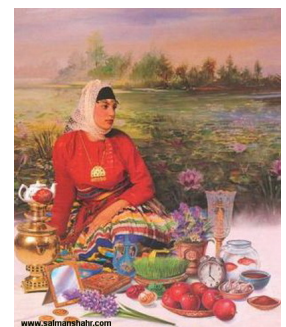




نوروز برابر با یکم فروردین ماه (روزشمار خورشیدی)، جشن آغاز سال و یکی از کهن‌ترین جشن‌های به جا مانده از دوران باستان است. خاستگاه نوروز در ایران باستان می باشد و هنوز مردم مناطق مختلف فلات ایران نوروز را جشن می‌گیرند. امروزه زمان برگزاری نوروز، در آغاز فصل بهار است. نوروز در ایران و افغانستان آغاز سال نو محسوب می‌شود و در برخی دیگر از کشورها تعطیل رسمی است.

بنا به پیشنهاد جمهوری آذربایجان، مجمع عمومی سازمان ملل در نشست ۴ اسفند ۱۳۸۸ (۲۳ فوریه ۲۰۱۰) ۲۱ ماه مارس را به‌عنوان روز جهانی عید نوروز، با ریشه ایرانی به رسمیت شناخت و آن را در تقویم خود جای داد. در متن به تصویب رسیده در مجمع عمومی سازمان ملل، نوروز، جشنی با ریشه ایرانی که قدمتی بیش از ۳ هزار سال دارد و امروزه بیش از ۳۰۰ میلیون نفر آن را جشن می‌گیرند توصیف شده است.



پیش از آن در تاریخ ۸ مهر ۱۳۸۸ خورشیدی، نوروز توسط سازمان علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد، به عنوان میراث غیر ملموس جهانی، به ثبت جهانی رسیده بود. در ۷ فروردین ۱۳۸۹ نخستین دوره جشن جهانی نوروز در تهران برگزار شد و این شهر به عنوان «دبیرخانه نوروز» شناخته شد.

زمان نوروز جشن نوروز از لحظه اعتدال بهاری آغاز می‌شود. در دانش ستاره‌شناسی، اعتدال بهاری یا اعتدال ربیعی در نیم‌کره شمالی زمین به لحظه‌ای گفته می‌شود که خورشید از صفحه استوای زمین می‌گذرد و به سوی شمال آسمان می‌رود. این لحظه، لحظه اول برج حمل نامیده می‌شود، و در تقویم هجری خورشیدی با نخستین روز (هرمز روز یا اورمزد روز) از ماه فروردین برابر است. نوروز در تقویم میلادی با ۲۰، ۲۱ یا ۲۲ مارس مطابقت دارد.

در کشورهایمانند ایران و افغانستان که تقویم هجری شمسی به کار برده می‌شود، نوروز، روز آغاز سال نو است. اما در کشورهای آسیای میانه و قفقاز، تقویم میلادی متداول است و نوروز به عنوان آغاز فصل بهار جشن گرفته می‌شود و روز آغاز سال محسوب نمی‌شود.

واژه نوروز یک اسم مرکب است که از ترکیب دو واژه فارسی «نو» (تازه - جدید. اکنون) و «روز» (رویز-روز-روز در فارسی میانه به چم خورشید و آفتاب هم بکار می‌رفته امروز معادل the day) به وجود آمده است. امروزه در فارسی این نام در دو معنی به کار می‌رود:

۱) نوروز عام: روز آغاز اعتدال بهاری (برابری شب و روز) و آغاز سال نو

۲) نوروز خاص: روز ششم فروردین با نام «روز خرداد»

ایرانیان بلستان از نوروز به عنوان ناوا سردا یعنی سال نو یاد می‌کردند. مردمان ایرانی آسیای میانه نیز در زمان سغدیان و خوارزمشاهیان، نوروز را نوسارد و نوسارجی به معنای سال نو می‌نامیدند.

