

شش روزه دوستداران طبیعت

۱۸



فصلنامه

سال پنجم - بهار ۱۳۷۹ - بهار ۵۰۰۰ ریال
ISSN 1027 - 104x

KOUH
Mountain Sports



قدیل، نکین کردستان



کوهیار

درسایزهای مختلف



طرح سوپرشارون فرانسه کوهپیمایی سبک



طرح ایس فال



طرح آلپ اتریش ساق کوتاه



طرح ابتکاری کوهیار



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)

عرضه کنندگان انواع کوله پشتی های کوهنوردی کیسه خواب، طناب، چادر کوهنوردی و کمپینگ بادگیر، تونیک سنگنوردی درمدل های مختلف، لوازم فنی سنگ ویخ نوردی



جدیدترین طرح نوردیگای ایتالیا - دوزبانه مدل ۲۰۰۰

طرح آلپ اتریش

طراح و تولیدکننده انواع کفشهای کوهنوردی و ورزشی طرف قرار داد با اداره جات. کارخانجات. سازمانها. ارگانها و کلیه گروههای کوهنوردی

آدرس فروشگاه: تهران، خیابان ولی عصر، بالاتراز میدان مشیر به رو بروی خیابان مهدیه، جنب کوچه زعفرانچی، پلاک ۱۲۵۷
تلفن: ۶۴۰۰۱۱۹ تلفکس: ۶۴۹۰۴۹۶
مدیر: غفار حسین زاده



چندین مدل



در چند مدل



چندین مدل

Bonadak

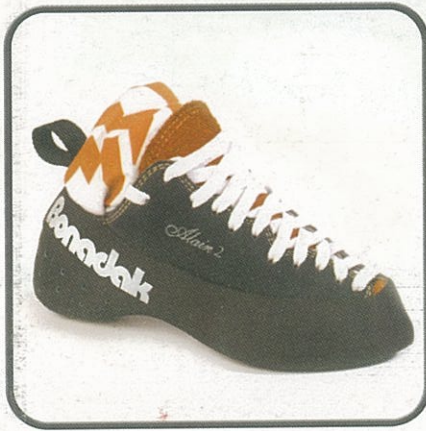
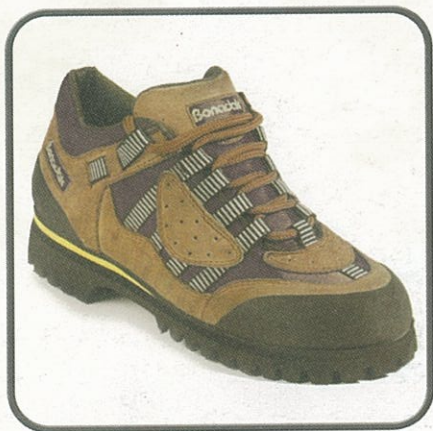
شرکت کفش بنادک سنگ صعود

اولین و تنها تولید کننده انواع کفش های

سنگ نوردی Climbing

راه پیمایی Trekking

پیاده روی ورزشی Walking Adventure



دفتر مرکزی: ۵۳۸۵۹۵ ، ۲۲۵۱۱۱۷ - ۰۹۱۱
نمایندگی فروش: کوه اسکی ۶۷۰۲۲۸۰
صندوق پستی: ۱۳۳۴۵ / ۱۶۷

توتیا
انتخابی مطمئن

آموزش رایگان
آشپزی



■ مدل جدید M 245

آشپزی
سریع، آسان، با صرفه
با
مایکروفر بوتان



تلفن: ۵۲۴۹۰۹۰-۴ ۵۲۵۰۸۰۱-۴
فکس: ۵۲۴۹۰۹۵

■ ضمانت یک ساله
■ شبکه گسترده خدمات مشتریان در سراسر کشور

نشریه دوستداران طبیعت

۱۸



عکس های روی جلد:

رضا اسدی، علیرضا ولیان، جواد نظام دوست

فصلنامه کوه

نشریه دوستداران طبیعت
سال پنجم - بهار ۱۳۷۹

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 چهکنوبی - مرتضی موسوی - مهندس شاهیپور

صمصام - مهندس م.برزگر - مهندس محمد بنی‌هاشمی

بخش اشتراک و توزیع: ایران جوادپور - تایپ کامپیوتری: زویا شجاعی

لیتوگرافی دیجیتال: پرتوگراف چاپ: احمدی - داد

○ 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، کمی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید.

۲	دفتر اول
۳	کوهنوردی نوین در ایران
۱۲	مُنْگِشْت
۱۵	دُرْفِک
۱۶	توفان
۱۸	پوبدا - ۷۴۳۹ متر
۲۵	یادی از یک افتخارآفرین
۲۶	دنا، رشته‌کوهی ناشناخته...
۲۹	غار سیمرغ
۳۰	تجربش در گذشته و حال
۳۲	قندیل
۳۴	دوچرخه‌های کوهستان
۳۶	تأثیر ارتفاع بر عوامل فیزیولوژیکی
۳۹	بازتاب آفتاب ادبیات فارسی
۴۰	سی سال گذشت
۴۲	مسئول پیشگیری از حوادث و امداد و نجات...
۴۴	واژه‌نامه کوهنوردی
۴۶	پدیده وارونگی و آلودگی هوا
۴۸	وجه تسمیه کوههای ایران
۵۰	صعود ارتفاعات ساوجبلاغ
۵۱	سبلان
۵۲	با اسکی سریعتر به قله برسید!
۵۴	گفتگو با کنراد آنکر کاشف پیکر جورج مالوری
۵۸	آشفشانی در زیر کوههای یخ ایسلند
۵۹	پدر و پسر، هر دو بر فراز قله اورست
۶۰	لوتسه - ۸۵۱۶ متر
۶۴	کارابین
۶۶	صعود دیواره‌های یخی
۶۸	روی اینترنت
۷۰	صدای غیرعادی مفاصل
۷۳	آشپزی در کوهستان
۷۴	دائرةالمعارف کوهنوردی
۷۶	شناخت برف و بهمن
۷۸	توقف در بوفیل
۸۱	گوناگون
۸۲	تکرار حادثه در علم‌کوه
۸۴	ما رفتیم، شما نروید!
۸۵	شامونی پایتخت کوهنوردی و اسکی
۸۶	اخبار
۸۷	اخباری از انجمن کوهنوردی بانوان
۹۰	جدول
۹۱	اخباری از NGO
۹۲	اخبار رسیده از فدراسیون کوهنوردی
۹۳	مراکز توزیع نشریه کوه
۹۴	پاسخ به نامه‌های رسیده

