

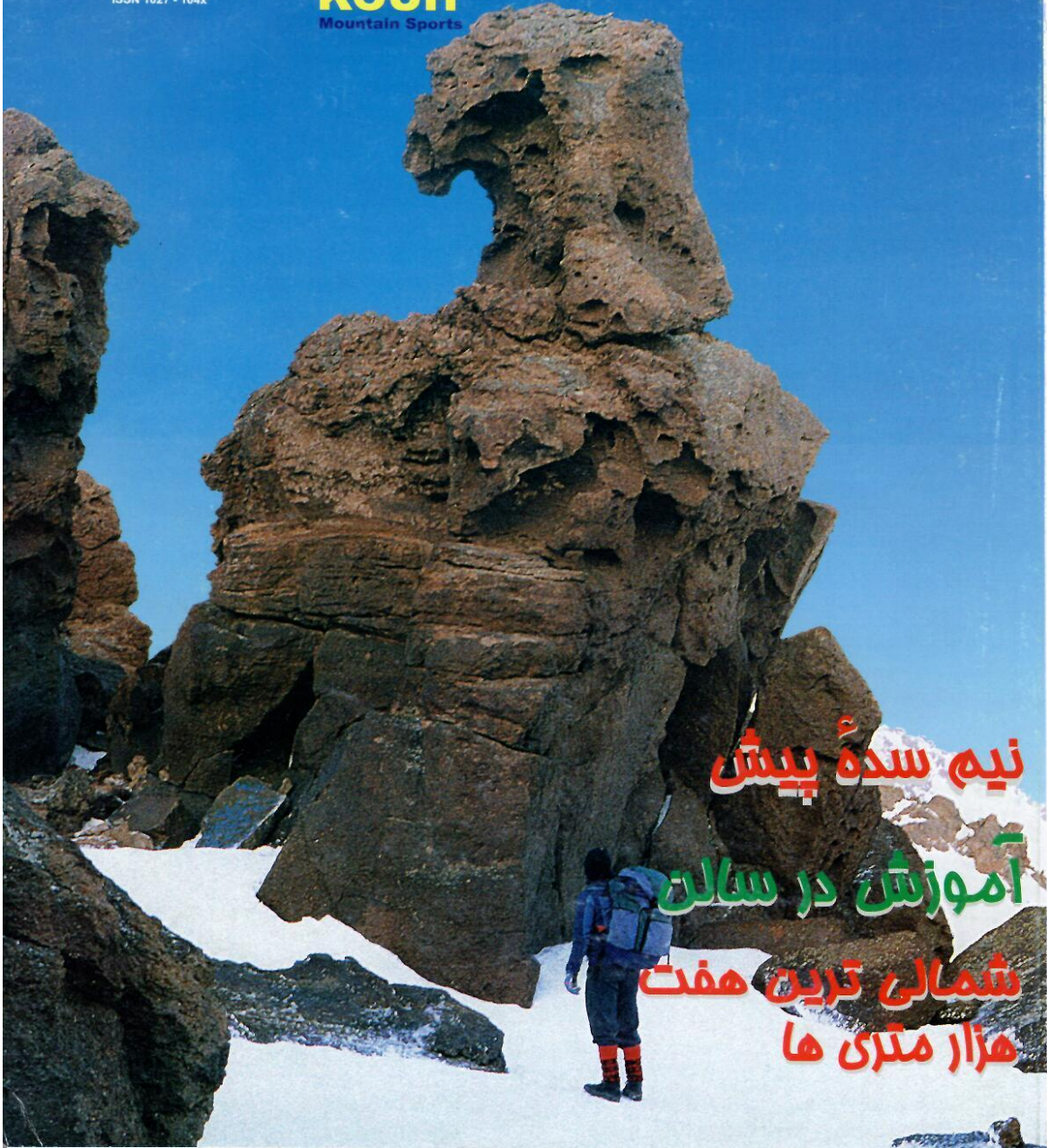
فشریه دوستداران طبیعت

۱۶

کوه  
فصلنامه

سال چهارم - پاییز ۱۳۷۸ - بهار ۱۳۷۹  
ISSN 1027 - 104x

KOUH  
Mountain Sports



نیم سده پیش

آموزش در سالن

شمالی ترین هفت  
هزار متری ها

# کوهپیار



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)



مدل میلان ایتالیا

**فروشنده انواع لوازم کوهنوردی  
و کمپینگ داخلی و خارجی**



مدل میلان، شبرو  
(ساق متوسط)



طرح ابتکاری کوهپیار



مدل سوپر شارون فرانسه  
(کوهپیمایی سبک)

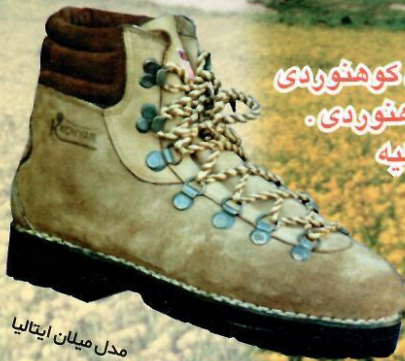


جکیدترین مدل آلپ اتریش



مدل اتریشی (ساق کوتاه)

**طراح و تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی  
طرف قرار داده با هیئت های کوهنوردی .  
اداره جات . سازمانها و کلیه  
گروههای کوهنوردی**



مدل میلان ایتالیا



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)

**آدرس فروشگاه: تهران، خیابان ولی عصر، بالاتر از میدان منیریه، روبروی خیابان مهدیه  
جنب کوچه زعفرانچی، پلاک ۱۲۵۷، تلفن: ۶۴۰۰۱۱۹۰ مدیر: غفار حسین زاده**

## به نام خداوند جان و خرد

نشریه دوستاناران طبیعت

# کوه ۱۶



عکس روی جلد از: اسماعیل کشتکار  
موضوع: عقاب سیلان  
عکس اول مسابقه و نمایشگاه  
انسان، سنگ، کوهستان

### فصلنامه کوه

نشریه دوستاناران طبیعت

پاییز ۱۳۷۸

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: دکتر حسن صالحی مقدم

زیر نظر شورای نویسندگان

مدیر داخلی: مسعود اشرفی

با تشکر از:

جلیل کتیبه‌ای - دکتر محسن محسنین - مهندس وارطان زاکاریان - مهدی شیرازی - رضا چهکنویی - مرتضی موسوی - مهندس شاهپور صمصام - مهندس - م.برزگر - مهندس محمد بی‌خاسی

بخش اشتراک و توزیع: ایران جوادپور

تایپ کامپیوتری: محبوبه غلامی - ویراستار: فیروزه غروی

گرافیک و صفحه‌آرایی: فصلنامه کوه (امیرحسین صالحی جم، مهتاب خرمشاهی بیات)

○ فصلنامه کوه نشریه‌ای است مستقل که به هیچ سازمان یا تشکیلاتی وابستگی ندارد. ○ مطالب مندرج در فصلنامه کوه الزاماً نظر نشریه نیست. ○ مقالات و عکسهای ارسالی به دفتر مجله، مسترد نمی‌شود.  
○ فصلنامه کوه در ویرایش و خلاصه کردن مقالات اختیار کامل دارد. ○ نقل مطالب فصلنامه کوه با ذکر مأخذ مانعی ندارد. ○ مطالب ارسالی را با خط خوانا بنویسید و چنانچه ترجمه شده است، کپی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید.

نشانی: تهران، صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶

تلفن: ۲۷۱۲۸۱۶ / ۲۷۱۲۸۱۷

|    |  |
|----|--|
| ۲  | مسابقه و نمایشگاه عکس کوهستان          |
| ۶  | کوهنوردی نوین در ایران                 |
| ۱۳ | اشتراک فصلنامه                         |
| ۱۴ | وروشنت                                 |
| ۱۸ | راهپیمائی زنجان به ماسوله              |
| ۲۰ | دریاچه و غار یزنگان                    |
| ۲۲ | همراه همیشگی گردشگران طبیعت            |
| ۲۵ | بازتاب آفتاب ادبیات فارسی              |
| ۲۶ | شناخت آب و هوای کوهستانی ایران         |
| ۲۹ | طنین چکش فرهاد...                      |
| ۳۰ | نیم‌سده پیش                            |
| ۳۷ | جدول                                   |
| ۳۸ | چگونه دماوند ۲ بار در یک روز صعود شد   |
| ۴۲ | تجربش در گذشته و حال                   |
| ۴۵ | گردهمائی سراسری بانوان هیئت‌ها         |
| ۴۶ | دوچرخه‌های کوهستان                     |
| ۴۸ | فدراسیون بین‌المللی اسکای (FIS)        |
| ۴۹ | سومین دوره مسابقات بین‌المللی اسکای... |
| ۵۰ | اخبار هیمالیا                          |
| ۵۹ | آموزش در سالن                          |
| ۶۲ | صعود به دیواره و قله گربیت سیل         |
| ۶۶ | داوولاکیری                             |
| ۷۰ | آموزش کوهنوردی و سنگنوردی...           |
| ۷۲ | شمالی‌ترین هفت‌هزارمتری‌ها             |
| ۷۶ | درسهائی از یک حادثه - صعود زمستانی...  |
| ۸۱ | صعود انفرادی یخچال سیوله               |
| ۸۲ | وجه تسمیه کوه‌های ایران                |
| ۸۴ | واژه‌نامه کوهنوردی                     |
| ۸۶ | دائرةالمعارف کوهنوردی                  |
| ۸۸ | بازگشت از مرگ                          |
| ۹۰ | اخبار رسیده از فدراسیون کوهنوردی       |
| ۹۲ | روی اینترنت                            |
| ۹۴ | گونگون                                 |
| ۹۵ | نامه‌های رسیده                         |

Photo Exhibition

96

سال چهارم / شماره شانزدهم / فصلنامه کوه / ۱

# گذری بر مسابقه و

مسعود اشرفی

جمع محترم راجع به عکاسی صحبتی داشته باشم زیرا آن را عکاسی می‌دانم لیکن اجازه می‌خواهم که عرض کنم عکاسی در میان هنرهای تصویری یکی از شاخص‌ترین چهره‌های بیان نظر، اندیشه و هدایت فکری افراد است.

ضمناً کمتر به یاد دارم که در عالم مطبوعات کشور و در محافل فرهنگی در مدت زمانی کمی پس از انتشار که هنوز هزینه‌های انجام شده توسط تیراژ نمی‌تواند پوشانده شود مدیران مسئول فرهنگ دوست و هنرپروری وجود داشته باشند که به این کیفیت که جناب دکتر صالحی و دوستانشان انجام دادند بخواهند به سرعت مسائلی را که مربوط به حضور انسان در طبیعت و یا برداشت انسان از طبیعت و کوهستان است را با تصویر به صورت نمایشگاهی عرضه کنند و در واقع پاسداری نمایند، از حرمت‌های فکری که توسط هنرمندان تصویربردار عزیز به وجود آمده است. این کار بزرگی است و اجازه می‌خواهم که بدون مداخله که نه در شأن من است که به عنوان معلم و نه در شأن جمع عزیزان حاضر است از ایشان قدردانی کرده باشم.

**با مراجعه به فرهنگ دهخدا می‌توان تعریف ییوند این دو زبان ورزش و هنر را ملاحظه کرد که: ممارست در امری تا کمال هنرمندی.**

بنابراین ورزش و هنر دو شاخصه مهمی هستند که به صورت دو بال می‌توانند بدنه و تفکر انسان را به پرواز دربیاورند و هرچه این دو بال نیرومندتر باشند انسان شاخص‌تری را می‌سازد. و در واقع اشخاصی که به کوهستان می‌روند ورزشی را انتخاب کرده‌اند که سخت‌تر و برصلابت‌تر و منطقی‌تر و در واقع حیاتی‌تر است و به دلایل علمی اگر تمامی ورزشکاران در سایر ورزش‌های دیگر اردوی کوهستانی داشته باشند انسان‌های موفق‌تری هستند.

در رابطه با عکس‌های که به نمایشگاه ارسال گردید: فکر انسان، سنگ، کوهستان در واقع گذر از نگاه ساده و ابتدایی به عکاسی بود. یعنی معنا و مفهوم در اینجا بود که ما ارتباط منطقی، حسی، تفکری و تصویری خودمان را از موقعیتی که به عنوان عکاس ایستاده‌ایم بیان کنیم و در واقع در



این در حالی بود که به لحاظ مدنظر قراردادن عنوان مسابقه، یعنی «انسان، سنگ، کوهستان» که یک عنوان کاملاً جدید برای بیشتر شرکت‌کنندگان در مسابقه بود، تنها حدود یک سوم تصاویر، کاملاً با عنوان مسابقه تطابق داشت و مابقی تصاویر، گرچه بیشتر آنها از هنر عکاسی، موضوع مناسب و چاپ زیبا بهره‌مند بود، لیکن امکان حضور در بخش نهایی مسابقه را به دست نیاوردند.

مراسم افتتاحیه، با اعلام برنامه توسط مهدی داورپور آغاز گردید. آنگاه امیر رضائیان با تلاوت آیاتی چند از قرآن کریم به فضای سالن حال و هوای دیگری بخشید. سپس استاد علی قلمسیاه مدرس و عضو هیئت علمی دانشگاه‌ها که مسئولیت هیئت داوران و دبیر برگزاری مسابقه را به عهده داشتند پس از عرض سلام به حضار مطالب خود را اینچنین آغاز کردند که ما به دلیل محدودیت به ذکر گونه‌هایی از سخنان ایشان می‌پردازیم.

قطعاً برای من امروز یکی از مشکل‌ترین لحظات است و مهمترین علت آن این است که می‌بایستی برای عزیزانی سخن بگویم که در عالم طبیعت کوه را انتخاب کرده‌اند و من از دوران جوانی به یاد می‌آورم که کوه محل حضور اندیشمندان بوده است و می‌دانم که دانشمندان حاضر در جلسه با بزرگواری و صلابتی که از کوهستان گرفته‌اند خطای بنده را خواهند بخشید. من قصد ندارم که در این

## دیواره علم‌کوه - عکس از خلیل عبد نکویی پور

پس از ماهها تلاش، عصر روز ۵/۳۰/۸۰ سالن اجتماعات و نگارخانه فرهنگسرای نیاوران، شاهد حضور تعداد کثیری از دوستداران طبیعت و ورزش کوهنوردی بود. با اعلام عمومی در دو شماره نشریه کوه (۱۴ و ۱۵) بیرامون برگزاری مسابقه و نمایشگاه «انسان، سنگ، کوهستان»، استقبال شایسته‌ای از این مسابقه و نمایشگاه، از طرف دوستداران نشریه کوه و هنر عکاسی صورت گرفت. ارسال حدود یک‌هزار تصویر زیبا از طبیعت زیبای ایران زمین و حضور حدود یک‌صد نفر از علاقه‌مندان به ورزش و هنر عکاسی، نشانه‌ای از موفقیت این حرکت فرهنگی در بهترین سطح ممکن بود. در این مسابقه و نمایشگاه که با هدف ایجاد انگیزه و تفکر عکاسی از محیط‌های کوهستانی و همچنین ارتقای کیفیت «عکاسی» نسبت به طبیعت صورت گرفت، شرکت‌کنندگان می‌توانستند با ارائه ۳ قطعه عکس یا یک مجموعه عکس به صورت آلبوم، در این مسابقه شرکت کنند. حضور بی‌سابقه و تنوع موضوعی تصاویر ارسال شده، به نحوی بود که در مرحله داوری (و در طی سه نوبت با بررسی و بحث فراوان داوران، بیرامون عکس‌های انتخاب شده، صورت گرفت) کار داوران را نیز مشکل می‌ساخت و

# نمایشگاه عکس کوهستان

جستجوی یک ارتباط یودیم، هیچ ارتباطی در کوهستان بدون عشق، بدون منطق، بدون نظریه پردازی و بدون ذکر ریاضی وضعی نیست. نگاه آقای قلمسیاه با اشاره به حجم تصاویر ارسال شده اظهار نمودند: من نمایشگاههای متعددی را دیده‌ام که به سخی حجم تصاویر دریافتی آنها از ۴۰۰ الی ۵۰۰ عکس عبور می‌کند و این تعداد تصاویر دریافتی در مدتی کوتاه بسیار جالب توجه است. مثلاً آخرین نمایشگاهی را که در آن حضور داشتم نمایشگاه کار دانشجویان در دانشگاه تهران بود که از تمامی دانشجویان کشور تصویر درخواست شده بود و به ۴ یا ۴۳۵ عدد رسید و آخرین نمایشگاه عکاسی گل و گیاه که در مجتمع نمایشگاه‌های بین‌المللی انجام شد و نگاه عام به موضوع داشت و در واقع یک فراخوان توسط روزنامه‌های متعدد و معنیر و یا تیراز بالا از جمله روزنامه همشهری شده بود. ۷۰ تا ۳۸۰ عکس به دست برگزارکنندگان آن رسید. اما در خلال چنین مدت کوتاهی یا چنین فصلنامه‌ای که سقف تصاویر ارسال شده برای هر عکاسی ۳ قطعه بوده است حجم قابل توجهی را نشان می‌دهد.

**و در ادامه ایشان اظهار کردند:** می‌دانید چه کسانی عکسها را داوری کردند؟ از افتخارات من بودی که در کنار آنها بیایستم ۶- استاد اسماعیل زرافشان که در این مکان حضور دارند و من فکر می‌کنم برای مرد ۷۲ ساله‌ای که از ۸ سالگی دوربین عکاسی را به دست گرفته و در ۹ سالگی عکس از پدر گرفتند. اسم او با ورزش ما عجیب است و در واقع حافظه مصور تاریخ عکاسی معاصر کشور ماست و نام او با نام برادر بزرگ ایشان باقر زرافشان و جناب قاسم فارسی که عمر ایشان بلند باد همراه است.

ایشان همسر مهتری زرافشان که از برجسته‌ترین زنان کوهنورد کشور بودند است، که موضوع داوری را برعهده داشتند و مایل هستم که به من اجازه بدهید ما چند تانیه‌ای به افتخار این مرد بیایستم و برای ایشان دست بزنیم، و با اجابت این درخواست از طرف حضار تشویق زیبایی صورت می‌گیرد.

دیگری علی کاوه بودند که ایشان عکاسی مسائل و از شاگردان آقای زرافشان هستند. او هم از سن ۹ سالگی در نزد استان زرافشان به عکاسی پرداخته و در واقع معلم ایشان بوده‌اند و در حال

حاضر عکاس مطبوعات کشور هستند و اسماعیل محمدی که ایشان امروزه عکاس کمیته ملی المپیک هستند و نقشی در این داوری دارند، در واقع این عزیزان عکاسها را قضاوت کردند. نه اینکه داوری کرده باشند و قضاوت و جزیی را انتخاب کرده باشند بلکه محدودیت ما را در نظر گرفتند. همین و بس و این بدین معنا نیست که آنچه انتخاب شده است با چنین شاخصهایی که خدمت شما عرض کردم نهایت کار است این در واقع، سلیقه داوری است. شاید اگر سه‌الی چهار نفر دیگر حضور داشتند عکسهای دیگری را انتخاب می‌کردند. عدالت حکم می‌کند که به نظریه کسانی که در یک مقطعی حضور دارند هم ما به دلایلی احترام گذاشته باشیم. بنابراین اجازه بدهید که با رعایت اصول دموکراسی به نظریه داوران احترام بگذاریم و آن را قبول داشته باشیم. و در پایان می‌بایستی عرض کنم:

**عزیزان کوهنورد همه و همراه و عزیزان اندیشمند و دانشمند قدر یکدیگر را بدانیم.**

بس از ابراز احساسات حاضرین در جلسه، استاد اسماعیل زرافشان به جایگاه سخنرانی دعوت شدند و ایشان با بیان ساده و صادقانه خود در بخشی از سخنانشان چنین اظهار داشتند:

به نام خدا و سلام و درود به همراهان مهتری زرافشان که در این محفل حضور دارند. من اگر درباره همسرم بخواهم صحبت کنم نمی‌توانم خودم را کنترل کنم، اما سعی می‌کنم که بتوانم در حضور شما سخنانی را اظهار نمایم: من در تهران و از سن ۹ سالگی در عکاسی «باشنده طلا» که آن زمان به طور کلی در تهران برق وجود نداشت کارم را شروع کردم، البته برق بود ولی فقط در خیابان چراغ برق و فقط شبها روشن می‌گردید.

کار عکاسی را هم ما بدون برق انجام می‌دادیم. برای عکاسان فعلی وقتی اظهار می‌کنیم که ما بدون برق کار عکاسی انجام می‌دادیم با تعجب می‌گویند مگر می‌شود؟ و هنگامی که برای آنها تعریف اجرای کار را می‌کنیم به آسانی آن بی می‌برند. در حال حاضر خوشحالم از اینکه زنده هستم و می‌توانم برای این نسل جوان اظهار نمایم که به چه شکلی و یا چه مشکلاتی ما کار را شروع کردیم. در ادامه کار عکاسی خودم، ذوق خوبی در این هنر بدست آوردم و کارم به جایی رسید که در یک فستیوال که تنها دو مدال عکاسی داشت، یکی از نظر تکنیک عکاسی

و دیگری از نظر زندگی مردم، هر دو مدال طلای آن را به خودم اختصاص دادم و این قبل از کودتای ۲۸ مرداد بود و در مجلات آن زمان هم درج شد. ولی با کودتای ۲۸ مرداد این موضوع منتفی گردید و مدالها را نتوانستم دریافت کنم. بعد از این موضوع، به سرپرستی درخشش مسابقه دیگر توسط جامعه لیسانسیه دانشرای عالی برگزار گردید و من یکسری عکسهای استثنایی برای این کار آماده کردم، زیرا خودم هم در کار جاب و تاریخانه مسغول بودم و همه هنر عکاسی را برای آماده کردن این تصاویر کرده بودم. در آن مسابقه هم شرکت کردم ولی دو روز قبل از مسابقه مسئولان آن اظهار کردند که شما بدلیل حرفه‌ای بودن نمی‌توانید در این مسابقه شرکت کنید. البته من در آن زمان نمی‌دانستم حرفه‌ای چه معنایی می‌دهد و فکر می‌کردم این کلمه حرف بدی است به آنها اظهار کردم به خدا من حرفه‌ای نیستم (خنده حضار) و آنها توضیح دادند که معنی این کلمه تخصص بالا می‌باشد. به هر حال نتوانستم در این مسابقه حضور پیدا کنم. البته در آن زمان اقدام به برگزاری نمایشگاهی از عکسهای خودم کردم که بسیار مورد تشویق قرار گرفته و به دلیل سن کم باور نمی‌کردند که عکسها از خود من باشد.

و آن‌گاه، آقای اسماعیل نیاورانی، از فرهنگیان شمیران و یکی دیگر از مدعوین، ضمن سخنانی از برگزارکنندگان این مراسم تشکر و قدردانی کردند. در پایان، شرکت کنندگان در مراسم که از پیشکسوتان، صاحب نظران، و جوانان کوهنورد و کوهنوردان هنرمند عکاس تشکیل شده بودند، از نگارخانه که با تصاویر زیبا و متنوعی آراسته گردیده بود بازدید به عمل آوردند.

صبح روز جمعه ۱۶/۵ طی برنامه‌ای (که زمان اجرای آن با اعلام قبلی در بروشورهای منتشر شده نمایشگاه به اطلاع عموم رسیده بود) مراسم معرفی برترینها و اهدای هدایا (که بیشتر توسط تولیدکنندگان لوازم ورزش کوهنوردی و تعدادی از دستداران طبیعت فراهم آمده بود) در منطقه بندرخجالی برگزار گردید.

در این مراسم، ضمن توضیحاتی سیرا-سون انگیزه برگزاری مسابقه و نمایشگاه، نحوه اجراء و جلوگیری حمایت تولیدکنندگان و دستداران طبیعت

از این حرکت فرهنگی و ورزشی با توجه به ساخت کارابین توسط آقای امجد سماواتی و اهمیت ساخت این ابزار و ابزار مشابه فلزی آن که می‌تواند در رشد و شکوفایی صنعت کشور و خصوصاً این ورزش بسیار حائز اهمیت باشد درخواست گردید ادای توضیحاتی شود. سازنده این لوازم در طی سخنان خود با تکیه بر دو محور اساسی ۱- پیشنهاد ایجاد تشکیلات نظارت و استاندارد کالاهای کوهنوردی توسط تولیدکنندگان و خیرگان ورزش کوهنوردی و ۲- اعتقاد داشتن به امکان ساخت اینگونه وسایل در داخل کشور بدون نیاز به وابستگی خارجی و با تکیه بر نیروها و استعدادها داخلی را نمودند. سپس به نقرات اول تا بیستم مسابقه عکس و اول تا پنجم آلبوم، هدایای ارزنده‌ای تقدیم شد. حجم بالای هدایا و تعداد زیاد هدیه‌گیرندگان توجه همگان را به خود جلب کرده بود و این به دو دلیل ۱- حمایت بسیار شایسته تولیدکنندگان و دستداران طبیعت از این حرکت فرهنگی ۲- توجه دست‌اندرکاران نشریه به حضور فعال جوانان در این مسابقه و لزوم تشویق مناسب از آنان بود. همچنین در خارج از بخش مسابقه و آلبوم نمایشگاه، به لحاظ عکاسی هنرمندانه و تکنیک برتر عکاسی، به عکس «دماوند در شب»، عنوان عکس ویژه نمایشگاه تعلق گرفت و هدایایی به بدین آورنده آن داده شد.

نمایشگاه «انسان، سنگ، کوهستان» از تاریخ ۵/۳۱ لغایت ۶/۱۰ از ساعت ۱۰ الی ۶ بعدازظهر، و با چهار مجموعه: ۱. عکسهای انتخاب شده و دارای عنوان هیئت داوران در بخش مسابقه و آلبوم ۲. عکسهای انتخاب نشده و بدون عنوان هیئت داوران در بخش مسابقه و آلبوم ۳. تصاویر بزرگ از مناطق کوهستانی که از دستداران برای نمایشگاه (به صورت امانت) دریافت شده بود و ۴. تصاویری از تاریخچه کوهنوردی ایران به روایت تصویر (به صورت امانت) برگزار گردید.

در طی برگزاری این نمایشگاه پوشش خبری و تصویری شایسته‌ای از طرف شبکه‌های خبری سیما شامل شبکه‌های ۱- ۲- ۳- ۴- ۵ و جام جم به این موضوع اختصاص داده شد که نشان دهنده توجه و اهمیت دادن به موضوعات فرهنگی از طرف سازمان صدا و سیما می‌باشد.

و با تشکر از:

رضا تهریزی در بخش ارائه تصاویر بزرگ جهت ارتقاء دید عکاسی و جلوه بخشیدن به نمایشگاه - فدراسیون جانشانان و معلولین و روابط عمومی مجموعه ورزش انقلاب به لحاظ ارائه قاب عکسهای نمایشگاه - حسین نظر و عباس بهرامی در برپایی نمایشگاه - شرکت تله سی یژ دربند در روز اهداء هدایا، مهرزاد

ناظری و احمد قائمی به لحاظ ضبط تصویری مراسم افتتاحیه و اهداء هدایا.

قابل اشاره:

در حاشیه برگزاری نمایشگاه و به لحاظ به دست آوردن نظریات بازدیدکنندگان از نحوه برگزاری نمایشگاه و همچنین اعلام نظر آنان به لحاظ زیباترین تصاویر نصب شده در سالن فرمی تهیه و در اختیار این عزیزان قرار می‌گرفت.

برای این منظور به ۳ نفر از اشخاص که از نظر دیدارکنندگان دارای بالاترین امتیاز بوده‌اند هدایایی تعلق خواهد گرفت. همچنین به قید قرعه از میان اشخاصی که مبادرت به پر نمودن فرم نموده‌اند نیز یک نفر انتخاب و اهداء هدیه خواهد گردید. نتایج این دو موضوع در شماره بعدی (۱۷) به اطلاع همگان خواهد رسید.

اسامی ارائه‌دهندگان تصاویر در بخش تاریخچه کوهنوردی ایران به روایت تصویر

بهمن شهوندی، رجبعلی دورودیان (گاندی)، ابراهیم صدقی، فدراسیون کوهنوردی از تهران - جواد نظام‌دوست از مشهد - محسن باقریه از همدان.

از بهاران کی شود سر سبز سنگ  
خاک شو تا گل بروی رنگ رنگ  
«مولوی»

در پایان لازم به یادآوری است که به دلیل تعویق زمان نمایشگاه از ۵/۱ به ۵/۳۰ که با بسته شدن صفحات نشریه شماره ۱۶ هم‌زمان گردید. چنانچه نتوانستیم به ذکر نام و تشکر از تمامی عزیزانی که در این حرکت جمعی ما را یاری کردند پیردازم پیشاپیش عذرخواهی نموده و از خداوند متعال برای همگان سلامتی و توفیق روزافزون آرزو مندیم.



عشایر بینالود - عکس از حسین نظر

اسامی شرکت کنندگان در بخش مسابقه و نمایشگاه عکس کوهستان و عناوین داده شده توسط هیئت داوران

| نام و نام خانوادگی | شهر         | عنوان                        | هدیه  |
|--------------------|-------------|------------------------------|---|
| اسماعیل کشتکار     | لاریس همدان | عکس اول                      | یک سکه بهار آزادی - یک جفت کفش کوه - دو عدد کارابین               |
| علیرضا ورزم        | تبریز       | عکس دوم                      | یک نیو سکه بهار آزادی - یک جفت کفش کوه - دو عدد کارابین           |
| محمد رضا عرب       | تهران       | عکس سوم + اول ایوم           | یک عدد دوربین عکاسی، یک جفت کفش کوه، یک عدد کارابین، عدد کارابینش |
| جواد نظام دوست (۱) | مشهد        | عکس چهارم + سوم ایوم         | یک جفت کفش کوه - یک سری گیر مصنوعی - دو عدد کارابین               |
| ارش کریمی          | تهران       | چهارم ایوم                   | یک جفت کفش کوه  |
| حسن عیسی حاج (۲)   | کرمانشاه    | عکس پنجم                     | یک جفت کفش کوه - یک عدد کوله پشتی                                 |
| بابک امین نقرنی    | تهران       | عکس ششم                      | یک جفت کفش کوه - دو عدد کارابین                                   |
| خسرو فروتنی        | دورود       | عکس هفتم + پنجم ایوم         | یک عدد کوله پشتی - یک جفت کفش کوه - دو عدد کارابین                |
| سیاوش محمدولی (۳)  | تهران       | عکس هشتم + دوم ایوم          | یک جفت کفش کوه - دو عدد کارابین                                   |
| منصور ملک خویان    | اصفهان      | عکس نهم                      | یک عدد دوربین عکاسی   |
| امیر حسین ولیان    | مشهد        | عکس دهم                      | یک عدد کارابین کوهنوردی   |
| بهنام حسینی        | کرمانشاه    | عکس یازدهم                   | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| حسین عیسی حاج      | کرمانشاه    | عکس نوزدهم                   | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| نعمت الله طاقی     | مشهد        | عکس بیستم                    | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| همیرضا موسوی مانی  | اصفهان      | عکس چهاردهم                  | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| دومن ربیع زاده (۴) | تهران       | عکس پانزدهم + عکس بیست و یکم | یک جفت کفش کوه - یک جفت کوهنوردی                                  |
| مسعود بالکندی      | بانه        | عکس شانزدهم                  | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| مهران غلامی        | تهران       | عکس هجدهم                    | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| علیرضا فیروزی      | تهران       | عکس بیستم                    | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| حسین نظر           | تهران       | عکس نوزدهم                   | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |
| اکبر فتاحی         | تهران       | عکس بیستم                    | یک عدد کوله - یک سری لوازم پلار - یک عدد ساک کمربندی              |

(۱) به دلیل اهمیت داده شده به تشکلهای کوهنوردی و عضویت این کوهنورد عکاس در گروه کوهنوردی آزادگان مشهد یک سری گیره مصنوعی به هدایای ایشان اضافه گردید. (۲) به دلیل یادشده و حضور مقامهای اول و دوازدهم و عضویت در گروه خانه کوهنوردان کرمانشاه یک سری گیره مصنوعی به هدایای ایشان اضافه گردید. (۳) به دلیل یادشده و حضور این کوهنورد عکاس در باشگاه کوهنوردی دماوند تهران یک سری گیره مصنوعی به هدایای ایشان اضافه گردید. (۴) به دلیل انتخاب عکس ویژه نمایشگاه (در خارج از بخش مسابقه) هدایای نامبرده اضافه گردید.

**یاری دهندگان ما در برگزاری مسابقه و نمایشگاه عکاسی انسان، سنگ، کوهستان**

**فرهنگسرای نیاوران**  
تولیدی ورزشی آذرکوه  
تولیدی ورزشی آراین کمپ  
تولیدی ورزشی شقایق  
تولیدی ورزشی ورزش کوه  
تولیدی ورزشی کوهیار  
تولیدی ورزشی پایار  
تولیدی ورزشی دنا  
تولیدی ورزشی کوهستان  
تولیدی ورزشی فرنام  
تولیدی ورزشی اسپیت  
شرکت فیلمسازی مستندنگار  
شرکت شرقی سیستم  
شرکت بازرگانی تینا  
دکتر فرهاد کریمی و حسین نظر

اسامی شرکت کنندگان در بخش مسابقه و نمایشگاه عکس کوهستان و عناوین داده شده توسط هیئت داوران

| شهر     | نام و نام خانوادگی |
|---------|--------------------|
| مشهد    | علیرضا ولیان       |
| تجربش   | سینا خلیلی         |
| تهران   | مینا همتی          |
| لرستان  | نادر ملوکی         |
| شیراز   | عبدالله رئیس       |
| کرج     | نیما عدیری         |
| تهران   | مهران رضازاده      |
| تهران   | هاشم سمیع شمسی     |
| کرج     | علیرضا توری        |
| مشهد    | علیرضا خادم شیروان |
| تهران   | جلال خلخالی        |
| اصفهان  | امجد سعوانی        |
| تهران   | ایرج عصلحی میلانی  |
| اردبیل  | بهراد بزرگی        |
| خلخال   | مهدی ممدوحی        |
| بوکان   | اسماعیل سلطانی     |
| کلاردشت | علیدوست قرنی       |

| شهر      | نام و نام خانوادگی |
|----------|--------------------|
| کرج      | منوچهر فروتن نژاد  |
| کرمانشاه | جبار پیوسته        |
| تهران    | محمدالله ساعتی     |
| تهران    | رها روزبهان        |
| تجربش    | حمید مساعیان       |
| همدان    | خلیل عبدتیگونی پور |
| بانه     | ناصر بالکندی       |
| تهران    | سوسن رئیس          |
| همدان    | علیرضا آذر بسی     |
| استارا   | چشمپد گروردی       |
| سراب     | فرهاد ملک زاده     |
| سراب     | رضا فرهنگد سربانی  |
| سراب     | حمید ناصری         |
| استارا   | اکبر تقی زاده      |
| بانه     | بیجان بالکندی      |
| تهران    | عباس سیبانه ضاتی   |
| تهران    | عباس بهرامی نیا    |

| شهر          | نام و نام خانوادگی |
|--------------|--------------------|
| تهران        | نقیسه تهرانی       |
| لاریس همدان  | حسین عبدلی         |
| اصفهان       | اکبر کبیری         |
| تبریز        | شاهرخ ظهیری        |
| بابل         | مهراد کاظمی        |
| بانه         | کمال مسگری         |
| تهران        | وژطان زاکاریان     |
| تهران        | بهناز رسول زاده    |
| تهران        | اکبر زار عین       |
| دوره و استان | محمود میرافاک      |
| کرج          | مصطفی تختیری       |
| تبریز        | چنگیز امیر محمدیان |
| دورود        | رضا اسدی           |
| اراک         | احمد فرهنگدیان     |
| تهران        | کریم امان          |
| تهران        | چشمپد هدایت        |
| تهران        | کیوان سلیمی        |

| شهر    | نام و نام خانوادگی |
|--------|--------------------|
| تهران  | رضا زارعی          |
| تهران  | جعفر باشتا         |
| کرمان  | حسین صباغ نژاد     |
| اصفهان | حسین سهرابی        |
| تهران  | بهرروز سعیدی       |
| تهران  | محمدحسن نوروز علی  |
| تهران  | مهدی نمایان کیا    |
| تبریز  | بیجان همتی         |
| اراک   | محمدحسن جلالی نکو  |
| تهران  |                    |

# کوهنوردی نوین در ایران

جلیل کتیبه‌ای



طرحی از یخچال‌های فراز دره یخچال دماوند کوه

بخش ۱۱

از میان برگه‌های پراکنده تاریخ کوهنوردی

همراهانش رضا کفاش، حسین عزیزی و ناصر مصطفوی هستند و شیب ۶۰ درجه‌ای چشمه پهن کوه زیر پاهایشان.

کوهنوردان پس از رسیدن به کف دره یخچال، چادر یکمشان را در ۳۲۰۰ متری برپا می‌دارند. روز دیگر (۱۶/۱۳) از رگبارهای سنگ غلطان می‌گذرند. در حالی که یک از آن سنگها به شانه مصطفوی لطمه می‌زند و او را ناچار به بازگشت از چادر یکم می‌کند. سه نفر دیگر، راه را کمی اریب‌دار، از یخچال به سنگها می‌کشاندند و بار دیگر ناگزیر می‌شوند که به روی یخچال شیب دره برگردند و چادر دوم را در ۴۸۰۰ متری و نزدیک دیواره یخ مستقر سازند. روز بعد، گذر از یخچال را که با آن سوی زیر دیواره‌های یخ گسترده است ادامه می‌دهند، دیواره دماغه یخچال (انتهای پایین یخچال شماره ۳) را از نزدیک برانداز می‌کنند و یک طول طناب نیز از آن صعود دارند که ناگهان؛ رابوکی می‌نویسد: در ... محو تماشای زیباییها و بررسی دیواره بودیم که ریزش وحشتناکی از سنگهای ریز و درشت میخکوبمان کرد. یک سنگ کوچک به کلاه و شانه‌ام خورد که کتفم را از کار انداخت... با این حادثه، تصمیم می‌گیرند که از خیر دیواره بگذرند و صعودشان را از کناره راست یخچال اصلی (شماره ۳) ادامه می‌دهند. در این مسیر که با برجها و ستونهای معلق یخی مزین است، دشواری صعود با درک و لذت زیباییها همراه می‌گردد، که گاهی این و گاهی آن شدت می‌یابد. رسیدن به انتهای بام برفی، همراه است با پایین کشیده شدن قتیله چراغ بزرگ طبیعت، شامگاه قله نیز لطف دیگر دارد... و ساعت ۲۲ در تخت فریدون.

در سال ۵۹، دسته رابوکی را پنج نفر تشکیل می‌دادند که در پایان تابستان روانه دره یخچال شدند و دو نفرشان وی را تا بالا همراهی کردند: حسین عزیزی و ناصر مصطفوی.

در این سال، سطح یخچالها تغییر فراوانی کرده بود و با سالهای پیش تفاوت بسیار داشت. در کف دره، بریدگی بزرگی بدید آمده بود که به پهنای ۱۰ و

دوستان و خوانندگان گرامی و وفادار این بخش از مطالب مجله، ضمن مطالعه نوشتار شماره پیش (سرگزاری دوره‌های آموزشی، صعودهایی در بیستون، بر دومین قله آلب و در علم کوه - که راه «اورال» در آنجا ابتکاری بود، برنامه‌های همدان به منظور گستردگی کوهنوردی، هدفهای زمستانی در چندکوه البرز و اشتراک، سقوط در یخچال، یادای از پیشگامان و کوهنوردان بدون طناب و یخ و نیز دیدگاههایی در باب‌رحایی دوستیها و خدمت به کوهنوردی و همچنین دو سه موضوع در راه و روش طرح و یادداشت برنامه‌ها و ...). به این اشاره نیز برخوردند که ضمن آن، امکان استیاهی را در برنامه‌های یخچال سالهای ۵۸ و ۵۹ پیش کشیده و پوزش خواسته بودم.

اینک که با یاری کارشناس دماوند و کوهنورد بزرگمان جلال رابوکی، از این اشتباه کوچک رفع شبهه شده است، ضمن تشکر از ایشان، از دوستان مطالعه کننده خواهشمندم، موضوع صعود از دره و یخچال یخچال در سال ۵۸ را به جای آنچه در ستون یکم صفحه ۹ شماره ۱۴ فصلنامه چاپ شده و نیز برنامه سال ۵۹ در همین دره و یخچال را که در زمره برنامه‌های سال ۵۹ آورده نشده است، لطفاً به شرح زیر یادداشت بفرمایند و در صورت تمایل، در جاهای خودشان در شماره‌های ۱۴ و ۱۵ فصلنامه منظور بدارند.

اما پیش از اشاره به این صعودها، بهتر است که با یک طرح ساده، نگاهی بیندازیم به یخچالهای دره یخچال و شماره‌گذاری آنها که بررسی و درک صعودها را آسانتر می‌سازد.

همین‌گونه که در طرح دیده می‌شود، این یخچالها با ۵ شماره مشخص شده‌اند که یخچال بزرگ مرکزی و اصلی یخچال (با شماره ۳) در وسط قرار دارد و در دو سوی راست و چپ آن، چهار یخچال کوچکتر واقع شده‌اند. گرده سمت راست دماوند، راه تخت فریدون است و در سمت چپ نیز گرده شرقی و بخشی از بالای جبهه دماوند، مشرق و جنوب شرقی دماوند دیده می‌شود. پایین این یخچالهای پنجگانه، ژرفای دره یخچال قرار گرفته که بیرون از طرح است. در تابستان ۵۸، بار دیگر جلال رابوکی را در راه یخچال دماوند بی می‌گیریم.



(بابا) باقر خورشیدی



پدربزرگ کوهنوردان ایران

چادر دسته سه نفری، در ارتفاع ۴۸۰۰ متری، یخچال یخار.

در سمت چپ، دیواره یخ دماغه یخچال اصلی دیده می شود

را نیز بی نصیب نگذاشتند و از کرده شمالی به قله علم کوه پانهادند. این صعود اگرچه از نظر کلی رده بندی، از سومین بار فراتر رفته است، اما برای کرمانشاهیان، دومین بار به حساب می آید.

### ● دوگام بلند و تازه در سنگ و در یخ

در تابستان ۶۰ علم کوه تنها و خموش مانده سالهای پیش از ۱۳۲۸ و ۱۳۳۰، به مرکزی برای گردمایی سی، چهل نفر از کوهنوردان شهرستانهای ایران تبدیل می شود. چادرهاست که اینگوشه و آن سو، بر یخچال و کنار سنگهای «مورن» برپا می گردد و تبادل نظرها و بررسیها و دیدگاهها و گفت و شنودهاست که در گذران چند روز و شب، میان کوهنوردان، به طرح و نتیجه گیری می انجامد... و البته که در این بحثها، کوهها و قله ها را هم ساکت و آرام نمی گذارند و دیدار با آنها از مواد برنامه است.

اما در میان آن همه گفتار و نقشه و انتقاد برای سازندگیها و نیز صعود به کوههایی در آن سامان، به یاد پیشینیان نیز بودند و در این میان، یک کار جالب و تازه هم برای نخستین بار به درخشش می آید. صعودی تکنفره از دیواره شمالی علم کوه!

محمد شهیدخت (شهیدی) که در سال ۵۶ با دو تن از دوستان تبریزیش، ابتکاری به خرج داد و با هفت روز تلاش، نیمه پایینی راه ورشو را به نیمه بالایی راه فرانسویها پیوند زد، در سال ۶۰ به اندیشه تکنفره صعود کردن از این راه افتاد.

خودش می گوید: «... اندیشه صعود انفرادی، زمانی به مغزم خطور کرد که در صعود زمستانی کرده آلمانیها (سال ۱۳۵۸)، پس از چندبار حمله، بر اثر باد و سرمای زیاد و حدود نیم ساعت ایستادن افراد حمایت کننده در یک نقطه که منجر به سرمازدگی شد، مجبور به بازگشت شدید و این خود درسی بود از یک

زرقای ۵ تا ۶ متر می رسید که به نظر آنان، می باید سیل بزرگی از بالا دستها جاری شده باشد که در یخچالها و دره، جان اثرهای شگرفی را بنیدد آورده باشد. روز سوم که برای صعود از دیواره یخ دماغه یخچال اصلی (۳) بالا می رفتند، دشواریهای زیادی در راهشان بود تا به پای دیواره رسیدند. دیواره یخ، به ظاهر آرام و آماده پذیرفتن آنان بود. سه نفری نوک کلهها و کفشهای یخ را در یخهای بلوری فرو بردند و سانتیمترها و مترها را رو کردند. طول دیواره به ۱۵۰ متر می رسید و آنها چند ساعتی در تلاش بودند تا به قوز یخچال رسیدند. اما کمبود یخ (تا آنجا ۲۳ میخ بیخ مصرف کرده بودند) و شاید هم کم بودن مقدار خودشان (به نظر رابوکی) مانعی بود برای گذر کردن از این جای ناهموار.

در عوض، دو روز بعد، دهلیز سنگی و یخی بسیار جالب و هیجان انگیز کنار راست یخچال مرکزی (شماره ۳) را هدف گرفتند که رابوکی در سال پیش آن را شناسایی کرده بود. این دهلیز، با ادامه یافتن دیواره دراز یخی یخچال اصلی در سمت چپش، ۴۰۰ متری به بالا می رود و در انتها، با یک صعود هفت متری می توان از آن بیرون آمد و به پهنای بام برفی گام نهاد. از اینجا تا قله نیز، دنیای شگفت انگیز و دلهره آوری است از سوزنیها و برجها و شکافهای یخی که صحنه بهت آور خود را بر کسائی عرضه می دارد که نیرو، همت و شهادت رسیدن و گذشتن از آن را داشته باشند... و این ۳ یار صعودکننده آن سال از آن دسته کوهنوردان بودند.

اگر چه رابوکی خود پس از این صعود، به این راه عنوان «دهلیز پنهان» را داده است، اما بهتر این است که با نام خود وی «دهلیز رابوکی» شناخته شود که نخستین صعود از آنجا را رهبری کرده است. همچنان که راه صعود محمد شهیدی و همراهش در سال ۵۳ از کناره چپ یخچال شماره ۵ (نه همه یخچال) را، نیکوست که به نام ایشان (راه شهیدی) بشناسیم. راه سمت راست یخچال مرکزی (۳) نیز که در سال ۵۸ به سرپرستی جلال رابوکی صعود شد (در بالا اشاره کردیم)، حق ایشان است که به نام ایشان باشد.

و اینک با هم به دهه ۶۰ می رویم...

### ● کرمانشاهیان پیشرو

اکنون بر درگاه دهه شصت ایستاده ایم و با نگرشی به کوهها، دیدی می زنیم که با کدام تلاش، گام در سال ۶۰ بگذاریم.

چرا از فروردین ماه نیاغازیم که دیواره رو به آفتاب بیستون، هنوز طراوتی از زمستان گذشته در خود دارد؟ و به همین سبب نیز اسد آبادیان، اشتری و عیوضی، به آسودگی و گزینش نیک، به راه «جان بناها» بنجه می افکنند و از آن می گذرند. کمی بعد، راه «کلاهدک شناخت» در فراتاش (بیستون) که در سال ۵۸ نخستین گامها برای نوردیدن آن به پیش گذاشته شده بود، به وسیله ایزدی، حیدریان، عیوضی و نادری به پایان می رسد.

سومین کار تازه را هم خود کرمانشاهیان، در فراتاش به نمر می رسانند. اسد آبادیان، بهادری، عیوضی و مشکوب با یاری یکدیگر از «تراورس» (؟) طاقچه می گذرند و آن را وارد فهرست کوهنوردیهایشان می کنند.

و باز هم این رادمردان غرب هستند که هدفهای دیگرشان را در علم کوه نشانه می گیرند، آن هم بر بیکر سرد یخچال شمال غربی... که دومین صعود متکی به خود ایرانی و در ضمن دومین صعود برای شهرستانها و نیز برای خود کرمانشاه است. بهادری و حشمت حیدریان در ۵/۸۳ پا تا سر این عروس سپیدپوش را در می نوردند. همین دو یار کوه و شهر، کمی آن سوتر از آن یخچال

شکست...»

در نیمه تابستان ۶۰ که محمد شهیدی نیز همراه با دو دوستش مهدی شیرازی و رضا کفایش در علم جال بودند، قرارشان بدین گونه شد که این دو نفر برای صعود از راه اورال پیشقدم شوند و شهیدی، چند طول طناب پس از آنها، به تنهایی با سنگها درگیر شود. اجرای این روش، بدان سبب بود که در حالی که شهیدی در حقیقت تنها و بی یار صعود می کند و ارتباط عملی با آن دو نفر ندارد، اما (این پیش بینی در آن نهفته بود) اگر پیشامدی برای وی رخ بدهد، از یاری آن دو دوست بی بهره نخواهد ماند. طرحی که در آن، نقشی روانی وجود داشت. در بامداد بدون آفتاب علم جال، دسته دو نفری به پیش افتاد و از سنگها بسالارفت. نسیم ساعتی بعد، شهیدی نیز با یادی از شادوران ناصر گارسجی (کوهنورد ورزشیده و با شهامت فقیه) وارد دیواره شد.

نخستین شب برای شهیدی، در یک تور آویخته بر سنگ و در فاصله دو طول طناب با دسته پیشرو، سپری شد. روز دوم از «طاقچه دوم» و «کلاهدک بزرگ» که در مسیر قرار دارند، گذشت و در جایی که دسته جلو، در گزینش راه و ادامه صعود مردد بود، دومین شب سرد را روی «سکو» گذرانید. در سومین روز، در حالی با سنگها کشتار می رفت که از دسته پیشرو اثری نبود. آخر روز که خود را آماده خوابیدن می کرد، صدای ریزش چند سنگ، پیام آور صعود دوستانش در بالادست بود. در این شب، هیجان گذشتن از دیواره های زیریا و مقداری دلهره برای صعود فردا، خواب را از چشمان شهیدی ربود. جاره این التهاب را در شب نوردی دید و با یاری نور چراغ پیشانی، تا ساعت ۲ بامداد از سنگها بالا رفت.

در چهارمین روز، هنگامی که به قیف دیواره (دهلیز میانی) رسید، با تگرگ

و برف مقدمش گرمای داشته شد! اما باید تا غروب نشده بود از این زندان سه جبهه ای و سرد میگریخت که جای زیاد خوشایندی نبود...

در فراز دهلیز قیف، برف تازه و یخ بسته را زیر کفشهایش به صدا درآورد و سرانجام، هنوز کمی از روشنایی روز در افق باقی بود که با گونه های خیس و بدنی نه چندان گرم به قله رسید و پیش از اینکه بخود آید، فریادهای «خسته نباشی...» دوستانش از دوردستهای ژرفای یخچالها، در رنگ خاکستری اوج کوهستان بیچید و استوارترش کرد. لحظه ای درنگ کرد و به یاد فریدون نجاح و احمد فرزین نیا (دو کوهنورد از دست رفته سال ۴۸ بر اثر همین علم جال) در خود فرو رفت... و سپس شب را کمی آن سوتر قله، در کیسه خوابش با خستگی و خواب و خیالها به صبح رساند.

احمد اخوان، منصور رنجبر و محسن عبدلی نیز یار آغاز این برنامه جالب و نیروبخش تلاش بزرگ شهیدی بودند.

اینک در سر راهمان از علم کوه به دماوند کوه، بد نیست تا در قله علم کوه هستیم، سری هم بزنیم به دو جان پناهی که در همین سال، یکی در نزدیکی قله سیاه سنگ ۴۶۰۰ متر و دیگری در گردنه خراسان ۴۷۵۰ متر بنیان نهاده شد. اگر هم نتوانیم در آنها خستگی به در کنیم، دیدنشان، آرامش خاطر بی آذمی می دهد. و اگر آسمان دوردستهای شرق نیز بدون ابر باشد، می توان ایهت و زیبایی دماوند را در ورای کیج گردن (آزاد کوه)، با نگاه دیدگان بعیده و در سینه دوربین عکاسی جای داد. کوهنوردانی که در زمستان و یا در هوای نامساعد فصلهای دیگر، بر این دیواره ها و چکاده ها گام می نهند، می توانند خاطرشان را به آرامش بسپارند، زیرا که سرپناهیایی در نزدیکیهای آن اوج، برایشان آماده شده است.

\*\*\*

... و باز پروازی به سوی بلندترین و بار دیگر پیگیری رذ پای جلال رابوکی و همراهانش در دره یخار. شهر یورماه از نیمه گذشته است. کوهنوردانی از تهران، اراک و همدان که بهتر است آن را رویهم به نام «گروه یخار ۶۰» بشناسانیم، برای پیروزی، به یخچال یخار مرکزی رو آورده اند. دره یخار و یخچالهایش، همواره زنده و یویا هستند و آرامش را نمی پذیرند. سنگ غلتانها و ریزش یخها، بیوسته در تکابوی شکستن سکوت این دره زرف و هولناک هستند. از دور دست، نقطه های تیره رنگ متحرکی را می توان بر اوج بام برقی تشخیص داد و ... روز دارد به پایان می رسد.

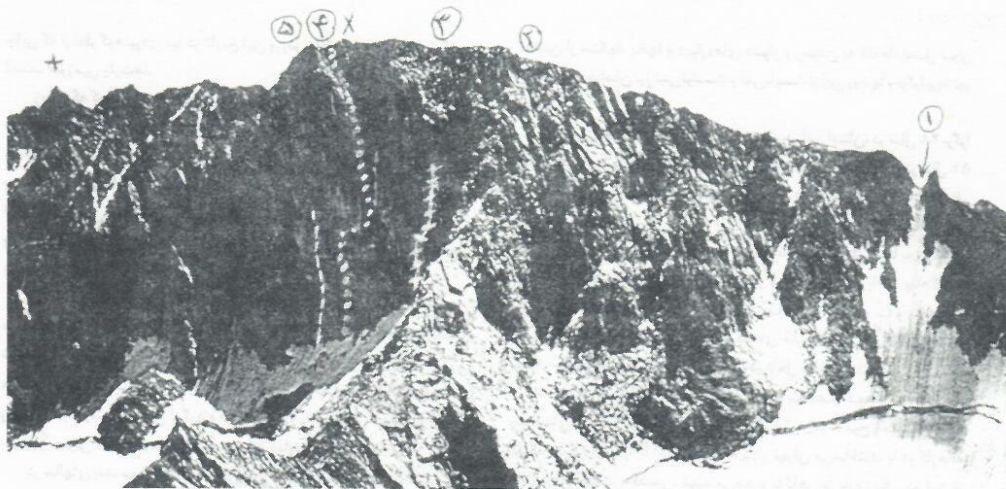
رابوکی درباره آن واپسین لحظه ها: «... چهار شب ۶۰/۶/۱۶ چهار شب، همچون سایه هایی خیال برانگیز، آخرین گامهای آرامشان را بر خاکسترهای قله دماوند گذاشتند که در کوله بارهایشان، ثبت نخستین صعود از دیواره دماغه یخار و یخچال مرکزی آن نهاده شده است...»

دو روز تمام با یخهای سخت و سرد کستی گرفتند. روز یکم با ۲۳ مخ یخ یخ، دیواره یخی را رام کردند و طناب ثابتی بر آن استوار ساختند. روز دوم از کوز (قوز) یخی هم گذشتند و بر پهنه یخچال فراز آن پانهاوند که خود حکایتی است افسانه وار از شکافها و برجها و ریزشهای یخی... که راهیابی و گذر کردن از این اعوجاج، آدمی را به یاد آزمایشهای هوش و دقت خوانندگان در بعضی مجله ها می اندازد که طرحهایی با خطهای بسته و گسسته به چاپ می رسانند. آزمایش شونده باید از یک ورودی به دالانهای نامشخص آن داخل شود و بدون گذر کردن از خطها (راههای بسته)، راه اصلی بدون خط (گسسته) و بدون

محمد شهیدی در حال صعود تک نقره دیواره علم کوه



محمد شهیدی در حال صعود تک نقره دیواره علم کوه



۱- حوضچه و دیواره یخچال شمال غربی، ۲- گرده شمالی (آلماتیا).

۳- راه نیمه تمام ایرانیها در سال ۶۱، ۴- راه اوزال ۵- راه نیمه تمام آرش در سال ۶۱

×- قله علم کوه + - قله شاخک

در این تابستان، سیزده نفر از کرمانشاه به دیدار این غار کهن زادگاهشان رفتند و کوشیدند که به جاهای بیشتری نفوذ یابند. کریم اسدآبادیان، ایرج الفتی، بهروز ایزدی، صمد بهادرانی، منوچهر چگینی، فرامرز دزفولی، محسن ساسانی، حشمت فرهادی، بهمن مشتکوب، محسن مهدوی و سه نفر دیگر که در برنامه ۵۸ نیز شرکت داشتند (علی پورحسینی، فرج قلعه‌ای، باقر عیوضی) تا انتهای چاه نهم را بررسی کردند و بقیه جاها را گذاشتند برای بار دیگر، و شاید هم برای دیگران؟!...

\*\*\*

سراسر ایران مال همه ایرانیان است. هر تلاشی که در رشته کوهنوردی، همچون دیگر هدفهای افتخارآمیز، در این پهنه و یا جاهای دیگر، به دست ایرانی صورت بگیرد، به ایران زمین تعلق دارد و میبایست برای همه ماست. اما دیگر در این بویس تاریخچه گونه، بیشتر از کوهنوردان و تلاشگران چند شهر، قلم به نگارش می‌پردازد، باید بستگی داشته باشد به نزدیکی آنان به یک کوه و یا غار جالب سنگی، یا رسوخ کوهنوردی فنی به سببهای گوناگون در آنجاها، یا شکفته شدن تمایل و استعداد بیشتر این‌گونه کارهای نوین در آن شهرها و یا سببهای دیگر. برای همچو منی که در این پژوهش و تکاپو گام برمی‌دارم، بارها و بارها تأثر خاطری دست داده است که نتوانستم از کوهنوردان و غارنوردان عزیز شهرهای دیگر وطنم، خیری، یادداشتی، تشریحی و اثری در دست داشته باشم که از آنان نیز یاد بکنم. آیا اگر من چیزی از آنها برای نوشتن نداشته‌ام، خود آنها نیز چیزی برای گفتن نداشته‌اند؟!...

از غرب کشور فراوان یاد شده است. این بار نگاهی به شرق می‌اندازیم. به سرزمین گسترده خراسان که تاریخی کهن را بر تارک خود دارد. جایی که بارگاد و آرامگاه حضرت (رضاع)، آرامبخش دلهای آرزومند میلیونها شیعه، در قلیس قرار دارد. جایی که بزرگان تاریخ و ادبیات و وطندوستانی همچون فردوسی، طوسی و یا ابومسلم خراسانی و یا شیخ عطار و ... را در خود پرورانیده است.

بن بست را باید و خود را به مرکز آن دز بریج و خم برساند. مرکز دز این کوهنوردان، جکاد بلند دماوند بود که در ساعت ۲۱، ابراهیم بابایی و جلال رابوکی در یک طناب و غلام دانشمند و ناصر خوشه‌چین در دومین دسته، خود را بر آن فراز به تیرگی نشسته رسانیدند.

در همین روز، وحید عسگری و عباس محمدی، از راه آماده شده دیواره یخ بالا رفتند، اما نه برای رسیدن به قله، که ایشان خود هدف تازه دیگری را در فردای آن روز داشتند. وظیفه آنها در این روز، آزاد کردن طنابهای ثابت و بیرون آوردن میخها و بایین آوردن آنها بود.

روز بعد (۶/۲۰) داریوش یابازاده، وحید عسگری، مهرزاد گرانیانیه، عباس محمدی و محسن نوری راهی نخستین صعود از یخچال شماره ۳ یخار شدند که در بخش بالایش به همان صحنه یخچال گسترده اوج دماوند (بام برقی) می‌پیوندد. در گذر کردن از این بخش نیز می‌توان زیبا بیهوا و شگفتیها و دلهره‌ها را با هم و همراه با پیروزی، در ژرفای دیدگان و ادراک جای داد.

برای تهیه مقدمات این برنامه سترگ، از بهار سال ۶۰ دست به کار شده بودند. سیصدونجاه کیلوگرم بار به دره یخار بردند که ۲۵۰ کیلوی آن وسزه هدفهای بالا بود. آخرین قرارگاه آنان، چهار چادر بود که در شیب تند یخی نزدیک دیواره یخ برقرار کرده بودند. در این تابستان، وضع دره یخار بهتر از سالهای پیش بود و نشان می‌داد که بارنگیها، مناسب و به موقع بوده‌اند. رهبری گروه را جلال رابوکی به عهده داشت و ابراهیم بابایی، سرگروه فنی بود.

● برای ۱۳

● همه جای ایران سرای ماست.

● از بیسگامی در کوهنوردی ایران، تا کوشش برای خودیاری

در غار «پرو» اگر چه از یخچال خیری نیست، اما برای راه برتن به جاههای سنگی آن، از یک سو تلاشهای سخت در پایین رفتن و یا بالا آمدن، عرق آدمی را درمی‌آورد و از سوی دیگر، بادهای سردی که در برخی از آنها جریان دارد، در دقیقه‌های توقف و انتظار، آرزوی لحظه‌هایی از تابش آفتاب روی دیواره بیستون را در دل غارنورد شکوفا می‌سازد.

جایی که از نظر کوهنوردی نیز در تاریخ این ورزش والا، صاحب نام و پیشگام است... سرزمین پارت‌ها.

زمانی که کوهنوردی در کشور ما حرکت کوتاهی کرده و دوباره آرام گرفته بود، منوچهر مهران (شهیر) که مربی ورزش باهوش و نونگری در مشهد بود، با همگامی حسین بنایی که او نیز همکار او در ورزش محسوب می‌شد، برنامه‌های راهپیمایی و کوهگردی در کوه‌های و کوهستانهای دل‌انگیز نزدیک شهرشان برپا داشتند و گروهی از مربیان دیگر ورزش و با پیشاهنگی را به این حرکت سالم و سودمند کسانندند. (تصویری از آن برنامه‌ها را در شماره پیش مجله دیدید).

اما مسلم است که برای کسی چون «مهران»، کوه‌های بینالود و اخلمد، مقدمه‌ای بودند و هدفش بالاتر و وسیعتر بود. از آنچه در خاطر دارم و نیز گفته شده است، در سال ۱۳۱۱ منوچهر مهران، همراه با حسین بنایی و یار دیگر همشهریشان (امیر بیرجندی) و یک آمریکایی، از راه تهران و از قلعه توجال، به روستای افجه رفتند و سپس از گردنه «افجه بشم» وارد دره لار شدند و از آنجا به جبهه جنوبی دماوند کوه راه یافتند و به قلعه دماوند صعود کردند.

در سالهای بعد، مهران به تهران کوچ کرد و باشگاه ورزشی نیرو ورستی را با یاری همسر شایسته و روشنفکرش (بانو منیر جزینی)، برپا داشت. روشن است که ایجاد بخش کوهنوردی در آن باشگاه، نه تنها نمی‌توانست از یادش برود، بلکه در ردیف جلو نیز قرار داشت.

از گردندگان به همین بخش بود که کاروان چهل نفری قلعه دماوند را در سال ۱۳۳۳ راه انداخت که خود تحرکی مؤثر در سروسامان یخسین به بنیان کوهنوردی ایران به حساب می‌آید.

از پیشگامان دیگر کوهنوردی در خراسان، به جز دو نامی که برده شد، باید از شادروانان دکتر امیر بیرجندی، مهدی ریاضی و نفیسی یاد کرد که به ویژه این احتمال بسیار قوی است که دکتر بیرجندی، پیش از بنایی و مهران، به دماوند صعود کرده باشد. از همگان و همدوره‌ایهای این پیشینیان، خوشبختانه باقر (بابا) خورشیدی، همچنان از ورای یک‌صد سالگی به‌سان خورشیدی درخشان، بر زندگی و تاریخ کوهنوردی پرتوافشان است که عمرش سربار و درازتر باد.

البته که از سرزمین خراسان از دیرباز، یلان و رادمردان نام‌آوری راه به تاریخ سیردهاند که در اینجامجالی برای نامیدن همه آنان نیست، اما در این چهار، پنج دهه اخیر، پهلوانان برجسته‌ای مانند حاجی گلگار، پهلوان فوجانی، سخدری و ... در خاطره‌ها جای دارند، چنان که خادمان بزرگنمایی نیز در ورزش و راهبری جوانان این سرزمین داشته‌ایم، همچون محمدتقی جعفریان (که سالها در رأس ورزش خراسان قرار داشت) و یا بمبئی‌چی، دبیر ورزش قدیمی و سا دیگر همگامان اینان.

اما در کوهنوردی، مربیان ورزش دوره‌های پس از مهران و بنایی و به راه آسندگان و نوپایان کوهروی، آن‌سامان، رفته‌رفته به همت و اندیشه پیشینیانسان نیروی بیشتری دادند. کوهنوردان خراسان رو به افزایش گذاشتند و کوه‌های آشنای آن دیار، بیشتر و بیشتر زیر باهای گروه‌های فراوان قرار گرفت و غارهایی نیز در نوردیده شد، حتی در کمتر از دو دهه بعد، دیدیم که کوهنوردان آنجا به کوهنوردیهای زمستانی نیز دست یازیدند (نمونه: نخستین برنامه زمستانی کوه بینالود، توسط افسریان، زاهدی، سرپرست و ظریف در سال ۴۱).

با دگرگونی چهره کوهنوردی در ایران و به کارگرفتن وسیله‌های نوین برای

گذشتن از سنگها، یخها و دیواره‌های دشوار و رسیدن به قله‌ها، نسل نوی کوهنورد در خراسان نیز نمی‌توانست و نمی‌بایست از این روشها و نوکرایبها دور بماند.

نخستین دوره کارآموزی کوهنوردی نوین در این استان، در سال ۴۸ برگزا شد که باقر خورشیدی با ۷۵ سال سن سرپرستی آن را عهده‌دار بود. در سال ۵۱ نیز نخستین دوره تکمیلی سنگنوردی خراسان در اخلمد برپا بود که ۱۵۰ نفر شرکت کننده داشت.

با این دور آغاز و با تکرار این دوره‌ها، بر تعداد کوهنوردان آشنا به روشهای نوین افزوده گشت و گروه‌های کوهنوردی در خراسان سازمان یافت. بناگاهها ساخته شد، نشریه‌های کوهنوردی انتشار یافت (آذکوه و ...) و برخی از وسیله‌های کمکی کوهنوردی، که فرآورده‌های خارجیشان بهای گزافی داشتند (مانند میخ و مدبر و کلنگ و چکش و ...) در داخل ساخته شد.

بد نیست که اشاره‌ای هم داشته باشم به آغاز کوهنوردی نوین و وسیله‌های آن زمان خودمان در سالهای ۲۷، ۲۸، ۳۰ و ... میخ و مدبرها و حتی کلنگ مورد نیاز ما یا اهنگران ساده بازار تهران می‌ساختند، یا در کارخانه ناصر فلاح، کوهنورد قدیمی، تهیه می‌شد و یا گاهی با یاری یکی دو تن از کوهیاران، در تخشایی ارتش ساخته و پرداخته می‌گشت. روشن است که بنیان این فرآورده‌ها از آهن خالص بود، نه از آلیاژهای معین و مقاوم و قابل اطمینان. به همین سبب هم به هنگام کوفتن میخها در شکافهای سخت سنگها، اغلب تغییر شکل می‌داد و خمیده و کج می‌شد! و یا در برف و یخ، دسته‌های کلنگ یا می‌شکست و یا از فلز سرکلنگ جدا می‌شد! (نمونه: به هنگام تمرین در سنگهای بند یخچال و یا سربند تهران و یا در صعود سال ۳۰ از دیواره شمالی شاخک) در سالهای پس از ۳۲ و ۳۳ که صعودهای نوین رو به رواج گذاشت، رفته رفته در برخی از شهرهای دیگر هم، کوهنوردان و صنعتگران فلزکار، دست به ساختن این‌گونه وسایل زدند، تا اینکه با یاری بعضی از فنارسیونهای آن دوره، وسیله‌های گوناگون کوهنوردی، همراه با پوشاک و کیسه خواب و چادر و ... از کشورهای خارجی وارد شد و با بهای خریداری شده در اختیار کوهنوردان قرار گرفت.

در دهه ۶۰ که وضع و بهای ارز در ایران دگرگونی فاحشی یافت، حامد گلگار، کوهنورد مشهدهی که در کارهای فنی نیز ذوق و استعداد داشت، ابتدا به ساختن میخهای کوهنوردی پرداخت. نتیجه آزمایش این میخها، توسط خود او چند نفر از باران کوهپیش، رضایت‌بخش بود. پس از آن، وسیله دیگری ساخت و آزمایش کرد. آن‌گاه با کاملتر کردن آلیاژ آنها، کیفیتشان را بالاتر برد و انواع آنها را نیز از ده جور، فروتر ساخت (میخ، مدبر، چکش، حلقه‌های فرود، گوه‌های گوناگون و ...) و با ضمانت در اختیار کوهنوردان گذاشت.

این کار، خدمتی بود در راه پیشرفت کوهنوردی نوین، به ویژه در خراسان، که جوانان نوبای کوهنوردی، کمتر دستها را به ته چننه درآمد. نه چندان‌شان - فرو ببرند و با هزینه‌های نه بیش از اندازه، پیروزبهای نوین و جالبی را دست و پا کنند. در همین دهه ۶۰ از اینان (عباس جعفری و ...) یاد خواهیم کرد.

● **نخستین‌های یخ‌بسته و تلاشهایی دیگر در فصل برف و سرما**

● **تکرار زمستانی بلندترین قله و با اسکی از فرازش**  
بار دیگر اوج نورافشانی و راه‌گردش خورشید، برحسب دید ما، دگرگونی می‌یابد و در نتیجه، ابرهای تیره رنگ، سوزانندگی را از تابش این منبع نیرو می‌گیرد و رفته‌رفته، تکه‌های برف بازیگر، آرامشی به هیچ‌انهای ناستان

می‌بخشد.

منتظران فصل نیز در آستانه دروازه‌های شهرهایشان برای اجرای برنامه‌های زمستانی ایستاده‌اند: صادق آقاجانی (که سالهای بعد در رأس فدراسیون جای گرفت)، احد پرتوی، صمد جباری، محمد شهیدی (سرپرست)، علیمحمد فرضی و محمد مردی روانه کوه هرم داغ و قله‌هایش می‌شوند که چهار نفر از آنها، یاد دو دوست دیگرشان را در آن فرازهای یخ بسته گرمای می‌دارند.

راه کلاهما در بیستون، به چهار نفر از یاران نزدیکش (از کرمانشاه) خوشامد می‌گوید و اسدآبادیان، بهادراتی، جگینی و عیوضی نخستین زمستانی را از این هدف، به نامهای خود ثبت می‌کنند. کوهنوردان همدان: س. اردبیلی، ف. اسمعیل‌زاده، ح. طالبی مقدم و پ. کیانی نیز راه منسوب به شهر خودشان را در همین کوهستان، در یک روز سرد دی‌ماه با نامهای خویش و برجسب نخستین بار، مهر و موم می‌سازند.

یک دسته نیز از گروه آرش تهران، روی دیواره بیستون، به دست و یاداری دوستانه پرداخت: ک. ۵۰۰، بابازاده، م. مترچیزاده، عباس محمدی، محمد موقی و یکی دو نفر دیگر از کوهپارانشان، برفراز سنگها دستهای یکدیگر را فشردند. اما کرمانشاهیان عزیزمان، صمودی دیگر نیز در زمستان ۶۱ در بیستون زیبایشان داشته‌اند که من به اصطلاح تاریخچه‌نویس کوچک را در ابهام فرو برده است، زیرا برای یک راه و در یک فصل و به عنوان نخستین بار، دو یادداشت در برابر دیدگان دارم: یکی با نامهای گرمی علی پورحسینی، منوچهر جگینی، فرامرز دزفولی، منوچهر سربری و باقر عیوضی و بهمن مستکوب و در دیگری، از این کوهنوردان عزیز نام برده شده است: کریم اسدآبادیان، صحبت بهادراتی، منوچهر جگینی و باقر عیوضی (که صمودشان از راه کلاهما را در چند فراز پیش مرور کردید). گاهی در کشاکش شور و شوقها و یادداشت‌نویسیها، از این‌گونه اشتباهها دیده می‌شود! اما در این یکی تردیدی نیست که در این سال، چند دوره برای آموزشهای کوهنوردی نوین در کرمانشاه برپا بود و گروههایی از آنها پیروز بیرون آمدند.

اینک در راه رسیدن به دماوند کوه، سری می‌زنیم به بهشت سنگ و یخنوردی ایران که زمستانش نیز اگر طوفانی بر خود نداشته باشد، لطف دیگری دارد.

سکوت و خلوت تنهایی بر سراسر منطقه حکمروایی می‌کند. نه غوغایی و نه بورانی، نه جای پای انسانی و یا حیوانی. هرچه هست، برف است و برف که روی هم خوابیده، با دیواره مشبک غول ابلق، آرامش تخت سلیمان و فریبندگی سیاه کمان رنگ باخته و به سپیدی گراییده.

اما در آن سوی البرز، در همسایگی شمشک، که اسکی‌بازان از این سوی و آن سوی «بیست»های آنجا بالا و پایین می‌خزند، قله‌های چهارهزار متری تنها نمانده‌اند. یک دسته پنج نفری از تهران، ستیز با سرما و طوفان را پذیرفته است و دلاورانه می‌رود که با سرکچال ۴۱۵۰ متری حال و هوایی داشته باشد. علی خالق، ناصر خوشه‌چین، مسعود رجایی، نورالدین رضی و علی محمدپور به قله این کوه سلام می‌گویند.

اما برنامه به همین جا پایان نمی‌یابد، زیرا دو نفر یاد شده آخر، برنامه یک هفتگی‌شان را جالبتر می‌کنند و رسیدن به برج خلنو (۴۳۲۵ متر) و حانستون (۳۰۰۰ متر) را نیز در آن می‌گنجانند.

دماوند نیز که فرمانفرمای البرز است، در این زمستان ۶۰ دیدار کنندگانی دارد. علیرضا اسکنداتی، پویا و سرحال، مصطفی یاسی، مرتضی دزفولی، علی

شکرابی، مرتضی کاشانیان و غلامحسین نادری (از گروه دماوند) که برنامه زمستانی سال ۵۴ دوستانشان را از جبهه جنوبی تکرار می‌کنند (که خود آن نیز تکرار بود، اما اسکنداتی در آن هم شرکت داشت) و از برف و سرمای آن بیروزی به در می‌آیند و از قله به یاران و پیشینیانشان درود می‌فرستند. اسکنداتی دلبر، جبهه شرق را برای فرود با اسکی در نظر می‌گیرد و در کوهپایه به همراهان صمودش می‌پیوندد. یادمان نرفته است که در سال ۳۵، یکمین زمستانی جبهه جنوبی را اکینجه، زیارتی و میلانی به نمر رساندند و بیش از آنها، زنده یاد محمدعلی پرویزی نیز از قله دماوند، با اسکی از سمت جنوب سرازیر شده بود. از جبهه سه هزار متری شمال دماوند نیز سروصداهایی به گوش می‌رسد که با یاد و سرما همراه است. برف سنگینی، نیروها را در ۵۷۰۰ متری به زوال می‌رساند... و ته‌مانده‌اش، برای بازگشت از جهنم سپید ذخیره می‌شود!

از برنامه‌ای که سازمان دماوند برای چهار جبهه دماوند ترتیب داده بود! کوهنوردانی هم که در سمت غرب تلاش داشتند، نتوانستند بر قله استوار گردند.



منوچهر بهران (پایین) و حسین رضایی در بررسی از کمربند ص ۷ شماره پیش مجله که آنان را با گروهی از مرتیان ورزش مشهود، در کوهنوردیهای سالهای ۱۵ - ۱۶ نشان می‌داد.

### ● مروری کوتاه بر آغازی بلند

به سال ۶۱ که وارد می‌شویم، ابتدا از یک گام بلند و جالب یاد می‌کنیم، اما بیش از آن به مروری توجه بفرمایید.

سی‌وسه سال پیش از این سال، برای نخستین بار، ایرانی کوهنورد با دیواره و جبهه شمالی علمکوه از نزدیک آشنا شد. در آن زمان، این دیواره شمالی، برای همه سدی بلند و نفوذناپذیر به نظر می‌آمد. در همان هنگام،

# آشنایی با پیشکسوتان



آقای محسن باقریه: متولد ۱۳۱۸ در شهر همدان - فضای کوهستانی ارتفاعات شمالی این شهر موجب آن گردید که ایشان نیز یکی از شیفتگان طبیعت گردد و در این راه دوستان پیشکسوتش حسینی و ابریشمی دو مشوق اصلی او برای یادگذاشتن بر روی ارتفاعات و فراگیری فنون این ورزش بودند سال ۱۳۳۹ افتتاح آن را پیدا کرد که در معیت اولین گروه بازدیدکننده کوهنورد از غار علیصدر باشد و سه سال بعد به همراه دوستان همفکرش اقدام به تأسیس گروه کوهنوردی سننا کردند. در سال ۱۳۴۳ اولین کلاس کارآموزی را زیر نظر مرحوم نجاج گذراند و به رتبه اول این کلاس نایل آمد. در سال ۱۳۴۶ با تصویب ساخت بناگاه میدان میشان که اولین بناگاه ساخته شده در یک شهرستان بود در این هم باری شرکت کرد. با ورود به سال ۴۷ به عنوان دبیر هیئت کوهنوردی همدان انتخاب و با شرکت در دارود موفق به دریافت کارنامه مربیگری کوهنوردی و اسکی گردید. سال ۵۱ همگام با تیم غارنوردی انگلیس همگام نخستین مباحث این غار گردید و در سال بعد عضو تیم همالایا شد. باقری از سال ۵۰ هر ساله موفق به برگزاری کلاسهای کارآموزی گردید و در سال ۵۴ راه اندازی تیم اسکی همدان همکاری نمود. ایشان در حال حاضر یکی از تولیدکنندگان موفق لوازم کوهنوردی در همدان است و هم‌چنان در خدمت کوهنوردان جوان است. Δ

آقای صادق کرباسی، متولد ۱۳۱۴ در شهر همدان (یکی از فعالترین شهرهای کوهنوردی در ایران) است. تابستان سال ۱۳۲۸ با شروع فصل گرما در همدان، فعالیت کوهنوردی ایشان آغاز می‌شود دیری نپایید که در اردوی کارآموزی سنگنوردی به فراگیری اصول مقدماتی این ورزش پرداخت و در ادامه، کلاس مربیگری سال ۱۳۴۱، کلاس و اردوی سال ۱۳۴۵ به سرپرستی ستر هابلر و کلاس مربیگری نجات در کوهستان، زیر نظر هانس نوسل را در سال ۱۳۴۷ با موفقیت پشت سر می‌گذراند. طی این مراحل آموزشی، کرباسی از صعود به قله بیشتر مناطق کوهستانی ایران نیز غافل نماند. ماحصل این تجربیات نیز ۵۰ دوره سرپرستی کلاسهای گوناگون آموزشی بود. از سال ۱۳۴۲ عضو کمیته فنی فدراسیون و در سال ۱۳۷۰ به سمت مسئول فنی این کمیته منصوب می‌گردید. نامبرده در سال ۱۳۲۸ با عده‌ای از دوستان اقدام به تشکیل گروه کوهنوردی آزاد همدان می‌کرد و از سال ۱۳۳۲ به تهران مهاجرت کرد و در باسگاه تهران و سپس فردوسی به فعالیت ورزشی خود ادامه داد. از سال ۵۹ همکاری وی با باسگاه دماوند شروع گردید که تاکنون ادامه دارد. کرباسی مشوق اصلی خود را در ورزش کوهنوردی، را مرحوم محمود اجل می‌داند. Δ

باسخ من به کسانی که این‌گونه می‌نداشتند، این بود که اگر ما نمی‌توانیم، دلیلی نیست که دیگران هم نتوانند. دو سال بعد، ایرانیها دور راه در میانه جبهه شمالی گشودند و نخستین دیواره بلند در شمال این کوه نیز برای یکمین بار، صعودش را به ایرانی واگذاشت. سیزده سال از آن روزگشت تا یک دسته دو مجبی (ایران - آلمان) از شکاف به سمت جب بالا رفت و دو سال پس از آن، فرانسویها از همین شکاف بهره‌جستند و راه منسوب به خود را به ثبت رسانیدند. سال ۵۲ بود که لهستانیها، پس از یادگارهایشان در ۴۸ و ۵۰، سنگ تمام گذاشتند و یک صعود دیگر تا اندازه‌ای سر راست (به قول دنیای کوهنوردی: دیرکت **direct** و یا **Direttissima**) با عنوان «ورشو»، هدیه کردند.

