

## چه باید بخوریم؟

در روزمره، با این پرسش بسیار برخورد می‌کنیم. احتمالاً در تلویزیون یا شبکه‌های اجتماعی شنیده باشیم، یک کارشناس برای چاقی، یا یک پزشک برای جلوگیری از دیابت و بیماری‌های دیگر می‌گویند چه بخوریم، یا چه نخوریم؟ اما امسال، فراتر از مجموعه‌ی توصیه‌ها، دولت تصمیمی درباره‌ی خوردن و یا نخوردن ما گرفت. اما اشتباه نکنیم، دولت نگران سلامت جامعه نشده، و به فکر خیر و خوبی "جامعه" نیفتاده است. دولت، نقاب خود را کنار گذاشت و دیگر حتی برای حفظ ظاهر هم، "جامعه" را خطاب قرار نداد. این بار برای دولت سرمایه‌داران، خورد و خوراک طبقه‌ی کارگر و کارگران مزدی معضل شده بود.

### دولت سرمایه داری پیگیر مبارزه با چاقی

حوالی اسفند سال ۱۴۰۲ بود که در کشاکش اخبار تعیین حداقل دستمزد، اعلام شد که جدول جدید سبد معیشتی که مبنای تعیین حداقل دستمزد است، دچار تغییر شده است. بر این مبنای:

وزارت بهداشت در جدول جدید میزان نیاز روزانه به نان، برنج، گوشت قرمز، گوشت سفید، قند و شکر و میوه‌ها را کاهش داده، میزان نیاز روزانه به روغن‌های نباتی، سیب‌زمینی و سبزیجات را ثابت نگاه داشته، میزان نیاز روزانه به ماکارونی، تخم مرغ، حبوبات و لبنیات را افزایش داده اما در این جدول از سهم گروه آبزیان (ماهی و میگو) خبری نیست. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به نان برای هر نفر ۳۱۰ گرم بوده که در جدول جدید ارایه شده به شورای عالی کار، این عدد به ۲۹۰ گرم کاهش یافته است. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به برنج ۹۵ گرم بوده که در جدول جدید به ۷۰ گرم کاهش یافته. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به میوه‌ها ۲۸۰ گرم بوده که در جدول جدید به ۲۰۰ گرم کاهش یافته. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به گوشت قرمز ۳۸ گرم بوده که در جدول جدید به ۳۰ گرم کاهش یافته. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به گوشت سفید ۶۴ گرم بوده که در جدول جدید به ۶۰ گرم کاهش یافته. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به قند و شکر ۴۰ گرم بوده که در جدول جدید به ۳۵ گرم کاهش یافته. در جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به سیب‌زمینی ۷۰ گرم، میزان نیاز روزانه به سبزیجات ۳۰۰ گرم و میزان نیاز روزانه به روغن‌های نباتی ۳۵ گرم بوده که این سه قلم در جدول جدید ثابت مانده است. در جدول جدید وزارت بهداشت و در مقایسه با جدول سال ۱۳۹۱ میزان نیاز روزانه به ماکارونی از ۲۰ گرم به ۲۵ گرم، حبوبات از ۲۶ گرم به ۳۰ گرم، لبنیات از ۲۵۰ گرم به ۳۰۰ گرم و تخم مرغ از ۳۵ گرم به ۴۰ گرم افزایش یافته است. در جدول سال ۱۳۹۱ مجموع نیاز روزانه به ۱۳ قلم ماده غذایی ۱۵۶۳ گرم بوده که در جدول جدید به ۱۴۸۰ گرم کاهش یافته است.<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> محسن باقری در گفت‌وگو با «اعتماد» در توضیح تغییرات جدید در جدول «سبد غذایی»: <https://www.pishkhan.com/news/316547>

گویا نماینده وزارت بهداشت در جلسات اخیر شورای عالی کار گفته که به دلیل آمار بالای چاقی در کشور، میزان کالری مورد نیاز در این سبد غذایی کاهش یافته است. به گفته‌ی نماینده وزارت بهداشت:

این سبد را برای عموم مردم و جمعیت عمومی تنظیم کرده‌ایم و از آنجا که در کشورهای اروپایی، مصرف گوشت قرمز کاهش یافته، ما هم در سبد غذایی میزان گوشت قرمز را کاهش داده‌ایم.<sup>۲</sup>

پس دولت این گونه ادعای اروپایی کردن خوراک جامعه و کاهش آمار چاقی را در کشور دارد. اما دولت این جدول را نه برای عموم، نه برای همه و نه به عنوان دستورالعمل تغذیه برای کل جامعه، بلکه به عنوان یک دستورالعمل برای طبقه‌ای اعلام کرده که نباید بیش از میزان اعلامی مصرف کند. اما به محض گفته شدن این موارد وزارت بهداشت بیانیه‌ای رسمی صادر کرد و در بخشی از آن اعلام داشت:

وزارت بهداشت مرجع تعیین دستمزد کارگران نیست و هیچ‌گاه از وزارت بهداشت در خصوص سبد غذایی کارگران به عنوان مبنای تعیین دستمزد یا به هر عنوان دیگر استعلامی صورت نگرفته است. هدف از تدوین سبد غذایی مطلوب از سوی وزارت بهداشت، برنامه‌ریزی برای عرضه و توصیه سیاستی برای تولید غذاست نه مصرف آن.