نوبهار است در آن کوش که خوش دل باشی
که بسے گل بدم باز و تو در گل باشی
چنگ در پرده ہی می دهدت پند و لیک
و عظمت آن گاه کنس و سود که عاقل باشی
من نکویم که کنون با که نشین و چه بنوش
که تو خود دانی اگر زیرک و عاقل باشی
در چمن سه ورقی دفتر حالی دگر است
حیف باشد که ز حال همه غافل باشی
گر چه راهی است پر از بیم ز ما تا بردوست
رفتن آسان بود ار واقف منزل باشی
تقدیرت ببرد غصه دنیا به کزاف
گر شب و روز در این قصه باطل باشی
حافظا کردد بخت بلندت باشد
صید آن شاہد مطبوع شمایل باشی

کوهنوردی نوین در ایران

بخش ۱۳

جلیل کتیبه‌ای

از میان برگه‌های پراکنده تاریخ کوهنوردی

دیدم. فریاد کشیدم که فوری کوله‌پشتی‌ها و چوبدستها و کمربندها را (که دارای بخشهای آهنی بودند) به دوروبر پرتاب کنیم و روی کوه دراز بکشیم. در همین دو سه ثانیه بود که پس از آذرخشی درخشان، غریو نیرومند و سهمگین تندی، همراه با صدای درهم پاشیدن سنگهای برج سرفله، در کوهستان بلند پیچید و... لحظه‌هایی پس از آن، فریادهای رعد را از فراز دره‌ی آهار شنیدیم.

توده‌ی سیاه ابر دور شده بود و ما دو نفر چسبیده به شیب کوهستان، به خود آمدیم، سربلند کردیم و سپس نشستیم و به بالا نگاهی انداختیم. جایی که اگر چند دقیقه دیرتر جنبیده بودیم، آنگونه می‌سوختیم که شناختنمان دشوار بود.

از آن سال به بعد، دیگر هرگز آن برج بلند بر پا نشد، که در سینه‌اش حفره‌ی کوچکی بود و درونش جعبه‌ای فلزی، نگاهدارنده‌ی دفتر یادبود قله. زمستان آن سال، تکه‌سنگها را رویهم انباشته دیدم که یک متر و نیم می‌شد، اما در سالهای بعد، آن نیز نقصان یافت.

در زمستان سال ۵۴ که مرگ‌ومیرها در توچال، مردم را نگران و بدبین کرده بود، در کیهان ورزشی نوشتم «...دماوند سربلند با آن دره‌ی یخار هولناک و معروف، و آن جبهه‌ی شمالی سه هزارمتری و آن تیغه‌های دراز و پرتش، هرگز چنین وحشتی در دلها نیفکنده است که این توچال کنار گوشهای ما. علم‌کوه با آن یخچالهای وسیع دائمی و آن دیواره‌های چندصدمتری شمالش، هیچگاه ترسناکتر از این توچال پیش‌پا افتاده، جلوه نکرده است... لاف‌زدن و خودستایی کردن و اطمینان کورکورانه به خود و ... حاصلشان تیره است.»

توچال، کوه خانگی تهرانیان، با این آرامش ظاهری و ملایمت تابستانش، هنگامی که به اخم آید و بغزد و بتازد، چند بار دیده‌ایم که چگونه پاهای نیرومند بی‌سستی می‌گرایند، دیدگان تیزبین حتی جلو پاها را تشخیص نمی‌دهد، خونهای گرم، یخ می‌بندد و متأسفانه جانهای گرانقدر نثار کوهستان می‌شوند!

اینک نیز نوشته‌ی مربوط به سال ۶۴ را از اردیبهشت ماه آغاز می‌کنیم و از اوایلش، و از همین توچال چند چهره، که خوشبختانه این بار به سرانجام اسفناکی نپیوست، زیرا که درگیر شونده، خود ببر کوهستانهاست.

جلال رابوکی، بزرگ کوهنوردی، که سرد و گرم کوهها را بارها لمس کرده است، در این بهار، هوس تکنوردی در برفها و بلندیهایی دره‌ی شاه‌آباد و دارابادکوه (توچال) به سرش زد. در بالادستهای این کوه بود که برفهای آسمان به کمک انبوه برفهای نشست بر کوه آمد، بادپوران شدید نیز به این پیوستگی، یاری رساندند، و در چند دقیقه، کوهستان بالای سر تهران جهمی شد از سرما و درهم ریختگی و سرازیا شناسی. این حالتی است که نیروها را به شدت ضعیف می‌کند. نبودن دامنه‌ی دید، گم کردن جهت، هجوم باد همراه با برف به چشمها - روی عینکها -

با درود و همراه با شادباشهای نوروزی خدمت خوانندگان ارجمند. در این رشته نوشته‌ها خوانندگان، که در شماره‌ی پیش، از گشایش تازه‌ی راههایی بلند و دشوار، و یا کوتاه و راهوارتر با خبر شدند؛ حماسه‌ای در کوهستان و جلوه‌های انسانیت در کوهنوردی را مرور کردند، و از برنامه‌های زمستانی همراه با پیروزی و یا شکست، نخستین تکفرها و ... سرانجام باز شدن گره‌ی یخزده‌ی گرده‌ی علم‌کوه، آگاهی یافتند؛ اینک همراه یکدیگر گام در سال ۶۴ می‌گذاریم.

○ پلنگ خفته

این هم یکی از ویژگیهای کوهستان است. شهری بزرگ چون تهران، گسترده از این سوی و آن سوی، که شمالش به شمیران پیوسته است و با چشم‌انداز بلند و زیبای توچال نزدیک چهارهزارمتری، به هم آمیخته‌اند... از شهر که بدان دیوار سرفراز و گسترده می‌نگریم، آرام و بی‌جنب‌وجوش و رام شده است. خشونت و اخم و پرخاشش را، معمولاً تنها کوهنوردان و هوا و طبیعت‌شناسان می‌توانند بفهمند، وگرنه برای چند میلیون مردم عادی و درگیر با زندگی، چهره‌ی خاکی رنگ تابستانش، رنگارنگی بهاران و یا پاییزش، و یا خود آرمیدگی در زیر پوشش یکنواخت زمستانی؛ هیچان و کنجکاو و یا نگرش ویژه‌ای را بر نمی‌انگیزد.

کوه است و باز هم کوه. به همین سادگی بر زبان آوردنش و یا گوشه‌ی چشمی نفاش کردن.

برفراز این بام تهران، آنجا که نقطه‌ی اوج است، برجی بود نمودار نشانه‌ای، یادبودی. سنگچینی حجیم و بلند (دومتری)، حاصل خوشایند کوهنوردان و شکارچیان و برخی دیگر از بدانجام‌نهندگان.

هجدهم اردیبهشت ۱۳۲۵ که با شادروان امیرحسین شیروانی (کوهنورد هنرمند) در یک هوای آفتابی و ملایم که تلاش می‌کرد بر برفهای آن بالا اثر بگذارد، از هزارچم رهسپار قله‌ی توچال شدیم که برای من تمرینی نیز بود برای زمستان همان سال.

