

گذری بر زندگانی دکتر مهین زهرایی؛

استاد بیوشیمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

در این بخش از با پیشکسوتان، نگاهی بر زندگی دکتر مهین زهرایی انداختیم. این نوشته شامل بیوگرافی این استاد ارجمند است که از زبان وی به تحریر درآمده است. برای آگاهی بیشتر از زندگی و فعالیت‌ها و خدمات ارزنده دکتر زهرایی، در ادامه این مطلب خواندنی پیشکش خوانندگان گرامی می‌شود.

آن چهار دانشکده علوم پزشکی، گروه بیوشیمی مستقل داشتند ولی حالا تمام این گروه‌ها در دانشکده پزشکی متمرکز شده بود و من هم یکی از اعضای گروه بیوشیمی دانشکده پزشکی شدم.

با توجه به آموزشی که در زمینه‌های مختلف شیمی آلی، تجزیه، بیوشیمی عمومی و بیوشیمی بالینی برای مقاطع مختلف داشتم، این آموزش‌ها به صورت عملی و تئوری انجام می‌شد و انجام تحقیقاتی در زمینه بیوشیمی بالینی، پروتئین‌شناسی، لیوپروتئین‌ها و املاح و بررسی مکانیسم‌های بعضی بیماری‌های دیگر، در سال ۱۳۵۰ موفق به ارتقای مقام در دانشکده شدم. از سال ۱۳۵۰ روند کار آزمایشگاهی همین بود که آموزش و تحقیقات با هم ادامه پیدا می‌کرد. در سال ۱۳۵۷ پس از انقلاب مدتی دانشگاه‌ها تعطیل شد و در آن سال، من به سرپرستی آزمایشگاه‌های بیمارستان

دانشگاه دارد، به امر آموزش و پژوهش مشغول شدم. علاوه بر آن برای تکمیل دوره‌های بالاتر در سال ۱۳۷۱ عازم فرانسه شدم. مدت ۲ سال در آنجا دوره‌های بیوشیمی عمومی، بالینی و کارآموزی را در بیمارستان‌های فرانسه گذراندم. همین‌طور تحقیقاتی انجام دادم که منجر به درج سه مقاله در نشریات علمی فرانسه شد. پس از بازگشت به ایران، گروه بیوشیمی، دانشگاهی شده بود. به این معنا که پیش از



من دکتر مهین زهرایی هستم و در سال ۱۳۱۹ ه.ش در تهران متولد شدم. دوره دبستان را در دبستان "نونه‌الان" و دوره دبیرستان را در دبیرستان «نوباوگان» تهران طی کردم و وارد دانشکده دامپزشکی شدم. به تناسب علاقه‌ای که در کارهای تحقیقاتی و آزمایشگاهی داشتم و چون در آن زمان دانشجویان دامپزشکی برایشان مقدور بود وارد دوره تحقیقات شوند، به خصوص با سابقه‌ای که در مؤسسه‌های تحقیقاتی داشتم؛ وارد دانشکده پزشکی شدم. در دانشکده پزشکی تحصیلاتم را ادامه دادم و در سال ۱۳۴۱ فارغ‌التحصیل شدم. سپس در دانشگاه تهران دوره تخصصی بیوشیمی بالینی را طی کردم و در سال ۱۳۴۵ آن را به پایان رساندم. بعد از شرکت در امتحان ورودی دوره استادیاری بیوشیمی، به عنوان استادیار گروه بیوشیمی دانشگاه تهران شاغل شدم. در این مدت طبق وظایفی که یک استادیار

امام خمینی منصوب شدم و فعالیت های علمی خودم را در آزمایشگاه های بالینی بیمارستان امام ادامه دادم تا اینکه خوشبختانه دانشگاه فعالیت خود را شروع کرد و من دو باره به محل اولیه خدمتم بازگشتم و فعالیت های علمی خودم را در گروه بیوشیمی دانشکده پزشکی دنبال کردم. بعد از اینکه واجد شرایط مقام استادی مانند تهیه کتاب، مقاله، آموزش و کارهای جنبی دیگر شدم، در سال ۱۳۶۷ به این مقام رسیدم.