کوهنوردان جوان نسل پس از دوره ما، به هر تلاشی که در علم‌کوه صورت می‌گرفت دقیق می‌شدند و از هر بیروزی، نکته‌هایی فرا می‌گرفتند تا اینکه شانزده سال پس از فرانسویان، با یکدینا همت و اراده و خواست، در بای دیواره استادند که نشان بدهند گرچه مانند آلب‌نوردان، کهنه‌کار نیستند، اما می‌خواهند که بتوانند.

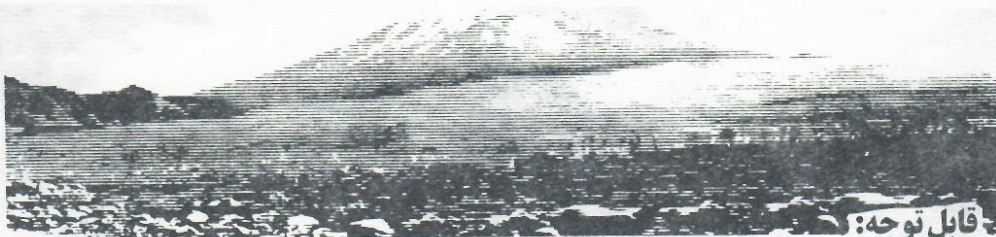
نیمه تابستان ۶۱ بود که در تهران، جیوه دماستخ تا نزدیک ۴۰ بالا می‌رفت و در علم‌کوه، شبهای تا ۱۰- درجه و بیشتر، هوای زمستانی میان شکاف سمت جب و راه ۵۲ (ورشو)، هدف گروه آرش بود. در آن سال با ۹ روز کوشش و ۶۴۰ ساعت کار، تلاشگران زبیده آرش توانستند راه تازه را تا جایی که با راه فرانسویها (۴۵) تلافی پیدا می‌کند، ادامه بدهند. سعید ابراهیمی، داریوش بابازاده، پرویز جورابچی، جهان‌شاه حسن‌زاده، مسعود خدادادی، متوجه شماعی، احمد شهیار، محمدتقی صحرادوست، محسن صفایی، امیر قزوین، عباس محمدی، حمید مهدیون، رضا میرمحمدعلی، حسین نفی و بهرام نگهی، هنربیشگان اجراکننده این نمایشنامه هنر هشتم بودند.

و اما در همین تابستان، در میانه و نیز در سمت غرب دیواره علم کوه هم تکاپوهایی است که به حماسه می‌انجامد.

در شماره دیگر به آنجا خواهیم رفت...

## کمی زحمت، اما لازم:

در نوشتار «کوهنوردی نوین...» شماره ۱۴ مجله ص ۵، ستون ۱، سطر ۱۸ به جای یخچال یخی بنویسد یخچال یخار ص ۵، ستون ۱، سطر ۲۵ به جای نایدیو فتن بنویسد نایدیو فتنی ص ۵، ستون ۲، سطر ۲ به جای نفرینها بنویسد نفرینها ص ۵، ستون ۲، سطر ۱۱ به جای (از دره) بنویسد (۱/۵/۱) ص ۵، ستون ۲، سطر ۱۴ به جای رفتند، و بنویسد حتی در سال ۵۳ (چنانکه در مجله ۱۲ - ص ۲۲ دیدیم) - نخستین یخچال ص ۷، ستون ۱، سطر ۲۲ به جای یابین از بنویسد یابین تر از ص ۸، ستون ۲، سطر ۳ به جای کماکان بنویسد کماکم راه شهیدی ص ۹، ستون ۱، سطر ۲۴ به جای راه دهلیز بنویسد راه در نوشتار «پس از پنجهزار سال...» نیز چند اشتباه کوچک بود که بی‌تردید خوانندگان گرامی، خود متوجه شده‌اند. اما در ص ۴۹ - ستون ۱ - سطر ۱۶، پس از یافتند، باید افزوده شود: که مربوط به ۱۸۰۰ تا ۲۶۰۰ سال پیش است.



**قابل توجه: نقشه راهنمای شماتیک خط الرأس توچال در ابعاد ۳۳ × ۱۰۰ به صورت ۴ رنگ همراه جزوه اطلاع رسانی از منطقه منتشر شد.**

**اشتراک فصلنامه کوه، انتخابی است برای انتشار مجله محبوب شما**

آن دسته از خوانندگان گرامی که مایلند فصلنامه کوه را به طور مرتب دریافت کنند می توانند با تنظیم و ارسال فرم اشتراک به خانواده مشترکان این نشریه بیبوندند و از این رهگذر ما را در ادامه راه فرهنگی که آغاز کرده ایم یاری فرمایند.

**راهنمای اشتراک فصلنامه کوه**

در صورتی که مایلید فصلنامه کوه را مشترک شوید، خواهشمندیم به نکات زیر توجه فرمایید:

۱. حق اشتراک یکساله فصلنامه کوه (۴ شماره در سال) در داخل ایران ۲۰۰۰۰ ریال با پست عادی، با پست سفارشی ۲۶۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۶۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب ۳۰۷۰ بانک صادرات شعبه ۴۷۶ امین الملک به نام فصلنامه کوه (قابل پرداخت در کلیه شعب مذکور) واریز گردد و اصل فیش بانکی را همراه با فرم تکمیل شده به نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶ فصلنامه کوه ارسال فرمایید.

۲. کپی فیش بانک را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگاه دارید.  
۳. از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جداً خودداری فرمایید.  
۴. هرگونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.

**قابل توجه مشترکان**

از شماره های موجود فصلنامه کوه می توانید شماره ۸ (هر جلد به مبلغ ۳۰۰۰ ریال) و ۹، ۸، ۶، ۱۱، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴ (۴۰۰۰ ریال) و ۱۵ (۵۰۰۰ ریال) را درخواست نمایید.  
**توجه:** کد اشتراک شما بر روی فرم آدرس پستی ثبت شده است. لطفاً به خاطر بسپارید. و چنانچه مشترک قبلی هستید برای اشتراک جدید حتماً کد خودتان را متذکر شوید.

فتوکپی فرم ارسالی مورد قبول است.

مشترکان محترم: به لحاظ اعلام وصول تعدادی از حواله های بانکی مبنی بر اشتراک شما توسط بانک مربوطه، و عدم دریافت فرمهای اشتراک از طریق پست، خواهشمند است پس از ۱۰ روز از واریز وجه و ارسال مدارک جهت قطعیت موضوع با دفتر فصلنامه تماس تلفنی برقرار کنید.

**فرم درخواست اشتراک فصلنامه کوه**

نام و نام خانوادگی: ..... شغل: ..... تلفن: .....

نشانی: .....

کد پستی: ..... صندوق پستی: ..... طی فیش بانکی شماره: ..... به مبلغ: .....

درخواست از شماره: ..... تا: ..... مورخه: ..... کد اشتراک قبلی: .....



گزارش از مهرداد عدل<sup>(۱)</sup>

**تصویر ۳: خطالرأس سنگی شمزار - دهلا؛ در عقب تصویر، قلّه شمزار با سوزنهای سنگی اش در ۵۱ می شود. قلّه آزادکوه هم در سمت راست نمایان است.**

سرسخت و دیدنی است و گردنه معروف لاوشم در دامنه جنوبی این کوه واقع است که این کوه را به کوه سنگله در جنوب پیوند می دهد. پس از کوه شمزار، نوبت به قلّه ۳۶۹۵ متری اولج می رسد که در میان صخره‌های دامنه شمال باختری آن، آبشار بزرگ و زیبایی جاری است. به دنبال نوه اولج نیز قلّه نای بسیاری هست که برداختن به آنها فرصت زیادی می طلبد.

### آبادیها و راهها

نزدیکترین روستاها به قلّه وروشت با ذکر موقعیت آنها به ترتیب عبارتند از هریجان و ولی آباد (جنوب باختری)، کیکو و قلعه بن (شمال خاوری)، فیروز آباد (شمال) و کمربن (جنوب خاوری). مهمترین جاده در اطراف کوه وروشت، همان گونه که گفتیم، جاده جالوس است که از دامنه‌های باختری و جنوب باختری این کوه می گذرد و حدود هفت کیلومتر بعد از ساه‌بیشه، راه خاکی روستای هریجان، در محل یک بیخ تند از جناح راست جاده جدا می شود، طول آن ۳ کیلومتر است. خود روستا را می توانیم از جاده، پیش از رسیدن به بیخ، در دامنه کوه وروبرویمان ببینیم. راه خاکی روستای ولی آباد نیز حدود ۳ کیلومتر جلوتر از دوراهی هریجان، از جاده جالوس جدا می شود. هریجان در بای یک دیواره سنگی قرار گرفته است که آبشار کوچککی از بالای آن به پایین می ریزد و یکی از منابع تأمین آب روستاست. خانه‌های هریجان به سبک سنتی کوهستانیهای شمال کشور ساخته شده‌اند با دیوارهای سنگی ضخیم که معمولاً

کوهها از باختر به خاور کاسته می شود. رودخانه نور که یکی از برآبرترین سرشاخه‌های رود هراز است، در دامنه‌های جنوبی این کوهها و در راستای باختر به خاور جاری است و دره رود نور، این رشته کوه را از کوههای بلند و به هم فشرده بخش میانی البرز مرکزی (مانند آزادکوه و رستم حال و ناظر) جدا می نماید، اما یک یل ارتباطی بین کوههای نور و بخش میانی البرز مرکزی وجود دارد که به گردنه لاوشم مشهور است. در جبهه باختری این گردنه، رود الیکا در جهت عکس رود نور جریان دارد و یکی از سرشاخه‌های رود جالوس است.

نخستین قلّه در این رشته کوه، قلّه خشک دره نام دارد که جاده جالوس از طریق بیجهای هزارجم، از صخره‌های دامنه باختری آن می گذرد. این صخره‌ها و برتگاهها از دیدنیهای جاده جالوس به شمار می رود. بلندی این کوه از سطح دریا، ۳۱۳۰ متر است. در شمال خاوری این کوه، قلّه وروشت، بلندترین قلّه رشته کوه نور با بلندی ۴۰۰۸ متر، قرار دارد که خود قلّه وروشت از سمت شمال باختری به وسیله گردنه زین‌وش به قلّه ۳۴۳۴ متری شاه بیل کوه می پیوندد. دومین قلّه بلند رشته کوه نور، به نام دهلا، ۳۹۳۰ متر بلندی دارد و در جنوب خاوری قلّه وروشت قرار گرفته است. بین این دو قلّه، یک قلّه فرعی با ارتفاع حدود ۳۸۵۰ متر وجود دارد.

کوه دهلا (که در برخی از نقشه‌ها نام آن را با وروشت یکی دانسته‌اند) بالهای سنگی و برتگاههای زیادی به ویژه در جبهه شمالی، جنوب خاوری و جنوبی دارد. این برتگاهها و تندانه‌ها، پناهگاههای خوبی برای جانوران وحشی همچون کل، بزکوهی و خرس به شمار می آیند. در خاور کوه دهلا، قلّه‌های سه‌گانه شمزار را می بینیم. کوه شمزار به سبب دیواره‌های سنگی جبهه باختری و جنوب باختری و صخره‌های سوزنی جبهه شمالی، کوهی

وروش (Varavast) نام بلندترین قلّه از شمالی‌ترین رشته کوه خطالرأس) در البرز مرکزی است. البته اگر کوههای تخت سلیمان را در حوزه البرز باختری به شمار آوریم.)

در مقایسه با قلّه‌های مشهوری همچون دماوند، علم‌کوه، سیلان، توجال، الوند و ... که مورد استقبال و علاقه عموم کوهنوردان و کوهیاران است، وروشت در رده دوم اهمیت قرار دارد، اما کوهنوردانی که این کوه را دیده‌اند و به ویژه آنان که در اواخر بهار و اوایل تابستان در میان شقایقهای آن که هر یک به بزرگی کف دست هستند، گام برداشته‌اند، هرگز خاطره آن را از یاد نخواهند برد.

این رشته کوه که نام رشته کوههای نور را نیز بر آن نهاده‌اند، در راستای باختر به خاور، از دره رودخانه جالوس آغاز می شود و تا دره رودخانه هراز پایان می یابد. شاید شما هم هنگامی که جاده جالوس را به سوی شمال می بینید، پس از پشت سرگذشتن گردنه کندوان، کوههای بلندی را روبه‌روی خود دیده باشید، آنچه که می بینید، وروشت و دهلا، بلندترین قلّه‌های این رشته کوهند.

رشته کوه نور، رشته کوهی است در استان مازندران و در حوزه البرز مرکزی که نزدیکترین رشته کوه به دریای خزر است که ستیغهای بلندتر از ۳۰۰۰ متر دارد. فاصله این کوهها تا دریا بین ۳۰ تا ۴۰ کیلومتر است. و همین کوهها بخش بزرگی از ابرهانی را که از دریای خزر برمی خیزد، به دام می اندازد. از این رو، آنچه که در جبهه شمالی آنها می بینیم، دامنه‌های سرسبز و برطراوت و دره‌های برآب است و کمی پایین‌تر، جنگل که تا دریا ادامه می یابد. این رشته کوه ۹۵ کیلومتر درازا دارد و بلندی

بایح یا آب آهک سفید شده در و پنجره‌های چوبی و سقفهای سبزیانی که با تکه‌های کوچک تخته پوشانیده شده است و گاه قلوه سنگهایی نیز برای محافظت از باد بر روی آنها حیده‌اند. هریجان مردمی خوشرو و مهربان دارد که درآمد آنها بیشتر از راه گله‌داری و زنبورداری به دست می‌آید. مردم هریجان صاحب دو گوسفند سرا هستند؛ گوسفندسرای نخست در درهٔ پشت روستا، در بای قلوهٔ وروشت و دامنهٔ جنوبی قلوهٔ خشک دره قرار دارد و گوسفندسرای دوم در خاور روستا در یک درهٔ فرعی به نام چشمه زرد که به رود الیکا وصل می‌شود. این دره در دامنهٔ جنوبی کوه دهلا واقع است و چوبیاری کوچک یا آب بسیار گوارا در آن جاری است. راه مالرویی که از هریجان به سمت راست از جادهٔ اسفالتی یوش و بلده، در نزدیکی کمربین سر در می‌آورد و راه مستقیم، پس از حدود یک ساعت، به گوسفندسرا می‌رسد که در یک تنگهٔ صخره‌ای واقع است. بالاتر از همین محل، یک راه مالرویی دیگر وجود دارد که به کمربین منتهی می‌شود. در این گوسفندسراها، شیر گوسفندها و بزها را می‌دوشند و بیشتر آن را به ماست تبدیل می‌کنند. سپس از ماست دوغ می‌سازند و از دوغ، کره می‌گیرند. برای کره‌گیری، از یک تنهٔ توخالی درخت سلوط بهره می‌گیرند که به آن موزی می‌گویند. باین این تنه را سوراخ می‌کنند و آن را می‌بندند و دوغ را در این تنه می‌ریزند و آن را به شدت به هم می‌زنند تا اینکه کره در بالای محفظه جمع می‌شود و با باز کردن سوراخ باین، دوغ را خالی می‌کنند.

حدود ۵ کیلومتر بعد از تونل کندوان، در نقطه‌ای که جادهٔ جالوس یک دور کامل می‌زند، راهی جدا می‌شود که جادهٔ جالوس را به جادهٔ هزار متصل می‌کند. این جادهٔ اسفالتی که به جادهٔ یوش و بلده نیز معروف است، از بل زنگوله در جادهٔ جالوس آغاز می‌شود، ابتدا از گردنهٔ کردبشم گذر می‌کند و به درهٔ الیکا می‌رسد و پس از پشت سرگذشتن الیکا و کمربین، دوباره اوج می‌گیرد تا به گردنهٔ ۳۱۰۰ متری لاوشم می‌رسد. برفراز این گردنه، دورنمای درهٔ نور و قلوهٔ گردنه و بیشتر دامنه‌های اولج و شمزار و دهلا در شمال و دونه‌ای و سنگله در جنوب پیداست. در اواخر بهار، این گردنه و بیشتر دامنه‌های این منطقه، پر از سفایقه‌های خون رنگ است که خاطرهٔ آن را هرگز از یاد نخواهید برد. جادهٔ مذکور، پس از گردنهٔ لاوشم، سرزیر می‌شود تا به یوش، زادگاه نیما شاعر بزرگ می‌رسد و سپس به بلده، مرکز بخش و سرانجام به جادهٔ هزار می‌پیوندد.

از روی گردنهٔ لاوشم، یک راه مالرو در جهت شمال بالا می‌رود که در پای قلوهٔ شمزار به دور راه تقسیم می‌شود؛ راه اول (سمت راست) به گردنهٔ اولج و از آنجا به درهٔ بسیار زیبایی زانوسمی رود و راه سمت چپ به گردنهٔ تخت کنام می‌رود و از آن بالا به سوی درهٔ زیبای گلستانه سرزیر می‌شود. در باین همین گردنه، یک کلیهٔ کوچک قرار دارد که اترافگاه نایستانی گله‌داران است. ادامهٔ این راه مالرو به آبادی کوچک هنسک و در ادامه به رودخانهٔ هنسک و قلعه بن می‌رسد که از آنجا جادهٔ مانسین رو وجود دارد.

اگر بخواهیم از شمال به دامنه‌های این کوهستان دست بیابیم، باید به ترتیب زیر عمل کنیم:

از ۲۵ کیلومتری جالوس، در محلی به نام بل دوآب از جادهٔ جالوس به سمت راست جدا می‌شویم، بعد از حدود ۱۲ کیلومتر، به یک دوراهی می‌رسیم که کلیه‌ای قدیمی بر سر راه آن قرار دارد. راه اسفالتی روبرو به طرف هندی سنگ و کجور و همچنین کندلوس می‌رسد و راه خاکی سمت چپ را باید در امتداد دره به سوی جنوب پی‌گیری. این دره به درهٔ سماء معروف است و اگر هوا یاری کند، قلوهٔ وروشت را در انتهای دره خواهید دید. ۱۰ کیلومتر پس از دوراهی به روستای سماء خواهید رسید. در اینجا راه دوشاخه می‌شود؛ شاخهٔ سمت چپ به منجیر و قلعه بن و کیکو (کی کوه) می‌رسد که از سماء تا کیکو ۷ کیلومتر است. از کیکو یک راه مالرو تا امامزاده‌ای به نام شاه‌بیر بالا می‌رود. این امامزاده بر روی بیال

شمال غربی وروشت سرچشمه می‌گیرد و از کنار این روستا رد می‌شود. راهی مالرو از فیروزآباد به گردنهٔ زین‌وش می‌آید و در اینجا دو راه می‌شود که یکی به سوی شمال باختری به درهٔ میجلاز برمی‌گردد و دیگری با گذر از کمربین دامنه‌های وروشت و عبور از گردنهٔ خشک دره، به گوسفندسرای اول و سرانجام به هریجان می‌رسد.

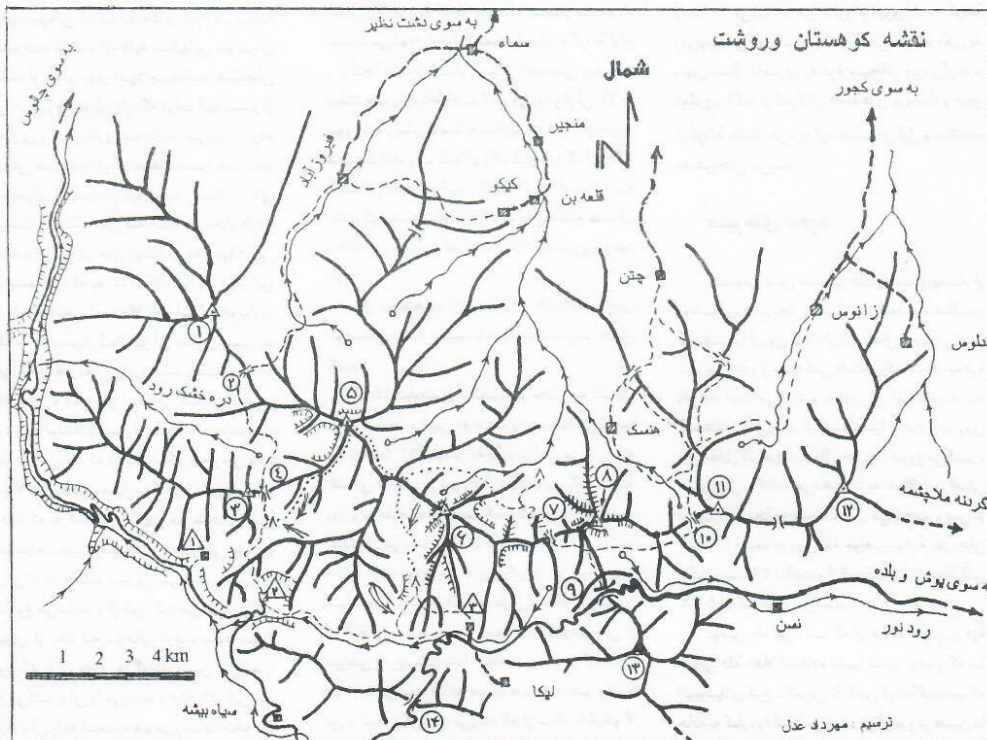
### مسیرهای صعود

عمومی‌ترین مسیر صعود به وروشت، از روستای هریجان آغاز می‌شود. راه مالرویی گوسفندسرا از روی گردنه‌ای در شمال باختری روستا عبور می‌کند و از سینه‌کس دامنه‌ای که مسرف به درهٔ ولی‌آباد است می‌گذرد و با دور زدن این دامنه، به گوسفندسرا می‌رسد. از گوسفندسرا صعود را بر روی بال مقابل (در جهت شمال خاوری) شروع می‌کنیم و همین بال را ادامه می‌دهیم تا به خط‌الرأس اصلی برسیم. از اینجا به سمت شمال می‌پیچیم و پس از حدود ۲۰ دقیقه بر روی قلوه خواهیم بود. از هریجان تا گوسفندسرا ۲ ساعت و از گوسفندسرا تا خط‌الرأس ۳ تا ۵ ساعت طول می‌کشد.

دومین راه این است که از جادهٔ یوش و درهٔ جنوبی قلوهٔ دهلا استفاده کنیم؛ بدین ترتیب که با اتوبوسهای کرج - کمربین تا باین گردنهٔ کردبشم که جاده به کنار رود الیکا می‌رسد، می‌آیم و در همین جا پیاده می‌شویم (از اینجا تا کمربین راه زیادی نیست) و با گذر از بل روی رودخانه، راه مالرویی جناح راست



تصویر شماره ۱: این عکس در نیمهٔ فرودین ماه از روی گردنهٔ کندوان گرفته شده است.  
۱- دهلا ۲- وروشت ۳- شاه‌پیل‌کوه



رود را تا جایی که یک جویبار کوچک به رودخانه وصل می‌شود، طی می‌کنیم و از اینجا به سمت راست می‌پیچیم و امتداد همین آب را بی می‌گیریم تا به گوسفندسرای چشمه زرد برسیم. از اینجا، دره را مستقیم به سمت بالا ادامه می‌دهیم تا بر روی خط‌الرأس اصلی برسیم و از آنجا به طرف جب می‌نیجیم تا به قله برسیم. از جاده تا گوسفندسرا ۲ ساعت و از گوسفندسرا تا خط‌الرأس ۳ تا ۴ ساعت و از آنجا تا قله ۱ تا ۲ ساعت طول می‌کشد. راه دیگری نیز برای صعود به قله وروشت وجود دارد که طولانی ولی متنوع و دیدنی است. این راه از گردنه لاوشم آغاز می‌شود و از طریق گردنه تخت‌کنام به جبهه شمالی کوه دهلا قدم می‌گذاریم. این کوه را از زیر صخره‌های جبهه شمالی آن به صورت عرضی میان بر می‌زنیم تا به باله‌های شمال خاوری قله ورونت که شیب ملایمتری دارد برسیم و از آنجا دوباره به سوی خط‌الرأس صعود می‌کنیم و در نهایت به قله می‌رسیم.

می‌توان از خط‌الرأس اصلی شمزار - دهلا نیز

راهنما:

|     |                 |     |                |
|-----|-----------------|-----|----------------|
| ▲   | قله             | ▣   | آبادی          |
| ⋯⋯⋯ | پرنگاه - صخره   | ⋯⋯⋯ | رودخانه        |
| ⋯⋯⋯ | گوسفندسرا       | ⋯⋯⋯ | جاده آسفالت    |
| ⋯⋯⋯ | گردنه           | ⋯⋯⋯ | جاده خاکی      |
| ⋯⋯⋯ | مسیر سقوط بهمین | ⋯⋯⋯ | پال - خط‌الرأس |
| ⋯⋯⋯ | مسیر صعود       | ⋯⋯⋯ | راه مالرو      |

|   |                        |   |
|---|------------------------|---|
| نام آبدیهایی که با شماره نشان داده شده‌اند: | ۷- گردنه گلستانه 3400  | فهرست نام و بلندی قله‌ها و گردنه‌ها از تراز دریا: |
| ۱- ولی‌آباد                                 | ۸- شمزار 3730          | ۱- شاه پیل کوه 3434m                              |
| ۲- هریجان                                   | ۹- گردنه لاوشم 3100    | ۲- گردنه زین وش 2880                              |
| ۳- گمبرین                                   | ۱۰- گردنه اولج 3350    | ۳- خشک دره 3130                                   |
|   | ۱۱- اولج 3695m         | ۴- گردنه خشک دره 3000                             |
|   | ۱۲- سیاه بند 3603      | ۵- وروشت 4008m                                    |
|   | ۱۳- سنگله 3420         | ۶- دهلا 3930m                                     |
|   | ۱۴- گردنه کردیشم 2800m |   |



تصویر ۲: قله دهلا (وسط) و قله وروشت (راست) دیده می‌شود. راه دستر سی به یال شمال‌خاوری وروشت از زیر این صخره‌ها می‌گذرد. این عکس از روی گردنه تخت کنام برداشته شده است.

از آن، عارضه برف‌کوری را در انسان بدید می‌آورد. در شاهنامه حکیم فردوسی، سخن از شهرهای کوس و تمشان، بایتختهای ایرانیان رفته است که برخی از پژوهشگران، بقایای بناهای باستانی یافت شده در اطراف شهر نور را منسوب به این شهرها می‌دانند.

ز آمل گذر سوی تمیشه کرد  
نشست اندر آن نامور بنسه کرد  
کجا کز جهان کوس خوانی همی  
جز این نیز نامش ندانی همی  
آنچه که در بالا خواندید، یافته‌ها و آموخته‌های من بود که تقدیم شما کردم، امید است که خطاهای مرا گوشزد کنید و با همت خود، یافته‌های تازه‌ای بر آن بیفزایید و برده از رازهای دیگری بردارید.  $\Delta$   
(۱) از گروه کهنوردی شقایق  
صنایع:

۱. معتمد، احمد. زمین‌شناسی عمومی. دانشگاه تهران، ۱۳۶۷.
۲. جنیدی، فریدون. زندگی و مهاجرت آریاییان بر پایه گفتارهای ایرانی. بنیاد نیشابور، ۱۳۷۴.

اقدام به صعود به قله دهلا کرد. این راه وقتگیر و پرفراز و نشیب و در مقابل هسجان‌انگیز است و بخش اعظم آن از روی تینه‌های سنگی می‌گذرد. در نگاه نخست، این خط‌الرأس، پر از برتگاه و غیرقابل عبور به نظر می‌رسد، ولی شکل پلکانی و دندانهای سنگها به گونه‌ای است که می‌توان از تینه‌ها عبور کرد و کافی است به جب و راست منحرف نشویم. با وجود این، داشتن وسایل اولیه فنی در این مسیر، می‌تواند بسیار مفید باشد و در این صورت، می‌توان از دیواره نه چندان بلند غرب قله دهلا فرود آمد و خط‌الرأس را تا قله وروشت ادامه داد و نکته ساید از شیب سنگلاخی بسیار تند و خسته‌کننده جنوب غربی، در حدود ۱۵۰ متر پایین برویم و بین گردنه لاویم تا قله دهلا از مسیر خط‌الرأس، بدون احتساب زمان استراحت، ۷ ساعت به طول انجامد.

### ویژگیهای منطقه وروشت

وروست چشم‌انداز بسیار ممتازی دارد. اگر هوا شفاف و بدون ابر باشد، در شمال، خنکلهای نوشهر و چالوس و دریای خزر؛ در باختر، علم کوه و کوههای تخت سلیمان و روستاهای الیت و دلیر؛ در جنوب باختری، رشته کوههای ناز و کاهار و هفتخوان؛ در جنوب تمام کوههای البرز مرکزی (حتی توچال و دماوند) و در خاور، کوههای رشته کوه تور دیده می‌شود.

وروست و کوههای اطراف آن، به وبرد در جبهه‌های شمالی، از پوشش گیاهی متنوع و غنی برخوردار است. حتی در ارتفاع بالاتر از ۳۷۰۰ متر، نوعی گل سفید کوچک و خوشبو در ماههای خرداد و تیر در میان سنگها می‌روید.

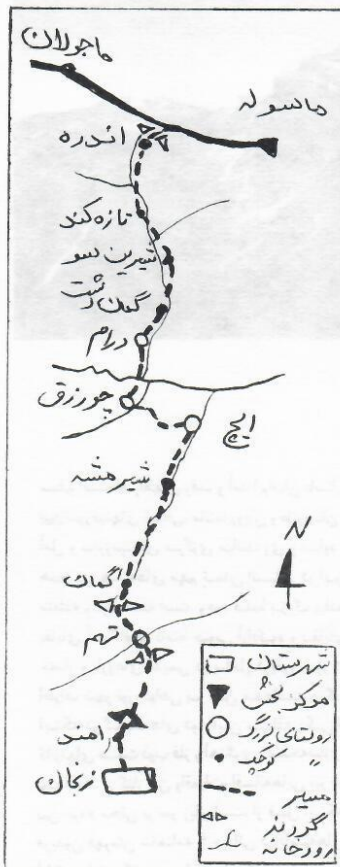
در اطراف کوهستان وروشت، رسوبات دره تریاس (حدود ۲۰۰ میلیون سال پیش) به چشم می‌خورد که به تشکیلات الیکا معروف است. در کوههای دهلا و وروشت، سنگواره‌ی سی‌مهرگان به فراوانی یافت می‌شود. این سنگواره‌ها بیشتر از نوع براگیوبودها (اسپی ریفر استریاتوس و بروکتوس) و زافرنیتس‌ها است که اصولاً به دوره‌های کربونیفر و برمین از دوران اول تعلق دارد. بلورهای درست کلسیت نیز در دامنه‌های وروشت پیدا می‌شود.

### پیشینه باستانی منطقه

در مورد البرز و به خصوص البرز شمالی واقعیت‌های تاریخی با افسانه درآمیخته است؛ اما

## راهپیمایی زنجان به ماسوله

گزارش از: باقر داداشی



همه ساله، گروه زیادی از کوهنوردان و علاقه‌مندان به طبیعت، خود را به زنجان می‌رسانند تا با گذر از مسیرهای مختلف زنجان به ماسوله، چند روزی را به گشت و گذار در این منطقه بپردازند. مسیرهای مذکور، عمدتاً از طارم زنجان که یک منطقه گرمسیر و زرخیز و پرمحصول و قزل اوزن که یکی از حوزه‌های اصلی تأمین کننده آب سد سفیدرود است می‌گذرد. ناگفته پیداست که به برکت شاخه‌های برآب قزل اوزن، منطقه بسیار سرسبز و برآب است و بدون اغراق، جلوه‌های شگفت‌انگیزی از طبیعت را بی‌دریغ در اختیار اهالی منطقه قرار داده است، به ویژه که هنوز آثاری از بقای وحش در منطقه مشاهده می‌شود.

از محصولات باغی منطقه، می‌توان به گیلاس، آلبالو، زردآلو، هلو، انجیر، توت، انار، زیتون، انگور و گردو و از محصولات جالیزی به گوجه‌فرنگی، سیب‌زمینی، بادمجان، سیرو بیاز و از گیاهان صنعتی می‌توان به پنبه و تخم آفتابگردان و ... اشاره کرد که به وفور در منطقه به عمل می‌آید. از گونه‌های جانوری می‌توان به انواع پرندگان و خزندگان، خرگوش، روباه، گرگ، گراز، خرس و پلنگ اشاره کرد. به سبب کم آب شدن رودخانه‌ها (که در تمام مسیر جریان دارد) در فصل تابستان و تنوع رنگ گیاهان در بایب که زیباییهای طبیعی را دلپذیرتر می‌کند، بهترین زمان برای کوهنوردی و گردش در این منطقه، اواخر شهریور و اوایل مهر ماه است.

### روز اول (۲۶ شهریور)

ما (یک گروه سیزده نفری) از طریق جاده گاوازنگ واقع در شمال زنجان، در عرض یک ساعت خود را به روستای «امند» و با عبور از غرب روستا، از طریق قسمت جب سد خاکی، خود را به ابتدای دره رساندیم و بلافاصله به راست چرخیدیم و جاده مالرویی متروکه زنجان به طارم را پی گرفتیم. در میان درختان کنار راه صبحانه را صرف کردیم و ساعت ۱۰ صبح از فراز گردنه «وای وای» به طرف روستای «تهیم» سرازیر شدیم. (لازم به ذکر است که فاصله زنجان به تهیم از طریق جاده خاکی، یک ساعته طی می‌شود). ساعت بعد از بالای «آبی گدیگ» واقع در شرق روستای تهیم از درون سیار عبور کردیم و ساعت ۱۴ در روستای «گمان» که در ابتدای دره عمیق و بسیار زیبای «شیرمسه» قرار دارد، نهار را

وصال آن لب شیرین به خسروان دارند تو را نصیب همین بس که کوهکن باشی در ساعت ۱۹ در نزدیکی روستای «شیرمسه» مشغول تدارک شام شدیم.

نسیم فرح‌بخش صبح شهریور، عطر سُکرآور بونه و بومادران وحشی را که در کنار روستا روئیده بود با سخاوت بسیار نثارمان می‌کرد. در سمت چپ، برفراز روستا، در درون باغها، آواز بلبلان گوش را سحرخیز و در درون دست، مردان روستا بیل بر دوش در میان کشتزارها و در کنار جویباران در حرکت بودند تا آبی به باغ تشنه‌های هدیه کنند. از درون روستا بوی دود نیم‌سوز خوب در فضا پراکنده بود. زنان درون خانه‌ها و باغها در تلاش معاش و کودکان هنوز در خواب بودند. در انتهای روستا، گله‌های گوسفند و گاو رهسپار صحرا بودند و این همه، با خروش رودخانه در می‌آمیخت و سرود زندگی را فریاد می‌زد.

### روز دوم (۲۷ شهریور)

از درون روستا با سکوت گذشتیم، بلافاصله به سمت جب متمایل شدیم و از رودخانه که تا این لحظه در کنار آن حرکت می‌کردیم جدا شدیم. در شیب در... به طرف کوه صعود کردیم و پس از گذشتن از تنگه‌ای در کمره کوه به سمت دره فرود آمدیم. در ته دره، از لابه‌لای درختان فندق و انار و زیتون و از کنار کشتزارهای گوجه‌فرنگی و سیب‌زمینی و بادمجان عبور کردیم. ساعت ۹ در نزدیکی روستای «ایج» در جمنزاری میان درختان انبوه انار برای خوردن صبحانه توقف کردیم. ساعت ۱۰ سوار ماسین شدیم و در مدت ۴۰ دقیقه فاصله ایج تا روستای «جو زورق» را از کنار کشتزارهای درو شده برنج و پنبه و آفتابگردان بیمودیم. در جو زورق پیاده شدیم و هنگام گذشتن از قزل اوزن که در فاصله اندکی واقع شده بود، تنی به آب سردیم و در ساعت ۱۳ از روستای «درام» در جهت مسیر رودخانه حرکت کردیم و بعد از گذشتن از روستای «گماندشت» و صرف نهار در حوالی آن، در ساعت ۱۷ از روستای کوچک «شیرین سو» عبور کردیم و در ساعت ۲۰ به محلی رسیدیم که رودخانه‌ای که از «سفیددست» جاری است از سمت راست به رودخانه اصلی می‌پیوست. در ساحل جب (غربی) رودخانه، محلی

صرف کردیم. مه غلیظی که ساعتی قبل بر روی قزل اوزن خیمه زده بود اکنون خود را به درون دره رسانده بود. درختان سر به فلک کشیده گردو، در آغاز دره به رهگذران خوش آمد می‌گفتند در عمق دره و کنار رودخانه، زیر درختان گردو و بلوط و لابه‌لای بوته‌های تمشک که اکنون با میوه‌های آلبالویی رنگشان ما را به طرف خود می‌خواندند در حالی که ترنم زیبای یک ترانه گوشمان را نوازش می‌داد، ره سپردیم.

# اخبار فرهنگی



## بنیانی ساختار تشکیلات کوهنوردی

کانون کوهنوردان کرمانشاه، به اهتمام گودرز منصوبی، اقدام به تهیه خیرنامه‌ای در ۳۴ صفحه کرده است. هدف از انتشار این خیرنامه، آگاهی دادن و آموزش چگونگی ساختار اصولی تشکیلات کوهنوردی است که نیاز به آن، با توجه به رشد روبه افزایش گروه‌های کوهنوردی و مفضلاتی که در روند شکل‌گیری آنها به وجود می‌آید است. Δ

## نمایشگاه عکس

با همکاری هیئت کوهنوردی استان فارس، نمایشگاهی از عکس‌های اسماعیل کشتکار با عنوان «کوه و صحرا، بار و دیار، ایران» از تاریخ ۸ لغایت ۱۴ آبان در نگارخانهٔ وصال برگزار می‌گردد. Δ



سال چهارم / شماره شانزدهم / فصلنامه کوه / ۱۹

## بز قوش ۷۷

به همت هیأت کوهنوردی سراب، سومین سالنامهٔ این هیئت تدوین شد و در دسترس علاقه‌مندان قرار گرفت. این خیرنامه که در ۵۸ صفحه تهیه و تنظیم شده، مجموعه‌ای از خاطرات، گزارش‌ها و عملکردهای طبیعت دوستان سرابی است که در موضوعات گوناگون مطرح گردیده است. Δ

## پیک آلپ

چهارمین شماره از خیرنامهٔ گروه کوهنوردی آلپ تبریز در ۱۲ صفحه تهیه و منتشر گردید. در این شماره، ۵ مقالهٔ داخلی و خارجی و دو خبر، حامل کار فرهنگی این گروه است. Δ

## غار پراو

یکی از شگفتیهای طبیعی استان کرمانشاه، غار پراو است که در ارتفاع ۳۱۰۰ متری از سطح دریا قرار دارد. این غار، پس از راهپایی غارنوردان انگلیسی به آن که در سال ۱۳۵۰ برای نخستین بار صورت گرفت، به دفعات مورد توجه و شناسایی و بیمایش غارنوردان ایرانی قرار گرفته است. گروه کوهنوردان بهیستون کرمانشاه، به دنبال بیمایش این غار توسط این گروه، اقدام به چاپ برنامهٔ غار پراو «اورست غارهای جهان» کرده که در ۳۲ صفحه تهیه و تنظیم شده است. در این نوشتار، ضمن توجه به تاریخچهٔ شناسایی و انجام عملیات غارنوردی، شرح برنامهٔ اجرا شدهٔ این گروه، به همراه اطلاعاتی از غار پراو درج شده است. Δ

## آوای دماوند

نام چهل و پنجمین خیرنامهٔ منتشر شدهٔ باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند است که در خرداد سال جاری به همت کمیتهٔ روابط عمومی و انتشارات این باشگاه در ۳۶ صفحه چاپ و توزیع گردیده است. عناوین «مهارت‌های روانشناسانه در کوهنوردی»، «تاویل زدن پا و درمان آن»، «گزارش صعود زمستانی علم کوه»، اخبار و... در این شماره به چشم می‌خورد. Δ

برای جاذبه‌ها پیدا کردیم و شام را تدارک دیدیم. (از روئسای درام تا این نقطه را می‌توان با تراکتور ده ساعته طی کرد.)

## روز سوم (۲۸ شهریور)

در جهت مسیر رودخانهٔ اصلی، حرکت را ادامه دادیم و بعد از گذشتن از روستای «تازه‌کنده» در ساعت ۹ به محلی رسیدیم که رودخانهٔ پیچ‌تندی به طرف راست می‌خورد. میان درختان گز، درست سر پیچ، چشمهٔ بسیار بزرگی وجود داشت. همان‌جا صبحانه را صرف کردیم و در ساعت ۱۰ حرکت و از شیب سمت چپ دره به طرف کوه صعود کردیم. دره‌ای که در سمت راستمان قرار داشت، بدیعترین مناظر کوهستانی را به نمایش گذاشته بود. چشمه‌هایی که در شیب راست رودخانه و در ارتفاع بالاتر آن از دل کوه جاری می‌شد، بر زیبایی این منطقه می‌افزود. در ساعت ۱۱:۳۰ از روستای «اندره» عبور کردیم. به



نمایی از روستای ماسوله

سمت راست بیجیدیم و آخرین گردنهٔ مسیر را صعود کردیم و به کنار جادهٔ «ماجولان» رسیدیم. از آنجا تا خود ماسوله را از طریق همین جادهٔ بیمودیم و در کنار رودخانهٔ بسیار زیبایی نهار را صرف کردیم. چشم‌اندازهای فوق‌العاده زیبا در پایین دره و در دور دست جنگل و مرتع، مناظر افسانه‌ای را جلوی چشم به نمایش گذاشت و روح هر بیننده‌ای را نوازش می‌کرد و کلبه‌های بیلاقی که در تمام منطقه پراکنده بود، می‌توانست پستگاه‌های برای یک شب خاطره‌انگیز و به یادماندنی باشد. در ساعت ۱۷ از یک سرازیری تند به طریق زیگزاگ در شهر ماسوله فرود آمدیم و یک ساعت بعد، مشغول تماشای معماری عجیب و هنرهای دستی و روستایی این شهر تاریخی بودیم. Δ

مزارش از: علیرضا عطاربانی

# دریاچه و غار بزنگان

دریاچه بزنگان - عکس از حسن نصیری آبادی

مناظر دلنشینی چون زندگی چادرنشینان، دست تکان دادن کودکان، آواز جوانان، گندمزارها و باغهای پسته، همه نشانه‌هایی از بزنگان خرم است که از ابتدا نگاه را تسخیر می‌کند. اکنون در نزدیکی بزنگان قرار گرفته‌ایم، اما نخست می‌خواهید خویشتن را در دریاچه اخلاص بیابید، راه میانبر، راه انتخابی شماست، اگرچه در بیخ و خم کوهها باشد. کوه یا صلابت، لب می‌گشاید و اخم را از چهره‌های گرفته می‌ریاید، در کنار سنگ، صبر را می‌آموزید و اندک اندک به آب می‌رسید.

## سیمای دریاچه:

اینک دریاچه آرام و صمیمی به شما سلام می‌کند. نسیمی روحبخش در حال وزیدن است. نور آفتاب، شادی وجودتان را صدجندان می‌کند. لحظه‌ای نشستن در کنار دریاچه، چه لذتی دارد. حرکت منظم موج، ترانه‌ای زیباست که گوش را نوازش می‌دهد.

آری، اینجا را دریاچه بی‌بی‌گل می‌نامند. درست در سمت چپ دریاچه، مزاری کلبه مانند وجود دارد که آرامگاه یکی از زنان سیده محترم، معروف به بی‌بی‌گل است که از این طریق، می‌توان دلیل نامگذاری دریاچه را فهمید. دریاچه مزبور در جنوب رشته کوههای هزار مسجد و در شمال بزنگان واقع شده است که غرب و شرق آن به زمینهای کشاورزی منتهی می‌شود. وسعت آن بر طبق مدارک جغرافیایی استان، ۸۰ هکتار و دارای عمقی در حدود ۱۲ متر است. فاصله این دریاچه تا مشهد مقدس ۱۲۵ کیلومتر است. آب دریاچه، از بارندگیهای سالانه و چشمه‌های کوچک تأمین می‌شود و سابقهٔ پیدایش آن به سالهای دور برمی‌گردد. در ابتدا، چشمه‌های براكنده و ناهمگون آر محل کنونی دریاچه جاری می‌شود، آن‌گاه بر اثر تجمع فراوان آب در سطح حفره‌ها، مساحت چشمه‌ها افزایش یافت و گودالهای کوچکی به صورت منسجم، گودال وسیعی از آب را تشکیل دادند و بعدها، به دلیل شوره‌زار بودن زمین و نفوذ بلورهای

شاید شما نام سرخس را شنیده باشید، شهری که به حق چشمی بینا برای تماشا می‌خواهد. اینجا باکی و صفا حرف اول را می‌زند. اگر مهمان سرخسیان شوید، حتماً زیر قدمپایتان گل خواهند افشاند و این واقعیتی روشن است که همهٔ سمرکندگان به این دیار، به آن معترفند.

سماکه دلتان را به سوق زیارت امام رضا(ع) گرم داشته‌اید و زایر واقعی حضرت رضا (ع) هستید، اگر هوس دیدار سرخس به اندیشه‌تان خطور کرد و تقدیر شما را به شهر خاطره فراخواند، توصیه ما این است که ضمن مسافرت، بزنگان را به دست فراموشی نسپارید.

زیبایی طبیعت، آب و هوای مناسب، همراه با نقاط جذاب و دیدنی، همانند: دریاچه بی‌بی‌گل و غار باستانی آن، در مجموع به بزنگان، چهره‌ای سیاحتی و تفریحی بخشیده است. لازم به ذکر است که این روستای بزرگ و سرسبز، با جمعیتی بالغ بر ۵ هزار نفر در ۸۲ کیلومتری شهرستان سرخس واقع شده است.

جادهٔ مشهد - سرخس، عامل ارتباط زایران حرم با این دیار است. وقتی که از حاشیهٔ شهرکهای شهید رجایی و باهنر (با گرامی داشتن یادشان) عبور می‌کنید و بخش رضویه و روستاهای تنگل شور، آبروان، جاهک و سنورک ملکی را پشت سر می‌گذارید، بخش مرزداران سرخس، گودترین نقطهٔ خراسان به شما خوشامد می‌گوید و پس از استراحتی مختصر، مسیر را تا سرمنزل مقصود ادامه می‌دهید (احتیاط را در نظر داشته باشید تا حکایت شیرین سفر تلخ نگردد) به تابلویی می‌رسید که یکباره شمارا به طرف یک جادهٔ فرعی می‌کشاند.

۲۰ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم

سک، آب به توری گرایید و بس از سالها، دریاچه‌ای به وسعت کنونی را به وجود آورد.

حوالی دریاچه، پر از پرندگان و مرغهای دریایی. مانند: غاز وحشی، مرغابی‌های رنگارنگ، مرغ ماهیخوار، لک‌لک و... است که متأسفانه افراد سودجو با صید بی‌رویه و شکار غیرقانونی و خارج از فصل این پرندگان، نسل آنها را در استانه نابودی قرار داده‌اند و این، توجه بیشتر سازمان محیط‌زیست را می‌طلبد.

در حال حاضر، وسعت دریاچه، همچنان رو به گسترش است و در طول سالهای گذشته، سازمان محیط‌زیست خراسان، انواع ماهیها را در داخل این دریاچه پرورش داده که مهم‌ترین آنها کبوتر و قزل‌آلا است. وجود درختان سر به فلک کشیده در اطراف دریاچه، جلوه‌ی خاص و دلپذیری از بهار را نداعی می‌کند.

اما نکته اساسی و بسیار مهم که باید مورد توجه همه زائران و بازدیدکنندگان قرار گیرد، این است که در هنگام شنا، جانب احتیاط را رعایت کنند، چرا که این دریاچه، در بعضی از قسمتها دارای کتشی درونی است و آشنا نبودن تعدادی از هموطنان با فن شنا، باعث از دست رفتن جان آنها شده است. (تاکنون این دریاچه چندین نفر از جمله سرعتم نگارنده را در سال ۱۳۵۸ به کام خود کشیده است.

به هر حال، دریاچه بکر و تازه است، سفره‌ی دوستی را در اینجا بهن و محبت را در قلوب خویش تقسیم کنید یا عظمت خلقت را به تماشا بنشینید و دریاچه‌های امید را در اعماق اندیشه‌تان جاری سازید.

به این ترتیب، از دریاچه‌ی بی‌گل (نام محلی) که حرفهای نگفته درباره‌ی آن زیاد است خداحافظی می‌کنیم و همراه با شما به غار یاسنای بزنگان می‌رویم.

## غار بزنگان، یادگاری از روزگار کهن:

اینک می‌خواهیم از لابه‌لای سنگلاخها، تاریخ را دریابیم و فلسفه هستی را در سیر و سیاحت، به تجربه درک کنیم بنابراین، از همین آغاز، کوهپیمایی در اطراف کوههای بزنگان را غنیمت می‌دانیم و در پی یافتن یکی از سنگنبه‌های آفرینش، به اتفاق یکدیگر به سوی غار بزنگان روانه می‌شویم. راه صعب‌العبور است، اما به زحمت و محنتش می‌آرزد، چرا که انسان در گذر از سختی، موفقیت را به دست می‌آورد.

هنگامی که دره‌ای سبز را زیر پا می‌گذاریم، زندگی زیباتر می‌شود. در بسیار باریک کوهستان، به هر میزان که ذکر خدا را بر زبان آوریم، به عشق واقعی نزدیکتر می‌شویم. صدای کوه، انعکاس صدای دل ماست و کوههای بزنگان، در طنین نفسهایمان، استواری را تحسین می‌کنند.

آری، هرگاه که قدم در کوه می‌نهیم، خوبیها در ذهنمان پناه می‌گیرد. همه خنده بر لب داریم و بر این باوریم که بهار در کوهستان، جاودانه است.

وقتی که ۶ کیلومتر از روستای بزنگان دور می‌شویم، نمای از یک روزنه، بی‌اختیار ما را به سوی خود می‌کشاند. در نگاه اول، آن را شکافی ساده می‌بنداریم، اما کمی که جلوتر می‌رویم، بی‌پایه‌ای که این، همان غم‌سدهای است که ساعتها به دنبال آن بوده‌ایم. اکنون، غار معروف بزنگان در مقابل چشمهای ما فرار گرفته است، بی‌درنگ خود را به دهانه غار می‌رسانیم، هیچانی خاص، تیش قلبهایمان را شدت بخشیده است، حجم و فضای اولیه، ما را به تعجب وادار می‌دارد. سکوت و تاریکی آن مکان، بهترین دارو برای تسکین روح خسته هر رهگذری است. چند قدم جلوتر

می‌رویم، چشمهای از آب سرد و گوارا را در گوشه‌ای از غار می‌بینیم. نخست در آینه‌ی زلال آب، تصویر و نقش اشرف مخلوقات را می‌نگریم و تأمل را جایز نمی‌دانیم، این آب بهداشتی که همچون آب زمزم، در آن محیط روحبخش و ساکت، چشمهایمان را

نوازش می‌دهد، از هر نوشابه‌ای گواراتر است.

دوباره، مطمئن و آرام مسیر را ادامه می‌دهیم. از کنار آب گذشته، به سمت راست می‌رویم، جایی که مناظر اعجاب‌آور آن، زیانزد عام و خاص است. باید آن قدر دقیق و کنجکاو باشیم که تمام گوشه‌ها و زاویه‌های این مکان و همچنین مناظر جالب و دیدنی را که شاید کمتر کسی در مدت زندگی پیرامون غارها دیده است، ببینیم. در فاصله‌ای نه چندان بالا، خفاشها ما را تحت نظر دارند. توصیه من به شما این است که اگر از چراغ قوه دستی استفاده می‌کنید، هیچ‌گاه آن را به سمت سقف غار نگیرید، زیرا خفاشها، این پرندگان جالب خلقت، موجب آزارتان خواهند شد. گام به گام با جسمانی باز راه را در غار بی می‌گیریم. دیگر از تاریکی نمی‌ترسیم، آن قدر از سکوت لذت می‌بریم و محو تماشای مناظر می‌شویم که هرگز فکر بیرون آمدن از آنجا به ذهنمان نمی‌رسد. آثاری از زندگی انسانها که از زمانهای بسیار دور خیر می‌دهد، در حاشیه غار نمایان است.

این دیدۀ عجیب که از ایجاد آن، هزاران سال می‌گذرد، نمونه جامع و کاملی از تاریخ زمین‌شناسی است.

در آن زمان که در افکار خود غوطه‌ور هستیم، به روزنه باریکی می‌رسیم که گذشتن از آن مشکل است، در بالای آن، تابلویی مشاهده می‌کنیم که نام گروه تجسمی نوشته شده است. پایه‌های آهکی استالاکتیت و استالاگمیت در درون غار، به حدی سنگین‌انگیز است که دوست داریم ساعتها ایستاده‌ایم آنها را نگاه کنیم. فندلیهای منجمد، با نظم و ترتیب و به اندازه‌های برابر هم، در برخی نقاط چنان برق می‌زند که انگشت حیرت بر دهان می‌بریم. سنگهای زیرین نیز به شکلهای مختلف خودنمایی می‌کند.

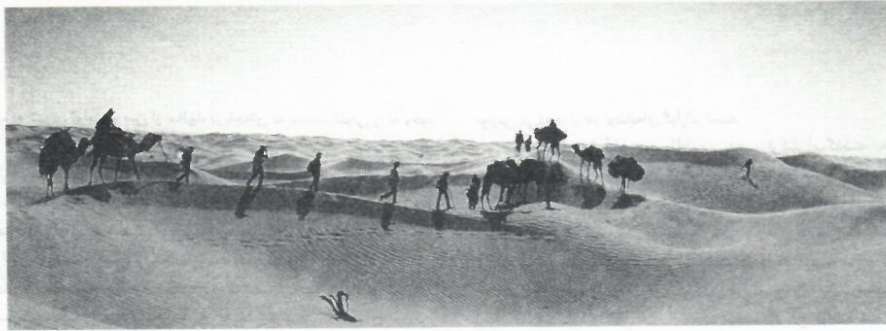
این غار، سه راه دارد که دور راه آن خشک است و راهرو سوم که در سمت چپ قرار دارد، دارای آب معدنی است که در داخل کوه جریان دارد. سردی بیسی از حدآب و متبرک بودن آن، موجب گردیده است تا به انگیزه نثر و طبق سنت، هر فردی، حداقل یک ققمه آب بردارد.

بد نیست بدانیم که این آب در دهانه یکی از حفره‌ها به صورت حوض جمع شده است و عمق آن در گودترین نقطه به ۷ متر می‌رسد و مساحتی در حدود ۴۰ متر مربع را در برمی‌گیرد. ارتفاع درون غار، گاه به ۲۵ متر و محیط داخلی آن، تا ۲ هزار متر می‌رسد، ولی ارتفاع و محیط آن در همه جا یکسان نیست.

پس از مدتی گشت و گذار به کوره راهی مانند تونل برمی‌خوریم که وارد شدن به آن را بسیار خطرناک می‌بندارند و کمتر کسی جز کوهنوردان کار آزموده با این مکان ناشناخته و مرموز آشناست. روایتهای زیادی در مورد طولانی بودن این مسیر وجود دارد که برخی از آنها شکل افسانه و خرافات است از جمله می‌گویند: در گذشته خبر آوردند که گاوی گم شده و داخل غار در همین تونل رفته است و همین گاو بعد از ۷ سال با ۷ گوساله بیرون آمد است. حال این حیوان چگونه تغذیه کرده از اسرار است. یک حفره نیز در سقف غار وجود دارد که راهی به صورت بلکایی دارد و بالا رفتن از آن بسیار مشکل است. و به همین دلیل، اطلاع‌یابی از داخل آن موجود نیست. در سبهای سرد زمستان، حیوانات وحشی مثل: روباه، گرگ، سمور و حتی بلنگ برای فرار از سرمای کوهستان، به داخل این غار پناه می‌برند.

دیگر وقت بازگشتن است. با کوله‌باری از خاطره‌ها و آگاهیها، برای آخرین بار، نگاهی بر بیکر غار می‌افکنیم و با شور و التهاب وصف‌ناپذیری، خود را به دهانه غار نزدیک می‌کنیم. دهانه‌ای که طولش ۱۲ متر و ارتفاع آن بیش از ۶ متر است.

خورشید، عاشقانه می‌تابد و ما راه را در میان انواع درختچه‌هایی که در گوشه و کنار کوه دیده می‌شود، بی می‌گیریم. امیدواریم که دستاورد این سفر، خاطرات خوش و به یاد ماندنی برای شما زائران و مشتاقان طبیعت باشد. Δ



رضا چهکنونی

## همراه همیشگی گردشگران طبیعت

بود. نمونه بارز این گونه سفرها کوچ قبایل و عشایر دامپروری است که از دیرباز تاکنون ادامه داشته است و هم اکنون بسیاری از مردم ایلات کشور ما شیوه معیشتی کوچ‌روی را به شکل سنتی آن انجام می‌دهند. امروزه وسایل سفر سریع‌السیر مانند هواپیما، کشتی، قطار و خودروهای گوناگون به همراه امکانات جاده‌ای و بین‌راهی مانند مهمانسراها، هتلها، رستورانها و دهها خدمات دیگر و تجهیزات و وسایل تهویه مطبوع و گرماساز و سرماساز که در مکانهای مختلف حتی درون وسایل نقلیه تعبیه شده آن چنان راحتی و آسایشی را برای مسافران به ارمغان آورده است که از نظر این گونه مهاجران سفر نه تنها سخت و دشوار نیست، بلکه مفرح و آرامش‌بخش نیز است. همه این پیشرفت‌ها حاصل دانش و فن‌آوری در نیم‌قرن اخیر است. اما قبل از این سالها، قرن‌ها بود که مسافران با کاروانی از اسب و استر و شتر و در برخی مواقع با کشتیهای بادبانی از جایی به جایی دیگر مهاجرت می‌کردند؛ و حداکثر مسافتی که در یک روز می‌توانستند با حیوانات چهارپای طی کنند کمتر از ۵۰ کیلومتر در روز بود. این رو بعضی از سفرها ماهها و حتی سالها به طول می‌انجامید. سفرهای قدیم با سختیهای خود و سفرهای نو با لذت تفریحی که دارد همه یک وجه مشترک دارند و آن این است که مسافر همواره مجبور بوده در مسیرهای کاروان‌رو یا جاده‌ها و خطوط آهن سفر کند؛ و به علت اینکه نمی‌توانست توده بار همراه خود را به تنهایی حمل کند از این رو در مسیرهای مشخص محدود بوده است. هیچ کس به درستی نمی‌داند آدمی چه زمانی برای ارضای خواسته درونی خود و رفتن به دل صحراها و اعماق کوهها به فکر ساختن وسیله‌ای افتاد تا بتواند توده بار خود را بدون نیاز به وسایل حمل و نقل همراه ببرد. بی‌تردید او راههای زیادی را تجربه کرده است. شاید ابتدا بار خود را با دست حمل کرده و سپس آن را به سر چوبی بسته و مانند اهرمی بر شانه قرار داده یا مانند درویش بار را در خورجینی ریخته و روی شانه گذاشته یا مانند چوبانان کیسه‌ای را با بند و ریسمانی به پشت خود آویزان کرده است. به هر ترتیب همه این روشها به کار گرفته شده تا امروز وسیله‌ای مناسب به نام کوله‌پشتی در اختیار ما قرار گرفته است. اگر چه قدم اول در راه پیدایش کوله‌پشتی توسط روستاییان و جوانان و ساحان ماجراجو برداشته شد، سیر تکاملی کوله‌پستی توسط سربازان و نظامیان در زمان جنگ جهانی اول و بعد از آن نساب بیشتری پیدا کرد. سربازان در برخی از صحنه‌های جنگ در اوایل قرن حاضر و حتی در زمان جنگهای ناپلئون مجبور بودند روزهای متمادی در کوهها و صحراها بدون رسیدن کمک و غذا و مهمات از سوی نیروهای پشتیبانی راهیمایی کنند. از این رو لازم بود تا جیره غذایی، پوشاک و مهمات مورد نیاز خود را همراه داشته باشند. این وسایل را در حالی باید حمل می‌کردند که دستهایشان برای حمل اسلحه باید آزاد می‌بود. به همین منظور کوله‌پشتی کاربردی بیشتر پیدا کرد و طراحان نظامی از جنگ اول جهانی تا به امروز همواره طرحهای جدیدی برای کوله‌پشتی ارائه کرده‌اند تا سربازان در راهیمیهای طولانی کمتر احساس خستگی و سنگینی کند و همچنین دستهایشان برای تیراندازی، بالا رفتن از موانع و حتی درگیریهای تن به تن آزاد باشد. تحول بزرگ در ساخت کوله‌پشتی ابتدا در ارتشها و نیروهای مسلح به وجود آمد. اما از سالهای ۱۹۳۰ یا استفاده از همین طرحها ماجراجویان و کوهنوردان اروپایی اقدام به سفرهای سخت و دشوار کردند و رفته رفته شکل و طرح کوله‌های نظامی را برای مصارف خود تغییر دادند. سسرفت در ساخت این وسیله سفر انفرادی در بخش ورزشی آن به حدی سریع بوده که با گذشت حدود نیم قرن، تنوع کوله‌پشتی آن چنان است که انتخاب از بین انواع مختلف آن برای یک کوهنورد یا طبیعت‌گرد دشوار است. برای انتخاب یک کوله‌پشتی مناسب ابتدا باید مورد مصرف را بدانیم. به طور کلی کوله‌پشتیها را می‌توان به پنج دسته تقسیم‌بندی کرد که هر یک از آنها مصرف خاصی دارد. اولین نوع کوله‌پشتی، کوله‌های معمولی شهری است

کوح کردن و تغییر مکان زندگی از نقطه‌ای به نقطه‌ای دیگر برای دستیابی به ذخایر غذایی و همچنین اقلیم مناسب برای زندگی و تولیدمثل در بین بسیاری از جانوران امری اجتناب‌ناپذیر و حیاتی است. همه ساله در فصول خاصی از سال، بسیاری از انواع جانوران برای حفظ بقای فردی و اجتماعی و دستیابی به شرایط زیستی مطلوب، دشواری و سختی سفرهای چند هزار کیلومتری را تحمل می‌کنند. برای انجام هر سفر طولانی سه نیاز ضروری وجود دارد. اول وسیله‌ای برای جابه‌جایی و حرکت، دوم توده غذایی و سوم وسایل و تجهیزات که در شرایط آب و هوایی متفاوت بتوانند مسافر را از عوامل محیطی مانند سرما و گرما حفظ کند. جانوران هر سه این عوامل را به شکل اعجاب‌انگیزی دارا هستند. برای حرکت، پرنده‌گان از بال‌ها و پرها، آبزیان از باله‌ها و حیوانات صحرائی و کوهستانی از باها و عضلات قوی برخوردارند. عامل دوم نیز برای مهاجرت حیوانات باتدبیر طبیعت فراهم شده است. برخی از آنها با ذخیره چربی می‌توانند روزها بدون آب و غذا سفر کنند و برای گروهی دیگر با لطف طبیعت مواد غذایی در همه جا پراکنده و سترده شده است. در مورد سومین نیاز سفر، خالق هستی با ایجاد ویژگیهای خاص فیزیولوژیکی در بدن حیوانات به آنان توانایی داده تا در سخت‌ترین شرایط جوی و تغییرات دمای محیط بتوانند زنده بمانند و به سفر خود ادامه دهند. ذخیره لایه چربی در زیر پوست و پرها و موهای بلند یا تغییراتی که می‌یابد می‌تواند دمای بدن این جانوران را در شرایط مناسب زیستی آنها حفظ کند. اما انسان به علت عدم برخورداری از مکانیزمهای یاد شده و همچنین رژیم خاص غذایی که دارد، در انجام سفرهای درازمدت دچار ضعف و کمبودهایی است. شاید گرایش انسان به تمدن و مدنیت به علت رهایی از رنج و سختی سفر بوده است، ولی آنچه مسلم است این است که سفر و کوچ کردن برای دستیابی و رسیدن به خواسته‌های روحی و جسمی و پیشرفت علمی و اقتصادی از ابتدای خلقت آدمی امری اجتناب‌ناپذیر بوده و همچنان خواهد

و بزرگیهای کوله‌های کوچک و متوسط خصوصیات دیگری نیز دارند. این نوع کوله‌ها که حرفه‌ای‌تر هستند و باید بار بیشتری را در خود جای دهند برای تعادل و پخش شدن وزن بار در سطح بستی بدن دارای بندها و بستهای مخصوصی هستند و در قسمت اتصال به پشت دارای محافظه‌ای هستند که داخل آن صفحه‌ای با حالت مخصوص فرم پشت بدن قرار می‌گیرد. این صفحه معمولاً از جنس پلاستیک یا آلومینیوم است و به قسمت بستی کوله شکل خاصی را می‌دهد که علاوه بر حفظ بهتر تعادل و تقسیم وزن موجب می‌شود تا کوله از پشت کوهنورد فاصله اندکی گیرد و در نتیجه هوا در بین کوله و پشت کوهنورد جریان یابد و سطح بستی بدن بتواند تنفس طبیعی از راه پوست را انجام دهد و ضمناً عرق نکند. البته این مهم با استفاده از بندهای تنظیم‌شونده در ناحیه تحتانی کوله نیز صورت می‌گیرد. برخی از کوله‌های پیشرفته‌تر امروزی برای بیدار کردن بهترین حالت طبق وضع جسمی بدن استفاده‌کننده حدود دو نوع تنظیم در جهت طولی، عرضی و همچنین تغییر مرکز ثقل کوله بستی دارند. این نوع کوله در طرفین دارای دو بند به همراه یک قطعه پلاستیک یا جرم ضخیم است که محل اتصال جوب اسکی و راکت برف در برخی از انواع کیفهای کوچک بغلی به آنها متصل می‌شود. از دیگر محلهای تعبیه شده در خارج کوله بستی برای محل بار بندهای مخصوص پست کلنگ و چکش یخ در بخش بیرونی و عقب کوله بستی است. همچنین روی در کوله سطحی دو لایه قرار دارد که در چهار طرف آن چهار حلقه تعبیه شده که از بین آنها تسمه یا طنابچه کوچکی می‌گذرد و محل مناسبی برای بستن کرامپون (یخ‌شکن) است. این نوع کوله‌ها در قسمت در دارای دو کیف زیپ‌دار هستند که یکی در بیرون است و بدون باز کردن در کوله بستی تنها با باز کردن یک زیپ می‌توان به محتویات آن دست یافت و محل مناسبی برای قراردادن وسایل فوری و به اصطلاح دم‌دست مانند دوربین، کیف کمپهای اولیه و... است. کیف دیگر در زیر در است و برای نگهداری وسایل ریز و نقشه مورد استفاده قرار می‌گیرد. یکی از موارد مهم در این نوع کوله بستی‌ها وجود بخش بازشونده در نیمه انتهایی کوله بستی است. در قسمت پایین و عقب کوله‌های مذکور زیپ بزرگی که معمولاً قوسی شکل است قرار دارد که با باز کردن این قسمت می‌توانید بدون بیرون ریختن همه وسایل به انتهایی‌ترین قسمت کوله بستی دست یابید. از دیگر نکات مهم در کوله‌های پیشرفته فنی درباره‌ی درب آن است. در برخی کوله شامل دو بخش است. یکی درب داخلی که از پارچه‌ای ضد آب و نازک تراز سایر قسمتهای کوله تهیه می‌شود و این در با یک طناب ۳ میلیمتری به صورت لیفه‌ای بسته می‌شود و هنگام طوفان و کولاک از

نقوذ برف و باران به داخل کوله جلوگیری می‌کند. همچنین در مواقعی که بار بیش از حجم کوله باشد این قسمت که حدود ۲۰ سانتیمتر ارتفاع دارد می‌تواند حجم کوله را افزایش دهد و تنها در خارجی روی آن را بپوشاند. البته حجم برخی از کوله‌های فنی با اضافه شدن یک بخش دیگر به قسمت فوقانی قابل افزایش است. اما همه کوله‌های فنی این ویژگی را ندارند. در موقع خرید یک کوله بستی فنی باید به نکات متعددی توجه شود که برخی از آنها عبارت است از:

۱. پارچه کوله از جنس خشک یا بسیار نرم نباشد و مقاوم و محکم باشد.
۲. بندها و بستها مقاوم باشد و به آسانی تنظیم و باز و بسته شود.
۳. قسمت بستی کوله که با بدن در تماس است از پارچه‌های مقاوم و نرم باشد و ضد آب نباشد. البته لایه درونی آن ضد آب و دارای الیاف نرم بالستکی برای راحتی و نرمی بستی بدن باشد.
۴. لایه زیرین کوله تا حدود ۲۵ سانتیمتر از اطراف آن دو لایه و صددرصد ضد آب و مقاوم در برابر خراشیدگی و بارگی باشد زیرا کوله بستی از قسمت انتهایی آن روی زمین قرار می‌گیرد.
۵. درزها محکم دوخته شده باشد و با کشیدن در جهات مختلف از یکدیگر باز نشوند.
۶. روی محل زیبهای بیرونی در قسمت فوقانی، لایه



۷. آبیگر تعبیه شده باشد تا آب باران و برف به داخل زیپ نفوذ نکند.
۸. رنگ کوله به گونه‌ای باشد که در شرایط نوری نامساعد به راحتی قابل رؤیت باشد.
۹. حتماً بند کمربند و سینه‌ای داشته باشد
۱۰. بهنای بندهای شانه‌ای نس تا هفت سانتیمتر باشد و حجم داخلی آنها از الیاف نرم بر سده و حالت بالستک داشته باشد.

۱۰. در موقع قراردادن کوله بستی بر بدن بین کوله و پشت فاصله عبور هوا وجود داشته باشد.
۱۱. هنگام انتخاب، مورد مصرف، نیاز و توان حمل بار خود را در نظر بگیرید.
۱۲. کوله مورد نظر خود را از فروشگاه‌هایی خریداری کنید که فروشنده بتواند در مورد آن شما را به شکل عملی و اصولی راهنمایی کند.
۱۳. حتماً از فروشنده بخواهید کوله را برایتان با وسایل یا خرده کاغذ و مقوا پر و آزمایش کند یا تا یک روز بعد از خرید فرصت تعویض بگیرید که کوله را در منزل امتحان کنید.
۱۴. لزوماً کوله‌های خارجی تنها کوله‌های مناسب و خوب نیستند. بسیاری از تولیدات داخلی نیز کیفیت مناسب دارند و ارزاتر نیز هستند.
۱۵. دقت کنید پارچه کوله از نوعی نباشد که بستی آنها با مواد پلاستیکی چسبیده ضد آب شده است. زیرا لایه مذکور بعد از مدتی استفاده و شستشو از بین می‌رود و خرد می‌شود.
۱۶. اطراف لایه در روی کوله با پارچه لاستیکی یا نوارکنشی دوخته شده باشد تا در موقع بستن اطراف آن به قسمت بدنه فوقانی بچسبد و از ورود برف و باران به داخل کوله جلوگیری کند.
۱۷. دقت کنید کیفیت زیبها خوب باشد و به راحتی باز و بسته شود و دندانها مرتب و دارای بند دستگیره باشد. دندانهای زیپ در محل دوخته انتهایی بیشتر امکان آسیب دارد.
۱۸. محل دوخت تسمه‌ها باید به شکلی باشد که تسمه از جند محل در زوایای مختلف به پارچه دوخته شده باشد تا محکم شود. اگر محل دوخت تسمه‌ها سطح کافی نداشته باشد و تنها یک نقطه آن دوخته شده باشد امکان دارد که پارچه بدنه کوله را در موقع تحمل فشار پاره کند یا بند تسمه‌ای از کوله جدا شود.
۱۹. به رنگ و ظاهر پارچه دقت کنید. اگر لکه چربی یا تغییر رنگ خاصی مشاهده کردید امکان دارد پارچه در قسمت تغییر رنگ یافته در معرض مواد سمی یا حرارت و دیگر عوامل فرساینده محیطی قرار گرفته باشد و استحکام خود را در نقطه مذکور از دست بدهد و پس از مدت کوتاهی پاره شود.
۲۰. بندهای تنظیم را در محل بستهای تنظیم‌کننده در دو جهت مخالف بکشید و مطمئن شوید جنس تسمه‌های مصرفی و بستها اصطلاحاً لازم را برای حفظ تنظیم دارند و در مواقع فشار تنظیم آنها تغییر نمی‌کند.

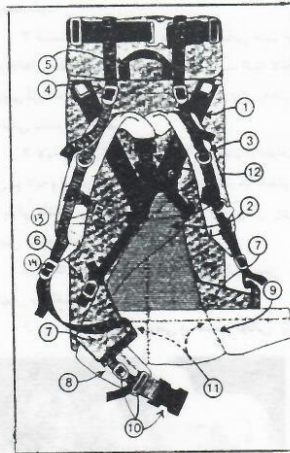
که اخیراً استفاده از آن رواج یافته و برای حمل وسایل سبک و کم حجم مانند اسلحه ورزشی و حمل کتاب و نوشتافزار مورد استفاده ورزشکاران و دانش‌آموزان است و شکلی ساده و معمولی دارد و در آنها بیشتر با زیب پار و بسته می‌شود.

دومین نوع کوله‌بستی کوله‌های شکاری است. این کوله‌بست‌ها قدری پهن است و ارتفاع آنها از سادها تجاوز نمی‌کند و دهانه آنها بزرگ و گشاد است. معمولاً در طرفین آن دو جیب نسبتاً بزرگ و در پشت یک جیب پهن خارج از فضای داخلی کوله بستی تعبیه شده که برای قراردادن قمقمه آب، کیف کمپهای اولیه و نقشه و سایر وسایل مورد نیاز که باید در دسترس باشند استفاده می‌شود. کوله‌بستهای شکار دارای رنگهای محدودی است و معمولاً سبزه زیتونی - کرم خاکی یا طوسی تیره هستند. این رنگها برای هنگام شکار مناسب‌اند و در موقع شکار صیاد از دید صید پنهان می‌ماند. از دیگر ویژگیهای کوله‌بستی شکاری، ارتفاع کم آن است که به شکارچی این امکان را می‌دهد تا در موقع عبور از لای درختان به شاخه‌ها گیر نکند و همچنین در زمان تیراندازی به حال درازکش وزن کوله تنها بر پشت و کمر وارد می‌شود و برای عقب کشیدن سر و گردن مانعی ایجاد نمی‌کند.

سومین دسته از کوله‌بست‌ها، کوله‌بست‌های کوه‌ها که قسمت مخصوص بار آن با بستها و قلابهای ویژه‌ای روی چهارچوب فلزی بسته شده وسیله مناسبی برای راهپیمایی در مناطق باز صحرایی است و حتی در سفر با موتورسیکلت وسیله مناسبی است. زین این نوع کوله‌بستی معمولاً از جنس آلومینیوم مقاوم بوده و از لوله‌های به هم پیوسته ساخته شده است. نوارهای پهن در قسمت داخلی موجب می‌شود تا زین مستقیم با بدن تماس پیدا نکند. از این رو تنها در دو نقطه نوارها با بدن تماس دارند. یک بخش بر روی کمر و بخش دیگر در ناحیه نزدیک کتفها. همبر سر موجب می‌شود تا جریان هوا به خوبی در قسمت پشت بدن جای‌جا شود و در نتیجه ناحیه کمر و پشت عرق نکند. در ضمن توزیع بار در همه جا به صورت یکنواخت است. اما در هنگام موتورسواری قسمت انتهایی زین که قدری پایین‌تر از کمر قرار دارد در حالت نشسته بر موتورسیکلت روی صندلی قرار گرفته و وزن کوله به موتور منتقل می‌شود و تنها بند شانه‌ای تعادل کوله‌بستی را حفظ و کوله‌بستی را ثابت می‌کند. از دیگر ویژگیهای این نوع کوله‌بستی حمل بارهای بزرگ با اشکال مختلف است. شما می‌توانید کیسه بار را از روی زین باز کنید و وسایل دیگری را با طناب روی آن ببندید. برای مثال می‌توانید چندین تکه هیزم بزرگ یا ظرف بزرگ آب، یک دوچرخه و در مواقع ضروری و حساس حتی مجروح یا مصدومی را روی آن بنشانید و حمل کنید. کوله

زین دار علی‌رغم همهٔ محاسن ذکر شده معایبی نیز دارد که عبارت است از محدود شدن استفاده از آن در محل‌های خاص. سطح زیاد زین در کوله‌بست‌ها که از دو طرف شانه‌ها و پایین کمر در ناحیهٔ باسن به خارج بدن رانده شده موجب می‌شود در معابر سنگی و جنگلی و همچنین در شب‌های تند و موقع حرکت سریع مشکل ایجاد شود؛ و حتی در بارهای موارد می‌تواند خطرناک باشد.

چهارمین نوع از کوله‌های حمل بار معروف به کوله‌های نظامی است. این نوع کوله براساس کاربردش شکل‌های متفاوتی دارد. کوله‌های معمولی نظامی بیشتر برای حمل جیره‌های غذایی فشرده یا کنسرو شده و وسایل دیدبانی و مهمات و اسلحه به کار می‌رود. معمولاً



- ۱- تسمه تنظیم فشار چهارچوب ۲- لایه پوشاننده توری بالشتک‌بستی ۳- بند شانه‌ای ۴- بند تنظیم فشار در بالای کوله ۵- تسمه حمل با دست ۶- بست تنظیم ارتفاع و تاب بند شانه‌ای ۷- تسمه محکم‌کننده کمری ۸- بالشتک حفاظ فشار تسمه کمر بند ۹- بالشتک کمر بند ۱۰- بست مخصوص کمر بند که در انتهای آن بست تنظیم اندازه می‌باشد ۱۱- بالشتکهای پشتی کمری ۱۲- تسمه تنظیم ارتفاع کوله برای افراد بلندقد و یا کوتاه قد ۱۳- بند سینه‌ای ۱۴- بست تنظیم بزرگی بند شانه‌ای

روی کوله جاهایی برای بستن بیل‌های کوچک حفر سنگر، قمقمه و طناب و تجهیزات انفجاری در نظر گرفته می‌شود. برخی از کوله‌های نظامی تخصصی‌تر است و از آنها برای حمل خمپاره و موشک‌های دستی یا بی‌سیم و در نیروهای هوایرد برای حمل چترهای خودکار استفاده می‌شود. در مجموع کوله‌های نظامی تنها برای تمرین و کارزار

سربازان و نظامیان طراحی و ساخته شده است و برای مصارف دیگر مناسب نیست. علاوه بر همهٔ اینها کوله‌های نظامی همیشه از پارچه‌هایی با رنگهایی استوار و طرح‌های مخصوص پنهان شدن در طبیعت است و از این رو رنگ این کوله‌ها محدود و مشخص است.