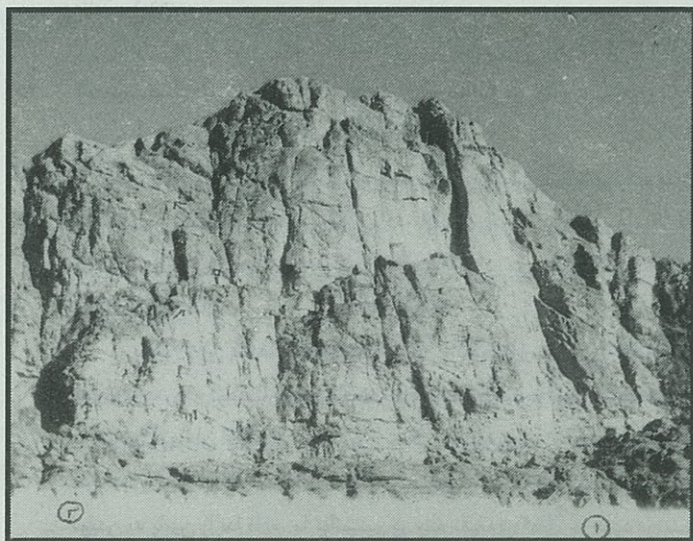
در بخش میان قله‌های شاه‌نشین و توچال، توده‌ی ابر سیاهی را دیدم که از جنوب‌غرب رو به کوهستان می‌شتافت. بار همراهم را متوجه ناجوری هوا کردم و بر شتاب گامهامان افزودیم. در کنار برج سنگی قله بودیم که توده‌ی ابر توفانی با سروصدا و نهیبها و آذرخشهایش، فاصله‌ی چندانی با ما نداشت. دور شدن از قله و دویدن به پایین را ندا دادم. ما توانستیم در چند دقیقه‌ی کوتاه به حدود دویست متری پایین قله برسیم. در همین لحظه، هجوم ابر درهم پیچیده را در کنار قله

روی گرده‌ها، به کوهنوردان تازه واردی بر می‌خوردند، نخستین پرسششان این بود: از جنگ و موشک چه خبر؟!

با این یاد و احساس و درک، در تابستان ۶۴ بار دیگر علم‌کوه با چهره‌ی ابلق و یخچال سخت و کهنه‌اش، پذیرای چند دسته از کوهنوردان شده است. راه‌های گرده، شکاف سمت چپ، اورال و ... پویندگانی دارند که صعودهایشان از سومین بار گذشته است. اما راه دشوار و یکبار صعود شده‌ی آرش، دومین دسته از آدمیان کوه و حادثه‌جو را بر بدنه‌ی خود می‌بیند. اینان دو نفر هستند و از گروه آرش تهران: مسعود خدادادی - غلامرضا رشتچی.

روز ۲۴ تیرماه ۶۴ با دقت و هوشیاری توانستند از نیمه‌ی راه بگذرند و به راه اریب فرانسویها برسند. در آنجا به دو کوهنورد راه فرانسویها برخوردند و هر چهار نفر شب را در آنجا گذراندند. روز دیگر، هر دسته روانه‌ی هدف خویش شد. بعدازظهر بود که باز از آسمان، نقلهای سفید سرازیر گشت. لیز شدن سنگهای صاف، راه آرش و پویندگان را ناگزیر به توقف کرد، و شب سردی را پشت سر گذراندند. در سومین روز که به سوی بالا می‌رفتند، تکیه بر گوه‌ی ناپایدار و به بیرون جهیده، کمی تکانشان داد و رگهایشان را پر خون تر کرد... اما نیم‌روز بود که برفراز علم‌کوه، با پیشباز دو دوست صعود کرده از گرده، روبرو شدند.

در ماه دیگر، دو کوهنورد کرمانشاهی، سومین عنوان از این راه، اما نخستین دسته از شهرستانشان را در تاریخ کوهنوردی ثبت کردند: اسدآبادیان و منوچهر دهشت، که کوهنوردیهای جالبی را با یکدیگر، پشت سر گذاشته بودند، در ۵/۱۴/ با راه آرش درگیر شدند. در روز یکم، یکبار هیجان صعود - و یا میخ ناپایدار باقیمانده روی دیواره - سبب آویخته شدن منوچهر دهشت به طناب می‌شود. ساعتی بعد، با بیرون آوردن یک گوه از جایش، همین وضعیت برای اسدآبادیان پیش می‌آید... و سپس سومین «شوک» هم با نیروی هوش و استقامت و تجربه، مهار می‌گردد. اما این وقت گرفتن‌ها سبب می‌شود که آنها نتوانند شب را در راه اریب فرانسویها به صبح بیاورند. روز بعد، کمی پس از نیم‌روز، از اریب می‌گذرند. در بالاتر، باز شوخی کوهستان را باید متحمل بشوند. تگرگ به برف تبدیل می‌شود و سنگها تا بخواهی لیز. بدین ترتیب باز کوهنوردی تعطیل، و هوا هم سرد و چندانس آورا!



دیواره سفید اخلومد (پرده ناوه) خراسانی شماره ۱ و ۲ به ترتیب آغازگاه راه‌های خورشید و شکاف است که کوهنوردان مشهد آنها را کشوده‌اند.

و دهان و بینی، همراه با نبودن توانایی حرکتی و نفوذ سرما در تن، نیستی، و جودش را به پیکر کوهنورد می‌مالد و جنگ و دندان نشان می‌دهد.

در یک چنین وضعیتی بود که رابوکی نمی‌دانست به کجا و چگونه برود! - اگر تجربه‌ها، شناختها، تمرینهای پی‌درپی و سخت، و نیز نیروی تحمل و آمادگی تن و روان او نبودند، آیا می‌توانست از آن مهلکه نجات بیابد؟ - باید تردید کرد و به پانزده سال پیش از آن سال برگشت که پنج تن از کوهنوردان خوب ما در همین تکه از توچال: در دوزخ برف و سرمای نابود شدند.

درگیری جلال رابوکی با آن توفان در آنجا، و بسته بودن راهها، ساعتها به درازا کشید. اما یک راه همچنان وجود داشت: تکیه بر نیروهای باطنی و روانی، و امید به نجات (که در او موجود بودند).

روزی می‌رفت که به پایانش نزدیک شود... سرانجام توانست در هجوم برف و باد و بوران، چیزی را محو و نامطمئن تشخیص بدهد. پاهای تا زانو در برف فرو رفته را بدانسو به حرکت درآورد... درست بود: تشخیص گرده‌ی پیازچال و... نجات.

کوهستان، گاهی بلنگ خفته‌ای را می‌ماند، و بازی با شوخیهایش، بسان بازی با خرس است!

