



# قدم اول

«قدم اول» نگاهی است مختصر به آنچه پیش روی شماست.

۳ «آیین» درباره آداب کشتی گیری است در خراسان شمالی؛ که کشتی با چوخه هنوز در آن جا رایج است.

اسفراین، زادگاه کشتی با چوخه و پایتخت این رشته در جهان است و گویی این ورزش باستانی که به عنوان میراث معنوی در فهرست آثار معنوی میراث فرهنگی به ثبت رسیده با پوست و خون اهالی این دیار عجین شده است.

۶ «سوغات» درباره سوغاتی خاص کرمانشاه است؛ شیرینی هایی کوچک با نقطه های سیاه روی آن. هر چند مغازه های پخت و توزیع نان برنجی از وسعت بالایی برخوردار نیستند اما تنوع در انجام کارها و مراحل پخت نان برنجی چنان ذوق مخاطب را بر می انگیزاند که به اندازه جهانگردی، کوله باری از تجربه را نصیب علاقه مندان می کند.

۸ «آداب» روایتی است از کپرنشین؛ زیستن در سازه هایی بومی که گویی درست از هزاره های پیشین تا روزگار ما آمده است.

کپر انواع مختلفی دارد که از میان آن ها می توان به «کنتوک»، «توپ رمشکی»، «بیضی» یا «کوتوک» اشاره کرد. یک کپر برای ایجاد سایه و گذاشتن وسایل خود در سایه و استراحت کردن به وجود می آید. سروان، سرباز، نیکشهر، دشتیاری و چابهار از جمله مناطقی است که کپرنشین های سیستان و بلوچستان در آن جا زندگی می کنند.

۱۲ «پیشه» شرح پیشه های است قدیمی در آبپخش بوشهر؛ پیشه ای که با جغرافیای آن خطه ارتباطی پیوسته دارد. حصیریافی به واسطه وجود نخلستان های وسیع در این منطقه از دیرباز در میان اهالی آن رواج داشته است. در گذشته بیشتر مردان به حصیریافی اشتغال داشتند اما امروزه این هنر با هنر نمایی زنان به رونق خود ادامه داده و مردان بیشتر به باغداری و رسیدگی به نخیلات اهتمام دارند.

۱۴ «تاریخ» شرح گشت و گذار در منطقه ای تاریخی است که البته طبیعتی دیدنی هم دارد. دره گنج نامه در ۵ کیلومتری جنوب غربی همدان و در دل کوهستان الوند قرار گرفته و از قدیم مسیر رسیدن به نهاوند، لرستان و فارس بوده است. داریوش یکم در این منطقه دو کتیبه تاریخی به خط میخی از خود به یادگار گذاشته تا تاریخ و طبیعت همدان در این نقطه با هم تلاقی کنند.

۱۶ «خیابان غذا» شرح یک غذای جنوبی است در شرق کشور. مصیبت جنگ هم نتوانسته آن ها را عوض کند. آن ها هنوز هم همان جنوبی های خونگرم هستند. شب های محله جنوبی های مشهد، شب های لهجه عربی است؛ شب های فلافل و سنبوسه.

# این گروه دوست داشتنی

## هدیه سادات میر مرتضوی

طبق مرض مهلکی که چند سال است به جانم افتاده، اسم و فامیل همکلاسی های قدیمی ام را در اینترنت می زنم. اسم وفامیل شاگرد اول کلاس اول دبیرستانمان را که توی اینترنت می زنم، تصویر یک خانم دکتر تمام عیار جلوی شیشه های عینکم خودنمایی می کند. پزشک متخصصی شده و جز این هم از او انتظار نمی رفت. به چهره جا افتاده و خطوط صورتش نگاه می کنم و با خودم می گویم واقعاً پزشکی برانده اش است. توی دلم دعا می کنم پزشک خوبی شده باشد. هم از لحاظ مهارت و هم خوش برخوردی که چقدر این دومی برای یک بیمار مهم و سرنوشت ساز است. این را یکی مثل من خوب می فهمد. کسی که زندگی و سرنوشتش با دکترها رقم خورده است از همان ب بسم الله.