بنجمین نوع از کوله‌بست‌ها که امروز مصرف زیاد پیدا کرده کوله‌های ویژهٔ راهپیمایی و کوهنوردی است. این کوله‌ها معمولاً از پارچه‌های ضدآب مخصوص و مقاومی تهیه می‌شود که در بین کوهنوردان و طبیعت گردان به عنوان پارچه کوله‌های شهرت دارد. شکل ظاهری بیشتر این کوله‌بست‌ها به صورت استوانه‌ای است که پهنای آن از حدود ۳۰ سانتیمتر تجاوز نمی‌کند و ارتفاع آن‌ها معمولاً بین ۴۰ تا ۸۵ سانتیمتر است. کوله‌های کوهنوردی دارای انواع ساده و فنی است. نوع ساده معمولاً دو بند پهن با الیاف نرم دارد که روی شانه قرار می‌گیرد و انتهای بندها دارای بست‌های تنظیم است و در آنها نیز شکلی ساده دارد و با یک یا دو بست معمولی بسته می‌شود. در دو طرف یا پشت برخی از این نوع کوله‌ها کیف‌های کوچکی است. این کوله‌ها برای برنامه‌های نیم روزه یا یک روزه رفت و برگشت مورد استفاده قرار می‌گیرد. اندازه حجم کوله‌های کوهنوردی را معمولاً براساس لیتر مشخص می‌کنند. هر لیتر برابر است با ۱۰۰۰ سانتیمتر مکعب یا بهتر است بگوییم که حجم مکعبی است به ابعاد ۱۰×۱۰×۱۰ سانتیمتر. حجم کوله‌های کوچک و ساده معمولاً بین ۱۵ تا ۳۰ لیتر است و کوله‌های متوسط حجمی برابر با ۳۵ تا ۵۰ لیتر دارند و کوله‌های فنی که برای برنامه‌های کوهنوردی جدی در استفاده می‌شوند از ۵۰ تا ۹۰ لیتر است و حتی در برنامه‌های ویژه کوله‌های ۱۲۰ لیتری نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد. کوله‌های متوسط و برنامه‌های یک تا دو روزه دارای خصوصیات دیگری نیز هستند که مهمترین آنها بند کمری برای محکم کردن کوله‌بستی به کمر و بند سینه‌ای برای ثابت کردن بندهای روی شانه است. بند کمری که در انتهای کوله قرار دارد انتهای کوله را با کمر ثابت می‌کند و قسمت پشتی کوله را روی گودی کمر می‌نشانند. بدین ترتیب حرکت اضافه کوله در موقع حرکت به خصوص در سرازیرها و روی دیواره‌های یا شیب منفی گرفته یا به اصطلاح لنگر کوله گرفته می‌شود و کوله‌بستی با بدن یکی می‌شود و وزن آن نیز روی باسن بخش می‌شود. بند سینه‌ای نیز از لغزش بند شانه‌ای به سمت خارج شانه‌ها جلوگیری می‌کند و در نتیجه در شرایط حساس به خصوص زمانی که دستها درگیر فعالیت‌های سنگین است یا اسکی است امکان اینکه کوله‌بستی از قسمت بالا از بدن جدا شود وجود نخواهد داشت و دیگر خطر از دست دادن تعادل کوهنورد برای حفظ کوله‌بستی از بین می‌رود. کوله‌های بزرگتر و فنی علاوه بر برخورداری از

اگر کتاب نباشد روح بشر پرورش نمی‌یابد.

(پلو تارک)

فصلنامه کوه بر آن شده است که در هر شماره، ورقی را به مقوله‌های ادبی - اخلاقی اختصاص دهد؛ به گونه‌ای که رابطه مصنوعی بهتری در اندیشه کوهنوردان، نسبت به کوه ایجاد گردد.

از آنجا که اکثر ورزشکاران، به ویژه کوهنوردان، بیشتر و عارفانه‌تر به «تیکها» می‌اندیشند تا به ظواهر پرفریب حیات؛ بجا خواهد بود که برگه یا ستونی برای درج مفاهیم ادبی - عرفانی و ... باز شود تا کوهنوردان هنگام صعود بر تارک بلندیهای این خاکدان و فرود از آن و نفوذ در غارها و یا گذر از دره‌ها و تنه - ماهرهای سنگت‌انگیز آفرینش، نگاه و بینش خویش را نیز توانا تر سازند و بزرگی و صفای این بدیده زیبا خلقت را با روح ورزشی درآمیزند و خود را در بینهایت هستی به عالیترین مراحل درک و کشف و تهود و یقین برسانند، تا به عشقی که آنان را به کوه ره نموده است تا حدی واصل گردند. خردمندانه بر کوهساران گام نهیم و به اقربدها، عارفانه‌تر بنگریم و بی‌بایانی ذات باری، دل بندیم.

در گام نخست، از نخستین سخنور نامی، رودکی سمرقندی کمک می‌گیریم که می‌گوید: «برای رسیدن به سعادت و توانایی، باید دارای این چهار صفت بود: خرد، تندرستی، نیکخویی و نیکنامی».

چهار چیز سرآزاده را ز غم بخرد  
تن درست و خوی نیک و نام نیک و خرد  
هر آن کوا ایزدش این چهار روزی کرد  
سزد که شاد زید جاودان و غم نخورد

بس نایب‌خردی، بیماری است و از آن بیماری، بدخویی زاید و سرانجام بدنامی. نیز می‌دانیم که زندگی موجودات وابسته به آب است و ما آن را آرج می‌نیم، زیرا از وجودش توان و تندرستی می‌گیریم. به همین سبب، باید کوه را بیشتر گرمی دانست، زیرا منبع و سرچشمه زایندهی و برزندگی و بالندگی است.

اگر باران به کوهستان نیارد  
به سالی دجله گردد خشک رودی  
کوه را با صفای درون خویش مصفا کنیم و آن را  
آماده تمرین تن و روان همگان سازیم و آن‌گاه فریاد  
ببریم که:

هلا کوهساران مرا جای ده  
بدین کار، یزدان مرا پای ده  
همان سختی سنگ خاری ده  
بر این سنگ لغزنده آوای ده  
که ایرانی گرد خواهان نام  
بر این کوه کله، بزن چند گام

## بازتاب آفتاب ادب فارسی

همیشه ز باین به بالا گرای  
بلندی جو خواهی ز پستی در ای. Δ

### در کوه...

شهرام حلاج نیشابوری

می‌توان در راه قله (در کساکش رفتن یا نرفتن، میان) عشق را مرور کرد.

می‌توان نقشه خوانی سموخت و پیوسته، راه در خور و درست‌تر را باز شناخت.

می‌توان یادگیری پوشید تا، آنچه نباید، در تن آدمی راه نیابد.

می‌توان در تاریکی غار خود را ندید.

می‌توان در صعود کلاهد، شکوه نیروهای نهان آدمی را به چشم دید.

می‌توان کوشید که شب سردی را، بدون کیسه خواب، به خواب غفلت فرو نرفت.

می‌توان بر یالها، با باران سرود رهایی خواند.

می‌توان در برابر بناهاگهاها ایستاد و تجسم احساس مسؤولیت در برابر ایندگان را به جسم دید.

می‌توان از یادگاری کندن برهیخت.

می‌توان از یادگاری کندن برهیخت.

می‌توان از یادگاری کندن برهیخت؛ می‌توان آن را ببیند و یا تنها تماشا کرد (به تماشا سوگند).

می‌توان زخم دوست را بست.

می‌توان آب قمعه را تقسیم کرد.

می‌توان نیم تنه خود را به رقیق داد.

می‌توان واپسین نفسهای زندگی را نیز، در جستجوی نخ بهمن همورد کشید.

می‌توان - در برنامه - جادری را بر از مهر و صمیمیت کرد.

می‌توان با طناب به هم پیوست.

می‌توان با (گزه) دو سر طناب دولا پیوندها را محکمتر کرد.

می‌توان به حمایت ایستاد.

می‌توان به حمایتی اطمینان کرد.

می‌توان به هنگام سنگبوردی گیره گرفت و خود را، بالا کنیید [بالا رفت].

می‌توان به هنگام کوهیمایی نیازهای خود را به کوله‌ای محدود کرد.

می‌توان آموخت توشه برداشتن را و هم توشه خویش بر بست خویش بردن را.

می‌توان چنید که، آن کس که بیشتر آب می‌نوشد بیشتر تشنگی خواهد کرد.

می‌توان از سلاق طوفان نهراسید.

می‌توان در گروه حمله جنگیدن را آموخت.

می‌توان در گروه نجات بی‌برو خود را به آب و آتش زد.

می‌توان در گروه پشتیبانی ایثار کرد.

می‌توان در گروه تدارکات، بی‌سروردا نیاز دیگران را برآورده ساخت.

می‌توان کوشید تا سنگی بر سری فرو نغلتند.

و می‌توان هنگام فرو غلتیدن سنگ با فریادی به هنگام و

به جا مردم فرودست را با خبر کرد که «ای ... سنگ».

می‌توان شقایقها را تنها تماشا کرد و شاید هم بوسید، اما هرگز نجید و گذشت.

می‌توان بر روی اهل راه لیختند زد.

می‌توان دست همورد را فشرد.

می‌توان گفت «سلام»، می‌توان گفت «نه خسته، باران!».

می‌توان گفت «سلامت باشید!» Δ

### کعبه‌ای ای کوه

ناصر فتحی - دانشجوی شیراز

ای پستانه عاشقان زندگی

ای کنام خستگان از بردگی

ای مکان وحی و الهام حبیب

ای دل مجروح را گمشده طیبیب

ای بسلندی غرور ای یار ما

کوه، ای حرمتگه اسرار ما

ای کتاب و درس و دانشگاه ما

ای نمود دیر و آتشگاه ما

با طواف و سعی خود گوئیم ما

بیشی اقبانوس توجوئیم ما

قللهات پاک از گناه عاصیان

کعبه‌ای، ای کوه، ما هم حاجیان

بستی اهرام سفید از برف پاک

بهر ما الودگان ظنرف خاک

حاجیان مانیم احرامت جیراست؟

ایستهمه آرایش راهت کجاست؟

دامن گل بهر که آورده‌ای؟

چشمهات را از چه جوشان کرده‌ای

تک درختانت که را سایه دهند؟

بلبل و کسبکت چرا در چهجهند؟

ایسن کلاه ابر کو بر سر نهی

بسر ترست، از گوهر تاج شهبی

خاک و سنگت آشنا با پای من

عشق امروز تو شد فردای من

گرچه صعب و سخت همچون آهنی

مسایه آرامش جان و تنی Δ

# شناخت آب و هوای



جاده اسلام به خلخال - عکس از هومن ربیع زاده

مقدمه:

ایران کشوری است با شرایط اقلیمی و چشم‌اندازهای زیبای طبیعی. تنوع آب و هوایی در نواحی مختلف ایران، معلول رشته‌کوههای مرتفع، ناهمواریهای زیاد و وجود دریای خزر در شمال دریای عمان و خلیج فارس در جنوب آن است. جالب است بدانید که ارتفاع متوسط خشکیهای کره زمین ۸۵۰ متر است، در حالی که ارتفاع متوسط کشور ما ۱۲۵۰ متر است. به راستی اگر کشور ما از وجود همین رشته‌کوه‌های کوهستانی خاص بود، آن‌گاه سرزمینی داشتیم خشک و بی‌آب و علف تابستانهای گرم و سوزان که با بیابانهای تفتیده عربستان تفاوت زیادی نداشت. می‌توان گفت که پدیده‌های متنوع اقلیمی، نتیجه ناهمواریها و رشته‌های عظیم کوهستانی است، به طوری که تأثیر این دو بر یکدیگر، موجب خلق چشم‌اندازهای متفاوت طبیعی شده است. وجود مکانهای سرد و برفگیر، برفچالها و یخچالهای دائمی، جنگلهای سرسبز، دامنه‌ها و مراتع کوهستانی با تنوع پوشش گیاهی، منابع آب فراوان و رودخانه‌های خروشان، در ارتباط مستقیم با نواحی کوهستانی و قرار گرفتن جهت این ناهمواریهاست. این تأثیر به‌گونه‌ای است که در لحظه‌ای خاص از سال، می‌توان چهار فصل متفاوت را در سطح کشور پهناورمان مشاهده نمود. در این شماره و شماره‌های آتی، بر آن هستیم تا ضمن شرح و توصیف عوامل و عناصر اقلیمی، پدیده‌های آب و هوایی را در مناطق کوهستانی کشور بررسی

در بسیاری از طرحهای ملی و نوشته‌ها، خط ارتفاع ۱۵۰۰ متر و بالاتر از آن را به عنوان نواحی کوهستانی و مرتفع کشور شناخته شده است.

## ویژگیهای مشترک اقلیمی در نواحی کوهستانی کشور:

متأسفانه به دلیل عدم استقرار ایستگاههای مجهز هواشناسی در ارتفاعات بالا، بررسیهای آب و هوایی در این مناطق، بیشتر براساس مبانی تجربی و اصول اولیه آب و هواشناسی است و یا به وسیله روابط منطقی آماری و محاسبات ریاضی و تهیه مدلها، برآوردهای رضائیتبخشی از پارامترهای اصلی اقلیم صورت می‌گیرد. (۱) به طور کلی، آب و هوای نواحی کوهستانی، خصوصیات مشترکی به شرح زیر دارد:

۱. نواحی کوهستانی، سردترین مناطق کشور را در برمی‌گیرد. پایین‌ترین حد دمای سالانه از این نقاط گزارش می‌شود. حداقل دمای مطلق ۲۸- درجه در شهرهای کوهستانی و کوهپایه‌ها به ثبت رسیده است و احتمال دماهای پایین‌تر از این، در ارتفاعات بیش از ۲۵۰۰ متر نیز وجود دارد.
۲. طول دوره سرما در این مناطق، از ۶ تا ۱۰ ماه متغیر است و در باره‌ای از نقاط مرتفع در رسته‌کوههای البرز و کوههای آذربایجان که ارتفاع بیش از ۴۰۰۰ متر دارند، دوره سرد تمام سال را شامل می‌شود و فقط طی

کنیم.

۱. آب و هوا: در هر مکان مشخص، هوایی با ویژگیهای خاص به دفعات بیشتری تکرار می‌شود. به طوری که نمود آب و هوایی چشمگیری می‌یابد. این هوا، آب و هوای آن منطقه نامیده می‌شود. به عبارت ساده‌تر، آب و هوا عبارت است از نوع غالب هوای یک مکان در درازمدت که احتمال رخداد آن، بیش از دیگر شرایط آب و هوایی است. به عنوان مثال، نوع بارندگیهای آذربایجان، بهاره است و حکاکسی از آن است که به طور معمول، بیشترین بارندگیهای سالانه در منطقه آذربایجان متعلق به فصل بهار است.

۲. عوامل اقلیمی: آن دسته از عوامل جغرافیایی و خصوصیات مکانی است که بر اقلیم و فرآیندهای حاصل از آن تأثیر می‌گذارد، مانند: ارتفاع، دوری یا نزدیکی به دریا و منابع رطوبت، پوشش گیاهی، عرض جغرافیایی، قرار گرفتن جهت دامنه‌ها نسبت به تابش خورشید، شیب زمین و ...

۳. عناصر اقلیمی: آن دسته از عناصر که معرف یک حالت فیزیکی معین در اتمسفر باشد، مانند: دما، رطوبت، فشار، تابش خورشید و یا آمیزه‌ای از چند عنصر اقلیمی باشد، مانند: گرما، بارش، ابر و باد.

۴. نواحی کوهستانی ایران: گرچه در تعیین مرز نواحی کوهستانی کشور، بین جغرافیدانان توافق نظر وجود ندارد، اما شیب و ارتفاع، دو عامل اصلی است که در تعیین حد و مرز نواحی کوهستانی مورد توجه کارشناسان است.

# کوهستانی ایران



تهیه و تنظیم از رضا آرتیدار

برفچالهای دائمی ایران در دامنه‌های شمالی توحاسی کوهستانی واقع شده است. مانند: یخچال علمحال در علمکوه و یخچالهای دیواری سیوله و دبی‌سل در دامنه‌های شمالی دماوند، نسیم‌کوه و دره (کوه و دشت) نیز در نتیجه تأثیر عوامل جغرافیایی است. به طوری که طی روز، جریان باد از دره‌ها و دشتهای بست مجاور کوهستان به سمت قله و تقاطع مرتفع می‌وزد و در طول شب، با سرد شدن سریع قله‌ها، هوای سرد و سنگین از سمت کوه به طرف دره و دشت و دامنه‌های پایین جریان می‌یابد.

## دما و بارش، عناصر مهم اقلیمی:

دما و بارش، دو عنصر آب و هوایی هستند که در برخورد با ارتفاع، تأثیر متفاوتی به جای می‌گذارند. به طور معمول، به ازای افزایش ارتفاع، دما کاهش و بارندگی افزایش می‌یابد.

دما: مقداری از انرژی تابشی خورشید، توسط عوارض سطح زمین جذب و تبدیل به انرژی حرارتی می‌شود. این انرژی به شکل درجه حرارت (دما) جلوه می‌کند.

برطبق تعریف متکور، دما متأثر از شرایط تابشی خورشید و ویژگیهای سطح زمین یا آسانی که در معرض نور خورشید قرار دارد. تأثیر هر یک از این عوامل، به گونه‌ای متفاوت جلوه می‌کند، مثلاً بدیده ابر ناکی، جلوی نفوذ مستقیم نور خورشید را می‌گیرد و باعث کاهش دمای محیط می‌شود و برعکس، شبها که خورشید وجود ندارد،

به صورت جامد و برفی است. به عنوان مثال، ۵۷ درصد از حجم کل بارشهای سالانه در البرز مرکزی، به صورت برف است و فقط ۴۳ درصد به صورت باران و رگبارهای محلی است. اضافه می‌شود که در فصل زمستان، بیش از ۹۵ درصد بارشها به صورت برف است.

۶. متناسب با افزایش ارتفاع، دما کاهش می‌یابد و فقط در شرایطی ویژه که بدیده وارونگی اتفاق می‌افتد، دما نیز افزایش می‌یابد در مناطق جنوبی کشور، مانند: کوه تفتان و یرمان و کوههای کرمان، بزد، هرمزگان، رشته دنا و زردکوه، به ازای هر ۱۰۰۰ متر ارتفاع، دما ۴/۵ تا ۶ درجه کاهش می‌یابد. و در مناطق شمالی، مانند: کوههای آذربایجان، کوههای تالش، البرز غربی و مرکزی، به ازای هر ۱۰۰۰ متر ارتفاع، دما ۶/۵ تا ۸ درجه کاهش می‌یابد. در ارتفاعات بالا، به سبب تأثیر کم اصطکاک لایه‌های هوا، جریان بادها سرعت بیشتری می‌گیرد و الگوی این حرکت، منظمتر است. شدیدترین بادها بر روی بالها و در خط‌الرأسها و هنگامی است که جریان باد عمود بر جهت کوهستان می‌وزد (شکل ۱).

چنان که در شکل ۱ دیده می‌شود، جریانات سریع باد، هنگام برخورد به دامنه کوه، مجبور به بالا رفتن از آن می‌شود و ضمن صعود، رطوبت را به بالا انتقال می‌دهد. این توده هوا در لایه نازکی از قله کوه با شتاب خارج می‌شود.

۸. آب و هوای مناطق کوهستانی، به شدت از عوامل جغرافیایی تأثیر می‌پذیرد. به عنوان مثال، دامنه‌های شمالی رشته کوهها از شدت تابش کمتری برخوردار است و به همین دلیل، هوای سردتری دارد. غالب یخچالها و

بعضی از روزهای تابستان، هوای معتدل حاکم می‌شود. عامل آزاردهنده در چنین مواقعی، صافی هوا و تسهع شدید تابش خورشیدی است که علاوه بر آفتاب سوختگی، باعث می‌شود تا کوهنوردان دما را بیش از حد واقعی آن تصور کنند.

۳. ارتفاعات بالاتر از ۲۷۰۰ متر در طول ۹ ماه از سال در شرایط یخبندان به سر می‌برند و در ارتفاعات بیش از ۴ هزار متر، احتمال بروز یخبندان شبانه در تمام طول سال وجود دارد. اضافه می‌کنیم که شرایط یخبندان، عبارت از شرایطی است که بر اثر آن، دما به صفر درجه و یا کمتر از آن می‌رسد. معمولاً دوره دارای شرایط یخبندان، بیش از یخبندانهای واقعی به طول می‌انجامد. به عنوان مثال، میانگین روزهای یخبندان اندازه گیری شده در دو ایستگاه ابدلی و بلور ۱۵۵ تا ۱۶۰ روز در سال است. در حالی که این تعداد روز یخبندان در مدتی به فاصله ۲۷۰ روز اتفاق می‌افتد، به طوری که اولین یخبندانهای زودرس در مهرماه آغاز می‌شود و تا خرداد سال بعد ادامه دارد. به عبارت دیگر، این منطقه ۹ ماه از سال در شرایط یخبندان قرار دارد.

۴. در تمام نواحی کوهستانی (به جز دامنه‌های شمالی البرز که به دریای خزر مسلط است) متناسب با افزایش ارتفاع، بارش نیز افزایش می‌یابد و قلل واقع بر روی رشته البرز مرکزی و زاگرس، سالانه در حدود ۱۰۰۰ تا ۲۰۰۰ میلیمتر بارندگی دارد. این در حالی است که نواحی مرکزی دشت کویر و دشت لوت، باران سالانه‌ای کمتر از ۱۰۰ میلیمتر دریافت کند.

۵. نوع ریزشهای جوی در مناطق کوهستانی، بیشتر

ایربا به عنوان محافظ گرمای زمین، جلوی خروج حرارت را می‌گیرد و به همین دلیل، هوا در شبهای ابری، گرمتر از شبهایی است که هوا صاف است.

همچنین، عوارض سطح زمین در جذب تابش بسیار مؤثرند، مثلاً برف نو و تازه ۹۰ درصد و حتی بیشتر، انرژی تابشی خورشید را بازتاب می‌دهد و تنها دو درصد بقیه به داخل برف نفوذ می‌کند و به دلیل وجود حفره‌های هوا در برف، انتقال همین مقدار حرارت به پایین برف نیز به کندی صورت می‌گیرد و به این دلیل است که برفها تا مدت‌های زیادی در دامنه‌های مرتفع باقی می‌مانند. به طور کلی، در کنترل مجموعه عوامل دیگری از محیط است این عوامل، به طور کلی عبارتند از:

۱. شرایط تابشی: نور خورشید بر همه جای کره زمین یکسان نمی‌تابد. مناطقی که به استوا نزدیکترند، برتوهای عمودی خورشید را با شدت زیاد دریافت می‌کنند، در حالی که مناطق شمالیتر مانند عرضهای معتدل، نور مایل را دریافت می‌کنند و در قطبها، نور کاملاً مایل است. به این ترتیب، عرض جغرافیایی، دما را کنترل می‌کند گرمای هوا در مناطق جنوبی کشور، نسبت به نواحی شمالی، تا حدود زیادی تحت تأثیر عرض جغرافیایی است.

۲. ارتفاع از سطح زمین: دمای سطح زمین، اساساً نتیجه بازتاب انرژی دمایی است که به آن رسیده است، بنابراین دما در ارتفاعات پایین‌تر، بیشتر از ارتفاعات

پایین‌تر است و هرچه از سطح زمین دور تر شویم، دما کاهش می‌یابد. مقدار این کاهش که آن را افت محیطی دما می‌نامند، معمولاً ۵ تا ۶ درجه سلسیوس در هر ۱۰۰۰ متر است. اما در نقاط کوهستانی کشور ما، براساس محاسبات انجام یافته، این کاهش در همه جا یکسان نیست. بیشترین میزان افت محیطی دما در رشته البرز مرکزی و کوههای آذربایجان مشاهده می‌شود که به ازای هر ۱۰۰ متر افزایش ارتفاع، دما در حدود ۰/۸ درجه سلسیوس کاهش می‌یابد.

۳. ابرناکی: بدیده ابرناکی از نفوذ مستقیم نورخورشید جلوگیری می‌کند. این امر باعث می‌شود تا تفاوت دمای شب و روز تغییر زیادی نکند و دما در طول این روزها، چندان بالا نمی‌رود.

۴. جریانهای اقیانوسی: جریانهای بزرگ آبی در اقیانوسی، در انتقال دما از نقطه‌ای به نقطه‌ای دیگر مؤثر واقع می‌شود و آب و هوای کره زمین را به میزان زیادی تحت تأثیر قرار می‌دهد. مانند: جریان آب گرم سواحل شبه جزیره اسکانديناوی می‌شود و با جریان آب سرد پرو که با همراهِ اهرن آبی سرد، باعث کاهش دما در سواحل پرو می‌شود.

بی‌نویس:

(۱) در پاره‌ای از شهرهای بزرگ کشور، مانند: تهران، مشهد، تبریز، اصفهان و شیراز، به وسیله

بالونهای کوچک که به امواج رادیویی مجهز هستند، اطلاعات هواشناسی از لایه‌های مختلف هوا و از ارتفاعات بسیار بالا کسب می‌شود، که در تهیه نقشه‌های هوا و روزانه از این اطلاعات استفاده می‌شود. اخیراً به دلیل گرانی دستگاههای مزبور، ارسال بالونهای کوچک از تمام ایستگاهها صورت نمی‌گیرد و فقط در ایستگاه مهرآباد تهران، روزانه یک دستگاه ساویر مجهز به امواج رادیویی به هوا فرستاده می‌شود.

مآخذ:

۱. علیچانی، بهلول، کاویانی، مسانی آب و هواشناسی، انتشارات سمت، ۱۳۷۱.
۲. شایان، سیوش، فرهنگ اصطلاحات جغرافیایی طبیعی، انتشارات مدرسه، چاپ سوم، ۱۳۷۶.
۳. نجمایی، محمد، هیدرولوژی مهندسی، جلد دوم، انتشارات دانشگاه علم و صنعت، ۱۳۶۸.
۴. علیچانی، بهلول، آب و هوای ایران، انتشارات دانشگاه پیام نور، چاپ سوم، بهمن ۱۳۷۶.
۵. خللی، علی و حجاج، طرح جامع آب کشور، مهندسین مشاور جاماب، گزارش شناخت اقلیمی ایران، جلد اول، بررسیهای دمایی، Δ

زیست محیطی کمک کنید.

■ از مشارکتهای مردمی استقبال کنید. Δ

## انجمن سبز اورامان

این انجمن، با ارسال اساننامه خود که در بهار سال جاری به تصویب مجمع عمومی رسیده است، ضمن اعلام موجودیت، اولین هدف از تأسیس این انجمن را تلاش برای حفظ محیط زیست منطقه اورامان قرار داده است. Δ

## تشکر از گروه ولاش بروجرود

به گزارش یکی از کوهنوردان، در تاریخ ۱۵/۱ گروه کوهنوردی ولاش بروجرود، با صعود به قلعه دماوند از مسیر تخت فریدون، اقدام به پاکسازی محوطه بناهاگه به صورت مطلوبی نموده‌اند و این در حالی بوده است که یکی از گروههای کوهنوردی تهران، در همان روز با مراجعت به شهر و به جای گذاشتن زباله‌های خود در بناهاگه، موجب آلودگی این مکان شده بودند! Δ

## ورزشهای



کمیسیون المسک جمهوری اسلامی ایران سازگار

## با طبیعت



کمیسیون ورزش و محیط زیست

ورزشهای سازگار با طبیعت (بازیهای همزیستی با طبیعت) برای اولین بار در سال ۱۹۹۷ در «بارانا» منطقه‌ای بین سه کشور برزیل، آرژانتین و باراگوئه برگزار گردید. طس ۹ روز ۸۰۹ ورزشکار از ۵۵ کشور در رشته‌های مختلف ورزشی در محیط‌های طبیعی به رقابت پرداختند. بازیهای همزیستی با طبیعت در زمین، آب و آسمان، با هماهنگی کامل در طبیعت اجرا شد. یکی از مهمترین اهداف این بازیها تاکید بر

۲۸ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم

همه ساله، هزاران نفر از عاشقان کوه و طبیعت، مناطق کوهستانی ایران از شمال تا جنوب و از سیلان و سهپند سحرانگیز و الوند و بیستون دیدنی و افسانه‌ای در غرب کشور (که هنوز طنین جکتهای عاشقانه فرهاد در آن احساس می‌شود)، و منطقه زیبای البرز با قلل و ارتفاعات متعدد آن و دماوند باشکوه را زیر بار می‌گذارند و گماه افسانه‌ها می‌سازند.

من از بسیاری از کوهنوردان و دوستانی که آنها را در کوهها و قله‌ها ملاقات کرده‌ام، دلیل این همه آمدن به مناطق کوهستانی را برسیده‌ام. وقتی که همه این جوابها را



ساعت ۱۲ شب به بعد با او حرف بزنید، زیرا از این ساعت به بعد حاجی شوق حرف زدن پیدا می‌کند، خصوصاً در شبهای مهتاب، زیرا دوست دارد در این شبها کار کند.» او گفت: «حاج بیوک، قبل از اینکه غار سنگان را بکند و تکمیل کند (این کار را حدود سالهای ۴۳-۴۴ شروع کرد و در سال ۵۴ به پایان بُرد) سه جانیانه را که هنوز هم در برف و باران مورد استفاده کوهنوردان قرار می‌گیرد تکمیل کرد. غار سنگان که در ابتدا بسیار کوچک و حداکثر برای دو نفر مناسب بود، پس از یازده سال تمام به شکل یک جانیانه (غار) محکم و قابل استفاده در هر فصلی درآمده

## طنین چکش فرهاد دیگری از البرز شنیده می‌شود

گزارش از: صمد بهروز بیرتیا

تکمیل جانیانه آن (غار سنگان) کردی؟ گفت: «یازده سال، هفته‌ای دو روز!»

به حاج بیوک گفتم: «حاجی، می‌دانی فرهاد وقتی عاشق شیرین شد، برای رسیدن به عشقش با فراموش کردن آن، کار کردن بیستون را شروع کرد؟ و حالا که اینجا هستیم به راستی بگو تو به عشق کی؟» با لبخندی که سراسر صورتش را پر کرده بود گفت: «به عشق کوه و به عشق آن که بالای بالاترین قله‌هاست.» و گفت: «من الان ۶۶ سال دارم و پنجاه سال تمام است که به خاطر این عشق در کوهها هستم، کوه خانه من است و عشق ابدی‌ام.»

### حاج بیوک از زبان دیگران

چون حاج بیوک بسیار کم‌حرف است و چیزی از خودش بروز نمی‌دهد، ناگزیر از کسانی که او را می‌شناسند و کوهنوردانی که بیشتر با او در کوهها دیده می‌شوند، ناری خواستم و در آخرین دیدار، موفق شدم از رحمان ابریشمی و سایر افرادی که انسان را می‌شناسند، اطلاعاتی کسب کنم.

از ابریشمی پرسیدم: «چرا حاج بیوک حرف نمی‌زند؟» وی گفت: «اگر می‌خواهید حرف حاجی را بشنوید، باید از

بررسی کنیم به این نتیجه می‌رسیم که همه این عاشقان کوه و طبیعت، در واقع با یک انگیزه سختیها، سرما، گرما و خطرات را بذیرا شده‌اند و آن، رسیدن به آرامش روحی و نزدیکی به خالق این همه عظمت و شگفتی و نیاز به آن هدف والایی است که خودسازی و اتکالی به نفس گفته می‌شود، زیرا وقتی یک کوهنورد به قله‌ای دست می‌یابد بدون شک به این خواستها نیز می‌رسد.

در بین کوهنوردان سراسر وطنمان، افراد زیادی وجود دارند که از سالهای جوانی بسیار دور شده‌اند، اما نه از این عشق دل‌کننده و نه احساس بیری می‌کنند و هنوز هم قله‌ها را زیر بار می‌گذارند و مورد ستایش بسیاری از جوانها هم هستند.

یکی از این عاشقان کوه، حاج بیوک تبریزی است. من چهار، پنج سال پیش، او را برای نخستین بار ملاقات کردم و وصف کارهایش را شنیدم و در چند سال گذشته که فرصت بازدید از کارهای وی را در گوشه و کنار وزوا و در کنار آبشار سنگان پیدا کردم، به عشق عمیقی که او به کوه و تمام سنگها و گوشه‌های آن دارد ایمان آوردم. در ماه گذشته که یکبار دیگر فرصت ملاقات دست داد، با خبر شدم که مدتی است در غار طبیعی واقع در کنار خورسنگ و مسیر دره جانتون مشغول کار است تا آن را توسعه دهد و برای کوهنوردان قابل استفاده سازد.

### پنجاه سال در کوه

همین ملاقات سبب شد تا صحبتی با او داشته باشم و شرح حال و کارهای او را برترسم. دو هفته بی‌دربی همراه دوستان هم‌نورم به این محل آمدیم. از سنگها بالا رفتم و داخل غار (جانیانه) در کنار حاج بیوک نشستیم. متأسفانه این مرد کم‌حرف و آرام، بیشتر از پنجاه کلمه هم از خودش و کارهایش نگفت. تنها جوابش به سئوالات من این بود که یادم نیست، چیزی نبوده است و حتی در جواب اینکه در منطقه سنگان و کنار آبشار، چه مدت وقت صرف



است که حدود ۱۳ مترمربع وسعت و بیش از دو متر ارتفاع دارد و در سه متری زمین قرار گرفته و در سمت راست، یک راه عبور برای وصول به آن به وجود آورده است. تاکنون، کف این غار را عده‌ای به تصور اینکه گنجی در آن پنهان شده، چندین بار کند و خراب کرده‌اند. با این حال، قابل استفاده است.

این محل در پنجاه متری آبشار سنگان قرار دارد و رو به خورشید است و اولین اسفند خورشید به آن می‌تابد و هر کوهنوردی که مایل به آمدن به اینجا باشد، پس از یک ساعت گذر از میان باغهای آبیالو و گیلاس و دیگر میوه‌های فصلی، می‌تواند پس از آبشار، هنر حاج بیوک را مشاهده کند.

### آخرین کار

حاج بیوک، پس از فراغت از کار سنگان در سال ۵۴، در سالهای نزدیک به انقلاب، تصمیم به توسعه غار طبیعی جانتون گرفت که در بای دیواره‌های خورسنگها واقع است. این محل، در ارتفاع تقریباً ده متری قرار گرفته و در ابتدا دارای شیب بوده است، اکنون پس از سنگهایی که در قسمت شیب‌دار جیده شده است و با همت حاج بیوک در توسعه و کندن دیواره‌های آن، گنجایش ۲۰ نفر را دارد و کف آن، بر از سنگهایی است که با ضربات چکش حاج بیوک خرد شده است. ده عدد قلم از انواع مختلف، یک چکش سنگین، یک جفت دستکش کار و یک فانوس، تمامی وسایل کار حاج بیوک را تشکیل می‌دهد.

ما مدتی کار حاج بیوک را تماشا می‌کنیم که با ضرباتی سنگین بر قلم فولادی تکه‌های سنگ را که همچون فولاد سخت است، با جرقه‌های بی‌دری از جا می‌کند.

حاج بیوک، اکنون ۶۶ سال دارد و هنوز مجرد است. چهارم‌ای بناس و شاد دارد و به آینده بسیار امیدوار است و در بازار تهران یا شغل پارچه‌فروشی، زندگی را می‌گذراند.



# نیم‌سده پیش نخستین گام در بهشت سنگ و یخ کوهنوردی ایران

جلیل کتیبه‌ای

## ● نخستین راه‌ها

«اطلاعات ... اطلاعات ... اطلاعات ...»

هرگاه به یاد آن سال و آن ماه می‌افتم، انگار همین دیشب بود که صدای آن روزنامه فروش، از درون تیرگی خفته، از فضای پشت پامها و کوجه‌های محلمان می‌گذشت و به گوشهای تیز من منتظر در حیاط خانه می‌رسید: «اطلاعات ... اطلاعات ...»

## جرقه‌ای که آتشی برافروخت

تابستان ۱۳۱۵ بود و من، به رشد رسیده و با نشتن سه فصلی نیز بشت میزهای اتاق درس دبیرستان، گویا از کودکی به درآمده بودم. احساس دلپستی به طبیعت بلند را از چندسال پیش در خود داشتم، از آن هنگام که برای نخستین بار، در هفت، هشت سالگی، به دره‌های پس قلعه و گل‌بدره و بلندیهایی آنجاها بردم: در ۱۲ سالگی بود که همراه برادرم و دوستانش، برای کوهنوردی به کوههای خشک و خلوت کنار شهری گام گذاشتم، که پستی و بلندیهایی این سوی و آن سوی سنگها و ژرفای چندمتری آبرفتهاش، برایم هیبتی داشتند؛ و با بازگشت شبانه و پیاده از آنجا به تهران، در هوای طوفانی و پر بارش بهاری و در آن تیرگی پرابهام و اسرار و بیم که هنوز هم آنها را به گونه‌ای روشن به خاطر دارم.

اینجا جرقه کوچکی بود از شوق و علاقه به کوهستان و طبیعت که در دل ساده و ذهن خام به بوی راه جسته‌ام، جای گرفت و در سال ۱۳۱۵ به شعله‌ای بدل گشت. از سوی دیگر، پرورش در خانواده‌ای که بزرگترهایش با کتاب و مطالعه مانوس بودند، الفت و انس با مطبوعات و سپس با قلم را نیز از کودکی در من به وجود آورد. در هر فرصتی، به کتابخانه پدرم می‌رفتم و در کتابهای غرق می‌شدم، به ویژه آنها که حادثه‌ای و تخیلی بودند، مانند: «بیست هزار فرسنگ زیر دریا» و «دور دنیا در هشتاد روز» از «ژول ورن»؛ اگرچه، هنوز همه چیز کتابها را درک نمی‌کردم.

در آن زمان، دو یا سه روزنامه در تهران منتشر می‌شد که آشناترین و معروفترینشان، روزنامه اطلاعات بود. دکه روزنامه‌فروشی هم در شهر وجود نداشت. نزدیک به پایان روز، روزنامه فروشها، سهمیه خودشان را از جای توزیع می‌گرفتند و با دویدن به خیابانها و میدان مرکزی تهران (میدان توبخانه) و با جاز زدن نام روزنامه، می‌کوشیدند که آنها را زودتر بفروشند.

کوجه‌ای که خانه پدریم در آن قرار داشت، راه گذر روزنامه‌فروشی بود که شپها، پس از پایان کار فروشش در وسط شهر، از آنجا رهسپار جای سکناش می‌شد و اگر هنوز چند روزنامه‌ای فروخته نشده در زیر بقلش باقی‌مانده بود، در همان حال رفتن به خانه‌اش، با ندا دادن «اطلاعات ... اطلاعات»، خانه‌نشینانی را که مایل به خریدن و خواندن روزنامه بودند، آگاه می‌ساخت.

در آن تابستان (که زمان تعطیلی مدرسه‌ها نیز بود) از بول توجیبی که به من داده می‌شد، به اندیشه خریدن روزنامه برآمدم. حدود ساعت ۹ تا ۱۰ شب، در حیاط خانه به انتظار می‌ایستادم تا صدای آن روزنامه‌فروش را از ورای پامها و کوجهها بشنوم. بول در دست (پهای روزنامه ۳۰ دینار بود) در خانه را می‌گشودم و در تاریکی و سکوت سحاط بر همه جا، کنار در صبر می‌کردم تا صدای او نزدیک و نزدیکتر بشود.

۳۰ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم

## ● نخستین قله‌ها

در آن روزگار، همه تهران برق نداشت و شب که می‌شد، خیابانها و کوجهها و البته نیز خانه‌ها، در تاریکی فرو می‌رفت. در بیخ و خم کوجهها، گاهی به فانوسی دیواری برمی‌خوردیم که چراغ نفتی کوچکی درون آن بود و غروبها، مأمور شهرداری، از نردبانی که همراه داشت بالا می‌رفت که هم دستمالی به حیاب چراغ و فانوس بکشد و هم آن را روشن کند... نزدیکترین فانوس به کوجه ما، در سه بیخ آن سوتر بود، یعنی نوری از آن به این سو نمی‌رسید. بد نیست این را نیز بدانید که فقط، میدان مرکزی شهر (میدان توبخانه، که نام کنونی‌اش میدان امام خمینی است) و دو سه خیابان پیرامون آن (نه کوجهها و خانه‌ها)، از یک موتور کوچک و خصوصی تولید برق بهره‌مند می‌شد. این موتورخانه، به نام واردکننده‌اش «حاجی حسین امین‌الغرب» خوانده می‌شد و چون در خیابان شرقی میدان توبخانه مستقر شده بود، این خیابان نیز عنوان «چراغ برق» را دارا شد. در سال ۱۳۱۶ بود که دستگاه بزرگتری توسط شهرداری خریداری گشت و برق به خیابانهای دیگر هم رسید، اما هنوز هم خانه‌ها بدون برق بودند و از چراغهای نفت‌سوز (لامپا) استفاده می‌کردند که قتیله و حیاب داشتند. بادم هست که نوع تازه‌ای از این چراغها را پدرم از خارج وارد کرده بود که، در ناین پایه آنها، نری و کوکی تعبیه شده بود. با کوک کردن این فنر، پروانه‌ای به کار می‌افتاد و از درون پایه، هوا را به بالا و زیر شعله قتیله می‌فرستاد. نتیجه این بود که این‌گونه چراغها، دیگر به حیاب گذاری روی قتیله نیازی نداشت و در ضمن، نوری سفیدرنگ و بیشتر عرضه می‌داشت.

باری، با شنیدن ندای روزنامه فروش از یک کوجه آن سوتر و سپس شنیدن صدای باهایش، خود را آماده‌تر می‌کردم، تا اینکه شبح تیره او را در تاریکی تشخیص می‌دادم. هرگز چهره او را نتوانستم ببینم. سلامی می‌کردم و رد و بدل کردن بول و روزنامه، در تاریکی صورت می‌گرفت. گاهی می‌گفت: «همین یه دونه مونده بود!».

به درون خانه و به اتاق که برمی‌گشتم، دیگر ندای من در صفحه‌های (گویا چهار و یا شش صفحه بود) روزنامه خلاصه می‌شد: خبرها و گراوورها و مقاله‌ها، که از بعضی فرازها و واژه‌ها، درست سردر نمی‌آوردم و نیاز به توضیح پیدا نمی‌کردم.

یکی از این شپها (پس از سه، چهار شب محروم بودن) که روزنامه را گشودم. جسمانی روی عنوان نوشته‌ای ثابت ماند: «بر فراز کوهها». دو بخش از این نوشته در شماره‌های گذشته چاپ شده بود که من از دیدن و خواندن آنها بی‌نصیب مانده بودم. این جمله کوتاه، در آن شب (۱۵/۵/۲۰) چیزی درخور داشت که مرا از گردش در صفحه‌ها و ستونهای دیگر باز داشت.

نوشته‌ای بود به قلم «ابوتراب مهرا» (که در سالهای بعد، یکی از بنشکان مشهور ایران شد)، درباره سفر او با یک گروه آلمانی و اتریشی، از راه تازه بناشده جالوس، به مرزن آباد و کلاردشت و سپس شرح صعوه‌هایشان به علم‌کوه.

این نوشته و توصیف‌های آن، چنان گیرا و جالب بود که تا نیمه شب، دو سه بار آن را خواندم و شاید هم که در خواب، با روئای آن کوهها و جنگلها و دره‌ها سرخوش بودم. نمی‌دانید که در روزهای بعدی یا چه هیجانی در انتظار شب به سر می‌بردم که باز صدای آن روزنامه‌فروش را بشنوم و دنباله آن نوشته‌ها را با همه شوروشوقم بیلمم.

پنج روز بعد، در صفحه نخست روزنامه، از هیبتی که به قله دماوند بالا رفته بود، شرحی و عکسهایی دیدم. تصویر دماوند نوک تیز با هاله‌ای از ابرها، احساسات و هیجانهایی را در مغزم پدید می‌آورد و در چهره‌های کوهنوردانی که به آن صعود کرده بودند، خیره می‌شدم که

# اطلاعات

۱۶.۸.۱۹۹۶

شنبه بیست و پنجم مرداد ماه ۱۳۷۵

شماره ۲۸۷۵

هیئتی که به قله دماوند بالا رفته اند

شماره ۴۸۸۸

ژورنال دوپلهران

۲۹.۸.۱۹۹۶

شنبه هفتم شهریور ماه ۱۳۷۵

## دماوند و کوه‌های تخت سلیمان

از کوه پیمان آلبانی محرم به (اشتیق ز) که سامری به دماوند سرد خانه خود در کوه های تخت سلیمان و قله دماوند در ژورنال دوپلهران درج کرده است که بر سر آن برادر دلی از پدر جوانی که در دماوند درج کرده است مانی در اروپا دیگر ساکنان در کوه دماوند درج کرده است که در دماوند حضور در آن زمان



تجارتش ۱۰۰ تریلیون

بر فراز کوهها

دولت چادر کوهی برای دفع این قیامه صمیم  
ماشمان عربی فوق العاده که گرفته که در صورت انتاج  
اینی و ملاحظه شرح داده شد که کاپوینتر  
درین کوه و دماوند کوهها دو کوه ۲  
بیرون کوه با کوه برای چتر گیره  
میس است مثل وقل ماس طهران  
که کوهها ترن قیامه در تمام فصل

آبشار و برنگاه را در راه «کیگا» برایم به صحنه می‌آورد. آنجا را هم دوست داشتم و دلم می‌خواست بتوانم بر آنها سوار بشوم.

سالها گذشت در بیست سالگی بود که خواندم «مورس مترلینگ» اندیشمند و نویسنده بزرگی بلژیکی گفته است: «آنان که به قله کوهها و یا زرفای غارها راه می‌جویند، برای آزمایش توان روان خویش گام برمی‌دارند...» و میل داشتم که من هم بتوانم به این آزمایشها دست یازم.

### سیاه اندودان در راه ناشناخته‌ها

دست به گریبانی یا گرفتاریهای مدرسه و زندگی، از جمله: بیماری حاد و شدید قلبی نگذاشت که زودتر، بالاترها را بیازمایم. ۲۴ ساله بودم که نخستین قله چهارهزارمتری نصیب شد. خوشحال بودم، اما رضایت نمی‌دادم. دلم به دنبال علمکوه بود. انگار که چیز دوستدوستی ویژه‌ای را می‌خواهی و هرچه را به تو هدیه کنند، اگرچه بسیار هم جالب باشد، باز دلت و چشمت به دنبال آن است که خودت خواستارش هستی. در آن هنگام، کسی از آشناهایم علم کوه را نمی‌شناخت. چند نفری که سالی بیش از من به تخت سلیمان صعود کرده بودند، از یک کوه بسیار سخت، وهمناک و وحشی در همسایگی آن صحبت می‌کردند و من که هنوز به آن سامان نرفته بودم، تفریفاً از علمکوه پریشان داشتم!

در آن چندسال، بارها و بارها، جندی با دیگران، اما بیشتر به تنهایی، در روز و شب و زمستان (که دو تای آخر، برای نخستین بار در ایران بود، توجال را از راههای گوناگون بالا رفتم، اما قلمم جای دیگر بود. صعود به دماوند هم، عظیم را فرو نشتانید، اگرچه از راه غیرعادی بود. با گیلانپور، همکار اداری شده و با وی و چند تن دیگر، به کوههای بلند رفتم. بودم، که یکی از آن همگامان، محمدعلی بیروزی بود. وی کوهنوردی برجرات و جسور بود. تابستان سال ۲۸ دیگر طاقتم پایان یافته بود و تصمیم گرفتم که با گیلانپور و بیروزی به سوی علمکوه برویم. در آن زمان، تنها به کوههای دشوار و ناآشنای دور دست رفتن، عملی نشده بود و غیرعقلانه می‌نمود. دو ماهی به گیلانپور تق می‌زدم و او را تحریک می‌کردم. سرانجام در اوایل مهرماه که معمولاً فصل علمکوه سپری شده است، راه افتادیم. هدف ما، این کوه ناشناخته بود، آن هم از سوی شمالش.

در آن سالها، نه ما اتومبیلی داشتیم (من که اکنون هم ندارم) و نه اتوبوسی در راه جالوس در رفت و آمد بود. باید به جنوب شهر تهران می‌رفتم و در خیابان قزوین به انتظار می‌ایستادم تا یک اتومبیل باری (کامیون) که از شمال، زغال به تهران آورده بود و دوباره برای آوردن محموله‌های سیاه دیگر می‌خواست بدانجا بازگردد ما را نیز با خود ببرد. انتظار ما در آن روز، تا عصر به درازا کشید و سرانجام، کامیونی فرا رسید. پس از صحبت کوناها، راننده فرمان سوار شدن صادر کرد، آن هم نه در کنار دستش، بلکه در عقب، یعنی محوطه‌ای که جای فرار دادن گونیهای زغال است که البته آغشته به خاکه زغال نیز هست!

این اتومبیلهای باری، معمولاً شبانه به راه می‌افتادند که از وقت و فرصت کاری بهتر و

چیزهایی از آنها درک کنم. سیزده روز دیگر هم در اندیشه این کوهها بودم و به خیالپردازیهای گوناگون در مورد آنها می‌برداختم. تا اینکه در ۱۵/۶/۷۷، در همان صفحه نخست اطلاعات، به ترجمه‌مطلبی از یکی از کوهنوردان آلمانی برخوردیم که عکس او نیز همراه با آن مقاله چاپ شده بود و افزون بر آن، عکس دیگری نیز جادو آنها را بر روی تخته سنگی خارا، در برابر جبهه شمالی علمکوه نشان می‌داد.

در آن مقاله، کوهنورد آلمانی (لودویگ شتیناور)، ضمن نوشتن شرحی از صعودشان به دماوند که به سبب بدی هوا، با دشواری صورت گرفته بود، آورده بود: «... صعود به قله دماوند، به خودی خود دارای منافع بسیاری بود، ولی بزرگترین فتح ورزشی و سیاحتی ما را، اولین صعود از تخته سنگهای صاف و دیواره شمالی علمکوه که به ارتفاع ۴۸۵۰ متر است، تشکیل داد...»

این مطلب و تصویر علمکوه و توصیفهای «بزرگترین فتح ورزشی» و «تخته سنگهای صاف و دیواره‌های شمالی» دیگر چیزهایی نبود که پس از نوشته‌های «برفراز کوهها» مرا در آرامش بگذارد. آن شب و فردایش، تقریباً همه اندیشه من درباره علمکوه بود. آن عکس کوچک روزنامه را در ذهنم بزرگ می‌کردم و می‌کوشیدم که هرچه بیشتر از آن تخته سنگهای صاف و دیواره‌ها، سردر بیاورم کسی نبود که با او درباره این احساس و شوق صحبت بکنم. از کوهنوردی در ایران خبری نبود و کسی کوهنوردی را نمی‌شناخت. اگر چند نفری هم به کوهنوردی می‌رفتند، ناشناخته بودند. من چهارده، پانزده ساله هم کوهنوردی را نمی‌شناختم، اما می‌فهمیدم که کوه را دوست دارم، آن هم هرچه بلندتر و سخت‌ترش را!

نوجوان آن روزی با امروزی تفاوت بسیار داشت. تربیتهای خانوادگی، وضع اجتماعی، دنیاپیها و شناختها و برداشتهای، زندگی بیرون از خانه و... جور دیگری بود... و با این ویژگیها و قید و بندها، در نهاد نوجوانی چون من، آتشی برشعله، زیاده کشیده بود. می‌خواستیم از فراز هرچه کوه در دور و بر تهران بود بگذرم و به قله‌های دماوند و علمکوه پای بگذارم، به ویژه با سخته‌های علمکوه در بقیه. آن مقاله‌های مربوط به کوهها را از روزنامه‌ها جدا و نگاهداری کردم تا روزی که بزرگتر بشوم و بتوانم از راز و رمز آن کوهها آگاه گردم.

شگفت زده نشوید اگر بگویم که هنوز هم آن بریده‌ها و مقاله‌ها را دارم و بسیار هم گرامی می‌دارمشان، که یادگاری هستند از جرقه‌ای به شعله‌ای و یادبودی از آرزویی، خواستی، همتی و بیروز شدنی.

در همان سال ۱۳۷۵، اغلب بر بالای بام خانه می‌رفتم و به توجال فراز تهران چشم می‌دوختم و در دور دستها، با برقه‌های دماوند بلند، گفت و شنودها داشتم.

در آن تابستان، بلندترین ارتفاعی که به زیر پاها آورده بودم، در کوهنوردیهای روزانه‌مان به تپه آذگاه در اردوی پیشاهنگی منظره بود و سپس، نخستین کوهسایه و دره‌ای که درنوردیدم، روستای درکه و دره هفت‌حوض بود تا آبشار کارا که با پسرعمویم «ابراهیم صدری» همراه بودم. به امامزاده دود که رفتم، می‌بنداشتم که نیمی و یا یخنی از کوه دماوند را صعود کردم! در آنجا نیز به بخش جنوبی سرزدم که چشم‌اندازی ژرف از دیواره‌های سنگی و

# تاریخ

تیز از هوای نه چندان داغ روزهای تابستان سود بچونند.

با فرمان «بیر بالا»ی راننده، از دیوارهٔ خوبی کامیون بالا رفتیم و به فضای بر از خاکه زغال فرود آمدیم! و خوشحال از اینکه داریم می‌رویم.

هوای تاریکی گذاشته بود و در پیچ و خمهای راه و دست‌انداها که اتومبیل تکانه‌های سختی داشت، از راه بینی استنشاق هوای پر از خاکه زغال را بهتر درک می‌کردیم. در آن سوی تونل کندوان که در بخش شمال کشور قرار دارد، قطره‌های باران می‌نوانست بیام‌آور خوبی نباشد. البته نه تنها از جهت آمیختنشان با گرد زغال روی سر و صورت و لباسهای ما، بلکه به سبب امکان وجود هوای بد در بلندیهایی که ما در راهش بودیم.

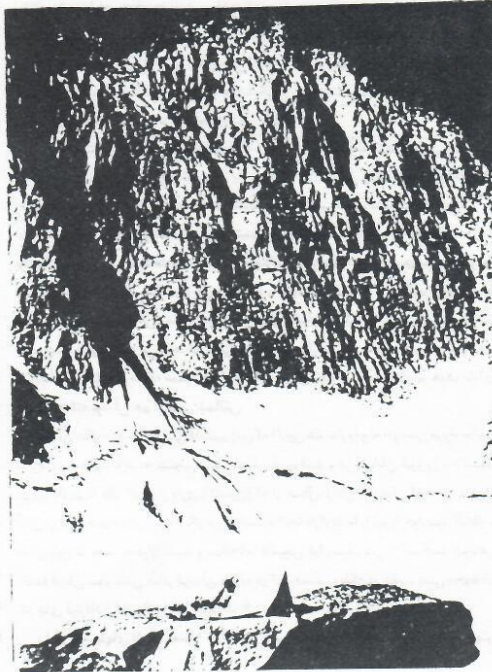
در مرزن‌آباد که بیاده شدیم، چهره‌ها و سر و وضع ما، در نور چراغهای زنبوری دکانداران، نسانمان داد که به چه حالتی درآمده‌ایم. چاره‌اش چیزی نبود، جز اینکه کمی به یکدیگر بخندیم و سپس به رفتن لباسها و کوله‌ها و بستن دستها و صورتی‌ایمان بپردازیم.

دیروقت بود و فیهودی ما را مطمئن ساخت که دیگر، وسیله‌ای در آن وقت شب برای بردن ما به کلاردشت وجود ندارد.

ربع قرن می‌شود که به آن دست طبیعی و زیبا نرفته‌ام که در ورای جنگلهایش، سیمای کوههای خاکی و خاکستری رنگ و بلند بخش تخت سلیمان، با بیکر کسیده و یخچالهای آن سامان، پردهٔ دل‌انگیز و هیجان‌آوری برای دوستداران انسان آماده کرده‌اند. اما با تأسف شنیدم که در این سالها، چه به روزگار این منطقه آورده شده است!

در آن سالها، علی‌سام دلیری و یکی دو نفر دیگر، در حسن کیف و رودبارک، بلد محلی بودند و فضای خانهٔ سردی بکنفس و باصفا به نام «حانمی» به روی کوهنوردان انگشت‌شماری که از آنجا می‌گذشتند، گشوده بود.

ما سه نفر نیز، کوله‌ها را به پشت گرفتیم و از مرزن‌آباد به کلاردشت رفتیم و در ایوان سزای حانمی، شبی را به روز رساندیم. دگرروز از روستای زیبای رودبارک، از کنار سردابه رود آرامش بخش و از جنگلهای دست‌نخورده و کوره‌راهها گذشتیم.



اکابل، بی‌سروصدا بود و جنگل سینهٔ کوه آن سوی «بهلوان سنگ» جلوه‌ای از رنگ‌آمیزی پاییزی داشت. وندارین، جای وداع با جنگل بود. در بربر، لختی در گوسفندسرای بهادرخان، به گفتنیهای شیرینش گوش سپردیم و هریک، بیالهای از ماست غالیس نصیب بردیم.

از دوراهی، حویبارهای کلجاران و لیژونک، به سوی کوه «سزکمر» بالا رفتیم و همخان صعود کردیم، تا آن‌گاه که دیگر روشنی روز، از گرگ و میش هم گذشت. در بلندی حدود چهار هزار متری بودیم و تا سرهٔ کوه، راه‌چندان نبود، اما بهتر دیدیم که برای در امان بودن از باد، در همان جا بمانیم. در آن شب، ماه گرد آسمان هم مهمان ما بود و یا بهتر بگوییم، ما مهمان او بودیم... و پرویزی هم که چه درد دلها با او داشت.

\*\*\*

سیده زود بود و ما بیدار بودیم و دره‌ها و قله‌های ناشناخته در بیرومانمان. تا آن سال، هنوز کسی از کوهنوردان به «سزکمر» و این سوها بالا نرفته بود. یکی دو ساعتی که از خوابگاه شب اوج گرفتیم، به سرهای رسیدیم شمالی - جنوبی که در سمت غربیش، دره‌ای فراخ با حسیمانداری بس زیبا از کوهها و قله‌های سنگی فراوان و تکه‌تکه یخچالهای دامانسان، در سکوت تحسین‌آمیزی آرمیده بود. نگاه‌ایمان را که در این دره به سمت جنوب می‌کنانیم، رفته رفته بر بلندی قله‌ها و وسعت یخچالها افزوده می‌شد. درست پیش رویمان نیز، در جنوب و در پایان سرهٔ کوههایی که بر آنها سوار بودیم، تخت سلیمان، همچون فرماندهی استوار ایستاده بود. از آنجا بود که از کنار چپ تخت سلیمان، جبههٔ شمالی علم‌کوه، از دور خودی نشان می‌داد و در دلها می‌تیشی دیگر به وجود می‌آورد.

بردهٔ گستردهٔ زیباییها و ابهت‌های سحرانگیز، برابر دیدگانمان، آن قدر جذب کننده و به وجد آورنده بود که به جاهایی که از زیر باهایمان می‌گذشت، توجه چندان نداشتیم. جندی بعد منوجه شدیم که ما از نزدیکی گردنهٔ کلجاران گذشته و جند قلهٔ چهارهزارمتری مثل: رسم نیست، میش جال، سیاه گوکها (که هنوز تخته سنگهای آنجا را به خاطر دارم) و... را از زیر باها گذرانده‌ایم.

اگرچه در تمام روز، نه استراحتی کردیم و نه چیزی خوردیم و یا نوشیدیم، اما دید و درکمان سرشار بود و در سینهٔ دوربینهايمان، عکسهای دست اول و زیبایی ضبط کرده بودیم. حیف که خورشید غروب کرده بود که به ابتدای «دندان اردها» رسیدیم. اما شب نگاه در کام آن دندانهای تیز؟ نه، زنده ماندن بهتر بود، زیرا هنوز هدفهایی برای فردا و پس‌فردا داشتیم.

در حالی که یک نخستین جالب دیگر را از دست می‌دادیم، از شیاری در شمال تخت سلیمان به سمت شمال شرقی‌اش سرازیر شدیم. در همین فرود بود که یک در کوهی درست به رنگ روشن، نصب گیلاتیور شد و یک سیاهش (شبق) به من تعلق گرفت.

در پایان این شیار که در زیر دست یخچال بزرگ شمال شرقی تخت سلیمان بود، برای گذراندن شب و استراحت، از رفتن باز ایستادیم و دومین شب سرد بدون چادر و بدون وسایل یخت و بزا آغاز کردیم.

## غرشای غول ابلق

روز سوم (۲۸/۷/۱۰) از راه شرقی به بارگاه سلیمان بار یافتیم، که هنوز تکه‌هایی از تخت و نهرگاه او در آن اوج برجای بود. (سال بعد، دسته‌ای که خواسته بود شب را در این قله به روز بیاورد، تاب تحمل سرمای آنجا را نیاورد و از گرمای سوزاندن آن جنوبیهای تاریخی بهره‌مند نشد!)

بخشی از شمال علم‌کوه، و در جلو، تخته سنگ بزرگی که دو کوهنورد آلمانی در سال ۱۳۱۵ چادر خود را روی آن برافراشته بودند دیده می‌شود.



تخت سلیمان ۴۶۵۰ متری و دنبالهٔ شمالیش، که راه صعود روزهای یکم و دوم (در مهرماه ۲۸) و نیز فرود به پایتخت در آن دیده می‌شود.  
عکس: از قلّهٔ میان سمجال ۴۳۶۸ متر

مقدمه بفرستیم...

دیگر در شب کامل بودیم و ماه کامل هم، در آسمان بسیار شفاف، به ما غریبه‌ها خیره شده بود، چه درشت و برنور! تخته سنگی یافتیم که می‌شد سه نفری روی آن، هریک به صورتی، دراز بشویم، نوشیدنی گرم طلبمان، اما نان و پنیر و عمل بیخ کردد را به یاد دارم که به آسانی از گلو پایین نمی‌رفت.

ساعت ده گذشته بود و ما در کپس‌هایمان بودیم، که از آن من، دو بتوی سربازی بود که آنها را به هم دوخته و ملحفه‌های هم درونش جا داده بودم. خبرگی ماه بیشتر شده بود و چنان درخشندگی داشت که گویی نه در دوردست‌های آسمان، بلکه در همان فراز علم‌کوه است و در دسترس!

آرامش پاییزی بر آنجا حکمفرمایی داشت، که باز گاهی سکستن سنگی و جدا شدنش از سینهٔ دیواره‌ای، می‌فهمانید که علم‌کوه، این غول اباق، بیدار و زنده است... و عقربهٔ دماسنج روی ۲۲- نمی‌سود گفت که در آن شب خوابیدم، لباسهای از زمان نه ضدباد و سرما بود و نه تروبوئالی داشت و خزین در چنان کیسه خوابهایی که توصیفش را خواندید، آن هم در آن فصل و در سرمای هیمالیایی آنجا، می‌تواند تا اندازهای، بیان‌کنندهٔ وضع ما در گذراندن یک چنان شبی باشد.

اما به راستی چنین بود که در نیمه‌های شب، بیم آن را داشتم، مبادا اگر بلک یگسایم، دچار یخزدگی چشم بشوم و چون سرما نمی‌گذشت که دستم را از کیسه بیرون بیاورم و ساعت را نگاه بکنم؛ گذشتن ساعت‌های شب را با لحظه‌ای باز کردن یک چشم و نگاهی به جای ماه در آسمان، حس می‌زدم؛ ماهی که دربارا، اما همچنان خیره و درخشان به سمت دیگر می‌افزید.

### بهشت کوچک یافته شده و درگیر بهایش

آسمان مایل به خاکستری تیره، خیر گذشتن شبی زجرآور و آمدن صبحی شوق آفرین را می‌داد. اینک که بادی از آن شب و سحرگاهش می‌کنم، بست و گردنم به درد می‌نشیند. اما در آن نگاه، با لبخندی به یکدیگر و نیز به کوهستانی ساکت و خفه رنگ دوروبرمان، صبح به خیر گفتیم و با حالتی خوددار و بی‌اعتراض، از کیسه‌ها به بیرون جهیدیم، هوا و فضای علم‌جال، کاملاً بیخ بسته بود.

در تهران و شهرهای دیگر و نیز در ساحل دریای خزر، خورشید با نور و گرمایش، زندگی را تداوم بخشیده بود. اما این علم‌جال که بی‌راموش را کوههای بلند، همچون دیوارهای قلعه‌ای، احاطه کرده است، آفتاب را نیز به خود راه نمی‌دهد. ما بار دیگر، یخچال علم را با کفشهایمان نوازش کردیم و آرام تا نزدیک دیواره‌ها به بررسی و تماشا پرداختیم. حالت نگاه چشممان را هنوز از یاد نبرده‌ام: یک بز کوهی یخزده بود که سر و شاخهایش زیر بیخ بلوری نه زیاد ضخیمی، رو به بالا قرار داشت و چشمانش باز و ثابت. مانند اینکه برای نجات خود استعداد می‌کند، ای کاش دیر نشده بود و می‌شد!

چه به هنگام بالا رفتن از قله و چه در بازگشت، صداهای ترس‌آور از هم جدا شدن سنگهای بیخ بستهٔ جبههٔ شمالی علم‌کوه، فرو ریختن آنها و شکسته شدن سکوت گسترده بر آن حوزهٔ پر یخ و سنگ، ما را به خود می‌آورد. با نفوذ دادن نگاههایمان در تپه‌ها و دیواره‌ها، می‌گفتم که غول ابلق دارد نشان می‌دهد که ما می‌خواهیم یا چه هیولایی آشنا بشویم! به تخت جال (نامی که در آن سال، به پایین و بخش یخچالی سمت شرق و شمال شرقی تخت سلیمان دادیم) که رسیدیم، بی‌وقفه، به شمال میان جال (نام این کوه نیز از خود ما بود) رو آوردیم که تا دیر نشده است به بخش علم‌کوه برسیم. گذر کردن از روی سنگهای بزرگ یخچالی اینجا، که در کنارهاشان، یخهای ابدی آرمیده بود و از زرقایشان، صدای جریان آب یخچالها شنیده می‌شد، عذاب‌ی بود، آن هم با آن بوتین‌های میخدار و کوله‌بارهای سنگین و... اغلب نیز جابه‌جا شدن این غولهای چندین تنی!

نمی‌دانم نام «سیاه کمان» هم از ما بود و یا نامی دیرین، اما یخچال پای آن را «کمانچال» نامیدیم، که برچهای یخی آنجا برآیمان جالب بود. روز به پایان می‌رسید که نخستین گامها را به یخچال شمالی علم‌کوه نهادیم و نخستین نگاهها را بر جبههٔ شمالی غول ابلق دوختیم.

تا آن روز و ساعت، نه هرگز کوهنوردی از ایران به این بخش کوهستان وارد شده بود و نه ما عکسی، نشانی یا تغییری از آنجا دیده بودیم. جز همان گراور کوچک روزنامه که سیزده سال پیش، آن را با ولع چشمانم بلغیده بودم. البته آنچه آن تصویر نشان می‌داد، با صحت‌های که در آن روز از نزدیک می‌دیدیم، تفاوت بسیار زیادی داشت.

در آن دقیقه‌های از یاد نرفتنی، ما در برابر دیواره‌های زندهٔ شمال علم‌کوه استاده بودیم و زیر کفشهایمان، یخچال بزرگی گسترده بود که هر دویشان نه تنها برای ما تازگی داشت، بلکه در میان کوههای دیگر ایران نیز بی‌نظیر بود. با این راهگشایی، اگرچه خودمان از بهشت موعود جهان دیگر، نصیبی نخواهیم برد، دستکم برای کوهنوردان عزیزمان، دری به بهشت آرزوهاشان در این زندگی و در سرزمین خودمان گشودیم... و نیز چنان که چندسال بعد دیدیم، این کوهستان درخشان، در دنیای کوهنوردی نیز سروصدای زیادی برپا کرد و به صورت جالبترین، دشوارترین و مورد توجه‌ترین هدف، حتی در مقایسه با کوههای الب اروپا و کوههای هیمالیا شناخته شد... و برای خود من نیز، بخشی از یک آرزوی دیرین بود که برآورده می‌شد.

سرما و تیرگی شامگاهی، داشت جای آفتاب گریخته را می‌گرفت. هرچه چشم دوختم، چیزی شبیه آن تخته سنگ بزرگی که کوهنوردان آلمانی بر رویش چادر زده بودند و من در تصویر روزنامه دیده بودم، نیافتیم. دگرگونیهای طبیعی در این ۱۳ سال، تغییر اوضاع را در آنجا نسبت شده بود. سه نفری، مات و مهیوت آن یخچال گسترده و آن «علم» فرازش بودیم. با وجود اینکه گذر از روی یخچال با آن کفشهای میخدار و سر، آسان نبود، اما ساعتی در کنارهاش به گرمس و تفريح (!) پرداختیم که همچنان گهگاه، سنگ غلظانها برای ورودمان دست می‌کوفتند و یا غول ابلق، خرناس می‌کسید و اعلام هوساری می‌کردا هیچ یک از ما، از خستگی چیزی نمی‌گفت. اغلب، چیزهای تازه و صحنه‌های شگفت‌آور، درها و خشکیها و حتی گرمسگی را از یاد آدمی می‌برد، اما می‌دانستیم که باید هرچه زودتر، جایی در این یخچال پهن، برای گذراندن شب باشیم و بیش از خوابیدن (اگر بشود خوابید!) چیزی هم به

سرهایمان به سمت آسمان و نگاههایمان به دیواره‌ها و دهها پرش در ذهنمان که المانیها از کجا بالا رفته‌اند؟ کجای این جبهه، راه بردنی است؟ چگونه می‌شود این سنگهای ستبر و وحشی را رام کرد؟...

در آن زمان، با وجود آگاهی از صعود دو نفر آلمانی از این سوی علم‌کوه، نمی‌دانستیم از کجایی بالا رفته‌اند. ما خود نیز با اینکه از صعودهای فنی و نوین، آگاهی‌هایی (بیشتر نظری و کمی عملی) داشتیم، اما هنوز در دیواره‌های سترگ و بلند و جنین کوهپایه‌ی، تمرین و تجربه‌ای نکرده بودیم. به همین سبب نیز وسیله‌های فنی ما را، تنها یک رشته طناب (با قطر زیاد و بسیار سنگین که ویژه استفاده در کشتیهاست!) یک کلنگ یخ ایرانی (غیرفنی و نامطمئن) و یک جفت جنگک (کفش یخ ۶ میخه که از کوهنورد قدیمی و خوبمان، متوجه‌ی خلعت‌بری، وام گرفته بودیم) تشکیل می‌داد.

تنها جایی که می‌توانست ما را به فراز علم‌کوه راهبری کند، شیب تندی تشخیص دادیم که حداقل سمت چپ پخس شمالی علم‌کوه (سیاسنگ) و کوه سیاه‌کمان بود. اگرچه همان‌گونه که خواندید، هنوز در علم‌حال از اقبال خیری نبود، اما روز بالا آمده بود و باید هرچه زودتر، این کوه ناشناخته و وحشی و راه و جاده‌ی گنگ و مبهمش را شناسایی می‌کردیم. بی‌چیز همان وسایل گفته شده به اصطلاح فنی، در یک کوله‌پشتی، مقداری هم خوردنی و یک قمقمه آب نهادیم و بقیه چیزهایی را که داشتیم، روی همان سنگ جایگاه خواب شب گذاشته، نهادیم و راه افتادیم.

به شیب تند همراه با سنگ و یخ، جنگ انداختیم و پس از ساعتی، خود را بر گردن‌های دیدیم. سمت شمالی، ادامه سیاه‌کمان؛ سمت جنوبی، برتگاه و ژرف؛ رو به علم‌کوهش، سنگی و برنده برنده، با سوزن‌ها و برجهای سیاه رنگ، بالای دیواره‌های جبهه شمالی علم، دو قلۀ نوک تیز بلند دیده می‌شد، و به سمت غرب، پس از یخچال علم‌کوه؛ تخت سلیمان، نتوانستند و محکم، سررشته قلّه‌های جنوبی را به دست داشت... و چه زیبا می‌نمود.

طنابمان را به کمرها و سازه‌هایمان قفل کردیم و وارد سنگها شدیم. این نخستین بار بود که در ایران، دسته‌ای می‌خواست کوهی سنگی و بلند را با بهره‌گیری از طناب صعود کند. اما سی و هفتسال می‌شد که کوهنوردان اروپایی، در کوههای آلپ، از وسایل کمکی، سیخ و مدبر و طناب و رکاب بهره می‌گرفتند.

سیاه سوزن‌ها که قرار می‌گرفتیم، راه مشخص در پیشمان نبود و افق بازی ندانستیم، تنها می‌دانستیم که باید به سمت غرب بالا برویم. رفته‌رفته با قلۀ تخت سلیمان در یک خط بودیم که به سنگهای برپیشتر دشواری رسیدیم که یخشی از آنها، توره‌وار بود. در اینجا لازم شد که کوله‌پشتی را که نوک میله‌های آهنینش به سنگهای دیواره‌ها گیر می‌کرد و مانع و مزاحم صعود بود، به انتهای طناب ببندیم، تا ابتدا خودمان مقداری بالاتر برویم و سپس کوله را بالا بکشیم. برای این کار، برویزی که در انتهای طناب بود، خودش را از طناب جدا ساخت و آن را به کوله گره زد تا پس از بالا کشیدن کوله، طناب را برای او به پایین بفرستیم، اما در همان هنگام که ما کوله را بالا می‌آوردیم، برویزی تلاش می‌کرد تا کمی آن سوتر، راه صعودی بیابد و بدون بهره‌گیری از طناب صعود کند. از سوی دیگر، کوله‌پشتی که چندمتری بالا آمده بود، اجزایش شروع شد و به حال اعتصاب درآمد. باز همان سنگهای آهنینش به سنگها گیر کرده بود که هرچه سل و سفت کردیم، خلاصی نداشت. دانستیم روشهای مخلف را آزمایش می‌کردیم که ناگهان طناب سبک شد و در برابر چهار جسم سگفت‌زده بنا، کوله به سیمهای شمالی سازه سنگ سقوط کرد و مقداری سنگ ریز و درست را نیز با خود به یخچال پایین دست برد.

تا امدید افسوس از دست دادن خوراکیها و کفش یخ به وام گرفته را که درونس بود، در دل بی‌زیریم، صدای برویزی را از آن سوی سنگهای سمت جنوب شنیدیم که می‌گفت در وضع بدی قرار گرفته است و باید به کمکس بستانیم. برایش ندا فرستادیم که آرام و محکم باشد تا ما به او برسیم.

طناب خالی را بالا آوردیم و از راه صدا، جای تقریبی درگیر شدن او را تشخیص دادیم. جای دشواری بود و امکان رسیدن قوری و معمولی به او وجود نداشت. من بر سنگی که فکر



محمدعلی پرویزی بالای یکی از برجهای یخی کمان‌چال

می‌کردم، تقریباً مجاذی جای لاینچ شدن برویزی است، متوقف شدم. یک تکه دیواره زبرخالی میان من و تیغه‌ای که او در پشتش گیر کرده بود، قرار داشت. گیلانور را گفتم که به بالا و به سمت صدای برویزی صعود کند، تا جایی که بتواند او را ببیند و مرا بدانجا راهنمون باشد. در این میان، مرتب برویزی فریاد می‌کشید که دیگر سنجهای دستپهایش نیروی نگاهداری بدن او را ندارد و ما هم پشت سرهم به او امید و نیروی روانی می‌دادیم که داریم به او می‌رسیم و... ک. نومیذ و مایوس نشود. گیلانور توانست برویزی را از بالای تیغه، ببیند و وضمن را برانداز کند و به من بگوید که از کجا باید کار نجات را بی‌یگیری. همه این کارها در چند دقیقه اتفاق افتاد. گیلانور طناب را به دور سنگی بچیند و دنباله‌اش را هم از دور بدن خود گذراند و آن را با دست گرفت. من نیز سرطنابی را که او بچیند بود و در دست دانستیم، محکم گرفتیم و با گفتن «برویزی، رسیدم» تارزان‌وار به آن اویختم، با تابی که به خود دادم، از آن بخش زبرخالی گذشتم و روی تیغه فرود آمدم. در آنجا توانستیم برویزی را حدود هفت متر پایین‌تر، بر بدنه سنگ ببینیم. در حالی که باز او را به دانستن آرامش و تمرکز خودش تشویق می‌کردم. حلقه سرطناب را به سویس فرستادم... وقتی به بالا آمدن، یاریش دادم و پیش ما رسید، آسکارا دیدیم که چگونه کوفته و رنگ باخته است. گفت که بندهای انگشتانش در حال باز شدن بود و اگر چند لحظه دیگر گذشته بود... و زیر باهایش، بیش از صد متر برنگادا بعدها. این تکه از سیاه سنگ را «تیغه برویزی» نام گذاشتیم.

بقیه صعود را در کنار یکدیگر بی‌گرفتیم. تیمروز گذشته بود و تخت سلیمان، آن کوه

دیروزی نبود. کوچک و فروخته به نظر می‌آمد... دیگر از سنگها و برجهای سیاه بیرون آمده بودیم و می‌توانستیم نفسی تازه کنیم. شبی با خرده سنگ در پیش روی داشتیم و پس از یک شاخک خمیده به سوی شمال، نوک شاخک اصلی، در بالاتر، به ما نیروی تازه‌ای می‌داد.

اگرچه آن شاخک نیز متمایل به شمال بود.

ساعت ۱۳:۴۰ روز سه‌شنبه ۲۸/۷/۱۳ بود که در کنار قله همدیگر را بوسیدیم و همین نوسه‌های خشک و خالی، اما از ته قلب هم بخشی از مزه تلاش‌هایمان بود که هم خستگیها و التیامها را زود و هم... اما جای گرمسنگی و تشنگی را نتوانست بگیرد. خوردنی و آشامیدنی ما در کوله‌بستی، با سنگها همسفر شده و در دل یخچال جا خوش کرده بود و به صورت «کسرو» درمی‌آمد. ته جیبهایمان را گشتیم. چهار دانه کشمش، دو نا بسته و یک ادامس یافتیم. با چه دقتی آنها را میان خودمان تقسیم کردیم.

در درست شرق، کوه دماوند از ورای کج گردن، تماشاگر بزمی ما از یکدیگر بود. چه جسم‌انداز جالب و مسترده‌ای. رسته البرز در آفتاب گرم پاییزی لم داده بود. آبی دریای خزر، سرسبزی تند جنگلهای شمال، کوههای شمالی و غربی و جنوبی، و در این پایین، علم‌جال و کما جال جای خوابین شب گذشته‌مان، درست تشخیص داده نمی‌شد. ای کاش که می‌شد در همان جا بمانیم و روزهای بعد، برفراز آن کوهها و یخچا پروازهایی داشته باشیم... اما همین لذتی هم که از راه دیدگان بر رزق‌های احساس و جان فرستادیم، بخشی دیگر از مزدی بود که تنها نصیب کوهنوردان ستیغها و جکادها می‌شود.

### به دنبال جای پای پیشینیان

خب، اینک علم‌کوه را دریافته‌ایم، اما راه بارگشت کجاست؟ به دوستان گفتیم که ما باید به سمت جنوب سرازیر شویم. این صخته‌ای که زیر پاهایمان می‌بینیم، باید حصار «هرار حال» باشد که در گزارش المانها و ابوتراب مهرا خوانده‌ام.

آفتاب نیمه‌گرم را بر چهره‌ها گرفتیم و از شیبهای برآز خرده‌سنگ پایین رفتیم. در آن روزگار، من گوشه‌های بسیار حساسی داشتم، شتواتر از بسیاری دیگر. در سینه‌کس جنوب علم‌کوه‌گاهی می‌ایستادیم و در حالی که گیلانور به دنبال گیاه ترشک می‌گشت که در دهان بگذاریم و با مزه‌مزه کردن آن، کمی از تشنگیمان بکاهیم، من دو کف دستها را به پشت برده‌های گوسیم می‌بردم که شاید صدای رودخانه‌ای را از دوردستهای جنوب بشنوم... و سرانجام ندا دادم که راه فرودمان درست است و به رودخانه‌ای می‌رسد که باید سرچشمه سردابه رود باشد که به خرم‌دشت و کلاردشت می‌پیوندد.