وزارت بهداشت از دخالت در سبد معیشتی عقب کشید و نشان داد این حرف‌ها نه از سر مبنای علمی و تغذیه سالم، بلکه این تغییر سبد معیشتی، حمله‌ای مستقیم از سرمایه‌داران و نماینده‌ی دولت سرمایه‌داری یعنی وزیر کار بود. حمله‌ای برای پایین نگاه داشتن حداقل دستمزد برای طبقه کارگر. به نظر می‌رسد از نگاه سرمایه‌داران، گوشت و مرغ دیگر کالای مصرفی طبقه‌ی کارگر نیست و باید در اختیار طبقه‌ی سرمایه‌دار باشد. اما واقع‌بین باشیم، قضیه از بخل و همه‌چیزخواهی سرمایه‌داران عمیق‌تر است.

### چرا خوراک کارگران باید اندک شود؟

سرمایه‌داران نالان از این هستند که سود و بهره‌وری سرمایه در ایران پایین است و آنان نمی‌توانند سوددهی سرمایه خود را تضمین کنند؛ معتقدند افزایش دستمزد باعث لطمه به تولید و از آن سو ضرر دیدن خود کارگران می‌شود. اما این استدلال نخ‌نما هم، امسال جای خود را به بازتعیین ارقام ضروری برای کارگران داد. باید نکته‌ی جالبی در میان باشد که چرا این اتفاق افتاده است؟

می‌دانیم سرمایه به سرمایه‌ی بیش‌تر بدل نمی‌شود مگر زمانی که در قرارداد کار، در ازای نیروی کار کارگر که در مبادله یک روز کاری فروخته شده، پرداخت ارزش نیروی کار به‌تمامی صورت نپذیرد. اما چگونه این ارزش نیری کار را می‌توان محاسبه کرد؟ ساده بگوییم با بازتولید این نیروی کار؛ با شرایطی که کارگر بتواند نیروی کار خود را بازتولید کند. این میزان تاریخی و اجتماعی است؛ مثلاً بازتولید نیروی کار در قرن ۱۹ شامل داشتن گوشی تلفن همراه نمی‌شده و خوراک طبقه‌ی کارگر در

<sup>۲</sup> همان.

آن دوره بیش‌تر شامل غلات و سیب‌زمینی می‌شد. این میزان اجتماعی ساعت کاری که برای بازتولید نیاز بوده را تعیین می‌کند و مشخص می‌شود چه میزان از کار روزانه‌ی کارگر، پرداخت نشده مانده است.

برای سرمایه‌داران اما این ضروریات تاریخی و اجتماعی بازتولید نیروی کار طبقه‌ی کارگر، غیرقابل تحمل است و بورژوازی هرچه بیش‌تر تلاش می‌کند این تاریخ به نفع طبقه‌ی کارگر به‌پیش نرود. برای او، زیاد ساختن ارزش اضافی دستورالعمل حیاتی‌اش است.

امسال در شورای تعیین دستمزد همین مسئله مورد بحث قرار گرفت. نماینده‌ی سرمایه‌داران و نماینده‌ی دولت سرمایه‌داری در حال کاهش دادن ضروریات بازتولید نیروی کار کارگران هستند؛ قدم به قدم به محدوده‌های قرن ۱۹. از نظر سرمایه، کارگران هرچه کمتر بخورند و بتوانند همان روزکار را در اختیار سرمایه قرار دهند، ارزش اضافی بیش‌تری برای سرمایه متحقق شده است. پس مسئله ارزش اضافی سرمایه است، نه لطف سرمایه‌دار و نه چانه‌زنی برابر!

### چاقی و دستمزد

برگردیم به دولتِ نگرانِ چاقی در جامعه. شاید دولت سرمایه‌داری ایران این‌گونه القا کند که در حال بهبود معضل چاقی در جامعه است، اما چاقی در واقع، که در میان طبقه کارگر آن قدرها شایع هم نیست، بیش‌تر به کیفیت پایین تغذیه‌ی طبقه‌ی کارگر بازمی‌گردد. این که طبقه‌ی کارگر نیاز به مصرف انرژی بیش‌تری در طول روز داشته و در مقابل دسترسی کم‌تری به اقلام غذایی با کیفیت و ارزش غذایی بالا (که قیمت بالاتری دارد) دارد، اتفاقاً باعث کمبود مواد مغذی از جمله کمبودهای ویتامین‌ها و پروتئین‌ها در اکثریت طبقه‌ی کارگر می‌شود. از سوی دیگر شاید برای سبک زندگی «طبقه متوسطی» و طبقه‌ی سرمایه‌دار افزون بر کیفیت بالای تغذیه، نبود اضطراب و کیفیت بالای خواب و زمان زیاد برای ورزش عاملی برای کاهش چاقی باشد، اما همچنان در میان فرزندان طبقات فرادست جامعه، معضل چاقی بسیار بیش‌تر دیده می‌شود<sup>۳</sup>.