فعالیت های علمی من تاکنون ادامه دارد که در طی این مدت حدود ۴۸ مقاله علمی کامل در مجلات داخلی و خارجی منتشر شد و حدود ۱۲ خلاصه مقاله است که در کنگره های داخلی و خارجی شرکت کردم. بیش از ۵۲ پایان نامه در مقاطع دکترای عمومی، کارشناسی ارشد و دکترای تخصصی Ph.D دارم. علاوه بر این ها، طی این مدت شاید به علت خصیصه ای که داشتم و شناختی که مسوولان از فعالیت هایم داشتند، همیشه کنار کارهای علمی مسوولیت های اجرایی نیز داشتم که این مسوولیت ها گاهی با حجم سنگینش، کارهای علمی من را تحت الشعاع قرار می داد.

چند سال بعد از شروع استادیاری، سرپرستی آزمایشگاه های بالینی را نیز داشتم. همان طور که قبلاً گفتم سرپرست آزمایشگاه بیمارستان امام نیز بودم؛ همچنین عضو کمیته های پژوهشی و آموزشی دانشکده و دانشگاه بودم؛ حدود ۶ سال نیز

مدیریت گروه بیوشیمی را بر عهده داشتم؛ چند دوره به عنوان دبیر هیأت ارزشیابی و ممتحنین گروه بیوشیمی فعالیت می کردم. در سال ۱۳۷۳ به عنوان استاد نمونه انتخاب شدم. ولی همیشه آنقدر توقعم از کارهای علمی بالا بوده و هست که خودم از کارهایی که انجام داده ام، راضی نبودم. یعنی همیشه دلم می خواست تحقیقات بیشتری انجام دهم.

اگر بشر به همه چیزهایی که می خواست می رسید، آن موقع چیزی برای فکر کردن نداشت.....

خاطرات

شاید خاطره ای را که بیان می کنم الان جالب نباشد ولی برای من زیبا بود. چون خاطره های خوش، فراموش می شود. این حادثه در کودکی، شاید ۱۰ سالگی اتفاق افتاد که خیلی در ذهن من جا افتاده است و شاید سرنوشت من را عوض کرد و آن این بود که بارها دیده بودم خانواده هایی که پدر خانواده را به هر دلیلی از دست می دهند و خانواده های مرفه و مطرح و خوبی بوده اند، سرنوشت فرزندان و اعضای خانواده خوب نبود؛ یعنی خانواده از اوج به پایین می افتاد و این از بچگی برای من سؤال بود که چرا چنین می شود. با از دست رفتن پدرم در آن زمان، اولین مشکل وقتی شروع شد که جرقه اینکه من چکاره می خواهم بشوم در ذهنم زده شد. در سنین ما عادت جامعه بر این بود که دختران

در سنین نوجوانی وارد زندگی زناشویی شوند. به خصوص رسم بود که دختر بزرگ خانواده (که من بودم)، اول ازدواج کند، بعد دخترهای بعدی و این واقعاً به هدف من لطمه می زد. یعنی تحت تأثیر نظرات خانواده و عامه باید درس را رها و ازدواج می کردم و روزی که من فکر کردم باید این کار را بکنم، دنیایی از غم داشتم. اما با اصرار من خانواده پذیرفت که هر کدام از بچه های خانواده به خصوص دختران باید متناسب با سلیقه خودشان روند زندگی را انتخاب کنند و در نتیجه وارد مرحله عالی تحصیلات شدم.