عصر شده بود و ما روی جاده‌های مالرو و کم شیب بودیم که فضولات تازه چهاربایان بر روی آن، خیر از نزدیک شدن به مدنیت می‌داد! سمت راستمان، رودخانه با خروشدنی آرام، همراهمان می‌کرد و ... سواد قهوه‌خانه خرم‌دشت پیدا می‌شد.

من میرزاآقا، صاحب جاسرای خرم‌دشت، سگفت‌زده براندازمان می‌کرد که ما کی هستیم و ان موقع سال آنجا چه می‌کنیم و از کجا می‌آئیم؟

آن وقتها، در آنجا هم مانند جاهای دیگر (بجز تا اندازه‌ای بس قلعه و کمی رسته) کوهنورد را نمی‌شناختند و هدف و نیت او را نمی‌دانستند و نمی‌توانستند درک بکنند. من میرزاآقا نیز از همان قماش بود. او که سر راه مالروی میان مازندران و طالقان، قهوه‌خانه و سرنه‌ای دایر کرده بود، مهمانانش تنها چهاربایدارانی بودند که در این راه، برنج و نمک و از این‌گونه چیزها حمل می‌کردند. جایی هم که برای کار و کسبش در نظر گرفته بود، برای او بسیار مناسب و برای مسافران صرف‌نظر ناکردنی بود. زیرا قاطرها و چهاربایدارانی که از کلاردشت بدین سو می‌آمدند، معمولاً ظرفهای بعدازظهر و یا عصر به آنجا می‌رسیدند و این قهوه‌خانه و سرای سروشیده آن، برایشان نیتو‌گاه خوبی بود. در یک سوی چهاربایان و در سوی دیگر، اجاق و سماور جای خواب برای صاحبان آنها که روز بعد باید سربلایی بریشی را بالا بروند و از گردنه چهاره‌زمرتری لسگرک (هزارچم) بگذرند و وارد بخش طالقان بشوند. چهاربایدارانی هم که از سوی طالقان به این سو می‌آمدند، از نظر زمان رسیدن و شکل

گذراندن شب همین وضعیت را داشتند. باید روز بعد به سوی کلاردشت روانه می‌شدند. امروز هم وضع به همان‌گونه جریان دارد.

بازندرانیت: «دیگه هوا خیلی سرد شد. همین روزاست که برف رو‌گردنه بسینه. فردا اینجا رو می‌بندم و می‌رم پایین...» و می‌افزود: «اما شوماها از کجا می‌آین. جیکاره‌این؟» گفتیم که از تخت سلیمان و آن سوی علم‌کوه می‌آئیم. سگفتش بیشتر شد و با حین انداختن به پیشانی گفت: «از تخت و علم؟ از کدام راه؟» توضیح ساده‌ای برایش دادیم و افزودیم که ما خوب خسته هستیم و گرمسنگ، حی دارد که بخوریم؟ یا لیخنند تلخ و آغشته به ناسف گفت که هرچه داشته است، چهاربایداران خورده و رفته‌اند، اما جای حاضر است. در این لحظه، ما متوجه برویزی شدیم که به کنار دیوار قهوه‌خانه تکیه داده و ایستاده بود و با شنیدن باسخ یأس‌آور من میرزاآقا، زانوانش خم شد و اندامش روی پاهایش رسوب کرد!

پرستش را ادامه دادیم که آیا دیگر هیچ چیز ندارد که به درد شکمهای گرسنه ما بخورد؟ صاحب جاسرای گفت که فقط یک دانه تخم‌مرغ هم دارد. به برویزی نگاه کردیم. خستگی و گرسنگی در چشمانش فروغی باقی نگذاشته و ابروان سیاهش روی آنها فرود آمده بود. باز که به من میرزاآقا اصرار کردیم، گفت که ته سفره و خرده نانهای باقیمانده از چهاربایداران هم هست که آنها را جمع کرده است برای مرغ و خروسهایش...



نخستین عکس از دیواره اصلی (سمت راست) و دیواره یکی از شاخکها در علم‌کوه. در نیمه پایینی عکس، یخچال گسترده و شکافهای یخی «علم‌جال» را می‌توان دید.

تخم‌مرغ را به برویزی سپردیم و خرده نانهای ته سفره را سه نفری با دو، سه حای باسین دادیم (با این اندیشه که ما کمانها، درون غلفها و گیاهان روبه‌روی قهوه‌خانه، چیزهایی برای جینه‌دانشان خواهند یافت) و به توصیه مشهدی میرزاآقا تسلیم شدیم که می‌گفت، پایین تر که برویم، بیش از وندارین، به قهوه‌خانه‌ای می‌رسیم که در آنجا می‌توانیم به خوراکی و استراحت دست باییم.

دیگر هوا تاریک شده بود و ما از حاسیه سردابه رود و در کف دره‌ای تنگ، روانه پایین

شامگاه که به «حسن کیف» رسیدیم، آسمان را ابر بوشانیده بود و قطره‌هایی را بر چهره و دستهایم حس می‌کردم. دگر روز که خشم گسودم، همه‌جا سبید تنده بود؛ با زحمت و انتظار، بارکتی پیدا کردم که به جای زغال، بارش چوب بود و روانه تهران؛ و جایی در جلو نصیب شد در همه راه بازگشت، تا گردنه کندوان زمستان بود و برف و بوران و من می‌اندیشدم که اگر برنامه ما دو روز عقب افتاده بود و در آن بلندبهای ناشناخته و برت، گرفتار این هوا می‌شدیم، چه بر سرمان می‌آمد؟



گیلانپور (راست) و پرویزی در کنار قله ۴۹۷۰ متری شاخک علم‌کوه

با این راهبایی و شناسایی بود که علم‌کوه، این بهشت سنگ و یخ کوهنوردی ایران، از خفا بیرون آمد و نه تنها به کوهنوردان خودمان، که به کوه‌دوستان کشورهای دیگر نیز شناسانیده شد.

در آن هنگام، ما نیز همچون دیگر کوهنوردان همسن و سال و هم‌دوره خودمان، از صعودهای نخستین ایرانیان به علم‌کوه آگاهی نداشتیم، به جز همان یک صعود دکتر ابوتراب مهرا در سال ۱۳۱۵. پس از برنامه ما، مجله نیرو و راستی مطلبی نوشت که در سالهای ۱۳۲۴ و ۱۳۲۳ شادروان ارسلان خلعتیوی (بزرگمرد و قضاوت و پیشدام کوهنوردان ایران) با چند تن از همگامانش، علم‌کوه را از راه طالقان و جبهه جنوبی صعود کرده‌اند. دفتر وکالتش در خیابان کنونی انقلاب بود. به دیدارش رفتم و عکسهایی از آن سوی علم‌کوه برایش بردم. محبتها کرد و اندیشه و همت ما را ستود و به ادامه دادن این هدفها تشویقمان کرد. دکتر ابوتراب مهرا در تهران نبود که با وی دیدار کنیم. اما دو کوهنورد آلمانی را که صعودکنندگان نخستین شمال علم‌کوه بودند، عاقبت باقیم و اسناییمان به دوستی تبدیل شد که خود داستان جداگانه‌ای دارد.

از آن سال و آن روز و آن راهگسائی، نیم‌سده گذشته است. محمدعلی پرویزی را ستاسفانه در دهه ۴۰ از دست دادیم. یادش گرامی است. کاظم گیلانپور را هم کرده‌ایم و تجسس و پرس‌وجوی بسیار هم هنوز نتیجه نداده است. هرچا که باشد، قدرش را می‌دانیم و تلاشهایش را می‌ستاییم. حال و وضع مرا نیز دوستان و کوهنوردان می‌دانند. اما در آنچه و جزوه‌وار نوشته شد، امیدوارم که اگر باز کسانی هستند که بخوانند یا این گونه نوشته‌ها، از من «سویرمن» پنبه‌ای بسازند، ابتدا آن عینک تیره را از جلو چشمان درونشان بردارند. تا بتوانند ترک کنند که اینها، گوشه‌هایی از تاریخ ما هستند (اما کوهنوردان که به کوهپا و کوهنوردی حل سپرده‌ایم)، امید آن که کوهساران جوان، تاریخ را زنده و برپا نگاه بدارند. مگر از گذشته‌مان چه داریم، چه نوشته‌اند و چه باقی مانده است؟ اگر من بمقدار نیز همین شکسته پسته‌ها را سرهم نکنم، انتهای تاریخ نیز بی محتوا و مبهم و خالی خواهد ماند. اسال همین چند خط و چند عکس است که دیوار تاریخ و فرهنگ را استوار و برجای ماندنی می‌سازد. خوشوقت و سیاسی‌گزاریم که دوسه سالی فزونتر از نیم سده، باقیم و نیز بی آن، در خدمت جوانان، ورزش، پرورش و کوهنوردی بوده‌ام و هنوز هم لک و لکی می‌کنم. بیشتر خستیدم و سرفراز می‌شوم، اگر که این نوشته‌ها که از دید شما خوانندگان ارجمند می‌گذرد، سودمند هم باشد و مورد بذورش قرار بگیرد. Δ

عکسها از: ک. گیلانپور و ج. کتیبدای

دست بودیم، اجبار و ناچار، باهایمان را حرکت می‌داد...  
 قهوه‌خانه مش ذبح، معرف خود او بود و کته بلو یا نیمروبی که همسرش آماده کرده، غذای شاهانه‌ای برای ما... و تا شامه‌های ما خواست در برابر بوهای ناخوشایند لحاف‌کرسی تیره رنگ تنده همچون در دیوار و سقف، بازتابی نشان بدهد، سنگینی بلکها، فرصتی نداد، اما از چند دقیقه بعد، گریه‌های «شهنو» پسر چند ماهه مهماندار آسمان، حشان حاشنی خوابمان شد که نه تنها آسایش را از تنهای کوفته‌مان گرفت، بلکه ناله‌های ما نیز همراه ما آن، سفتونی استراحت آن شب را کامل کرد!  
 (چندی پیش که دوستان مرا به کلاردشت بردند و سوار بر چهارپایه به اکتان رفتم، مشهدی شهنو را در اتجا، سکاندار قهوه‌خانه و قافله‌سرای دیدم که مردی سده بود کارآمد و خوش‌برخورد و راضی از کار و زندگی...)  
 روز بعد، به «وندارین» که رسیدیم، من برای بایین آوردن وسیله‌هایمان که در علم‌جال برجای گذاشته بودم، با یک مرد محلی که برای نمک، در همان جنا یاقتمس، صعود دوباره‌ای را آغاز کردیم، با وجود بدخوابی دینیب، خوشحال بودیم که بار دیگر رهسپار آن دنیای تازه یافته و بهشت کوچک کوهنوردی می‌شوم و دوستان من، راه کلاردشت را در پس گرفتند که به تهران بروند.

|  |  |
|--|--|
| <b>تشکر و قدردانی</b>  | <b>آقای عباس محمدی</b>   |
| <p>بدین وسیله از پیشکسوتان، مربیان، فصلنامه کوه و تمامی عزیزانی که باحضور، تماس و ارسال پیام، در تسلائی خاطر این جانب و خانواده‌ام کوشیدند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌کنم و از خداوند متعال، برای همه این عزیزان سلامتی و سعادت آرزو مندم.</p> <p>مربی کوهنوردی علی اصغر مریخی</p> | <p>انتخاب شما را به سمت دبیر و مسئول کمیته روابط عمومی گریه کوهنوردان آرش تبریک می‌گوییم.</p> <p>فصلنامه کوه</p> |

## کوروش هدایت نسب



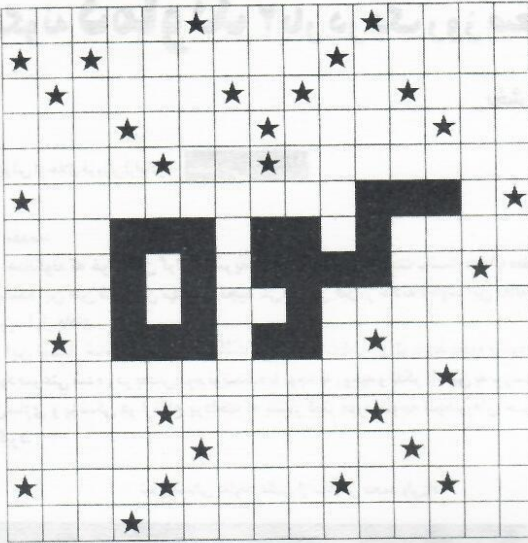
### تراورس:

- ۱- از اسامی بانوان و از جمله عشاق درون کتاب است و همچنین نام فیلمی از داریوش مهرجویی - وسیله‌ای برای ورزش در رودخانه‌ها - جلال و شکوه
- ۲- وابسته به عالم آینده و آسمانی - سیزجیات
- ۳- زیرک و عیاش - کانسف میکرب سل - محبت و دوستی
- ۴- تکرار یک حرف - زبان - مهمترین شهر مسلمین - توانایی
- ۵- قلعه‌ای است با ارتفاع کم اما تماشایی، دشوار و بونشیده از یخ و سنگ در پاتاگونای آند - ذوب و تجزیه - اصطلاحی در شطرنج
- ۶- بیکر این کوهنورد پس از ۷۵ سال در ارتفاع ۸۰۰۰ متری اورست یافته شد و هنوز هم ابهاماتی در صعود او به این قله به عنوان اولین نفر وجود دارد.
- ۷- اشاره - سرد
- ۸- از اجرای صورت - دیوانه و سگ بیمار
- ۹- کلیشه - آوای گوسفند - از طوایف و مردمان کشورمان است
- ۱۰- مخاطره
- ۱۱- ضمیر جمع - روزی فراموش نشدنی در تاریخ ورزش ایران، به ویژه ورزش کوهنوردی «روز فتح اورست»
- ۱۲- کافی - فروشنده لوازم دست دوم - اسمها
- ۱۳- حیوان باربر در ارتفاعات - از سیزجیات کوهی - بلندترین قله ارتفاعات شرقی ایران در ۵۰ کیلومتری شمال شهرستان خاش به ارتفاع ۴۰۴۲ متر
- ۱۴- جنس بظاهر قوی - رنگ موی فوری - باهم - یکی از آلات موسیقی
- ۱۵- یکی از کوهنوردان بلندآوازه لهستانی - رشد و نمو. Δ

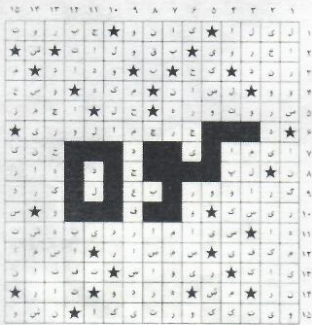
### فروود:

- ۱- کتاب لغت فرانسوی - نام غاری است در فارس و به معنای اهریمن
- ۲- یکی از قسمتهای ورزش کوهنوردی - زهد فروشی

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



- ۳- از القاب - در مراحل تولید قند و شکر بدست می‌آید - از حیوانات دریایی
- ۴- ضمیر سوم شخص مفرد - سیلی - پوششهای آن تنوعی از محصولات کارخانجات شیمیایی و رنگسازی است - به اندازه
- ۵- جریان برق مستقیم - حسد
- ۶- بیرونی و بیگانه - کوه به زبان عربی
- ۷- مایه حیات - رود - مهر شده است اما بهم ریخته!
- ۸- سوراخ و تونل - بندگی
- ۹- تکرار یک حرف - اولین کوهنورد ایرانی که با صعود به ماناسلو به ارتفاعی بالای ۸۰۰۰ متر دست یافت.
- ۱۰- دهکده‌ایست زیبا و دریای اورست - مروارید - قورباغه
- ۱۱- راه - دلبران می‌ریابند
- ۱۲- از حروف لاتین و یونانی - از ضمایر نسج
- ۱۳- از بخشهای مجله کوه است و به وسیله‌ای برای حرکت در جاده‌های خاکی اشاره دارد
- ۱۴- پسوندیست و معنای بنه‌دانه هم می‌دهد - گردهمایی جهت ارائه مقالات را گویند - شمردن
- ۱۵- ارجمند و محترم - از استانهای کشورمان. Δ



**نام گروه: آرش سنندج**  
**تاریخ تأسیس: ۱۳۵۷**  
**فعالیت در زمینه ورزش: آقایان**  
**تلفن: ۲۶۷۷۴**  
**آدرس: سنندج - خیابان امام خمینی - جنب قنادی تحقیق - طبقه سوم**

**نام گروه: سیمان غرب**  
**تاریخ تأسیس: ۱۳۷۱**  
**فعالیت در زمینه ورزش: آقایان +**  
**تلفن: ۷-۴۹۶۴۱ - نمابر: ۶۷۱۴۵**  
**آدرس: کرمانشاه - کیلومتر ۱۰ جاده همدان**

# چگونه دماوند ۲ بار در یک روز صعود شد

## بخش اول

مزارش از جلال فروزان (ابوکی) - مجید بنی‌هاشمی

مقدمه:

همانگونه که خوانندگان گرامی نشریه در مقاله «بدون بازگشت - شماره ۱۵» مطلع گردیدند نویسنده این متن سادروان مهندس مجید بنی‌هاشمی قبل از حادثه دماوند این مقاله را در اختیار نشریه قرار دادند.

این نوشتار شامل دو بخش می‌باشد که در قسمت اول آن توجه به نحوه صعود و مشکلات صعود سرعتی شده و در بخش دوم نویسنده با توجه به روحیه و تفکر تحقیق به بررسی در مسائل بدن‌سازی و پزشکی در ارتفاع پرداخته که بسیار کمتر مورد توجه کوهنوردان حرفه‌ای قرار می‌گیرد.

نمای شمالی دماوند عکس از سیاوش محمد ولی‌زاده



چرا دوباره دماوند را برای صعود انتخاب کردیم؟ زیرا دماوند، بلندترین و زیباترین قله کوه ایران است. دو کوهنورد آلمانی، درباره دماوند چنین می‌گویند: «دماوند یکی از خشک‌ترین، سرسخت‌ترین، و استثنایی‌ترین قله کوههای جهان است؛ ولی در عین حال، می‌تواند آرامترین آنها باشد؛ چراکه در تابستان، نزدیک به دو هزار کوهنورد به بلندی آن صعود می‌کنند».

از بهار امسال، برای اینکه بتوانیم قله دماوند را از سه مسیر مختلف در یک روز صعود کنیم تمریناتی را آغاز کردیم بدین ترتیب، اولین صعود در جبهه جنوبی شروع شد، به دلیل هوای بسیار نامناسب و طوفانی، در بارگاه دوم (گوسفندسرا) تا قله ۶ ساعت طول کشید. دومین صعود از بال ملاخوران در مدت ۷ ساعت انجام شد. سومین صعود از مسیر گشوده‌نشده جنوب غربی و شاخه برفگیر آن (در هوای خوب) در مدت ۶/۵ ساعت انجام شد. چهارمین صعود از بال رینه معروف به کنگ لک جال، طی ۹ ساعت میسر شد. پنجمین صعود از آبگرم رینه و ادامه بال (با وزش باد و سرما) در مدت زمان ۹ ساعت انجام شد.

ششمین صعود از جبهه ملارد صورت گرفت؛ بدین معنی که در دهکده ملارد در جبهه شرقی، در مسیری که بر روی بال وزمین جال کشیده می‌شود در ارتفاع ۵۲۰۰ متری با شاخکهای شرقی درگیر شدیم در هر حال، پس از عبور موفق از شاخکها که یک ساعت ۴۵ دقیقه طول کشید، بعد از ۹/۵ ساعت صعود به قله دسترسی پیدا کردیم.

بهار امسال که به فکر صعود به قله به روش صعودهای خیلی سریع افتادیم، (بهترین نوع از این صعودها را از طریق شاخکهای شرقی جبهه ملارد به پایان رساندیم). نیاز به کسب حداکثر آمادگی جسمانی و در کنار آن، آمادگی روحی را برای اجرای این برنامه احساس کردیم. از آنجاکه در بسیاری از موارد، قدرت و توانایی جسمانی تحت‌الشعاع توانایی روحی قرار می‌گیرد؛ برای دستیابی به آمادگی مطلوب روحی، می‌بایست هر چه بیشتر تمرین می‌کردیم و ضمناً سعی در حفظ توان دفاعی بدن در سطح مطلوب داشتیم. کوشش ما بر این بود که این دو عامل مهم، در نهایت مکمل یکدیگر شوند و این چیزی بود که در دشوارترین لحظات این صعود، به آن نیاز داشتیم؛ به خصوص هنگامی که به کولاک و هوای نامناسب، ارتفاع بالا، دشواری صعود و میزان یابداری و استقامت خود می‌اندیشیدیم.

چه احساسی بهتر از اینکه ۱۷ ساعت در ارتفاع بالا تلاش و کوشش کنی و اینکه دوبار در یک روز از این کوه سخت کوشی در شرایط هوای گلولاکای بالا روی برای ما مهم بود که انراحت چنین صعود سنگینی را روی دستگاه عصبی، قلب و شش‌ها بدانیم و بفهمیم صعود بیش از ۵۰۰۰ متر ارتفاع در یک روز، چه تغییراتی در سازمان بدنمان به وجود می‌آورد.

خاطرات صعودهای گذشته نیز بر میزان احتیاط و دوراندیشی ما می‌افزود.

در یکی از صعودهای گذشته زمانی که من (جلال فروزان) جبهه شمالی را در مرحله دوم صعود می‌کردم، در انتهای مسیر احساس کردم که بدنم به نیرو و توان بیشتری نیاز دارد. همچنین در فرود آخر به طرف بارگاه دوم (جبهه جنوبی) متوجه شدم که قند و چربی بدنم کاهش یافته است. (بدین ترتیب معلوم می‌شود که دو عامل قند و چربی از حیاتی‌ترین عناصر در صعودهای سنگین است).

همچنین در صعود به جبهه جنوبی و غربی دماوند متوجه شدم که عبور از تپه گوگردی به دلیل وجود گازهای متراکم در هوا همیشه وضعیت عادی ندارد. گاهی اوقات گذر از آن بسیار سنگین و سخت می‌شود و کوهنورد در این موقعیت خود را در ارتفاعی بالاتر از آنچه هست (مناسبه ۷۰۰۰ متری) احساس می‌کند. این احساس زمانی به شخص دست می‌دهد که با ابر برمانند (معروف آن) روی قله را پوشانید یا درجه رطوبت خیلی بالاست.

بالاخره با رعایت تمامی جنبه‌ها، صعود خود را آغاز کردیم؛ روز پنجشنبه مورخ ۷۷/۵/۹ ساعت ۲ بامداد بارگاه دوم (گوسفندسرا) را به اتفاق منجبه بنی‌هاشمی در شرایطی ترک کردیم که مه و ابر غلیظی همه جا را پوشانیده بود. باران بامدادی قطع شده، صدای زنگوله گوسفندان سکوت شب را می‌شکست. به سرعت دره پایین را پشت گذاشتیم. در قسمت بالا و در پشت زیر ناهنگاه، نور چراغ قوه تمام شد و تاریکی مطلق همه جا را فراگرفت. در ساعت ۴:۴۵ دقیقه صبح (همراه با بارش برف) ناهنگاه را در تاریکی پیدا کردیم.

عده زیادی از کوهنوردان در ناهنگاه جمع شده، خود را برای صعود آماده می‌کردند. تعدادی هم در بیرون از ناهنگاه و در سنگین‌های اطراف، چادر زده و اطراف کرده بودند. جنب‌وجوش زیادی در تاریکی و در زیر چراغ قوه‌ها به چشم می‌خورد. ساعت ۵ صبح از اولین افرادی بودیم که به طرف قله حرکت کردیم. (در وضعیتی که هوا هنوز کاملاً

تاریک بود و ما همچنان نور ندانستیم). در اوایل صخره‌ها ریزش برف قطع و مه جایگزین آن شد. در محل سنگجینی که از محدوده کافردره خارج می‌شود، بارش برف مجدداً آغاز شد و در شیب تند زیر تپه گوگردی جایی که آخرین ساخک بالاتر از آبشار یخی قرار دارد، زمین پوشیده از برف بود. تپه گوگردی وضعیت خاصی به خود گرفته بود و بارش حدود ۳۰ سانت برف تازه، پوشش مناسبی روی حفره‌های گوگردی ایجاد کرده، مانع از خارج شدن گاز آنها می‌شد. از حوضه گوگردی زیر قله، دود زردرنگ غلیظی خارج و تا شعاع ۱۰ متری پراکنده می‌شد.

**در روی قله، کولاک برف شروع شده بود. ساعت، ۸:۱۵ دقیقه را نشان می‌داد. از بنی‌هاشمی خبری نبود. چندین بار او را صدا کردم؛ ولی باد شدیدی مانع شنیدن هر صدایی می‌شد. او تا نزدیک تپه گوگردی در پشت من دیده می‌شد و من هر از گاه، نیم‌نگاهی به او می‌کردم. بر روی قله، انتظار بیشتر جایز نبود. سرما، گرسنگی و کولاک برف مرا وادار کرد تا هرچه زودتر از جبهه شمال پایین بروم.**

انتخاب مسیر برای فرود بسیار مشکل شده بود. من برای پرهیز از وارد شدن به دره یخ‌خار به سمت جب حرکت کردم؛ اما پس از مدتی بایمن آمدن، احساس کردم روی یخچال سوله هستم. تصمیم داشتم به سمت شرق تراورس کنم؛ ولی ابزار این کار را ندانستم، چراکه مسیر به طور کامل پوشیده از یخ بود. به هر تقدیر، دوباره به سمت قله حرکت کردم. تمامی جای باها از برف پر شده بود. روی دهانه شمالی توقف کردم و نگاهم را روی جبهه جنوبی متمرکز کردم تا شاید بتوانم بنی‌هاشمی را روی قله ببینم؛ ولی کولاک اجازه این کار را نمی‌داد. این بار، برای فرود، مسیری را از سمت راست قله انتخاب کردم و از برف انبوهی که تا سر زانو می‌رسید شروع به پیشروی کردم. در این موقع، مسیر کمی مشخص شده بود؛ ولی پایتینتر، راه به یک یخچال ختم می‌شد و دیگر مسیر مشخص نبود. در این زمان، هوا به سختی طوفانی شد و همه چیز را تحت‌الشعاع قرار داد و من به دنبال جانپناه یا صخره‌ای می‌گشتم تا خود را پشت آن ایمن نگهدارم. باد و برف، حاکم این میدان بود. تصمیم گرفتم که از جبهه شمال صرف‌نظر کنم و به سمت قله بازگردم و از مسیر جنوبی فرود آیم؛ ولی کولاک برف، حتی اجازه نمی‌داد یک متر صعود کنم. سر و صورتم بر از برف شده بود. تصمیم گرفتم همان جا منتظر

شوم. لباس و کفشم کاملاً مناسب بود و جای هیچ نگرانی نبود. تجربه صعود به دماوند، به من آموخته بود که حتی در مردادماه ممکن است برودت هوا به چندین درجه زیر صفر و پوشش برف تا ۵۰ سانتی‌متر برسد. در همان حال متوجه شدم که بارش برف در جبهه شمالی به مراتب بیشتر از جبهه جنوبی است. پس از مدتی که بدین منوال گذشت، ناگهان روزنه‌ای در پایین دست‌ها نمایان شد و من اول گردنه سرداغ را دیدم و بعد قسمتی از یخچال وی‌سل. دوباره هوا گرفت. خوشبختانه در این زمان کوتاه، توانستم مسیر را شناسایی کنم و به سرعت از بخش غربی یخچال وی‌سل فرود آمدم و به لبه کاسه شمالی رسیدم. از آنجا مسیر تا حدودی دیده می‌شد. پس از گذشتن از صخره‌های مشرف بر جانپناه اول در ارتفاع ۳۸۰۰ متری رسیدم. داخل بناهنگاه آب جمع شده و در آن باز بود. در ساعت ۱۱، پس از ۴۵ دقیقه استراحت به سمت قله حرکت کردم و توانستم به سرعت از جانپناه دوم بگذرم. هنگامی که به کاسه شمالی رسیدم، هوا تغییر کرده و گرم شده بود. در شیب انتهایی قله در برف عمیقی فرو می‌رفتم، گاهی اوقات عمق برف به ۴۰ سانتیمتر می‌رسید و عبور از آن را مشکل می‌کرد. ناگهان یک جبهه هوای سرد و مه‌آلود، به شدت قله را تحت تأثیر قرار داد. به نظرم می‌رسید که از آخرین نیرویم برای رسیدن به قله استفاده کرده‌ام. در اینجا به جبهه شمال شرقی (تخت فریدون) می‌انداختم و اینکه آیا قادر خواهم بود به جبهه سوم هم صعود کنم یا نه؟ ساعت ۱۵:۳۰ بود و من آخرین گام‌ها را در دهانه شمالی برمی‌داشتم. با این نگرانی که زمان را از دست داده‌ام. به طور تقریبی، بیش‌بینی تمامی جدول زمانبندی صعودها و فرودهایم غلط از آب درآمد. چیزی حدود ۳ تا ۴ ساعت از زمان برنامه عقب افتاده بودم که البته ناشی از دگرگونی هوا و نیز نیروی زیادی را در فرود از جبهه شمالی از دست داده بودم و نمیدانستم قادر خواهم بود پس از فرود به تخت فریدون به قله بازگردم یا نه؟

**با این فکر که بنی‌هاشمی کجاست؟ از مسیر جبهه جنوبی سرازیر شدم. تپه گوگردی در دریای از مه فرو رفته بود و باد سردی هم می‌وزید. در ساعت ۵ بعد از ظهر در بناهنگاه بارگاه سوم بودم و انبوهی از کوهنوردان هم در آنجا تجمع کرده بودند. پس از نیم ساعت استراحت، به طرف پایین سرازیر شدم و حدود ۷ بعد از ظهر به بارگاه دوم (گوسفندسرا) رسیدم. بنی‌هاشمی در آنجا انتظار مرا**

می‌کشید. پس از خوش و بش گفت که در هوای بد ترجیح داده است از صعود دوم صرف‌نظر کند؛ زیرا تمامی جای پاها در کولاک برف پر شده و مسیر فرود دوم برای او مشخص نبوده است. ضمناً هیچ یک از گروه‌های کوهنورد که به طرف قله حرکت کرده بودند در اثر طوفان و کولاک به قله نرسیدند. این برنامه از هنگام شروع (از بارگاه دوم) تا پایان، ۱۷ ساعت به طول انجامید.

### فواصل زمانی صعود و فرود در هوای نامناسب

از بارگاه دوم تا بارگاه سوم، ۲ ساعت و ۴۵ دقیقه. از بارگاه سوم تا قله ۳ ساعت و ۱۵ دقیقه از قله تا جانباه اول جبهه شمالی، ۲ ساعت و ۵ دقیقه. صعود دوم از جانباه اول تا دوم یک ساعت و ۲۰ دقیقه و از جانباه دوم تا قله ۳ ساعت و ۱۰ دقیقه. بنابراین صعود دوم از جانباه اول تا قله، ۴ ساعت و ۳۰ دقیقه به طول انجامید.

### بدون توقف تا آخرین لحظه

در آخرین روزهایی که گزارش چگونگی صعود از دو جبهه در یک روز به اتمام می‌رسید، صعود تازه‌ای از جبهه جنوبی و جبهه شمال شرقی (تخت فریدون) در یک روز انجام گرفت.

اولین صعود از این گروه صعودها، دو سال پیش آغاز شد که اینجانب (فروزان) و ابراهیم سیخی، جبهه جنوبی را در سه ساعت درنوردیدیم و بعد از فرود از جبهه غربی، این مسیر را دوباره در سه ساعت صعود کردیم. امسال هم هر دو مسیر باقیمانده را که آخرین مرحله از این نوع صعودهای فوق‌العاده سریع به حساب می‌آید، به اتفاق ابراهیم بابائی و مجید بنی‌هاشمی در روز پنجشنبه ۷۷/۶/۵ به پایان رساندیم. در اینجا به زمانهای به دست آمده در این صعودها و فرودها می‌پردازیم:

از بارگاه دوم (گوسفندسرا) تا بارگاه سوم (پناهگاه)، ۲ ساعت و ۳۰ دقیقه که نیمی از این وقت در تاریکی طی شد، از بارگاه سوم تا قله، ۲ ساعت و ۴۵ دقیقه. از قله تا پناهگاه تخت فریدون، یک ساعت و ۱۵ دقیقه. صعود از این پناهگاه تا قله ۳ ساعت، بازگشت از مسیر جنوبی تا بارگاه سوم، یک ساعت و ۱۵ دقیقه و از بارگاه سوم تا بارگاه دوم، یک ساعت و ۳۰ دقیقه.

۴۰ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم

## بخش دوم

### توصیه پزشکی در صعودهای سرعتی:

از اوایل دهه ۸۰ میلادی، صعودهای سرعتی برای دستیابی به ارتفاعات بلند مطرح شد و در دهه ۹۰ میلادی ابعاد جدیدی به خود گرفت. صعودهای سرعتی به آن نوع از صعودهایی اطلاق می‌شود که در آن، کوهنورد با هدف دستیابی به یک قله در کوتاهترین مدت زمان ممکن، حرکت می‌کند و با توجه به تواناییهای جسمانی و روحی خود کمترین مقدار بار را حمل می‌کند. صعودهای سرعتی به دلایل ذیل می‌تواند پرمخاطره باشد:

۱. فشار بسیار شدید به مغز، قلب، ریه‌ها و



عکس از: هومن ربیع‌زاده

بعضی از عضلات و مفاصل

۲. بروز ایمن مغزی و ریوی

۳. محاسبه اشتباه در انتخاب نوع و مقدار وسایل و تجهیزات و مواجه شدن با شرایط خطرناک و غیرقابل پیش‌بینی در کوه

علی‌رغم مسائل ذکرشده، کوهنوردان اروپایی سعی کردند از اوایل دهه ۸۰ میلادی، این نوع صعود را از منطقه آلپ به سایر ارتفاعات بلند جهان، خاصه، هیمالایا و کشمیر منتقل کنند. دلیل این کار، هزینه بسیار سنگین به راه انداختن کاروانی از باربر،

شربا، تجهیزات بسیار زیاد و سایر مشکلات دست‌وپاگیر این نوع برنامه‌های کلاسیک بود.

در ایران نیز از چندین سال پیش، گروه کوچکی از کوهنوردان، هم خود را بر صعودهای سرعتی نهاده و بیشترین فعالیت را در مسیرهای مختلف دماوند انجام داده‌اند و به تجربیاتی نیز دست پیدا کرده‌اند. از آنجا که دوبار صعود قله دماوند در یک نوبت، کاری است نو و نیز جزء صعودهای سرعتی محسوب می‌شود، در این قسمت از مقاله به نکات پزشکی که در صعودهای سرعتی سابق‌الذکر به آنها توجه شده است، می‌پردازیم:

در این صعودها، توان تنفسی دلیل گردش خون سریع، عامل مهمی است. ورزشنده نبودن عضلات قلب و ششها باعث کاهش کارایی در صعود می‌شود و در نتیجه، با کمترین فشار، ضربان قلب بالا رفته و تنفس مشکل می‌شود. در این حالت به بافتها و عضلات بدن، اکسیژن کمتری می‌رسد و بدن در یک عکس‌العمل طبیعی شروع به تولید سم می‌کند که در عضلات و بافتها باقی می‌ماند؛ بنا براین بدن یک کوهنورد سرعتی، باید بسیار ورزشنده باشد و این ورزشندگی فقط در چهارچوب صعودهای مکرر و منظم و طولانی مدت حاصل می‌شود. بدین دلیل، این گروه از اوایل سال ۷۷ تقریباً هر هفته اقدام به یک صعود یک روزه از یکی از جبهه‌های متعدد دماوند کرد تا همراه با کسب هم‌هوایی، توانایی قلب، ششها و عضلات را در سطح مطلوب ثابت نگاهدارد.

### هم‌هوایی:

یکی از مهمترین نکات در صعود به ارتفاعات بلند، خاصه صعودهای سرعتی، هم‌هوا شدن با ارتفاع و منطقه است. هم‌هوایی بدین معنی است که گلبول‌های قرمز خون که مسئولیت خون‌رسانی را به تمام بافتهای بدن برعهده دارند، باید در ارتفاعات تعدادشان زیاد باشد تا بتوانند در بمیاز مداوم قلب (ضربان زیاد قلب)، خون تازه مملو از اکسیژن را از شش‌ها گرفته، به تمامی قسمت‌های بدن برسانند. هم‌هوایی زمانی ایجاد می‌شود که انسان مدتی را در ارتفاعات سپری کند و در آن ارتفاعات دایم به صعود بپردازد. با این کار، اولاً، عضلات قلب و شش‌ها ورزشنده می‌شود؛ ثانیاً، گلبولهای قرمز خون به تعداد مناسب افزایش می‌یابد (البته با رعایت توصیه‌های مربوط به تغذیه در ارتفاعات بلند) در این صورت، کمترین ناراحتی و اسکالی در تنفس پیش نمی‌آید و

عوارضی از قبیل خستگی، کوفتگی بدن، افسردگی و تشوش ظاهر نمی‌شود.

### تأمین انرژی

به طور کلی، انرژی بدن در حین ورزش از دو طریق تأمین می‌شود:  
الف. روش هوازی  
ب. روش غیرهوازی

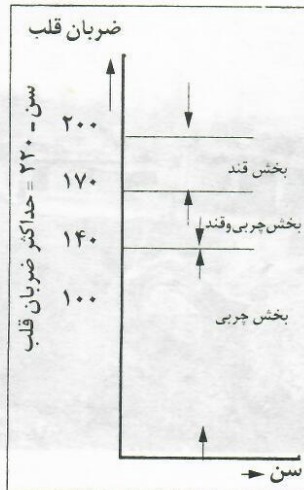
### الف. روش هوازی

روش هوازی، زمانی به کار می‌آید که شخص به طور آرام و به صورت مستمر ورزش کند. در این حالت، سوخت مورد نیاز بدن (انرژی مصرف شده)، در چربیهای بدن تأمین می‌شود. در این روش می‌توان به یک بدن ورزیده، بیشترین فشارها را در مدت زمان طولانی وارد آورد و کمترین آثار منفی را انتظار داشت (دوندگان استقامت، ماراثن کوهستان و نیز کوهنوردان در برنامه‌های بسیار سنگین زمستانی).

### ب. روش غیرهوازی

روش غیرهوازی، زمانی به کار می‌آید که شخص با شدت و فشار بسیار زیاد ورزش کند و در این حالت، سوخت بدن به صورت گلیکوزن در ذخیره قند بدن (که به طور عمده در کلیه و کبد موجود است) تأمین می‌شود. در این روش، نمی‌توان حتی به یک بدن ورزیده به مدت طولانی فشار زیاد وارد آورد؛ زیرا تهی شدن کلیه و کبد از قند، به معنی کم شدن خون و اکسیژن در بدن تحت فشار است و استمرار این کمبود، به طور قطع عوارضی مانند ادم مغزی و ریوی را به همراه خواهد داشت. به همین دلیل، فقط دوندگان سرعتی و قایق‌رانان می‌توانند از این روش در رقابتهای خود استفاده کنند.  
سررسهای دقیق محققان و سزسکان طب ورزشی مشخص کرده است که روش هوازی، منطقی‌ترین روش برای بیشتر فعالیتهای ورزشی است؛ زیرا در هر حال بهتر است که از چربی بدن برای سوخت استفاده شود تا از قند. روش هوازی در ارتباط مستقیم با ضربان قلب و سیستم تنفسی بدن قرار دارد.  
تعداد ضربان قلب در دقیقه که از طریق رابطه تجربی (سن - ۲۲۰) به دست می‌آید، بیانگر سن

مطلب است سوخت بدن یک ورزشکار با توجه به سن او از طریق سه بخش چربی، چربی و قند و قند تأمین می‌شود. نمودار زیر تعریف بالا را به طور کامل روشن می‌کند:



با توجه به نمودار تجربی بالا که در عمل کارایی و صحت خود را در تمامی رشته‌های ورزشی ثابت کرده است، بسیار نامناسب است که ضربان قلب در حین فعالیت ورزشی، حداکثر تا ۱۳۵ ضربه در دقیقه باشد. در این محدوده، بدن ورزیده یک کوهنورد، دوندۀ استقامت و ماراثن کوهستان، دوچرخه‌سوار مسیریهای طولانی و کوهستانی (سابقه دوچرخه‌سواری دور فرانسه) و ورزشکار رشته triathlon (شنا، دوچرخه‌سواری ماراثن و دوی استقامت در یک نوبت و پشت سر هم)، به طور کامل آمادگی تحمل هر نوع فشار جسمانی را دارد. بدون آنکه عضلات، بافتها، مفاصل، قلب، ششها و سیستم اعصاب و مغز او صدمه ببیند.  
ما در تمامی صعودهای سرعتی خود به دماوند، نهایت توجه را به این امر مهم داشتیم که در صورت امکان، در هر مرحله صعود از افزایش ضربان قلب (بالای ۱۲۰)، در صورت امکان جلوگیری کنیم. بنابراین، با هم‌هوایی ایجاد شده (در ارتفاع ۴۰۰۰ متر که تقریباً در طول ۵ ماه به دست آمد) و کسب آمادگی مطلوب جسمی و روحی در آخرین صعود، مسیر بارگاه سوم (جبهه جنوبی) تا قله در مدت ۲ ساعت و ۴۵ دقیقه و مسیر تخت فریدون (جبهه شمال شرقی) تا قله در مدت ۳ ساعت طی شد.

در خاتمه به یک نکته بسیار مهم اشاره می‌شود: در صعودهای سرعتی طولانی مدت، به دنبال سریع شدن گردش خون، هنگامی که ضربان قلب حدود ۱۲۰ ضربه در دقیقه برسد، وضعیت تنفسی مناسب می‌شود. حفظ این ضربان قلب بستگی به چگونگی وضع بدن و ورزشی و آمادگی آن دارد. از طرف دیگر، گردش خون سریع، قلب قوی و ششهای مقاوم با حجم مطلوب را می‌طلبد.  
هنگام حرکات سریع قلب و ششها (بسمال مداوم این عضو) رسانیدن سریع خون تازه به بافتهای بدن، فقط می‌تواند به وسیله تعداد کافی گلبولهای قرمز خون صورت گیرد که این عمل را هم‌هوایی می‌نامند. افزایش تعداد گلبولهای قرمز به دو صورت امکان پذیر است: از طریق مصرف بعضی داروهای انرژی‌زا و خونساز که به طور کلی توصیه نمی‌شود، یا از طریق تغذیه صحیح (حداکثر استفاده از مواد هیدروکربوردار و قندها)، بودن در ارتفاعات برای مدتی طولانی و جایجا شدن در محدوده ارتفاع ۵۰۰ متر، قبل از حرکت نهایی برای صعود قله ارتفاعات بلند. Δ  
(۱) روحتن شاد و یادش پیوسته به نیکی گرامی باد

**صعود سه جبهه دماوند در ۲۰ ساعت و ۳۰ دقیقه**  
جلال رابوکی از اعضاء و بنیان‌گذاران خانه کوهنوردان تهران در تاریخ ۴/۱۷ سال جاری موفق شد سه جبهه جنوبی، غربی و شمال شرقی قله دماوند را در بیست ساعت و سی دقیقه صعود نماید. در این برنامه اسدله خانلری در دو جبهه جنوبی و غربی ایشان را همراهی کردند.  
• اولین جبهه، جنوبی  
حرکت از گوسفندسرا ساعت ۳:۳۰ پامداد، رسیدن به پناهگاه جنوبی ساعت ۶ صبح (زمان صعود ۲:۳۰ دقیقه)، استراحت در پناهگاه ۱۵ دقیقه، صعود به قله ساعت ۹ صبح (زمان صعود ۲:۴۵ دقیقه)، ارتفاع صعود شده ۳۰۰۰ متر  
• دومین جبهه، غربی  
فرود و رسیدن به پناهگاه غربی سیموغ ساعت ۱۰:۳۰ دقیقه صبح (زمان فرود ۱:۳۰ دقیقه)، استراحت در پناهگاه ۳۰ دقیقه، صعود به قله ساعت ۲ بعد از ظهر (زمان صعود ۳ ساعت)، ارتفاع صعود شده ۱۲۷۰ متر  
• سومین جبهه، شمال شرقی  
فرود و رسیدن به پناهگاه تخت فریدون ساعت ۴:۳۰ دقیقه بعد از ظهر (زمان فرود ۱:۳۰ دقیقه)، استراحت در پناهگاه ۳۰ دقیقه، صعود به قله ساعت ۸:۳۰ دقیقه شب (زمان صعود ۳:۳۰ دقیقه)، ارتفاع صعود شده ۱۴۷۰ متر، فرود و رسیدن به پناهگاه جنوبی ساعت ۹:۳۰ دقیقه شب (زمان فرود ۱ ساعت)، استراحت در پناهگاه ۳۰ دقیقه، فرود و رسیدن به گوسفندسرا مبداء حرکت ساعت ۱۲ شب (زمان فرود ۲ ساعت)، مجموع ارتفاع صعود شده سه جبهه ۵۹۴۰ متر، مجموع زمان صعودها از مبداء به مبداء ۲۰ ساعت و ۳۰ دقیقه. Δ



## تجریش در گذشته و حال

قسمت دوم

تحقیق و نوشته صفر زمانی (۱)

قدیمیترین منظره میدان تجریش -  
عکس از کتاب جغرافیای تاریخی شمیران

آبار نعمانها و خانه‌های مسکونی سده است و دکا کین سه گانه آن در جنوب، تبدیل به داروقرونی و باساز یا آبار نعمان و مغازه رنگ فروشی گردیده است. در شمال باغ یاباریان، باغ معترضه به مساحت هجده هزار متر مربع با دو دستگاه عمارت، یکی کوچک و دیگری به نسبت بزرگ وجود داشت که عمارت بزرگ، دارای دو طبقه با حوضخانه و حمام با آبمنای داخلی بسیار زیبایی بود. این باغ، قناتی داشت به نام قنات معترضه که آن باغ و باغ همسایه‌اش را مشروب می‌کرد. ما در چاه این قنات، نزدیک قنات موسی‌خانی(قنات یاباریان) بود و همین قرب جوار دو مادر چاه، سالها موجب اختلاف بین مالکان دو قنات بود.

مالکیت این باغ را یکی از فرزندان معتمدالملک داشت که تا سال ۱۳۱۶ شمسی، این مالکیت را حفظ کرد و در آن سال، آن را به «ناصرخان قشقایی» فروخت. ناصرخان نیز از ترس رضاشاد، این ملک را نگاه نداشت و بعد از چندی، آن را به «میرزا هاشم آستینی»، نروتمند معروف فروخت. آستینی پس از خرید، آن را به چند قسمت

تجریش به درازنایب قرار داشت، باغ وسیع دیگری در این بیاده‌رو بود که ابتدای دیوار جنوبی آن از ابتدای خیابان دریند شروع می‌شد و دیوار غربی آن در امتداد بیاده‌روی شرقی خیابان دریند تا سیصد متر رو به شمال می‌رفت و باغ معروف یاباریان را تشکیل می‌داد. ضلع جنوبی آن که اکنون داروخانه رسولی و باساز جنب آن و مغازه رنگ فروشی است، به آن روز داروخانه یاباریان و دو مغازه جنب آن بود. یاباریان، مالک و محدث آن، یک دکتر داروساز ارمنی بود که از ترکیه برای تدریس داروسازی به ایران فراخوانده شده بود. او علاوه بر تدریس داروسازی، دو داروخانه، یکی در تهران برای مدت سه ماه در سال و دیگری در همین مکان برای مدت سه ماه در سال برپا می‌داشت و سه کار داروسازی و داروقرونی می‌برداشت. در وسط این باغ وسیع، پشت داروخانه، یاباریان ساختمان دو طبقه‌ای احداث و آن را ساختمان بیلاقی کرده بود و در دیوار دکان جنب داروخانه شمیران، اغذیه و تنقلات ساخت فرنگ را عرضه می‌کرد. قنات موسی‌خانی هم در جلوی داروخانه‌اش با عمق کم چیرین داشت و مزرمان برای سرب، کوزه‌های خود را از آب آن قنات بر می‌گرفتند. امروزه، آن باغ زینا، گرفتار ویروس

خال اگر از عرض خیابان تجریش به درازنایب عبور کنیم و به بیاده‌روی شمالی این خیابان برویم، به دو باغ معروف تجریش در این محل برخورد می‌کنیم، یکی «باغ سهام‌الدوله» که بعدها مالک آن «سیرازی» نامی شد و آن باغ به نام او موسوم گشت و امروز نیز پلاک کوچه شیرازی در آنجا یادآور مالک گذشته آن «شیرازی» است. این باغ به دوران برابری خود، بسیار وسیع و منجر بود و یک عمارت دو طبقه بسیار زیبا در وسط آن قرار داشت که ایوانهای مشرف به باغ، جلوه خاصی به ساختمان و باغ می‌داد و اغلب تابستانها، سفارتخانه‌های خارجی برای بلاق آن را اجاره می‌کردند. چند سالی هم هتل رنتن شمیران شد و بعد نیز مدرسه متوسطه دخترانه گردید. در خاطرات دوستعلی خان معیرالملک آمده که مادرش یک هند در این باغ که از آن آنها بوده زبسه است. در حوالی سالهای پنجاه، این باغ بدون توجه به قدمت آن تقسیم شد و در حال حاضر، به جای آن باغ زیبا، به تعدادی منازل مسکونی مد روز برمی‌خوریم. این باغ از قنات معترضه مشروب می‌شد. غیر از این باغ که در بیاده‌روی شمالی خیابان

کرد؛ قسمتی را به «ساج» و قسمت دیگر را به «بهاالدین کهید» و قسمت شمالی آن را که یادمانی بود به شخصی به نام «علوی زاده» که تاجر بود، فروخت و فقط قسمت وسط باغ را که شامل یک ساختمان قدیمی بود، برای خود نگاه داشت. بعدها آشنایی این قسمت را نیز به سرهنگ دادفر فروخت. سرهنگ دادفر نیز پس از چندی، آن را به فروش رسانید. امروز از این باغ، جز تعدادی ساختمانهای کوچک و منازل مسکونی، چیز دیگری به دست نرسیده باقی که به حدود هشتاد سال پیش در اکثر تابستانها، به سبب زیبایی، بیلاق سفارت فرانسه می شد و به حدود هفتاد و اندی سال پیش، در تابستان، بیلاق دکتر میلسو، مستشار آمریکایی سابق ایران شد و در همین باغ، بسرو او منولد گردید و از آنجا که تولد او در تجریش اتفاق افتاده بود، نام دوم تجریش خان بر او نهاده شد.

حال که به تفصیل از باغهای معروف حد شرقی خیابان دکتر سربیتی دیدار کردیم، با خواننده برحوصه و پژوهشگر خود، یا به پیاده روی غربی این خیابان و اراضی و باغهای معروف این ناحیه می گذاریم و سپس تا حد غربی خود تجریش پیش می رویم تا ببینیم نقاط معروف این ناحیه، سه روزهای نصب سال بیس و قبل از آن بر چه سن بوده است.

در امتداد خط فرضی شروع شده از کوچه بسب مدرسه بهشتی چون به سوی مغرب رویم، نخستین نقطه در آن سوی پیاده روی غربی خیابان دکتر سربیتی که در شمال خیابان تیمستان واقع است، آن روزها بر تگاهی بود که در حد غربی آن رودخانه دریند قرار داشت. بعدها سرلسکر معینی با تسطیح آن بر تگاه، در آنجا ساختمان نما سنگی بسیار فشنگی ساخت که مشرف به رودخانه بود و آن بنا باید اکنون در دست ورثه مرحوم سرلسکر معینی باشد. حال چون از باغ سرلسکر به در آیم و باز خود را به پیاده روی غربی خیابان سربیتی برسانیم، به عکس امروز، در آن روزها از آنجا تا ابتدای بل رومی، جز بر تگاه مشرف به رودخانه هیچ ساختمانی وجود نداشت و فقط در نیش جنوب شرقی خیابان بل رومی، جایی که امروز ساختمان زیبایی سده، جوی آبی روان بود که تسنگان و رهروان خاده قدیم شمیران را برای رفع عطش و خستگی به خود جلب می کرد، چون به خیابان بل رومی داخل شویم و به خط مستقیم جلو رویم، به سفارت عثمانی قدیم و سفارت ترکیه کنونی می رسیم که باغ بسیار وسیع و سرسبزی است که به سال ۱۳۰۰ قمری (۱۲۶۰

شمسی) فخری بیک، سفیر آن روز عثمانی، آن را برای سلاق سفارتخانه عثمانی تأسیس کرده و به تسمیه بل رومی را یکی قربایت با سفارت عثمانی می دانند. چه آن روزها در اکثر نوشته ها، عثمانی «روم» اطلاق می شد (زیرا ناحیه روم شرقی را که بیزانس بود، عثمانیها سالها قبل گشوده و جزء قلمرو خود کرده بودند و تاریخ نویسیها عثمانی را «روم» اطلاق می کردند) و دیگر، به سبب طاق قوسی شکل این بل است که چنین طاقی در نزد معماران و بنایان ایرانی، از قدیم به «رومی» مشهور بوده است. چون از سفارت بیلاقی ترکیه، در جهت جنوب به طرف خیابان شمالی سفارت بیلاقی روسیه و در امتداد خیابان بوستان کنونی روان شویم، اراضی واقع بین این خیابان و ساحل غربی رودخانه دریند، در گذشته به نام اراضی بصیرالدوله هروی بود و در این اراضی، جز تعدادی درخت و یک چشمه آب، هیچ بنا و ساختمانی وجود نداشت و فقط از وسط آن، خیابان تنگی می گذشت که همان خیابان «خزور» کنونی است. این اراضی، پس از مرگ بصیرالدوله، بین وزارت او قسمت شد و آنها هم شروع به فروش آن کردند و از اوایل دهه چهل در این اراضی، ساختمانهای زیبای مسکونی احداث شده و امروز محله زیبایی از تجریش را به وجود آورده است. متأسفانه در این روزها، در این ناحیه زیبا و بیروس برج سازی نفوذ کرده و معلوم نیست با تنگی خیابان «خزور» در آتیه عبور و مرور مانسینها چگونه صورت خواهد گرفت و اضافه بر آن، این برجهای به دلیل مشرف بودن به خانه همسایه ها این خیابان زیبا را بی اعتبار کرده است. اگر در امتداد خیابان بوستان بیس رویم، به باغ مشهوری که از گذشته در آن وجود داشت؛ یعنی، باغ مرحوم میرزا حسن خان مسارالملک و زیر مالیه و راجل سیاسی وقت می رسیم که تا حدی ساختمان مد روزش، آن روزها جلب توجه می کرد و چون از آن باغ به طرف جنوب رهسپار شویم، در سمت راست ما باغها و اراضی الهیه قرار دارند که امروزه همه آن اراضی و باغها تبدیل به ساختمانها و بناهای جدید ساز شده اند که سخن گفتن درباره آنها در حد این مقال نیست. قبل از ورود به اراضی الهیه، لازم است از یک ساختمان کهین در این ناحیه دیدن کنیم که متأسفانه با دستکاری ناهنجار و به اصطلاح مدرن کردن آن گرد زیبایی بسیاری را از رخس برگرفته و آن را به صورت بیز زالی درآوردند که بر رخسارش غازه مالیده باشند. این ساختمان که دیوار غربی خود را در خیابان بوستان و دیوار جنوبی خود را در پیاده روی

شمالی خیابان شمالی سفارت بیلاقی روسیه دارد، عمارتی است که سالها پیش، شرکت نفت ایران و انگلیس، آن را برای رئیس مقیم ایران خود ساخت و بعدها که نفت ملی شد، محل سکونت رئیس شرکت نفت ایران گردید و مشهور است که به زمان دکتر اقبال، این غازه مالی ناهنجار بزر این ساختمان زیبای کهین، به غلط رفت و ای کاش نمی رفت. غیر از این ساختمان، دیگر ساختمان باغ چشمگیری از گذشته در این قسمت نیست و ما با عبور از آن، داخل الهیه می شویم و به اجمال، نگاهی به گذشته آن می اندازیم. الهیه، منطقه وسیعی از تجریش است که جد جنوبی آن، منطق با قسمتی از جنوب خود تجریش و حد غربی آن نیز تا مسافتی، همان حد غربی تجریش است. در نوشته های دوره قاجار (مثلاً خاطرات اعتمادالسلطنه) آن به اسامی «خُزاریر» یا «خُزاریل» نامیده شده که هر دوی این اسامی، شکل تغییر یافته «خور آریز» است. امروز این ناحیه، یکی از مجللترین نواحی شمیران، با ساختمانهای بسیار زیبا است که متأسفانه در این اواخر، مبتلا به خوره برجسازی شده است و هیچ بعید نیست که برجسازی با تعداد رو به افزایش و کثیرش، زیبایی آن را از بین ببرد.

الهیه در حوالی سال ۱۳۰۰ قمری (خاطرات اعتمادالسلطنه) به ملکیت مرحوم میرزا علی خان امین الدوله، صدراعظم آزادخواه و متجدد اواخر عهد قاجار درآمد و معروف است که امین الدوله، قصد آن داشت که با ایجاد تنگلی در دامنه های شمالی تپه های جنوبی الهیه، کارخانه کبریت سازی راه بیندازد و ساختمانی برای آن کارخانه به یاد کرد که تا این اواخر وجود داشت و ضمناً جویهایی موازی در



قسمتی از بازار تجریش - عکس از کتاب شمیران



عکس هوایی از میدان تجریش و کاخ سعدآباد و خانه‌های اطراف  
عکس از: کتاب جغرافیای تاریخی شمیران

شرکت در خرید قریبه آن باشد که سردار بهادر شرکت با حاج حسین آقا را محض دختر حاج حسین آقا که زن او بوده و یالنتجه آن را برای ملک خانم خریده است. چون از باغ سردار بهادر خارج شویم و رو به تجریش رویم، به باغ بسیار وسیع دیگری جسیبیده به آن برخورد می‌کنیم که از آن دکتر سعید خان لقمان الملک بوده است. دکتر سعیدخان که از جزاخان و اطبای اواخر دوره احمد شاه و دوران رضاشاه و محمدرضا شاه پهلوی بوده، علاوه بر طبابت و کارهای پزشکی، در امور سیاسی نیز دخالت می‌کرد و بارها و زبوی بهماری و به آخر هم سناتور شد. باغ او بعد از انقلاب، نصب اداره مبارزه با مواد مخدر گشت و اکنون نیز آن اداره، در آنجا انجام وظیفه می‌کند.

ادامه دارد...  
(۱) در این تحقیق از نظرات و گفته‌های اهالی بومی منطقه استفاده شده است.



عکس از کتاب جغرافیای تاریخی شمیران  
میدان تجریش و خیابان سعدآباد -

دامنه آبریز شمالی تپه‌های جنوبی الهیه، برای درختکاری ایجاد کرد که امروز، به جای آن درختهای آرماتی مرحوم امین‌الدوله، ساختمانهای خند اسکویه چند مدرن نستنه‌اند. باری، حوادث ایام، امکان راداندازی این کارخانه را به او نداد و دست سیاه استعمار و بی‌لیافی شاه سست عنصر و فاسد وقت (مظفرالدین شاه) او را در لبت نشای مازندران، به صورت تبعید خانه‌نشین کرد. در الهیه، قبل از شصت سال پیش، ساختمانی جز ساختمانی که مرحوم امین‌الدوله برای خود احداث کرده بود دیده نمی‌شد و خود امین‌الدوله نیز از این ساختمان در سفرنامه حج خود یاد کرده است. بعد از مرگ مرحوم امین‌الدوله، الهیه با سایر املاک بیکران او به فرزند سست عنصرش، محسن خان امین‌الدوله دوم رسید و او به سرپرستی زوجه برکار، مدیر و دانای خود، خانم فخرالدوله (دخت مظفرالدین شاه) این املاک را اداره کرد. خانم فخرالدوله، با تأسیس دامداری جدید در الهیه، بر آن شد که یشم اعلاى مریئوس به بازار نساجی ایران عرضه کند و برای این منظور، تعداد زیادی گوسفند مریئوس از استرالیا، به ایران وارد کرد و در الهیه به پرورش آنها پرداخت. متأسفانه، گسترش سرطانی تهران، الهیه را در کام خود فرو برد و در سال ۱۳۳۴ که خانم فخرالدوله بدرد حیات گفت و مسأله اصلاحات ارضی نیز به دست فرزند او، یعنی دکتر علی امینی با گرفت، وراثت مرحوم فخرالدوله این منطقه بسیار زیبا و سردرخت تجریش را تکه تکه کردند و فروختند. پس از آن، واحدهای مسکونی مدرن، مثل قارج در این منطقه جوانه زد که تعداد آن «لا تعد و لا تحصى» است. حال که به اجمال الهیه را یازدید کردیم، دوباره از راه آمده بازمی‌گردیم و خود را به بل رومی می‌رسانیم تا بتوانیم در بیاده‌روی غربی خیابان دکتر شریعتی قرار بگیریم. البته، خوانندگان عزیز به ما اجازه می‌دهند که بیش از ورود به این

بیاده‌رو، دیداری از سفارتخانه بلایی و بسیار بزرگ آلمان در شمال سفارت ترکیه بکنیم. این سفارتخانه که از سالها پیش در این نقطه تأسیس شده، بنا بر قول «بلوشر» سفیر شصت و چندسال قبل آلمان در ایران، آن برای بیلاقی تابستانی سفرای آلمان نقطه خوش آب و هوایی در تهران است. در زمان حکومت نازیها، بنا بر قولی، این سفارت مرکز فعالیت سیاسی نازیها شده بود و پس از جنگ جهانی دوم و تقسیم آلمان، به آلمان شرقی و غربی، این محل به سفارت آلمان غربی اختصاص یافت و پس از الحاق و اتحاد آلمان، اکنون متعلق به سفارت آلمان واحد است. چون از سفارت آلمان به دراییم و بخواهیم خود را به خیابان دکتر شریعتی برسانیم، نخستین ناعی که به آن برخورد می‌کنیم، باغی است که در نسیس شمال شرقی خیابان بل رومی قرار دارد. به طوری که دیوار جنوبی این باغ، در شمال این خیابان (خیابان بل رومی) است. این باغ از آن سردار بهادر بختیاری، فرزند سردار اسعد معروف است که بعدها لقب پندر خود، سردار اسعد را گرفت و برای مشروطیت جنگها کرد و در دوره پهلوی اول و زیر جنگ شد و به آخر نیز به امر پهلوی اول به زندان افتاد و در زندان جان سپرد. سردار بهادر، در آخر عمر «ملک خانم» دختر تحصیل کرده «حاجی حسین آقای ملک» را به زنی گرفت و می‌گویند که بعد از مرگ او، این باغ به ملکیت «ملک خانم» درآمد. ولی در برابر این قول، قول دیگری است که می‌گویند. بعد از مرگ سردار بهادر، این باغ از آن ورثه دیگر سردار بهادر، به غیر از سلک خانم شد. به هر حال، امروزه در آن ساختمان نوی شده که یادآور گذشته نیست، اما سابقه تاریخی این باغ، آن است که قبلاً تعلق به وکیل‌الملک دیا داشت و خیلی بزرگ بود. سردار بهادر و حاج حسین آقای ملک، آن را از وکیل‌الملک خریدند و بین خود قسمت کردند. قسمت جنوبی از آن سردار بهادر شد و قسمت شمالی از آن حاج آقا حسین ملک. از زمان ملکیت وکیل‌الملک آن ساختمان وجود نداشت و شاید این

## گردهمایی سراسری رؤسای هیئتهای کوهنوردی بانوان کشور

گزارش از: انجمن کوهنوردی بانوان

به موجب گزارش انجمن کوهنوردی بانوان کشور، از تاریخ ۳/۱ لغایت ۳/۳/۷۸ گردهمایی رؤسای هیئتهای کوهنوردی بانوان کشور با مشارکت هیئت کوهنوردی بانوان استانهای مازندران، گلستان، گیلان، سمنان، زنجان، خراسان، قزوین، همدان، اصفهان، کردستان، هرمزگان، فارس، کهگیلویه و بویراحمد، آذربایجان شرقی، مرکزی، قم، لرستان، سیستان و بلوچستان، چهارمحال بختیاری و خوزستان در محل رودبارک کلاردشت برگزار شد. در این گردهمایی، پس از بررسیهای لازم بحث و تبادل نظر، تصمیمات ذیل به اتفاق آراء اتخاذ گردید:

۱. برگزاری صعود سراسری از سوی هیئتهای کوهنوردی بانوان در سطح استانها.
۲. تهیه دستورالعملی برای چگونگی تشکیل گردهمایی کوهنوردی بانوان در سطح کشور.
۳. تشکیل چهار کمیسیون در خصوص برگزاری کلاسهای آموزشی در مقاطع مختلف.
۴. تهیه و تدوین گزارشهای مربوط به برنامههای صعود به قله و گردآوری آرنشيو اطلاعات در استانها.
۵. برگزاری کلاسهای کارآموزی درجه ۳ کوهپیمایی در استانها.
۶. ارزیابی عملکرد سال ۱۳۷۷ هیئتهای کوهنوردی بانوان.
۷. بررسی و ایجاد هماهنگی در امور اجرایی و طرحها و برنامههای سال ۱۳۷۸ ضمناً، رئیس فدراسیون کوهنوردی با هیئت همراه، بنا به دعوت این انجمن در جلسه حضور داشتند، درخصوص چگونگی و ساختار تشکیلاتی هیئتهای کوهنوردی و میزان همکاریهای لازم فیما بین فدراسیون و انجمن از سوی مسئولین کمیتهها، مطالبی اظهار نموده و سپس به سئوالات رؤسای هیئتهای کوهنوردی پاسخ دادند. این گردهمایی در پایان روز ۳/۳ خاتمه یافت. Δ

### نمودار ورزشی هیئتهای کوهنوردی بانوان کشور

| نام استان           | نام مسئول هیئت   | تعداد مربیان درجه ۳ | تعداد کارآموزان مربیگری | تعداد کلاسهای آموزشی | برگزاری صعودها | برگزاری کوهپیمایی | تعداد گروههای کوهنوردی | تعداد شرکت در صعودهای سراسری | تعداد شرکت در مسابقات قهرمانی |
|---------------------|------------------|---------------------|-------------------------|----------------------|----------------|-------------------|------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| اصفهان              | امینی            | ۳                   | ۴                       | —                    | ۵              | ۲۰                | ۱                      | —                            | —                             |
| آ شرقی              | زارع             | —                   | —                       | —                    | —              | ۱۰                | —                      | —                            | —                             |
| ایلام               | صادقی نژاد       | —                   | —                       | —                    | —              | —                 | —                      | —                            | ۳                             |
| تهران               | —                | ۲۶                  | ۳۰                      | ۲۳                   | ۱۵             | ۳۰                | ۳                      | ۴                            | —                             |
| چهارمحال و بختیاری  | هادی مقدم        | —                   | —                       | —                    | —              | ۹                 | ۱                      | —                            | —                             |
| خوزستان             | احمدی فر         | —                   | —                       | —                    | —              | ۸                 | —                      | —                            | —                             |
| سیستان و بلوچستان   | قویدل            | ۳                   | ۱۰                      | ۱                    | ۵              | ۱۰                | ۱                      | ۲                            | —                             |
| فارس                | مکتبی فر         | ۳                   | ۵                       | —                    | ۴              | ۱۰                | ۱                      | ۱                            | —                             |
| کردستان             | مرادیان          | ۱                   | ۱۰                      | ۱                    | ۱              | ۲۳                | ۱                      | ۴                            | —                             |
| کرمانشاه            | شهبازی           | ۱                   | ۹                       | ۱                    | —              | ۱۷                | ۲                      | —                            | —                             |
| کهگیلویه و بویراحمد | کاظمی            | —                   | ۱                       | —                    | ۲              | ۵                 | —                      | —                            | —                             |
| کرمان               | صفرزاده          | ۱                   | ۲۰                      | ۲                    | —              | ۱۰                | —                      | ۲                            | —                             |
| مازندران            | مولایی           | ۱                   | ۲۱                      | ۳                    | ۷              | ۱۸                | —                      | ۳                            | —                             |
| زنجان               | مقدم             | ۲                   | ۲                       | —                    | ۵              | ۲۳                | —                      | ۱                            | —                             |
| یزد                 | سعیدی            | ۱                   | ۲                       | —                    | ۴              | ۱۵                | —                      | —                            | —                             |
| هرمزگان             | مشتازن           | —                   | ۴                       | —                    | ۳              | ۵                 | —                      | —                            | —                             |
| همدان               | کاظمی            | ۱                   | ۲                       | —                    | —              | ۱۰                | —                      | ۲                            | —                             |
| مرکزی               | عبدی             | —                   | ۱۹                      | ۲                    | —              | ۲۸                | —                      | ۲                            | —                             |
| قزوین               | کربلانی قایی     | —                   | ۲                       | —                    | —              | ۲۹                | —                      | —                            | —                             |
| قم                  | عاملی            | —                   | —                       | —                    | —              | ۸                 | —                      | —                            | —                             |
| سمنان               | رضوی             | —                   | —                       | —                    | —              | ۱۹                | —                      | ۳                            | —                             |
| خراسان              | خزائی            | ۲                   | ۱۵                      | —                    | ۲              | ۲۶                | ۱                      | ۴                            | —                             |
| گیلان               | انساندوست        | ۱                   | ۲۳                      | ۱                    | —              | ۳۰                | —                      | ۲                            | —                             |
| لرستان              | —                | —                   | —                       | —                    | —              | —                 | —                      | —                            | ۱                             |
| آ. غربی             | مسئول هیئت ندارد | —                   | —                       | —                    | —              | —                 | —                      | —                            | ۸                             |
| گلستان              | مسئول هیئت ندارد | —                   | —                       | —                    | —              | —                 | —                      | —                            | ۸                             |

### صعود دماوند



هیئت کوهنوردی بانوان شمال شرق تهران که طی چندسال اخیر فعالیتهای کوهنوردی خود را شروع نموده است در مردادماه سال جاری موفق گردیدند به مناسبت

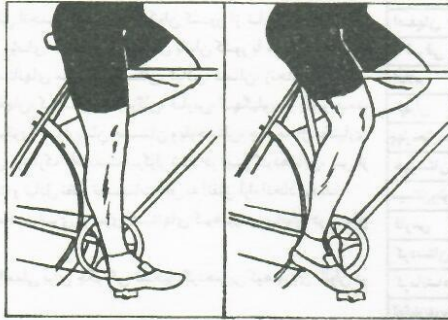
یکصدمین سالگرد تولد حضرت امام خمینی (ره) در شرایط بدجوی از طریق مسیر جنوبی به قله دماوند صعود نموده بر بالای بام ایران سجده شکر به جای آوردند. از ویژگیهای این صعود، ستین بالای اکثر افراد تیم (حدود ۵۰ سال) می باشد.



# دوچرخه‌های کوهستان

امیرحسین صالحی جم

## قسمت ششم



در شماره‌های قبیل مجله کوه، با نحوه انتخاب و انواع دوچرخه‌های کوهستان و اهمیت تغذیه در دوچرخه‌سواری آشنا شدیم. از این شماره به بعد، مسایل فنی را مورد بررسی قرار خواهیم داد.

## سوار شدن

به‌طور مسلم، اولین قدم بعد از شناخت دوچرخه و یارهای مسایل مربوط به آن، نحوه سوار شدن بر دوچرخه است که در درجه بعدی اهمیت قرار دارد. جلوگیری نشستن شما بر روی زین، حالت دستها، زاویه باها و تنظیم کلی دوچرخه با بازده نیرویی که به کار می‌برید و میزان خستگی شما، نسبت کاملاً مستقیم دارد پس این مبحث را می‌توان یکی از کلیدی‌ترین مباحث دانست. برای یادآوری مجدد، توجه شما را به صفحه ۷۹ کوه شماره ۱۲ جلب می‌کنم که ارتباط قد با دوچرخه را برای بار دوم متذکر شده باشم.

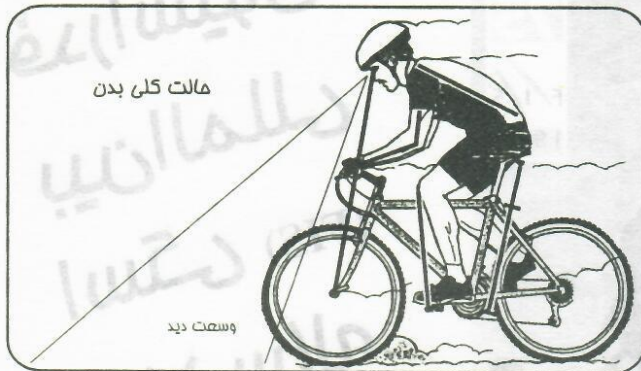
جرخ بیشتر کند و همچنین زانوهایتان را نسبت به یا در حالت مطلوبتری قرار دهد. فقط باید دقت داشته باشید که این جلو و عقب نمودن زین، نباید بیش از دو الی سه سانتیمتر باشد. اندازه میله افقی تنه دوچرخه در شکل‌دهی حالت کلی بدن بسیار حائز اهمیت است و به‌طور کلی باید بگوییم که هرچه تنه دوچرخه جمع‌تر باشد، میزان تسلط بیشتر و جرخ بهتر است.

**درس سوم - دستها؛** برخلاف تصور عامه مردم، دوچرخه سواری در کوهستان، فشار بسیار شدیدی بر دستها و کتفها وارد می‌آورد که اگر بالاتنه حالت صحیح را نداشته باشد، ما را دچار مشکلاتی خواهد کرد. پس باید همواره مراقب حالت دستها باشید. سه عامل در حالت دستهای شما دخالت دارد: ۱. طول گریبی فرمان ۲. فاصله گریبی با تنه ۳. طول فرمان که اندازه تمامی این قطعات، بستگی به طول بازوان و بالاتنه و اندازه شانه دارد که در جدول اندازه‌های اصلی بدن در کوه شماره ۱۲ به صورت مختصر آمده است. اما نکته‌ای که در مورد جرختان می‌توانید رعایت کنید، این است که دو نوع گریبی بر روی چرخها تعبیه می‌گردد. گریبهایی که غیرقابل تنظیم است و به وسیله یک یا چند پیچ بر روی تنه دوچرخه کاملاً ثابت است که این نوع در آده حرفه‌ای محسوب می‌شود و گریبهایی که یک پیچ مرکزی و قابل تنظیم از بالا دارد و غیر حرفه‌ای است که در این انواع، باید دقت کامل داشته باشید تا بیش از حد آن

**درس اول - فاصله میله زین؛** بر روی زین بنشینید و پاشنه پا را بر روی رکاب قرار دهید. در این حالت، باید پای شما کاملاً کشیده باشد و پیرای اطمینان بیشتر، در همین حالت، پنجه را بر روی رکاب قرار دهید زانوی شما باید قدری خم شود. نکته: میله قامه (میله عمودی تنه باشد و آن‌گاه اقدام به اندازه نمودن زین کنید (همانند شکل ۱). بسته به اندازه تنه دوچرخه شما، میله زین بلند یا کوتاه می‌گردد که در این حالت، برخی اعتراض می‌کنند که باهایمان به زمین نمی‌رسد و میله زین بیش از حد بالاست که البته این اعتراض کاملاً بی‌جاست، چرا که زمانی که مایل هستید کف باهایتان به زمین برسد، یا باید از روی زین به پایین بیایید و یا جرخ را به طرفین متمایل نمایید. اندازه کردن میله زین، برای راحتی شما در هنگام توقف نیست، بلکه برای این است که شما بهترین بازدهی را از به حرکت درآوردن باهایتان داشته باشید. چرا باید اندازه زین در این حد باشد؟ برای اینکه اگر بلندتر باشد، باها بیش از اندازه باز می‌گردد که این خود دو اشکال به وجود می‌آورد: ۱. معیوب کردن مفاصل ۲. اتلاف انرژی.

**درس دوم - حرکت افقی زین؛** در دوچرخه‌های پیشرفته، زین به صورت کشویی است و به‌طور افقی بر روی میله زین قابل حرکت است که شما می‌توانید برای نزدیکتر و یا دورتر شدن به فرمان، زین را جلو و عقب ببرید. این عمل می‌تواند تسلط شما را بر



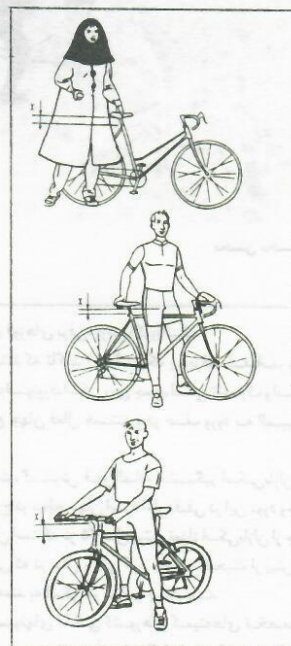


را از لوله عمودی بیسنای دوجرخه بالا نکشید وگرنه می تواند فوق العاده خطرناک باشد. اگر تمامی عوامل مذکور را هم به طور کاملاً دقیق رعایت کنید، باز هم باید مراقب سانه های خود باشید و هیچ گاه سر و گردن را در میان دو کتف خود قرار ندهید!!! حالت درست قرار گرفتن اعضا به این صورت است که باید کتفها افتاده و سر و گردن بالا و دستها کمی باز و آرنجها به طرف بیرون و مسج در امتداد دستها و نباید خم باشد. رعایت نکات بالا بدین جهت توصیه می شود که: ۱. تسلط بیشتری بر جرخ داشته باشید. ۲. در مسافتهای طولانی کمتر خسته شوید. ۳. در سراسیمه های تند به کمک دستها بتوانید بهتر سینهها را بگیرد. ۴. راحت تر تنفس کنید.

بیشتری از ورزش کردن داشته باشید و فراموش نکنید که دوجرخه سواری برای لذت بردن است نه شکنجه شدن!!!!

ادامه دارد...

**درس آخر:** به طور کلی، در هیچ شرایطی نباید بر روی دوجرخه احساس ناراحتی کنید، مخصوصاً قسمت بالائنه شما باید کاملاً راحت و بدون هیچ گونه احساس فشاری باشد تا بتوانید بهتر بر جرخ تسلط داشته باشید و در پایان روز، احساس لذت



**درس چهارم - کمر:** در سینه های گوناگون، حالت کمر شما نیز بسته به چگونگی وضع زمین تغیر خواهد کرد، ولی در حالت عادی و در جاده های صاف، باید کمی قوس داشته باشد (همانند شکل ۲).  
**درس پنجم - حالت سر:** همواره سر و گردن و مخصوصاً نگاه خود را به سوی جلو تمرکز دهید. فاصله خیلی دور را نگاه کنید و نه جلوی جرخ را، یک دید حدوداً ۱۰ متری، دید مناسبی برای شماسات.

## آذرکوه

نامی مطمئن و درفشان در تولید و عرضه بهترین وسایل و ابزار کوهنوردی در ایران



## آذرکوه

برای صعود به ارتفاعات پامیر با نمایندگی آلپ نورهز تاجیکستان در ایران (آذرکوه) تماس حاصل فرمایید.