واژه نوروز در الفبای لاتین در متن‌های گوناگون لاتین، بخش نخست واژه نوروز با املای Nov, Now, No

و

New Naw

و بخش دوم آن با املای

Ruz

,

Roos

و

Rouz

نویشته شده است. در برخی از مواقع این دو بخش پشت سر هم و در برخی با فاصله نوشته می‌شوند. در تلفظ خراسانی و فارسی میانه آنرا به شکل Newrouz نیروز تلفظ می‌کرده‌اند که بسیار شبیه به نیوروز است و ترجمه آن می‌شود روز جدیدیا همان اولین روز سال نو.

اما به باور احسان یارشاطر بنیان‌گذار دانشنامه ایرانیکا، نگارش این واژه در المفیای لاتین با توجه به قواعد آواشناسی، به شکل NOWRUZ توصیه می‌شود. این شکل از املای واژه نوروز، هم‌اکنون در نوشته‌های یونسکو و بسیاری از متون سیاسی به کار می‌رود.

پیشینه منشأ و زمان پیدایش نوروز، به درستی معلوم نیست. در برخی از متن‌های کهن ایران از جمله شاهنامه فردوسی و تاریخ طبری، جمشید و در برخی دیگر از متن‌ها، کیومرث به عنوان پایه‌گذار نوروز معرفی شده‌است. پدید آوری نوروز در شاهنامه، بدین گونه روایت شده‌است که جمشید در حال گذشتن از آذربایجان، دستور داد تا در آنجا برای او تختی بگذارند و خودش با تاجی زرین بر روی تخت نشست. با رسیدن نور خورشید به تاج زرین او، جهان نورانی شد و مردم شادمانی کردند و آن روز را روز نو نامیدند.

برخی از روایت‌های تاریخی، آغاز نوروز را به بابلیان نسبت می‌دهد. بر طبق این روایت‌ها، رواج نوروز در ایران به ۵۳۸ سال قبل از میلاد یعنی زمان حمله کوریش بزرگ به بابل بازمی‌گردد. همچنین در برخی از روایت‌ها، از زرتشت به عنوان بنیان‌گذار نوروز نام برده شده‌است. اما در اوستا (دست کم در گاتها) نامی از نوروز برده نشده‌است.



## نوروز در زمان سلسله هخامنشیان :

کوریوش دوم بنیان‌گذار هخامنشیان، نوروز را در سال ۵۳۸ قبل از میلاد، جشن ملی اعلام کرد. وی در این روز برنامه‌هایی برای ترفیع سربازان، پاکسازی مکان‌های همگانی و خانه‌های شخصی و بخشش محکومان اجرا می‌نمود. این آیین‌ها در زمان دیگر پادشاهان هخامنشی نیز برگزار می‌شده است. در زمان داریوش یکم، مراسم نوروز در تخت جمشید برگزار می‌شد. البته در سنگ‌نوشته‌های به جا مانده از دوران هخامنشیان، به طور مستقیم اشاره‌ای به برگزاری نوروز نشده است. اما بررسی‌ها بر روی این سنگ‌نوشته‌ها نشان می‌دهد که مردم در دوران هخامنشیان با جشن‌های نوروز آشنا بوده‌اند، و هخامنشیان نوروز را با شکوه و بزرگی جشن می‌گرفته‌اند. شواهد نشان می‌دهد داریوش اول هخامنشی، به مناسبت نوروز در سال ۴۱۶ قبل از میلاد سکه‌ای از جنس طلا ضرب نمود که در یک سوی آن سربازی در حال تیراندازی نشان داده شده است.

در دوران هخامنشی، جشن نوروز در بازه‌ای زمانی میان ۲۱ اسفند تا ۱۹ اردیبهشت برگزار می‌شده است.