از این‌ها گذشته، از سبب معیشت طبقه‌ی کارگر فراتر از تغذیه، دسترسی به امکانات ورزشی به‌طور کامل حذف شده است، حذف هزینه‌های اجتماعی مانند توسعه و تعمیر ورزش همگانی، امکان‌پذیری تربیت بدنی رایگان طبقه‌ی کارگر و آزادسازی قیمت اماکن ورزشی عمومی و دسترس‌ناپذیر شدن کالاهای ورزشی، امکان ورزش را هر دم از طبقه‌ی کارگر دور و دورتر می‌سازد<sup>۴</sup>.

افزون بر تمام این نکات، امکان بازتولید نیروی کار با پایین نگاه داشتن دستمزد، برای طبقه‌ی کارگر عملاً ناممکن شده است و از همین رو امروز بیش از ۶۰ درصد از مزدبگیران در پی شغل دوم یا سوم برای گذران زندگی خود هستند<sup>۵</sup>. این امر با ایجاد

<sup>۳</sup>. یک نمونه از این بررسی را در کشور هند می‌توانید در زیر مشاهده کنید:

<https://www.downtoearth.org.in/news/health/middle-class-more-at-risk-of-obesity-says-study-51780>

<sup>۴</sup>. [isna.ir/xdLx2P](https://isna.ir/xdLx2P)

<sup>۵</sup>. <https://tn.ai/2971280>

اختلال در خواب، نبود زمان برای هرگونه فعالیت ورزشی را در کنار نبود دسترسی به مواد غذایی با کیفیت بالا به عاملی دو چندان برای زندگی ناسالم طبقه‌ی کارگر در سرمایه‌داری ایران بدل ساخته است.

## دستمزد ۱۴۰۳

تا اینجای کار، با چندین و چند تبصره، کمینه‌ی پایه‌ی حقوق در این سال، ۳۵ درصد افزایش یافت. این افزایش به‌روشنی نه نسبتی با تورم داشت و نه نسبتی با ضروریات معیشتی طبقه‌ی کارگر. هر چه بود یک بُرد دیگر برای سرمایه‌داران در بازی‌ای به حمایت دولت سرمایه‌داری بود که توانست برای سرمایه، بنیان بهتری از سال پیش برای ارزش‌افزایی سرمایه ایجاد کند؛ نهایتاً وزیر کار اعلام کرد:

قریب به ۷۰ درصد سبد معیشت مدنظر وزارت بهداشت را پوشش دادیم. [قانون] گفته حقوق کارگران با توجه به تورم باشد نگفته عین تورم باشد. ما باید در یک بازه زمانی چندساله این را به بالا برسانیم و ان‌شالله حقوق کارگران سال‌های بعد از تورم پیشی بگیرد.<sup>۶</sup>

پس نهایتاً با همه‌ی کش و قوس‌ها، دولت سبد معیشت را کوچک کرد؛ هم با کاهش میزان آن به ۷۰ درصد و هم با تناسب ندادن آن با تورم. واضح است که فشار بر طبقه‌ی کارگر در حال افزایش است و در سالی که مشارکت مردم در اقتصاد شعار می‌شود، دور از ذهن نیست با مشارکت «مردم»، خصوصی‌سازی‌ها، آزادسازی‌های قیمت و پولی‌سازی هر دم شدیدتر خدمات صورت پذیرد. به‌دست همان مردمی که بر خوراک‌شان هیچ حد و مرزی نیست ولی برای طبقه‌ی کارگر برنامه‌ی غذایی صادر می‌کنند؛ همان مردمی که حاصل دست‌رنج طبقه‌ی کارگر فربه‌ترشان می‌کند. همان‌طور که خوراک طبقه‌ی کارگر از بقیه‌ی «مردم» جداست و نزد دولت سبد معیشت و برنامه‌ی غذایی محدود و مخصوص به خودش را دارد، «مردم» سرمایه‌داران هم مردمی جدا هستند که دولت‌شان آن برنامه‌ی غذایی را تدوین می‌کند و سرمایه و ارزش‌افزایی آن را تضمین می‌کند؛ «مردم» همان سرمایه‌داران هستند علیه «طبقه‌ی کارگر».

<sup>۶</sup> . <https://www.entekhab.ir/003F54>