



فالوده برف و شیر فرحزادی‌ها



روایت شب‌های یلدا در محله فرحزاد روایت دیدوبازدید و خوراکی‌هایی است که با دقت و وسواس خاصی روی کرسی خانه چیده می‌شد. در میان همه تنقلات خشک و شیرینی‌های خانگی، بچه‌ها بیشتر فالوده‌ای را دوست داشتند که با برف و شیره درست می‌شد؛ یک بستنی زمستانی خاطر‌انگیز. مصطفی لالی، از معتمدان محله فرحزاد، شب‌های یلدای سال‌های دور را شب آموزه‌های زندگی معرفی می‌کند: «آن شب‌ها را که مرور کنیم، همه‌اش درس زندگی و صبر و قناعت بود؛ شب‌های باصفایی که با دیدوبازدید آغاز می‌شد و بامحبت و احترام به بزرگ‌ترها به پایان می‌رسید. همه هر چه در خانه داشتند دور سفره می‌گذاشتند. نه فخر فروشی بود و نه تجملاتی. بیشتر از همه به بچه‌ها خوش می‌گذشت، چون خوراکی و تنقلات در طول ایام سال در خانه‌ها نبود یا کم بود و شب یلدا بچه‌ها دلی از عزا درمی‌آوردند. باغ‌های گردوی فرحزاد بهانه خوبی بود تا فرحزادی‌ها در اغلب مهمانی‌ها و مناسبت‌هایشان فسنجان درست کنند. در نتیجه فسنجان فرحزادی‌ها برای شب یلدا معروف بود. رسم بر این بود که در مرحله آخر پخت، خورش را هم نمی‌زدند. سر دیگر را که برمی‌داشتند، به اندازه ۲ پندانگشت روغن گردو روی خورش را می‌پوشاند و این نشان از مرغوبیت گردوهای فرحزاد داشت. شیرینی «مسکفک» هم هنر دستان کدبانوهای فرحزادی بود که برای یلدا می‌پختند؛ شیرینی خوش طعمی که با توت و گردو آماده می‌شد و باور داشتند که با خوردن این شیرینی مقوی از مرض‌های زمستانی در امان خواهند بود. این شیرینی را زنان چند روز مانده به یلدا آماده می‌کردند و به عنوان هدیه نیز در دیدوبازدیدهای یلدا با خود می‌بردند. این شیرینی در روستای سولقان هم به همین سبک آماده می‌شد. شب یلدا کوچه پسکوچه‌های روستا روشن تر از همیشه بود؛ هر طرف را که نگاه می‌کردی، جماعتی را می‌دیددی که فانوس به دست به سمت خانه‌ای برای مهمانی می‌روند. از همین شب‌نشینی یلدا دیدوبازدید زمستانه اهالی روستا شروع می‌شد و تا عید ادامه داشت. در این میان، خلخال‌های مقیم این روستا هم رسم جالبی داشتند؛ آنها غذا می‌پختند و در دیدوبازدید همراه خود به خانه میزبان می‌بردند؛ به خصوص دیدوبازدید سادات در اولویت قرار داشت.

کدو تنبل سحرآمیز دولا ب

دولا ب یکی از محله‌های تاریخی تهران به حساب می‌آید که از روزگار قدیم سنت‌ها و آیین‌های مختص به خودش را داشته است. شب یلدا یکی از مناسبت‌هایی است که با تاروپود دولا ب تنیده شده و از هزار سال قبل تاکنون با برپایی مراسمی خاص همراه بوده است. قدیمی‌های دولا ب بر این باورند که آداب شب یلدا قبل از پیدایش تهران در این محله رعایت می‌شده و با گذشت سده‌ها هنوز جایگاه خاصی بین اهالی دارد. علی متبحری، یکی از قدیمی‌های محله دولا ب، درباره وجه تمایز آداب شب یلدا در این محله با سایر محله‌های پایتخت می‌گوید: «مراسم شب یلدا در محله دولا ب با محوریت مادر بزرگ‌ها برپا می‌شد. این یک سنت دیرینه بود که شب یلدا، مادر بزرگ‌ها را در صدر مجلس می‌نشاندند تا برای فرزندان و نوه‌ها قصه بگویند. آخر شب هم مادر بزرگ خاطره تعریف می‌کرد و مادر بزرگ‌هایی که به مکتب رفته بودند با کوره‌سوادی که داشتند، حافظ یا شاهنامه می‌خواندند. بنابر این، شب یلدا در دولا ب قصه‌های مادر بزرگ‌ها شروع می‌شد و با خاطره‌گویی یا شعر خوانی آنها به پایان می‌رسید.» گوش دادن به داستان مادر بزرگ در شب یلدا، فصل مشترک خاطرات قدیمی‌های دولا ب است. از بین همه قصه‌های شب یلدا، قصه «کدو لُق لُق» در خاطره آنها مانده و از یادها نرفته است. متبحری می‌گوید: «کدو لُق لُق قصه زندگی کدو تنبل بود که با پرنده‌ها حرف می‌زد و با آنها زندگی مسالمت آمیزی داشت. کدو تنبل، نقش اول قصه بود و مادر بزرگ با روایت داستان‌هایی از این دست به ما می‌آموخت که با حیوانات، به خصوص با پرنده‌ها، مهربان باشیم. این