## نوروز در زمان اشکانیان و ساسانیان :

در زمان اشکانیان و ساسانیان نیز نوروز گرامی داشته می‌شد. در این دوران، جشن‌های متعددی در طول یک سال برگزار می‌شد که مهمترین آنها نوروز و مهرگان بود. برگزاری جشن نوروز در دوران ساسانیان چند روز (دست کم شش روز) طول می‌کشید و به دو دوره نوروز کوچک و نوروز بزرگ تقسیم می‌شد. نوروز کوچک یا نوروز عامه به مدت پنج روز، از یکم تا پنجم فروردین گرامی داشته می‌شد و روز ششم فروردین (خردادروز)، جشن نوروز بزرگ یا نوروز خاصه برپا می‌شد. در هر یک از روزهای نوروز عامه، طبقه‌ای از طبقات مردم (دهقانان، روحانیان، سپاهیان، پیشه‌وران و اشراف) به دیدار شاه می‌آمدند و شاه به سخنان آنها گوش می‌داد و برای حل مشکلات آنها دستور صادر می‌کرد. در روز ششم، شاه حق طبقات گوناگون مردم را ادا کرده بود و در این روز، تنها نزدیکان شاه به حضور وی می‌آمدند.

شواهدی وجود دارد که در دوران ساسانی سال‌های کیبسه رعایت نمی‌شده است. بنابراین نوروز هر چهار سال، یک روز از موعد اصلی خود (آغاز برج حمل) عقب می‌ماند و در نتیجه زمان نوروز در این دوران همواره ثابت نبود و در فصل‌های گوناگون سال جاری بود.

اردشیر بابکان، بنیان‌گذار سلسله ساسانیان، در سال ۲۳۰ میلادی از دولت روم که از وی شکست خورده بود، خواست که نوروز را در این کشور به رسمیت بشناسند. این درخواست مورد پذیرش سنا روم قرار گرفت و نوروز در قلمرو روم به Lupercal معروف شد.



در دوران ساسانیان، ۲۵ روز پیش از آغاز بهار، در دوازده ستون که از خشت خام برپا می‌کردند، انواع حبوبات و غلات (برنج، گندم، جو، نخود، ارزن، و لوبیا) را می‌کاشتند و تا روز شانزدهم فروردین آنها را جمع نمی‌کردند. هر کدام از این گیاهان که بارورتر شود، در آن سال محصول بهتری خواهد داد. در این دوران همچنین متداول بود که در بامداد نوروز، مردم به یکدیگر آب بپاشند. از زمان هرمز اول مرسوم شد که مردم در شب نوروز آتش روشن نمایند. همچنین از زمان هرمز دوم، رسم دادن سکه در نوروز به عنوان عیدی متداول شد.

### نوروز پس از اسلام

نقشی از جشن چهارشنبه سوری در عمارت چهل ستون از برگزاری آیین‌های نوروز در زمان امویان نشان‌دهنده در دست نیست و در زمان عباسیان نیز به نظر می‌رسد که خلفا گاهی برای پذیرش هدایای مردمی، از نوروز استقبال می‌کرده‌اند. با روی کار آمدن سلسله‌های سامانیان و آل بویه، جشن نوروز با گستردگی بیشتری برگزار شد.

در دوران سلجوقیان، به دستور جلال‌الدین ملک‌شاه سلجوقی تعدادی از ستاره شناسان ایرانی از جمله خیام برای بهتری سازی گاهشمار ایرانی گرد هم آمدند. این گروه، نوروز را در یکم بهار (ورود آفتاب به برج حمل) قرار دادند و جایگاه آن را ثابت نمودند. بر اساس این گاهشمار که به تقویم جلالی معروف شد، برای ثابت ماندن نوروز در آغاز بهار، مقرر شد که حدوداً هر چهار سال یک‌بار (گاهی هر پنج سال یک بار)، تعداد روزهای سال را به جای ۳۶۵ روز برابر با ۳۶۶ روز در نظر بگیرند. این گاهشمار از سال ۳۹۲ هجری آغاز شد.

نوروز در دوران صفویان نیز برگزار می‌شد. در سال ۱۵۹۷ میلادی، شاه عباس صفوی مراسم نوروز را در عمارت نقش جهان اصفهان برگزار نمود و این شهر را پایتخت همیشگی ایران اعلام نمود.

