

هفت سین

خوان نوروزی که به هنگام سال گشت پهن می کنند. / برخی گفته اند: بنیاد آن هفت سین بوده است و شمع و شهد و شراب و شربت هم از آن بوده ولی این واژه ها تازی ست و در هفت سین پارسی جایی نداشته! / برخی از مردم در کنار هفت سین، هفت شین هم می اندازند. / یک نگره ی دیگر، هفت سین را هفت چین یا هفت چیدنی می داند و نگره ی دیگری هفت سبزه و سدیگر آن را هفت سینی می داند! / شماره ی هفت، آش و ورجاوند است و در دین ها جای گاه بالایی دارد؛ مانند هفت آسمان، هفت خوان رستم، هفت امشاسپندان و ...



پیش نهادهایی
برای خوان
نوروزی

هفت سین: ۱- سبزه، ۲- سپند، ۳- سپندار (=شمع)، ۴- ستر (=سکه)، ۵- سرکه، ۶- سماک، ۷- سمنو، ۸- سنجد، ۹- سیب و ۱۰- سیر

هفت شین: شب افروز (=شمع)، ۱۱- شان، ۱۲- شایه (میوه)، ۱۳- شیرینی، ۱۴- شاه نامه، ۱۵- شیر، ۱۶- شکر، ۱۷- شاهبو (=عود)، ۱۸- شب چره (آجیل)

در کنار: ۱۹- ماهی، ۲۰- نسک (=کتاب)، ۲۱- آینه، ۲۲- انار، ۲۳- تخم مرغ، ۲۴- آروسک خواجه پیروز، ۲۵- نارنج و ۲۶- نان

سبزه
سپند
سپندار
ستر

سبزه از گندم یا جو درست می شود که خوراک آدمی ست و هم نماد خجستگی و فزونی، شادی و سرسبزی. / سه سبزه به نشانه ی گفتار نیک، کردار نیک و اندیشه ی نیک در خوان می گذارند.

اسپند / به چم [مقدس] / زداینده ی چشم بد و رشگ و روز
شمع، شب افروز {برای هفت شین!} / نماد روشنایی و تابش آتش
سکه / نماد خجستگی و سرشاری کیسه

- سرکه** / برای پاکیزگی و گندزدایی / گسارش (=مصرف) گونه‌های سرکه هم‌چون سرکه‌ی انگورِ سرخ یا سرکه‌ی سیب با ویژگی‌هایی چون پایین آوردن زیان‌های چربی گساریده در تن و ویژگی پادچنگاری (=ضد سرطانی) به هرسان شدن، به‌ویژه در تُرشی‌ها و سبزیانه (=سالاد) سپارش می‌شود.
- سماک** / به رنگ خورآمد (=طلوع) خورشید است و نماد آغاز دوباره / گسارش سماک هم‌راه کباب، افزون بر ویژگی‌های بی‌شمار، برای کاهش زیان‌های شاشه‌ی (=urea) گوشت سپارش می‌شود.
- سمنو** سمنو از جوانه‌ی گندم درست می‌شود که نماد خوبی برای زایش و باروری گیاهان است. / آمدن سمنو با آرد جوانه‌ی گندم که سرشار از زیوین (=ویتامین "ای" و گونه‌های زیوین "ب" است و گسارش آن افزون بر فراهمش گرمه (=کالری) برای نگه‌داری جوانی، تن‌درستی هم‌واره سپارش می‌شود.
- سنجد** بوی و برگ و شکوفه‌ی درخت آن انگیزه‌ی دل‌باختگی است. / نمادی از زایش و بالندگی / سنجد میوه‌ی درخت کنار است. هنگامی که بارور می‌شود و بوی آن در هوا می‌پیچد انگیزاننده‌ی نیروی سوهشی (=احساسی) آدمی ست. برخی بر این باور اند که انگیزه‌ی دل‌باختگی آدمیان به یک‌دیگر می‌شود. / گسارش سنجد در پزشکی خوراک، در درمان بندآماس (=arthritis) سپارش می‌شود.
- سیب** نمادی از زایش و باروری و هم‌چنین دل‌باختگی / همه‌ی خوراک‌شناسان در سراسر گیتی، گسارش یک سیب در روز را نه تنها برای زدایش زهر، توان‌سازی دستگاه گوارش، فراهمیدن زیوین و نمک‌ها برای تن‌درستی و شادابی سپارش می‌کنند، بل که آنرا انگیزه‌ی بی‌نیازی به پزشک می‌پندارند.
- سیر** دارویی برای تن‌درستی / گسارش سیر افزون بر گندزدایی، برای کاهش زردابست (=cholesterol)، پیش‌گیری از سختگی سرخ‌رگان (=تصلب شرایین)، پای‌دار نگه‌داشتن فشار خون و تن‌درستی دل (=قلب) و رگ‌ها در سراسر گیتی سپارش می‌شود.

آجیل	نمادِ خجستگی و بالندگی
آینه	شید و روشنایی را می‌تاباند / نمادِ به‌خویشتن نگریستن
انار	از درختان ورجاوند از بهرِ رنگِ سبزِ تندِ برگ‌ها و هم‌چنین گل و غنچه‌ی آن که مانند آتش‌دان است / پُردانگیِ انار نمادِ خجستگی و باروری‌ست.
تخم مرغ	نمادی از زهک (=نطفه) و نژاد
خواجه‌پیروز	حاجی‌فیروز / به‌سانِ آروسک در خوانِ هفت‌سین گذاشته می‌شود.
شایه	میوه / نمادِ بالش و باروری
شیرینی	شیرین‌کامی در روزهای سال
ماهی	در آب که نشانه‌ی روشنیِ دل است که نمادِ ایزدبانویِ نیرومندِ آب‌ها اناهیتا می‌باشد که جای‌گاه بسیار والا در ایزدانِ ایرانِ باستان دارد. اناهیتا ایزدبانویِ دل‌باختگی، باروری، آب و پیروزمندی است. / نشانه‌ی تازگی، شادابی و تکاپو / ماهی از آن روی که با آب در پیوند است، پدیده‌ای خجسته و بشگون و اهورایی شمرده می‌شود و به نشانِ مروا در خوانِ نوروزی نهاده می‌آید. از سوی دیگر شاید بتوان این نشانه را هم مانند دیگر نشانه‌ها و نمادهایی که در خوانِ نوروزی یا هفت‌سین می‌بینیم، در پیوند با ستایشِ روشنایی و خورشید دانست.
نارنج	نارنجِ شناور در میانِ آب نمادِ زمین بر رویِ آب است. در میتخت (=myth) آفرینش آمده است که پروردگار آب را آفرید سپس خدای‌گاه خود را بر آن بنیاد نهاد.
نان	نمادِ روزی
نسک	کتاب / مسلمانان قرآن می‌گذارند و زرتشتیان اوستا، برخی از مردم نیز در کنارِ نسکِ ورجاوند، دیوانِ حافظ و شاه‌نامه‌ی فردوسی نیز می‌گذارند. / نمادِ یادِ خدا

بن مایه‌ها:

لغت‌نامه‌ی دهخدا؛ نگارشِ نرم‌افزاری

فرهنگ آریان‌پور؛ نگارشِ نرم‌افزاری

واژه‌یاب؛ فرهنگِ برابرهایِ پارسیِ واژه‌هایِ بیگانه، ابوالقاسمِ پرتو، پخشِ اساطیر، چاپِ ۱۳۷۷

<http://www.bbc.co.uk/persian>

<http://youkated.blogspot.com>

<http://www.chn.ir>

<http://www.shahedy.com>

<http://www.tebyan.net>