در همین اردیبهشت ماه، کوهنوردانی از سازمان دماوند به سوی کوه جانستون چهارهزار متری رفتند که هنوز هوای زمستانی را در خود داشت. دیواره‌ی این کوه، هدف صعود آنان قرار گرفت.

○ اندوه بزرگ جنگ و موشک و ...

○ پناه به کوهستان

از توفانهای بهاری می‌گذریم و به تابستان می‌رویم که جای امن و آرامی بجویم. اما باز صد رحمت به کوهستان چند چهره، زیرا که در بیشتر شهرها آرامش و امنیتی وجود ندارد. جنگ تحمیلی عراق و موشک‌بارانها، سیمای مردم و زندگی را دگرگون کرده‌اند. آندوه از دست رفتگان، دشواریهای کار کردن و نانی در آوردن، پناهگاهی جستن و خانواده و فرزندان را پناه دادن و ... جامعه را سخت در آندوه فرو برده است.

در این میان، وضع روانی کوهنوردان نیز خراب شده و برنامه‌ها نقصان یافته است. حشمت حیدریان، کوهنورد پرتلاش آن روزها (حقوقدان و قاضی امروز) نوشته بود: «... درگیریهای جنگ تحمیلی لعنتی و نابسامانیهایش، و تأثیر مستقیم آن بر زندگی روزمره، و نیز مشکلات متعدد آن، مجال برای زندگی عادی و برنامه‌های کوهنوردی نمی‌گذارد... موشک‌بازها، زندگی شهری را مشکل ساخته است و نهایتاً آوارگی و درگیری آن نصیب ما هم شد. و بر آن داشت که همسر و فرزندانم را راهی کوهستان کنم. هر روز صبح، ساعت ۴ تا ۵/۳۰، دره را با دویدن پشت سرمی‌گذارم تا به جاده برسم و به محل کارم بروم، و عصرها بار دیگر از این سو این برنامه را تکرار می‌کنم... و باز هم تکرار...!»

از سوی دیگر، کوهنوردانی نیز بودند که اگر مسئولیت‌هایشان کمتر بود، و اگر نمی‌توانستند جلو موشکها را بگیرند، با گریز به کوهستان، غمها و هیجانهای روانی و عصبی و مغزی، و یا دق دل‌های خود را با درآویختن با دشواریهای کوهساران، تا اندازه‌ای آرامش می‌بخشیدند، که گفته‌اند «با کوه گویم آنچه از آن پر شود دلیم...».

با وجود این، هرگاه بر روی یخها و یا در شکاف سنگها و یا در فاصله‌ای بر

۱۷/۵ = باز هم سنگهای گرانیت و باز هم طناب و میخ و گوه و چکش و صعود. هنوز ساعت ۱۲ نشده است که دوستانی اوج گرفته بر قله، برایشان دست می‌زنند و پذیرایشان می‌شوند.

بازگشت به علم چال و استراحتی کوتاه و سپس، باز این دو یار کرمانشاهی را در راه شکاف سمت چپ دیواره‌ی علم‌کوه (راه روست-امیرعلایی) می‌بینیم. اسدآبادیان و دهشت با صعود از این مسیر نیز، عنوان سومین دسته از شهرستانها، و نخستین گروه برای کرمانشاه را دارا می‌شوند. این دو نیرومند، در دو روز، این راه را صعود کرده و نیز از آن فرود آمدند.

در یادداشتی آمده است که در همین تابستان، کوهنورد پرقدرد تبریزی (صمد جباری) با کوهیار همگامی (که شاید سعید اردبیلی باشد) یک‌روزه راه فرانسویها را از زیر دستها و پاها می‌گذرانند.

○ خراسان در میعادگاه سنگ و یخ

○ از بیستون راه‌راه، تا بام رشته‌ی آلپ

در تیرماه ۶۴ کوهنوردانی از گروههای آزاد واحد مشهد در علم‌کوه بودند. از هدفهای آنان، یکی گشودن راهی تازه در جهت تاقچه‌های یکم و دوم، و در سمت راست کلاهدک راه ورشو بود. یک هفته برای این کار تلاش داشتند و ۲۵ تایی نیز میخ‌بیج در سنگهای دل سخت کوه فرو بردند، اما دنباله‌ی هدفشان برای بعد ماند. چند تن از اینان به نشانه کوه، تخت‌سلیمان و علم‌کوه از راه‌گرده صعود کردند.

در این تلاشها عباس جعفری، مهدی خلیلی، حامد گلکار، رضا ممقانیان، جواد نظام‌دوست، حبیب هامونی و ... شرکت داشتند. صعود از گرده، دومین بار برای خراسان بود، و پیروزی بر راه اورال را باید نخستین بار برای این داستان دانست که دسته‌ای از کوهنوردان گروه باباکوهی مشهد، بانی آن در مردادماه بودند. کوهنوردان خراسان در کوههای محلیشان نیز، ضمن صعود به بینالود، هزارمسجد، قورخود، و همچنین راهیابی در چند غار به فعالیت‌های تمرینی نوین دیگری را هم در هفت‌حوض و ازدرکوه (اخلمد) به ثمر رسانیدند. گروه احد مشهد، تلاشهای فنی را روی دیواره‌ی الله‌اکبر (اخلمد) آغاز کرد. از هدفهای آینده‌ی اینها در آنجا، ایجاد تاقچه‌ی مصنوعی (!؟) در این دیواره است. چند تن از اعضای این گروه، با چند نفر از گروه آزادگان، روی دیواره‌ی ملکوه نیز، در راههای تازه‌ای به نوردیدن پرداختند و در فصل پاییز، این دیواره را به قله‌اش پیوند دادند.

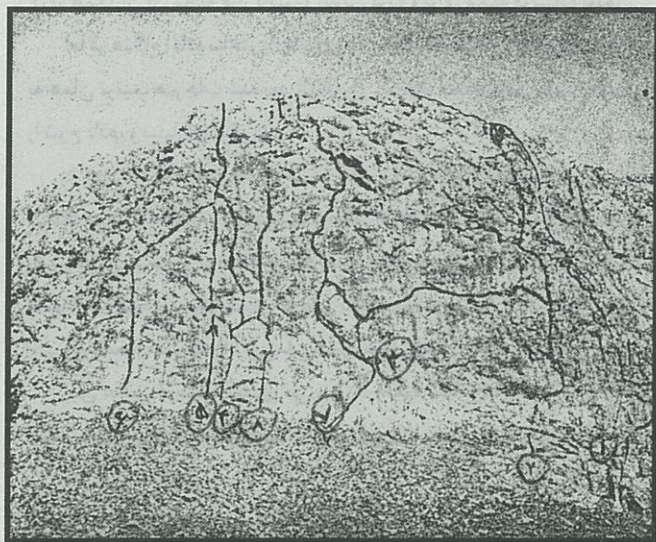
همزمان با همین تلاشها، گروه رسالت مشهد نیز متولد شد، و در دماوندکوه، جلال رابوکی و همراهمش، گرده‌ی سرداغ را از «چمه‌بن» در ۱۶ ساعت صعود و فرود کردند.

