نفسه ، ص ٤٢٨ .
- (٧٣) المصدر نفسه ، ص ٤٢٩ .
- (٧٤) المصدر نفسه ، ص ٤٢٩ .
- (٧٥) بتري، المصدر السابق ، ص ٢٤٧
- (٧٦) بتري، المصدر نفسه، ص ٢٧٣، حنا، عريان لبيب: الشخصية المصرية في مصر القديمة، (القاهرة. ٢٠٠٢) ، ص ٥٠ .
- (٧٧) بتري ، المصدر السابق ، ص ٢٤٦ ؛ فياض واديب ، المصدر السابق ، ص ٣٤ .
- (٧٨) القران الكريم ،،سورتيوسف، اية٤٧ .
- (٧٩) بتري ، المصدر السابق ، ص ٢٤٦ .
- (٨٠) المصدر نفسه، ص ٢٤٦ .