## نوروز از دیدگاه اسلام و تشیع نوشتار اصلی: نوروز در تشیع

در اسلام و به ویژه آیین تشیع به نوروز به عنوان روزی خجسته نگاه شده است و بر گرامی دانستن آن تأکید شده است. از دیدگاه شیعه، نوروز روز ظهور امام زمان است. در حدیثی از امام صادق آمده است:

«روز نوروز همان روزی است که خداوند در آن از بندگانش پیمان گرفت که او را پرستش کنند و هیچ چیزی را شریک او ندانند و این که به پیامبران و اولیایش ایمان بیاورند و آن نخستین روزی است که خورشید در آن طلوع کرده، و بادهای باردار کننده در آن وزیده است و گلها و شکوفه های زمین آفریده شده است. و آن روزیست که کشتی نوح(ع) به کوه جودی قرار گرفت. و آن روزی است که در آن قومی که از ترس مرگ از خانه های خود بیرون آمدند و آنها هزارها نفر بودند پس خداوند آنها را بمیراند و سپس آنها را در این روز زنده کرد. و آن روزیست که جبرئیل بر پیامبر (ص) فرود آمد. و آن همان روزیست که ابراهیم(ع) بتهای قوم خود را شکست. و آن همان روزیست که پیغمبر خدا، امیرالمومنین علی(ع) را بر دوش خود سوار کرد تا بتهای قریش را از بالای خانه خدا به پائین انداخت و آنها را خرد کرد...»



نوروز به عنوان یک میراث فرهنگی در دوران معاصر همواره مورد توجه مردم قرار داشته و هر ساله برگزار می‌شود. البته برگزاری جشن نوروز به صورت آشکار در برخی از کشورها توسط برخی حکومت‌ها برای مدت زمانی ممنوع بوده است. حکومت شوروی برگزاری جشن نوروز را در برخی از کشورهای آسیای میانه مانند ترکمنستان، قرقیزستان و تاجیکستان ممنوع کرده بود و این ممنوعیت تا زمان میخائیل گورباچف ادامه داشت.

با این وجود، مردم این مناطق نوروز را به گونه پنهانی و یا در روستاها جشن می‌گرفته‌اند. همچنین برخی از مردم این مناطق برای جلب موافقت مقامات محلی نام دیگری بر روی نوروز می‌گذاشتند؛ به طور مثال در تاجیکستان، مردم با اطلاق جشن لاله یا جشن ۸ مارس سعی می‌کردند که آیین‌های نوروز را بی مخالفت مقامات دولتی به جای آورند. همچنین در افغانستان، در دوران حکومت طالبان، برگزاری جشن نوروز ممنوع بود و این حکومت تنها تقویم هجری قمری را به رسمیت می‌شناخت.

بهارانه گویندگان ایرانی از دیرباز تاکنون در وصف نوروز و جشن فروردین که همراه مواهب گرانبهای طبیعت و هنگام تجدید عهد نشاط و شادمانی است، داد سخن داده‌اند و ما در ذیل به برخی از لطایف اشعار پارسی در این موضوع اشارت می‌کنیم:

نوروز فراز آمد و عیدش به اثر بر      نزد یکدگر و هر دو زده یک بدگر بر

نوروز جهان پرور مانده ز دهاقین      دهقان جهان دیده‌اش پرورده بپر بر

آن زیور شاهانه که خورشید برو بست      آورد همی خواهد بستن به شجر بر

و هم او در قصیده دیگر چنین گوید:

نوروز بزرگ آمد آرایش عالم      میراث به نزدیک ملوک عجم از جم...

فرخی ترجیع بند مشهوری در وصف نوروز دارد که بند اول آن چنین است:

ز باغ ای باغبان ما را همی بوی بهار آید      کلید باغ ما را نه که فردامان به کار آید

کلید باغ را فردا هزاران خواستار آید      تو لختی صبر کن چندان که قمری بر چنار آید

چو اندر باغ تو بلبل به دیدار بهار آید      ترا مهمان ناخوانده به روزی صد هزار آید

کنون گر گلبنی را پنج شش گل در شمار آید      چنان دانی که هرکس را همی زو بوی یار آید

بهار امسال پندار همی خویشتر ز یار آید      وزین خویشتر شود فردا که خسرو از شکار آید

بدین شایستگی جشنی بدین بایستگی روزی      ملک را در جهان هر روز جشنی داد و نوروزی

منوچهری مسمطی در نوروز ساخته که بند اول آن این است:

آمد نوروز هم از بامداد      آمدنش فرخ و فرخنده باد

باز جهان خرم و خوب ایستاد      مرد زمستان و بهاران بزاد

ز ابر سیه روی سمن بوی راد      گیتی گردید چو دارالمقرار

هم او در مسمط دیگر گفته:



نوروز بزرگم بزنی ای مطرب نوروز      زیرا که بود نوبت نوروز به نوروز

برزن غزلی نغز و دلانگیز و دلفروز      ور نیست ترا بشنو از مرغ نوآموز

کاین فاخته زان کوز و دگر فاخته زانکوز      بر قافیه خوب همی خواند اشعار

بوالفرج رونی گوید:

جشن فرخنده فروردین است      روز بازار گل و نسرين است

آب چون آتش عود افروزست      باد چون خلک عبیر آگین است

باغ پیراسته گلزار بهشت      گلین آراسته حورالمعین است

مسعود سعد سلمان از عید مزبور چنین یاد کند:

رسید عید و من از روی حور دلبر دور      چگونه باشم بی روی آن بهشتی حور

رسید عید همایون شها به خدمت تو      نهاده پیش تو هدیه نشاط لهو و سرور

برسم عید شها باده مروق نوش      به لحن بریط و چنگ و چغانه و طنبور

جمال‌الدین عبدالرزاق گفته:

اینک اینک نوبهار آورد بیرون لشکری      هریکی چون نوعروسی در دگرگون زیوری

گر تماشا می کنی برخیز کاندرا باغ هست      باد چون مشاطه ای و باغ چون لعبت گری

عرض لشکر می دهد نوروز و ایرش عارض است      وز گل و زرگس مر او را چون ستاره لشکری

حافظ در غزلی گفته:

ز کوی یار می آید نسیم باد نوروزی      از این باد ار مدد خواهی چراغ دل برافروزی

چو گل گر خرده ای داری خدا را صرف عشرت کن      که قارون را غلطها داد سودای زراندوزی

ز جام گل دگر بلبل چنان مست می لعلست      که زد بر چرخ فیروزه صغیر تخت فیروزی

به صحرا رو که از دامن غبار غم بیفشانی      به گلزار آی کز بلبل غزل گفتن بیاموزی

هاتف در قصیده ای گوید:

نسیم صبح عنبر بیز شد بر توده غبرا      زمین سبز نسرين خیز شد چون گنبد خضرا

ز فیض ابر آزاری زمین مرده شد زنده      ز لطف باد نوروزی جهان پیر شد برنا

بگرد سرو گرم پرفشانی قمری نالمان      به پای گل به کار جان سپاری بلبل شیدا...

همایون روز نوروز است امروز و بیفروزی بر اورنگ خلافت کرده شاه لافتی ماوی

قآنی در قصیده‌ای به وصف نخستین روز بهار گوید:

رساند باد صبا مژده بهار امروز ز توبه توبه نمودم هزار بار امروز

هوا بساط زمرد فکند در صحرا بیا که وقت نشاطست و روز کار امروز

سحاب بر سر اطفال بوستان بارد به جای قطره همی در شاهوار امروز

رسد به گوش دل این مژده‌ام ز هاتف غیب که گشت شیر خداوند شهریار امروز

منطقه‌ای که در آن جشن نوروز برگزار می‌شود، امروزه شامل چند کشور می‌شود و همچنان در این کشورها جشن گرفته می‌شود. برخی آیین‌های نوروز در این کشورها با هم متفاوت‌اند. مثلاً در افغانستان سفره هفت میوه می‌چینند؛ اما در ایران سفره هفت سین می‌اندازند.



جغرافیای نوروز با نام نوروز یا مشابه آن، سراسر خاورمیانه، بالکان، قزاقستان، تاتاریستان، در آسیای میانه چین غربی (ترکستان چین)، سودان، زنگبار، در آسیای کوچک سراسر قفقاز تا آستراخان و نیز آمریکای شمالی، هندوستان، پاکستان، بنگلادش، بوتان، نیپال و تبت را شامل می‌شود.