آدرس: تبریز، خیابان بهشتی، پلاک ۷۰  
تلفن: ۶۱۰۸۷-۰۴۱  
دورنویس: ۶۲۱۳۷-۰۴۱  
مسعود آقابالایی

## کارابین دنا

تأیید شده توسط مرکز تحقیقات مهندسی اصفهان قابل رقابت با مشابه های خارجی و با ۳ سال ضمانت و قیمتی نازل. از این پس با کارابین دنا (با مقاومت ۲۸۰۰) استوار و پیروز بفرز قلل و صخره ها بایستیم دستاوردی جدید در صنعت نوین ایران



تلفن: ۲۶۳۹۰-۰۳۲۷۳  
نمابر: ۴۱۱۶۶۳-۰۳۱  
آدرس: اصفهان - کارخانه صنعتی تحقیقاتی مهر



# فدراسیون بین‌المللی اسکی (FIS) ۷۵ ساله می‌شود

محسن محسنین

● سبک آزاد: اسکی روی قوزهای برفی، پرش آکروباتیک (۱) اینها رشته‌هایی هستند که تاکنون در المپیک پذیرفته شده‌اند، ولی رشته‌های بسیار دیگری مانند: اسنوبورد، اسکی روی چمن، اسکی تله‌مارک و اسکی حدنصاب سرعت نیز در سطح جهان فعال هستند و در صف ورود به المپیک زمستانی قرار دارند.

لیکن از همه اینها مهمتر، گسترش فوق‌العاده چشمگیر اسکی‌بازان، و علاقه‌مندان به این ورزش مفرح در سطح جهان است. آمار دقیقی در این مورد وجود ندارد، ولی تخمینها حاکی از آن است که در ۷۵ سال پیش، تعداد اسکی‌بازان از چند صد نفر تجاوز نمی‌کرد، در حالی که در سال پایانی قرن بیستم، صحبت از بیش از ۱۰۰ میلیون اسکی‌باز و علاقه‌مند به اسکی در سراسر جهان است.

تلاشهای هماهنگ فدراسیونهای اسکی کشورها و کمیته‌های تخصصی «فیس» در اجرای رسالتی که برعهده دارند، تأثیر فوق‌العاده‌ای در گسترش این ورزش داشته است. در شامونی، هیچ‌کس به مخیله‌اش خطور نمی‌کرد که در پایان قرن، بیش از ۷۰ درصد کشورهای جهان، عضو «فیس» باشند، وی شاید مهمتر از تلاشهایی که «فیس» و فدراسیونهای اسکی کشورها در توسعه ورزش اسکی کرده‌اند، تحول وضعیت اقتصادی و اجتماعی قشرهای متوسط، به ویژه در کشورهای توسعه یافته باشد. رونق عمومی و بلندمدت اقتصادی این کشورها، افزایش ساعات فراغت، افزایش قدرت خرید طبقات متوسط، درک اهمیت ورزش در سلامت جسم و روح، آسان شدن یادگیری، مراکز اسکی مجهز، و سرانجام علاقه به بازی و تفریح، از مهمترین عوامل مؤثر بر توسعه فوق‌العاده این ورزش بوده است. Δ

۷۵ سال پیش در دوم فوریه ۱۹۲۴، در طول اولین بازیهای المپیک زمستانی که در شامونی فرانسه برگزار می‌شد، ۳۶ اسکی‌باز پیشکسوت از ۱۴ کشور، شجاعانه تصمیم گرفتند که «کمیسیون بین‌المللی اسکی» را منحل و «فدراسیون بین‌المللی اسکی» (فیس) را تأسیس کنند.

۷۵ سال پیش، تنها ۱۴ کشور عضو فیس بودند. امسال «فیس» ۱۰۰ کشور را در عضویت دارد، افزایشی که توسعه جهانی و چشمگیر ورزش اسکی را به خوبی نشان می‌دهد.

برطبق اساننامه سال ۱۹۲۴، «فیس» حق داشت یک مسابقه در سال برگزار کند، ولی امروزه تعداد مسابقات بین‌المللی اسکی در سال، به بیش از ۳۰۰۰ می‌رسد. در اولین کنگره فیس، در شامونی، ۳۶ نماینده از کشورهای مختلف شرکت داشتند و در آخرین کنگره «فیس» تعداد این نمایندگان به بیش از ۱۰۰۰ نفر می‌رسد. در ۱۹۲۴، هیچ یکی از رشته‌های اسکی در المپیک زمستانی حق شرکت نداشتند، اما در آخرین المپیک زمستانی (ناگانو، ۱۹۹۸) رشته‌ای عدد شرکت‌کننده عبارت بودند از:

- المپین: ماریچ کوچک، ماریچ بزرگ، ماریچ سرعت، سرعت و ترکیبی ماریچ کوچک و سرعت
- صخرانوردی: ۵، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۳۰، ۵۰ کیلومتر و امدادی ۴×۱۰ کیلومتر
- پرش با اسکی: پرش کوتاه (با ارتفاع استاندارد ۷۰ متر)، پرش بلند (با ارتفاع استاندارد ۹۰ متر) و پرواز با اسکی (با ارتفاع استاندارد ۱۲۰ متر).
- ترکیبی نوردیک: یک مسابقه استقامت ۱۵ کیلومتر و یک پرش از سکوی ۷۰ متر در کمتر از ۲۴ ساعت

## سومین دوره مسابقات بین‌المللی اسکی روی چمن

گزارش از: محسن محسین

منطقه اسکی دیزین، برای سومین سال میزبان مسابقات اسکی روی چمن بود. سال گذشته، این مسابقات به دلیل غیبت تعدادی از اسکی‌بازان کنسورهای خارجی برگزار نشد، ولی امسال، سه تیم خارجی در این مسابقات حضور داشتند. زاین برای دومین بار، اتریش برای سومین بار و جمهوری چک برای اولین بار، تیمهای خود را اعزام کرده بودند.

در میان این تیمها، تیم چک فوق‌العاده قوی بود. نفر اول این تیم، میشل ماکات ۲۶ ساله بود که در آخرین لیست رده‌بندی اسکی‌بازان روی چمن در سال ۹۹ با ۱۲/۹۰ امتیاز فیس، حائز رتبه چهارم در ماریج بزرگ و با ۳/۵۲ امتیاز، حائز رتبه ششم جهان در ماریج کوچک بود. نفر دوم تیم جمهوری چک، یان نمک ۲۳ ساله بود که با ۹/۴۱ امتیاز فیس در بین ۲۰ نفر اول جهان در ماریج بزرگ و با ۳/۴۱ امتیاز در ماریج کوچک، رتبه سوم جهان قرار داشت. نفر سوم و چهارم جمهوری چک هم در هر دو رشته ماریج کوچک و ماریج بزرگ، بین ۳۰ نفر اول جهان رتبه بندی شده بودند و این برای نخستین بار در تاریخ ۶۰ ساله اسکی ایران بود که چنین اسکی‌بازان برقدرتی در مسابقات برگزار شده در ایران شرکت می‌کردند. اتریشها با یک تیم چهار نفره نسبتاً قوی و بسیار جوان به ایران آمده بودند. سه نفر از اعضای تیم ۱۶ ساله بودند و نفر چهارم، یورف زورزی که قویترین ورزشکار تیم اتریش محسوب می‌شد، با ۲۹/۴۷ امتیاز فیس دارای رتبه سی و چهارم جهان در ماریج کوچک بود. بقیه اسکی‌بازان اتریشی نیز در دوره‌های ۵۰ تا جهان قرار داشتند.

تیم زاین متشکل از ۳ اسکی‌باز بود که امتیازی برای آنان در فهرست امتیازات فیس ثبت نشده بود. این تیم به سرپرستی نماینده فنی فدراسیون جهانی به دیزین آمده بود.

تیم اسکی ایران، متشکل از سیدجواد صید با ۳۸/۱۰ امتیاز فیس، علی‌داد ساده‌شمشکی با ۳۹/۵۲ امتیاز، محمود غلامی با ۶۳/۸۸ امتیاز، رحمت‌الله مقیدبا ۸۲ امتیاز و سیدرضا صید با ۸۷ امتیاز در ماریج بزرگ بود. (ذکر این نکته ضروری است که هر چه قدر امتیاز کمتر باشد، رده اسکی‌باز بهتر است، زیرا این امتیازها که باید به آن امتیاز منفی گفت، در واقع فاصله زمانی اسکی‌باز را از نفر اول جهان نشان می‌دهد.) ۱۲ نفر بقیه شرکت‌کنندگان ایرانی، فاقد امتیاز فیس بودند و هدف از شرکت دادن آنان در این مسابقه، بیشتر کسب تجربه در یک مسابقه بین‌المللی بود.

تیمهای خارجی، به تدریج از روز یکشنبه دهم مرداد وارد ایران شدند و روز چهارشنبه به تمرین روی بیست مسابقه پرداختند.

برخلاف روال معمول، اجرای مسابقات این دوره، به دلیل بختن مستقیم تلویزیونی، به بعدازظهر موکول شده بود و صبح پنجشنبه (۱۴ مرداد) اختصاص به قرعه‌کشی شرکت‌کنندگان داشت. بعدازظهر همان روز، مسابقات با اجرای مراسمی افتتاح شد. در این مراسم، رییس کمیته چمن فدراسیون بین‌المللی اسکی، رسماً اعلام کرد که «فیس» با اجرای مسابقه جام جهانی سال ۲۰۰۰ در دیزین موافقت کرده است. با اعلام این خبر، شور و هیجان فوق‌العاده‌ای میان حضار پدید آمد و سراسر میدان پر از غریو شادی شد، زیرا برگزاری مسابقه جهانی، به معنای شرکت حداقل ۳۰ اسکی‌باز رده اول جهان در دیزین است و این نه تنها بدین مناسبت که یکی از مهمترین مسابقات بین‌المللی در ایران برگزار خواهد شد، بلکه نشان می‌دهد که برگزارکنندگان مسابقات قبلی، توانایی و تخصص لازم برای اجرای چنین مسابقه‌ای را دارا هستند.

بلافاصله پس از اتمام مراسم افتتاحیه، اسکی‌بازان به محل مسابقه رفتند و اولین بیست بازکن ماریج بزرگ، کار خود را آغاز کرد. ۲۰ دروازه ماریج بزرگ را سیدنظام صید با همکاری مدیر فنی مسابقه، قربانعلی کلهر، طراحی کرده بود. دو دور مسابقه، مطابق برنامه به خوبی انجام شد و از ۲۸ شرکت‌کننده، بجز ۵ نفر، بقیه به درستی از خط پایان عبور کردند، شگفت‌آور نبود که ۴ اسکی‌باز چک، مقامهای اول تا چهارم را به خود اختصاص دهند. مقام پنجم، از آن اسکی‌باز اتریشی شد و سیدجواد صید و سیدرضا صید در مقامهای ششم و هفتم قرار گرفتند و بهترین اسکی‌باز زاین رتبه سیزدهم را به دست آورد.

شبکه سوم تلویزیون، با تجهیزات کامل و دوربینهای متعدد، مسابقات را در هر دو روز برگزاری، به طور مستقیم پخش کرد. کیفیت پخش بسیار عالی بود و با جایگاههای مناسبی که برای دوربینها انتخاب شده بود، اسکی‌بازان در تمامی طول مسیر به روی صحنه تلویزیون به وضوح دیده می‌شدند و حتی با نشان دادن دوباره تصویر آهسته، امکان تجزیه و تحلیل حرکات و موقعیتها به خوبی فراهم می‌شد.

روز دوم (جمعه ۱۵ مرداد) مسابقات ماریج کوچک در ساعت ۳:۳۰ بعدازظهر با حضور تعداد بسیار زیادی تماشاچی آغاز شد. طراح مسابقه، مرئی چک، ۳۰ دروازه کاشته بود. دروازه ۲۴ طوری کاشته شده بود که اگر اسکی‌باز در موقع شناسایی مسیر به آن دقت نمی‌کرد و به شگرد آن بی‌نمی‌پرد، نمی‌توانست به سلامت از آن عبور کند. به همین سبب در دور اول، تعداد بسیاری از شرکت‌کنندگان، از جمله اسکی‌باز چک که در روز اول مقام نخست را به دست آورده بود، در دام این دروازه افتادند و از دور مسابقه خارج شدند.

دور دوم با طراحی جدید و بدون تله، با شرکت ۹ نفر باقیمانده از دور اول آغاز شد که ۸ نفر از این افراد به سلامت به خط پایان رسیدند.

مقامهای اول و دوم ماریج کوچک به اسکی‌بازان چک، مقامهای سوم و چهارم به اسکی‌بازان اتریشی و مقامهای پنجم تا ششم به ورزشکاران ایران اختصاص یافت. بهترین اسکی‌باز ایرانی در ماریج کوچک، محمود غلامی بود که در رتبه پنجم قرار گرفت.

بلافاصله پس از پایان مسابقات و اعلام نتایج رسمی که از طریق رسانه محاسبه می‌شد، مراسم توزیع جوایز انفرادی و گروهی در حضور بیش از ۱۵۰۰ تماشاچی برگزار شد. در رده‌بندی تیمی، جمهوری چک اول، اتریش دوم و ایران با فاصله کمی از اتریش سوم و زاین چهارم شد.

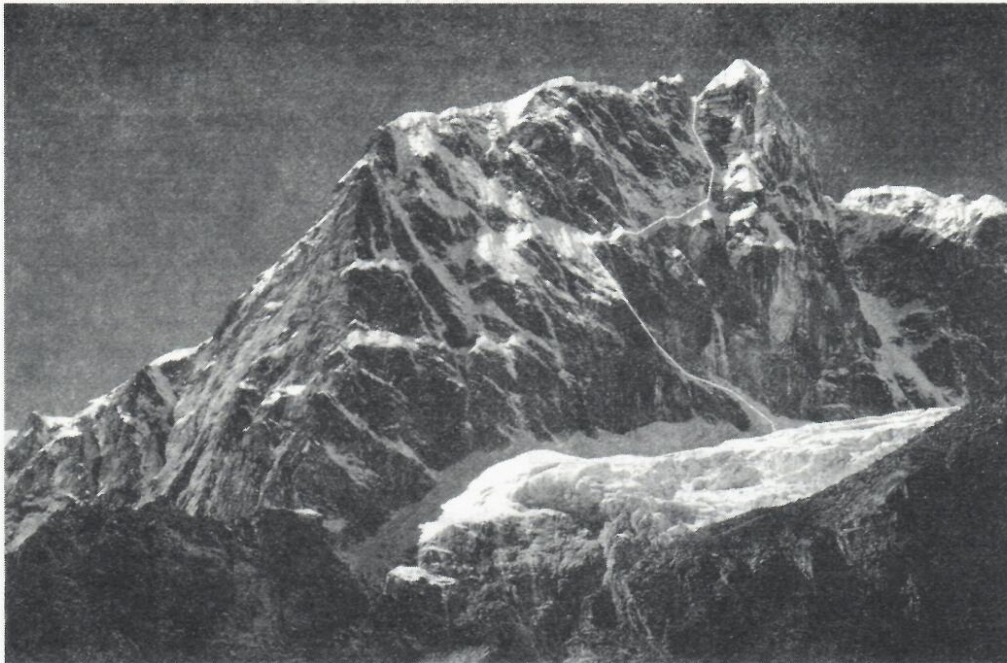
نتایج به دست آمده از سوی ۷ نفر اول مسابقات ماریج بزرگ و ماریج کوچک به قرار زیر است:

### ماریج کوچک

| رتبه | نام و نام خانوادگی         | کشور  | زمان (ثانیه) |
|------|----------------------------|-------|--------------|
| ۱    | میشل ماکات                 | چک    | ۵۱/۳۲        |
| ۲    | ایری روس‌ورم               | چک    | ۵۱/۷۰        |
| ۳    | مارتین ورنرباوتنر          | اتریش | ۵۳/۱۰        |
| ۴    | میشل اشتوگر                | اتریش | ۵۳/۶۹        |
| ۵    | محمود غلامی                | ایران | ۵۵/۲۲        |
| ۶    | سیدشعبان صید               | ایران | ۵۹/۹۰        |
| ۷    | حسین کلهر (فرزند قربانعلی) | ایران | ۶۴/۱۴        |

### ماریج بزرگ

| رتبه | نام و نام خانوادگی | کشور  | زمان (ثانیه) |
|------|--------------------|-------|--------------|
| ۱    | دانیل مرنا         | چک    | ۴۹/۰۹        |
| ۲    | ایری روس‌ورم       | چک    | ۴۹/۹۹        |
| ۳    | یان نمک            | چک    | ۵۰/۰۳        |
| ۴    | میشل ماکات         | چک    | ۵۰/۹۴        |
| ۵    | مارتین ورنرباوتنر  | اتریش | ۵۱/۱۰        |
| ۶    | سیدجواد صید        | ایران | ۵۲/۵۳        |
| ۷    | سیدرضا صید         | ایران | ۵۲/۹۰        |



استخراج و تهیه وارطان زاکاریان

## صعودها و فعالیتهای انجام شده در منطقه هیمالیا

قسمت دوم

لوتسه ۸۵۱۶ متر

مسیر صعود به قله لوبوشه شرقی (شرق لوبوشه) به ارتفاع ۶۱۱۹ متر در منطقه خومبو این مسیر برای اولین بار به وسیله کارلوس کارسولیو چهارمین کوهنورد برجسته جهان - توماس هومار و جانینس جکلینگ فنی ترین کوهنورد سال ۱۹۷۷ از تاریخ ۲۹ سپتامبر تا اول اکتبر ۱۹۹۷ صعود شد. پس از این صعود جانینس جکلینگ و توماس هومار اقدام به صعود به قله نوپتسه کردند که در این صعود جکلینگ پس از فتح قله در اثر ورزش باد ناپدید شد.

خطالرأس مدورگونه مقابل دوربین از سمت شرق کشیده شد و سمت قله ادامه دارد در سال ۱۹۸۴ به وسیله تادیبیلر و کاترین فری صعود شد نوع سنگ اغلب از گرانیت بوده و درجه سختی مسیر ۵.۸ ارزیابی شد.

این دو کوهنورد، آنها در گزارش خود صادقانه اعلام کردند که نظر به اینکه هنگام صعود باد شدیدی در نزدیکی قله می‌وزید، لذا آنها به دلیل ترس از برتاب شدن به دره‌های اطراف، یازده متر مانده به قله، از صعود و فتح آن صرفنظر کرده‌اند (نظیر اتفاقی که برای یانس جکلینگ در قله نوپتسه رخ داد) ولی چند روز بعد در ۱۸ اکتبر، کوهنورد ۳۵ ساله و برکار کراهی به نام بارک یونگ سوگ توانست قله لوتسه را در شرایط آب و هوایی بهتر صعود و فتح کند. او ضمن

مربک از دو کوهنورد معروف اسپانیایی به نامهای سرخو مارتینی ۴۸ ساله و فاستو دی استفانی، صعود به قله لوتسه را در حالی آغاز کردند که هر یک از آنها، دوازده قله اصلی بیش از ۸۰۰۰ متر را طی یازده سال فعالیت کوهنوردی فتح کرده بودند و اگر سرخو مارتینی می‌توانست قله لوتسه و اورست و فاستو دی استفانی نیز می‌توانست قله لوتسه و کان جن جونگا را فتح کند، هر دو موفق می‌شدند عناوین ششمین و هفتمین کوهنورد برجسته جهان را که چهارده قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کرده‌اند به دست آورند. لذا این دو کوهنورد در دوره بعد از مونسون و در تاریخ ۱۵ اکتبر ۱۹۹۷ در ترکیب گروه چهارم صعود کننده به قله لوتسه اعلام کردند که موفق شده‌اند این قله را صعود و فتح کنند، ولی با توجه به شخصیت ورزشکارانه و خصلت راستگویی

چهار گروه برای صعود به قله لوتسه (۸۵۱۶ متر) مجوز دریافت کردند و برای فتح آن، مسیر استاندارد جبهه غربی را در نظر گرفتند. گروه اول، کوهنوردان اسپانیایی بودند، ولی نتوانستند بیش از ۷۸۰۰ متر صعود کنند، لذا عملیات خود را متوقف و مراجعت کردند.

دو گروه از کوهنوردان زانی و کراهی صعود به قله را با موفقیت انجام دادند و قله لوتسه ۸۵۱۶ متری را فتح کردند ولی گروه چهارم، ضمن صعود به قله و تقریباً اعلام پایان صعود، در گزارش کار خود مواجه با مشکلاتی شد و همین مسئله باعث گردید که این صعود در محافل هیمالیانوردی بحث‌انگیز شود. ماجرا چنین گزارش شده است که گروه چهارم،

۵۰ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم

گزارش صعود خود اعلام کرد که مسیر کوهنوردان ایتالیایی (دی استفانو و مارتینی) هنوز باوجا بوده است و چنین استنباط می‌شود که آنها حدود ۱۵۰ متر پایین‌تر از قله مجبور به مراجعت شده‌اند. لذا اگر هیئت نظارت، صعود دی استفانو را تصویب کند، مقام ششمین کوهنورد برجسته را به دست خواهد آورد. در غیر این صورت، او مجبور است قله لوتسه را بار دیگر صعود کند تا بتواند این عنوان را کسب کند. قابل ذکر است که بارک یونگ سوگ با فتح قله لوتسه، پنجمین قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر را نیز در لیست صعودهای اصلی خود قرار داد. ضمناً او این پنج قله را در پنج ماه صعود کرده است.

### جو اوپو (۸۲۰۱)

در دوره بعد از مونسون و قبل از بارش برف، حدود ۲۲ گروه برای صعود به قله جو اوپو به ارتفاع ۸۲۰۱ متر نامنویسی کرده بودند. این قله، پرطرفدارترین قله در میان کوهنوردان شناخته شده است و کوهنوردان معروف با اشتیاق فراوان برای فتح آن به منطقه روی می‌آورند. در این دوره، دو کوهنورد معروف روسی به نام گابریل و ولادیمیر زیویا (دو برادر هستند) می‌خواستند مسیر لهستانیها در یال غربی را به سبک صعودهای آلمی صعود کنند، ولی در پایان به سبب ایجاد شرایط نامساعد جوی، مجبور شدند مسیر استاندارد را تا یال شمال غربی که برای اولین بار به وسیله یاسانک داوا لاما و دو کوهنورد اطریشی به نام سامی سب چوسلر و هربرت تیچی در سال ۱۹۵۴ صعود شده بود طی کنند.

از مجموع ۷۵ کوهنورد که از تاریخ ۱۹ سپتامبر تا ۶ نوامبر قله را فتح کردند، کوهنوردانی که به وسیله شرکت‌های تجاری ویژه صعودهای بلند، سازماندهی و هدایت می‌شدند، تقریباً بیشترین آمار را داشتند. اولین گروه صعودکننده، تیم پنج نفره از کوهنوردان کره‌ای با رهبری و هدایت بارک یونگ سوگ کوهنورد معروف کره‌ای بود. بارک یونگ سوگ داهولاگیری را فتح کرد، سپس در تابستان همان سال، دو قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر در پاکستان و بعد از آن قله جو اوپو را فتح کرد. او بعد از جو اوپو توانست با موفقیت قله لوتسه را نیز فتح کند و بدین ترتیب، او پنج قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را در سن ماه صعود کرد. یادآوری می‌شود که در سال ۱۹۹۵ کارلوس کارسولیو، چهارمین کوهنورد برجسته جهان توانست در یک سال تقویمی، فقط چهار قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کند، ولی بارک یونگ سوگ

فعالتر از او بود که از نظر فعالیت‌های هیمالیانوردی بسیار با اهمیت است.

گروه صعودکننده دیگر، تیم مسترک کوهنوردان سنگاپور و مالزی بود که به تازگی وارد رقابت‌های صعودهای بزرگ شده است. سه نفر از اعضای این گروه در ماه سپتامبر توانستند قله را فتح کنند. در این دوره، کوهنوردی از ترکیه به نام آهنسوه ماهروکی (ماه‌رخ‌چی) همراه با ۲۵ کوهنورد از کشورهای دیگر، قله جو اوپو را فتح کرد. روز ۱۳ اکتبر، نوبت صعود به اریک اسکوفیر کوهنورد معروف فرانسوی رسید. اریک اسکوفیر یکی از خیره‌ترین کوهنوردان فرانسوی در دهه هشتاد بوده است. او توانست چهار قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر، یعنی شش یا نهم، کی ۲، گاشر بروم یک و دو را بین سال‌های ۱۹۸۵ تا ۱۹۸۷ صعود کند. ولی در اواخر سال ۱۹۸۷ در اثر تصادف شدید انومبیل و سال بعد نیز در اثر سقوط با باران‌های شدیداً صدمه دید و در نتیجه صدمات ناشی از این حوادث، برای مدتی تقریباً نیمه فلج شد و پس از معالجات طولانی، متأسفانه قسمتی از سمت چپ بدن او برای همیشه فلج گردید، ولی با تمام این اوصاف، او با اراده قوی خود تصمیم گرفت تمرینات برنامه‌ریزی شده‌ای را اجرا کند تا بتواند قبل از سال ۲۰۰۰ تمامی ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کند و نام خود را در زمره برجستگان به نیت برساند. با این توصیف، او در سال ۱۹۹۷ همراه با کوهنورد فرانسوی به نام آلن بارت و با کمک کوهنورد نیالی امان سنگ، قله جو اوپو را فتح کرد. آلن بارت در سن ۵۹ سالگی تصمیم دارد ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را در سال‌های متوالی صعود کند. در میان گروه‌های صعودکننده، یک گروه بزرگ از کوهنوردان ایتالیایی، بیشترین جنجال را در منطقه ایجاد کردند. براساس گزارش‌های رسیده، این گروه قله جو اوپو را تقریباً زودتر از جدول زمانبندی شده صعود کرد، در حالی که یکی از اعضای خود را که هنوز در حال صعود به قله بود ترک کرده و عازم کاتماندو شده بود.

کوهنوردان دیگر، این کوهنورد درمانده را که دست‌هایش نیز یخ زده بود پیدا کردند و او را نجات دادند و پس از انتقال به اردوگاه اصلی، با کمک مالی سرپرستان گروه‌های دیگر، او را به وطنش بازگردانیدند. هنوز علت اصلی این برخورد ناهنجار مشخص نشده است. (جزئیات گزارش‌های رهبر گروه با واقعت تطابق ندارد). آخرین گروه صعودکننده در منطقه، گروه اسانیایی و از کوهنوردان معروف به نام برادران مارتینز بود که در تاریخ ۶ نوامبر، یعنی سه

هفته پس از آخرین زمان مقرر عازم جو اوپو شد و قله را فتح کرد.

اعضای گروه عبارت بودند از: خوزه مارتینز، جیسوس مارتینز و الخاندرو روخاس که هر سه از کوهنوردان بسیار ورزیده اسپانیا محسوب می‌شوند. [در مدت زمانی که مشغول جمع‌آوری، انتخاب و ترجمه مقالات مربوط به فعالیت‌های کوهنوردی در منطقه هیمالایا بود، گزارش دیگری به دستم رسید که خبر از پایان فعالیت اریک اسکوفیر می‌داد، لذا لازم دانستم که آن را نیز در پایان بگنجانم؛ مترجم] براساس گزارش مجله کلاسیک شماره ۱۸۸ مورخ ۲ فوریه ۱۹۹۹، اریک اسکوفیر کوهنورد ۳۷ ساله فرانسوی و یکی از فعالترین کوهنوردانی که در سه رشته کوهنوردی، اسکی و پاراگلایدر مهارت و شهرت جهانی داشت در ۲۹ جولای ۱۹۹۸، هنگامی که همراه همسرش باسکال بزیره، مسیر استاندارد قله برودبیک (۸۰۴۷ متر) را برای فتح آن طی می‌کرد ناپدید شد. آنها آخرین بار در ساعت ۱۰:۳۰ صبح دیده شدند ولی یک ساعت بعد، هنگامی که یوتلز لینک به قله برودبیک رسید، هیچ اثری از این دو کوهنورد مشاهده نکرد و چنین استنباط کرد که این دو کوهنورد در اثر وزش باد شدید به دره‌های اطراف قله پرتاب شده‌اند. هوای بسیار نامساعد، یوتلز لینک و همسرش را مجبور کرد تا به کمپ ۳ بزرگ‌کردند. در آنجا زان فرانسوی لاله همگروه اسکوفیر را مشاهده کردند که در اثر بد شدن هوا با آنها همراهی نکرده و در کمپ ۳ باقی مانده بود. روز بعد نیز هوای بسیار نامساعدی همراه با باد شدید بر منطقه حکمفرما بود. لذا آنها تجهیزات و چادر خود را رها کردند و هر سه به اردوگاه اصلی برگشتند. ولی از آن به بعد دیگر از اسکوفیر و بزیره هیچ اثری به



ایتالیایی‌کند ششمین کوهنورد برجسته جهان، اسکول - فرانسوی استفانی ۴۶ ساله اهل کاتماندو

دست نیامد. اسکوفیر از بهترین کوهنوردان و سنگنوردان فرانسه بود. کارهای اسکوفیر در سنگنوردی، به خصوص افتتاح مسیرهای جدید، آن چنان درخشان است که او را بهترین کوهنورد فرانسه می‌شناختند. صعودهای تک نفره او در دو - گراند زوراس و دیگر دیواره‌ها، بی‌نظیر و همیشه مورد ستایش اهل فن بوده است. او سه قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر، یعنی کی ۲، گانسر بروم یک و دورا بدون استفاده از کبسل اکسیژن صعود کرد و در نظر داشت در سال جاری، شیشایانگما را نیز بدون استفاده از اکسیژن صعود کند. اسکوفیر در سال ۱۹۸۷ در سن ۲۶ سالگی، از یک حادثه رانندگی، جان به در برد و در اثر جراحی سر و بدن و خونریزی شدید، تقریباً نیمی فلج شد. پس از دو ماه بستری شدن در بیمارستان، پزشکان با شرط آنکه هرگز کوهنوردی نکنند، او را از بیمارستان مرخص کردند، ولی او با قدرت بخشیدن به عضلات سمت راست، ضعف عضلانی سمت چپ را جبران کرد با وجود آنکه در این مراحل از تمرینات نیز چندین مرتبه در اثر سقوط صدمات زیادی را متحمل شد، ولی برای صعود به قله‌های بالاتر از ۸۰۰۰ متر خود را آماده کرد. او همیشه می‌گفت که نمی‌تواند کوهنوردی را ترک کند و در سال ۱۹۹۷ قله جواویو را صعود کرد. او در آخرین مصاحبه‌اش با مجله ورنیکال اعتراف کرده بود که پس از تصادف سال ۱۹۸۷ متأسفانه دیگر آن قدرت سابق را برای کوهنوردی ندارد، ولی آرزوی او این است که بتواند به زندگی عادی قبل از تصادف بازگردد. از اربک اسکوفیر دو فرزند ۹ و ۱۰ ساله باقی مانده است.

### ماناسلو (۸۱۶۳ متر)

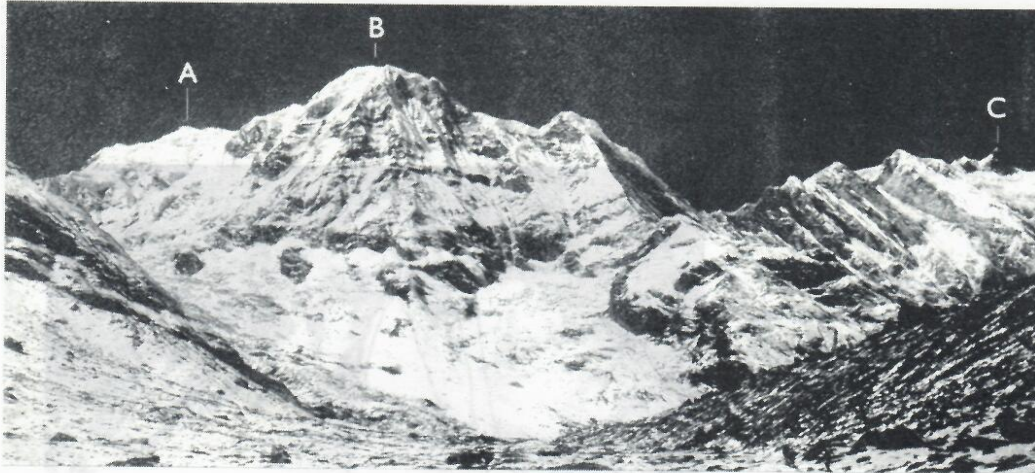
قله ماناسلو با ارتفاع (۸۱۶۳ متر) نیز از قله‌هایی است که در میان کوهنوردان طرفدار زیادی دارد و در بایز ۱۹۹۷ نیز این مسأله کاملاً منتهود بوده است. در این دوره، ۷ گروه از مسیر استاندارد، یعنی جبهه شمال شرقی و یک تیم ژاپنی از یال شرقی اقدام به صعود کردند که پنج گروه آنها موفق شدند و حدود ۲۳ تا ۲۵ نفر به اضافه پنج شریا نیز توانستند قله را فتح کنند و جالب توجه آن است که بیشترین تعداد صعود به این قله در هشتم و نهم اکتبر بوده است. در میان صعودکنندگان، یک کوهنورد با تجربه اسپانیایی به نام خوانیتو اویار زابال یا صعود و فتح قله ماناسلو توانست دوازدهمین قله از ۱۴ قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر را به نام خود

به ثبت رساند. اکنون برای او فقط دو قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر دیگر باقی مانده است تا نام خود را در لیست برجستگان کوهنوردی ثبت نماید. قله ماناسلو یکی از ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر بود که تا سال ۱۹۹۸ به وسیله تیمهای اسلواک صعود نشده بود. در این تاریخ، یازده کوهنورد اسلواک به سرپرستی اسبارکا یکی از با تجربه ترین کوهنوردان و اسکی‌بازان آن کشور، عازم صعود به قله ماناسلو شدند و با وجود شرایط نامساعد جوی، سه کیمپ تا ارتفاع ۷۴۰۰ متری نصب کردند. به دلیل شرایط بسیار بدجوی، اسبارکا، گارد هوردو، ریبانسکی و کوهنوردان ژاپنی و اسپانیایی همگی در کیمپ آخر ماندگار و منتظر بهبود وضع هوا شدند تا بتوانند به قله صعود کنند. صبح روز ۱۸ اکتبر هوا صاف شد و تمامی کوهنوردان عازم قله شدند. سه کوهنورد اسلواک نفرات آخر صعودکننده بودند و گارد هوردو از این تیم به علت درد معده شدید آخرین نفر بود که به کندی حرکت می‌کرد. گروه ژاپنی نیز صعود به قله از ماسک اکسیژن استفاده کرد و در ساعت ۱۰ صبح و رودتر از دیگران به قله رسید. سپس اویار زابال کوهنورد چهل و یکساله اسپانیایی اهل یاسک در ساعت ۱۳:۳۰ بعدازظهر قله را فتح کرد و دوازدهمین قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را به نام خود به ثبت رسانید. کمی قبل از ساعت پنج بعدازظهر، اسبارکا همراه با یک کوهنورد اسپانیایی دیگر و نیم ساعت بعد از آن دو نفر، ریبانسکی که اولین صعود او در منطقه همالایا بود به قله رسیدند. ولی گارد هوردو هنوز در - صله زیادی از قله قرار داشت. آنها هنگام برگشت گارد هوردو را دیدند و اسبارکا او را تشویق کرد تا صعود را ناتمام بگذارد و با آنها مراجعت کند، ولی او نپذیرفت و به صعود خود ادامه داد، ولی دیگر به کیمپ آخر مراجعت نکرد. روز بعد، گروه دوم ژاپنیها عازم قله شد. آنها طناب ثابت جویبندست اسکی و کوله‌بستی او را پیدا کردند، ولی از گارد هوردو اتری وجود نداشت و چنین استنتاج شد که او پس از صعود به قله، هنگام برگشت و عبور از یال بسیار باریک، نتوانسته است تعادل خود را حفظ کند و طناب ثابت را از دست داده و به دره داخل یخچال سقوط کرده است. کوهنوردان اظهار داشتند که حول و حوش ساعت سقوط او به دره، باد بسیار شدیدی می‌وزیده است. در ۱۹ اکتبر، کوهنوردان در شرایط جوی بسیار نامساعدی که همراه با ریش برفی سنگین بود از کیمپ سه بد کیمپ دو در ارتفاع ۶۸۰۰ متری فرود آمدند. دو کوهنورد اسلواک، یعنی اسبارکا و

ریبانسکی از سرمازدگی دست و پا بسیار ناراحت بودند و درست زمانی که به نظر می‌رسید هوای بد و سرمای شدید در سرف انمام باشد، یک حادثه ناگوار دیگر برای تیم اسلواک رخ داد و آن زمانی بود که ریبانسکی با استفاده از طناب ثابت در حال فرود آمدن بود که دفعاً در هم سبحد و فوت کرد. کوهنوردان همراه او، دلیل مرگ را ایست قلبی در اثر اقامت طولانی در کیمپ ۳ در ارتفاع ۷۴۰۰ متری و فعالیت بسیار دشوار در مدت صعود تشخیص دادند و بدین ترتیب، دومین کوهنورد اسلواک نیز پس از فتح قله ماناسلو، هنگام برگشت جان خود را از دست داد. می‌توان گفت که در این دوره از فعالیتهای کوهنوردی، برای کوهنوردان اسلواک، ضمن پیروزی بر قله مورد نظر، حوادث ناگوار زیادی رخ داد. باید یادآور شد که گارد هوردو یکی از خیره‌ترین کوهنوردان اسلواک بود و همراه با دیگر هموردان هموطنش، سنگتیهای بسیاری در منطقه همالایا آفریده بود و کوهنورد خیره و صاحب تکنیک شناخته می‌شد، ولی تقدیر بر آن بود که در این دوره از سال در مواجهه با حوادث ناگوار فوت کند. ریبانسکی نیز از کوهنوردان خیره اسلواک بود و شش قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کرده بود.

### آناپورنا (۸۰۹۱ متر)

در دوره بعد از مونسون و قبل از بارش برف، هیچ یک از گروههای صعود کننده به قله آناپورنا (۸۰۹۱ متر) موفق نبوده است. ساتال مادوبی، یکی از زنان کوهنورد فرانسه و یکی از قویترین کوهنوردان آن کشور در بایز ۹۷ برای صعود به آناپورنا و داهولاگیری (۸۱۶۷ متر) مجوز دریافت کرده و چنین برنامه‌ریزی کرده بود که قبل از فصل بارش برفهای سنگین منطقه‌ای تا می‌تواند قله‌های بیشتری را صعود کند و در فصل بارش به کشورش بازگردد. او پس از آنکه نتوانست داهولاگیری را به دلیل شرایط نامساعد جوی صعود کند، از صعود به قله آناپورنا نیز صرفنظر کرد و به کشورش بازگشت. برداران مارتنیر، یعنی خوزه و جوسوس از کوهنوردان فعال اسپانیا، به امید تکمیل صعود ۱۴ قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر در ۱۲ ماه و بدون استفاده از ماسک اکسیژن، صعود از هر دو قله داهولاگیری و آناپورنا را در نظر داشتند، ولی آنها نیز در مسیر فرانسویها و در ارتفاع ۶۴۰۰ متری با ریش برفین بسیار خطرناکی مواجه شدند و موفق به صعود قله



دیواره غربی کاسه آناپورنا نامگذاری ذیل

A - قله جنوبی اصلی آناپورنا به ارتفاع ۷۲۱۹ متر. B - قله شمالی آناپورنا به ارتفاع ۷۰۱۰ متر. C - قله وارشیکار (قله فانک به ارتفاع ۷۶۴۷ متر) خطالرأس بین قله فانگ و قله اصلی آناپورنا منطقه ایست که سیمون مور و آنا تولی بوکریف و دیمتری سوپولف برای صعود خود انتخاب کردند و منطقه رویه دوربین منطقه‌ای است که بوکریف و سوپولف مواجه با بهمن شده و جان خود را از دست داده‌اند.

از ۷۵۰۰ متر صعود کند، لذا برنامه صعود را متوقف و مراجعت کرد.

شاتال مادویی، کوهنورد برجسته فرانسوی که

قله داهولاگیری چپه شرقی و شمالی قله نشان داده می‌شود. خطوط مشخص‌کننده مسیرهای باز شده است که از چپ به راست عبارتند از: مسیر چپه شرقی که در سال ۱۹۹۰ ویلی چکی هینمین کوهنورد برجسته آنرا افتتاح کرده است. مسیر بعد مسیر فرانسوی و انگلیسی‌ها که در سال ۱۹۸۰ گشوده شد. مسیر سوم مسیر اسلونیا که در سال ۱۹۸۶ افتتاح شد. مسیر چهارم در یال شمال شرقی به نام مسیر اصلی در سال ۱۹۶۰ به وسیله آلمانی‌ها افتتاح شد.

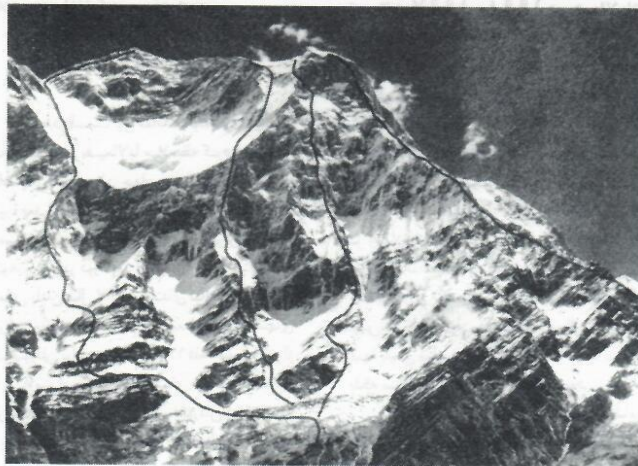
این دو برادر، یعنی خوزه و جیسوس، همراه با خولیان رودریگز، یکی دیگر از کوهنوردان سرشناس اسپانیایی، در نظر داشتند قله داهولاگیری را از طریق یال شمال شرقی فتح کنند و سپس عازم آناپورنا شوند، ولی باز به سبب شرایط نامساعد جوی موفق نشدند، اما یکی از برادران توانست چوایو را فتح کند.

هفتمین گروه صعودکننده، کوهنوردان ژاپنی به سرپرستی و راهنمایی ماسایوکی ماتسویا را بودند. این گروه سعی کرد مسیر عادی قله را از طریق چپه شمالی که در سال ۱۹۸۲ کوهنوردان ژاپنی آن را گشوده بودند، صعود کنند، ولی در این مسیر، تیم ماتسویا را به دلیل بارش برف سنگین نتوانست بیش

آناپورنا نرسند. یک گروه از کوهنوردان اسپانیایی نیز به دلیل سقوط همان بهمن نتوانستند صعود خود را ادامه دهند، لذا آنها نیز برنامه خود را متوقف کردند و بازگشتند. دو گروه کوهنورد آلمانی که به وسیله دو شرکت بازرگانی سازمان یافته بودند و قصد صعود به قله آناپورنای چهار (۷۵۲۵ متر) را داشتند در کار خود موفق نشدند و برنامه صعود را نیمه تمام گذاشتند و مراجعت کردند. بدین ترتیب، در این دوره از صعودها، قله آناپورنا فتح نشده باقی ماند و هیچ‌کدام از گروه‌های صعودکننده نتوانست آناپورنای اصلی یا یکی از آناپورناها را صعود و فتح کند.

### داهولاگیری (۸۱۶۷ متر)

هفت گروه کوهنورد برای صعود و فتح قله داهولاگیری در دوره بعد از مونسون و قبل از بارش برف نامنوسی کردند. شش گروه از مسیر عادی یال شمال شرقی قصد صعود به قله را داشتند که از این میان، فقط دو گروه به دلیل حضور زودتر از موعد مقرر در اردوگاه اصلی، موفق شدند قله را صعود کنند. دو کوهنورد معروف اسپانیایی، یعنی برادران مارتینز که در سال ۱۹۹۶ مشترکاً با گوران کروپ سوئدی موفق شدند بدون استفاده از ماسک اکسیژن، اورست را صعود کنند، در نظر داشتند در طول ۱۲ ماه، یعنی از ۲۴ سپتامبر ۱۹۹۶ تا ۲۴ سپتامبر ۱۹۹۷، چهارده قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کنند، اما نتوانستند این برنامه را به درستی اجرا کنند. آخرین سعی آنها صعود به قله داهولاگیری در ۲۴ سپتامبر ۱۹۹۷ بود.



از دمای معمول منطقه در این فصل از سال بود.

### آمادابلام

آمادابلام یکی از قله‌هایی است که اغلب هدف صعودهای زمستانی کوهنوردان است. لذا کوهنوردان ورزیده، تجربیات فنی خود را در مسیرهای مختلف و گاهی بکر این کوه در فصل زمستان به کار می‌بندند و پس از کسب موفقیت، اطلاعات مربوط به مسیرهای صعود شده را به رسته تحریر درمی‌آورند و در اختیار عموم قرار می‌دهند.

در زمستان ۹۷-۹۸ چهار گروه برای فتح آمادابلام (۶۸۱۲ متر) از مسیر استاندارد مجوز دریافت و صعود خود را آغاز کردند و مجموعاً ۱۳ کوهنورد توانستند از مسیرهای گوناگون آنرا فتح کنند.

اولین گروه صعودکننده، وابسته به یک شرکت تجاری آمریکایی بود. هشت نفر از اعضای این گروه، بین روزهای ۶ تا ۱۲ دسامبر، قله را فتح کردند که تعدادی از آنها عبارت بودند از: سینتر آتانس.

راه‌ها و بزشک معروف ارتفاعات هیمالایا؛ چارلز گریفید، محقق برجسته انگلیسی و مدیر برنامه صعودهای تحقیقاتی به قله اوست و بتر هاکت، محقق دیگر در زمینه تغییرات زمین‌شناسی که ضمناً کوهنورد باتجربه‌ای در این منطقه است.

گروه دوم نیز گروه تحقیقاتی فرانسویها بود که از سه کوهنورد محقق تشکیل شده بود: ژان بلانکاره، کریستوفر پروفیت و الیور پسون. آن‌ها اولین تحقیقات منطقه‌ای را در منطقه پوموری انجام دادند و آمادابلام دومین منطقه تحقیقاتی آنها بود که مأموریت خود را با موفقیت به پایان رساندند. گروه سوم، یک گروه مشترک از کوهنوردان اسپانیایی و سوئیسی بود که کمی قبل از پایان فصل، یعنی در ۱۳ فوریه ۹۸ صعود مشترک خود را برای فتح قله به پایان رساندند.

گروه چهارم، تنها گروه ناموفق در صعود به این قله بود. آنها از کوهنوردان اسپانیایی بودند که در ۵ دسامبر ۹۷ فعالیت خود را ناتمام گذاشتند و مراجعت کردند.

### آناپورنا (۸۰۹۱ متر) در زمستان ۹۷-۹۸

دو گروه مجوز صعود به قله ۸۰۹۱ متری آناپورنا را یک را دریافت کردند: اولین گروه، از کوهنوردان ژاپنی به سرپرستی آتوسی یا ماموتو بود



چپه غربی قله داهولاگیری و مسیرهای افتتاح شده از چپ به راست عبارتند از:

- ۱- مسیر چک‌ها که در سال ۱۹۸۴ افتتاح شد. ۲- مسیر قراقستان که در سال ۱۹۹۱ افتتاح شد. درجه سختی این مسیر VI+ و شیب آن ۷۵ درجه است. یوگریف و فایلولین از عناصر اصلی افتتاح این مسیر هستند. در قسمت نهائی. ۳- مسیر چک‌ها که در سال ۱۹۸۵ افتتاح شد و در قسمت انتهائی مسیر درجه سختی VII و شیب مسیر ۹۰ درجه ارزیابی شد. ۴- مسیر یال جنوب غرب که در سال ۱۹۸۰ افتتاح شد.

فنی بالایی است، فعالیت‌های جسمگیر و به یاد ماندنی انجام داده‌اند که متأسفانه به دلیل محدودیت صفحات مجله، شرح آنها فعلاً مقدور نیست، ولی در نظر است در مورد فعالیت‌های کوهنوردان در زمینه صعود و گشایش مسیرهای جدید و صعودهای فنی برای فتح قله‌های بین ۷۰۰۰ تا ۸۰۰۰ متر که در جهان کوهنوردی دارای اهمیت خاصی است، مطالب گزیده ارائه شود.

### زمستان ۱۹۹۷-۱۹۹۸ در هیمالایا بزرگ:

در تاریخ ۵ دسامبر ۹۷ تا ۱۵ فوریه ۹۸ گروه منسجم برای صعود به سه قله از کوه‌های نیال، مجوز دریافت کردند تا بتوانند صعودهای رسمی خود را انجام دهند. (دو مجوز نیز برای قله کان تکان و داهولاگیری صادر شد که بدون استفاده باقی ماند). در این دوره کوهنوردی، شرایط جوی یا کوهنوردان سازگاری نداشت، چون به طور معمول، بارش برف سنگین برمی‌گردد یا دو روزه از فصل همیشه قابل پیش‌بینی است، ولی در زمستان سال ۱۹۹۷، نه تنها بارش برف مناطق را زودتر از موعد بوساند، بلکه میزان بارش نیز بسیار سنگین بود. در صورتی که قبل از فرا رسیدن ۱۵ دسامبر، خط برف پایین‌تر از ۳۰۰۰ متر و دما نیز خیلی کم

قیل از داهولاگیری، نش قله بیش از ۸۰۰۰ متر را صعود کرده بود، هنگام صعود این قله در ۱۹ اکتبر ۱۹۹۷ در ارتفاع ۷۵۰۰ متری، همانند دیگر گروه‌ها با بارش برف سنگین و مداوم مواجه شد و نتوانست مسیر فرانسویها را که مورد نظرش بود صعود کند، لذا او نیز برنامه صعود خود را متوقف کرد و به اردوگاه اصلی برگشت. بدن تریب، گروه‌های صعودکننده، ناامید از کسب موفقیت به اردوگاه اصلی برگشتند تا شاید در دوره بعد از بارش برف زمستانی، بار دیگر تلاش خود را آغاز کنند و موفق شوند.

### بخش دوم:

آنچه در قسمت اول مقاله صعودها و فعالیت‌های انجام شده در هیمالایا ملاحظه کردید، درباره تلاش‌های کوهنوردان جهان در منطقه هیمالایا در دوره بعد از مونسون و قبل از شروع بارش برف زمستانی بوده. بخش دوم، گزارش فعالیت کوهنوردان در دوره بعد از بارش برف و در فاصله زمانی پایان سال ۱۹۹۷ و ابتدای سال ۱۹۹۸ است. در این بخش نیز اهم گزارش معطوف به تلاش‌های کوهنوردان برای صعود و فتح ۱۴ قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر است، ولی خاطر نشان می‌سازد که علاوه بر مطالبی که ارائه شد، کوهنوردان در قله‌ها و دیواره‌های کمتر از ۸۰۰۰ متر نیز که دارای ارزش‌های

و سعی داشت از مسیر متعارف جهت شمالی صعود خود را انجام دهد، ولی هنگام اجرای عملیات در ارتفاع ۶۰۰۰ متری با شرایط بسیار بد جوی مواجه شد و صعود خود را متوقف و مراجعت کرد. گروه دوم، برای فتح قله مسیر جنوبی را انتخاب کرد. اعضای تیم عبارت بودند از: آناتولی بوکریف (کوهنورد برجسته و ملقب به «کوهنوردی با نیروی فوق بشری» که اهل قزاقستان بود ولی به دلیل قراردادهای شغلی، اواخر عمر در آمریکا می‌زیست)؛ سیمون مورو (از کوهنوردان برکار و زیرک ایتالیا که تمامی منطقه را درنوردیده است) و دیتمتری سوبولیف (کوهنورد و عکاس معروف قزاقستان که عکسهای فنی او در مجامع کوهنوردی معروف است). این سه کوهنورد تا ارتفاع ۴۱۰۰ متری یعنی اردوگاه اصلی را با چرخبال (هلیکوپتر) پرواز و از آنجا راه خود را از میان برفهای مرتفع به سوی جبهه جنوبی انتخاب کردند.

در اوایل دسامبر ۹۷، در یک وضعیت پیش‌بینی نشده، در منطقه حدود چهارمتر برف بارید، لذا کوهنوردان تشخیص دادند که در آن شرایط، صعود از مسیر اصلی که در سال ۱۹۷۰ کوهنوردان انگلیسی آن را باز کرده بودند، غیرممکن است. پس برای فتح قله، توجه خود را به مسیر جدید از طریق یال جبهه غربی که احتمال موفقیت بیشتر و خطر کمتری داشت معطوف کردند. (قسمت غربی این یال که به قله ختم می‌شود، دندان‌دار است و به آن فانگ می‌گویند و از ارتفاع ۷۶۴۷ متری تا قله آنابورنای جنوبی به ارتفاع ۷۲۱۹ متر ادامه دارد. تنها صعود ثبت شده به قله فانگ را در سال ۱۹۸۰ کوهنوردان اطریشی به انجام رسانیدند که از داخل کاسه این مجموعه قله‌ها، به بالای خطالرأس جنوبی و قله فانگ صعود کردند (به شکل مراجعه شود). در سال ۱۹۹۷ نیز یک تیم کره‌ای در نظر داشت که این مسیر را مجدداً طی کند، ولی موفق نشد و فقط توانست تا ارتفاع ۷۲۰۰ متری صعود کند). بوکریف و دو کوهنورد همراهش، کمب یک را در روز اول کریسمس (هفته آخر ماه دسامبر) در ارتفاع ۵۵۰۰ متر و نزدیک به سطح یایه دانه شرقی قله فانگ برپا کردند و از آنجا برای نصب طناب ثابت تا ارتفاع ۶۳۰۰ متر از گردنه یال جنوبی صعود کردند. طنابهای ثابت را اکتر بوکریف که سرطناب نیز بود، نصب می‌کرد. در مرحله آخر و حدود ۷۰ متری زیر گردنه یال جنوبی، مورو سرطناب شد و مشغول نصب آخرین رشته طناب بود که بوکریف نیز به او اطلاع داد که تمامی طنابهای موجود به کار رفته است.

چون قسمت نهایی مسیر دارای بیجیدگی و دشواری خاصی بود، و مورو تصمیم گرفت که این بخش از مسیر را با کمک دو هم‌نوردش صعود کند، لذا اعلام کرد که منتظر آنهاست و ضمناً با استفاده از این فرصت از صعود آن دو نفر فیلمبرداری خواهد کرد. در پایان کار فیلمبرداری، مورو دقتاً مشاهده کرد که یک بهمن عظیم در اثر شکستن تقاب برف، از بالای خطالرأس، غرش‌کنان به سوی او و دو هم‌نوردش سرازیر شده است. او فقط فرصت آن را داشت که طناب ثابت کار گذاشته شده را محکم بچسبید و یا فریادهای بلند، دو هم‌نوردش را از ریزش این بهمن سهمگین مطلع کند، ولی چه سود که بهمن به آنها رسیده و هر دو را در خود مدفون کرده بود. مورو نیز حدود ۷۰۰ متر به سمت پایین رانده شده و تا قبل از توقف بهمن، تقریباً نصف بدنش در برف دفن شده بود. دستش در اثر اصطحکاک شدید با طنابی که محکم آن را در دست گرفته بود سوخته، لباسهایش باره باره شده و بیستر لوازم و ادوات خود را از دست داده بود. ولی در هر حال، نجات یافتن از این خطر مهلک، مورو یک معجزه به حساب می‌آمد. اما از دو کوهنورد قزاق، یعنی بوکریف معروف و سوبولیف فیلمبردار، هیچ اثری و هیچ صدایی دیده و شنیده نشد و آنها در میان خروارها برف مدفون شدند.

مورو کوهنورد ایتالیایی، سعی کرد تا با هر جان‌کندنی بود، ۱۴۰۰ متر باقیمانده تا اردوگاه اصلی را طی کند. در اردوگاه، یک شریا که برای هشدار و اعلام خطر به دیگران خارج شده بود، او را دید و به داخل اردوگاه حمل کرد. روز بعد، مورو با چرخبال (هلیکوپتر) از اردوگاه به بیمارستان کاتماندو انتقال یافت و سه روز بعد، مجدداً از کاتماندو برای جستجو و نجات جان دوستان خود به محل سقوط بهمن برگشت، ولی تمامی جستجوها و عملیات نجات از نقطه سقوط بهمن تا کمب یک بی‌نتیجه بود و آنها نتوانستند دو کوهنورد برجسته دنیا را بیابند و آنها را سال ۱۹۹۸ نیز کوچکترین اثری از آنها پیدا نشد. بوکریف هنگام مرگ حدود ۴۰ سال داشت، او در اولین صعودش در منطقه هیمالایا در سال ۱۹۸۹ یکی از اعضای تیم شوروی بود و بعدها، صعودهای معروف و بدون وقفه او به چهار قله کان جن چونگا شدیداً مورد توجه مجافل کوهنوردی قرار گرفت. او قله‌های ۸۰۰۰ متر و بالاتر از آن را ۲۱ بار و بدون استفاده از ماسک اکسیژن فتح کرده بود و قدرت خارق‌العاده و توان بیش از حد او در ارتفاعات، همواره

زیانزد همه کوهنوردان و مفسران ورزش کوهنوردی بوده است، به ویژه که در عملیات نجات قاعجه اورست در سال ۱۹۹۶، توانست حن‌دین نفر را از مرگ حتمی نجات دهد. همچنین، تمامی صعودهای موفقیت‌آمیز بوکریف، همواره بخش مهمی از مجلات مختلف ورزشی و کوهنوردی را به خود اختصاص داده است. او کوهنورد و انسان برجسته‌ای بود که بارها زندگی خود را برای نجات جان کوهنوردان در مانده، در طوفان و سرما به خطر انداخته بود. جهان کوهنوردی، از فقدان این کوهنورد گرفتارند، بسیار متأثر است.

### ماناسلو (۸۱۶۳ متر)

سه گروه برای فتح این قله ۸۱۶۳ متری و با انتخاب مسیر شمال شرقی (مسیر معمولی) اقدام به صعود کردند، ولی هر سه گروه با وجود اعضای ورزیده و قوی، به دلیل شرایط نامساعد جوی نتوانستند قله را فتح کنند و اولین گروه، برادران اینورانگی از کوهنوردان فعال اسانیا بودند. این دو برادر، به دلیل فتح ۱۴ قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر، بدون استفاده از ماسک اکسیژن، از کوهنوردان معروف جهان هستند. آنها صعود خود را در اوج سرمای زمستان (۳۵C-) و وزش باد با سرعت ۱۵۰ کیلومتر در ساعت و شرایط بسیار بد جوی آغاز کردند. آن‌ها کمب دو را در ارتفاع ۶۸۰۰ متر برپا کردند و در نظر داشتند آخرین مرحله صعود را از این ارتفاع انجام دهند، ولی شرایط جوی بدتر از انتظار و تحمل آنها بود؛ لذا نتوانستند بیش از ۷۷۰۰ متر صعود کنند و در تاریخ ۲۷ ژانویه ۱۹۹۸ کار را نیمه تمام گذاشتند و

**اناتولی بوکریف کوهنورد افسانه‌ای قزاق مخصوص ارتفاع بالا که در شیب یخچالی قله فانگ از منطقه آنابورنا در زمستان سال گذشته در اثر سقوط بهمن در همین منطقه کشته شد.**



مراجعت کردند.

دومین گروه، از کوهنوردان معروف اسپانیا و جهان، یعنی برادران مارتینز بودند. این دو برادر نیز تصمیم داشتند چهارده قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر را در مدت ۱۲ ماه فتح کنند، ولی به دلیل مواجهه با شرایط بدجوی و خطر ریزش برف در راه صعود به قله آناپورنا و رویارویی با طوفان شدید در راه صعود به قله شیشاپانگما، هر دو صعود را ناتمام گذاشتند و نتوانستند این دو قله اصلی، از ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را فتح کنند و برای این فصل، فتح قله ماناسلو را در نظر گرفتند، ولی باز هم شرایط بدجوی سبب شد که در فتح این قله نیز ناکام بمانند. لذا با توجه به کمبود زمان برای اجرای صعود بلند پروازانه خود، تصمیم گرفتند این برنامه، یعنی فتح ۱۴ قله اصلی بالاتر از ۸۰۰۰ متر در مدت ۱۲ ماه را ناتمام بگذارند و توجه خود را به صعودهای اشتراکی با کوهنوردان دیگر معطوف نمایند.

سومین گروه صعودکننده، کوهنوردان کراهی به سرپرستی کوهنورد معروف، پارک یونگ سوگ بودند که در نظر داشتند این قله را صعود کنند و پارک یونگ سوگ ضمن آنکه کوهنورد برجسته و راهنمای فعالی در منطقه هیمالا یاست، آن زمان که برنامه کوهنوردی و مسولیت سرپرستی در صعودهای بلند نداشته باشد، در کاتماندو رستوراندار می‌کند. او ۳۵ سال دارد و توانسته است در مدت شش ماه، پنج قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را فتح کند و این یک رکورد قابل ذکر است. در این دوره از سال، او در نظر داشت با صعود به قله ماناسلو، به شمار قله فتح شده بالاتر از ۸۰۰۰ متر خود بیفزاید، ولی در ۲۳ دسامبر ۹۷ او فقط توانست تا ارتفاع ۶۵۰۰ متر صعود کند و ناچار شد برنامه خود را به دلیل طوفان شدید و برف تیمه تمام بگذارد و با گروه مراجعت کند.

### قسمت سوم - فعالیتهای انجام شده در بهار سال ۱۹۹۸:

بس از پایان فصل بارش برفهای سنگین زمستانی در منطقه هیمالا، در اوایل بهار، مجدداً تمامی جاده‌های نزدیک و مشرف به مناطق کوهنوردی و کوهها و قلهها پوشیده از برف شدند. وضعیت جوی، هنوز باینداری لازم را نداشت و در روزهای دهم و یازدهم ماه مه، بارشهای شدید برف در منطقه گزارش شد، اما در روز دوازدهم ماه مه ۹۸، وضعیت جوی به طور قابل ملاحظه‌ای مساعد و فقط یک یا دو مانع موقتی برای صعود کوهنوردان

انجام شد. اغلب گروههای صعودکننده هم برنامه خود را به نیمه دوم ماه مه موکول کرده بودند. وزارت گردشگری نیال گزارش داد که در فصل قبل از مونسون، مجموعاً ۵۰ گروه از ۲۲ کشور، برای صعود به ۱۶ قله، مجوز کسب کردند و تقریباً نیمی از این تعداد موفق شدند قله‌های مورد نظر را فتح کنند و در این تلاشهای شبانه‌روزی، مسأله‌ها شش نفر از کوهنوردان نیز جان خود را در اثر سقوط برف بهمین یا موارد دیگر از دست دادند.

### اورست در دوره قبل از مونسون ۹۸، یعنی دوره کوهنوردی بهار ۹۸

در این دوره، حدود ۳۰ گروه برای صعود از جبهه شمالی و جنوبی، یعنی از تبت و نیال نامنویسی کرده بودند و در این فصل، مجموعاً ۱۱۶ کوهنورد موفق شدند ۱۱۸ فقره صعود را به قله‌ها انجام دهند که ۷۳ فقره از این صعودها از جبهه شمالی و از تاریخ ۱۸ تا ۲۷ می ۱۹۹۸ و ۴۵ مورد از آنها از جبهه جنوبی انجام شد. قابل توجه است که ۴۳ صعود از این تعداد، در یک هفته انجام شد که این رکورد چشمگیر بوده و تا آن تاریخ سابقه نداشته است. رکورد قبلی، مربوط به صعودهای قبل از مونسون سال ۱۹۹۳ است که تعداد صعودکنندگان، ۳۰ نفر کمتر از بهار سال ۹۸ بوده است (۸۶ نفر صعودکننده) نکته جالب توجه این است که در سالهای اخیر، اغلب کوهنوردان به طور اشتراکی مجوز دریافت می‌کنند، ولی هنگام صعود، هر کدام به سبک و روش خود، صعود را انجام می‌دهند و این مسئله سبب شده است که آمار صعودها افزایش یابد، ولی مسکلی در جوار آن ایجاد شود و آن مشکل این است که معلوم نیست کدام کوهنورد متعلق به کدام گروه کوهنوردی است و چند مجوز و برای چند صعود بزرگ صادر شده است. در این دوره، در منطقه نیالی اورست، چند حادثه نیز رخ داد، ولی در منطقه تبت، رخدادها بسیار ناگوارتر و گاهی فاجعه‌برانگیز بود و به هر حال، چند صعود چشمگیر نیز به تبت رسید.

### اورست از جبهه جنوبی

شاید یکی از مهمترین و قابل توجه‌ترین صعودها در این فصل، متعلق به کوهنوردی باشد که یک یا بیشتر ندارد و معلول است. او نام ویسناکر کوهنورد بالاراده امریکایی است که در سال ۱۹۷۹ در

اثر تصادف با اتومبیل، پای راست خود را از دست داد. وی تا کر ۵۰ ساله در ویلز انگلستان متولد شد، ولی در اوایل جوانی به آمریکا رفت و در آنجا به فعالیت پرداخت و در همان‌جا نیز در اثر تصادف، پای راست خود را از زانو به پایین از دست داد. وی تا کر اقدام به تأسیس یک گروه کوهنوردی برای افراد معلول کرد تا بتوانند این افراد را به دامن طبیعت ببرند و با این کار سبب افزایش اعتماد به نفس آنان شود و خوشبینانه در این کار موفق شد و تعداد زیادی از معلولین همانند خودش را به ارتفاعات هدایت کرد و

آنها کوهنوردی و ورزش اصلی خود انتخاب کردند. در سال ۱۹۸۹ ویسناکر با معلولینی که داشت، توانست مسیر گردنه جنوبی را تا ارتفاع ۷۴۰۰ متر و در سال ۱۹۹۵، پال شمالی را تا ارتفاع ۸۳۰۰ متری قله اورست صعود کند.

در این صعود، او با گریک خایلد یکی از کوهنوردان با سابقه آمریکا و سردبیر فسی مجله کلاسیک همراهِ بود. گریک خایلد پس از فتح قله اورست، هنگام بازگشت، سگ کوچکی ز قله برداشت و در ارتفاع ۸۳۰۰ متری در ملاقات با ویسناکر، سنگ را به او داد و آرزو کرد که او روزی بتواند این سنگ را به محل اصلی خود، یعنی قله اورست برگرداند. برای او، آن روز موعود، ۲۷ مه ۱۹۹۸ بود. زمانی که ویسناکر، همراه با یک راهنمای هموطن خود، به نام جووودس در دومین تلاش خود توانست قله اورست را فتح کند. اولین تلاش او در ۲۰ مه صورت گرفت، ولی او به دلیل ابتلا به ادم ریوی، نتوانست به ارتفاع بالاتر از ۸۳۰۰ متر در گردنه جنوبی صعود کند؛ ضمناً در همین ارتفاع، پای مصنوعی‌اش نیز در اثر سرمای شدید شکست و متلاشی شد و او را مجبور به بازگشت کرد. پس از معالجه بیماری و ترمیم پای مصنوعی‌اش، یورش دوم خود را با کمک چهار شریک برای او کسبول اکسیرن حمل و مسیر را برای صعود آماده می‌کردند آغاز کرد و آخرین بخش این یورش را از آخرین کمب و حدود ساعت ۱۱ شب ۲۶ ماه مه آغاز کرد و ساعت ۶:۳۰ صبح روز بعد به قله رسید و توانست سنگی را که گریک خایلد به او داده بود به محل اصلی خود، یعنی قله اورست بازگرداند. بدین ترتیب، ویسناکر اولین کوهنورد معلول است که توانسته است قله اورست را فتح کند. نام او در جهان کوهنوردی، به نام اولین جاودانه، باقی خواهد ماند.

جووودس (راهنما و همراه و ویسناکر، یکی از کوهنوردان با سابقه امریکایی است) و شریک تاسی



قله انابورنا جنوبی به ارتفاع ۲۲۱۹ متر و کاسه انابورنا قله دنداندار در سمت راست انابورنا قله فانک ۷۶۴۷ متر است.

گاز، ۵۴۶ عدد باطری و ۱۴۸۴ کیلوگرم مواد زائد (زباله و آشغال) بپراکنده بین گردنه جنوبی و اردوگاه اصلی را پیدا و جمع‌آوری کنند و به اردوگاه اصلی انتقال دهند.

شایع است که بعضی از این وسایل، در امریکا برای کسانی که تاکنون در منطقه هیمالایا نبوده و یا منطقه را ندیده‌اند، ولی دوست دارند شبی به یادگار از این دیار داشته باشند، به معرض فروش گذاشته شده است. هنگام فعالیت این گروه، یکی از اعضای آن به نام شرممان بول در تاریخ ۲۰ مه سقوط کرد که با کوشش فراوان شریاها، به ویژه شریا آبا، ابتدا او را به کمپ دو و دو روز بعد با عبور از یخسارها به اردوگاه اصلی انتقال دادند.

گروهی دیگر از کوهنوردان امریکایی نیز با اهداف بزرگ تحقیقاتی و علمی (که هزینه عملیاتی آن از طرف دانشگاه‌های ام. آی. تی و سی‌بی‌سی و سازمان فضانوردی ناسا و مرکز پزشکی ریدارمی تأمین شده بود و نظارت در اجرای آن را مؤسسه علوم بوستون و سازمان برانفورد واشینگتن برعهده داشتند) اقدام به صعود قله اورست کردند. سرپرست این گروه به عهده والی برگ، کوهنورد باتجربه در اجرای برنامه‌های بزرگ در منطقه اورست گذاشته شد. در این برنامه، مقرر شد که یک دستگاه حساس اندازه‌گیری ارتفاع از نوع جی‌بی‌اس ۴۸۰۰ در بالاترین بستر سنگی در زیر قله اورست نصب شود، با این هدف که بتوانند با استفاده از آن، تغییرات ارتفاع اورست و میزان حرکت شبه قاره هند به سمت شمال را تا زیر فلات نبت محاسبه کنند.

بستر سنگی مذکور که چندین سال پیش به عنوان سنگ مرجع محاسبات در نظر گرفته شد، معروف به سنگ باری بیشاب است. زبرادر عکس از باری بیشاب هنگام نصب پرچم امریکا بر فراز قله اورست (سال ۱۹۶۳) این سنگ یکی از علائم

رسیده، برناردو گوارچی از تسهیلات مجوز صعود گروه کوهنوردان توماس یورگنز سوندی استفاده کرده بود وگرنه موفق به فتح قله نمی‌شد.

سومین گروه صعودکننده از کشور سنگاپور بود که به سرپرستی دیویدلیم و همراهی دو کوهنورد هموطنش به نامهای کیهو سیوئی جیو ۳۴ ساله و سیوچوک‌وی ۲۹ ساله، با چهار شریا توانستند قله را فتح کنند. آنها اوایل شب از آخرین کمپ خود حرکت و در اوایل صبح قله را فتح کردند. در این دوره از صعودها، دو گروه از کوهنوردان امریکایی با هدف تحقیقات و حفاظت و پاکسازی محیط کوهستان، قله را نیز فتح کردند. آنها اوایل شب از آخرین کمپ خود حرکت کردند و در اوایل صبح به قله رسیدند. باب هوفمان و دوازده نفر از اعضای تیم او در این طرح پاکسازی محیط کوهستان اورست شرکت داشتند. آنها هشت شریا در استخدام داشتند که یکی از قویترین آنها، شریای ۳۹ ساله‌ای به نام آبا بود. آنها آشغال، زباله و مواد زائد را از کوه به پایین انتقال دادند و پس از پایان یافتن طرح به امریکا بازگشتند. ۵ کوهنورد امریکایی، همراه با هفت شریا از این گروه، توانستند در ۲۰ ماه مه قله را فتح کنند. در این گروه، آبا، شریای فوق‌الذکر نیز رکورد جدیدی بر صعودهای خود افزود، بدین ترتیب که توانست برای هفتمین بار قله اورست را فتح کند. در این صعود، سه نفر از شریاها از کیسول اکسیژن استفاده کردند، ولی بقیه بدون استفاده از کیسول اکسیژن می‌شود که در اوایل سال ۱۹۹۵ در یک برنامه پاکسازی منطقه اورست، گروه مربوطه توانستند ۱۲۰ کیسول اکسیژن، ۱۰۰ کیسول گاز، ۲۰۰ عدد باطری و ۳۶۰ کیلوگرم مواد زائد و زباله به جای مانده را سناسایی و به پایین انتقال دهند، ولی گروه اخیر توانستند ۱۲۰ کیسول اکسیژن، ۱۰۰ سیلندر

شرینگ (۲۸ ساله) که در اولین صعود ویتاگر همراه او بودند، پس از عدم موفقیت ویتاگر در اولین تلاش و بازگشت او به اردوگاه، صعود خود را ادامه دادند و قله را فتح کردند و در دومین تلاش ویتاگر، آنها نیز مجدداً همراه با او به قله صعود کردند و توانستند در یک هفته، دوبار قله اورست را فتح کنند و رکورد کمترین فاصله دو صعود متوالی را به خود اختصاص دهند. (دو صعود متوالی در فاصله ۷ روز).

در این فصل، برای اولین بار در تاریخ کوهنوردی هیمالایا سه گروه کوهنورد از کشورهای مختلف، توانستند به نمایندگی از کشور خود قله اورست را فتح کنند. اولین گروه، تیم ۱۰ نفره کوهنوردان ایران به سرپرستی صادق آقاجانی (رئیس فدراسیون کوهنوردی) و سه شریا بود که در یک برنامه سازمان یافته، برای اولین بار توانستند قله اورست را فتح کنند و پرچم کشورشان را بر فراز قله به اهتزاز در آورند. کوهنوردان ایرانی، در میان سایر کوهنوردان منطقه، بسیار محبوب بوده و عملکرد آنها در دو سال گذشته در منطقه هیمالیا و قراقرم مورد نظر تمامی کوهنوردان و صاحب نظران این ورزش در منطقه بوده است. فاتحان ایرانی اورست: جلال چشمه قصابان، حمیدرضا اولنج، محمدحسن نجاریان و محمد اوراز بودند. آنها در تمامی مدت اقامت و صعود توانستند احترام خاصی برای خود کسب کنند و قدرت بدنی اعضای این گروه مورد توجه دیگر گروهها قرار گرفته بود.

دومین گروه، گروه کوهنوردان بولیوی و کوهنورد فاتح قله از این گروه، برناردو گوارچی ۴۵ ساله بود او در تاریخ ۲۵ مه ۱۹۹۸ به قله رسید و فتح قله را به نام کشورش به ثبت رسانید. و براساس گزارشهای

مشخصه آن عکس است و کوهنوردان آمریکایی نام این سنگ را «سنگ باری بیسباب» نهاده‌اند. مؤسسه تحقیقاتی واشبورن و موزه بوستون نیز همین نام را برگزیدند تا مشخصه بهتری برای این طرح باشد. ویلی برگ کوهنورد با سابقه آمریکایی، در چهارمین صعود خود، در تاریخ ۲۰ مه ۹۸ به قله رسید. در این صعود، او پس از ۲ ساعت تلاش توانست به وسیله دریل دستی، دو سوراخ در سنگ مورد نظر ایجاد و پایه دستگاه جی‌بی‌اس را بر روی آن نصب کند. ولی زمانی که دستگاه مذکور، بایست ارتفاع محاسبه شده را به اردوگاه اصلی مخابره کند، از کار افتاد و تا یک هفته بدون ارسال پیام در محل نصب باقی ماند تا آنکه ویناکر (اولین کوهنورد معلول) پس از فتح قله توانست آن را به سلامت به اردوگاه اصلی انتقال دهد. اطلاعات به دست آمده از جی‌بی‌اس باید پردازش شود. ولی مهم‌ترین مسأله مورد نظر، بررسی ارتفاع دقیق قله اورست است. ارتفاع (۸۸۴۸ متر) قله اورست را که امروزه مورد تأیید است، در سال ۱۹۵۴، مساح معروف هندی به نام گولالی اندازه‌گیری کرد و به نت رساند. در سال ۱۹۹۶ به کمک دستگاه محاسباتی جی‌بی‌اس، این ارتفاع ۸۸۴۶/۱ متر رقم زده شد. (این مطلب در

شماره‌های قبل مجله کوه درج شده است: مترجم) اکنون محاسبات انجام شده، نسبت به نقطه مرجع دیگری صورت می‌گیرد. طی این محاسبات، نسبت به سنگ مرجع بیسباب، ارتفاع آن نقطه ۸۸۱۰ متر به دست آمده است (این ارتفاع مشخص کننده ارتفاع قله نیست و فقط مربوط به نقطه مرجع است). هر چند ارتفاع قله به دلیل افزایش یا کاهش ضخامت برف بر روی قله، ممکن است تغییر کند. ولی در هر حال، اختلاف ارتفاع قله تا نقطه مرجع، بیش از ۲۰ متر (۸۸۳۰ متر) محاسبه نشده و این ارتفاعی است که گروه تحقیقاتی موزه علوم بوستون آن را بیست‌هزار کرده است. حال باید دید که بررسی‌های بعدی تا چه میزان می‌تواند خطاهای محاسباتی را استخراج کند و عوامل مؤثر در ایجاد این خطاها چیست؟ ولی در هر حال، ارتفاع منتسب به قله اورست، یعنی ۸۸۳۰ متر مورد تأیید محافل رسمی قرار نگرفته و تاکنون رسمیت نیافته است. در این فصل، یک کوهنورد آمریکایی عضو گروه تحقیقاتی، با نصب دوربین فیلمبرداری بر کلاه کوهنوردی خود و حمل یک کامپیوتر شخصی کوچک، توانست تمامی خصوصیات فیزیکی بدنش را هنگام صعود، لحظه به لحظه به اردوگاه اصلی

گزارش نماید. این اطلاعات پس از جمع‌آوری به مرکز تحقیقات ناسا ارسال می‌شود تا پردازشهای لازم علمی به عمل آید. هدف از این آزمایشها دست یافتن به روشهای مؤثر پزشکی برای درمان بیمارها در مناطق دور دست از طریق سیستمهای رایانه‌ای و مخابراتی است، یعنی مناطقی که اکثر نمی‌تواند حضور داشته باشد یا آنکه در دسترس نباشد. (چنین آزمایشهایی در بعضی از پروازهای بین‌المللی انجام شده و نتیجه رضایتبخش اعلام شده است: مترجم) یا گسترش و به نمر رسیدن این روش، امکانات بالقوه مداوای بیماران از مراکز درمانی دور دست در اقصی نقاط جهان فراهم خواهد شد و می‌توان امیدوار بود که معالجه بیماران از این طریق در سطح جهانی امکان‌پذیر شود. اما سوالی که هم‌اکنون در برخی از محافل مطرح می‌شود، این است که چرا این تحقیقات تماماً در ارتفاعات اورست صورت می‌گیرد، در حالی که بررسی در قله بوموری یا به طور مثال در قله‌ای در یک جزیره دور دست نیز می‌تواند به همان نتایج منتهی شود؟

مآخذ: مجله‌های کلامیننگ

ادامه دارد...

## چگونه می‌توان پارس شناس بود؟

زمانی قبل «آن یاباش» موفق شد به این سؤال جواب جامع و مناسبی بدهد. او با سفرهای مکرر و بی‌پایه به این سرزمین پُر آوازه و کهن از هر لحاظ بی‌حد بهره‌مند شد، هنگامیکه چهره‌ای ناموزون توأم با دروغها و نیرنگها و محاسبات بیجده بر روی او سنگینی می‌کند حتی طبیعت غیرمستقیم محکوم این امر می‌شود که تسلیم اجراء فوق‌الذکر گردد، هنگامیکه هنر مأسفانه به سوی انحطاط اخلاقی سوق پیدا می‌کند او دیگر قادر نیست که سکوت اختیار کند لیکن بدون اتلاف فرصت و فوق‌العاده شتابان در این سرزمین کهن که بی‌حد برای او از هر لحاظ حالت بهشت برین را داراست در روح حساس و افکار ارام خویش غوطه‌ور می‌شود.

اری من او را بارها و بارها بر سه‌زنان در بلوارهای تهران خفه و آلوده لیکن شاد و برتوان و سرزنده در لایلی سنگها و شکاف کوهها و روی قله‌های نامشکوف که بابتخت را در زیربا دارند دینام، یا در حال نوشیدن جای در یک تراس بیکران و خرم و سرسبز که قلم سحرآمیز خود را درآورده بود و سرگرم تصویر کشیدن.