در کرمانشاه، برای بهره‌گیری بهتر از اندیشه‌ها و طرحها و نیروها، سه گروه دانشکده‌ی علوم، زاگرس و میثم، در یکدیگر ادغام شدند و نخستین گروه متشکل را به نام «کانون کوهنوردان کرمانشاه» اعلام داشتند. مهدی ملکی شجاع (که هم در کوه و غار، و هم در هنرهای شعر و عکاسی فعالیت دارد) به دبیری این کانون برگزیده شد.

چندی نگذشت که در همین سال، دومین سازمان کوهنوردی نیز با عنوان «خانه‌ی کوهنوردان کرمانشاه» به سرپرستی محمدباقر عیوضی (مربی کوهنوردی و کوهنورد پر تلاش، به ویژه در بیستون) موجودیت خود را به آگاهی رسانید. این به هم پیوستگیها و گردهم آمدنها، سبب نیرومندتر شدن هدفهای کوهنوردی و

تلاشهای علمی و فرهنگی و ... در این راه شد. دو نمونه از کارهای برجسته‌ی دیگر کرمانشاهیان را در بالا مرور کردیم. در بیستون نیز راه «کوهیار» را مرتضی ابراهیمی، باقر عیوضی، کریمی و نیکروش صعود کردند. «بیستون‌زا» وسیله‌ی دانیالی، قلعه‌ای، نیازی به پایان رسید. راه ۶۰۰ متری «قرارگاه» که در سال ۶۲ گشوده شده بود، با یورش آکنده، ابراهیمی، الفتی، رحیمی، عیوضی، کریمی و نیکروش پایان یافت.

در سر طاق (طاق بستان) حسین عیسی حاج، حمیدنظریور، اشرف و اصغر نیکروز راه «زردکمرشکن» را گشودند، راه «وحدت» به زاهدی، فرخ‌منش، نخعی، هاشمی و هندی تعلق گرفت، و عیوضی، کریمی، مرادنژاد، نیکروش، صاحب راه «شاهد» شدند. و سرانجام اینکه عیسی حاج و نظریور و نیکروز(ها) در راه «مانگ‌هلات» در کوه ماسی نیز پیروزی داشتند، و راه ناتمام «سیمرخ» نیز با همت عیوضی، کریمی، مرادنژاد، نیکروش (یا به جای مرادنژاد، عمیقی؟!) در سینه‌ی بیستون راه‌راه جای داده شد.



راههایی که در طاق‌بستان کرمانشاه تا سال ۶۴ گشوده شده است (دیواره سرطاق = ۲۵۰ تا ۳۰۰ متر) ۱- گرده ۲- عقرب ۳- پیروزی (اریب) ۴- قدیمی ۵- کلاهدک ۶- زردیها ۷- کوهزاد ۸- شاهد

«غیر» نیز راهی بود در زردبینی که حسینی، عمیقی، عیوضی، کریمی، مرادنژاد، نیکروش (سعید و محسن) از آن بالا رفتند اما ناتمامش گذاشتند. راه «کاوه» نیز در بیستون که در این سال آغاز گشت، با وجود تلاش توکلیان، جامه‌شورانی، شهلائی، طلائی، کیانی و هجایی، پایان دادنش به بعد واگذار شد. بالغ، عیوضی، کریمی، نیز با اشتراک مساعی، راه مشترک را در بیستون تدارک دیدند.

تابستان ۶۴ چند تن از کوهنوردان ایرانی هم که در اروپا بودند صعودهایی به کوههای ماترهورن و مون‌بلان داشتند، از جمله ابوالقاسم آمایه (از گروه آرش) که به یاد همگروه‌هایش، بلندترین قله‌ی آلپ را زیر پا نهاد. گفته شد که دو نفر نیز به کوه آرات ۵۱۵۶ متری از راه ترکیه بالا رفتند.

○ تکراری، که خود راهی تازه بود!

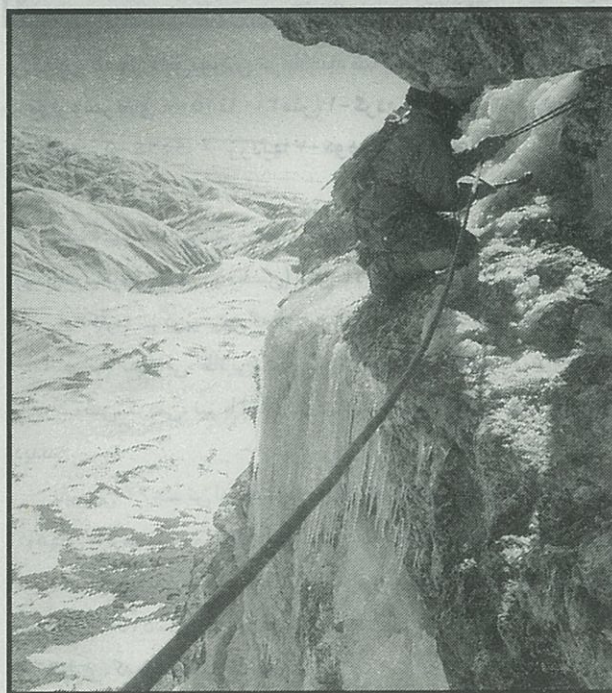
○ اخلمد و بینالود، چه گرم و چه سرد

بار دیگر نگاهی به علم‌کوه، این کوهستان شاخص وطن می‌اندازیم و دوربین چشمی مان را متوجه حرکت دو کوهنورد تازه جو می‌کنیم که در نظر دارند به خاطرهای از ۳۴ سال پیش، رنگ تازه‌ای بزنند. صمد جباری و عبدالله عزیزی (تبریزی) که در چند سال اخیر صعودهای خوبی در کوهها داشته و نامی در کوهنوردی برای خود فراهم آورده‌اند، به هدف صعود از راه و دیواره‌ی شمالی شاخک علم‌کوه که در سال ۳۰ گشوده شد، به قلب جبهه‌ی شمالی علم‌کوه گام می‌گذارند. با تصویری که از یک طرح اشتباه‌هاستانیها دارند، از همان آغاز، راهی متفاوت با راه سال ۳۰ را پیش می‌گیرند (توضیح: لهستانیها، این طرح (کروکی) را از نوشته و عکسی که در مجله‌ی کوهنوردی «آلی نیسموس» چاپ آلمان - ص ۴۸ - ش ۷ - سال ۱۹۶۵ = ۱۳۴۴ خورشیدی - چاپ شده بود، اقتباس کرده و با نقشه‌هایی که دکتر بوبک در ۱۳۱۲ و ۱۳۱۳ از علم‌کوه تهیه دیده بود، ممزوج ساخته و منتشر کرده بودند. غافل از اینکه در جزو عکس آن مجله اشتباههایی وجود داشت. جالب اینجاست که عکس و متن خبر را خود من، که در آن زمان در گروه همکاران آن مجله قرار داشتیم، تدوین کرده و برای مجله فرستاده بودم!