اگر بخواهم درستش را بگویم باید بر اساس تکنیک داستانی، فلش بک بزنم به قبل از تولدم. آن روز که یک دکتر به مامان ۲۲ ساله هشدار داده بوده چون در زمان بارداری بدون اینکه از آن مطلع باشد عمل کرده و بیهوشی گرفته، بچه اش دیوانه به دنیا می آید. این طور شده که مامان، ۹ ماه تمام اشک ریخته در انتظار نوزادی که از نظر او به دنیا نیامده و مجبور بوده با وجود همه دیوانگی هایش او را بزرگ کند. حتماً متوجه شده اید که آن نوزاد دیوانه، من بودم که اگر دیوانه نبودم در این دنیای بی سر و ته و بزرگ میان این همه شغل های گوناگون، نویسندگی را انتخاب نمی کردم و می رفتم دنبال یک شغل دیگر.

به طور مثال مانند همکلاسی نازنینم سراغ همین حرفه پزشکی می رفتم که هم با کلاس است هم درآمدزا و نان و آب دار. هم یک چشمش را امروز باز می کنی یکی را فردا. هم می توانی کلی خاطرات خوب برای بیمارانت خلق کنی. اصلاً می توانی سرنوشت یک بچه آدمیزاد را عوض کنی و ناچای اش شوی؛ مثل نخستین ناجی کودکی خودم. همان دکتری که نه نامش را می دانم و نه نشانش را. یک دانشجوی پزشکی که در بیمارستان دولتی شلوغ، یک شب وسط تب شدیدی که در چهار سالگی به جانم افتاده بود و نفس هایم را تند کرده بود، متوجه آن صدای اضافی در قلمب شد و تشخیص داد بیماری دارم. تشخیص درستش سبب شد پایم به مطب دکتر منوچهر خدیوی در خیابان جهانبانی باز شود. دکتر پیر، مهربان و فربه ای که موهای یکدست صاف و سپید داشت و برخلاف بیشتر دکترهای آن سال ها با من که بیمار خردسالش بودم و در دنیای کودکانه ام از گوشی معاينه تا نوار قلب وحشت داشتم، شوخی می کرد و مهربان بود. دکتری که بعدها هرچه گشتم اثر و ردی از او در هیچ جا پیدا نکردم؛ ولی هنوز نسخه های دستنویسش و نخستین عکس های سیاه و سفید قلب کوچکم را در آن پاکت های ضخیم مقوایی از او به یادگار دارم.

یادم می آید اول راهنمایی بودم که از زبان سه نفر از همکلاسی هایم شنیدم تا به حال پایشان به مطب هیچ دکتری باز نشده و هیچ وقت آزمایش خون نداده اند. حرفشان خیلی برایم غریب بود. چقدر دنیایشان تفاوت داشت با دنیای من که حتی برخلاف خیلی ها، بوی بیمارستان و محلول های ضد عفونی اش را دوست داشتم؛ چون برایم حس آشنایی داشت. به خاطر سال های زیادی از عمرم که در نوبت برای اکو، ویزیت و حتی عمل گذشته است. در مطب ها، بیمارستان ها و کلینیک ها و... بارها شده که خانواده ای را ترسان و حیران دیده ام که از زبان دکتر شنیده اند بیمارشان باید عمل قلب شود. این طور وقت ها فوری خودم را جلو انداخته ام و با تعریف کردن از تجربه هایم سعی داشتم آرامشان کنم. مطب دکترها و کلینیک های بیمارستان ها همیشه محل این طور تبادل اطلاعات است. مکان هایی برای آرام شدن دل های دردمند و قلب های هراسانی که بیشتر از درد جسمانی، آدم را آزار می دهد. این طور وقت ها با خودم فکر می کنم کاش وقتی مریض ها به مطب دکتر می روند، از او ذره ای انرژی مثبت دریافت کنند. یک لبخند، یک کلمه امیدبخش، یک مکث، یک نگاه گرم و... دکترها اگر بدانند فقط با هر کدام از این رفتارها می توانند چه جادویی بکنند، یک لحظه هم از آن غافل نمی شوند. مثل دکتر نوری و جادوی آبنبات هایش؛ دکتر صبور و مهربان زمان بچگی هایم که اصالتی کاشمیری داشت. همیشه می دانستیم پاداش ویزیت شدنمان، یکی از آبنبات های رنگی توی جاشکلاتی اش است و چه عالمی داشتیم با آن آبنبات ها. با دکتر سامیرا که موهای یکدست سفید داشت و وقتی با ترس، نخستین بار به مطبش رفتم، معمایی پرسید: «یک خروس روی دیوار بین خانه من و همسایه تخم گذاشته است. بگو ببینم تخم مرغش مال چه کسی می شود؟» جواب درست را که گفتم، خندید و کلی به خاطر هوشم تشویقم کرد و به پشتم زد.