لیکن بدون تردید گنبدهای فیروزه‌ای رنگ معایر در برابر تلویزیون خورشید و بازارهای برشور و شغف و پریار اصفهان و کاخهای تکان دهنده و یارکهای بی‌شمار یا صدای موزون و گوش‌نواز فواره‌هایی با آن آب زلال که از همه چیز بیشتر و بیشتر افکار او را متمرکز می‌کردند،

### ترجمه صادق سربازی

چهره این صفحات روزانه را بشنو دلپذیری مجسم می‌کردند. نگهبان سالخورده که مظلومانه دستهایش را بروی زانویش تکیه داده - اندام موزون و سیمای یک خانم موحیه و هم‌چنین مسگرهائی که سرگرم فرم دادن فلز با چکش‌های خود آهنگ دلپذیر و موزونی را با ریتم خاص به وجود می‌آوردند، بسریجه‌هایی که شادمانه و بی‌خیال در معایر و کوه‌ها سرگرم سببیت و دوندگی بودند.

... کلیه این زندگی بریهاهو و هیجان‌زده را «الن یاباش»<sup>(۱)</sup> یا عشق بی‌باان و تزلزل ناپذیر خود دوست دارد و به آنها عشق می‌ورزد و با قلم سمار خویش آنها را با ظرافت کم‌نظیری به تصویر کشیده و به ظهور می‌رساند. چند خطی استادانه توسط او کسبیده شده‌اند، تنظیم و هارمونی رنگها به صحنه یک حقیقت انکارناپذیر را می‌بخشد که بدون آن نام آنها حالت خواب و رویانی خواهد داشت.

خیابانها و معایر مکانهای دلپذیر برای تبسم‌های شادمانه و غیرقابل تصور در تصاویرش نقش می‌بندد. کارها و سرگرمیها و مشاغل گوناگون با یک کاردانی پخته و مجرب که تاریخ کهن هزارساله در آنها نهفته است با اطمینان و تأمین خاطر و بدون کمترین دغدغه خاطری انجام می‌پذیرد.

تار و پود فرشهای گرانبها توأم با نقشهائی از



هنرهای اصفهان و گلهای تبریز و کوچ و گله‌های عسایر جنوب را نمایان می‌سازد.

هر روز و هر زمان آنان در ایران این سرزمین کهن شاهد معیارهای سنجیده و متناسبی در هر زمینه میان انسان و زمان و فضا و کار و برخوردها هستند.

هنرمند بی‌نیاز است از اینکه در انتظار جرقه‌ای بر روی کاغذش باشد، او کافی است که در یک مژه بهم زدن و بدون وقفه لحظه‌ای بدون درنگ گوشه جسمی انداخته در حالیکه از زمان نشاء جاودانه‌ای برمی‌خیزد.

آری شادان هرکس می‌تواند به سوی زد خودش روان شده و هر برخوردی را با سلامی گویا و معنی‌دار ابراز نماید.

یا بعل... له en persam " (Oui " Ba..leh! Δ

(۱) ناشر کتاب ایران که به مدت یازده سال در ایران اقامت داشت.

## اتکا به حرکات پا، نگاهی دیگر به تکنیکهای قدیمی «پاشنه - پنجه»<sup>(۱)</sup>

برای دستیابی به گیره‌ها در یک صعود، نیاز به کمک سرلوک هلمز نیست. اغلب این گیره‌ها درست جلوی جثمان هستند و با گچ پوشیده شده‌اند. شما نیز با تمام نیرو به آنها فشار می‌آورید، اما حرکات خیلی شدید، باعث دیده نشدن دقیق جای پاها می‌شود. با خودتان می‌گویید: «مشکل نیست! کافی است روی سطحها و دستگیره‌هایی که مانند نقاط ظریف هستند با بگزارم و از بازوهایم کمک بگیرم، درست مثل یک شامیانزۀ دیوانه!»

متأسفانه این‌گونه اتکا کردن به بازوها، باعث محدودیت دید می‌شود. شما همه حرکات را به همین ترتیب بررسی می‌کنید. بعد یک نفر از راه می‌رسد و ماهرانه یک گیره «پاشنه - پنجه» را در

دشوارترین قسمت مسیر پیدا می‌کند و به کسانی که در نیمه راه مانده‌اند، می‌خندد!

بنابراین، یک بار دیگر به پاهایتان دقت کنید؛ پاهای شما دو قسمت دارد: یکی پاشنه و دیگری پنجه. شما به کمک مهارت و انعطاف بدنی می‌توانید همزمان از هر دو قسمت با استفاده کنید و نقطه اتکای مطمئنی به وجود آورید و خود را به گیره‌های بعدی برسانید.

ساده‌ترین نمونه یک گیره «پاشنه - پنجه» را در یک تک‌کاف افقی می‌توان دید که انگشتان با می‌تواند در آن فرو برود. با کشیدن پاشنه و فشار دادن پنجه‌تان به طرف بالای شکاف، بدن‌تان را به صخره اتکا دهید. می‌توانید برای افزایش خاصیت اهرمی، از پای بایستی‌تان استفاده کنید (تصویر ۱). سایر حرکات «پاشنه - پنجه» عبارت است از

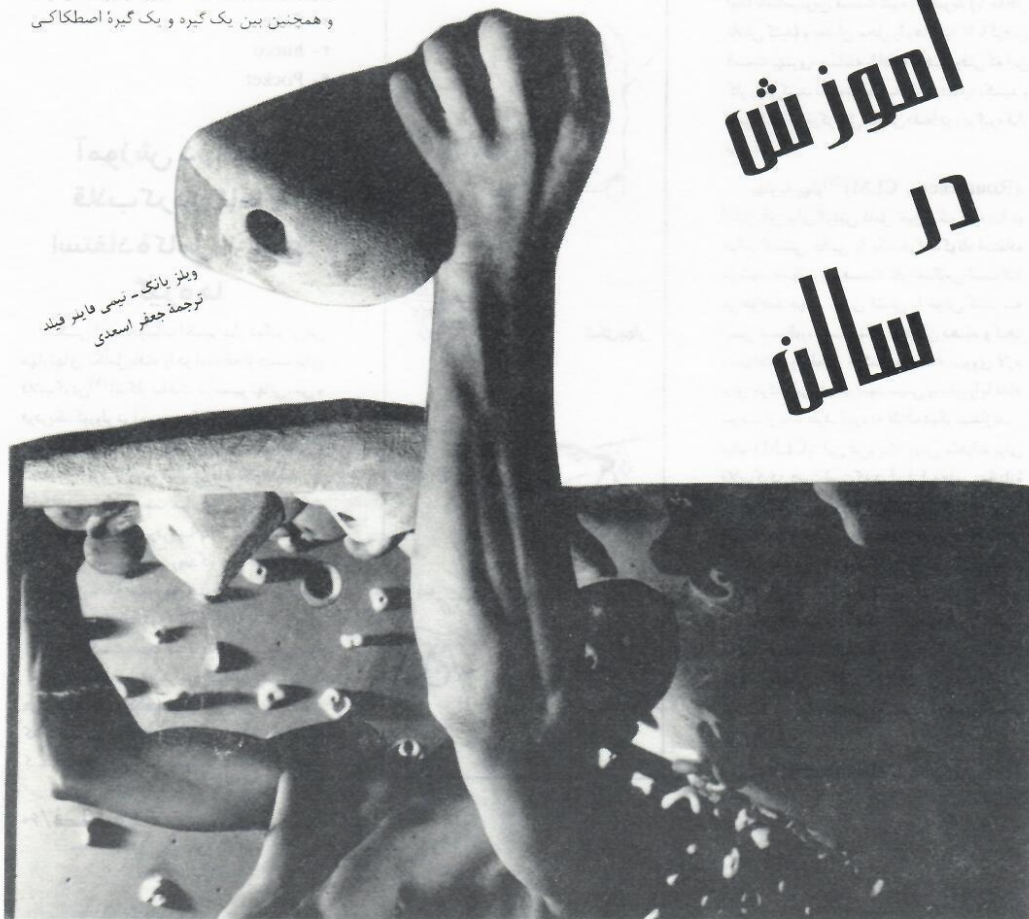
یافتن محلی برای کناره‌های پا. در زیر یک سقف به دنبال یک «برجستگی»<sup>(۲)</sup> یا «هوکو»<sup>(۳)</sup> بگردید که برای پاشنه شما مناسب باشد. سپس مچ پایتان را طوری بچرخانید که با فشار دادن پنجه پا به سقف، پاشنه‌تان را در داخل گیره قفل کنید (تصویر ۲). وقتی که پایتان را راست می‌کنید، از عضلات شکم برای کشیدن بدن به داخل سنگ استفاده کنید. این روش هنگام کم بودن گیره‌ها، یکی از بهترین راهها برای حرکت روی سقف است.

در گوشه‌های پایین‌تر، هنگامی که یک برجستگی یا «پاکت»<sup>(۴)</sup> به اندازه کافی بزرگ هست تا پاشنه پا در آن گیر کند، به دست‌پایان استراحت بدهید و پا یا حرکت کنید. اگر جای پایتان به اندازه کافی بزرگ است، بیش از آنکه به عقب کشیده شوید، با پاشنه یا بدن‌تان را در دیواره محکم کنید (تصویر ۳).

در دیواره‌های سنگنوردی در مورد پیدا کردن گیره‌های «پاشنه - پنجه» در بین دو گیره (تصویر ۴) و همچنین بین یک گیره و یک گیره اصطکاکی

# آموزش در سالن

ویلز یانگ - نیسی فایبر فیلد  
ترجمه جعفر اسعدی



(تصویر ۵) دقت کنید.

روی یک شیب منفی (تند یا ملایم)، اغ لب می‌توانید باشنه‌تان را روی یک لبه افقی قرار دهید و با پنجه‌تان یک حرکت دورانی نسبت به دیواره انجام دهید. لبه موردنظر باید طوری باشد که با تحمل وزن شما بتواند از لغزیدن باشنه یا جلوگیری کند. با خم شدن روی باشنه و استفاده از پای پایینی برای اتکا دادن بدن به دیواره، می‌توانید تحت شرایطی، بدون اتکا به دستها، یک استراحت کوتاه انجام دهید (تصویر ۶).

برای یافتن چنین روشهای ساده‌ای به منظور رها شدن از مشکلات حرکتی سنگین، انتظار هیچ‌گونه تسکری نیست. فنون «باشنه - پنجه» نیاز به انعطاف و کشیدگی پاها دارد. دیگران ممکن است حتی برای اغوا کردن شما به صعودتان بختند، اما کافی است که عملتان را تمرین و تکرار کنید و ضمن حرکت، در دلتان به آنها بختید.

- ۱- heel - toe
- ۲- flake
- ۳- hucco
- ۴- Pocket

## آموزش در سالن قلاب کردن کامل، استفاده کامل از انواع گیره‌ها

یکی از تجربیات اخیر بار دیگر ارزش مهارتهای تکامل یافته را در استفاده از دست برای قلاب کردن<sup>(۱)</sup> آشکار ساخت. در مسیر نهایی من و فردریک کورولر در آخرین حرکت سقوط کردیم. این حرکت عبور از یک وضعیت جامع «گذرگاه سخت»<sup>(۲)</sup> بود. با وجود این، در فاصله جدا شدن از گذرگاه سخت تا قسمت میانی، فردریک، حرکت معمولی «قلاب کردن با دست» را انجام داد. سازگاری نامحسوس طی روند کار به او امکان داد که از بالاترین نقطه صعود من نیز، قدری بالاتر برود و مقام من را به «رتبه دوم» تقلیل دهد.

این شکست باعث شد تا به این نکته بی‌بیرم که اگر شما بتوانید به هر نوع گیره‌ای قلاب بزنید، هرگز مسابقه را نخواهید باخت، اما غیرممکن است که بتوانید شرایط کلی موانع را به دلخواه خود تعیین کنید. هرچقدر که صعود دشوار یا شد، با تکان دادن

دست<sup>(۳)</sup> و استفاده مجدد از آن، می‌توان کار را به انجام رساند.

به طور کلی، گیره‌های مسابقه‌ای برای قلاب گرفتن هر دو دست به اندازه کافی بزرگ است. اما در رقابتهای حرفه‌ای که نیاز به نیروی قابل توجهی دارد، می‌توانید برای گیره‌هایی که به مراتب کوچکتر هستند، از هر دو پایتان استفاده کنید. فرانسویها مسابقات با دست را با دو روش متفاوت اجرا می‌کنند: ۱- «عوض کردن دستها روی گیره»<sup>(۴)</sup> ۲- «استفاده کردن از گیره به عنوان یک واسطه برای ادامه حرکات»<sup>(۵)</sup> یعنی همان کاری که فردریک انجام داد. فنون زیر، به شما کمک می‌کند که قابلیت‌هایتان را در مسابقات دست افزایش دهید:

قلاب کردن به روس کتابی<sup>(۶)</sup> (CLM) یا Ramener، این فن را می‌توانید روی هر گیره‌ای که دو محل مشخص برای دستانتان داشته باشد، اجرا کنید. برای روس CLM اغلب بهتر است که ابتدا نامناسبترین قسمت گیره را بگیرید (با حداقل تلاش کنید) و بعد آن محل را رها کنید تا با گرفتن قسمت بهتری، مسابقه را ادامه بدهید. وقتی که این کار را می‌کنید، نشیمنگاه را به طرف دیواره بکشید و سعی کنید که مرکز نقل بدنتان دقیقاً در زیر گیره قرار بگیرد.

پهلوی به پهلوی<sup>(۷)</sup> (CLM یا Roumener): از این فن برای گردش کامل حول یک گیره با دو حرکت کتشی جانبی یا یک حرکت کوتاه استفاده می‌شود. دشوارترین قسمت کار، هنگامی است که می‌خواهید جهت نیروی کشش را عوض کنید. به این منظور، نشیمنگاه را دوزان دهید و کف دستهایتان را طوری حرکت دهید که نیروی لازم برای حرکت آنی، فراهم شود. سپس وزنتان را با تمام سرعت از یک طرف گیره به طرف دیگر بیندازید.

بیانو (CLM): این فن، یک روش ماهرانه برای قلاب کردن دست است که در آن از لبه‌هایی به اندازه سطح انگشتان استفاده می‌شود. این لبه‌ها برای قرار گرفتن هر دو دست بسیار کوچک هستند. انگشتان دستی را که روی گیره قرار دارد - تک تک - با انگشتان دست دیگر جایگزین کنید. در ابتدا یکی از انگشتها را به جای انگشت اشاره قرار دهید. انگشت اشاره با انگشت کوچک جایگزین می‌شود؛ انگشت وسطی با انگشت انگشتری و به همین ترتیب... سرعت و چابکی انگشتها، کلیه موفقیت در این روش است.

همپوشی<sup>(۸)</sup> (Ramener): کاربرد این فن در



شکل یک

شکل دو

شکل سه

شکل چهار

شکل پنج

شکل شش

# شقایق

## نامی آشنا

### در تولیدات کوهنوردی

### کشور

### ساخت انواع سمیلاتورهای

### جرخان با آخرین فن آوری

### بدن سازی در ورزش سنگنوردی

### (Rotary Similator)

### قابل توجه سنگنوردان داخل سالن

گروه تولیدی شقایق آمادگی خود را جهت ارائه خدمات ذیل اعلام می نماید:

الف) ساخت و تولید هر نوع گیره مصنوعی سنگنوردی داخل سالن

ب) طراحی، ساخت و اجراء هر نوع دیواره مصنوعی سنگنوردی

ج) ساخت انواع رول بولت جهت کارگزاری در دیواره های سنگی و سیمانی

جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید با شماره های ذیل تماس حاصل بفرمائید.

شماره های دفتر:

۰۲۶۱-۴۶۸۹۷۸-۴۴۹۵۹۳

شماره های همراه: ۰۹۱۱-۲۲۷۳۱۹۹

۰۹۱۱-۲۶۴۰۱۵۵

نماینده: ۰۲۶۱-۴۴۲۸۵۷-۴۵۹۱۷۱

صندوق پستی: کرج ۴۵۳-۳۱۵۸۵

کنید.

این فنون را روی دیواره یا سنگ مناسب تمرین کنید و از مسیرهای مختلف، با هر نوع گیره ای که می بینید حرکت کنید. این تمرینها به شما کمک می کند تا بفهمید در چه مواقعی باید از قلاب کردن استفاده کنید.

و سرانجام اگر از انگیزه تان کاسته شد، آرنود بتیت قهرمان جام جهانی - را به خاطر بیاورید. آرنود چه با بازکردن دست خود یک mojo اضافه کند یا دچار موقعیتی شود که برخلاف انتظارش باشد و یا دست آزاد خود را نکان بدهد یا نه، تقریباً همیشه موفق می شود که با رول قلاب کردن، به قسمت از سنگ متصل شود. Δ

مأخذ: مجله کلایمینگ

- ۱- hand matching
- ۲- Iron \_ cross
- ۳- Shake iut
- ۴- Swap hands on the matching halds
- ۵- use the matching hald as an inter mediate and go agauin
- ۶- gent book match
- ۷- Side by side
- ۸- Stacking
- ۹- Wnst grab
- ۱۰- Wnst grab
- ۱۱- Lock offs
- ۱۲- Cupping
- ۱۳- Hump
- ۱۴- Jugs
- ۱۵- deadpoint
- ۱۶- Claw
- ۱۷- bouldous Knobs

### جناب آقای علیرضا نامی و سرکار خانم شیوا نامی

درگذشت پدرگرامیتان را به شما و خانواده محترمتان تسلیت عرض می نمایم.  
گروه کوهنوردی شقایق کرج و گروه تولیدی شقایق کرج

گیره های انگشتی، بندها و «باکت»<sup>(۹)</sup>هایی است که به اندازه کافی مشخص هستند تا بتوانید یک دست را بر بالای دست دیگر سوار کنید. در حالی که برای افزایش نیروی بیوستگی، انگشتان را در محل به هم بیوستن انگشتها یا بندهای انگشتان دست بایستی، قفل کرده اید، به دست بالایی فرم لازم را بدهید. این فن، هنگامی که تنها یک گیره مناسب وجود دارد، باعث صرفه جویی در انرژی می شود و چند اینچ به سطح اتصال نقاط تماس می افزاید.

گرفتن مج (۱۰) (Ramener): کاربرد این فن، هنگام آویزان شدن به وسیله یک گیره انگشتی در یک شیب منفی است. مج دست را که از آن آویزان هستید بچسبید. اگر خارج از لبه دیوار هستید، انگشت شست، باید بایست یا بالا باشد. این یک فن مهم برای استفاده در موارد زیر است:

۱- باز کردنها<sup>(۱۱)</sup> ۲- مراحلی که باید بدون استفاده از پا طی شود. ۳- جمع کردن باها روی شکم (حالت چهار دست و پا) ۴- ثابت کردن بدن در حالت باندول.

حالت فنجان<sup>(۱۲)</sup> (Ramener): این فن در گیره های بیلاستیکی چهارگوش و برآمدگیهای کوچک استفاده می شود که به دلیل کوچک بودنشان، نمی توان از دورش قبلی بهره برد و نیز هنگامی که تعویض دستها، منجر به سقوط شما می شود. برای اجرای این فن، از دست آزادتان استفاده کنید و لبه خارجی گیره را از نوک انگشتان بگیرید. فشار دادن نوک انگشتها بر روی دستی که با سنگ درگیر است، می تواند مفید باشد؛ اما حرکت ظریف کف دست بسیار بهتر است. (باید کف دست و انگشتها طوری فرم بگیرد که دست به صورت فنجان درآید.)

خم شدن<sup>(۱۳)</sup> (CLM): این فن در گیره های مشت<sup>(۱۴)</sup> بزرگ و برآمدگیها مورد استفاده قرار می گیرد. انگشتانان را به داخل گیره مشت فرو ببرید و در لحظه ای که احساس می کنید دیگر حرکت نمی کنید،<sup>(۱۵)</sup> دستی را که گیره را گرفته است، به صورت شلاق از گیره جدا کنید و دست دیگر را به سرعت در جای آنها قرار دهید.

پنجه ای<sup>(۱۶)</sup> (CLM): این فن در برجستگیهای بسازی شکل<sup>(۱۷)</sup> بزرگ و برجستگیهایی که به شکل استالاکتیت هستند استفاده می شود. هنگامی که انگشتان دستی که با سنگ درگیر است - برای به وجود آوردن بیست بن اصطکاک - کاملاً از هم باز شده است، انگشتهای دست آزادتان را در لابه لای انگشتان دست دیگر، محکم کنید. بعد دست بایستی را بکشید و آن را آزاد

## صعود به دیواره و قلعه «گریت سیل» در جزیره بافین (کانادا)

داشت بار زدیم. بار ما از وسایل کوهنوردی، جاده‌های استراحت، پوست گوزن، گوشت خوک دریایی و بیتهای متعدد بر از بنزین، (وزن کلی تقریبی ۷۵۰ کیلوگرم)، تشکیل می‌شد. وقتی همه چیز آماده شد، در میان بارها و وسایلمان در سورتمه فرو رفتیم تا از گزند باد و سرمای شدید محفوظ باشیم و سپس شروع به حرکت در برفهای سفید کردیم.

هنوز ۱۰ دقیقه راه نرفته بودیم که یکی از ماشینها متوقف شد. به خاطر آوردم که قبل از شروع حرکت، همسر جاشوا گفته بود: حتماً ماشین خراب

می‌شود، زیرا برف همه جا را پوشانده است. ولی من فکر نمی‌کردم که این قدر زود خراب شود. جاشوا در موتور را باز کرد و در عرض چند دقیقه، قسمتهای مختلف آن را روی یک پوست گوزن ریخت و شروع به تعمیر کرد. تقریباً بعد از یک ساعت، موتور شروع به کار کرد و مجدداً حرکت کردیم. یادهای منجمدکننده جزیره بافین در هر ساعتی از روز می‌وزد. چهار ساعت بعد از آنکه ماشین برفی تعمیر شد، برف شدید و کور کننده‌ای در دهانه رودخانه، ما را از حرکت بازداشت. در آنجا یک اتاقک پناهگاه یافتیم، گویی چند روز قبل، یک خرس قطبی قسمتی از آن را شکسته و خراب کرده بود. یکی از راهنمایان در حالی که نقطه‌ای از سقف را نشان می‌داد گفت: «اینجا را نگاه کنید، گویی یک خرس این لامب سقفی را دیده و خواسته است با آن بازی کند.» جاشوا و همراهان محلی، به این نوع آب و هوا و تأخیر و تعویق کارها عادت داشتند، ولی ما لحظه‌شماری می‌کردیم تا هرچه زودتر به دره استوارت برسیم و زودتر بتوانیم صعود را آغاز کنیم. صعود به بلندترین صخره‌هایی که در نخستین پرواز

شمار قلعه‌هایی آن چنان با عظمت دارند، از جمله: ناحیه قراقروم در پاکستان، پاتاگونیا در آرژانتین، ناحیه گرینلند جنوبی، ناحیه کونین مادلند در قاره منجمد جنوبی و جزیره بافین که قرن‌ها قبل یخچالها در سنگهای سخت آن، دره‌هایی عمیق و هولناک ایجاد کرده‌اند.

اواخر ماه مه بود و تا به حال باد و طوفان سبب تأخیر مسافرت ما شده بود. بالأخره وقتی، آسمان آبی شد، کوههای یخ و قایقها را دیدیم که به ساحل یخزده بودند. ما یک گروه هفت نفره بودیم: ۴ کوهنورد، عکاس، فیلمبردار و یک متخصص فیلمهای ویدیویی. با کمک و همراهی راهنمایان محلی، سورتمه‌مان را که تقریباً هفت متر طول

نوشته‌گری چایلد  
ترجمه م. برزگر (خلیلی)

جاشوا، اسلحه شکاری خود را داخل سورتمه قرار داد و ماشین برفی کهنه و قدیمی خود را روشن کرد. ماشین برفی قدیمی در آن هوای سرد به غرش درآمد و حرکت کرد. به دنبال آن، هر پنج ماشین برفی دیگر به صدا درآمدند و در همین موقع، سگهای سورتمه کتس جاشوا از کلیه خود شروع به بارس کردند، گویی می‌خواستند ما را در سفر به کوههای ساحل شرقی جزیره بافین همراهی کنند. جاشوا مانند سایر ساکنین شمالیترین ناحیه کانادا، شکاری ماهر است و تا امروز بیش از چهل سال در این ساحل خشن زندگی کرده است. ولی این بار، در معیت ما به گوشه‌ای ناشناخته از این سرزمین سفر می‌کرد و گروه کوهنوردی ما را به ناحیه‌ای که روی نقشه‌ها «سبه جزیره دور» نامیده شده است، می‌برد. برای «بانویت»ها (ساکنین بومی این ناحیه)، دره استوارت، سرزمین صخره‌ای دور افتاده‌ای، فاقد حیوانات بومی شکاری مانند خوک دریایی و گوزن شمالی است و هر دو انتهای آن هم با صخره‌های یخچالی مسدود شده است، ولی برای کوهنوردانی مثل ما که علاقه‌ای به شکار نداشته‌ایم، سفری خوب در بیش بود. یک ماه قبل در یک پروازسناسایی، اعضای تیم از پنجره هواپیما به پایین نگاه کردیم و قلعه‌ها و صخره‌هایی دیدیم که مانند قلعه‌های زیبای دره بوسمونی زیبا بود. در تمام کره زمین، تنها چند نقطه انگشت

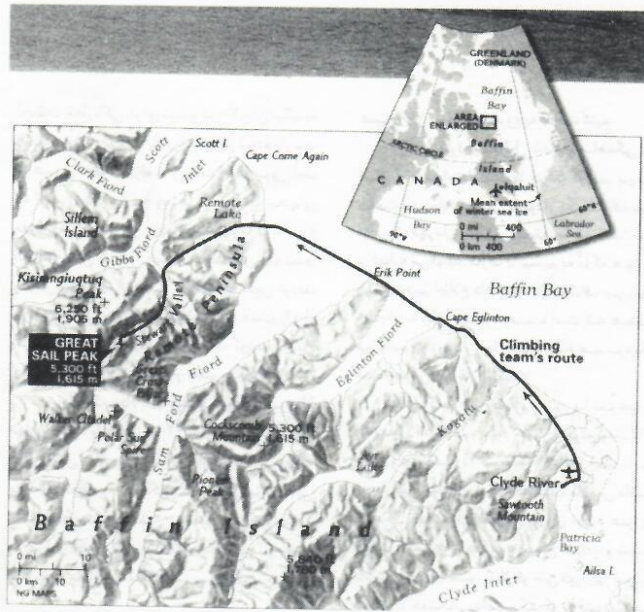
حمل می‌کردیم، در منطقی صاف و مسطح. قرارگاه میانی را بنا نهادیم، از آنجا، دیوارهٔ یخی را تا ارتفاع ۱۲۰۰ متر بالاتر از دریاچهٔ یخی بالا برویم و در زیر پیشرفتگی یک صخره (که آن را «ویزور» به معنای حفاظ نامیدیم)، قرارگاه بعدی خود را مشکل از جاده‌های متحرک و معلق برپا کنیم و در مرحلهٔ سوم صعود، از آنجا تا قله را ببیمیم.

در پرواز قبلی شناسایی، یک مسیر مناسب در جهت شمال غربی را برای صعود در نظر گرفته بودیم. آکس گفت که آن دیوارهٔ انقدر صاف است که نمی‌توانیم آن را کوهنوردی بنامیم و این در واقع، همان چیزی بود که این قهرمان اهل مونتانا طالب آن بود.

در قرارگاه پایینی، یکی از بومیها یخ دریاچه را سوراخ کرد و با سطل مقداری آب (که ذرات ریز ماسه و مواد معدنی در آن بود) برای استحمام و مصرف روزانه تهیه کرد.

راه‌نماها و همراهان بومی، روز بعد مراجعت کردند و یکی از آنها وقتی دستکش خود را درآورد تا با ما خادافظی کند، در حالی که قله گریت سیل را نشان می‌داد گفت: «شکار خوبی داشته باشید».

هیچ یک از ما نمی‌دانست که بالا بردن آن همه لوازم و وسایل چه کار مشکلی است. مارک غوغا کرد و در حالی که یک کوله‌بار ۴۰ کیلویی را از پشتش بر روی توده‌ای از بارها در قرارگاه می‌انداخت، گفت: «از حمل و نقل آن واقعاً خسته شده‌ام». تیمه شب چهارمین روز صعود بود و ما ۲۵ ساعت بدون استراحت و خواب مشغول حرکت بودیم. می‌دانستیم که در این منطقه، آفتاب تابستانی تا ماه اوت غروب نمی‌کند. وقتی به صخرهٔ زیرین رسیدیم، معلوم شد که از سنگهای شکننده و لغزنده‌ای درست شده است، مثل اینکه بشقایهای چینی را در یک کمد روی هم چیده باشند. در همین موقع، مقداری سنگ‌ریزه که از بالا می‌ریخت، از کنار سرهای ما گذشت و به پایین ریخت. دیواره‌ای که بالای جاده‌های ما قرار داشت، به بلندای ۸۰۰ متر و از دو نوع سنگ خارا و گینس بود که از جمله سخت‌ترین و نرم‌ترین سنگهای طبیعت هستند. صعود آزاد غیرممکن بود، زیرا هیچ لبه و برجستگی برای نگاه‌داشتن دستها و پاهایمان نبود. در عوض ما از روشی به نام سنگنوردی کمکی استفاده کردیم. یک کار وقتگیر و خسته‌کننده! بدین ترتیب که سنگنورد اول، میخی فلزی را در شکاف سنگ فرو می‌کند، سپس در حالی که با یک پا بر روی آن ایستاده است، سعی می‌کند میخ دیگر را اندکی بالاتر نایب کند. با



کردم و این قلهٔ زیبا که همه ما را وسوسه کرده بود تماشا کردم.

«جارد»، یکی از اعضای گروه گفت: «این خیلی ساده و آسان است». این اصطلاح معمول کوهنوردان جوان است. او که ۲۶ سال دارد، معمولاً در کلرادو درون کاروانی زندگی می‌کند که با توجه به فصل و موقعیت، در زمستان آن را به نواحی برف و مناسب اسکی و در تابستان آن را به مناطق مناسب کوهنوردی منتقل می‌کند. جارد خیلی به هیجان آمده بود، زیرا می‌دانست که به زودی بر روی آن صخره‌ها به مبارزه خواهد پرداخت. من و دوستم آکس در سنین ۳۹ و ۴۱ سالگی، روییم رفتیم. نزدیک نیم قرن تجربهٔ کوهنوردی در هیمالایا و آلاسکا داشتیم. ما، جارد ۲۶ ساله و مارک ۲۷ ساله را به تیم خود دعوت کردیم تا در این صعود ما را همراهی کنند، زیرا با وجود سن کم، بهترین صخره‌نوردهای ناحیه بودند. در سال ۱۹۹۷ مارک و جارد ۲۵ روز در پاکستان در ارتفاعات ۶۰۰۰ متری شیبین کار کرده و اعتبار و شهرتی کسب کرده بودند.

برنامهٔ ما این بود که در سه مرحله، قلهٔ گریت سیل را فتح کنیم: در ابتدا وسایل و لوازم خود را تا ارتفاع ۴۱۰ متر بالا ببریم که برای زنده ماندن اعضای تیم بر روی آن دیوارهٔ سنگ خارا، بیش از نیم تن وسایل و لوازم و به مقدار لازم، آب آشامیدنی حمل کردیم و ضمن اینکه طنابهایمان را با خود

شناسایی کرده بودیم. در آن روز ما حجم بزرگی از سنگهای هراسناک دیدیم که تصمیم گرفتیم آن را قلهٔ «گریت سیل» بنامیم و جین برآورد کردیم که یک ماه طول می‌کشد تا به آن صعود کنیم. مدتی طولانی صبر کردیم تا طوفان تمام شود و در این مدت، از گوشت خام خوک دریایی و گوزن تغذیه می‌کردیم. در ضمن به باد کوهنوردانی بودیم که قبلاً اقدام به صعود در این ناحیه کرده بودند. در سال ۱۹۹۵ دو کوهنورد در این سواحل غافلگیر شدند، در حالی که جز چند تخم غاز و یک ماهی کوچک، چیزی برای خوردن نداشتند. بالاخره، یک شکارچی گوزن که تصادفاً با قایق از آنجا می‌گذشت، آنها را دید؛ در حالی که چنان ضعیف شده بودند که نمی‌توانستند درست راه بروند.

یادی شدید اتفاق ما را تکان داد و من قطعه‌ای از گوشت خوک دریایی در دهانم گذاشتم و خوردم، ولی نتوانستم غذایی از محتویات معدهٔ گوزن شمالی را که بویی شبیه حمن گل آلود داشت تحمل کنم و دچار تهوع شدم. جاشوا خندید و گفت: «تو باید از آن بخوری تا بدنت گرم شود».

در ۲۹ ماه مه، هفت روز بعد از شروع حرکتمان به درهٔ استوارت رسیدیم. با سورت‌هایمان از روی یک دریاچه یخ‌زده عبور کردیم و از جلوی دندان‌های برآمدگی‌های بی‌نام گذشتیم. در حالی که باد ناله می‌کرد، ابرها حرکت می‌کردند و سرما‌گزنده بود به پایین قلهٔ «گریت سیل» رسیدیم. سرم را بلند



توجه به حالت عمودی دیواره و سرمای شدید ۱۲ ساعت طول کشید تا ما یک طناب به طول ۶۰ متر را صعود کنیم. بعد از هشت روز به آن صخره سنگی (که آن را «ویژور» نامیده بودیم) رسیدیم و در آنجا آلکس سوراخهایی در دیواره ایجاد کرد تا جاده‌های معلق خود را آویزان کنیم. امیدوار بودیم که آن برآمدگی «ویژور» ما را از ریزش یخ و سنگ محفوظ دارد. قبل از شروع به صعود، ما با قرعه‌کشی تعیین کردیم که هر یک از ما در چه نوبتی نفر اول باشد و درست در بالای جادر معلق، من مشکلتترین سنگنوردی را در تمام عمود انجام دادم. نه ساعت تمام در زیر ریزش برف و باران، در نهایت خستگی، آهسته، آهسته از میان سکافی بسیار باریک عبور کردم و در حالی که روی طناب نردبانی تلوتلو می‌خوردم، میخهای فلزی را یکی بعد از دیگری در شکاف بالای سرم محکم می‌کردم. هر میخ که به اندازه یک تیغه فلزی به ضخامت یک کلید بود، فقط می‌توانست وزن مرا تحمل کند، نه بیشتر. به زودی همراهانم که تقریباً سی متر پایین‌تر در جاده‌های موقتی بودند، از جلوی دیدگانم محو شدند. وقتی سرم را بالا کردم تا صخره بالایی را ببینیم، تکه‌های برف جثمان مرا هدف گرفت، در زیر پاهایم تا حدود ۱۰۰ متر، چیزی جز هوا نبود. از موقعیت خود دچار وحشت و هراس شدم و خود را محکم به سنگها جسیاندم. اگر میخ فلزی که به آن آویزان شده بودم، کنده می‌شد، من سقوط می‌کردم و آنچه برای استحکام آن به کار برده بودم، به سادگی مثل دندانۀ یک زب کنده می‌شد. تا به حال از

لحظات خطرناکی در اورست و ک-۲ جان سالم به در برده بودم، ولی این بار زیاد امیدوار نبودم. درست در همین لحظه، خورشید از پشت ابرها بیرون آمد، مه از بین رفت و بهنۀ وسیعی از برف و یخهای مغزس در اطراف من روشن شد. گرما در بدن و انگستان کرخ شده‌ام بخش شد و ناگهان آرام شدم. ضربان قلبم هم کم شد و دانستم که بدون تردید، من این نواخی سرسخت را دوست دارم. دستم را دراز کردم، یک میخ دیگر در آن سکاف کوبیدم و مثل یک مکانیک ماهر، خود را در مسیر صعود قرار دادم. در حالی که زیاد هم امیدوار نبودیم، مرحله‌نهایی صعود به قله را در ۲۴ ژوئن شروع کردیم به دلیل بارش باران و تگرگ، چندروزی بر روی دیواره به حال انتظار بودیم. آلکس که زاتویش بر اثر حمل یک بسته سنگین صدمه دیده بود، به استراحت و مراقبت از زانوی خود پرداخت. چکه‌های آب که از بالا روی جاده‌های معلق ما می‌ریخت، صدای



ناراحت‌کننده‌ای ایجاد می‌کرد. تمام کتابهایی را که همراه داشتیم خواندیم و تمام جدولهای کلمات متقاطع را حل کردیم حتی تمام لطفه‌هایی را که بلد بودیم گفتم، ولی باز روحیه‌چندان خوبی نداشتیم.

مارک از سوراخ جادر و از لایبای بندهای جادر، اجاقها، فانتقها، بوتینها و کیسه‌های مختلف به بیرون نگاه می‌کرد. به او گفتم: «هوا چطور است؟» او گفت که از سمت ساحل، ابرهای براق‌کننده‌ای در حرکت هستند، شاید هوا وضعیت نامناسبی پیش آورد، ولی

همین الآن می‌توانیم شروع به حرکت کنیم. مارک و جادر پیشقراول شدند و ماهمگی به دنبال آنها در امتداد طنابها حرکت کردیم. بیست ساعت بعد، جادر مشغول صعود از یک شکاف بود و مثل یک قهرمان مستزنی، دستهایش را با دستکش بر دیواره می‌کوبید. مارک با بیسیم به ما که هنوز در پایین بودیم اطلاع داد: «هوا دارد صاف می‌شود. جارد به یک صخره رسیده است که همگی می‌توانیم بر روی آن جا بگیریم. قله هم سردک است، همگی زود بالا بیایید»

آلکس، گسورتن، جسان و من با سرعت از طنابهایی که مارک و جادر جاسازی کرده بودند، بالا رفتیم و در ساعت ۱۰ صبح روز ۲۵ ژوئن، بقعه‌مسیر شیدار را بيمودیم و به قله که شب ملائمی داشت رسیدیم. چون مدتی طولانی بر روی دیواره عمودی حرکت کرده بودیم، وقتی به سطح صاف و سیب ملائمی رسیدیم، هنوز تلوتلو می‌خوردیم. سپس همگی با خوشحالی دست یکدیگر را فشردیم. به تمام اطراف و اکناف آن منطقه قطعی نگاه کردیم. سپس پیراهنهای خیس را از تن درآوردیم و در آفتاب پهن کردیم تا خشک شود. در حالی که بر روی آن سنگ خارا که با گل‌سنگها مفروش شده بود قدم می‌زدیم، احساس کردم که نتیجه زحمات سنگنوردی بیست و سه روزه خود را دریافت کرده‌ام. عضلاتم درد می‌کرد. دستهایم که بر اثر تماس دایمی با سنگها و یخها خونین شده بود، از زخم سوزش داشت. مدت‌ها بود حمام نکرده بودم و بدنم چرک و بدبو بود. در این مدت طولانی، در آن



## رعایت نکات ایمنی در ورزش کوهنوردی

تهیه و تنظیم سلیم شالوم | قلمت هشتم

۵۳. شناسایی منطقه مورد نظر قبل از فصل صعود زمستانی انجام شود که شامل: شناخت محل‌های بهمنی، مکان جادرها، یالهای اطراف برای مواقع گم شدن، جان‌پناه‌های موجود، خصوصیات مسیر از نظر سبب، یخ و سنگ، کار فنی و همچنین علامتگذاری با برجیم و سنگ چینه‌ای بلند است.

۵۴. در صورتی که خودتان نتوانستید منطقه را قبل از زمستان و فصل صعود شناسایی کنید، اطلاعات لازم را از طریق اشخاص مطلع به دست آورید. در صورت امکان تماشای عکس، فیلم و اسلایدهای منطقه مورد نظر مناسب است.

۵۵. برای اجرای یک برنامه زمستانی داشتن حداقل اطلاعات زیر ضروری است.

محل ایستگاه‌های وسایل نقلیه و ساعات ورود و خروج به روستای مبدأ صعود، زمان رسیدن به روستا از شهر مبدأ حرکت، زمانهای دقیق حرکت از روستا تا جان‌پناه یا محل اردوگاه همچنین فواصل اردوگاهها و قسمت آخر صعود (حمله)، زمان برگشت، مناطق بهمنی و استراحت‌های بین راه، سبب منطقه، مسیرهای فنی یخ و سنگ‌نوردی و وسایل فنی مورد نیاز، یالها و جهات آنها، آب و هوای منطقه، نام و نشانی راهنمای محلی و داشتن قاطر یا اسب برای حمل وسایل. جزئی‌ترین اطلاعات از عوارض طبیعی و مصنوعی نیز می‌تواند در مواقع لزوم یک راهنمای خوب محسوب شود؛ مثل دکل مخابرات یا برق، مزرعه، گوسفند سرا، تک درخت، سنگ چینه‌ای بلند در مسیر.

۵۶. مهمترین وسیله شخصی در برنامه‌های زمستانی کفش کوهنوردی است که برای برنامه‌های سبک، نوع یک پوشش خوب و برای برنامه‌های طولانی در مناطق سردتر و مرتفع باید از نوع دوبوش خوب استفاده شود. کفش زمستانی باید بین ۱/۵ تا ۲ نمره بزرگتر از کفش شهری شما باشد تا خون بتواند بهتر حرکت کند. در این صورت از مشکل سرمازدگی بر اثر تنگی کفش نیز آسوده خواهید بود، یکی از صدمات عمده کوهنوردان در زمستان سرمازدگی انگستان است.

۵۷. معمولاً در صعودهای زمستانی مشکل باید برای هر دو روز فعالیت، یک روز استراحت کامل، و با سخت‌تر شدن کار، برای هر یک روز فعالیت یک روز استراحت در نظر گرفته شود.

ادامه دارد...



چشم‌های من بر آن صخره‌های دست نیافتنی خیره شد و می‌دانستم وقتی به خانه و کاشانه خود برسیم، به محض اینکه دردها، سوزشها و ناراحتیهایمان بهبود یابد، دوباره خواهان صعود به این قله زیبا و سرسخت در جزیره بافین خواهیم شد.  $\Delta$

مأخذ: مجله نشنال جئوگرافیک



جادرهای کوچک و تنگ معلق، شانه به شانه اعضای تیم زندگی کرده بودیم و دائماً با طناب‌های صعود به همدیگر وصل بودیم. واقعاً از همدیگر خسته شده بودیم و آرزوی بزرگمان این بود که به سرزمین خود برگردیم.

آلکس لیخندی به بهنای تمام صورت خود زد. گفت: «ما در میان سرزمین ناسناسی هستیم» و من در حالی که اندکی از خستگی بدتم کاسته شده بود، به سوی شرق نگاه کردم، جایی که کوه‌های بلند و منجمد، مانند سرابی می‌درخشید. در سمت غرب، سرزمین بکری بود که مربوط به قله بخی بارتز بود. دیواره‌های سنگ خارای «سام فور» در سمت جنوب بود و در شمال، سدی از صخره‌های محوف قرار داشت. مارک در حالی که به سوی آن دیواره‌های مرمرز اشاره می‌کرد، گفت: «تا به حال هیچ‌کس به آنها صعود نکرده است.»

## Dhaulagiri

۸۱۶۷ متر



## داولاگیری

کوهستان سفید - بازی رکوردها

اولین قله هشت هزار متری

بزرگترین موانع در فکر و روح

آدمی قرار دارند

مستر

9

۱۴ هشت هزار متری

ریشهولد مسنر  
ترجمه الهام امیرکبانی

نمی‌دانم از فرط اشتیاق بود یا وسوسه که تصمیم گرفتم بلافاصله پس از صعود آنابورنا در سال ۱۹۸۵، به سراغ داولاگیری بروم احساس می‌کردم من و هانس کامرلندر توانایی آن را داریم که گامی فراتر بگذاریم.

الان است که منتقدان بپرسند منظور از یک «گام فراتر» در مسیر عادی چیست؟ اگر فقط به مشکلات کوهنوردی بیندیشید، بله اهمیتی ندارد! اما ما می‌خواستیم از دره کالی گانداکی تا قله داولاگیری را یک نفس طی کنیم. تا آن زمان، هیچ‌کس دست به چنین کاری نزده بود. فقط نمی‌دانستیم که صعود بدون توقف از ارتفاع ۲۰۰۰

متری تا قله داولاگیری، از نظر فیزیکی امکانپذیر هست یا نه؟ از نظر تجهیزات مشکل نداشتیم و می‌توانستیم همان لوازمی را به کار ببریم که از آنابورنا آورده بودیم.

در طول حیات حرفه‌ای خود، انواع جدیدی از لوازم کوهنوردی، همچون جادر، چکمه و کرامیون را طراحی کرده‌ام که تا حد امکان، سبک و در عین حال محکم هستند و معمولاً با کسانی که ساخت وسایل جدید را قبول می‌کنند، شریک می‌شوم.

مسلماً چنین تجهیزاتی برای همه کوهنوردان مناسب نیست، به عنوان مثال، جادر ارتفاعات برای اردوهای موقت آلب به هیچ‌وجه مناسب نیست؛ زیرا در برابر باد و برف مقاوم است، اما در برابر باران مقاومتی ندارد، زیرا در هیمالاها، رطوبت هوا اهمیت چندانی ندارد.

کفش‌های پلاستیکی (فایبر گلاس) که در ۱۹۷۵ در اوردست به پا کردم، از طرحهای خودم بود. در آن زمان، موضوع خنده همه شده بود، اما اکنون تمامی کوهنوردان از کفش‌های پلاستیکی استفاده می‌کنند؛ زیرا در ارتفاع، بسیار سریعتر از جرم خشک می‌شود و مانند کفش‌های معمولی، آن فسردهگی درونی را ندارد، بنابراین انگشتان ما را در برابر یخزدگی محافظت می‌کند. برای لایه درون کفش، بهترین جنس «اولیت» است که یوسنندهی آن، حتی از نمد و جرم نیز بهتر است.

مسنری باید دقیقاً بدانند که چه می‌خواهد، مثلاً اگر در جادر ارتفاعات باشد و در معرض باران شدید قرار گیرد، نباید سازنده را ملامت کند. اگر کوهنوردی

با جادر مخصوص کوهستان هشت هزار متری به پاناگونیا برود، تقصیر فقط متوجه خود اوست.

کاملاً می‌دانستیم که صعود از داولاگیری،

بلافاصله پس از آنابورنا، چه مخاطراتی را در بردارد.

تلاش برای صعود متوالی از دو کوه مرتفع، نه تنها

خسته کننده بود، بلکه میزان شانس را نیز کاهش

می‌داد، زیرا شانس هرکس، تا نقطه مشخصی او را

همراهی می‌کند. شاید آنقدر خسته شویم که قادر به

انجام صعود کامل نباشیم.

هانس از فکر من استقبال زیادی نکرد. طبیعی

بود که ترجیح می‌داد به خانه‌اش برود. هوا چندان

مساعد نبود و احتمال گیر افتادن در باد موسمی نیز

وجود داشت. من دو بار در رسیدن به قله داولاگیری

با شکست رو به رو شده بودم. درست در پای کوه قرار

داشتیم و امید داشتیم که سومین صعودم با موفقیت

روبه‌رو شود.

## صعود شیر ممکن!

در نخستین تلاش برای دستیابی به قله، همراه

اوتو ویدمان، بیتره‌ایرلر و مایکل کاونینگتون در سال

۱۹۷۷ او جبهه جنوب صعود را آغاز کردیم و فقط تا

ارتفاع ۶۰۰۰ متری پیش رفتیم. مسنر، بی‌نیاهت

دشوار و خطرناک بود. تقریباً روزی نبود که بهمن بر

آن فرو نیفتد. ما در ابتدا تصمیم گرفتیم تا از مسیر

میانی حرکت کنیم. پس از آن دیگر امکان تغییر

مسیر وجود نداشت و تا این تاریخ هم کسی موفق به

دستیابی به قله، از این مسیر نشده است.

از پای کوه تا قله، ۳۰۰۰ متر صخره و دیواره برش‌بند وجود دارد که متخصصان، صعود از آن را غیرممکن خوانده بودند. من هم دقیقاً به همین دلیل، جبهه جنوب داولاگیری را بسیار جذاب یافته‌ام. با خودم می‌گفتم، تقریباً غیرممکن است. از همان لحظه‌ای که در بهار ۱۹۷۷ پای کوه رسیدم، به دنبال راهی برای صعود می‌گشتم.

مانند همیشه، قله به خودی خود برایم اهمیت نداشت؛ بلکه تلاش برای رسیدن به آن مهم بود. این، جبهه، یکی از مرتفعترین جبهه‌های بوسنیده از یخ و یخ‌سرخه دنیا است که بر فراز جنگل نیال، درخشان خیره‌کننده‌ای دارد.

باید از آب و هوای نامساعد ارتفاعات داولاگیری نیز یاد کرد. طوفانهای تیت با سرعت ۲۰۰ کیلومتر در ساعت می‌وزد و انبوه برف تا قله را پوشانده است. عصرها به نظر می‌رسد که کوه آتش گرفته است، زیرا همچون آتشفشانی در آستانه انفجار می‌درخشد. در واقع، داولاگیری شبیه آتشفشان هم هست. این نکته را پس از چهار هفته نفسگیر که به صعود از جبهه جنوب سپری شد، دریافتم. دیواره قله به‌طور مداوم بهمن به سمت پایین روانه می‌ساخت. ما هم عادت کرده بودیم که تمامی لحظاتمان توأم با ترس باشد.

جبهه یخ‌زده جنوب، تمامی مه بلندیهای نیال را در خود جمع می‌کند و به ناگاه، هوا را متقلب می‌سازد. بدین ترتیب به تلاشمان ادامه می‌دادیم، اما طولی نکشید که فهمیدیم مسیری که انتخاب کرده‌ایم، و درست در وسط جبهه قرار دارد بیش از

۴. نمای جنوبی داوآگیری از گذرگاه قوراپاتی. در سمت راست، قله توکچه قرار دارد. ستون سمت چپ (ستون جنوب غربی) را زاپنیا برای اولین بار در سال ۱۹۷۸ طی کردند. تیغه بلند جنوب شرقی در منتهی‌الیه سمت راست قرار دارد؛ مسیر دشواری که کوهنوردان ژاپنی در ۱۹۷۸ صعود کردند. یوگسلاوها نیز با صعود از جبهه جنوبی به این تیغه راه یافتند، اما به قله راه نیافتند. جبهه جنوبی مطلقاً همچنان دست نخورده باقی مانده است. رینهولد مستر سعی کرد به همراه یک گروه مختلف کوهنوردی در ۱۹۷۷ از آن صعود کند.

انتظاراتی را به وجود می‌آورد، اما من هرگز به امیدهای واهی دامن نزده‌ام. احتمال موفقیت، همواره بسیار اندک بوده است و از آنجا که ما آماده‌ایم تا «محدوده غیرممکن» را عقبتر بدانیم، نباید این تصویر بیش آید که قصد خودکشی داریم. «مرگ یا افتخار» هرگز شعار ما نبوده است.

ما برای خوشایند مردم یا کاتالهای تلویزیونی و یا هیچ موسسه‌ای به داوآگیری نرفتم. عرق میهنی هم نداشتیم، فقط به خاطر خودمان صعود کردیم. اگر ما پذیرای شور و اشتیاق مردم از طریق تلویزیون و شاید رسانه‌ها شدیم، دلیل بر این نیست که بخواهیم نقش قهرمان را برانسان ایفا کنیم. به هیچ وجه نمی‌خواستیم با قهرمان‌بازی، جانمان را به خطر اندازیم.

من هرگز سعی نکرده‌ام تا با عنوان کردن مطالب کلیشه‌ای کوهنوردی در رسانه‌ها، موجب ایجاد هیجان کاذب شوم. گاهی دلم می‌خواهد فقط از سرکنجکاوی - نه به دلیل قهرمان‌بازی و کسب افتخار - بار دیگر به جبهه جنوبی داوآگیری بروم. اگر یک بار دیگر دست به چنین کاری بزنم، همان شیوه‌های دفعه قبل را به کار می‌گیرم. اگر بخواهم خود را به کشتن بدهم، حتماً با روشهای ساده‌تر و در مکان دیگری این عمل را انجام خواهم داد.

در سال ۱۹۸۴ در «سیت ولفگانگ نیرز» به داوآگیری بازگشتم. او رهبری تیمی از کوهنوردان شمال و جنوب تیرول را برعهده داشت که من هم به آنها پیوستم. این طوری اندیسیدم که امکان عبور عرضی از داوآگیری وجود دارد و حداقل نباید در راه رسیدن به قله از مسیر عادی، مشکلی وجود داشته باشد.

اما باز هم با شکست رو به رو شدیم. ابتدا، خیلی قضیه را جدی نگرفتم، تا اینکه بارش بی‌امان برف آغاز شد. خطر سقوط بهمین جندین بار ما را به عقب برگرداند. یک بار، برف تمامی چادرهایمان را منهدم کرد و سرانجام، زمانی که به آخرین اردو رسیدیم و خود را آماده صعود به قله می‌کردیم، هوای نامساعد ما را مجبور به بازگشت کرد.

عاقبت، سومین سالم برای صعود از داوآگیری، به نتیجه رسید. اوایل ماه مه ۱۹۸۵ به همراه هانس کامرلندر، دره کالی گانداسکی را ترک



سرمان فرو می‌ریخت می‌رسید، اما زمانی که به منزل بازگشته بود، از ضعف و ناتوانی خود متعجب بود.

برای من، کوهنوردی ورزشی است که امکان نوآوری را فراهم می‌کند؛ چیزی مانند یک بازی رزمی. از این رو، هرگز گروهی را با شیوه‌های سخت نظامی اداره نمی‌کنم و کنترل ویژه‌ای روی همراهانم اعمال نمی‌کنم. هر چهار نفرمان، روزی مشابه را در داوآگیری سیری کرده‌ایم؛ پس هرکدام به اندازه سایرین مسئول بوده‌ایم.

هیچ‌گاه همراهانم را به امضای قراردادی که از آنها اطاعت بی‌قید و شرط طلب نماید یا آنها را از نوشتن کوچکترین مطلبی درباره سفر بازدارد، وادار نکرده‌ام. من وظیفه خود می‌دانم که هزینه سفر را فراهم کنم؛ بهترین مواد غذایی و تجهیزات را برای اعضای تیم گردآوری کنم؛ اعضای گروه را به سوی قله راهنمایی کنم و همیشه در خطرناکترین نقاط، پیشاپیش آنها حرکت کنم.

تأمین هزینه سفر، فقط از طریق قراردادهای تلویزیونی، حمایت‌های تجاری و برخی حمایت‌های شخصی امکانپذیر است و طبیعتاً هر یک از اینها،

اندازه دشوار است. به نظرمان رسید که صعود از ستون جنوبی - با وجود اینکه شیب بیشتری داشت - به مراتب آسانتر باشد، اما هنگامی که به پیمودن مسیر میان ستون و جبهه اندیسیدیم، این فکر را به کلی کنار گذاشتیم.

برای بسیاری از طرفداران، حامیان و حتی فیلمبردارانی که فیلم داوآگیری را در دست تهیه داشتند، غیرقابل صعود بودن این جبهه، غیرقابل پذیرش بود. اکنون خوراک مناسبی برای منتقدان فراهم شده بود. افرادی که اصلاً یا به کوهستان نگذاشته بودند، داد سخن می‌دادند و برخی می‌گفتند که از ابتدا حتم داشته‌اند که این طرح با شکست، روبه‌رو خواهد شد. به هر حال، حرف زدن همیشه آسان است.

همیشه همین طور است، نه تنها افراد خارج از گود، بلکه فیلمبرداران و اعضای گروه که در اردوی مبدأ نظاره‌گر تلاش کوهنوردان هستند، این گونه اظهار نظر می‌کنند. خود ما هم، زمانی که به منزل بازمی‌گردیم، درک نمی‌کنیم که حضور از مقابل خطر «فرار کرده‌ایم!» اوتو ویدمان - که جوانترین عضو گروه بود - تا سر حد مرگ از بهمنهایی که بی‌وقه بر

در چنین مکان لایتناهی نباید مدت طولانی توقف کنی.

### تاریخچه صعود داوالاگیری

۱۹۵۹-۱۹۵۰: اولین عکسهای هوایی قله در سال ۱۹۴۹ گرفته شد و گروههای فرانسوی، سوئیسی، آرژانتینی و اتریشی، به ترتیب به قله صعود کردند. تمامی تلاشهایی که برای صعود از بهلوی شمالی صورت گرفت، فقط تا ارتفاع ۸۰۰۰ متری پیش رفت. در این مسیر، سه کوهنورد جانسان را از دست دادند.

۱۹۶۰: گروهی به سرپرستی ماکس اسلین سوئیسی، از تیغه شمال شرقی برای نخستین بار با بر قله نهاد. در روزهای ۱۳ و ۲۳ مه، انفور، ا. شلیرت، م. واجر، ه. وبر (کوهنوردان سوئیسی)، ک. دیمبرگر (اتریشی)، ب. دینر (آلمانی)، نعیمادورچی و ناوانگ دورچی (سربا) بدون استفاده از «اکسیژن» به قله راه یافتند. یک هواپیمای سیک، کوهنوردان و تجهیزات آنان را تا بال شمالی رسانده بود.

۱۹۶۹: یک گروه آمریکایی به رهبری ب. اورت برای چندمین بار قصد صعود از تیغه جنوب شرقی را داشت که پنج نفر از اعضا و دو سربا زیر بهمن مدفون شدند.

۱۹۷۰: یک گروه ژاپنی به سرپرستی ت. اوتا در

وضع در داوالاگیری بسیار متفاوت بود. صدای رعد و شدت آن را می شنیدیم و در سمت جنوب، شعله های آتش را می دیدیم، اما خوشبختانه دچار سانحه نشدیم.

در همان روز به آخرین اردوی موقت بازگشتیم؛ شب را در آنجا گذراندیم و روز بعد تا اردوی مبدأ باین رفتیم. گاهی با این برسش روبهرو می شوم که آیا این گونه کوهنوردی میدل به کاری عادی و معمولی نمی شود؟ پاسخ همواره این است که وقتی صحبت از یک قله بلندتر از هشت هزار متر به میان می آید، هیچ چیز عادی و معمولی وجود ندارد. رسیدن به هر هدف تازه، مستلزم برنامه ریزی جدید است. در هر ساعت، بسته به موقعیتی که پیش می آید، باید از تاکتیک جدیدی بهره برد.

تجارب و احساسهایی که روی قله بدید می آید نیز هر بار به شکلی متفاوت نمود پیدا می کند. اگر همیشه دچار یک احساس می شدم، بیش از یک بار، دست به صعود نمی زدم. کوهنوردانی که ادعا می کنند روی قله به خدا نزدیکترند یا چون جزء خواص هستند، بدانجا راه یافته اند، همواره مرا عصبی می کنند.

من هم آرامش کامل و هم ناامیدی مطلق را روی قله تجربه کرده ام. به طور معمول، فکر بازگشت در زمان مناسب نیز بخشی از افکارم را روی قله به خود اختصاص می دهد. خلاصه اینکه، امید و اضطراب در کنار یکدیگر به تو هشدار می دهند که

کردیم؛ از دامپوس و گذرگاه فرانسوی گذشتیم و به اردوی مبدأ واقع در کناره شمالی قله قدم نهادیم. یک شب در آنجا اقامت کردیم و در خلال روزهای ۱۳، ۱۴، ۱۵ مه به سیمو آلی از تیغه شمال شرقی قله صعود کردیم. تیغه یخی شکسته ای، راه رسیدن به قله را سد کرده بود و یافتن راهی از آن میان، کار دشواری بود. تا جایی که ممکن بود به سمت راست - میان یخ و صخره - رفتیم. غالباً مجبور بودیم تا به طور عمودی از صخره صعود کنیم و دوبار، طنابها را به گونه ای وصل کردیم که راه بازگشت را باز بگذاریم. مسیری که روی تیغه شمال شرقی برگزیدیم، نسبت به مسیر سال قبل، به طور کامل در سمت راست قرار داشت. از این روز، در همان نخستین روز، تا ارتفاع ۶۰۰۰ متری پیشروی کردیم. روز دوم هم پیشرفت خوبی داشتیم و حوالی بعد از ظهر به همان نقطه ای رسیدیم که یک سال قبل در آن، اطلاق کرده بودیم. این بار، مشکل چندانی برای برپایی چادر نداشتیم، زیرا چادرمان کوچکتر بود و کاملاً در آن سطح جا می گرفت.

### امواج الکتریکی در ارتفاع

آخرین بخش صعود، حکایتی داشت. در محوطه نزدیک قله، امواج الکتریکی شدیدی وجود داشت؛ به شکلی که کلنگها و کرامیونهای ما وزوز می کرد و موهایمان سیخ شده بود. تبادل جریان الکتریسته در همه جا وجود داشت؛ میان تیغه و آسمان، آستین لباس و دستکش، صخره و کرامیون ...

عجیب بود که در انبای صعود، دچار برق گرفتگی نشدیم. طبیعت کوهنوردی اقتضا می کند که در اکثر مواقع، سیخ بایستیم. همیشه هم نمی توان از مهلکه جان سالم به در برد. اما خوشبختانه، حتی هنگامی که از میان تیغه دو صخره عبور می کردیم، آسیبی ندیدیم. باورش برای خودمان نیز دشوار بود. خطر مرگ در هر لحظه تهدیدمان می کرد. کم کم، اعتماد به نفسم را به دست آوردم و زمانی که به دیواره قله رسیدیم، دیگر به هیچ چیز اهمیت ندادم.

بی شک، برق و تبادل الکتریکی در اروپا خطرناکتر از هیمالایاست. اگر چنین وضعی در آلب بیس می آمد، هرگز از ماوای خود خارج نمی شدم.

۶. رینهولد مسنر در ۱۹۸۴، صعود خود را از زین شمال شرقی متوقف کرد، اما در ۱۹۸۵ فقط در عرض سه روز از همین مسیر به قله رسید.





بایز از مسیر نخستین صعود، دومین صعود به قله را انجام داد.

۱۹۷۳: یک گروه آمریکایی تحت سرپرستی ج. مورسی از طریق تیغه شمال شرقی، سومین صعود به قله را جامه عمل پوشاند.

۱۹۷۵: دو عضو یک گروه ژاپنی به رهبری ت. امیسا و سه شریا بر اثر سقوط بهمین در ستون جنوبی جان باختند.

۱۹۷۸: در تابستان، یک گروه ژاپنی توانست با موفقیت از طریق ستون جنوب غربی (برای اولین بار) به قله برسد. یکی از اعضای گروه جان خود را از دست داد. یک گروه ژاپنی دیگر نیز پس از راهیابی به قله از جبهه جنوبی و تیغه جنوب شرقی، بر اثر ورزش باد موسمی، چهار کوهنورد خود را از دست داد.

۱۹۷۹: کوهنوردان اسپانیایی به سرپرستی ج. بونز از مسیر عادی به قله صعود کردند.  
۱۹۸۰: در فصل بهار، یک گروه لهستانی به رهبری و. کوریتکا - که دارای اعضای انگلیسی و فرانسوی هم بود - برای اولین بار مصمم بود تا از جبهه شرقی به قله برسد که موفق نشد و چند روز بعد از طریق تیغه شمال شرقی به قله رسید.  
۱۹۸۰: ماکس ایسلین، ۲۰ سال پس از اولین

۱۹۸۲: کوهنورد ژاپنی، ا. کوبزومی به همراه شریا وانجو توانست به اولین صعود زمستانی (مطابق قواعد نبال‌ها) داو لاگیری دست یازند. نام او به عنوان اولین کوهنوردی که در فصل زمستان از یک قله هشت هزارمتری صعود کرده است، ثبت شد. آنها با اکسیژن مصنوعی صعود کردند که بیش از رسیدن به قله تمام شد و بازگشت را بسیار دشوار ساخت.

۱۹۸۴: در پاییز، یک تیم فرانسوی از مسیر ستون جنوب غربی صعود کرد. یک گروه جک نیز برای اولین بار از جبهه غربی صعود کرد، اما در مسیر بازگشت، یکی از اعضا جان باخت. کوهنوردان لهستانی هم در زمستان از مسیر تیغه شمال شرقی به قله راه یافتند.

۱۹۸۵: روز ۱۵ مه، ر. مسر و ه. کامرلندر در هوای طوفانی، از تیغه شمال شرقی صعود و بیستمین صعود از داو لاگیری را به نام خود ثبت کردند. در زمستان، یک گروه سوئیسی از جبهه شرقی و تیغه شمال شرقی به قله رسید.

۱۹۸۶: یک گروه گردشگر آلمانی - اتریشی در فصلی که معمولاً گروه‌های دیگر ناموفق هستند، از مسرعادی به قله راه یافت. Δ

صعود موفقیت آمیزش به داو لاگیری، با گروهی تجاری عازم این قله شد. از میان ۱۷ عضو گروه، ۱۴ نفر از مسیر تیغه شمال شرقی به قله راه یافتند. ف. لوک سننگر ۵۹ ساله، بزرگترین کوهنوردی بود که با بر قله داو لاگیری نهاد. شریا آنگ ریسا نیز برای سومین بار به قله صعود کرد.

۱۹۸۱: ۳ تن از اعضای یک گروه ژاپنی مصمم شدند تا از جبهه شرقی به شیوه آلی صعود کنند. ه. کامورو موفق شد به تنهایی به قله برسد. در پاییز، یک گروه یوگسلاو قصد صعود از جبهه جنوبی و تیغه جنوب شرقی را داشت که در ارتفاع حدود ۸۰۰۰ متری متوقف شد.

## حادثه در گروه آلمانیها

گزارش از: بهمن گل محمدزاده



صبر می‌کردیم. شب سختی بود، اما صبح شد. به کمک رسول نقوی و چند نفر دیگر از اعضای گروه، بیکر این عزیز را تا بخجال خراسان باین آوردیم و بعد با قاطر و وانت او را به رودبارک منتقل کردیم.

اما از آنجا که همه می‌دانیم، علم‌کوه همواره یکی از مناطق حساس و خطراترین برای کوهنوردان بوده است، چند نکته را به منظور بهبود وضعیت امداد در منطقه، به مسئولان ذیربط پیشنهاد می‌کنیم:

۱. استقرار دو امدادگر در طول تابستان با مشخصه‌هایی چون آشنایی به منطقه، مهارت در سنگنوردی و حمل مجروح در مناطق سنگی تا پناهگاه رودبارک و اعزام ایشان در روزهای آخر هفته به پناهگاه سرجال.
۲. استفاده از بی‌سیم و ایجاد ارتباط بین پناهگاه رودبارک و سرجال که این مهم بسیار راهگشاست.
۳. مهیا بودن وسایل امداد از قبیل: برانکاردر، امبولهای تقویتی، دارو، وسایل بانسمان و بیخه و همچنین وسایل فنی سنگنوردی در پناهگاه.

لازم به ذکر است که در حال حاضر، هیچ‌گونه وسیله‌ای برای امداد در منطقه وجود ندارد و عملیات امداد با کمترین امکانات و بیشتر با کمک گرفتن از کوهنوردان خوب محلی انجام می‌پذیرد. Δ

۲۵ تیرماه، ساعت ۱۰ صبح

در محفل دوراهی و سردرگم به انتظار بازگشت ۲ تن از هموردانمان بودیم. آنها ۴ روز قبل به قصد صعود به قله علم‌کوه از مسیر مرده آلمانیها، گروه ۹ نفره ما را که عازم منطقه حصارچال بود، ترک گفتند و آن روز (۲۵ تیر) قرار بود به یکدیگر ملحق شویم تا به سمت رودبارک بازگردیم، اما در کمال ناپاوری، از طریق کوهنوردانی که از سرجال باز می‌گشتند، مطلع شدیم که برای محمد اسعد واقعی، همورد شجاع و دوست‌داشتنی‌مان اتفاق ناگواری روی داده است. بی‌وقفه به پناهگاه رودبارک بازگشتیم و با کمک علی دوست فرضی (که از هیچ تلاشی دریغ نکرد) با رسول نقوی و بیان حامی تماس گرفتیم و پس از فراهم کردن وانت و قاطر، در یک گروه ۶ نفره به سوی تنگ گلو حرکت کردیم.

نداشتن اطلاعات کافی در مورد نحوه آسیب‌دیدگی و وضع کلی وی از یک سو و امید به نجات او (در هر موقعیتی که قرار داشته باشد) انرژی فوق‌العاده‌ای به پاهای خسته ما می‌داد، تا آنجا که توانستیم در عرض ۵ ساعت و نیم خود را روی مرده آلمانیها برسانیم، اما متأسفانه با بیکر بیجان او مواجه شدیم. باور کردنی نبود، واقعی جوان بود و نیرومند، او عاشق کوه بود و کوهستان با همه سختی‌هایش برای محمد جلوه‌ای از عظمت حق بود...

به باری کوهنوردان جگاد اصفهان، جسد بیجان این عزیز را تا روی مرده آلمانیها حمل کردیم. ساعت از ۹ شب می‌گذشت و باید

تجهیزات کوهنوردی

کوهسار

مرکز تهیه و فروش

تجهیزات کوهنوردی

در استان گلستان

گرگان - خیابان شهید بهشتی،

پاساژ گلستان (بازار رضا)

تلفن: ۵۲۶۳۷-۱۷۱ + نصیری

# آموزش کوهنوردی و سنگنوردی برای جوانان

## قسمت دوم

با توجه به اینکه مهمترین عامل گرایش جوانان به ورزش کوهنوردی، گذراندن اوقات فراغت است، امید است که قسمت اول این مقاله خطرهای پنهان ناشی از راهنمایی و آموزش اشتباه را آشکار ساخته باشد. بسیاری از کوهنوردان زنده‌ای که من به خاطر آموزش کوهنوردان جوان، آنان را ملاقات کرده‌ام اظهار داشته‌اند که با در بیش گرفتن روشهای مستاسبت کوهنوردی در دوران جوانی نه تنها می‌توانستند به مراتب بهتر باشند، بلکه ممکن بود دچار آسیبهای متعدد نشوند.

هدف این قسمت از مقاله ارائه نظریات و واقعیاتی است که قبلاً مورد بررسی قرار گرفته است تا یک راهنمای آموزشی عملی برای کوهنوردان جوان و مربیان آنان تدوین شود.

### ۱. برنامه کلی تکنیک

در هر ورزش باید مهارت قبل از قدرت بارور شود. اساس کوهنوردی تکنیک شناخت کوه است. به عبارت دیگر به دست آوردن تجربه اساسی در شناخت مسیرها و صخره‌ها به مراتب مفیدتر از آموزش دیواره‌نوردی در سالهای جوانی است.

اصولاً آموزش دیواره‌نوردی در داخل سالن شامل حرکت‌های صعودی محدود است. بعد از آموختن اولین تجربه‌های داخل سالن تنها راه دستیابی به تکنیک بهتر، رفتن به سراغ صخره و تجربه کردن انواع سنگ‌هاست. یادآوری می‌شود که از نظر علم فیزیولوژی، بهترین زمان یادگیری مهارت‌ها دوران نوجوانی است؛ در حالی که بیشترین قدرت جسمانی در سالهای آخر جوانی و ۲۰ سالگی به دست می‌آید. به گفته بن مون (Bon Moon) کوهنوردان جوان باید آموزش را فراموش کنند و برای کسب مهارت روی بالا رفتن متمرکز شوند. ضمناً از نقطه نظر جسمی و روانی نباید روی نوجوانان فشار آورد. اصولاً موفقیت در صعود منجر به بیدار شدن اعتماد به نفس و موجد زمینه‌های اساسی برای شروع آموزشهای نیمه فشرده می‌شود

نویسنده نیل مرشام  
ترجمه مجید بنی‌هاشمی (۱)

که خود، آموزشهای بعدی و فشرده را به دنبال خواهد داشت.

اگر بدن در سنین پایین بر اثر تمرین سنگین افت کند، رشد ورزش‌اش متوقف می‌شود. طبق توصیه لئو هولدینگ (Leo Holding) به هیچ وجه میدان را خالی نکنید. ولی از طرف دیگر به خود تریس هم راه ندهید. کار خود را از طریق طی کردن مراحل مختلف ادامه دهید و کامل کنید. ضمناً مواظب تاندونهای خود باشید.

### ۲. آموزش نیم‌هوازی کسب پایداری و ازدیاد

#### نیروی حیاتی

تحقیقات نشان می‌دهد که هر قدر کوهنورد جوانتر باشد، به همان اندازه باید به آموزش کسب پایداری و استقامت بیشتر تاکید شود تا کسب قدرت آموزش و کسب پایداری و ازدیاد نیروی حیاتی بر ورزشکاران جوان کمتر فشار وارد می‌آورد تا آموزشهای فشرده غیرهوازی میان مدت. در این رابطه لطفاً به راهنمایی زیر توجه کنید:

آموزش کسب ازدیاد نیروی حیاتی: طی مسی‌های طولانی در صخره.

آموزش غیرهوازی کسب پایداری: طی مسی‌های کوتاه روی دیواره برای ۱۵ تا ۳۰ حرکت. باید توجه داشت که حفظ زمانهای استراحت در بین تمرینات بسیار مهم است. حدوداً ۱۰ تا ۱۵ دقیقه باید برای خنک شدن بدن در نظر گرفته شود و حذف مایعات بعد از هر نیم ساعت صعود صورت گیرد. برای هر یک ساعت آموزش و تمرین صعود

برای کسب پایداری باید از مایعات جایگزینی الکترولیتی استفاده شود، مانند آب همراه با ۰/۳ گرم در لیتر نمک و ۰/۲۸ گرم در لیتر کلرید پتاسیم و تا ۲۵ گرم در لیتر شکر.

### ۳. آموزش کسب نیرو و قدرت

آموزش کسب قدرت مشکلترین و حساس‌ترین بخش از برنامه آموزش کوهنوردان جوان است. دستیابی به قدرت و نیرو در سنین پایین با احتمال خطر بروز آسیبهای جدی و عدم دستیابی دائم به فنون مختلف همراه است.

بدون شک هر کوهنورد جوانی باید در بی کسب قدرت بدنی در سنین آخر نوجوانی باشد. برنامه آموزشی زیر برای کسب هر چه بیشتر قدرت و افزایش نیروی کوهنوردان جوان بررسی می‌شود.

#### تا سن ۱۲ سالگی

آموزش صعود دیواره باید با تاکید بر فنون

به سه نوبت در هفته محدود شود. البته ممکن است این راهنمایی زیاد مطلوب نباشد. راهنمای جسمانی افراد بالغ برای نوجوانانی که مایل به پیشرفت در یک ورزش مشخص هستند، تعیین هدف و تمرینهای پراکنده و غیرفشرده را توصیه می‌کند.

در این حالت نوبت تمرین را می‌توان افزایش داد (مثلاً ۴ یا ۵ بار در هفته) و پر آموزش کوتاه مدت فشرده تاکید داشت؛ مشروط بر اینکه یک دوره کامل آموزشی در نظر گرفته شود (مانند استراحت، آموزش سبک، متوسط و سخت).

#### نتیجه

هنوز زمینه‌های زیادی برای تحقیق درباره آموزش نوجوانان و جوانان به ویژه در ورزش کوهنوردی وجود دارد. در این مقاله دو قسمتی سعی شده است بر اهمیت تمرینات مطمئن و نیاز جوانان به توجه به کوهنوردی تاکید شود؛ به صورتی که هم این تمرینات قابل تحمل باشد و هم از حداکثر توان آتی جوانان استفاده شود.

از همه مهمتر، این مقاله بر فیزیکی برای کسب پایداری بیشتر و استفاده از مفاصل و تاندونها به نحو آسانتر تاکید کرده است؛ بدون آنکه به کسی اجازه داده شود بر نوجوانان فشار بیش از حد آورد. Δ  
مأخذ: مجله های (۱) روحش شاد و یادش پیوسته به نیکی گرمی‌باد



هفته نباید یکسان باشد و کوهنوردان جوان باید به تمرینات کوتاه‌تر با تداوم کمتر بپردازند. راهنمای فعالیت جسمانی نوجوانان (C.L.P.M.A) می‌گوید که نوجوانان باید بیشتر به تمرینات عمومی مانند پیاده‌روی، فعال بودن، و شرکت در بازیهای جمعی مدرسه بپردازند. آموزشهای قدرتی و مشخص مانند کوهپیمایی باید

پیشرفته با حداقل فشار باشد. در صعود دیواره با شیب ۱۵ تا ۲۰ درصد باید از قلابهای کوچک یا قلابهای میخی استفاده نشود. صعود باید توأم با کنترل و بدون حرکتهای اضافی و باندولی باشد. یک نوجوان نباید هرگز بای برهنه یا با کوله‌بستی صعود کند.

#### ۱۲ تا ۱۵ سالگی

اکنون می‌توان تاکید بیشتری بر آموزش برای کسب قدرت و نیرو داشت. اما از صعود بدون کفش باید احتراز شود. تمرینات محتاطانه استفاده از انگشتان و تمرین بسیار سبک حمل بار می‌تواند آغاز شود.

#### از ۱۶ سالگی به بالا

اکنون زمان آموزش واقعی فرارسیده است. در این سن می‌توان آموزش جدی را با در نظر گرفتن مراحل مطلوب استراحت به صورت صحیح آغاز کرد. از آموزشهای با حداکثر بار تا سن ۱۷ یا ۱۸ سالگی یعنی زمان کامل شدن استخوانها و رگها و پی‌ها باید احتراز شود.

#### میزان تحرک و تداوم حرکت

میزان تداوم و تحرک جسمانی در طول یک



**هموطن!**  
ورزش راهی است بسوی سلامت جسم و جان  
در سرزمین ما - کوهنوردی، فراگیرترین ورزشهاست  
همه با هم، بسوی توسعه ورزش کوهنوردی  
ورزش کوه: تولیدکننده وسایل ورزشهای کوهستانی  
تهران - شرق میدان فردوسی - کوچه رفعت جاه - شماره ۲  
تلفن: ۸۸۲۶۶۴۲ فاکس: ۸۸۴۲۰۳۴

# شمالی ترین هفت هزار متریها

ترجمه ابوالفضل جوادی

## «قزاقستان»

بهترین راه رسیدن به تیان شان از قزاقستان می‌گذرد که بزرگترین کشور آسیای میانه است. روسیه در شمال آن، ترکمنستان، ازبکستان و قرقیزستان در جنوب و چین در خاور آن جای دارد. قلمرو پهناور آن، ۳۰۰،۷۱۷ کیلومتر مربع؛ در برمی‌گیرد. مناطق طبیعی آن شامل نواحی جنگلی - استپی در شمال تا صحراها و نیمه صحراهای گرم شنی مانند «قرل قوم»، «استیورت» و «مویون قوم» در جنوب است. آبهای خزر، مرز جنوبی قزاقستان را شست‌وسو می‌دهد. کوههای جنگل پوش «آلتای» و «دزونگارسکی آلتائو» و رشته کوههای برف پوش شمالی و باختری تیان شان در خاور و جنوب خاوری قزاقستان جای دارند. تقریباً ۸۵۰۰۰ رود، این سرزمین پهناور را تکه تکه می‌کند که نامی ترین آنها اورال، آمبا، سیردریا، ایرتیش، اینسیم، توبول و ایلی هستند. ۴۸۰۰۰ دریاچه در قزاقستان هست که «بلخاش»، «زیزان»، «الاکسل»، «تنگین»، «کوشمورون» و «مارکاکل» شماری از آنها هستند. پوشش جانوری قزاقستان شامل ۶۹۵ گونه از پستانداران، پرندگان و خزندگان به اضافه ۱۵۰ گونه ماهی است. بیش از سی‌گونه از این پستانداران منحصر به اکوسیستم این کشورند. قزاقستان یک کشور واحد با دولت جمهوری است. ۱۶/۵ میلیون جمعیت آن شامل قزاقها و روسها (دو گروه عمده با جمعیت تقریباً برابر) به اضافه شمار قابل توجهی از تاتارها، آلمانیها، اوکراینیها، اوکروها و کره‌ایهاست. مردمانی از یکصد نژاد گوناگون در این چهار راه ارتباطی شرق و غرب زندگی می‌کنند.