اما در هنگام آماده ساختن آنها برای چاپ، متأسفانه دچار اشتباههایی شده و به همان ترتیب هم چاپ شده بود. البته برای سردبیر مجله آلمانی، این نادرستی را شرح دادم، و بسیار متأسف شد.

در نوشته مجله آمده بود که «...در سال ۱۹۵۱ (۱۳۳۰) دیواره‌ی شمالی شاخک در نور دیده شد، و نیز ایرانیها در سال ۱۹۴۹ (۱۳۲۸) از شمال علم‌کوه به راه شرقی آن صعود کرده و به قله شاخک رسیدند. ده سال بعد دو نفر ژاپنی در ۱۰ ساعت سنگنوردی، موفق شدند به طور کامل دیواره‌ی شمال شاخک را برای اولین بار صعود کنند، که تا این زمان هنوز صعود دومی نداشته است...».

روی عکس فرستاده شده‌ی من نیز، راه صعود شمال شاخک را با رنگهای سیاه و سفید مشخص کرده بودند، که به جز کمی از میانه‌ی راه، بقیه‌ی طرح، با راه سال ۳۰ تفاوت داشت.



عباس جعفری در نخستین صعود زمستانی سوزنی بینالود زمستان ۶۴

همان‌گونه که به سردبیر مجله‌ی کوهنوردی آلمان گفتم، خوانندگان گرامی ما نیز خود آگاهی دارند که دیواره‌ی شمالی شاخک برای نخستین بار، در سال ۱۳۳۰ و توسط دو ایرانی صعود شد، و در سالی که آن مجله اشاره کرده بود، هیچ کوهنورد ژاپنی در علم‌کوه صعودی نداشته است.

دو کوهنورد تبریزی و عزیز خودمان، پس از صعود و گذر کردن از بند بستگی میان راه، وارد بخش زیر دیواره‌ی سه‌گوش و شمالی شاخک می‌شوند، و از آنجا با یک نوردیدن ماریچی (به چپ و سپس به راست)، از پایه‌ی دیواره به سمت یال راست آن بالا می‌روند و از گرده‌ی شمال غربی، خود را به قله‌ی شاخک می‌رسانند. بدین ترتیب، پس از ۳۴ سال، گامهای تازه جویانی در بخش شمال قلب علم‌کوه به تکاپو درآمدند و راه تازه‌ای را در آنجا گشودند که البته جز یک مقدار از شکم و سینه‌ی کوه، بقیه‌اش با راه سال ۳۰ تفاوت داشت.

در پاییز طلایی، کوه ۳۲۵۰ متری بینالود، چهار بار در نور دیده شد. چهار نفر از گروه آزادگان مشهد برای گشودن راهی در دیواره‌ی این کوه که ۲۵۰ متر بلندی دارد، کمربندها را سفت تر کردند. امیر حجاززرین، اصغر خسروپور، محمد زرخواه، با راهبری عباس جعفری، توانستند در پنج ساعت کوشش از دیواره‌ی سوزنی بگذرند و به قله برسند (۶۴/۸/۲۳). در ضمن اجرای این برنامه، یکی دیگر از کوهنوردان گروه (مجید مذهبی) که به تنهایی راه گرده‌ی سوزنی را صعود می‌کرد، در قله به دیگران پیوست. روز بیش از این دو، نخستین صعود بود که این پنج نفر نامبرده، همراه با چهار نفر دیگر از همگروه‌هایشان: علی بارانی، جواد ترکمن‌زاده، جواد جباری، جوان نظام‌دوست، از راه عادی، سری به قله زده بودند همان کاری که دسته‌ای از گروه باباکوهی نیز در همان روز انجام داد.

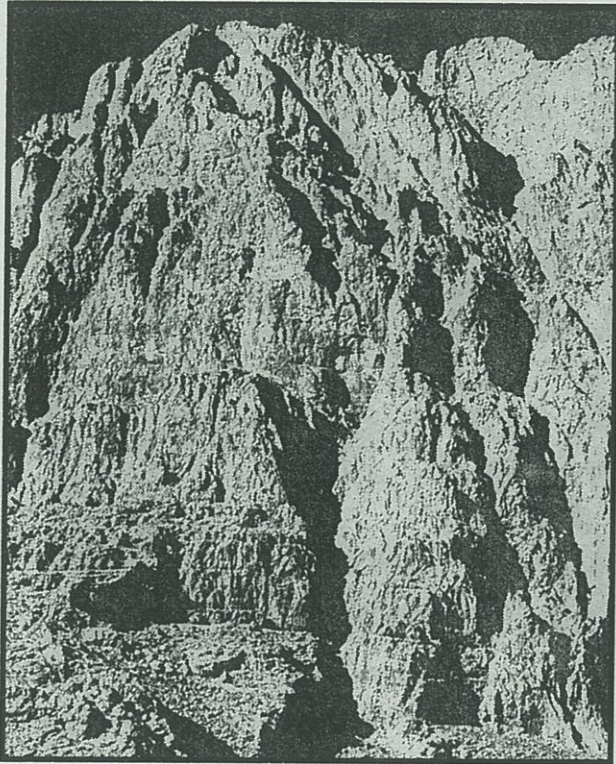
تمرینهای تابستانی و این صعود سوزنی بینالود، کوهنوردان جوان مشهد را آماده‌تر ساختند که چند نفر از آنان در آذرماه، دیواره‌ی ملکوه را نیز به فهرست صعودهای نوینشان بیفزایند.

اگر چه از ماههای یکم و دوم پاییز، این سو و آن سو، چکاد بیشتر کوهها را در زیر پوششی سفید، تزیین یافته می‌بینیم، اما از جهت ماههای تقویم، دی ماه را باید آغاز زمستان دانست. چند تن از کوهنوردان مشهد در این ماه به دیواره‌ی الله‌اکبر (اخلمد) روی آوردند. هدف آنان راهی بود که کوهنوردان شهرستانی از گروه احد، در تابستان گشوده بودند.

در بهمن ماه که یخها و سنگهای بلندیها، خوب به یکدیگر پیوسته‌اند، بینالود خراسان و سنگهای سوزنی ۲۵۰ متری آن - که صعود پاییزی آن تجربه شده بود - بار دیگر عباس جعفری (سرپرست) و یارانش را فراخواند.