همچنین کشورهایمانند مصر و چین جزو سرزمین‌هایی نیستند که در آنها نوروز جشن گرفته می‌شد، اما امروزه جشن‌هایی مشابه جشن نوروز در این کشورها برگزار می‌شود.

در تاریخ ۳۰ مارس ۲۰۰۹ [۲۳] (۱۰ فروردین ۱۳۸۸)، پارلمان فدرال کانادا، اولین روز بهار هر سال را به عنوان نوروز (Nowruz Day)، عید ملی ایرانیان و بسیاری اقوام دیگر نامگذاری کرد.

در تاریخ ۲۴ فوریه ۲۰۱۰ سازمان ملل متحد با تصویب یک قطعنامه در مقر سازمان در نیویورک، عید نوروز را به عنوان روز بین‌المللی نوروز و فرهنگ صلح در جهان به رسمیت شناخت.

نوروز در کشورها ایران • افغانستان • تاجیکستان • ترکمنستان • عراق • ترکیه • سوریه • لبنان • جمهوری آذربایجان • ازبکستان • قرقیزستان • قزاقستان • پاکستان

کشورهایی که جشنی مشابه نوروز دارند ارمنستان • مصر • چین • زنگبار

خانه‌تکانی:

خانه‌تکانی یکی از آیین‌های نوروزی است که مردم بیشتر مناطقی که نوروز را جشن می‌گیرند به آن پایبندند. در این آیین، تمام خانه و وسایل آن در آستانه نوروز گردگیری، شستشو و تمیز می‌شوند این آیین در کشورهای مختلف از جمله ایران، تاجیکستان و افغانستان برگزار می‌شود.

آتش‌افروزی

برگزاری مراسم آتش‌افروزی در میان کردها در شهر استانبول، ترکیه رسم افروختن آتش، از زمان‌های کهن در مناطق نوروز متداول شده است. در ایران، جمهوری آذربایجان و بخش‌هایی از افغانستان، این

رسم به صورت روشن کردن آتش در شب آخرین چهارشنبه سال متداول است. این مراسم چهارشنبه سوری نام دارد. پریدن از روی آتش در ایام نوروز در ترکمنستان نیز رایج است.

همچنین رسم افروختن آتش در بامداد نوروز بر پشت بامها در میان برخی از زرتشتیان (از جمله در برخی از روستاهای یزد در ایران) مرسوم است.

سفره‌های نوروزی :

سفره هفت سین از سفره‌های نوروزی است که در ایران، جمهوری آذربایجان و برخی از نقاط افغانستان رایج است.

سفره هفت سین در ایستگاه راه آهن تهران - نوروز ۱۳۹۰ سفره‌های نوروزی یکی از آیین‌های مشترک در مراسم نوروز در بین مردمی است که نوروز را جشن می‌گیرند. در بسیاری از نقاط ایران، جمهوری آذربایجان و برخی از نقاط افغانستان، سفره هفت سین پهن می‌شود. در این سفره هفت چیز قرار می‌گیرد که با حرف سین آغاز شده باشد؛ مثل سیر، سنجد، سمنو، سیب و ... به هفت سینی که چیده می‌شود معانی خاصی نسبت داده‌اند.



مثلاً سیب را نماد زیبایی و تندرستی، سنجد را نماد عشق و محبت، و سکه را رزق و روزی گفته‌اند. سفره نوروز از زمانهای کهن بوده اما به این صورت بوده است که سفره ای را پهن می کردند و در بشقابهای سفالی و یا فلزی انواع آجیل‌های خشک شده مانند توت خشک - برگه خشک شده زردآلو و هلو و پختیک (پخته شده و خشک شده لبو) و عسل و سر شیر خشک شده، کلوچه، گهگ (کیک) قطاب و نان سرموکی و ... می گذاشتند تخم مرغ رنگ شده حتما در سفره وجود داشت.