صنایع سنگین و کشاورزی، مهمترین پستوانه اقتصاد قزاقستان است. در قلب قزاقستان، مرکز فضایی «بایکونور» یک نسل کامل از فضانوردان را به فضا فرستاده است. نخستین فضایی سرنشین دار از بایکونور به فضا برتاب شد. یاداری سیاسی، داد و ستدهای بازرگانی بین‌المللی و منابع طبیعی سرشار، توجه جهان را به قزاقستان حث کرده است. در آلمانا - پایتخت این جمهوری سه تازگی کشورهای بسیاری سفارتخانه دایر کردند. آلمانا یک مرکز بزرگ اداری، اقتصادی و فرهنگی با گستره ۱۹۰ کیلومتر مربع و جمعیت ۱/۱۳۷/۰۰۰ نفر است. بسیاری از بازدیدکنندگان آن را یکی از



می‌سازد، قله بوبدی (۷۴۳۹ متر) و خان تنگری (۷۰۱۰ متر) از شمالی ترین هفت هزارمتریهای زمین هستند. اینان بلندترین قله‌های رشته کوه تیان شان هستند که یکی از شش رشته بزرگ آسیاست. تیان شان یک نام چینی به معنی «کوهستان آسمانی» است. تیان شان مرز بین چین و شوروی سابق تا اواخر دهه ۱۹۸۰ برای دوستداران طبیعت مطلقاً دور از دسترس بود. بنابراین کوهستان آسمانی، جذابترین چیز یعنی تازگی را برای گردش‌گران در بردارد.

## «کازبک ولیف»

### «رئیس فدراسیون کوهنوردی و سنگنوردی قزاقستان»

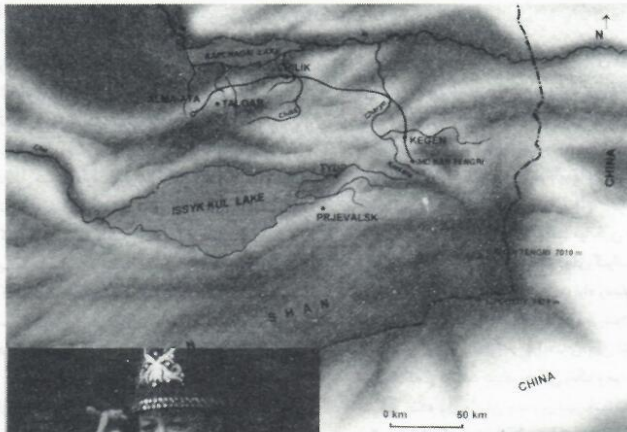
کازبک ولیف بیست و دو صعود به قله‌های هفت هزارمتری یامیر و تیان‌شان یعنی خان تنگری، بوبدی، لنین، کمونیزم و کورژنفسکایا داشته است. او بلندترین قله هیمالیا - اورست - را از دیواره باختری (۱۹۸۸) و قله اصلی کاتجن چونگا را از راه معمول (۱۹۸۹) به زیر پا کشیده است. او کاروانهایی را در صعود به ماناسلو از دیواره خاوری (۱۹۹۰) و داتولاگیری از زنج باختری (۱۹۹۱) سرپرستی کرده است. پیروزیهای کازبک ولیف عنوانتهای غرورآفرین «آقای ورزشها» و «بلنگ برفی» را برای او به ارمغان آورده است.

سفرهای برون مرزی و صعودهای ارزشمند چند سال گذشته، کوهنوردی کشور ما را وارد مرحله تازه‌ای کرده است. امروزه دیگر سفر به سرزمینهای دور و صعود به قله‌های بلند آسیای میانه، اروپا و حتی هیمالیا آرزویی دور از دسترس نیست. البته چنین صعودهایی نیاز به آمادگی جسمی و روانی بسیار خوب، مهارتهای فنی بالا و آشنایی کافی با شرایط جغرافیایی منطقه صعود دارد. این کتابچه، هدایای آقای کازبک ولیف کوهنورد بزرگ قزاقستان است که ترجمه آن به همه کوهنوردان و دوستداران ورزشهای کوهستانی تقدیم می‌گردد.

به امید آنکه دامنه صعودهایمان نیز مانند افقهای دیدمان هر روز گسترده‌تر شود.

### «معرفی دو قله از شمالی ترین هفت هزار متریهای زمین»

در میان صدها قله روی زمین، قله‌هایی هستند که دید تاریخی و جغرافیایی یگانه و نامدارند. نامهای اورست و کی‌دو، آنپورنا و نانگا پاربات، اکونکاگوا و کلیمانجارو، مون‌بلان و مک‌کینلی همانند واژه‌های مقدس یک نیایش ما را به هیجان می‌آورند چرا که کوهنوردی مسلک ماست و قله‌های بی‌همتا، چیزهایی مقدسند که به زیارت آنها می‌رویم. رؤیای دیدن نامی ترین کوههای گیتی و جیرگی بر آنها سراسر زندگی و لحظه به لحظه ذهن ما را سرشار می‌سازد. این مطلب شما را با دو قله از این زنجیره آشنا



در کوهستان آتش بزرگی برفراز قله خان تنگری می‌افروزند و شامشان را می‌پزند. در واقع خورشید غروب، نیمه بالایی مرمیرین خان تنگری را به رنگ طلایی، صورتی یا سرخ خونین درمی‌آورد. این چشم‌انداز در دل مردم باستان هراس می‌افکند که از این هراس، افسانه‌ها زاده شد. شما می‌توانید همین رخداد را ببینید و دریابید که چرا قبایل بومی این قله را «کوه خونین» می‌نامند. زمانی خان تنگری را بلندترین قله تیان شان و برای بسز دست نیافتنی می‌دانستند. چوپانان بومی هنوز بر این باورند که هیچ‌کس را برای دست یافتن به تارک خان تنگری نیست. هر سه پهلو قله خان تنگری از یک دیواره سنگی در شمال، یک رخ یخچالی پهناور در جنوب خاوری و یک دیواره مرمی منتهی به یخچال در جنوب باختری تشکیل شده است. اشکال منظم، ستیغ‌های یخی زیبا و تیغه ظریف و مرمیرین جنوب باختری، قله خان تنگری را در ردیف زیباترین قله‌های گیتی مانند آمادابلام، ماترهون،

چادرنشینان داشت. برای بزرگداشت این سنت چندصدساله در ماه آگوست (مرداد - شهریور) هر سال مراسم باشکوه و سرورانگیزی به نام «بازار کارکارا» به همراه نمایش، نمایشگاههای تجاری، رقابت خوانندگان و رقصندگان، مسابقات کشتی محلی و سوارکاری برگزار می‌شود. البته مهم‌ترین رخداد این مراسم، مسابقه سنتی سوارکاری پنجاه کیلومتری است که قزاقها آن را «بیوگاآلمان» می‌نامند. جاده دیدنی و زیبایی که از آلمان به سوی کوههای مرکزی تیان شان می‌رود، از سرزمینهای می‌گذرد که تاریخ پیشرفت بسز آن را تقدیس کرده است. گذرگاهها و دره‌ها را همان‌گونه می‌توان دید که مسافران کهن می‌دیدند. خدمات کوهستانی خان تنگری، بارگاه اصلی خود را در بخش بالایی این دره مشهور، بر کرانه بلند رود کارکارا، در منطقه هموار و آفتابی دره «چارکودوک» بر پا کرده است. بارگاه راحت کارکارا، یک چمنزار کوهستانی پوشیده از گلهای قدیغه (Edelweiss) است. درست از این نقطه است که کاوش در سرزمین باشکوه تیان شان آغاز می‌شود!

### «خان تنگری»

«خان تنگری» کوهستانی زیبا با نامی زیباست. نام خان تنگری از زمانهای باستان، از نوشته‌های راهبان چینی قرن هفتم می‌آید. معنی آن «شاهزاده ارواح» است. ساکنان دره‌های دوروبر، افسانه‌های هیجان‌انگیز بسیاری درباره این قله اسرامیز ساخته‌اند. بنا بر یکی از آنها، هر شب ارواح سرگردان

زیباترین شهرهای آسیای می‌دانند. میدانهای بزرگ، خیابانهای سرراست و پهن و ساختمانهای مدرن با شکوه و همچنین خانه‌های قدیمی و آجری شیروانی بوس و گچبری شده منحصر به فرد، مناطق متفاوت را در کنار یکدیگر و در کنار بارکها و باغهای بسیار بدید می‌آورند. برخلاف شهرهای دیگر این منطقه، آلمانا در شمال از دشتهای هموار شروع می‌شود و در جنوب به کوههای بلندیهای برفپوش «زایلیسکی آلتاتو» می‌پیوندد. زمین منحصر به فرد اسکیت روی یخ در ارتفاع ۱۶۵۰ متر و بیست اسکی کوهستانی بسیار خوب «جیمولاک» در ارتفاع ۲۲۵۰ متر از امکانات تفریحی خوب آلمانا است که بس از یانزده دقیقه رانندگی از شهر می‌توان به آنها رسید. با وجود چنین مکانهای خوبی برای برگزاری مسابقات زمستانی، آلمانا می‌تواند مرکز مسابقات المپیک زمستانی باشد.

### «تاریخ و فرهنگ»

تاریخ و فرهنگ قزاقستان از اوایل عصر برنز ۸۰۰ تا ۶۰۰ سال پیش از میلاد آغاز می‌شود. نام قبایل چادرنشین «سوک» یا «ساکه» که در کتابهای یونانی آمده از ریشه ایرانی «سی تیان» سرچشمه گرفته است. آنان شتر پرورش می‌دادند، در صنایع دستی بسیار مهارت داشتند و جنگجویان نیرومندی بودند. هنگام لشکرکشی بزرگ اسکندر به سرزمین پارس، پیشروی او به سمت خاور توسط سوکها متوقف شد. زره طلایی یکی از رؤسای سوک در نزدیکی آلمانا پیدا شده و به عنوان یک کشف باستانشناسی به تماشای جهانیان گذاشته شده است. در نوشته‌هایی که از چینیان باستان قرن هفتم میلادی مانده است، بخش جنوب خاوری قزاقستان را تشریح کرده است. در آن هنگام کاروانهای بازرگانی پرشماری ضمن عبور از بزرگراه ابریشم از این سرزمین می‌گذشتند و بدین ترتیب چین و هند برای همیشه با آسیای میانه و اروپا پیوند یافتند. در دره سرسبز و آفتابی رود «کارکارا» که با انبوهی از گلهای آبی روشن، مخملی و زرد آراسته شده است، بازرگانانی که از راه ابریشم می‌گذشتند راه چوپانان قزاق را که با رسته‌های گوسفند و اسب از استیپها تا گذرگاههای تابستانی کوهستان در گردش بودند، قطع می‌کردند. تا قرن‌ها بعد در این چهار راهها بازاریهای بزرگی تشکیل می‌شد که نقش قابل توجهی در زمینه‌های مادی و فرهنگی زندگی

زانسو و ناندادوی جای می‌دهد و نخستین شخصیت‌های دلیری که مبارزه با معنای خان تنگری برخاستند، تلاش‌هایشان را در آغاز قرن بیستم شروع کردند. آنان شکست خوردند ولی به دانش بشر درباره تیان شان افزودند و افسانه‌های تازه‌ای پدید آوردند. در سال ۱۹۳۱ کاروان مجهز کوهنوردان اوکراینی به سرپرستی «میخائیل یوگریتسکی» و به کمک دستاوردهای سفر کاوشگرانی چون دکتر گوتفرد مرزباخر و بیتر سمیونف برای اولین بار در تاریخ به قله خان تنگری دست یافتند.

آنان از دره یخچال اینیلجک جنوبی نفوذ کرده، از راه تیفه باختری به قله رسیدند. حتی امروزه با وجود تجهیزات مدرنی که در دسترس کوهنوردان



است. خان تنگری - یکی از دو قله بلند تیان شان مرکزی - خود را به سادگی در دسترس کوهنوردان قرار نمی‌دهد. مسیر گروه اوکراینی، راه معمول قله به شمار می‌آید و در میان کوهنوردان مسیری هم‌نامی است. مسیر از پارک‌گاه روی یخچال اینیلجک جنوبی شروع شده در امتداد یخچال پیش می‌رود. یخچال که خمیدگی‌های سبب‌دار بسیاری دارد، توسط شکاف‌های عرضی قطع شده است که غالباً راه را می‌بندد. شبکه‌ای از این سکافها و حفره‌ها بخش میانی یخچال را در ارتفاع ۵۰۰۰ تا ۵۴۰۰ متر به هزار تویی بدون راه برون رفت بدل می‌سازد. به علاوه در اینجا تهدید واقعی ریزش یخ از دامنه‌های

خان تنگری و جابایف بر دشواری‌های مبارزه می‌افزاید. کمی بالاتر یک کاسه یخچالی پهناور به گذرگاه باختری (۵۹۰۰ متر) منتهی می‌شود. از اینجا بخش سنگی مسیر شروع می‌شود. صعود از تیفه باختری نیاز به سنگنوردانی با تواناییها و مهارت‌های تردید ناپذیر دارد تا بتوانند در ارتفاع ۶۲۰۰ تا ۷۰۰۰ متر بر صخره‌ها جیره شوند. میانگین شیب تیفه حدود پنجاه درجه است. سنگ‌های گرانیت و مرمر به ظاهر آسان، مانعی جدی در راه رسیدن به قله هستند. رسیدن به گذرگاه منتهی می‌شود. این راه از برابر دیواره شمالی ۲۵۰۰ متری خان تنگری می‌گذرد که از گرانیت سبزه، یخ آبی رنگ و مرمر زرد تشکیل شده و ابعاد آن و بازی نور خورشید با رنگ‌های آن گیج‌کننده است. راه‌های دیگر و دشواری نیز برای قله خان تنگری است.

مسیر «نخستین مکان» در دیواره شمالی قله دارد. هفت مسیر فوق‌العاده دشوار! از جنوب، دو مسیر به‌گردد مشهور مرمری و یک مسیر دیگر به امتداد تیفه جنوب خاوری منتهی می‌شود. دست یافتن به هرم شگفت‌انگیز خان تنگری از هر یک از این مسیرها، مایه غرور و سرافرازی کوهنورد در سراسر عمر خواهد بود.

#### «پوبدی»

قله «پوبدی» به گونه‌ای غول آسا از انتهای خاوری رشته کوه «کوک سالتائو» سربازورده و پوشیده از یخ و برف همیشگی است. شکل آن مانند

هشت پای بزرگی است که بازوهایش را در منطقه پهناوری گسترده است. سر قله پوبدی - شعاعی سنگی با یک کیلومتر دراز - رو به سمت شمال دارد و «منقار» غول آسایش تا یخچال «زیورودوچکا» یابین آمده است. این قله عظیم با سانه‌های چهار کیلومتری که از ارتفاع ۷۰۰۰ متر شروع شده‌اند، در ۱۹۴۲ ضمن یک بررسی توپوگرافی شناخته شد. چینی‌ها این کوه را «تامور» می‌نامند. براساس اطلاعات تأیید نشده، از سمت «سین زیان» تنها یک صعود موفق به این قله انجام گرفته است. اولین صعود به پوبدی در ۱۹۵۶ انجام گرفت. در حالی که تا آن هنگام بیشتر قله‌های ۸۰۰۰ متری تسخیر شده بودند. این قله با ریزش سیوسته یخ از دیواره‌هایش که پوشیده از یخچال‌های بزرگ آویخته هستند، هنوز برای کوهنوردان یک مسئله دشوار به شمار می‌آید. راه معمول از ستیغ شمالی می‌گذرد و به بخش مرکزی قله می‌رسد اما خطر بهمن بستر کوهنوردان را از گزینش این راه باز می‌دارد. بستر کوهنوردان مسیر ستیغ شمال باختری را ترجیح می‌دهند. از اینجا یک تیفه برفی تقریباً بدون شیب به درازای چهار کیلومتر تا پای برج اصلی کشیده شده است. سپس مسیر از طریق یک ستیغ تیز به بلندترین نقطه قله می‌پیوندد. عرض جغرافیایی بالا و سرمای شدید، صعود پوبدی را در ردیف صعود یک قله هشت هزارمتری کوچک در قله فوروم یا هیمالیا قرار داده است. بنابراین صعودی با این بیخیدگی نیاز به زمان طولانی برای دستیابی به بسترین آمادگی جسمی و روانی دارد. قله پوبدی بحق در



ردیف یکی از دشوارترین و بیجده‌ترین قله‌های بلند گیتی جای گرفته است که شخص علاقه بر آمادگی، به تجهیزات خوب نیز نیاز دارد. کوهنوردان با صعود به این ارتفاع غیر قابل تصور، چشم‌اندازی حالب از منطقه سین‌زیان جین با قله‌های یخزده و دست‌های پوشیده از سنگهای سیاه پیش روی خویش خواهند داشت.

تیان شان کوهستان بریان است. دیواره‌های داندانه‌دار و برجهایی با ستیغهای سنگی، قله‌های شکوهمند و باوقار و گنبد‌های برفی را در بر گرفته‌اند. دره‌های تزیین شده با رودهای شفاف بلورین و فرشهای رنگین چمنزارهای کوهستانی، توسط قله‌های برفپوش احاطه شده‌اند. دریاچه‌های کوهستانی با کوههای یخ شناور در آنها، زمردین خودنمایی می‌کنند. یخچالها چون براق از صخره‌ها آویخته‌اند و در جای دیگر حجم بزرگی از یخهای تیره، فضای عظیمی را در میان رشته کوهها پر کرده است. گردشگری که به این سرزمین می‌آید با طبیعتی دست نخورده و وحشی برخورد می‌کند که نشانی از تمدن در آن نیست.

مردمی که رؤیای رهایی از سروصدا و شلوغی شهر را در سر دارند، در آرزوی این کوهستان هستند تا از سکوت و آرامش لذت ببرند، در هوای تازه سرشار از بوی علفها و گل‌های وحشی نفس بکشند و با طبیعت تماس نزدیک داشته باشند. بنابراین گذراندن تعطیلات در کوهستان برای مردم بومی کاری بسیار عادی است. رایجترین مسیرها از کوههای شمالی تیان شان - رشته‌های «زالیسکی آلان» و در ارتفاع ۱۶۰۰ متری بالای دریا می‌رسند. یخچال این مسیرها برای کوهیمايان با تجربه و آنهايي که با خانواده‌ها بستان سفر می‌کنند متفاوت است. کوهیمایی از پارک‌های در جنگل کاج کنار دریاچه کوهستانی شروع می‌شود. مسیر از گذرگاهی آسان می‌گذرد و به دره بسیار زیبایی رود کوهستانی «چون کمین» می‌رسد. در این دره فرصت خوبی برای دیدار با چوپانان بومی - مردمی بسیار مهمان‌نواز - وجود دارد که روش زندگی آنان در چند قرن گذشته عملاً تغییری نکرده است. آنان هنوز در «یورت» - خانه باستانی چادرنشینان که از نمد ضخیم و تبرک‌های چوبی ساخته شده است - زندگی می‌کنند. به برکت نمد، یورت در زمستان گرما و در تابستان خنک را حفظ می‌کند. اناتیه درون یورت شامل قالیهای بومی، پنوهای پشم ستر و لحافهای چهل تکه است. سناز میلی «دومیرا» از واجبات یورت قزاقهاست. صدای عنماک و کشیده

دومیرا زندگی سخت چادرنشینانی را به تصویر می‌کشد که از میان استپهای غیرمسکونی و بیکران می‌گذرند. چادرنشینانی که در تنهایی زندگی می‌کنند، از هر مهمانی به خوبی پذیرایی می‌کنند و او را در بهترین جای یورت می‌نشانند. این سنت مهمان‌نوازی، ویژگی ملی قزاقها است. شما ضمن نشستن روی پتوی نمدی و پشت میز کوتاه و نوشیدن جای یا قمیس (گونه‌ای نوشیدنی محلی - م.) گبی دوستانه با صاحب یورت خواهید داشت.

او داستان زندگی خود و افسانه‌های خان تنگری و تیان شان را به شما می‌گوید. این دیدارها و گفتگوها به سفر شما رنگ و بزه‌ای می‌بخشد. سپس از گذرگاههای دیگری می‌گذرید و ناگهان سطح بلورین و فیروزه‌ای دریاچه ایسک کول را در برابر خویش می‌بینید که پس از چند ساعت می‌توانید در آن شنا کنید. سپس در پارک‌ها بایه در کنار رودخانه کاراکار در ارتفاع ۲۲۰۰ متر استراحت می‌کنید. بعد از آن راهتان از بای رشته کوه «ساری دزاس» می‌گذرد و می‌توانید از چشم‌انداز گسترده و باشکوه تیان شاه مرکزی لذت ببرید که مسافران باستان ضمن گذر از این کوهها در طول بزرگراه ابریشم آن را تماشا می‌کردند. سرانجام در روشنایی غروب، قله سرخ خون‌رنگ خان تنگری را می‌بینید و جادوی آن را حس می‌کنید. در آخرین روزهای سفر، از میان یخچالهای مرکزی تیان شان می‌گذرید. قصرهای یخی با بیش از ۵۰۰۰ تا ۶۰۰۰ متر ارتفاع، شما را در برمی‌گیرند. راهی که از میان یخچال می‌گذرد، شما را به نقطه پایانی سفر یعنی پارک‌ها بایه در یخچال اینیلیچک در بای خان تنگری و در ارتفاع ۴۰۰۰ متر می‌رساند.

جرج بال نیرومند روی گنبد برفی غول آسای سمیونف فرود می‌آید و گروه اسکی بازان را با تیان شان تنها می‌گذارد. ارتفاع سنج ۵۸۲۰ متر را نشان می‌دهد. برفها در تور خورشید می‌درخشند و رخ شمالی عظیم خان تنگری به سیاهی می‌زند. شبی تیز به طول چند کیلومتر با دیواره‌ای عمودی به ارتفاع بیش از ۲۰۰۰ متر در پیش چشمان شماست. اسکی کردن در تیان شان همه تصورات شما را درباره هلی‌اسکی دگرگون می‌سازد. قله‌های آلب یا کوههای راکی کانادا تیه‌هایی کوچک به نظر می‌رسند. زیربای شما رشته کوههای زیادی با چند دوجین «مون بلان» قرار دارد! این چشم‌انداز با شکوه شما را در هم می‌شکند و در عین حال از لذت سرشار می‌سازد! خلیج سفید برفی که زیر بایتان

دهان باز کرده شما را وادار به پایین رفتن می‌کند. راهنمای گروه آخرین آموزشها را می‌دهد و در حالی که فلیتان فرو می‌ریزد، خود را به سمت پایین رها می‌کنید. در حالی که به میان برفهای نرم و ابری از بود برف شیرجه می‌زنید، نمی‌توانید باور کنید که نیم ساعت بیس فرشی از غلغله و گل‌های کوهی زیربایتان بود و پرواز پروانه‌های زرد را تماشا می‌کردید. این تضاد باور نکردنی، چنین احساسی بیدید می‌آورد که آنچه رخ می‌دهد واقعی نیست. رؤیای سرزمین بریان یکی از درخشناستین خاطرات شما از هلی اسکی در تیان شان خواهد بود.

### «اسکی کوهنوردی»

جین به نظر می‌رسد که طبیعت، سسر دامنه‌های شمال خاوری رشته کوه تیان شان را مخصوصاً برای اسکی کوهنوردی آفریده است. یخچالهای بهناور و شیب‌دار اینیلیچک، «موسکیتف» و «ایاتانکول» به محوطه‌ای از گنبد‌های برفی و قله‌های مندر ۵۰۰۰ تا ۶۸۰۰ متری منتهی می‌شوند. اگر در اینجا پارک‌های برپا کنید، تا هفته‌ها می‌توانید قله‌های بی‌امون را یکی پس از دیگری صعود کنید و فرودی چند کیلومتری از قله‌ها تا پارک‌ها مستقر در یخچال داشته باشید. چشم‌اندازهای باشکوه تیان شان و لذت اسکی کردن روی دامنه‌های بی‌پایان، باداش کوشسهای شما در ضمن صعود است. جالبترین مسیرها به قله‌های بایانکول (۵۷۹۱ متر)، سمیونوا (۵۸۱۶ متر)، کارلی تسانو (۵۵۵۰ متر)، ایولوس (۶۰۰۰ متر)، میرامورنایاستنا (۶۴۰۰ متر) و نیخ توپوگراف (۶۸۷۳ متر) و برخی قله‌های دیگر منتهی می‌شود. Δ





درس‌هایی از یک حادثه

## صعود زمستانی

### قله علم‌کوه

## از گرده آلمانیها

گزارش از علیرضا خادم شیروان

مقدمه:

روش آزمون و خطا روشی است که طی سالهای متمادی ورزش کوهنوردی و در میان آحاد ورزشکاران این رشته مطرح می‌باشد این معضل ورزشی که می‌تواند به دلایل گوناگونی از جمله عدم وجود تفکر و روحیه تحقیق و بررسی پیرامون ورزش مورد علاقه اشخاص از یک سو، به روز نبودن اطلاعات فنی به دلایل عدم دسترسی به آن، نبود برنامه‌ریزی اصولی براساس شرایط و امکانات و ... به وجود آمده باشد، تاکنون تبعات بسیار سنگینی را برای تعدادی از کوهنوردان جوان کشور به وجود آورده است.

مسئله پرداختن به این موضوع نیاز به بررسی و تحقیق گسترده‌ای دارد که در این فرصت اندک نمی‌توان به آن پرداخت لیکن با نگاهی گذرا به سالیان گذشته می‌توان ملاحظه نمود که رشد حوادث تلخ خصوصاً قطع انگشتان دست و پا در موارد متعدد رو به افزایش بوده است.<sup>(۱)</sup> (طی پانزده سال حدود ۲۰ مورد قطع عضو انگشتان دست و پا).

در اینجا لازم به اشاره است که هدف ما از درج اینگونه مقالات که با عنوان «درس‌هایی از یک حادثه» مطرح می‌شود اگرچه مطالعه آن تأسفاور است لیکن از یک سو نشان دهنده عشق وافر جوانان ایرانی به سمت و سوی ورزش در سطح بالا می‌باشد و از طرف دیگر می‌تواند با توجه به شرایط یاد شده در بالا که گویا فعلاً گریزی برای آن وجود ندارد! لاقلاً با مطالعه

بر روی گرده آلمانیها - عکس از گزارشگر

جدیدتری نیز صورت می‌گرفت و نهایتاً این برنامه تبدیل به صعود آبی علم‌کوه از مسیر گرده آلمانیها شد. به این ترتیب، برنامه‌ریزی دقیقتر و کسب اطلاع از وضعیت منطقه و حرکت احتمالی تپه‌های دیگر، امری لازم بود که در تماس مرتب با رودبارک انجام گرفت.

پنجشنبه ۷۷/۱۱/۱: تیم شش نفره ما متشکل از: حسین امانی، رضا فتحی، امان... بهنیا - علی کاووسی، کمال چراغی و من (خادم) با بدرقه گرم دوستان، با اتوبوس راهی جالوس شدیم، در حالی که هر نفر به طور متوسط، دو کوله بار و مقداری لوازم جنبی داشتیم.

۱۱/۲: ساعت ۹ صبح به پناهگاه رودبارک رسیدیم و پس از ناامید شدن از نیروی کمکی، اقدام به جابه‌جایی و بستن کوله‌ها کردیم، چرا که هیچ کس جز خودمان، نمی‌توانست در امر انتقال ۱۶۵ کیلوپار به بالا کمکمان کند. تمام این بار را در ۵ کوله اصلی و دو کوله حمله جاسازی کردیم و پس از خداحافظی با مسئولان پناهگاه و کاووسی که مسئولیت ارتباط بیسیم با ما را داشت و در پناهگاه می‌ماند، به سمت کشتی سنگ حرکت کردیم، در حالی که وزن کوله‌های ما از ۲۸ تا ۳۵ کیلو بود.

هوا خوب و آفتابی و برف تا کشتی سنگ نسبتاً کم بود. ساعت ۴/۵ بعدازظهر، همزمان با استقرار بچه‌ها در کشتی سنگ، من و رضا بدون بار، مسیر را

و دقت به آن سایر کوهنوردان عزیز از حوادث به وقوع پیوسته که اکثراً غیرقابل جبران است کسب تجربه نموده و کمتر شاهد این آزمون و خطاهای مکرر باشیم. انشاءالله.

کمیته کوهنوردی استان خراسان، پس از تشکیل تیم منتخب کوهنوردان برتر این استان، از ۶ ماهه دوم سال ۷۷، طی انجام آزمایشهای آمادگی جسمانی- فنی و برنامه‌ریزیهایی را درباره آموزش و تمرینات تیم انجام داد که از آن جمله، صعود و بازسازی دیواره ملکوه (۲بار)، کلاسهای حمل محروح در کوهستان و تمرینات مربوط به آن بود و نهایتاً تصمیم گرفته شد که همزمان با تشکیل سمینار رودبارک که مسئولان استان نیز در آن شرکت داشتند، تعدادی از اعضای تیم منتخب، حرکتی در منطقه علم‌کوه داشته باشند. ابتدا تصمیمی مبنی بر صعود گرده وجود نداشت و قصد تیم، رفتن تا علم‌چال و احتمالاً یکی از قله منطقه، به منظور آشنایی بیشتر با چهره زمستانی منطقه بود، چرا که تاکنون کوهنوردان خراسان، فعالیت زمستانی و تجربه‌ای در این منطقه نداشتند.

تصمیم صعود به طور ناگهانی گرفته شد و چون برنامه‌ریزی قبلی وجود نداشت، لذا در مدت ده روزه، باید تمامی کارهای مقدماتی از قبیل انتخاب تیم، تهیه لوازم و امکانات، تدارکات و ... انجام می‌شد. هرچه زمان پیش می‌رفت، و تصمیم‌گیریهای

تا تاریخ شدن هوا ادامه دادیم و پس از حدود ۱/۵ ساعت برفکوبی، مجدداً به کشتی سنگ بازگشتیم و شب را در زیر آن به صبح رساندیم.

شنبه ۱۱/۳: ساعت ۹ صبح به سمت بالا حرکت کردیم. از این قسمت به بعد، حجم برف بیشتر شد و حرکت بسیار کندتر صورت می‌گرفت، البته برفکوبی دیشب تا حدودی کمک حال ما بود.

یکشنبه ۱۱/۴: امروز نیز هوا آفتابی و خوب بود و فقط در کنگلک اول، سرمای شدیدی حاکم بود. بار سنگین، شب تند و مسیر طولانی، عواملی بودند که انرژی بچه‌ها را به تحلیل می‌دادند و حرکت تیم به خصوص در شیب لیژونک بسیار سخت و به کندی صورت می‌گرفت، به گونه‌ای که ناچار شدیم به دو نفر از اعضای تیم کمک‌رسانی کنیم. خستگی و ضعف تمام وجودمان را فرا گرفته بود و شیب انتهایی مسیر را که به پناهگاه سرچال منتهی می‌شد، در عرض ۲ ساعت طی کردیم و ساعت ۹ شب، همگی در حالی به پناهگاه رسیدیم که دیگر رمقی برای ایستادن نداشتیم. شب، طی جلسه‌ای با اعضای تیم، ضمن مروری بر حرکت آن روز، هماهنگی لازم درخصوص برنامه فردا صورت گرفت و ساعت سه بامداد به کیسه خوابها خزیدیم.

امروز نیز هوا آفتابی و بسیار عالی است. تیم ناظر استراحت داشت و بعدازظهر، سه نفر از بچه‌ها (رضا، کمال و من) قسمتی از بارهای فنی و تدارکاتی را به علم جال منتقل کردیم و غروب بازگشتیم. بدین ترتیب، ضمن حمل بار به علم‌جال مسیر را نیز برفکوبی کردیم.

دوشنبه ۱۱/۵: ساعت ۸ صبح با برجای گذاردن مقداری از لوازم اضافی، به سمت علم‌جال حرکت کردیم و ساعت ۱۱:۳۰ در محل خرابه‌های پناهگاه بودیم. در این زمان، دو نفر از بچه‌ها (حسین و رضا) موظف شدند که مسیر را تا ابتدای گرده، برفکوبی کنند و بقیه مشغول مرتب کردن محل، برای استقرار کمپ شدند. پس از پاکسازی یکی از چهار دیوارهای پناهگاه، چادر را مستقر کردیم و از محیط کوچک راهرو نیز با نصب دو پلاستیک بزرگ به دو طرف آن بهره گرفتیم و از آن به جای انباری و آشپزخانه استفاده کردیم. غروب بچه‌ها بازگشتند و شب، طی جلسه‌ای اقدام به بررسی امور و برنامه فردا کردیم. در واقع، شب موقع تصمیمگیری و نتیجه‌گیری بود، چرا که تا این زمان، صعود گرده را منوط به هوای خوب و شرایط مطلوب تیم می‌دانستیم.

طی گزارش تیم پیشرو متوجه شدیم که آنها مسیر را

از پشت شانه کوه انتخاب کرده و موفق نشده‌اند تا پای گرده بروند، ولی طبق گزارشی که حسین داد، مسیر مشکل خاصی نداشت و می‌شد در عرض حداکثر ۳ ساعت به پای گرده رسید. پیش‌بینی او این بود که اگر ساعت ۹ صبح از ابتدای گرده حرکت کنیم، می‌توانیم تا غروب مسیر را صعود کنیم و شب را در جانبنا خراسان بمانیم. این گزارش با توجه به تجربه و شناخت خوب حسین از منطقه، برای تیم امیدوار کننده بود، ولی علی‌الحساب ماندن یک شب در مسیر را نیز در چهار چوب برنامه قرار دادیم و پیش‌بینیهای لازم به عمل آمد و در پایان جلسه، تیم گرده و وظایف دیگر اعضا مشخص شد.

مقرر گردید که ساعت ۶ تا ۶:۳۰ صبح، تیم به همراه دو نفر از اعضای کمپ (رضا و امان) تا ابتدای گرده حرکت کنند و پس از حرکت تیم به بالا، آن دو، مسیر را تا ابتدای دره هفت خوان برفکوبی کنند و باز گردند. این کار به منظور کمک در امر برفکوبی تیم و باقی ماندن ردپا برای راهنمایی در هوای بد طراحی شد. پس از مشخص شدن وظایف افراد، کوله‌های حمله جیده شد. در اندک زمان متوجه شدیم که حجم کوله‌های در نظر گرفته شده، گنجایش لوازم مورد نیاز را ندارد، لذا آنها را با کوله‌های بزرگتر تعویض و کیسه خوابها را نیز از لوازم ضروری حذف کردیم و به جای آن، لباسهای پر به اضافه کیسه بی‌واک را گنجاندیم و شب را به امید فردایی خوب و آفتابی به صبح رساندیم.

سه‌شنبه ۱۱/۶: درست کردن صبحانه گرم (فرن) و جای، زمان نسبتاً زیادی را به خود اختصاص داد و این امر باعث شد کمی دیرتر از زمان پیش‌بینی شده حرکت کنیم. مشکل دوم ما، از دست دادن زمان عبور از موانع شانه کوه بود که دارای بهمنهای خطرناک و تیفه‌های بسیار لغزنده‌ای است، لذا پیش‌بینی تیم شناسایی درست از کار در نیامده و ساعت ۱۲:۳۰ به ابتدای گرده رسیدیم. تا اینجا کار، ۳ ساعت از زمان پیش‌بینی شده را از دست داده بودیم، پس امکان صعود یک روزه منتفی بود. سعی کردیم زمان را بیش از این از دست ندهیم و پس از آماده شدن، صعود را آغاز کردیم. هوا بسیار خوب بود و فقط باد اندکی که در منطقه جریان داشت، گاهی سر و صورت را نوازش می‌داد. با فرا رسیدن شب، مابین دورکابی و سه‌رکابی بودیم. محلی را انتخاب کردیم کرده و پس از یک ساعت تلاش و جابه‌جایی تعدادی سنگ، محل نسبتاً مناسبی برای استقرار چادر دوفنر خود مهیا ساختیم که البته، علی‌رغم تلاش یک ساعته‌مان، هنوز قسمتی از چادر قابل

استفاده نبود. در هر صورت به درون خزیدیم. این بار نوبت برفکوبی داخل چادر بود و نوازش باد، در این شب موفق شدیم ضمن درست کردن جای و مقداری سوپ، به وسیله بیسیم تماس مختصری با پایگاه رودبارک داشته باشیم و موقعیت خود را به علی اعلام کنیم.

چهارشنبه ۱۱/۷: پس از صرف صبحانه و جمع و جور کردن لوازم و چادر، ساعت ۹ صبح به راه افتادیم. هوا کاملاً صاف و آفتابی بود و فقط بادی که در مسیر جریان داشت، به شدت ایجاد مزاحمت می‌کرد. در همان ابتدای مسیر، گیسو افتادن فرزند داخل یک شکاف و تلاش حسین برای بیرون کشیدن آن، حدود ۴۰ دقیقه از وقتمان را به خود اختصاص داد. این از دست دادن وقت با توجه به اینکه هنوز قسمتهای دشوارتری از مسیر باقی بود، حساسی باعث نگرانی ما بود. علی‌رغم خستگی و گرسنگی، ترجیح می‌دادیم همچنان به صعود ادامه دهیم. ساعت ۲ بعد از ظهر، باد تبدیل به طوفان شد و ما را گرفتار خود ساخت، ولی ما همچنان به تلاشمان ادامه می‌دادیم و به امید صعود بودیم. در اثر طوفان شدید و ریزش برفهای بودری به سرو صورتمان، تمام سر و صورت و حتی چشمهایمان یخ زد. در این زمان به فکر پیدا کردن مکان مناسبی برای چادر زدن افتادیم و ترجیح دادیم این مکان را به حین صعود پیدا کنیم و امیدوار بودیم تا خود را به سنگ سماور برسانیم، ولی موقعیت مناسبی برای این کار نداشتیم و این در حالی بود که به صحت مسیر نیز مشکوک شده بودیم. در این زمان، سر و صورتمان از شدت سرما، قندیل‌های یخی به طول ۱۰ تا ۱۲ سانتی متر بسته بود، لذا طاقچه نسبتاً کوچکی با عرض حدوداً ۷۰ سانتی متر که به طرز خاصی به سمت پرتگاه شیب داشت پیدا کردیم و مقدمات استقرار چادر را فراهم ساختیم. این مکان، علی‌رغم نامناسب بودن، یک حسن نیز داشت و آن این بود که از دو طرف، با دو قطعه سنگ بزرگ پوشانده شده و محافظ خوبی در مقابل باد بود. این ویژگی باعث شد تا چادر را در این مکان برپا کنیم و علی‌رغم معلق بودن قسمتی از چادر در فضا، خود را چادر را حمایت کردیم و به درون خزیدیم. این بار نوبت تخلیه برفها از لابه‌لای لباسها و یخها از سر و صورت بود. از این ساعت به بعد، انگار تمام عوامل دست به دست هم داده بودند تا صبر و تحمل ما را محک بزنند، چرا که پس از استقرار در چادر، تلاشمان برای روشن کردن چراغ بنزینی که همراه داشتیم بی‌ثمر ماند. این چراغ یکی از بهترین

جراغهای ما در این برنامه بود که تاکنون سابقه نداشت ما را اذیت کند. پس از نالمیدی از روشن شدن چراغ، با الکل جامدی که به همراه داشتیم مقداری برف آب کردیم و نفری یک جرعه نوشیدیم و تصمیم گرفتیم تا مختصر الکل باقی مانده را فعلاً مصرف نکنیم.

به لحاظ سرمای شدید و نبودن وسایل گرمازا ترجیح دادیم کفشها را از پا خارج نکنیم، زیرا می‌توانستیم که مختصر گرمای درون کفش را نیز از دست بدهیم و برای روز بعد، نتوانیم از کفشهای سرد و یخ‌زده استفاده کنیم، لذا با کفش به درون کیسه شب‌مانی رقتیم و ضمن گوش دادن به زوزه باد، ناچار بودیم هر از گاه، ریزش برفکهای درون جادر را که در اثر ضربات باد صورت می‌گرفت، تحمل کنیم. ضمناً امروز متوجه ترکیبگی یک لنگ از کفشهایم از قسمت پوزه آن شدم که بسیار نگران‌کننده بود. سب طولانی و سختی را به امید هوای خوب فردا، بی‌آنکه بتوانیم بخوابیم و یا چیزی بخوریم به صبح رساندیم.

بنحسب ۱۱/۸: یا روشن شدن مختصر هوا، سر از جادر بیرون بردیم و به سرعت پس کشیدیم، چرا که ریزش برفی که از دیشب آغاز شده بود همچنان ادامه داشت و مه غلیظی منطقه را پوشانده بود. برای مدتی تحمل بیسه کردیم، ولی اثری از بهبود هوا مشاهده نشد. حوالی ظهر وقتی از هوای خوب اثری نندیدیم، برای لحظاتی تصمیم گرفته شد حرکت کنیم، ولی ترس از وخیم‌تر شدن اوضاع، باعث عدول از این تصمیم شد و مانند در همان وضعیت را ترجیح دادیم. البته در صول روز ناچار بودیم چند نوبت به خاطر پاک کردن برفکهای جادر و بازرسی و مرتب نمودن آن که دایم تمایل به سر خوردن و جابه‌جا شدن داشت از جادر بیرون بزنیم.

**دقایق دشواری را سپری می‌کردیم، چرا که نه سوخت داشتیم و نه آب و نه تماسی با پایین. به لحاظ نبودن آب، ناچار بودیم از برف استفاده کنیم که این امر خود باعث عفونت گلو و مشکلات خاص خود بود.**

رطوبت ناشی از ذوب شدن برفکها و برفهایی که از روز گذشته در لایه‌های لباسهایمان مانده بود، کم‌کم به لباسهای زیرین رسیده و سرما تمام وجودمان را درمی‌نوردید و لرز که یک واکنش طبیعی بدن در مقابل سرماست، برای لحظهای رهایمان نمی‌ساخت. آب بدنمان به شدت کم شده بود و هیچ تعابلی نیز به خوردن غذا نیز نداشتیم، چون معدۀ ما هم برای جذب غذا نیاز به آب داشت. حسین از درد

قفسه سینه شکایت داشت و من از ناحیه کمر، وقتی موقعیت را بررسی می‌کردیم، مطمئن می‌شدیم که فقط خودمان هستیم که باید از این وضع خود را برهانیم، چرا که امید هیچ گونه کمکی از کسی نبود. (البته وجود کوهنوردان خوب کشور و مسئولان هیئت و فدارسیون در رودبارک، خود نقطه قوتی بود که از اوایل برنامه در روحیه و قدرت تصمیمگیری ما مؤثر بود و هیچ وقت از آنها غافل نبودیم.) در این مدت سعی داشتیم اندک حرارت موجود در بدنمان را حفظ و برای کمک به هم از آن استفاده کنیم، مثلاً برای گرم کردن پاهایمان، یکی از آنها را درون کیسه بی‌واک و در بین پاهایمان قرار می‌دادیم که این کار نیز واقعاً به دشواری میسر بود و با وضع موجود، کار بهتری نمی‌توانستیم انجام دهیم. تکه فومی را که همراه داشتیم، بین جداره جادر و پاهایمان قرار



تراورس بعد از دو رکابی - عکس از حسین امانی

دادیم و از کوله بستنی برای زیرانداز استفاده کردیم. من به لحاظ تنگ بودن شلوار بر، ترجیح دادم آن را دور کفشها و پاهایم بپیچم و داخل کیسه بی‌واک بروم، چرا که شلوار بر را نمی‌توانستیم با کفشها به تن کنیم و لازم بود تا کفشها را از پا خارج سازم که این کار، خطر سرمازدگی پا را افزایش می‌داد. برای چبران آب نیز قمقمه‌ها را پر از برف کردیم و آنها را زیر بغل و درون لباسها می‌گرفتیم تا به وسیله اندک حرارت بدنمان، برف را تبدیل به آب و رفع تشنگی کنیم که این کار، خود مستلزم ۶-۵ ساعت وقت بود تا جرعه‌ای آب تهیه شود. تلاشمان برای روشن کردن

چراغ بنزینی و تماس با پایین نیز بی‌فایده بود. سمعهایی که به همراه داشتیم در اثر شدت باد بلافاصله خاموش می‌شد و کبریتها کاملاً مرطوب شده بود و ما فقط از یک فندک گازی که آن هم به درستی کار نمی‌کرد، استفاده می‌کردیم، لذا از خبر روشنایی و آب و غذا و همه چیز گذشتیم و چشم به آسمان دوختیم تا هوای صاف را مجدداً مشاهده کنیم.

سب دوم، طی مسورتی که با هم داشتیم، توجه به اوضاع دشوار گذشته و آینده‌ای که هر لحظه بر مشکلاتمان می‌افزود، تصمیم گرفتیم فردا در هر شرایطی جادر را ترک کنیم و مسیر را به سمت بالا ادامه دهیم، چرا که بازگشت را به مراتب خطرناکتر و دشوارتر از صعود می‌دیدیم و مانند در آن موقعیت نیز مساوی بود با از دست دادن کامل انرژی و توان و تسلط هر چه بیشتر سرما بر بدنمان.

سب را با توسل به درگاه احدیت در خوف و رجا به صبح رساندیم در حالی که چشم بر هم نهادهیم. جمعه ۱۱/۹: با اندک روشنایی هوا، سر از جادر بیرون بردیم و در کمال شادمانی، لطف خداوند را با جشمان خود مشاهده کردیم؛ هوایی صاف و عاری از هرگونه ابرو باد.

این بار دیگر زمان را از دست ندادیم و اقدام به جمع و جور لوازم و بستن کوله‌ها کردیم و ساعت ۸:۳۰ صبح، پس از جمع کردن جادر و لوازم فنی که قسمتی از آنها در زیر برف مدفون شده بود، صخره‌ها را به سمت بالا بی‌گرفتیم. به محض حرکت بر روی سنگها، این بار ضعف و کمبود انرژی بود که خود را بر ما تحمیل می‌کرد و مسیر را دشوارتر از آن که بود به ما می‌نمایاند. پس از یک طول طناب، به دهلیز یخی رسیدیم و با کار گذاردن یکی از بیجهای یخی که همراه داشتیم، این قسمت را نیز به سختی پشت سر نهادیم و آن‌گاه تک رکابی و اولین باند ولی مسیر که به شکر خدا، شفت بکسلی کار گذارده شده به خوبی عمل کرد و مشکلی به وجود نیامد. سپس سنگ سماور و بعد در هوای آفتابی و لذت بخش ساعت ۳ بعدازظهر، در حالی که هیچ رمقی در وجودمان باقی نمانده بود، همدگر را در آغوش کشیدیم و آخرین ذره انرژی‌مان با گفتن «یا حق» از گلویمان بیرون زد. گریه شوق سردادیم و سباب خنداوند را به جای آوردیم.

اکنون دیگر جاننازه در تیررس نگاه ما بود و مسیر برگشت آسان و این شوق بیروزی بود که به ما انرژی رسیدن به مقصد را داد. پیروزی برگرده و سنگ و سرما که پیروزی بر غرور و بر نفس و بر من.



عکس از حسین امانی

بالا شدند تا کوله‌ها را بازگردانند. با برگشت بچه‌ها، سالشمان برای تهیهٔ بلیط اتوبوس از طریق هلال احمر جالوس به نتیجه‌ای نرسید. لذا سب را در رودبارک ماندیم و روز بعد (دوشنبه ۱۱/۱۳) به سمت مشهد حرکت کردیم.

#### چند نکته مهم در پایان:

به اعتقاد بنده، این برنامه ضمن داشتن نکات بسیار مثبت و ارزشمند و نتیجهٔ موفق، دارای نواقص و نکات ضعفی نیز بود که باید در زمان خود به آنها نیز پرداخته و به عنوان یک تجربه به دیگران منتقل شود، مثلاً، به نظر من سرمازدگی پاهایمان، گذشته از شدت سرما که خود عامل اصلی بود، به عوامل زیر نیز ارتباط داشت:

۱. نامناسب بودن کفشها با توجه به برودت هوا (حدود ۳۰ تا ۴۰ درجهٔ زیر صفر).
۲. کفشهای من و حسین به صورت اسانت از دیگران گرفته شده و قبلاً نیز از آنها به صورت مناسب استفاده نکرده بودیم که در اصل فرصت کم باعث این عار به گرفتار شده بود. لازم به ذکر است که یک لنگه از کفشهای من در مسیر گرده، از ناحیهٔ پوزه پاره شد.
۳. توقفهای زیاد: با شروع طوفان و نبودن امکان دستیابی به محل مناسب برای استقرار چادر، ناچار بودیم مسیر را صعود کنیم تا مکانی مناسب برای این مهم پیدا کنیم، لذا سرعت صعود ما با توجه به کولاک برف و سرما کم و توقفمان زیاد بود.
۴. راحت نبودن پای حسین در کفشها.
۵. خارج نکردن کفشها از پا برای مدت طولانی یا توجه به وجود رطوبت درون کفشها. در این مورد باید یادآوری شود که پاهای ما در اثر رطوبت موجود چروکیده و لطیف شده و بدین

روز گذشته به بچه‌های ما ملحق شده است) از دیسب به هفت‌خان رفته و منتظر ما بوده‌اند. ما رسیدن ما به ابتدای شانهٔ کوه، امان نیز از سنت سر به ما ملحق شد. ظاهراً آنها در ابتدای درهٔ دوم جادر زده و انتظار ما را می‌کشیده‌اند، در حالی که ما از درهٔ اول سرازیر شده بودیم و همدیگر را ندیده‌ایم. لذا پس از ناامید شدن از پیدا کردن ما، توری به سمت قله حرکت کرده است و امان به سمت علم‌جال که با رسیدن به ردیای ما متوجه ما می‌شود. شب تند شانهٔ کوه، آخرین جایی بود که باید آن را پشت سر می‌نهادیم. هرچند به سختی، ولی با دلگرمی و شادمانی آن را نیز پشت سر نهادیم و غروب به علم‌جال رسیدیم.

پس از آرام گرفتن در درون جادر و بیرون آوردن جورابها بود که متوجه قرمزی انگشتان پاهایمان شدیم و در این لحظه بود که فهمیدیم دچار سرمازدگی شده‌ایم. باید بگویم که تا آن هنگام، خود من فکر نمی‌کردم دچار سرمازدگی شده باشم، چرا که در طول مسیر، احساس سرمای شدید در پاهایم نمی‌کردم و درد موجود در آنها را به حساب آزرگی می‌گذاشتم. حسین نیز در این خصوص چیزی نگفته بود. در هر صورت جاده‌ای نبود و اقدامی جز گرم نگه داشتن پاها در حد دمای بدن نمی‌توانستیم انجام بدهیم. به عبارتی به لحاظ نداشتن تجربه در مورد سرمازدگی، موضوع را چندان جدی نگرفتیم. حسین تازه سرسوخنی را باز کرده بود و می‌گفت که حال پا این پاهای قرمز چگونه بروم دماوند...

یکشنبه ۱۱/۱۱: صبح تمامی لوازم را جمع کردیم و راهی سرجال شدیم. در آنجا با بچه‌های زنجان که تازه وارد پناهگاه شده بودند، و برپو شدیم که مورد لطف و محبت آنها قرار گرفتیم. به لحاظ حجم و وزن بارهایمان و شرایطی که به وجود آمده بود، در ادامهٔ مسیر قرار شد که حسین بدون بار و من با بار نسبتاً سبکتر حرکت کنیم و دوستان عزیز زنجانی تقبل کردند که بارهای اضافی را فردا به سمت پای منتقل کنند و دو تن از بچه‌های ما نیز از پایین به بالا حرکت و در بین راه بارها را که شامل دو کوله‌بار بود با هم ردوبدل کنند.

ساعت ۳ بعدازظهر، در حالی که از ناحیه با ناراحت بودیم، به سمت پایین به راه افتادیم و شب خود را به پناهگاه رودبارک رساندیم و بلافاصله برای اقدامات بعدی با مسئولان ارتباط تلفنی برقرار کردیم. پس از هماهنگی با مسئولان هیئت و دکتر مصاعدیان، ساعت ۴ بامداد، حسین و علی با تاکسی تلفنی راهی تهران شدند و رضا و امان نیز ساعت ۶ صبح راهی

هم او بود که به ما درس انسان شدن داد و هم او بود که به ما مویخت همه‌چیز تحت اختیار و قدرت اوست و اگر موفقیت می‌خواهی، با او باش نه با من...

با رسیدن به جانبنا، در جانبنا را شکستیم و درون را مملو از برف یافتیم. فقط سوراخی به قطر یک کوله‌بستی وجود داشت که نشان دهندهٔ آن بود که انتهای جانبنا برف کمتری دارد. لذا از همان سوراخ به درون خزیدیم و برفهای طیفه فوقانی را پاک کردیم و مستقر شدیم. در فاصله‌ای که حسین مشغول جابه‌جایی وسایل و روشن ساختن بریموس، من بد با بریدن بلوکهای برفی، سوراخ ورودی جانبنا را نیز بستیم و با کلنگ، تعدادی سوراخ برای جریان یافتن هوا ایجاد کردم و بدین ترتیب از باد گزندهٔ بیرون در امان ماندیم. با تمام این تفاسیر، جانبنا اکنون حکم هتلی مجلل را برای ما یافته بود و جالب اینجاست که چراغ بنزینی ما که طرف در روز گذشته، به هیچ‌وجه روشن نمی‌شد، در اولین اقدام روشن شد و توانستیم آنک آب و غذایی بخوریم. در این شب، پس از سه روز هم‌بستی کفشها با پاها، فرصتی دست داد تا آنها را برای مدت کوتاهی از هم جدا کنیم و در آن هنگام، احساس کردیم که پاهایمان کمی نفس کشیدند.

شنبه ۱۱/۱۰: صبح هوا همچنان آفتابی و صاف بود، ولی باد به شدت می‌وزید. کوله‌ها بر دوشمان سنگینی می‌کرد و با اندک استراحتی که شب گذشته کرده و غذای مختصری که خورده بودیم، امید آنرا داشتیم که به راحتی مسیر بازگشت را در پیش گیریم، ولی در اولین لحظات حرکت، متوجه شدیم که به این زودی، انرژی از دست رفته را به دست نخواهیم آورد. در هر حال، به سمت درهٔ هفت‌خان حرکت کردیم و از اولین دهلیز آن سرازیر شدیم. با رسیدن به کف یخچال، امید آنرا داشتیم که بچه‌ها را در آنجا ببینیم، ولی کسی در آنجا نبود. نیم ساعت توقف کردیم و در حالی که به سختی قدم برمی‌داشتیم، مسیر را به سمت شانهٔ کوه ادامه دادیم. به یخچال اسپیت رسیده بودیم که صدای آشنایی توجهمان را جلب کرد. رضا فتحی در حالی که کوله حمله‌ای بر پشت داشت، ما را در آغوش کشید. اولین کلمهٔ ردوبدل شده در بین ما، کلمهٔ آب بود که از حلقوم رنجورمان خارج شد و رضا قمقمهٔ یک لیتری آلومینیومی را که به دقت درون لباسها پیچیده شده بود بیرون کشید: شربت آلبومی گرم، دوست داشتیم این قمقمه ۴ لیتری بود و شربت آن به این زودی تمام نمی‌شد، ولی افسوس که نبود.

در این لحظه متوجه شدیم امان و محمد توری (که از

# اخبار اخبار اخبار اخبار

دانش‌آموزان دختر و پسر به ارتفاعات این شهرستان در طول مدت ۶ ماه، برگزاری نمایشگاه وسایل و انتشارات کوهنوردی و یخ‌نخس فیلم‌هایی درباره این ورزش را می‌توان از اقدامات برجسته این انجمن نوپا در سطح کشور دانست. Δ

## صعود سرعتی به اشترانکوه

نه نفر از کوهنوردان گروه بهستون کرمانشاه، موفق گردیدند در تاریخ ۱۵/۱ در طول مدت ۱۳ ساعت به قله خط‌الرأس اشترانکوه، شامل: گل‌گل، گل‌گهر و سوسن بران صعود کنند. این صعود از روستای تیان صورت گرفت. Δ

## اسماء - کوهنورد ۸ ساله

او با دستخط زیبایی خود به ما (دستان‌درکاران تشریح به کوه) خسته نباشید می‌گوید که باید تشکر کنیم و از ما می‌خواهد تا به پدر بزرگ او حاج حسین خوشبختی بگوییم: «او را به سیلان ببرد...». اسما عزیز، بهترین کار برای شما، گوش کردن به حرف پدر بزرگ و صبر نمودن است. Δ

## نوجوانان بر فراز توچال

به همت دارفران باادگاه بسیج مسجد انصارالحسن، یک گروه یازده نفری از نوجوانان دانش‌آموز موفق گردیدند با استفاده مطلوب از تعطیلات تابستانی، بر فراز یا م تهران (قله توچال ۳۹۶۰ متر) قرار گیرند. Δ

## صعود به قله سماوس



گروهی از بانوان کارمند دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران، اقدام به صعود قله سماوس در استان مازندران کردند. این برنامه که به مناسبت گرامیداشت میلاد حضرت رسول اکرم (ص) انجام شد، طی ۳ روز و از مسیر روستای جواهرده صورت گرفت. Δ

## برگزاری کلاس کارآموزی

با تلاش هیئت کوهنوردی آذربایجان شرقی، یک دوره کلاس کارآموزی سنگ‌نوردی، از تاریخ ۹ لغایت ۱۱ مرداد ماه سال جاری، در منطقه خواجه مرجان، با شرکت ۳۰ تن از علاقه‌مندان این رشته، زیر نظر مربیان هیئت کوهنوردی برگزار گردید. Δ

## کارگران کوهنورد بر فراز شاهو

بنا به دعوت هیئت کوهنوردی استان کرمانشاه و به مناسبت نخستین سالگرد صعود ایرانیان بر قله اورست، گروه‌های کوهنوردی کارگری از سراسر کشور، طی یک برنامه مشترک، موفق گردیدند در خردادماه سال جاری به قله شاهو صعود کنند. در این برنامه که تعدادی از گروه‌های کوهنوردی کرمانشاه نیز در آن حضور داشتند، بیشتر شرکت‌کنندگان موفق به صعود قله شدند و همگی به سلامت به وطن خود مراجعت کردند. Δ

## صعود به پراو

به مناسبت روز جهانی کارگر، گروه‌های کوهنوردی وابسته به وزارت نیرو، اقدام به صعود قله ۳۴۰۰ متری پراو در استان کرمانشاه کردند. Δ

## کوهنوردی در خوی

به دنبال تشکیل انجمن‌های کوهنوردی آموزشگاه‌های کشور، انجمن آموزشگاه‌های شهرستان خوی (با وسعت و جمعیت کم) با همت مسئولان آن به صورت یکی از فعالترین انجمن‌های کشور درآمده است. صعود بیش از ۷۰۰ نفر از



ترتیب سرما به مرور در آن نفوذ کرده بود. غر غلیظ شدن خون به دلیل دسترسی نداشتن به مایعات و نرسیدن خون کافی به پاها.

۷. آسیب دیدن عضو پس از سرمازدگی: با توجه به اینکه آسیب‌های جدی به عضو، پس از سرمازدگی، در اثر راه رفتن به بافتها و نسوج وارد می‌گردد، اگر امکان انتقال فرد سرمازده با هلیکوپتر و یا هر وسیله دیگری که فرد ناچار به استفاده از عضو سرمازده نشود وجود داشته باشد، مطمئناً نتیجه بهتری به دست می‌آید. نقاط ضعف برنامه:

۱. از دست دادن زمان در طول برنامه و مسیر به دلایل مختلف که می‌شد از قسمتی از آن جلوگیری کرد.

۲. دقت در برنامه‌ریزی به دلیل کمبود وقت ضعیف بود.

۳. عدم تناسب و همسطح نبودن نفرات تیم صعودکننده به گروه از نظر اطلاعاتی و فنی

۴. نامناسب بودن وسایل شخصی و تیمی صعودکنندگان به گروه از قبیل: کفش، چسار، چراغ و...

۵. کمی وقت و بازرسی نکردن لوازم تیم صعودکننده به گروه در آخرین لحظات که منجر به فراموش کردن چند قلم از لوازم شد.

۶. استفاده نکردن از چراغ گاز در کنار چراغ بنزینی.

۷. نبودن یک گروه پشتیبانی قوی که بتواند در موارد اضطراری وارد عمل گردد که البته این مسئله در کوهنوردی کشور عمومیت دارد.

۸. نبودن طناب اضافی و کیسه خواب که به دلیل وزن و حجم زیاد بار، در آخرین لحظات آنها را حذف کردیم. هرچند که در این برنامه ما نیاز به حلقه دوم طناب پیدا نکردیم، ولی به طور کلی، وجود دو حلقه طناب در شرایط اضطراری و در فرودها، بسیار مفیدتر و مؤثرتر از یک حلقه است. Δ

(۱) متأسفانه در این برنامه نیز هر دو عضو گروه دچار حادثه سرمازدگی پاها شده و در نهایت معالجات در مورد حسین امانی مؤثر واقع نشده منجر به قطع عضو انگشتان پای راست ایشان می‌شود.

# صعود انفرادی یخچال سیوله

گزارش از: رضا شهلاهی

جبهه شمالی دماوند را می‌توان زیباترین و خوش‌منظره‌ترین قسمت قله دماوند دانست. آنان که از دهکده زیبای ناندل در ابتدای دست چم بن، قامت بلند و سر به آسمان ساییده دماوند را دیده‌اند، بر این مدعا گواهند.

در میان یالهای جبهه شمالی، دو یخچال بزرگتر از همه، ایست خود را به رخ می‌کشند: یخچال ذبی سل و سیوله که در طرفین یال اصلی جبهه شمالی قرار گرفته‌اند. یخچال سیوله، بلندترین یخچال طبیعی ایران است که ابتدای آن در ارتفاعی حدود ۳۲۰۰ متر از سطح دریا واقع است و تا ارتفاع ۵۶۰۰ متری ادامه دارد.

در طول سالها رفت و آمد و دیدار از جبهه‌ها و زوایای مختلف دماوند، همیشه صعود از این یخچال و دره یخچال در شمال دماوند ذهنم را به خود مشغول می‌ساخت تا اینکه خردادماه امسال، گام در سیوله نهادم؛ باشد تا دره یخچال نیز...

روز جمعه ۱۳۸۷/۳/۲۲ در جانتپناه شماره یک جبهه شمالی در ارتفاع ۳۹۵۰ متری بودم.

با طلوع زیبای خورشید، سیاهی شب رنگ می‌بخت و صبح دل‌انگیز بهاری، نوید روزی زیبا را می‌داد. با صرف صبحانه‌ای مختصر و بستن کوله‌ام از دوستان خداحافظی و به طرف یخچال حرکت کردم. چون قصد بازگشت از جبهه جنوبی را داشتم، کوله‌ام نسبتاً سنگین بود.

ابتدا با عبور عرضی از شنهای مسیر و برخورد با صخره‌های جانی مشرف به یخچال سیوله، با افت و خیزی کوتاه، خود را به حاشیه یخچال رسانیدم. آنچه که از ابتدای تصمیمگیری برای انجام این کار، ذهنم را مشغول ساخته بود، ریزش سنگهای غلطان و خطرناکی بود که از همان اول صبح حضور خود را اعلام کرده بودند. با بستن کرامپونها و تعویض شلوار و دستکشهایم و زدن عینک، کار را شروع کردم.

برای صعود از یخچال و دیدار قله زسانی حدود ۴ ساعت برای خود منظور کرده بودم با سرعت و با توجه به اینکه در طول صعود، باید نیمی از حواس خود را متوجه بر ریزش سنگهای خطرناک مسیر می‌کردم، حرکت خود را به صورت زیگزاگ ادامه دادم.

با تقسیم مرحله‌ای مسیر، هدف اول خود را که گلشنهای میانی یخچال بود، انتخاب کردم. شیب نسبتاً مناسب بود، ولی با توجه به ریزش خطرناک سنگها، مسیر خود را به تناوب تغییر می‌دادم. پیشانی بلورین یخچال، در بالای گلشنهای میانی مسیر قرار داشت.

تابش اشعه سوزان آفتاب وانعکاس آن از روی برف، از همان ابتدای صبح، تشنگی را بر من غالب کرده بود، ولی با توجه به همراه داشتن یک قمقمه آب، آن را برای مسافتهای بالاتر نگه داشته بودم.



عکس از هومن ربیع‌زاده

مواد خوراکی همراهم عبارت بودند از یک قمقمه آب، سه عدد سیب، دو عدد شکلات، مقداری تنقلات و یک عدد موز.

با نزدیک شدن به گلشنها و متراکم شدن برف، به پیشانی گرد و یخی مسیر رسیدم. عبور از این پیشانی سبز و بلورین، مستلزم همراه داشتن ابزار مناسب یخچوردی، همچون تبرهای یخ و یخچای مناسب است.

از دور برای عبور از این پیشانی، سمت چپ آن را انتخاب کرده بودم، اما به دلیل گرمتر شدن هوا و منبسط ریزش بیشتر سنگ از این مسیر، به اجبار باید از سمت راست آن که شیب نسبتاً بیشتری داشت عبور می‌کردم.

ساعت ۱۰ صبح، بعد از خوردن سیب و نوشیدن جرعه‌ای آب و باز و بسته کردن کرامپونها، راه را ادامه دادم. شیب مسیر در حدود ۷۰ تا ۸۰ درجه بود و گاه مجبور به استفاده از نیش کرامپونها می‌شدم که همین کار در آن ارتفاع، انرژی افت زیاد فوق‌العاده‌ای می‌خواست، ولی به دلیل ریزش زیاد سنگها و خطرناک بودن مسیر، توقف جایز نبود.

یخهای بلورین و سبزه رنگ پیشانی یخچال در سمت چپ مسیر، رؤیایی و رعب‌انگیز می‌نمود. با تلاشی نیم ساعته و مستمر، خود را به صخره‌های بالای پیشانی رسانیدم. گرمای حاصل از صخره‌های قهوه‌ای رنگ، برفها را ذوب کرده و سرمای شب، تمام مسیر را یخی نموده بود. در سمت چپ صخره‌ها، ریزش همچنان ادامه داشت و به همین دلیل، باز هم سمت راست را انتخاب کردم. حرکت جویهای باریک آب از میان یخهای بلورین مسیر، نشان از گرمتر شدن هوا می‌داد که این خود، دلیل تشکیل پیشانی یخچال نیز بود.

دندانهای کرامپون و سخمه کلنگم که تاکنون یاریم داده بود، به سختی در دل یخهای مسیر می‌خوابید، در یک لحظه، ارزش ابزار و وسایل پیشرفته را با تمام وجودم احساس کردم. به همراه داشتن یک بیج یخ، می‌توانست با توقف کوتاهی نیروی جسمی و روحی را افزایش دهد،

ولی محل مناسبی برای توقف نیافتم و امکان دسترسی به کوله‌ام را نیز نداشتم. بناچار صعود خود را بر سینه یخی مسیر ادامه دادم. افت مسیر زیاد و حرکت با کرامپون توانفرسا بود.

ساعت حدود ۱۱ صبح بود که خرد شدن یخها را در زیر پایم، نشانه‌ای از بهتر شدن مسیر یافتیم. افت مسیر حدسم بر این بود که به ارتفاع حدود ۵۳۰۰ متری رسیده‌ام. اضطراب از افت مسیر و فعالیت شدید جسمی با کوله‌ای سنگین در این ارتفاع، مرا دچار فشار روحی و جسمی کرده بود، اما چه باک که برای همین به اینجا آمده بودم.

با افزایش ارتفاع و رقیقتر شدن هوا، حرکت کندتر شده بود. از گذرگاه سنگی ۵۴۰۰ که عبور کردم، چهره مسیر تغییر کرد، یخچال نرم و نرمتر می‌شد و بعضاً پاهایم در برف فرو می‌رفت. شیب تند مسیر و حرکت در برف بود به واقع رنج‌آور بود.

یک یال سنگی در سمت راست سر از برف بیرون آورده بود که باید خود را به آن می‌رساندم. با تراورسسی حدود ۵۰ متر خود را به رسته سنگپایش رسانیدم. رسته صخره‌های قهوه‌ای رنگ از یخهای زیبای بلورین و غروسکهای یخی و قند بله‌های رؤیایی پوشیده شده بود. با استفاده از گلولی یک آدمک یخی، کوله‌ام را حمایت کردم. جرعه‌ای آب نوشیدم و با یک شکلات کاکائویی، ذائقه‌ام را تغییر دادم. حال برآمدگی و درد ناشی از اصابت سنگ در گوشه چشم چپم بهتر احساس می‌کردم.

عقربه‌های ساعت ۱۱:۳۰ را نشان می‌داد که کرامپونها را باز کردم و بر روی کوله‌ام بستم و بر یال سنگی سوار شدم. در سمت راست، یال سرد داغ (شمال غربی) و در سمت چپ، یال اصلی شمالی به وضوح دیده شده. در پی ۴ ساعت تلاش در یخ و برف، اینک درگیری با سنگ، تنوع دلپذیری برایم داشت. با استفاده از این یال سنگی، خود را به ارتفاع ۵۵۰۰ متری رسانیدم. اما ادامه مسیر، باز هم با یخچال بریده می‌شد و به ناچار باید از آن عبور می‌کردم. شروع به کوبیدن برفهای پودری مسیر کردم و با تلاشی نیم ساعته در انتهای یخچال سیوله بودم.

ساعت ۱۲:۳۰ صبح، شبی تند با شنهای روان و جاری در مقابلم قرار گرفته بود. در محلی مناسب با توقف کوتاهی کارم را مرور کردم و آخرین جرعه آیم را با واع نوشیدم. هیچ ردیا و اثری دیده نمی‌شد. گامهای انتهایی مسیر را در میان سنگهای افزان و شنهای ریز پشت سر نهادم. لاشه فرسوده و استخوانهای یک بز کوهی، نوید قله را می‌داد و بالاخره ساعت ۱ بعدازظهر، تن خسته خود را در میان کاسه قله بر شنهای سبز و زرد رنگ بام ایران نشاندم.

در بی‌وزنی کامل و رؤیایی قله، با احساسی شیرین از تلاش خود، چشمانم را بستم و از اولین صعود خود تا به امروز را که شصت و ششمین صعودم بود مرور کردم. این دوران، با شیرینترین احساس، ماندنی‌ترین لحظات زندگی‌م بوده، هست و خواهد بود.  $\Delta$

چون کوه‌های مذکور تمام به شکل طاق هستند. جغرافیای مفصل ایران - لغت‌نامه دهخدا

### پلنگان

چون در کوه‌های سیستان بین زابل و نهبندان بلند فراوان است، کوهی که در آنجاست پلنگان نام گرفته است.

شهداد و جغرافیای تاریخی دشت لوت

### پیش کوه - پشت کوه

لرستان از قدیم به دو قسمت مشخص پیش کوه و پشت کوه تقسیم شده که به وسیله رشته کوه عظیم کبیرکوه از همدیگر جدا شده‌اند. وجه تسمیه این دو قسمت مشخص این است که یکی در مسرق یا پیش کوه و دیگری در غرب یا پشت کبیر کوه واقع شده است.

ایران‌شهر

### تخت

در حدود یک کیلومتری جنوب غربی ده قلی آباد (در ۱۲ کیلومتری راه تهران - همدان) رشته کوه سنگی بزرگی به نام کوه تخت وجود دارد. این کوه دارای شکل نمایان و مخصوصی است و تا قله، مانند یک دیوار آهکی به هوا سربرکشیده و چون دژی است که گرداگرد حصار ستبری را فرا گرفته باشد. چون قله کوه خیلی تخت بوده، به این نام منسوب شده است. کوهها و غارهای ایران

### تخت سلیمان

در تنکابن، کوهی است مشهور به تخت سلیمان که در قله آن، عمارتی شیروانی مانند از چوب وجود دارد که جای دو نفر می‌نماید. مشهور است که حضرت سلیمان بالای این کوه آمده است. در زیر شیروانی مستور از سنگ، شکلی است شبیه به مار، سکنه گویند که این مار را حضرت سلیمان سنگ کرده است.

مرآت البلان



عکس از علی اصغر معلم کلایی

سلیمان به خواستگاری بلقیس رفت. بلقیس از



عکس از سید اردبیلی

## وجه تسمیه کوه‌های ایران

تهیه و تنظیم از: مریم ذرفونی

### قسمت دوم

### بیستون

در ۳۳ کیلومتری شمال شرقی کرمانشاه (غرب روستای بیستون) واقع است. بیستون در بازمی باستان یغستان تلفظ می‌شده که مرکب از دو جزء «بغ» و «ستان» بوده است که به معنی محل پرستش خداست. چون ایرانیان فراز کوهها را برای ستایش خدا مناسبتر می‌دانستند، این کوه مرتفع را جایگاه نیایش خدا نامیده‌اند.

### پاتاق

کوههای زاگرس به فارسی پاتاق خوانده می‌شوند.

### الموت

قله الموت را به سبب ارتفاعی که دارد اله موت (عقاب آشیان) گفته‌اند، زیرا اله به معنی عقاب و آموت به معنی آشیان است و چون عقاب در جاهای بلند آشیان می‌کند، آن قلعه را بدین نام خوانده‌اند و به کثرت استعمال الموت شده است. نام کوه الموت از این قلعه است.

لغتنامه دهخدا

### الوند

الوند در متون پهلوی اروند و در اوستا الورونت نامیده شده است.

نامه کمره

گویند شخصی در آن کوه آسوده است که نام او اروند بود. و به همین سبب کوه را به نام او خوانند.

برهان قاطع

الوند در جنوب غربی همدان واقع است. می‌گویند، الوند در اصل اروند بوده که به سبب کثرت استعمال تغییر یافته است. الوند از «ال» و «وند» تشکیل شده که «وند» به معنی مکان، جا «وال» به معنی تندی و سریالایی زیاد است بنابراین الوند به معنی جایی است که سریالایی تند و بسیار زیاد دارد. برفراز قله‌های الوند

### بزغوش

این کوه در جنوب سیلان واقع شده است و حدود ۱۲۰ کیلومتر طول و ۴۵ کیلومتر عرض دارد چون رشته کوه مزبور به شکل گوش بز است به همین سبب آن را بزگوش نامیده‌اند.

اردبیل شهر مقدس

### بنان

کوه بنان در شمال زرنده (استان کرمان) قرار دارد. چون بلندترین نقطه مرزی کرمان است، در زمان قدیم افرادی از طرف حکومت مأمور می‌شدند که در بالای کوه مستقر شده، اطلاعات لازم را برسانند. آنها را کوه‌بانان می‌گفتند و به همین سبب این محل را کوه بنان نامیدند.

با من به کرمان بیایید

### بیرگ

در ۷۲ کیلومتری جنوب شرق خاس (۲۷۴۰ متر) واقع و یکی از ارتفاعات بلوچستان است. چون این کوه در منطقه، بلندتر از سایر کوهها است، بیرق نامیده شده است که در زبان بلوچی ق به گ تبدیل شده و بیرگ خوانده می‌شود.

جغرافیای استان سیستان و بلوچستان

سلیمان خواست که برای او در مکانی که از همه نقاط بلندتر و سردتر باشد قصری بسازد. همه جانوران را مأمور کرد که به جستجوی سردترین نقطه بروند. شب هنگام، همه جانوران جز هدهد بازگشتند و خبر دادند که نتوانسته‌اند بلندترین و سردترین نقطه را پیدا کنند. شب از هدهد خبری نشد و روز بعد، ساعتی پس از برآمدن آفتاب، هدهد بازگشت و در پاسخ سلیمان گفت که به مکانی رسیدم از همه جا بلندتر. سردتر که از سرما بالهایم یخ بست. ناچار شب را با مرارت در آنجا به سر آوردم و پس از تانس آفتاب و بازشدن یخهای باله خود را به اینجا رساندم. سلیمان دستور داد آنجا قصری بنا کردند.

کوهها و غارهای ایران

### تخت نادر

در ارتفاع ۲۹۰۰ متر قرار دارد و به این سبب آن را نادر نامیده‌اند که چنین چمنزاری کماب است و به پندار برخی، نادرشاه موقعی که برای جنگ با عثمانی به همدان رفته، در آنجا تخت و جادر خود را برپا کرده است.

بر فراز قله‌های الوند



عکس از حمیدرضا مرعشی

### تفتان

در ۴۳ کیلومتری شمال خاںس (۳۹۴۱ متر) است. درباره نام تفتان برخی معتقدند که این نام از واژه نفت به معنی گرم و سوزان آمده است و این نامگذاری به سبب خروج دمه‌های آتشفشانی مرکب از بخار آب و گاز گوگرد از دهانه آن است. وجود چشمه‌های آب گرم با خواص گوگردی و همچنین رنگ زرد اطراف دهانه و دامنه‌های آن، می‌تواند دلیل بر صحت این مدعا باشد.

جغرافیای مفصل ایران

### توچال

در ۲۰ کیلومتری شمال تهران (۳۹۲۳ متر) و به معنی جال آبگیر و دریاچه کوچک است. چون قله توچال در کنار دریاچه قرار دارد، آن را بندین نام

خوانده‌اند.

تهران در گذشته و حال

### جانستون

در ۴۰ کیلومتری شمال شرق تهران (۴۰۰۰ متر) قرار دارد. جانستون مخفف جان سان است. دست پای کوه به قدری زیباست که جان را می‌سازند. ماخذ

### جفتان

سومین قله رشته کوه بلوار در کرمان (۳۹۵۷ متر) است. وجه تسمیه این قله به دلیل جفت بودن دو قله در جوار یکدیگر است که اهالی بیرامون کوه، این نام را بر آن نهاده‌اند.

کوههای کرمان

### جوپار

در ۴۳ کیلومتری جنوب شرق کرمان (۴۱۳۵ متر) قرار دارد. نام کوه از روستای پای کوه گرفته شده است. این روستا دارای دو قنات است، به همین سبب آن را جوپار نام نهاده‌اند که به تخفیف جوپار شده است.

۸ سال در ایران

قله جوپار به لک غار و سه شاخ بزرگ نیز معروف است. در لهجه کرمانی، لک به معنای بلندی است و چون در جنوب این قله، غار یخ واقع گردیده است، جنوبیها به آن لک غار می‌گویند. اما در شمال کوه، قله‌ای با سه ستیغ بلند نمایان است که از دور دست و به ویژه در غروب به طرز بسیار زیبایی خودنمایی می‌کند. این سه ستیغ را سه شاخ بزرگ می‌نامند.

کوههای کرمان

وجه تسمیه جوپار این است که ایلات و قبایل پادیه‌نشین، آن را «جای بارسال» می‌نامیده‌اند و به تدریج جوپار نامیده شده است.

سفرنامه ژنرال سرپوسی سایکس

### جهان‌بین

در ۲۰ کیلومتری جنوب غربی شهر کرد (۳۳۳۲ متر) واقع است. چون از فراز قله جلیجه (مرتفعترین قله رشته کوه جهان‌بین)، منطقه بزرگی، از جمله تمامی شهرستان شهرکرد و شهرهای نجف‌آباد و اصفهان کاملاً دیده می‌شود، به همین دلیل به آن نام جهان‌بین داده‌اند.

کوهها و غارهای ایران

### چاه برف

جزو منطقه خیر در ۱۲۰ کیلومتری جنوب شرقی سیرجان (۳۸۴۵ متر) و دارای حفره‌ای است که برف دائمی در آن موجود است.