رضا شریف و سرپرست برنامه در یک رشته طناب از یک سو حرکت کردند. حداد ترکمن‌زاده و غلامرضا گل‌شیخ، از یکطرف؛ رضا حافظی و رضا زنده روحانی، از جانب دیگر، به عنوان دسته‌های مراقب، نیز به راه افتادند. برف، آفتاب سرد و باد شدید، نیز همراه صعودکنندگان بودند. در راه دیواره، حتی یکبار شدت باد چنان بود که سرپرست را از سنگ جدا ساخت و چند متری سقوط کرد. اما در این برنامه، پرویزی با کوهنوردان بود که در ۳۲۴۰ متری قله، هر شش نفر دسته‌های یکدیگر را فشرده‌اند، و شبی از یاد نرفتنی را نیز در دل برفها به روز آوردند. امیر حجاز زرین و اصغر خسروپور هم یار صعودکنندگان بودند.

نخستین صعود زمستانی بینالود را، کوهنوردان نسل پیش خراسان: افسریان، ظریف، زاهدی (سرپرست) از راه عادی به ثمر رسانیدند، و در همین



بخشی از دیواره بیستون که راههای قرارگاه، سیمرغ و قوش در آن گشوده شده‌اند.

دسته‌ی طنابی بخش می‌شود و صعود از سیاه‌سنگ را در پیش می‌گیرد، و مراقبان می‌روند که از فرصت بهره گرفته و سری به قله‌های چالون و سیاه‌کمان بزنند. چیزی نمی‌گذرد که شتاب هوای بد، ابرهای بارش‌دار را بر فراز منطقه‌ی علم‌کوه می‌گسترانند... و باد و برف، بر سرپیشدستی، به بیکار می‌آیند. گذشتن از سنگها و سوزنیهای سیاه‌سنگ در این برف و توفان آسان نیست. چهار کوه‌مرد و گروه حمله، با تمام نیرو، بیکار با بوران و انبوه برف را ادامه می‌دهند تا اینکه در تاریکی، به جان پناه سیاه‌سنگ برسند، جایی که با وجود پیش‌بینی‌ها و ترمیم‌های پیشین، باز هم نیروی باد بیشتر بوده و برف را از لای درزها به درون رانده است. در جان پناه، یخ‌زده، و توده‌ی برف بر آن کوبیده، و تا نیمه در زیر برف فرو رفته است. برای زودتر به درون خزیدن، باید از پنجره وارد شد. روفتن برف درون و برپا داشتن چادری در آن اتاقک یخ بسته، خود وسیله‌ای است برای خسته‌تر شدن. اما هرچه هست، بهتر از جهنم بیرون است.

در این روز، راهبان قله‌ی سیاه‌کمان نیز که درگیر میان توفان هستند، بازگشت از نزدیکی این قله و روانه‌ی علم‌چال شده را ترجیح می‌دهند، که دستکم، درون اتاقک برف‌پوشان، پانزده درجه‌ای با سرمای کشنده‌ی فضای بیرون تفاوت دارد!

روزهای ۱۱ و ۱۲ بهمن، برای گروه بالا هم، زندانی جان پناه شدن، بهتر است از خویشتن به دست توفان بیرحم سپردن. باد و سرمای روی سره‌ی علم‌کوه غوغا می‌کند و بی‌خبری یاران گروه‌ها از یکدیگر، خود گرفتاری دیگری است. فریادهای طبیعی را باید بر صنعت پیشرفته (تماس با رادیوهای از کار افتاده!) چیره ساخت... که سرانجام پس از دو روز بی‌خبری، بالا بیها می‌توانند به پایینی‌ها

زمستان ۶۴ نیز کوه‌نوردان گروه باباکوهی نیز این صعود را از راه روستای زشگ، تکرار کردند.

در بدنه‌ی روبه‌آفتاب بیستون نیز دو دسته، در دو راه سرگرم تلاشهای زمستانی شدند. قلعه‌ای و هجایی راه قوش را برگزیدند که در تابستانهای ۶۱ و ۶۲ گشوده شده بود. در راه قرارگاه، عیوضی و کریمی و نیکروش، دست به آزمایش زدند که در همین تابستان گذشته به پایش رسیده بودند. حاصل کوششها برای هر پنج نفر، مثبت بود.

کوه‌نوردان گروه‌های کرکس (اصفهان) و هرم (تبریز)، دوستیهایشان با صعودی هم‌آهنگ در برفهای انبوه زدکوه پایدار ساختند و از فراز چهار هزارمتری غرب ایران، پیامهای پیروزی و برادری را برای شهرستانهای خود فرستادند.

○ کوه، یک راه ندارد

○ اگر اینجا و این بار نشد، از کجا که ...؟

در سرمای بهمن ماه علم‌کوه، علی محمدپور، کوهنورد آبدیده‌ی تهران، همراه با کوهیارانی از آرش، اراک و آزاد، خواستند سد زمستانی دیواره‌ی علم‌کوه را بشکنند. اگر چه سیاه برف را تا زیر دیواره مغلوب کردند و با یاری طناب ثابت، راه به دیواره هم بردند، اما سرما و هوای بد، تنها سی، چهل متری به آنان اجازه‌ی نفوذ و صعود داد و خستگی جمع‌آوری چهار صدمتر طناب، به زحمت کارگذاری آن بر روی یخچال، افزوده شد.

باز هم آفرین به تخت سلیمان و سیاه‌کمان که تاحدی، جای ناپیروز بهار می‌گیرند! در همین ماه، گروهی دیگر، شکم برفها را شکافت و خود را به علم‌چال رسانید. هفت نفر از کرمانشاه، با یاری دوستانی از قزوین و همدان و تهران و رودبارک، می‌خواهند برنامه‌ی زمستانی را از راه باز شده‌ی سال ۲۸ به ثمر رسانند، که اگر آن بار، در آن راه دیگر، پیروزی به دست نیامد، از کسی که این بار و در این راه، سعادت در انتظارشان نباشد؟

حشمت حیدریان، کوهنورد غیور، سرپرست این برنامه است. از تابستان گذشته، پیش‌درآمد هدفشان را آغاز کردند، که شامل بردن مقداری از وسایل به کوهنوردی منطقه، ترمیم‌هایی در جان پناههای فراز علم‌کوه، و نیز تمرینهایی برای برخی، در بعضی از کوهها بود.

زمستان که با همه‌ی سختیهایش بر کوهساران مستقر شد، راهیابی از رودبارک به کشتی‌سنگ و سرچال و علم‌چال را در نخستین هفته‌ی بهمن ماه پشت سر گذاشتند. در یخچال علم‌کوه، دو اتاقک برفی برای پناه‌گرفتن، آماده ساختند. در گردهم نشستن‌ها، دسته‌های مراقب و حمله را نیز در همانجا و در کنار دیواره‌ها و قله‌های یخ‌زده، برگزیدند.