در سال ۱۳۴۴ با کسی که هم سطح خودم بود ازدواج کردم و خوشبختانه ازدواج مناسبی بود و هست و مشکلی نداشتیم. من چیزی را مشکل می دانم که آدم نتواند حل کند؛ اختلاف سلیقه ها گاهی هست و همینطور حجم سنگین کارها..... اینها را مشکل نمی گویند. چیزی که آدم می تواند انجام دهد را مشکل نمی گویند. بدیهی است با مسوولیت های سنگینی که در دانشگاه داشتم و از طرفی زندگی خانوادگی، توقعات خانواده، داشتن بچه و رسیدگی به همه اینها که خودم شخصاً انجام می دادم، گاه طوری غرق کار بودم که فکر می کردم خود را فراموش کرده ام و خلاصه می شوم در مقدار زیادی کار. خوشبختانه به همه این ها توانستم طوری برسم که الان که همه این ها گذشته و خیلی راضی هستم؛ یعنی از نتایج



است. مثلاً نمی‌توانم درس‌ن ۴۰ سالگی در حسرت سن ۲۰ سالگی باشم. اگر هر لحظه از عمر آدم موفق و مفید گذشته باشد، وقتی به سال‌های آخر می‌رسیم از زندگی‌مان راضی هستیم و هیچ وقت در حسرت نیمه‌اول نخواهیم بود.

به نظر من باید از تمام لحظه‌هایمان خوب استفاده کنیم؛ متناسب با آن لحظه زندگی کنیم و توقعات آنچه را که می‌توانیم به دست بیاوریم داشته باشیم؛ در نتیجه هیچ وقت حسرت نمی‌خوریم.

تعریف زندگی

معتقدم زندگی، «تلاش برای آگاهی از حقیقت و خلقت است» و بعد اصلی آن، «سازندگی برای جامعه».

اگر دوباره متولد می‌شدید ...

به احتمال قوی، همین مسیر را طی می‌کردم. چون اگر به عقب برگردم، تجربه همان زمان را داشتم و تجربه الان را نداشتم و همین کاری را انتخاب می‌کردم که الان دارم.

بهای کسب تجربه

به نظر من به هر قیمتی نباید تجربه کسب کرد. بعضی مسایل شخصی است و آدم نمی‌تواند از تجربه شخص دیگری استفاده کند، ولی یک سری تجربه‌ها اجتماعی است و آدم باید حتماً از تجربه‌های دیگران استفاده کند؛

مسوولان با حساسیت به نسل جوان، مصوبه‌هایی را نگذارند و کارهایی نکنند که این نسل جوان دلسرد شوند.

در مورد فراغت و تفریح

با این همه گرفتاری و کار و حجم کارخانه و دانشگاه و مسوولیت‌های جانبی، فکر می‌کنم تمام روزهای هفته من، هر کدام به شکلی پراست و تنها چیزی که برای آن جا خیلی کم است تفریح است. ولی این کارهای روزمره‌ای که دارم؛ وقتی می‌توانم خوب انجام دهم، برای من لذت‌بخش است و نقش تفریح دارد. یعنی توقع دیگری به عنوان تفریح ندارم و از این مسأله خوشحالم.

نظر شما در مورد دو نیمه زندگی

من خودم با این جمله موافق نیستم، زندگی اصلاً دو نیمه نیست؛ زندگی شروعی دارد و پایانی که هر لحظه آن با لحظه دیگرش متفاوت

کارم راضی هستم. از آنچه که در امر کار دانشگاهی به عنوان یک خانم توانستم تا آنجایی که باید بروم، موفق بودم و متوقف نشدم. در امر زندگی نیز همین طور، بچه‌هایی دارم که موفق هستند و این جای شکر دارد که یک خانواده فرهنگی داریم که با هم می‌توانیم مسایلمان را حل کنیم، با هم مشورت کنیم و بچه‌ها به پدر و مادرشان اعتقاد دارند و از راهنمایی‌های آنها استفاده می‌کنند.

من فکر می‌کنم داشتن همین موقعیت کافی است که من همیشه خدا را شکر کنم و از زندگی راضی باشم. به همین دلیل من فکر می‌کنم مشکلی نبوده، اگر هم بوده حل کرده‌ام.

در مورد ازدواج

بدیهی است امر ازدواج، یک امر ضروری است و لازمه حیات است. باید همسر، هم شأن انسان باشد. هم شأن از هر نظر؛ میزان تحصیلات، درک مسایل، تفکر اجتماعی که از نظر مذهبی هم به وضوح به این کلمه اشاره شده که «کفو» هم باشند که این کلمه خیلی مسایل را در برمی‌گیرد. یعنی حتی از نظر مالی، از نظر سطح خانواده و... اگر آدم انتخابی بکند که مناسب خودش باشد مشکلی نخواهد داشت. خداوند کسی را در مسیر من قرار داد که مانند من است و کمک حال من است.