کوههای کرمان

### چیکرو

در ۶۲ کیلومتری جنوب غربی امل (۴۳۱۸ متر) است و به احتمال زیاد، کوهنوردان به دلیل تمایل قله به سمت غربی و چپ، این نام را به کوه داده‌اند. ماخذ

### چک چک

۳۸ کیلومتری شرق اردکان (۲۷۴۵ متر) قرار دارد. نیک بانو، یکی از دختران یزدگرد سوم (آخرین پادشاه ساسانی)، در حمله اعراب، فرار می‌کند تا به کوهی در نزدیکی یزد می‌رسد و در آنجا با حال زار شروع به گریه می‌کند: از چک چک گریه او جشمه‌ای از کوه می‌جوشد و چک چک به پایین می‌ریزد و نیک بانو نابدید می‌شود. زرتشتیان زیارتگاهی در آن محل می‌سازند و کوه به چک چک معروف می‌شود. (گفتگو با رستم، خادم زیارتگاه چک چک)

### چهل نابالغان

در نزدیکی نهاوند است. چون بر فراز یکی از قله منطقه (به ارتفاع ۴۰۵۰ متر)، آثار سنگ قبر وجود دارد، مردم منطقه تعداد آنها را چهل سنگ قبر می‌دانند و اعتقاد دارند که ۴۰ تن از رانندگان در این منطقه به شهادت رسیده‌اند و اقوال مختلفی در مورد آنها بر سر زبانهاست که سینه به سینه نقل شده، لذا این قله به همین مناسبت چهل تن نابالغان نامیده شده است.

کوهنامه مانگ هلات

### چهل تن

کوه تفتان در اصطلاح محلی به چهل تن معروف است. در مورد وجه تسمیه چهل تن چنین روایت است که روزی چهل نفر از رانندگان مذهبی در این کوه بیدیده آمده، سپس از نظر غایب شدند. سکنه این حول و حوش در اوایل، این کوه را به احترام آن چهل تن ستایش و برای آن قربانیهایی زیاد کردند. نگاهی به سیستان و بلوچستان

### خرسان

از قله منطقه علم کوه است و به سبب وجود خرسه‌های زیاد در این منطقه، آن را خرسان نامیده‌اند.

کوهها و غارهای ایران

### خرسنگ

در ۴۰ کیلومتری شمال شرق تهران (۳۹۳۱ متر) واقع است. واژه خر اگر در کلمات مرکب به صورت پیشوند آید، به معنای بزرگ و تتراشیده و ناهموار به کار می‌رود. خرسنگ، یعنی جایی که در آن سنگهای بزرگ و تتراشیده و ناهموار قرار دارد.

فرهنگ معین  
ادامه دارد...

# واژه‌نامه کوهنوردی

عباس محمدی

## قسمت پنجم

آقای فرخ زنوزی یا فرستادن نامهای، ضمن اظهار لطف پرسیده‌اند که آیا مجموعه واژه‌نامه کوهنوردی به تدریج در حال جمع‌آوری است و یا این مجموعه فراهم شده و به تدریج در مجله کوه درج می‌شود و نیز پیشنهاد داده‌اند که واژه‌نامه مجموعه در یک مجله منتشر شود و تلفظ واژه‌ها نیز با حروف فونتیک نشان داده شود.

با تشکر از این دوست گرامی، یادآور می‌شود همان‌گونه که در پیش‌گفتار واژه‌نامه کوهنوردی اشاره کرده بودم، هدف از درج واژه‌نامه در فصل نامه کوه «دستیابی به زبانی رسا، بخته و زنده در زمینه کوهنوردی» است و در همان جا از همه علاقه‌مندان درخواست کرده بودم که انتقادها و پیشنهادهای خود را به نشانی فصلنامه ارسال کنند تا از آنها برای رسیدن به یک زبان فنی مشترک استفاده شود. شخصاً با نظر آقای زنوزی در انتشار یک جای واژه‌نامه موافقم، زیرا در آن صورت جستجوگر یک واژه در دوسری نخواهد داشت و نظرات علاقه‌مندان هم یک جا جمع‌آوری می‌شود. تا نظر فصلنامه کوه چه باشد.

عباس محمدی

با تشکر فراوان از نویسنده و خواننده محترم:

درج مطلب «واژه‌نامه کوهنوردی» به لحاظ اهمیت فراوان و ضرورت به دست آوردن و استفاده از معادل‌های واژگان لاسن در زبان فارسی است. لیکن همان‌گونه که مشاهده می‌شود درج مطالب متنوع و فراوان در نشریه امکان استفاده یکجا از مطالب جمع‌آوری شده توسط همکار ازجمله نشریه را نمی‌دهد و از سوی دیگر نیز امکان چاپ جداگانه این مطالب به لحاظ هزینه بالا و متأسفانه تقاضای کمتر آن (به لحاظ خریداران) نیز میسر نمی‌باشد. فصلنامه کوه

۸۴ / فصلنامه کوه / شماره شانزدهم / سال چهارم



blind crack شکاف کور

شکاف بسیار باریک یا کم عمق در سطح سنگ

blizzard دمه، بوران

طوفان برف، باد شدید با برف

coince (Fr.) → chockstone سنگ - گوه

bluff بریدگی

بر تگاه کنار رودخانه، گرده ماهی با یک سمت برسیب

British Mountaineering Council شورای کوهنوردی بریتانیا  
B.M.C →

body belay حمایت بدنی

هر روش حمایتی که در آن اصطکاک لازم برای تصویر مهار طناب، با عبور دادن طناب از روی بدن (توسط حمایت‌کننده) حاصل شود؛ مانند حمایت کمری و حمایت کفلی.

boiler plates لوح‌های همپوش

لوح سنگی‌های ورقه ورقه که مانند فلز ماهی روی هم قرار گرفته‌اند.

boiler suit لباس غوطه خوردن

بوساک ویژه ورزش‌های آبی و غاریمایی

bollard گورژ سنگی

عارضه سنگی برجسته که غالباً می‌توان از آن به عنوان نقطه حمایت استفاده کرد

bolt میخ بیج، میخ بازشو

نوعی میخ سنگنوردی که برای ثابت کردن آن، سنگ را سوراخ می‌کنند. با کوبیدن میخ - بیج در سوراخ، گوه‌ای که در سر آن قرار دارد باعث باز شدن بدنه و در نتیجه محکم شدن آن در سوراخ می‌شود. این نوع میخ معمولاً روی صخره‌های بدون شکاف کوبیده می‌شود.

bomb - bay chimney (Am.) تنوره کلاهکی

سوراخی عمود بر سطح تیغه است.

bivouac site محل شب مانی

bivy → bivv bag/bivy /tent

bivvy tent چادر شب مانی

چادر بسیار کوچک و سبک (شبه یک کیسه) که می‌توان از آن برای گذراندن اضطراری شب سود جست.

black ice یخ سیاه

لایه نازک، شفاف و محکم یخ روی سنگ.

black tent سیاه چادر

چادرهایی که معمولاً از جنس موی بز است و عشایر و دیگر دامداران در دامنه کوهها یا دشتهای پربا می‌کنند.

blade piton میخ نبشی

نام کلی برای هر میخی که دارای یک تیغه صاف و سوراخی عمود بر سطح تیغه است.

**bucket step** پاگرد

جا پای بزرگ، جا یا یا بله بزرگ روی برف برای تعبیر جهت در صعودهای زیگزاگ یا برای حمایت

**bugaboo**

نوعی میخ نیسی با تیغه بلند و باریک

**bulge** برآمدگی

کلاهک کوچک و گرد

**buttress** یال وارِه

برجستگی یال مانند روی جبهه‌ای از کوه، (معمولاً در حد فاصل دو دهلیز). ممکن است بسیار کوچک و به پهنای چند متر یا بسیار بزرگ و شامل چند یال فرعی و دو سطحی باشد. ادامه دارد ...



**braking** ترمز کردن

ترمز کردن (روی برف) مهار سقوط روی برف، مهار کردن سقوط (با روشهای حمایت روان)

**braking device** ترمز طناب

braking device

**brant and stape** مردافکن، بسیار دشوار

عبارتی با ریشه Gumbrian به معنای «پرشیب و لیز» امروزه اصطلاحاً به طولهای بسیار دشوار اطلاق می‌شود.

**breaking (of boots)** جا انداختن، جا افتادن

پوشیدن تمرین کفش کوه برای آنکه قالب یا شود و در برنامه اصلی کوهنوردی با آن نزنند.

**breche (Fr.)** گدوک

گردنه باریکی که در ارتفاعات بالا قرار دارد.

**breeches** نیم شلوار

شلوار کوتاه، شلوار کوتاهی که تا زیر زانو می‌پوشاند.

**bridging** پاگستری

سازگدن بساها و دستها و فشار دادن آنها به دیواره‌های دو سوی تنوره‌ها یا دو سطحی‌ها برای بالا رفتن

**British Mountaineering Council** شورای کوهنوردی بریتانیا

شورایی مرکب از نمایندگان باشگاههای کوهنوردی بریتانیا (تأسیس: ۱۹۴۴)

**Brocken spectre** شیخ بروکن

گاه، چنانچه در پایین ابر و در بالا آسمان صاف باشد، تاپس مورب نور سبب می‌شود که سایه کوهنوردان یا قله‌ها روی ابرهای پایین بیفتد. در این حال سایه‌ها فوق‌العاده بزرگ هستند و به این پدیده «شیخ بروکن» می‌گویند. بروکن نام منطقه‌ای کوهستانی در آلمان است که گویا این پدیده در آنجا زیاد دیده می‌شود.

تنوره‌ای که از یک سقف رد شده باشد.

**bomb** کندن

اصطلاح عامیانه به معنای صعود سریع

**bong - bong** بنگ

میخ آمریکایی U شکل و بزرگ. برای آنکه وزن میخ کمتر بشود و بتوان به نقاط مختلف آن حلقه طنابچه متصل کرد، این میخ را سوراخ سوراخ درست می‌کنند.

**boots** کفش کوه

پوشین کوهنوردی

**boulder** سنگ کوتاه، گرداله

تخته سنگهای مجزا و بزرگ که در بسیاری موارد، در پای دیواره‌های بلند، یا در دره‌ها قرار دارند.

**bottoming crack** شکاف کور

شکافی که میخ تا ته آن فرو نرود.

**bouldering** کار سنگ کوتاه، صعود سنگ کوتاه

سنگنوردی روی تخته سنگهای بزرگ که معمولاً ارتفاعشان خیلی زیاد نیست، این نوع صعود غالباً بدون صناب و حمایت انجام می‌شود و حسه تمرینی یا نمایشی دارد.

**bowline knot** گره خرگوشی

گره مناسب برای اتصال

**box quilting / box wall** دوخت جعبه‌ای

نوعی دوخت کیسه خواب یا پوشاک بر به صورتی که بر قو یا دیگر مواد عایق در جعبه‌های مکعبی شکل قرار می‌گیرد.

**bracket** ابرو

طاقچه باریک یا کوچک روی دیواره

**brake bar** میله ترمز

میله‌ای که روی کارابین نصب می‌شود و برای ایجاد اصطکاک به منظور حمایت یا نجات استفاده می‌شود.

## دائرة المعارف کوهنوردی

قسمت هفتم



ولت اس ورت  
ترجمه حمید هدایت نسب

### کوردیلرا هوای هواش Cordillera Huayhuash

در جنوب کوردیلرا بلانکا و در کشور پرو قرار گرفته است. برخی از عالیترین و دشوارترین قله‌ها در این قسمت جای گرفته‌اند که بهمنهای خطرناک و نقابهای عظیم از خصوصیات اصلی آنهاست. بهترین مکان برای آغاز صعود قله، دهکده چیکویان است که با صرف دو روز وقت می‌توان بدانجا رسید. اولین قله‌ای که صعود شد نواد و سولا (۲۰۸۴۱ پا) بود که اشتایدر و اورجر در سال ۱۹۳۶ آن را فتح کردند. دیگر صعودهای معروف به قرار زیر است:

پرویا یا ۲۱۷۶۵ یا ۱۹۵۰ هارا و ماکسول جیری شانکا ۲۰۰۹۹ پا ۱۹۵۷ گروچانگمیر پرویا یا بیشتر از سایر قله‌ها مورد توجه قرار گرفته است. در سال ۱۹۶۸ تیم اداک آن را به طور اریب گذر کرد. وجهه جنوبی آن را دیکس و جونز در همان سال فتح کردند. برای توسعه و بسط کوهنوردی در این منطقه امکانات فراوان و متعددی وجود دارد.

### کوردیلرا ریل Cordillera Real

این قسمت از آند در شمال غربی بولیوی واقع است که در طول صد مایل از شمال غرب تا جنوب شرقی امتداد یافته است و مجاور لاپاز پایتخت بولیوی است. رشته از ایلامیو (۲۰۸۷۳ پا) در شمال به ایلمانی (۲۱۲۷۷ پا) در جنوب ختم می‌شود که از فراز هر دو قله می‌توان بست صحنه بسیار جالبی را دید. زیرا

### کوردیلرا ویلکابامبا Cordillera Vilcabamba

ایجاد این شکل از برف، فشار باد در این نواحی است. در انواع مختلف دیده شده است. گاه بسیار تازه است و هر آن امکان ریزش و ایجاد بهمن را در خود دارد.



یک رشته جذاب که برای رسیدن به قله آن باید حرکت را از محلی به نام کوزکو در پرو آغاز کرد. قله، مرتفع و یخچالی هستند و سیاره‌های روی این قله آنها را به صورت حسن خورده درآورده است. تمامی قله مرتفع منطقه صعود شده است و علاوه بر آنها قله‌ای که کمتر شناخته شده‌اند و ارتفاع زیادی نیز دارند به چشم می‌خورند؛ از جمله: سالکانای ۱۹۹۵۱ پا، بل، ایرس، میشل، مانیوس، کوگان، پیری ۱۹۵۲

پوماسیلو ۱۹۹۱۵ پا، کمارنس لیک، لانگ لند ۱۹۵۷ ساک ساریوک ۱۹۸۰۰ پا فارائل (انفرادی) ۱۹۶۳

کوردیلرا ورونیکا نیز جزء همین رشته محسوب می‌شود که در آن طرف روخانه اورویامبا واقع است و مرتفعترین قله آن نوادو ورونیکا (۱۸۸۶۵ پا) است.

### کوردیلرا ویلکانوتا Cordillera Vilcanota

رشته‌ای به طول هفتاد مایل که از کوزکو در پرو آغاز می‌شود و مرتفعترین قله آن اوسان گاته (۲۰۹۴۵ پا) نام دارد که در سال ۱۹۵۲ توسط یک گروه آلمانی به سرپرستی هارو صعود شد. همین گروه بعدها شش قله مرتفع دیگر را فتح کرد. قله منطقه، یخچالی هستند؛ اما به سادگی در دسترس قرار می‌گیرند. به طور کلی می‌توان گفت که در این ناحیه قله صعود نشده‌ای وجود ندارد.

### نقاب Cornica

یک بخش برف فشرده شده که روی لبه یال، فلانتهای برفی یا شکافهای یخی می‌نشیند. علت

که مابین این دو قله، قله بسیاری که ارتفاع بین ۱۲ تا ۱۵ هزار پا دارند واقع شده‌اند. علاوه بر این، دریاچه بینکایا زینت بخش این ناحیه است. این رشته دارای بهترین صعودهای یخچالی در آند است و صعود مسیره‌های سنگی بسیار کمیاب است که در این میان می‌توان از تیکومیان (۱۸۲۰۹ پا) نام برد.

مرتفعترین و یخچالی ترین قله در سوراتا در شمال واقع شده‌اند و از قله قابل توجه دیگر می‌توان موارد زیر را نام برد:

انکوهاما ۲۱۰۸۲ ۱۹۱۹ دنسنت، سولتز ایلامیو ۲۰۸۷۳ پا ۱۹۲۸ هین، هورسجوسکی، هورت ناگل، فان هاوکانا ۲۰۵۰۳ پا ۱۹۲۸ احتمالاً

گروه هین و برخی قله دیگر بالای هجده هزار پا که مابین سوراتا و ایلمانی قرار گرفته‌اند:

جیروکو ۲۰۱۰۲ پا ۱۹۲۸ هورسجوسکی، هورت، ناگل کاکاا ۱۹۹۹۶ پا ۱۹۱۹ دنسنت، سولتز چاچاکومانی ۱۹۹۲۷ پا ۱۹۴۵ تیم بوجولتز کوندوریزی ۱۸۵۴۸ پا ۱۹۴۱ کوم

ایلمانی دارای سه قله است. قله جنوبی بلندترین آنهاست که توسط کانوی، مک گریگاز ویلسو در سال ۱۸۹۸ صعود شد. قله شمالی را که فقط چند با کوناهتر است، ارتل و شرودر در سال ۱۹۵۰ فتح کردند.

**O**  
**P**  
**Q**  
**R**  
**S**  
**T**  
**U**  
**V**  
**W**  
**X**  
**Y**  
**Z**

انتخاب کند. روش انجام این کار چندان مشکل نیست، بلکه آنچه که آزاردهنده است کمبود وقت است. لذا آنچه که حرکت را سرعت می‌بخشد تجربه راهنما یا نفر جلو در انجام این کار است. یکی از نکاتی که حتماً باید حین عبور از یخچال و این‌گونه شکافها به آن توجه دقیق کرد، بله‌ای برفی است که روی این‌گونه شکافها تشکیل می‌شود و بسیار خطرناک است.

### نجات از شکاف Crevasse Rescue (E)

فنی که کمک می‌کند تا کوهنورد را از شکافی که در آن افتاده است خارج کنند، بدین صورت است که فرد مزبور را با استفاده از طناب بالا می‌کشند. حالتی که عمومیت دارد و بیشتر اتفاق می‌افتد، این است که قربانی تا کمر یا با یک پا در شکاف فرو می‌رود، اما گاهی اوقات نیز تا پایین شکاف برت می‌شود که در این صورت مسئله بسیار جدی است. اگر قربانی گره خورده باشد، ضرورتاً این کار این است که با استفاده از گره بروسیک روی طناب برای نجات جان خویش تلاش کند.

سه حالت برای نجات قربانی محتمل است:  
۱. اگر تیم بسیار بزرگ باشد، می‌توانند قربانی را به راحتی بالا بکشند.  
۲. اگر تیم کوچک باشد، باید وسط طناب را برای او به پایین بفرستند تا او آن را از داخل یک کارابین در دور کمرش عبور دهد، سپس یک سرطناب برای رهایی به او وصل می‌شود و سر دیگر را اعضای تیم بالا می‌کشند و کارابین همچون یک بولی عملی می‌کند.  
۳. خود رهانیدن است که اگر راههای متداول عملی نسد، کوهنورد باید با استفاده از گره بروسیک خود را رها کند.  
طناب در تمام حالات بالا نقش اساسی دارد. در ضمن محل حمایت کننده نیز باید بسیار محکم و خوب و در خارج از شکاف باشد، نه اینکه فرضاً روی پل برفی روی شکافها به حمایت بنشینند!! سرعت خروج از شکاف نیز تکنیکی ارزشمند و گرانقدر است.  
ادامه دارد...

### موارد استفاده از کرامپون

از کرامپون در دو حالت زیر استفاده می‌شود:  
۱. حرکت روی شیبهای معمولی یخ و برف  
۲. صعود از دیواره‌های یخی  
بوسیدن کرامپون در این دو حالت، باعث راحتی و امنیت و در نتیجه بیشتر شدن سرعت حرکت می‌گردد.



### کرامپون (Fr) - Crampons

برای صعود روی یخ و برف مورد استفاده قرار می‌گیرد. کرامپون از یک چهارچوب فلزی که در زیر یا توسط تسمه محکم می‌شود تشکیل شده است. کرامپونها به صورت جفتی در اندازه‌های مختلف ساخته شده‌اند.

علاوه بر این، تا حدود زیادی امکان خطر را کاهش می‌دهد. در صورت به کارگیری کرامپون روی شیبهای برفی، امکان حرکت به طور عادی فراهم می‌شود، در حالی که در صورت نبودن کرامپون در این‌گونه موارد، مجبوریم که بریده بریده حرکت کنیم. برخی از کوهنوردان در کرامپون را ضروری نمی‌دانند، در حالی که در همین حالت هم با به کارگیری آن، حرکت بهتر و مطمئن‌تر خواهد بود.

### شکاف (E) - Crevasse

تَرَک ایجاد شده در یخچال را شکاف گویند که می‌تواند پهن و یا بسیار عمیق باشد. شکافهای کوچک را که چندان گسترده و فراخ نیست، می‌توان با تکنیک ساده یخ و برف بست سرزنهاد. شکافهای خطرناک، آنهایی است که معمولاً در یخچالهای بزرگ قرار دارد و زمانی خطرناکتر است که برف تازه روی این نوع شکافها را پوشانده باشد. در این مواقع، نفر جلو باید دائماً زمین را با کلنگش امتحان کند و مسیر را نیز پیشاپیش و تا حد امکان به درستی

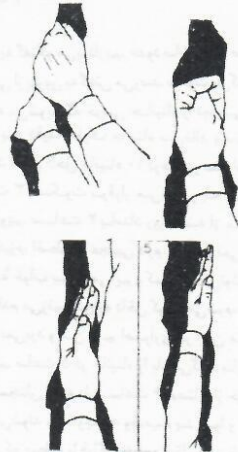
فراختر بودن دهلیزهای این ناحیه است. بعضی از انواع دهلیزها بسیار بزرگ است، ولی عمدتاً اندازه مشخصی دارد و بوشیده از برف و یخ و صخره است. دهلیزها اغلب بهم‌نگیر است، اما این خصوصیت با وضعیت و شکل دهلیز ارتباط تام دارد و در صورت وجود خطرات جدی در برخی از آنها، باید از کتابهای راهنمای مناطق سود برد.

### شیار، ترک

### Crack (E) - Fissure (Fr)

درز داخل صخره را گویند که به اندازه تنوره پهن نیست و شکل آن ممکن است عمودی و یا افقی باشد. همچنین ممکن است در تمام طول سنگ امتداد یافته و یا برعکس، فقط در بخشی از سنگ وجود داشته باشد. نیارهای کوچکتر، معمولاً برای گیره مناسبتر و از ایمنی بیشتری برخوردارند.

از سارها می‌توان به جای گیره برای صعود استفاده کرد، البته



همچون تنوره نمی‌توان بر آن تکیه داد و فقط لبه‌های آن را برای گرفتن با دست، می‌توان مورد استفاده قرار داد. سارها محل قرار دادن میخ در سنگ نیز هست.

## بازگشت از مرگ



عکس از: علیرضا ووزم

گزارش از کیوان زادحوش (۱)

اینده به گفتگو می‌پردازیم. حدود ساعت ۲۱ صدای عجیبی از بیرون به گوش می‌رسد. سکوت می‌کنیم و متوجه می‌شویم که خرسی جانپناه را دور می‌زند. حدود پنج دقیقه اطراف جانپناه می‌ماند و سپس می‌رود. دمای داخل جانپناه ۱۰ درجه زیر صفر است. ساعت ۲۳ سکوت برقرار می‌شود و به خواب می‌رویم. ساعت ۳ بامداد روز شنبه از خواب برمی‌خیزم، اضطراب عجیبی دارم و خوابم نمی‌برد. از کیسه خواب بیرون می‌آیم و کمی آب می‌نوشم و کمی قدم می‌زنم و دوباره داخل کیسه می‌شوم، ولی خوابم نمی‌برد و من هم اصراری در این مورد نمی‌کنم. ساعت ۵ در جانپناه را باز می‌کنم. بارش برف همچنان ادامه دارد. ساعت ۶ دوستان از خواب بیدار می‌شوند و با توجه به وضعیت بد هوا و مه غلیظی که منطقه را فراگرفته است، تا روشن شدن هوا تصمیم به ماندن در جانپناه می‌گیریم. صبحانه را آماده می‌کنیم و می‌خوریم و قهوه غلیظی می‌نوشیم. با توجه به بارش سنگین برف و کمبود آذوقه و احتمال ساکن شدن این جبهه هوا بر منطقه، ساعت ۸:۳۵ جانپناه را به منظور عزیمت به پناهگاه دوم (چشمه گل‌گل) ترک می‌کنیم.

گذشته، کفشهای فایبرگلاس مخصوص صعودهای زمستانی را می‌پوشیم و پناهگاه را ترک می‌کنیم. در طول مسیر، هوا تدریجاً خراب می‌شود و ساعت ۱۳:۲۰ بارش برف شروع می‌شود. مسیر را بر روی گرده ماهی ادامه می‌دهیم و به تخته سنگی که به سنگ مثقالی معروف است می‌رسیم و برای نوشیدن آب توقف می‌کنیم. به دلیل شدید شدن بارش برف، پس از سه دقیقه به حرکت ادامه می‌دهیم و به نوبت برف‌کوبی و صعود می‌کنیم. مه غلیظی همراه با بارش برف منطقه را فرا می‌گیرد و ما با تعمق بیشتر، جانپناه را پیدا می‌کنیم و ساعت ۱۶:۱۰ به جانپناه می‌رسیم. با توجه به وضعیت بد هوا (مه غلیظ و بوران شدید) و کوتاه بودن طول روز، تصمیم می‌گیریم که صعود به قله را به فردا موکول کنیم. پس از تعویض لباسها، شروع به خشک کردن لباسهای نمدار و آماده کردن قهوه می‌کنیم و آن را می‌نوشیم. گوشت پخته را هم با اضافه کردن آب گرم می‌کنیم و با لذت می‌خوریم. بیرون از جانپناه، مه غلیظ همچنان منطقه را فراگرفته است و بارش برف سنگین‌تر می‌شود. ساعت ۲۰ داخل کیسه‌های خواب می‌شویم و با اندیشه صعود فردا و برنامه‌های

روز پنجشنبه ساعت ۱۴:۳۰ خرم‌آباد را به مقصد دورود، دربند و روستای تیان که در دامنه اشترانکوه قرار دارد ترک می‌کنیم. برنامه را به گونه‌ای زمان‌بندی کرده‌ایم که در صورت داشتن زمان مناسب، از روستای تیان تا پناهگاه دوم (چشمه گل‌گل) را همان روز صعود کنیم، اما به دلیل نبودن وسیله نقلیه، مجبوریم که از ابتدای جاده تا روستا را پیاده‌روی کنیم و پس از یک ساعت به روستا می‌رسیم. ساعت ۱۸ است و به سبب تاریکی هوا، تصمیم می‌گیریم که شب را در روستا اقامت و فردا حرکت کنیم. صبح جمعه ساعت ۷ روستا را ترک می‌کنیم. هوا نیمه ابری است و بنا بر گزارش هواشناسی، از تراکم ابرها کاسته خواهد شد.

از جنب پناهگاه تازه ساز تیان که به همت هیئت کوهنوردی استان و کوهنوردان احداث گردیده است، شروع به صعود می‌کنیم و در مسیر مالرو به صعود خود ادامه می‌دهیم. پس از یک ساعت وارد منطقه برفی می‌شویم. برف زمین را سفیدپوش کرده است. ساعت ۱۱ به پناهگاه دوم (چشمه گل‌گل) می‌رسیم و برای صرف غذا توقف می‌کنیم. ساعت ۱۲:۰۵ دقیقه با توجه به بارش برف در روزهای

## حادثه در کمین

مه غلیظ و بوران، اجازه دید مناسب را نمی‌دهد و بیشتر از ۶ یا ۷ متر جلوتر را نمی‌توان دید. بیش از یک متر برف بر روی زمین نشست است. با توجه به آشنایی سعید و امیر با منطقه، از روی مشخصه‌های موجود در مسیر و پس از یک ساعت برف‌کوبی به ابتدای گرده ماهی می‌رسیم و به سمت پایین حرکت می‌کنیم. سعید نفر اول است و برف‌کوبی می‌کند. ناگهان توقف می‌کند و می‌گوید که برف ترک برداشته است و اعلام خطر می‌کند که در این منطقه، احتمال سقوط بهمین وجود دارد و باید مسیر را عوض کنیم و بلافاصله مسیر رفته را باز می‌گردیم، چرا که شکاف عرضی برف، یکی از نشانه‌های سقوط بهمین است.

پس از عوض کردن مسیر، به نوبت برف‌کوبی می‌کنیم. بوران، به علاوه مه غلیظ، مانع دید مناسب است. هر از گاه، به دلیل نداشتن دید کافی، مسیر را گم می‌کنیم و دوباره به مسیر اصلی بازمی‌گردیم ۲۰ دقیقه قبل، صدای مهیب ریزش بهمین در ارتفاعات به گوش می‌رسد. تأکید بر این است که مسیر را اشتباه نرویم، زیرا در غیر این صورت، خطر جدی است؛ اما بوران و مه غلیظ و نداشتن دید مناسب، باعث شده است که از گورده، کمی فاصله داشته باشیم. من جلوتر مشغول برف‌کوبی هستم که ناگهان بهمین، بهمین گفتن امیر به گوش می‌رسد و لحظه‌ای بعد، ضربه‌ای شدید، وقوع حادثه‌ای را اعلام می‌کند. همان‌گونه معلق، در ریز توده‌ای از برف به جلو رانده می‌شوم؛ نه به زندگی که به مرگ فکر می‌کنم و خنده‌ام می‌گیرد که من هم به این سادگی مُردم؟

## نجات ناباورانه

دیگر حرکتی را احساس نمی‌کنم، لحظه‌ای به خودم می‌آیم و با خنده به خودم می‌گویم تو هم مُردی! همواره مرگ را حق می‌دانستیم، ولی هرگز فکر نمی‌کردم مرگ این قدر آسان باشد. چند لحظه کوتاه می‌گذرد و موقعیت را بهتر احساس می‌کنم. حس می‌کنم که به صورت خوابیده و به شکم داخل برف قرار گرفته‌ام. دست چپم که در همان لحظه اعلام سقوط بهمین جلوی دهانم گرفته بودم، مانع ورود برف به دهانم شده است و بند شکمی کوله که با توجه به احتمال سقوط بهمین از همان ابتدا آن را نبسته بودم، باعث شده است که هنگام برخورد بهمین، کوله‌ام بالاتر از سرم قرار بگیرد و یک فضای ۲۰ یا ۳۰ سانتیمتری را ایجاد کند. حرکتی به خودم

می‌دهم، ولی کوله‌ام تکان نمی‌خورد. دوباره از این ساده مردن خنده‌ام می‌گیرد. پس از لحظه‌ای، کلنگ را در دست راستم حس می‌کنم که بهمین فرصت رها کردن آنرا به من نداده است آن را به پایین فشار می‌دهم و احساس می‌کنم که پایین تر نمی‌رود. با فشاری بر روی کلنگ، تکانی می‌خورم، ولی از زیر برف بیرون نمی‌آیم. پایین را با زحمت فراوان بر روی کلنگ می‌گذارم و هرچه نیرو دارم جمع می‌کنم و با فشار، ناگهان از زیر حدود یک متر برف بیرون می‌آیم. لحظه عجیبی است، تولدی دوباره!

حس غریبی وادارم می‌کند که سریعاً پشت سرم را نگاه کنم، فقط امیر را می‌بینم که زودتر از من از زیر برف بیرون آمده و حسایی شوکه است و دارد دور خودش می‌چرخد. ناگهان لوزه بر اندامم می‌افتد و فریاد می‌زنم امیر، سعید...؟ می‌چرخم و کوله را آزاد می‌کنم و با سختی به سمت امیر به راه می‌آیم امیر که با دیدن من آرامش پیدا کرده است، سه بند انگشت دست سعید را که بیرون از برف است می‌بندد و چند لحظه بعد، امیر، سعید را هم از زیر برف بیرون می‌آورد. از سلامت یکدیگر خوشحال می‌شویم و خدا را شکر می‌کنیم. بند کوله سعید پاره شده است. وسایلی را که قبل از برخورد بهمین رها شده است با جستجو در اطراف خودمان پیدا می‌کنیم و با توجه به وضعیت پیش آمده و خیس بودن لباسها، تصمیم می‌گیریم که به سمت روستا حرکت کنیم. برف همچنان در حال باریدن است و مه غلیظ، مانع دید مناسب است. برف تا بالای کمرمان می‌رسد و حرکت کند و مشکل است. ساعت ۱۴:۱۰ کنار تخته سنگی به مدت سه دقیقه توقف می‌کنیم و آب می‌نوشیم و دوباره حرکت می‌کنیم. تأکید هر سه نفر ما بر این است که به دلیل خیس بودن لباسها و بوران، دیگر نباید توقف کنیم، زیرا خطر سرمازدگی جدی است و راه نجات، فقط حرکت است. به نوبت برف‌کوبی می‌کنیم و مسیر را ادامه می‌دهیم.

برف مشخصه‌های سطح زمین را کاملاً پوشانده است و سعی ما بر این است که از مسیر منحرف نشویم. ساعت ۱۶:۲۰ به محلی که به نام گل حسنی مُرده معروف است، می‌رسیم. سعید با توجه به آشنایی بیشترش با منطقه، جلو حرکت می‌کند. ساعت ۱۹:۱۵ به زمین همواری که به خورشیر معروف است، می‌رسیم. برف‌کوبی مداوم و سنگین بودن بار، باعث شده است که انرژی سعید تحلیل برود؛ بنابراین، من و امیر با توجه به این مسئله، جلو می‌افتیم. هوا تاریک شده و فقط سفیدی اطراف مشخص است، برف در حال باریدن، اما از شدت آن کاسته شده است.

تاریکی هوا و مه، ما را به اشتباه می‌اندازد و ما با این تفکر که انتهای خورشیر هستیم، به جای بیخیدن به سمت چپ، راهمان را مستقیم ادامه می‌دهیم و داخل دره می‌شویم. صدای پارس سگ، به ما نوید این را می‌دهد که به آبادی نزدیک هستیم. کمی پایین می‌آیم، هوا کاملاً تاریک شده است. بالای صخره‌ای قرار می‌گیریم و صدای آب را که از بلندی فرو می‌ریزد، می‌شنویم. امیر می‌گوید که مسیر را اشتباه آمده‌ایم و در دره بیدستانه هستیم و حرکت در این دره، با توجه به صخره‌ای بودن آن، اشتباه است. دوباره مسیر فرود آمده را با نور چراغ قوه صعود کرده، به بالای دره می‌رسیم. آنجا لحظه‌ای توقف می‌کنیم و مردد هستیم که به سمت راست حرکت کنیم یا نه؟ اما دیگر رمقی برای حرکت نداریم و با توجه به صدای سگ که حتماً نشانه وجود آبادی است، تصمیم می‌گیریم که با کمی تغییر مسیر به سمت چپ، از همان دره پایین برویم. با وجود خستگی زیاد و تاریکی، جایی برای توقف وجود ندارد، بنابراین به سرعت حرکت می‌کنیم و با احتیاط و با استفاده از نور چراغ قوه، از بین سنگها عبور می‌کنیم و ساعت ۲۰:۳۰ به یک جوی آب می‌رسیم. سعید با خنده می‌گوید که ما در شرق تیان و در دره دلیران هستیم و شانس آورده‌ایم که بالای دره به سمت راست حرکت نکرده‌ایم. برای نوشیدن آب توقف می‌کنیم و پس از پنج دقیقه، باز حرکت می‌کنیم و ساعت ۲۱:۳۰ به آبادی تیان می‌رسیم و پس از ۱۳ ساعت مبارزه با خشم طبیعت، بر آن پیروز می‌شویم و اولین کار، نماز و سجدۀ شکر است و سپس... و به این ترتیب، برنامه ما به پایان می‌رسد. Δ

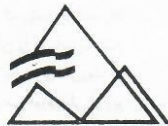
(۱) - سایر نفرات گروه - سعید رضائی - امیر برنجی

### سینا فیلم

### لنگرود

تهیه فیلمهای مستند و آموزشی از برنامه‌های کوهنوردی و زیست محیطی لنگرود - پاساژ اسلام سیروس تقی‌پور تلفنهای: ۵۰۳۷-۴۴۹۵-۱۴۲۵۲

# ● اخبار رسیده از فدراسیون کوهنوردی



مناسبت میلاد باسعادت حضرت رسول اکرم و امام جعفر صادق توانستند قله ۲۷۰۸ متری درفک را فتح نمایند.

تیم دوچرخه سواران کوهستان این فدراسیون به استعداد ۱۷ نفر در مورخه ۹ لغایت ۱۱ تیرماه سال جاری از مسیر رودبار توانستند در یک تلاش دوازده خود را به قله درفک، با ارتفاع ۲۷۰۸ متری برسانند و از مسیر سیاهکل بازگردند. این صعود که با همکاری صمیمانه جمعیت هلال احمر و هیئت کوهنوردی شهرستان رودبار و همچنین کمیته ملی المپیک ایران در راستای روز المپیک و طبیعت برنامه ریزی شده بود، جزو اولین صعودهای این قله با دوچرخه های کوهستان محسوب می گردد، که به دلیل اهمیت آن و شناساندن کامل منطقه گسروهی مستنک از تصویربرداران شبکه دوم سیما نیز تیم مذکور را تا قله همراهی نمودند که در آینده ای نزدیک گزارش کاملی از چگونگی صعود این ورزشکاران در شبکه دوم سیما به نمایش در خواهد آمد.

صعودهای بدین شکل که در سالهای اخیر در جهت بالابردن توان جسمی و تکنیکی دوچرخه سواران کوهستان برنامه ریزی و انجام می پذیرد، با استقبال قابل توجهی از طرف جوانان علاقمند به طبیعت،

مواجه گردیده است و ورزشکاران توانسته اند با قدرت و توان بالایی دست به کارهایی بزنند که تا بحال در سازمان ورزش کشور سابقه نداشته که از آن جمله می توان به صعود قله درفک با دوچرخه های کوهستان اشاره نمود که این خود باعث رشد و رواج فرهنگ ورزشهای کوهستانی در بین نسل جوان و طبیعت دوست ایران خواهد گردید. انشاءالله

## مقام سومی برای ایران

بنا به آخرین گزارش رسیده از کشور سنگاپور محل برگزاری هشتمین دوره مسابقات قهرمانی سنگنوردی آسیا، در رقابت های فوق در دوره سنی، سنگنوردان ایران بعد از تیم های مقتدر ژاپن و کره در جایگاه سوم آسیا ایستادند. در رده سنی جوانان امیر بیروسی بعد از رقیب ژاپنی و کره ای خود که مقام های اول و دوم را کسب کرده بودند به مقام سوم رسیده و در رده سنی نوجوانان حسین یزدان دوست بعد از تیم های کره و ژاپن که مقام های اول و دوم را کسب کرده بودند در جایگاه سوم سکوی قهرمانی قرار گرفت. این مسابقات در روزهای ۲۸ و ۲۹ خردادماه در کشور سنگاپور برگزار گردید و هفت کشور آسیایی با ۵۰ شرکت کننده در آن به رقابت پرداختند، کشورهای ژاپن و کره از مقام داران بنام جهان در مسابقات سنگنوردی داخل سالن می باشند و کسب مقام سومی برای ایران بعد از این دو کشور قدرت تکنیکی و آمادگی بالای جسمانی ورزشکاران سنگنورد ما را می رساند. جا دارد با توجه به پیشرفت سریع ورزش جذاب سنگنوردی داخل سالن در بین جوانان کشورمان مسئولین محترم ورزش کشور توجه بیشتری به این رشته نموده و ما شاهد کسب مقام های برتر در سطح جهان باشیم.

## دوچرخه های کوهستانی برقرار الوند

ورزشکاران کمیته دوچرخه های کوهستان این فدراسیون به مناسبت رحلت امام خمینی (ره) و قیام یازدهم خرداد توانستند قله ۳۴۲۸ متری الوند را صعود نمایند.

تیم دوچرخه سواران کوهستان این فدراسیون به استعداد ۱۲ نفر در مورخه ۱۴ لغایت ۱۵ خردادماه سال جاری از مسیر گنج نامه - دشت میشان و تخت نادر توانستند در یک تلاش دو روزه (۴ ساعت) خود را به قله الوند به ارتفاع ۳۴۲۸ متری برسانند این صعود که با همکاری کمیته ملی المپیک ایران در راستای



هفته المپیک و طبیعت برنامه ریزی شده بود جزو اولین صعودهای این قله با دوچرخه های کوهستان می باشد که به دلیل اهمیت آن و شناساندن کامل منطقه گسروهی مستنک از تصویربرداران شبکه دوم سیما تیم مذکور را تا قله همراهی نمودند که در آینده ای نزدیک گزارش کاملی از چگونگی صعود این ورزشکاران در شبکه دوم سیما به نمایش در خواهد آمد.

## اردوی ورزشهای هوایی

اولین اردوی تیم های ورزشهای هوایی جهت آمادگی و انتخاب نفرات برتر تیم برای اعزام به مسابقات جهانی ورزشهای هوایی به مدت ۲ روز در منطقه کلاردشت برگزار گردید در این اردو ۲۵ تن از بهترین پرندگان ورزشهای هوایی زیر نظر

## سقوط پاسکال لورنه

طی مکاتبات و هماهنگیهای انجام شده بین فدراسیون کوهنوردی کشور فرانسه و این فدراسیون سه تن از کوهنوردان فرانسوی جهت بازدید از مناطق کوهنوردی و صعود دیواره های طبیعی وارد کشورمان شدند و پس از بازدید از مناطق کوهستانی چند استان ظهر امروز (۲۲/۴/۷۸) پاسکال لورنه به هنگام بازگشایی مسیر جدید بر روی دیواره های استان لرستان دچار حادثه شده و جان خود را از دست داد.



## دوچرخه های کوهستانی برقرار قله درفک

ورزشکاران کمیته دوچرخه های کوهستان این فدراسیون به

# فاتحان جوان قله پابدا - ۷۴۳۹ متر موفقیت شما را در فتح شمالیترین ارتفاع کره زمین تبریک می گوئیم.

فصلنامه کوه

منطقه تیان شان می باشد که از جنبه فنی جزو قله تکنیکی دنیاست.

اعضاء تیم عبارتند از:

- ۱- اقبال افلاکی سرپرست - از تهران
- ۲- دکتر کسری ارومچی پزشک تیم - از آذربایجان شرقی
- ۳- علی رضا امیراجردیان ورزشکار - از همدان
- ۴- محمد گلبریان ورزشکار - از همدان

- ۵- اسماعیل سمیعی ورزشکار آذربایجان غربی از - نقده
- ۶- مهدی رمی پور ورزشکار آذربایجان غربی از - نقده
- ۷- اکبر مهدیزاده ورزشکار آذربایجان غربی از - نقده
- ۸- حمید حجازیان ورزشکار - از اصفهان
- ۹- امید هوشنگی ورزشکار - از لرستان - الیگودرز
- ۱۰- حسین جملران ورزشکار - از آذربایجان شرقی

## کوهنوردان دلیر ایران زمین بار دیگر افتخاری بزرگ آفریدند

۴ تن از اعضای تیم ۱۰ نفره ملی امید کشورمان با ماهها تمرین در کشور و پس از ۲۴ روز تلاش در منطقه در ساعت ۱۵ روز یکشنبه ۷۸/۵/۳۱ موفق به صعود به قله ۷۴۳۹ متری یوبدا بلندترین قله شمالی جهان در منطقه تیان شان قزاقستان شدند و بجرم مقدس جمهوری اسلامی ایران را بر فراز آن به اهتزاز درآوردند.

این صعود که به مناسبت یکصدمین سال تولد حضرت امام خمینی (ره) برنامه ریزی شده بود، طی یک دوره ۷ ماهه و در چندین مرحله اردوی آمادگی با حضور جوانان کوهنورد به سرپرستی اقبال افلاکی (معاون تیم اورست) برگزار گردید. این پیروزی بزرگ بر ملت بزرگوار ایران مبارک باد.  $\Delta$



## دور دماوند با دو چرخه های کوهستان

دوازده تن از اعضای کمیته دوچرخه های کوهستان فدراسیون کوهنوردی برای اولین بار توانستند قله دماوند را در ارتفاع میانگین ۲۵۰۰ متری به طور کامل دور بزنند. این گروه حرکت خود را از رینه به سمت غرب آغاز و پس از گذر از دشت و گردنه داغ در ارتفاع ۳۷۰۰ متری خود را در پایان روز اول به روستای ناندل واقع در شمال دماوند کوه رسانیدند و سپس در روز دوم ناندل را به سمت شرق ترک کرده و با یک گردش ۱۸۰ درجه مجدداً به رینه رسیدند. این تور ورزشی که برای اولین بار برنامه ریزی و سازماندهی حرکت های ورزشی کمیته دوچرخه های کوهستان محسوب می گردد که به دلیل اهمیت فوق العاده این برنامه بی نظیر یک تیم تصویربرداری از گروه ورزش شبکه دوم سیما نیز تیم را همراهی و به نیت و ضبط برنامه پرداختند.

## اعزام تیم به قزاقستان

۱- تیم ملی کوهنوردی جهت صعود به قله یوبدا در کشور قزاقستان به ارتفاع ۷۴۳۹ متر، صبح روز چهارشنبه ۷۸/۵/۶ از طریق تاشکند، آلماتی اعزام گردیدند. این تیم ۱۰ نفره بعد از ۱۱ دوره اردو در مناطق مختلف کوهنوردی کشور از بسین بهترین کوهنوردان کشور برگزیده شدند، همچنین تیم ملی کوهنوردی جهت صعود به سمت کمپ اصلی منطقه حرکت نموده اند. قله یوبدا شمالی ترین قله جهان در

انجمن ورزش های هوایی فدراسیون کوهنوردی شرکت داشتند.

همچنین در نیمه دوم اردیبهشت ماه، اولین دوره جنبش بازی اتوماتیک در شهرستان کرج بعد از تشکیل کمیته ورزش های هوایی شهرستان کرج در اسفندماه سال گذشته تشکیل گردید.

در اردیبهل نیز دومین دوره پرواز با بار آگلایدر در اواخر اردیبهشت ماه به استعداد ۵ نفر تحت نظارت این انجمن برگزار شد که موفق به دریافت گواهینامه رسمی از طرف فدراسیون کوهنوردی گردیدند.

## تأسیس کمیته کوهپیمایی عمومی

در جهت استفاده بهینه و ترویج فرهنگ والای کوهنوردی و همگانی نمودن آن و استفاده از مواهب الهی در بین احاد جامعه و تدوین سیاست های مربوطه، اقدام به تأسیس کمیته کوهپیمایی عمومی در فدراسیون کوهنوردی نموده است.

لذا در این زمینه کمیته کوهپیمایی عمومی آمادگی خود را جهت برگزاری کلاس های مقدماتی و مربیگری و همچنین تورهای طبیعت گردی و ارائه مجوز جهت تأسیس گروه های کوهپیمایی عمومی در نهادهای سازمانها، ادارات، کارخانجات و... اعلام می دارد.

امید است با مشارکت کلیه مسئولین ذی ربط و احاد جامعه و با هماهنگی فی مابین قبل از انجام هرگونه برنامه شامل: آموزشی، کوهپیمایی، گردهمایی و گلگست در مقاطع گوناگون با فدراسیون کوهنوردی شاهد رشد و شکوفایی و گشوده شدن فصل تازه ای در عرصه فرهنگ و ورزش تاریخ باشکوه کشور عزیزمان باشیم.



# روی اینترنت

تهیه و ترجمه از علی پارسایی

## I N T E R N E T

به صعود دیواره شد گزارش کامل این صعود را که شامل شرح صعود، عکس، نقشه و فیلم قله است، می‌توانید در نشانی <http://trango.quokka.com/frameet.html> پیدا کنید.

این گروه، یک دوربین دیجیتالی به همراه داشته که تصاویر را داخل یک کارت حافظه ثبت می‌نمود. این کارت داخل یک کاپ و تر کنایی می‌شد و تصاویر مستقیماً از روی دیواره به کتب اصلی و از آنجا به سان فرانسیسکو و از فرانسیسکو بر روی اینترنت ارسال می‌شد. به کمک این دوربین، لحظه به لحظه صعود افراد گروه، تحت نظارت و همچنین زیر پوشش خبری بود. ضمناً، هر کدام از افراد، دستگاهی یا خود حمل می‌کردند که میزان ضربان قلب و اکسیژن مصرفی را ضبط و سپس به کتب اصلی مخابره می‌کرد.

حمله آخر آنان به سوی قله، در روز ۲۹ جولای بود و در ساعت ۲۳:۳۰ دقیقه بعد از ظهر، موفق به صعود انتهایی چپه شدند. بعد از اتمام صعود، آنان با ادامه خطالرأس، قله جنوبی را نیز صعود کردند که تا آن زمان، صعود نشده باقی مانده بود.

این گروه هنگام برگشت، با شب و هوای بد روبرو شد و با شب مانی بر روی دیواره، در روز ۳۰ جولای موفق به بازگشت شد.

باید متذکر شد که به همراه گزارش این صعود، انبوهی از اطلاعات جانی از قبیل نقشه، تاریخچه صعود و ... در این

جستجوگر خود وارد کنید. مثلاً، اگر بخواهید از آخرین کتابهای منتشر شده کوهنوردی باخبر باشید، با وارد کردن آدرس <http://WWW.mountaineersbooks.org> صفحه اصلی این سایت برای شما باز می‌شود. جدیدترین کتاب معرفی شده، کتاب «روح اورست» است که سرپرست گروه دربارهٔ صعود گروه اعزامی



برای جستجوی مالوری و ایروین آن را نوشته است. در صورت تمایل، در همین سایت می‌توانید دستور پیش خرید آن را بدهید. این کتاب قرار است در اکتبر ۱۹۹۹ به چاپ برسد.

### صعود دیواره ترانگو در قراقرم

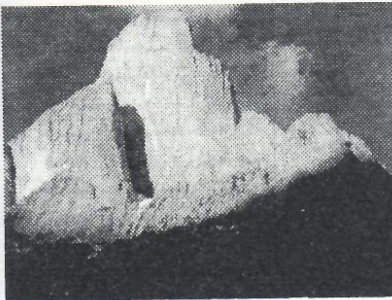
یکی از جالبترین فعالیت‌های کوهنوردی که در فصل اخیر انجام شد، صعود مسیر ۱۸۲۰ متری جبهه شمال غربی برج ترانگو در قراقرم پاکستان بود که توسط تیم اعزامی از طرف کمپانی «نورت فیس» صورت گرفت.

به این جبهه، مادر دیواره‌ها لقب داده‌اند و یکی از طولترین دیواره‌های صعود نشدهٔ دنیا به حساب می‌آید. برج ترانگو به ارتفاع ۶۲۸۶ متر، یکی از فنی‌ترین خلل قراقرم است که به همراه دو برج مرتفع همسایه‌اش، برج نیملس و ستون شیبیتون از معروفیت خاصی در بین کوهنوردان برخوردار است.

افراد گروه صعود، جارجارچند، مارک سینوت و آکس لو بودند که هر کدام از چهره‌های بسیار معروف سنگنوردی دنیا هستند. این برنامه دو ماه طول کشید و در تاریخ ۲۹ جولای، تسهیم موفق

از شمارهٔ قبل، قرار بر این شد که اخبار اینترنت را در این دو صفحه، خدمت شما عزیزان تقدیم کنیم. اما به راستی اینترنت چیست و چگونه می‌توان از آن بهره گرفت؟ در ساده‌ترین تعریف، اینترنت، اجتماعی از شبکه‌های مختلف رایانه‌ای در سراسر جهان است که با توافقی خاصی توسط خطوط مخابراتی با یکدیگر ارتباط دارند و می‌توانند از اطلاعات به اشتراک گذاشتهٔ یکدیگر استفاده کنند. این اطلاعات، تقریباً شامل همه چیز می‌شود و نحوهٔ استفاده از آن، بستگی به نرم‌افزاری دارد که از آن استفاده می‌کنید. یکی از فراگیرترین روشها، استفاده از نرم‌افزارهایی است که می‌توان از طریق آنها، اطلاعات را به صورت متن، عکس، فیلم و صدا دریافت کرد که اصطلاحاً آنها را نرم‌افزارهای جستجوکننده Web می‌نامند. برای دریافت اطلاعات، شما احتیاج به امکانات زیر دارید:

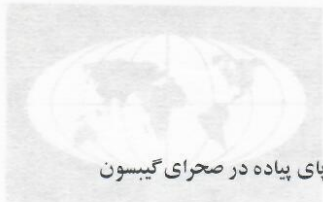
- یک سیستم رایانه‌ای مجهز به مودم (وسایله‌ای برای شماره گیری و انتقال و دریافت اطلاعات توسط خطوط تلفن).
- نرم‌افزار مناسب برای این کار، فرضاً ویندوز ۹۵ و یک برنامهٔ جستجوکنندهٔ اینترنت مانند IE4.
- و از همه مهمتر، یک سرکتر سروریس دهندهٔ اینترنت که شما را به شبکه مرتبط کند. در ایران، مراکزی هستند که شما می‌توانید با مراجعه به آنها و درخواست عضویت از امکانات آنها استفاده کنید. وقتی شما از یکی از این مراکز حساب اعتباری دریافت کردید، می‌توانید با گرفتن شماره تلفنی که آنها به شما می‌دهند و وارد کردن کد عبور، وارد دنیای مجازی اینترنت شوید.
- تقریباً تمام کسانی که دارای اشتراک اینترنت هستند، نشانی پست الکترونیکی دارند. این آدرس برای دریافت و ارسال نامه به کار می‌رود به فرض، اگر ماه قبل ما آدرس [NOVA@wgbh.org](mailto:NOVA@wgbh.org) تماس می‌گرفتید، می‌توانستید سئوالات خود را از جستجوکنندگان مالوری و ایروین، در حالی که آنها در ارتفاع ۸۰۰۰ متری اورست بودند، بپرسید و پاسخ خود را دریافت کنید.
- اگر اشتراک اینترنتی شما به صورت استفاده از Web باشد، نشانی مورد نظر خود را در نرم‌افزار



سایت قرار دارد.

### سال ۲۰۰۰ بر فراز اورست

یک گروه از کوهنوردان امیدوارند که در زمان تحویل سال



## پای پیاده در صحرای گیبسون

چهار مکتشف در ماه جولای سال جاری، برای عبور از صحرای گیبسون، عازم استرالیا شدند تا به گفته خود، آخرین ماجراجویی بزرگ قرن بیستم را به انجام برسانند. با تخمین آنها، عبور از این مسیر ۱۰۰۰ کیلومتری، ۵۰ تا ۶۰ روز طول خواهد کشید.



دعوت UIAA

## از کوهنوردان جوان

UIAA در سپتامبر سال جاری (شهریور ماه) یک اردوی تمرینی هیمالایانوردی در پاکستان برگزار می‌کند. مدت این اردو یک ماه است و برای کوهنوردان بین ۱۸ تا ۲۵ سال برگزار می‌شود. هزینه این دوره ۱۵۰۰ دلار است و شرکت در آن برای تمام ملیت‌ها آزاد است. برای کسب اطلاعات بیشتر، می‌توانید با مدیر اکتیدیشن اینس انحدادیه به نام جاس لیانام به آدرس 7 Sirbonne, Ardilea Estate, Dublin 14, Ireland;

تلفن: 1-288-4672 (353)

تلفن فکس: 1-283-1993 (353) و ایمیل: iossi@indigo.ic

بزرگترین کتابفروشی کتب کوهنوردی در آمریکا، کتابفروشی چسلا است. این کتابفروشی، بجز کتب مربوط به سایر ورزشهای کوهی، دارای ۲۷۰۰ عنوان کتاب چاپ شده درباره کوهنوردی است. <http://WWW.chesslerbooks.com>

## صعود آزاد دیوارهٔ سالاته (V15.13b)

### در یوسه میتی

سنگنورد آمریکایی، تامی کالدول، بعد از دو ماه تمرین در اسپانیا موفق شد دیوارهٔ سالاته (V15.13b) را به صورت آزاد صعود کند. این صعود سه روز طول کشید و وی فقط یک بار در حین صعود، باندول شد که سریعاً این طول را قبل از ادامهٔ مسیر دوباره صعود کرد. Δ



شدند، اما از آن زمان تاکنون، هیچ‌کس موفق به صعود این قله نشده است، در حالی که طی این مدت، بیش از ۸۴ کوهنورد، فقط در فصل بهار به قلهٔ اورست رسیده‌اند!

<http://WWW.mountainzone.com/climbing/99/karakoram/update-8-25-greg.html>

## پوش به سوی مرگ

دان آسمن سنگنورد معروف آمریکایی، در حین پرش از دیواره کشته شد. وی با گره زدن ۳۰۰ متر طناب، قصد داشت از روی دیواره‌ای در یوسه میتی به پایین بیفتد که بعد از پرش، طناب در برابر ضربه تحمل نیاورد و پاره شد. به



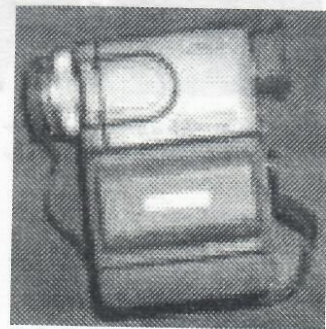
مقتلهٔ مستولان گروه نجات، با وجود اینکه در برشهای آزاد کنترل شده، از ابزار سنگنوردی استفاده می‌شود، ولی این فعالیت، جزو بخشهای مرتبط با کوهنوردی طبقه‌بندی نمی‌شود.

او در حین پرش تنها بود و لحظه‌ای قبل از پرش، با تلفن همراه خود، خبر پرشش را به دوستانش داد و بعد صدای باد...

بومیلادی و تغییر هزاره، بر فراز اورست باشند. سرپرست این تیم که هنوز اسامی نفرات آن اعلان نشده است، جنوگ تانک، کوهنورد ۲۷ سالهٔ کره‌ای - آمریکایی است. این تیم که شامل هفت کوهنورد و بیست شریاست، قصد دارد از مسیر گردنهٔ جنوبی به قله دست یابد. آخرین صعود زمستانی اورست در ۲۴ دسامبر ۱۹۸۷ بود که تیم کوهنوردی کرهٔ جنوبی موفق به صعود شد.

## جستجوگران مالوری در خانه

با برگشت جستجوگران مالوری و ابروین و پیدا نشدن دوربین آنها، سرپرست سازمان دهندگان گروه در حال برنامه‌ریزی برای اعزام یک گروه جستجوگر دیگر هستند.



اریک سیمسون، سرپرست گروه معتقد است که جستجوگران سال بعد، باید تمام تلاش خود را برای پیدا کردن دوربین به کار بندند. وی فعلاً در حال تکمیل کتابی دربارهٔ این جستجو است.

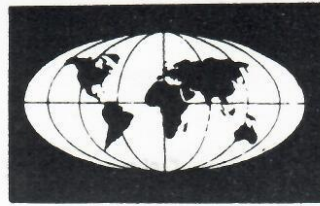
## هشدار صلح سبز به سبب آلودگی قطب

فعالان صلح سبز از یازده کشور مختلف، با نصب یک یادگار بزرگ در یخچال فرامیرن در قطب شمال، نسبت به آلودگی قطب به وسیلهٔ مواد سمی صنعتی هشدار دادند. کشتی اکتشافی صلح سبز با کمک دانشمندان دانشگاه یومهای سوئد، در حال اندازه‌گیری میزان آلودگی با دستگاهی است که به کمک همین محققین ساخته شده است.

<http://WWW.greenpeace.org/pressreleases/toxics/1999aug16.html>

## K2 کوه سرسخت

در سال ۱۹۹۶ بیست و نه کوهنورد موفق به صعود K2



## کوناگون



### سرو کهنسال در دشتی خشک و بی آب

ابراهیم صدری  
جناران محلی است در ۱۲ کیلومتری جاده مشهد قوچان که از سمت راست جاده باید بدانجا راه سپرد در انتهای جناران، منطقه‌ای است خشک و بی آب به نام دشت (جُمُو) که مشرف به ارتفاعات برده رستم است.

سرو کهنسالی مشرف به همین کوه با عمری بیش از یک هزار و پانصد سال در این محل وجود دارد که اهالی روستاهای جناران، آن را متعلق به زمان رستم می‌دانند، اما آنچه مسلم است، این است که سرو مورد بحث، مربوط به اوایل زمان ساسان است و سرشاخه اصلی آن، را رعدو برق سوزانده است.

با اینکه سرو (جُمُو) در منطقه خشک و بی آبی قرار دارد و فقط از ریزش برف و باران سالیانه مشروب می‌شود، طوری ریشه‌های خود را به اعماق زمین رسانده است که بتواند از رطوبت لایه‌های زیرین خاک استفاده کند.

به همین سبب، همواره سبزو پایدار است. یکی از شاخه‌های بزرگ و باینی‌اش که شکسته و بر زمین افتاده بود، ۵۰ قدم طول داشت و ارتفاع خود درخت نیز به بیش از ۱۴ متر می‌رسد. امید است که در سالهای اخیر، از این درخت معمر حفاظت شده باشد. Δ

## آثار ال نینو

ترجمه م. برزگر (خلیلی)

### مرجانهای بی رنگ

در سواحل استرالیا، وقتی درجه حرارت به ۳۴ درجه سانتیگراد می‌رسد (در اثر پدیده ال نینو) به دلیل گرمای آب، الگه‌هایی که در آن آبها زندگی می‌کنند از بین می‌روند و در نتیجه مرجانها رنگ خود را از دست می‌دهند و سفید می‌شوند. حتی در منطقه‌ای به طول بیش از ۳۰ کیلومتر شاخه‌ها و انشعابات مرجانها به کلی از بین رفته است.

### آثار خوب ال نینو

در اثر بارانهای موسمی ال نینو در بیرو، یک صحرای خشک و برهوت به دریاهای برآب تبدیل شد. این دریاچه به طول ۱۴۰ کیلومتر است که سراسر آن به عمق بیش از ۳ متر از آب پر شده است. طی قرون متمادی، اهالی بومی منطقه بر این تالابهای دوره‌ای نامهای مختلفی نهادند و این بار آن را دریاچه لاتینا نامیده‌اند. خوشبختانه این بارندگی شدید و سیل صدمه جانی نداشت. رئیس جمهور بیرو دستور داده است که از این دریاچه نوظهور، فعلاً برای پرورش ماهی استفاده شود. البته دو سال طول می‌کشد تا آب دریاچه به اقیانوس آرام سرازیر شود و تا آن زمان، پرورش ماهی ادامه خواهد داشت.

### پنگوتنها در نزدیکی خط استوا

پنگوتنها از بردگان اختصاصی دریاهای سرد قطبی هستند، ولی نوعی از آنها در حوالی جزیره‌ای در نواحی استوایی اقیانوس آرام در غرب آمریکای جنوبی، زندگی می‌کنند. در آب سردی که در اطراف جزیره فردیناند جریان دارد، ماهیهای مخصوصی زندگی می‌کنند که غذای مطلوب این نوع پنگوتنها هستند و به همین سبب موجب رشد و توسعه کلنیهای پنگوتن در این ناحیه شده‌اند که در همین سرزمین به تخمگذاری و تولید نسل می‌پردازند.

### برگهای بزرگ نیلوفر آبی

در آمریکای جنوبی، نوعی نیلوفر آبی وجود دارد که محیط برگهای عظیم آن به بیش از ۶ متر می‌رسد و هر کدام می‌تواند تا ۱۴۰ کیلوگرم وزن را تحمل کند. در یک حادثه تاریخی، ۴ کودک هرکدام

بر روی یک برگ نشستند و یک سنگ بر روی چهارپایه، روی برگی دیگر قرار گرفت و عکس به یادگار گرفتند (۱۸۹۲). در آن ایام، این کار یکی از تفریحات محسوب می‌شد، هرچند که این کودکان، شاید اندکی احساس عدم تعادل کرده باشند. در سال ۱۹۰۱ نویسنده‌ای که درباره باغهای قدیمی کتابی



نوشته است، چنین یادآوری می‌کند: «هرگز آن روز و ترس حاصل از آن کار را فراموش نمی‌کنم». Δ

ماخذ: مجله نشنال جئوگرافیک

## قدم شماری مسیر

### جنوبی دماوند

آرمین مجاهد یکی از کوهنوردان جوان تهرانی، با صعود به قله دماوند اقدام به گام شماری این مسیر



برتردد کوهنوردی نموده است.

از بارگاه دوم (مسجد) تا بارگاه سوم ساعت حرکت ۱۱/۴۰، ساعت رسیدن به بارگاه سوم ساعت قدم ۱۱۰۰۰ حرکت از بارگاه سوم به قله ۲۴/۳۰، رسیدن به قله ۶/۳۰ تعداد قدم ۱۴۰۵۰ مجموع مسیر از بارگاه دوم تا قله. تعداد قدم ۲۵۰۵۰ Δ



همنورد ارجمند آقای مسعود

بنیادی از کرمانشاه: انشاءالله در آینده توضیح بیشتری درخصوص نوع درجه‌بندی دیواره‌ها و مسیرهای سنگ‌نوردی داده خواهد شد. اما زمان آن را هم اکنون نمی‌توانیم برآورد. مشخص کنیم. در مورد بقیه نامه شما باید بگوئیم ما نیز ادعای داریم که هموطنان کرمانشاهی ما بخصوص کوهنوردان آن خطه همه میهمان‌نواز و بار و هم‌نوردی صمیمی در کوهستان هستند. در مورد معرفی دیواره بیستون تاکنون چند مورد خبر و عکس در فصلنامه کوه به چاپ رسیده است و انشاء... در آینده نیز به معرفی بیشتر این دیواره زیبا خواهیم پرداخت که این موضوع مستلزم همکاری کوهنوردان کرمانشاهی می‌باشد. درخصوص حفظ محظوظت که خوشبختانه امروز در تمام محافل فرهنگی جایگاه ویژه‌ای پیدا کرده سعی نمودیم در فصلنامه کوه به طور مداوم به جنبه‌های گوناگون آن

بپردازیم و فکر می‌کنیم فصلنامه کوه در مجموع تشریح‌های است که به بخش بزرگی از محظوظت یعنی کوهستان پرداخته است و قرار دادن یک یا چند صفحه در داخل آن با این توصیف دیگر نیاز نمی‌باشد. برای چاپ پوستر نیز باید بگوئیم فعلاً امکان آن را نداریم. شاد و سربلند باشید.

**دوست و هم‌نورد عزیز آقای سید حامد حسینی:** تمام موارد درخواستی شما درخصوص ارتفاع و اسامی قله‌های بالای ۸۰۰۰ متر و آدرس نشریات در شماره‌های ۱، ۶ و ۱۰ فصلنامه کوه درج شده و می‌توانید با مراجعه به آنها اطلاعات مورد نظرتان را بیابید. پیروز و سربلند باشید.

**دوست و هم‌نورد گرامی آقای تیمور سارایی:** از گروه کوهنوردی نساجی غربی: از مواردی که عنوان کرده‌اید و دقت نظر شما بسیار قابل تحسین است. همین جا از هیأت کوهنوردی لرستان و دورود تسکیناً می‌گوئیم مسیرهای خطرناک در منطقه اشتراک‌کوه را علامت‌گذاری کرده و راه‌ها را مشخص نمایند تا کوهنوردانی که اغلب میهمان شهرستان و استان شما می‌باشند دچار مشکل و یا خدای‌ناکرده حادثه‌ای نگردند. در صورت انجام این کار خبر آنرا به ما نیز اعلام فرمائید. شاد و سربلند باشید.

**دوست و هم‌نورد عزیز آقای محمود ظفری:** از اینکه شما هم به طبیعت و زیبایی‌های آن علاقمند هستید بسیار خوشحالم و مطمئن هستیم همه علاقمندان به ورزش کوهنوردی نیز چنین هستند اما پیشنهادهای شما قدری برای ما دور از ذهن است اگر پناهگاه نباشد. پس چگونه می‌توان با کمی بودجه شدید چادرهای کوهنوردی خصوصاً به صورت تخصصی، گران بودن این وسیله و وسایل ششمانی ورزش کوهنوردی را توسعه داد؟ پس بهتر است پناهگاهها حفظ شوند و حتی بر تعداد آنها افزوده شود همانطور که در بسیاری از نقاط کوهستانی دنیا این تسهیلات برای کوهنوردان مهیا و نایب می‌باشد اما در کنار این امر به آموزش

عمومی برای حفظ پاکیزگی این محیطها مبادرت شود و تجهیزات و لوازم مناسب برای از بین بردن زباله‌ها و با جلوگیری از انتشار آنها در محیط و انتقال به مراکز دفع زباله صورت گیرد. امیدواریم شما هم با نظر ما موافق باشید و بین دوستان و هم‌نوردان خود مروج حفاظت محیط کوهستان و طبیعت باشید که این کار بسیار ساده‌تر و فرهنگی می‌باشد. شاد و پیروز باشید.

**هم‌نورد گرامی آقای سبهاالدین غلام شهبازی:** ما نیز از وضع صحافی مجلات ۱۳ و ۱۴ چندان راضی نیستیم و این مشکلی بود که متأسفانه چاپخانه و صحافی موردنظر در صفحه شناسنامه با وجود تعهداتی که داشت به آن عمل نمود. در مورد فرم اشتراک هم سعی می‌کنیم به صورت جداگانه در اختیارتان قرار دهیم و اگر بخواهید می‌توانید کپی آنرا براساس ارسال نمائید. موفق و سربلند باشید.

**هم‌نورد گرامی آقای غلامحسین سلحشور:** همه علاقمندان به طبیعت از بی‌عدالتی که انسانها به طبیعت می‌کنند دلی پیردرد دارند و ما نیز همچون شما و میلیونها علاقمند دیگر از بریدن درختان، کشتن پرندگان، کندن گله‌ها، هوای آلوده و ... افسرده و دل‌نگران هستیم و تنها راه چاره را در این می‌دانیم که خود ما باید اقدام کنیم و اطرافیان و دوستان خود را آگاه کنیم تا از بی‌مهری به طبیعت دست بردارند. امیدواریم رسانه‌های گروهی، دولت و همه و همه در این راه تلاش مستمر و جدی را انجام دهند در مورد افتتاح گروه کوهنوردی فدک که امیدواریم آنرا درست نوشته باشیم چون در نامه‌تان خوانا نبود به شما و دوستان هم‌نوردان تبریک می‌گوئیم. شاد و موفق باشید.

**آقای امان‌الله بهنیا از بجنورد:** دوست و هم‌نورد گرامی، با تشکر از دو نامه‌ی ارسال شده، درج مضامین «سئون بازگشت» به دو دلیل صورت گرفت: نخست این که مرحوم بنی‌هاشمی از همکاران صدیق و بر تلاش این نشریه بودند؛ دوم آن که خواننده با مطالعه این مطلب، درسهایی از آن فراگیرد و آن را

به کار بندد. نقد و بررسی این مطلب نیز به عهده خواننده است. در مورد تعبیه رول در مسر ساهسنگ به فله غنم‌کوه و شکسته بودن در و سخره خانیناه سباهسنگ که هر دو مورد می‌تواند خطرناکترین باشند، بدین وسیله به مسئولان فدراسیون کوهنوردی برای اقدام در مورد نریم آنها یادآوری می‌شود. پیروز و سرفراز باشید.

همانگونه که ملاحظه می‌فرمائید صفحه‌ی پاسخ به نامه‌های رسیده در اینجا به پایان خود نزدیک می‌شود و البته لازم به اشاره است که در این شماره تنها توانستیم یک صفحه را به نامه‌های رسیده اختصاص دهیم. در پایان با ذکر نام و مشخصات سایر دوستان عزیز نشریه این صفحه را هم با یکدیگر به انجام می‌رسانیم.

صد کاکائی از سنقرکلمائی - کپوان رادخوش از خرم‌آباد - وحید نادیبی از کرمانشاه - اداره آموزش و پرورش از دیوانده - سیدعباس محمدی از تهران - صابز درویش از تهران - سلام اسماعیل سرخ از دیوانده - سیدکاظم شمس‌خو از تهران - صادق سراسی خراسانی از تهران - امید کاظمی از کردکوی - انوشیروان رافع از سستان و بلوچستان - حسن داناشی از خمینی شهر - پرویز حاجی محمدی از تبریز - حمید مدرس‌فرد از تهران.

هیئت کوهنوردی از کهگیلویه و بویراحمد - گروه کوهنوردی سبه ایران از کرمانشاه - گروه کوهنوردی میراث فرهنگی از لرستان - گروه کوهنوردی نساجی غرب از کرمانشاه - هیئت کوهنوردی از نیشابور - گروه کوهنوردی کسهار و استاندارد از کرج - گروه کوهنوردی همرا از تهران - گروه کوهنوردی ساراز از همدان - گروه کوهنوردی ماشین‌سازی از تبریز - گروه کوهنوردی ناش از کرمانشاه - جبهه سبز از تهران - اداره تربیت بدنی تربیت حیدریه - هیئت کوهنوردی کارگران از تهران - هیئت کوهنوردی از کلاردشت - دوستداران طبیعت بجنورد گسرود - کوهنوردی برم فیروز از سیدان فارس - هیئت کوهنوردی از تهران. Δ



## Photo Exhibition

**English section: compiled and edited by: Shapour Samsam**

to the large response and in view of the deluge of the versatility of the contributions received.

A large number of contribution had to be disqualified, due to the fact that such efforts did not adhere to the topic, stipulated by the caption, and strayed away from the original goals.

The opening ceremony was launched with the recitation from the Holy Qura'n, followed by an address by Mr. Ghalamsia'h, who was also the head of the panel of judges. This veteran athlete, and highly gifted photographer, dwelt on the various constructive dimensions of such events.

Another outstanding pioneer, with an extensive background of photography, dating back to the 1940's, in sporting activities, also addressed the ceremony.

August 27, as indicated on the brochures, dsigned for this exhibition, was the day for the announcement of the prize winners. The first twenty competitors were awarded, with prizes, largely, presented to the exhibition by the local manufacturers of moutaineering equipment.

Iran's moutaineering history has been documented in the course of this exhibition; and it is our desire, that this event will be the cause for the convening of numerous such activities, which will no doubt, have an exceedingly favourable impact on the present and future generations of the moutaineering community. If this exhibition has achieved a small measure of this objective, then its merits have been realised. Δ

**A**fter countless attempts, August 21, finally witnessed a sizable congregation of devoted lovers of nature and mountain enthusiasts at the Niavaran Cultural Complex. This convened, as per our advertisement in our last two previous editions, of the quarterly. The exhibition, largely focussed on the art and skills of nature and was duly captioned, "Man, Rock, and Mountain."

Approximaely a thousand entries were received, with about a hundred photographers in attendance; this instituted a novel process in the field of cultural activity in respect to mountaineering.

The panel of judges were caught in a dilemma, due

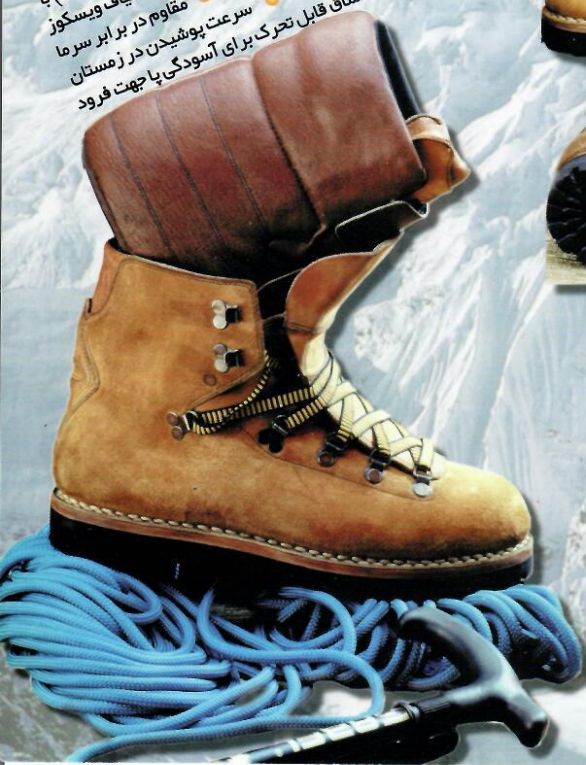
# PAYAR



- ۱- مدل نور دیکا دو زبانه محافظ برف و باران در زمستان و شن و ماسه در تابستان
- ۲- مدل همان واگ آلمان ساق بلند همراه با آبگیر کناره زبانه
- ۳- مدل کاسینگر اتریش
- ۴- مدل آلپ
- ۵- مدل ترکیگ مخصوص راهپیمایی و کوهپیمایی

**کفش دوپوش چرمی مدل آسولو ایتالیا**  
پوش داخلی چسبی (بدون بند) با لایه الیاف ویسکوز

- مقاوم در برابر سرما
- سرعت پوشیدن در زمستان
- ساق قابل تحرک برای آسودگی پا جهت فرود



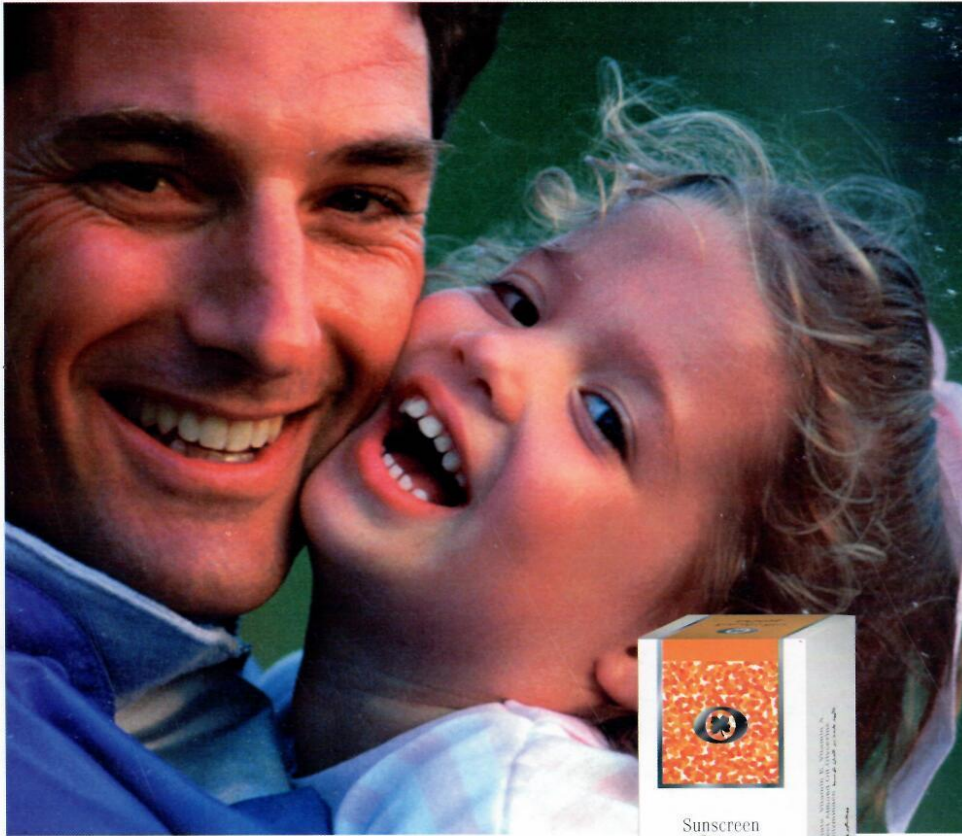
## کفش پایار

اولین و تنها تولید کننده کفش دو پوش در ایران  
تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی و ورزشی  
فروشنده کلیه لوازم کوهنوردی و کمپینگ

تهران - خیابان ولی عصر - بین میدان منیریه و  
خیابان امام خمینی - مقابل خیابان مهدیه - پلاک ۱۲۶۹  
تلفن: فروشگاه ۶۴۹۵۳۵۰ - کارگاه ۶۴۰۴۷۱۲

# Shandiz

Total Sunblock Cream  
For Sensitive Skin



P.A.M.G.R.A.P.H.I.C.S

کرم ضد آفتاب

## شانديز

SPF=28 مخصوص پوستهای حساس در مقابل نور آفتاب  
برای جلوگیری از اثرات زیان آور اشعه ماوراء بنفش آفتاب در پوست

### UVA-UVB-IR

مطابق با استانداردهای اروپائی

تهیه شده در لابراتوار ویدا - تهران تلفن دفتر مرکزی: ۹۲۴۵۴۲

تلفن مرکز پخش: ۶۷۰۹۵۶۶ - ۶۴۹۶۷۰۴ - ۸۶ و ۶۷۰۶۴۸۵