هشت ساله بودم که پایم به مطب دکتر منوچهر جراح نژاد با آن صورت سرخ و چهره بشاش باز شد. دکتری که یک روز به قدری کارمان پیشش طول کشید که مامان و خانم منشی نیمرو پختند و همه ناهار را در مطب دکتر صرف کردیم و آن قدر مرام داشت که یک روز دعوت مامان و بابا را قبول کرد و با خانواده اش به خانه مان آمد.

حالا که خوب فکرش را می کنم می بینم دکتر بودن هم مثل نویسنده بودن می تواند خوب یا مخرب باشد. مثل خانم دکتری که بر اساس تشخیص غلطش که گفت تا بزرگسالی نیاز به اکو و چکاپ ندارم، موجب شد در ۱۶ سالگی با حال خراب، تن به عمل قلب تعویض در یچه بدهم و یا مثل دکتر محمدعلی یوسف نیا؛ جراح قلب در تهران که توانست در آن شرایط به زندگی ام جانی دوباره دهد. دکترهای زیادی هستند که نام نیکشان با هویت شهرمان پیوند خورده است و می توانم از همین حالا تا فردا برایتان از اسم هایشان بگویم. از دکتر شیخ افسانه ای و یاور مستمندان مشهدی بگیرید تا سایر پزشکان. مثل دکتر حسین بحری؛ متخصص داخلی که مطبش بالا خیابان نرسیده به کوچه زردی بود و سال ها طبیب درد بیماران. دکتری قد بلند و چهارشانه با موهای کم پشت و تشخیص های عالی.

دکتر آزما با آن قد بلند و جدیتش در تشخیص بیماری ها که سال های سال دلسوز کودکانی بود که حالا خیلی از آن ها به میانسالی رسیده اند. دکتر صراف؛ پزشک حافظ کودکان بود. ایرج ناظم؛ دکتر قلب خیلی قدیمی ترها، دکتر فلاطونی؛ متخصص ارتوپد، دکتر افکاری؛ خون شناس و سرطان شناس، دکتر اسکوییان متخصص گوش و حلق و بینی که در خیابان چهارطبقه مطب داشت. دکتر جعفر حداد که مطبش در خیابان گوهرشاد بود و سرهنگ ارتش بود و دکتر محمود فتوحی که از قدیمی های متخصص چشم محسوب می شد. دکترهایی که شاید دیگر نه نشانی از مطب هایشان مانده و نه خودشان در قید حیات هستند؛ ولی چه بسیار خاطراتی که از خود در ذهن بیماران به یادگار گذاشتند؛ چرا که خوب می دانستند پزشکی چقدر مقدس است. طوری که می توان با یک اخم و تشر، دنیا را روی سر یک بیمار و خانواده اش آوار کرد. مثل دکتر قلبی که چون فهمید نمی خواهم پیش دوست و هم تیمی اش قلمب را عمل کنم، حاضر نشد برایم معرفی نامه بنویسد و با بد اخلاقی از مطبش بیرونم کرد و موجب شد تا خانه گریه کنم. می توان با یک پیام امیدبخش زندگی را به کام بیمار شیرین کرد؛ مثل خانم دکتری که بدون چشمداشت مالی، فقط با خواندن جواب آزمایش هایم از طریق واتس آپ گاهیگاهی در مصرف دارو، راهنمایی ام می کند و چه مبارک است امروز برای این گروه دوم دوست داشتنی.