در غیراین صورت پیشرفت نمی‌کند و یک حالت سکون پیدا می‌کند.

بهترین روش زندگی

به نظر من بهترین روش برای زندگی خودشناسی، واقع‌نگری و شناختن اجتماع است. اگر این سه را بشناسیم؛ طبعاً روشی انتخاب می‌کنیم متناسب با آنچه که باید باشد و آن وقت دیگر پشیمان نیستیم؛ یعنی با آگاهی تمام مسایل زندگی را انتخاب می‌کنیم.

لازمه «خوشبختی»

دامنه خواسته‌ها بی‌نهایت است. اگر بشر فقط یک خواسته و مطلوب می‌داشت؛ جامعه بشری پیشرفت نمی‌کرد. معمولاً آنچه را که در یک سنی می‌خواهیم، وقتی به دست می‌آوریم؛ خواسته‌های دیگری برای سن و موقعیت دیگری داریم؛ به همین دلیل خواسته‌های بشری نامحدود است. لازمۀ خوشبختی هم این نیست که آدم به همه خواسته‌هایش برسد؛ اگر به همه آنچه که می‌خواست می‌رسید، دیگر هیچ چیزی برای فکر کردن نداشت.

بهترین انتخاب شما در زندگی

بهترین انتخابم، انتخاب همسر بود که خوشبختانه همسری مناسب و خوب بوده است.

در مورد اهمیت سفر

بسیار سفر باید تا پخته شود خامی ...

در مورد مطالعات

طبیعی است با شغلی که داریم از مطالعات تخصصی نمی‌توانیم چشم‌پوشیم. شاید قسمت اعظم مطالعات ما را مطالعات تخصصی شکل می‌دهد، به علاوه چون در اجتماع هستیم از اطلاعات روز نمی‌توانیم غافل باشیم و باید نشریات روز را مطالعه کنیم. البته خود من یک بعدی فکر نمی‌کنم و معتقدم که هیچ وقت فقط یک نشریه را نباید خواند. باید نشریات مختلف را مطالعه کرد تا خود انسان به قضاوت برسد.

توصیه برای دانشجویان

به دانشجویان طب و همچنین بچه‌های خودم، توصیه می‌کنم که هیچ وقت تحت تأثیر مسایل جنبی قرار نگیرند. قبول کنند که اگر نگویم بهترین لاقل باارزش‌ترین حرفه، پزشکی است. دلسرد نشوید، اگر آدم چیزی را یادبگیرد از جنبه‌های دیگر زندگی درمانده نمی‌شود. حداقل از نظر خدمتی که می‌کند، می‌تواند راضی باشد.

توقع از مسوولان

به عنوان یک خدمتگذار که به هر حال عمر مفیدم را در دانشگاه گذرانده‌ام؛ از مسوولان می‌توانم این توقع را داشته باشم که یک مقدار با حساسیت بیشتر به نسل جوان، توجه داشته باشند. مصوبه‌هایی را نگذارند یا کارهایی نکنند که این نسل دلسرد شود و خدای ناکرده باعث انحراف فکری آنها شوند و آنها را از دست بدهیم. چون من خودم اینها را از نزدیک شاهد هستم.

توصیه به دست‌اندرکاران گروه زیست‌نگار دنیای پزشکی

راهی را که شروع کرده‌اید خوب است، مسلماً در این مسیری که شروع کرده‌اید، به راه‌های تکاملی بیشتری نیز می‌رسید. در پایان خیلی ممنونم از محبتتان و از اینکه وقت گذاشتید و در این راه قدم برداشتید؛ حتماً مثمر ثمر خواهد بود؛ حداقل این است از راهی که مسن‌تر از شماها قبلاً رفته‌اند آگاهی پیدا می‌کنید.