در این سفره بعضی چیزها فقط جنبه زیبایی داشت مانند تخم مرغ و آیینه ولی سایر چیزها برای خوردن و پذیرایی میهمانان بودو هر زمان که تمام می شد بلافاصله صاحبخانه ظروف را مجدد برای میهمانان جدید پر می کرد. اما اینکه هفت چیز با نام سین باشد پدیده جدیدی است به نظر می‌رسد گذاشتن هفت جزء آغازشونده با حرف سین در سفره نوروزی پدیده‌ای است که در اواخر دوره قاجار رایج شده و پیشینه تاریخی ندارد، بلکه توسط رسانه‌ها فراگیر شده است. ضمناً مردم قبل از نوروز به حمام می رفتند و شلوغ ترین روزهای سال گرمابه ها چند روز سال نو بود گرمابه که معمولاً با چوب و هیزم در (گرخانه) Or khaneh

یا آتش خانه آب حمام را گرم می کرد حتما یک نخیره خاص چوب و هیزم را برای روزهای نوروز نخیره می کرد. شب نوروز همه پلو یا چلو خورش می خوردند بسیاری از خانواده ها سالی فقط یکبار می توانستن چلو خورش بخورند و انهم شب نوروز بود. از این پلو برای فقرا، سلمانی (آرایشگر) و حمامی (مسئول آتش حمام) و برای کدخدای هر محل هم پیشکش می بردند.

پهن کردن سفره نوروزی در ایران آداب و رسوم خاصی دارد و روی سفره اجزای دیگری به ویژه آینه، شمع، و آب نیز حضور دارند. از دیگر اجزای سفره امروزی می‌شود از ماهی و تخم مرغ رنگ شده یاد کرد.

در کابل و شهرهای شمالی افغانستان، سفره هفت میوه متداول است. در این سفره، هفت میوه قرار می‌گیرد، از جمله؛ کشمش سبز و سرخ، چارمغز، بادام، پسته، زردآلو و سنجد. چیدن سفره‌ای مشابه با استفاده از میوه خشک شده، در بین شیعیان پاکستان هم مرسوم است.

علاوه بر این، سفره هفت شین در میان زرتشتیان، و سفره هفت میم در برخی نقاط واقع در استان فارس در ایران متداول است. در جمهوری آذربایجان عدد هفت اهمیتی ندارد و بر روی سفره‌های نوروزی خود، آجیل قرار می‌دهند.

غذاهای نوروزی یکی از متداول‌ترین غذاهایی که به مناسبت نوروز پخته می‌شود، سمنو (سمنگ، سومنگ، سوملک، سمنی، سمنه) است. این غذا با استفاده از جوانه گندم تهیه می‌شود. در بیشتر کشورهای آسیای میانه و خاور میانه، این غذا طبخ می‌شود. در برخی از کشورها، پختن این غذا با آیین‌های خاصی همراه است. زنان و دختران در مناطق مختلف ایران، افغانستان، تاجیکستان، ترکمنستان و ازبکستان سمنو را به صورت دسته‌جمعی و گاه در طول شب می‌پزند و در هنگام پختن آن سرودهای مخصوصی می‌خوانند. برای نمونه در افغانستان در یکی از مشهورترین ترانه‌ها، این بیت به تکرار خوانده می‌شود:

## سمک در جوش ما کفچه زنیم

## دیگران در خواب ما دف چه زنیم

پختن غذاهای دیگر نیز در نوروز مرسوم است. به طور مثال در بخش‌هایی از ایران؛ سبزی پلو با ماهی در شب عید، در افغانستان سبزی چلو با ماهی، در ترکمنستان؛ نوروزنامه، در قزاقستان؛ اویقی آش، در بخارا؛ انواع سمبوسه پخته می‌شود. به طور کلی پختن غذاهای نوروزی در هر منطقه‌ای که نوروز جشن گرفته می‌شود مرسوم است و هر منطقه‌ای غذاها و شیرینی‌های مخصوص به خود را دارد.

دید و بازدید عید یا عید دیدنی یکی از سنت‌های نوروزی است که در بیشتر کشورهای که آن را جشن می‌گیرند، متداول است. در برخی از مناطق، یاد کردن از گذشتگان و حاضر شدن بر مزار آنان در نوروز نیز رایج است.