سنت به عنوان داستان کنار کرسی هم شناخته می‌شد چون لازمه‌اش این بود که نوه‌ها دورادور کرسی بنشینند تا مادر بزرگ قصه‌گویی را شروع کند. «شیوه نگهداری میوه‌های شب‌عید در روزگار قدیم دولا ب هم شنیدنی است. متبحری می‌گوید: «طبق روایت‌هایی که سینه‌به‌سینه گشته و در تاریخ محله‌مان ثبت شده، اهالی دولا ب هندوانه و خربزه را لای حصیرهای مخصوص می‌گذاشتند و اول زمستان به عنوان میوه شب‌عید استفاده می‌کردند. در برخی محله‌های دیگر هندوانه و خربزه را زیر زمین و در خاک نگهداری می‌کردند اما اهالی دولا ب شیوه خاص خودشان را داشتند.»



قصه‌ریسه‌های انگور و انجیر در طرشت

طرشت با اینکه به نسبت روستاهای غرب تهران به شهر و مرکز شهر نزدیک‌تر بود، اما مردمان این محله با هویت نیز همچون دیگر روستاها ملاک اصلی خوراکی‌های یلدا را هنر زن خانه قرار می‌دادند و هر آنچه او با دست‌هایش آماده می‌کرد، نوش جان می‌کردند. رضا طرشتی، خاطرات آن روزها را اینگونه روایت می‌کند: «در اواخر فصل گرما انباری‌ها و مطبخ‌های طرشت دیدنی بود. وقتی وارد این مکان‌ها می‌شدید قبل از هر چیز انگورهای آویزان از دیوار و انجیرهای به دیوار میخ‌شده نظراتان را جلب می‌کرد. روی پشت‌بام‌ها هم چندین سینی کنار هم چیده شده بود که هر کدام محتوای دل‌انگیزی داشت. سینی‌ها پر بود از توت‌هایی که در حال خشک شدن بودند و داخل تعدادی دیگر هم لواشک آلوچه و زردآلو زیر نور خورشید برای شب یلدا آماده می‌شدند. انگورهای خشک شده هم به نخودچی‌های بوداده‌ای که از روستای ونک آورده شده بود، اضافه می‌شدند و انجیرهای خشک هم در ظرف‌های مسی جا می‌گرفتند. انار دانه‌شده با گلپر هم پای ثابت سفره یلدا بود.» بزرگ‌ترها معتقد بودند سفره باید ترکیبی از گرمی و سردی داشته باشد. می‌گفتند با خوردن‌های سفره شب یلدا، طبیعت گرم را می‌تواند سرد و

طبیعت سرد خود را گرم کنند، مثلاً اگر از گرمی مزاج رنج می‌برند، هندوانه و انار می‌خورند و اگر طبع سردی داشتند، سراغ گردو و توت می‌رفتند. خوراکی‌های سفره طرشتی‌ها خودش دوا و درد و مرض بود. تخمه‌های یلدای طرشتی‌ها بسیار خوش طعم و متنوع بود. برای شب‌نشینی‌ها و بیداری و گیو گفت شبانه بهترین گزینۀ تخمه‌شکستن و قصه و شعر خواندن بود. در تابستان تخمه هندوانه و خربزه، اگر سالم و باکیفیت بود، اصلاً دور ریخته نمی‌شد. خشکش می‌کردند و کمی تفت می‌دادند و با خوش نمک کردن برای یلدا نگه می‌داشتند. تخم کدو را هم در پاییز آماده می‌کردند.

نکته جالب اینکه در گذشته با استفاده بهینه از همه چیز نه تنها خوراکی‌های خوش طعم و سالم مهیا می‌کردند، بلکه زباله‌ای هم تولید نمی‌شد. از همه بخش‌های مختلف سبزی و میوه بهره می‌بردند. توجه به طبع سرد و گرم آن روزها برای بسیاری از تهرانی‌ها مهم بود. سفره‌های یلدا را هم بر همین اساس می‌چیدند.

جعفر شهری، راوی فرهنگ تهران قدیم، می‌نویسد: «شب اول چله‌بزرگه یا شب یلدا که طولانی‌ترین شب سال بود، هر دسته از خویش و اقارب و همسایه‌ها



شب‌نشینی گرفته در آن بساط سور و سات از آجیل و شیرینی و میوه، مخصوصاً هندوانه و انار و خربزه، فراهم کرده، دور هم جمع شده به خوشگذرانی و شب‌زنده‌داری و گرفتن فال حافظ می‌پرداختند و در این شب بود که می‌گفتند با خوردن‌های سفره شب یلدا، مثل خوراکی‌های پای سفره هفت‌سین طبیعت گرم را می‌توانند سرد و طبیعت سرد خود را گرم بکنند. به این صورت تا سحر گفت و شنید و بگو و بخند می‌کردند.»