مسابقات ورزشی برگزاری مسابقات ورزشی عمومی در معابر شهری و روستایی، یکی دیگر از آیین‌هایی است که در برخی از کشورها به مناسبت نوروز برگزار می‌شود. در ترکمنستان، مردان و زنان ترکمن، بازی‌ها و سرگرمی‌های ویژه‌ای از جمله سوارکاری، کشتی، پریش برای گرفتن دستمال از بلندی و شطرنج برگزار می‌کنند. برپایی جنگ خروس و شاخ‌زنی قوچ‌ها از دیگر مراسمی است که در ترکمنستان برگزار می‌شود.

در استان‌های شمالی افغانستان نیز مسابقات بزکشی به مناسبت‌های مختلف از جمله نوروز برگزار می‌شود.

طبیعت‌گردی مردم ایران روز سیزدهم فروردین، به مکان‌های طبیعی مانند پارک‌ها، باغ‌ها، جنگل‌ها و مناطق خارج از شهر می‌روند. این مراسم سیزده‌به‌در نام دارد. از کارهای رایج در این جشن، گره زدن سبزه و گفتن دروغ سبزه است. مراسم سیزده‌به‌در در مناطق غربی افغانستان از جمله شهر هرات نیز برگزار می‌شود. با وجودی که روز سیزدهم فروردین در کشور افغانستان جزو تعطیلات رسمی نیست، اما مردم این مناطق برای گردش در طبیعت، عملاً کسب و کار خود را تعطیل می‌کنند. مردم این منطقه همچنین اولین چهارشنبه سال را نیز با گردش در طبیعت سپری می‌کنند.

علاوه بر این، ساکنان کابل در افغانستان، در طول دو هفته اول سال برای گردش به همراه خانواده به مناطقی که در آنها گل ارغوان می‌روید، می‌روند.

یکی دیگر از آیین‌های نوروز که در آسیای میانه و کشور تاجیکستان مرسوم است، مراسم گل‌گردانی و بلبل‌خوانی است. گل‌گردان‌ها از دره و تپه و دامنه کوه‌ها، گل چیده و اهل دهستان خود را از پایان یافتن

زمستان و فرا رسیدن عروس سال و آغاز کشت و کار بهاری و آمدن نوروز مژده می‌دهند.

## نوروز خوانی

نوروز خوانی یا بهار خوانی یا نوروزی، گونه‌ای از آواز خوانی است که در گذشته در ایران رواج داشته است. در حال حاضر رواج این گونه آواز خوانی بیشتر در استان‌های مازندران و گیلان است. در نوروز خوانی افرادی که به آن‌ها نوروز خوان گفته می‌شود پیش از آغاز فصل بهار به صورت دوره‌گردی به شهرها و روستاهای مختلف می‌روند و اشعاری در مدح بهار یا با ذکر مفاهیم مذهبی به صورت بداهه یا از روی حافظه می‌خوانند. این اشعار اکثراً به زبان‌های طبری و گیلکی می‌باشد. این اشعار بیشتر بصورت ترجیع بند بوده و توسط یک یا چند شخص همزمان خوانده می‌شود.

## جشن جهانی نوروز

در ۷ فروردین ۱۳۸۹ نخستین دوره جشن جهانی نوروز در تهران برگزار شد و این شهر به عنوان «دبیرخانه نوروز» شناخته شد. در این جشن، سران کشورهای که نوروز را جشن می‌گیرند گرد هم می‌آیند و این آیین باستانی را گرامی می‌دارند. هر ساله یکی از این کشورها، میزبان جشن جهانی نوروز است.

## روز جهانی نوروز

مجمع عمومی سازمان ملل متحد در تاریخ سه شنبه ۴ اسفند ۱۳۸۸ برابر با ۲۳ فوریه ۲۰۱۰ با تصویب قطعنامه‌ای روز ۲۱ مارس برابر با ۱ فروردین را در چارچوب ماده ۴۹ و تحت عنوان فرهنگ صلح به عنوان روز جهانی نوروز به تصویب رسانده و در تقویم خود جای داد، طی این اقدام که برای نخستین بار در تاریخ این سازمان صورت گرفت، نوروز ایرانی به عنوان یک مناسبت بین‌المللی به رسمیت شناخته شد.