سرپرست با فرامرز شجاعی (قزوین)، بهمن مشکوب (کرمانشاه) و رسول نقوی (بلد محلی دوره دیده، از رودبارک) گروه حمله را تشکیل دادند. در گروه مراقب، این کوهنوردان جای گرفتند: از تهران: فرهاد وزیری، از قزوین: رضا اقمشه، از کرمانشاه: جلال الماسی، علی دانیالی، منوچهر دهشت، شریف طالع ضمیر، حمید نظریور، از همدان: پرویز روحانی، و سرپرست: سعید اردبیلی از همدان.

روز ۱۰ بهمن، هوا صاف اما همراه با باد شدید است. گروه حمله همراه با چند نفر از گروه مراقب، از شیب شمال شرقی علم‌کوه، به گردنه‌ی چالون بالا می‌روند. در آن دوراهی، قسمت شرق را تا دماوند کوه و فراتر، روشن و زیبا می‌بینند، اما در غرب، جبهه‌ای ابری را در حال پیشروی برانداز می‌کنند. گروه حمله، به دو



نیمقرن پیش بر فراز تخت سلیمان - سمت چپ ردیف جلو: نصرت کوهکن، دکتر پورسینا، دکتر نوابی - سمت چپ ردیف عقب: دکتر شفیعیه، فرخ کوهکن، دکتر دبیرسیاقی، عصمت قاضی، دکتر افشارشیرازی (فقید)، سدهی

ندا برسانند که حالشان خوبست و فردا کار را دنبال خواهند کرد.

اگر روز، در هوای بسیار سرد، بی‌ابر و آغشته به باد شدید که رفته‌رفته تخفیف می‌یابد، قله رونندگان در سه ساعت خود را به قله‌ی شاخک می‌رسانند و سپس سنگها و برفهای میان آنجا و قله‌ی اصلی را، در نیم‌ساعتی کمتر از این مدت می‌گذرند و در آن نقطه‌ی فراز هدف، لذت پیروزی را با لحظه‌هایی به یاد یاران دیگر همراه، پیشگامان، دوستان و جان‌باختگان بودن، می‌گذرانند و آنگاه به سوی جان‌پناه خرسان روان می‌شوند.

در این روز، گروه مراقب که چشم بر سره‌ی علم‌کوه دارد، می‌تواند گروه حمله را در قله‌ی شاخک ببیند. با آرامشی که از این دیدار به دست می‌آورد، رهسپار صعودی به قله تخت سلیمان می‌شود و در شفاف‌ی آسمان بی‌ابر، اما یخ‌بسته، از تماشای صحنه‌های بدیع طبیعت سرشار می‌گردد.

روز بعد، هر دو گروه، در گردنه‌ی شانه‌کوه به هم می‌آویزند. دو روزی نیز صرف گردآوری طناب‌های ثابت و وسایل در علم‌چال، و نیز مطالعه‌ای از نزدیک، روی دیواره‌ی علم‌کوه می‌شود برای صعودهای زمستانی آینده، و سپس بازگشت به سرچال. بیستم بهمن‌ماه، گروهها جای خودشان در علم‌کوه را به هوای نامناسبی می‌دهند که بار دیگر وارد منطقه شده است، و روانه‌ی رودبارک و تهران می‌شوند. در پایان سال ۶۴ به این دو موضوع نیز توجه می‌کنیم:

* در تلاشهای مربوط به پیوند میان کوهنوردان، و میان آنان با دنیای کوهنوردی، و نیز از جهت فرهنگ کوهنوردی و خبرسانی و آموزش و ... باید برای نوشته و کتاب و نشریه، جا و مقامی بالا و مؤثر را در نظر داشت.

در سال ۶۴ «آوای دماوند» نهمین آوایش را سر داد. پیش از اینکه سازمان کوهنوردی و اسکی دماوند در تهران، سال پیش دست به انتشار این نشریه بزند، با همت دو نفر از اعضای این سازمان «راهیان کوه» تدوین و منتشر می‌شد، که عمرش کوتاه بود و تا شش شماره رسید.

* شاخه‌های بین‌المللی در تهیه طرحهایی که از راههای درنوردیده شده در دیواره‌های کوهستان آماده می‌شود، می‌خواهد در ایران هم جا باز کند. پیش از این معمول بود که در روی عکسها و یا طرحهایی از کوهها و دیواره‌ها، تنها راههای صعود شده را با خط و یا نقطه‌چین مشخص می‌کردند. سپس درجه‌های دشواری را نیز به آنها افزودند که در آن زمان دشوارترین آنها شش درجه بود. اما رفته‌رفته این اندیشه تکامل یافت و با تهیه شاخه‌هایی برای گوناگونی‌ها و یا چگونگی‌های یک راه صعود، این امکان را فراهم ساختند که بتوان طرحی گویا و روشن از یک راه درنوردیده را، برای دیگران به وجود آورد.

در نشریه‌ی «دانشکده‌ی کوهستان» کرمانشاه، برگردانی از متن انگلیسی، و طرحهایی از شاخه‌های گفته شده‌ی بالا، و نیز جدولی از انواع درجه‌بندی‌های تازه (هم برای سنگ و هم برای یخ) انتشار یافت. امید می‌رود که کوهنوردان عزیزمان نیز با شناختن این طرحها و با آگاهی دقیق از درجه‌های دشواری، در برنامه‌های نوین خودشان، طرح‌هایی را که تهیه می‌کنند با این مشخصه‌ها همراه بسازند. کوهنوردی، از این راه نیز غنی‌تر و روشن‌تر برپا داشته می‌شود.

○ از دریا به کناره،

و بر عکس ...

«تا هنوز هستیم» را نوشته و برای مجله‌ی شماره پیش فرستاده بودم که چند نامه از دفتر مجله‌مان برابم رسید. دوستانی آنها را لطف کرده بودند. اما پیش از اینکه از دریا، بر کرانه‌اش لختی بنشینیم و گپی بزنییم، ابتدا لطفاً اینها را توجه بفرمایید که چندتاشان را باید به سال ۶۳ چسبانید.

● راه «ایران» را در بیستون‌زا، اسدابادیان، ایزدی، ساداتی و عیسی‌حاج در ۶۳ گشودند که البته ناتمام ماند.

● در کوه ماسی (کرمانشاه)، ابراهیمی، عیوضی و مرادزاد راهی را در ۶۳ باز کردند که برایش نام «دوبدر» را برگزیدند. این راه نیز پایان نیافت.

● در همین کرمانشاه، نشریه «مالک‌هلات» که از سال ۵۹ با همت اسدآبادیان و عیوضی انتشار می‌یافت، در سال ۶۳ جایش را به «کوهنامه» داد و دو شماره از این نیز منتشر شد. از نشریه «دانشکده کوهستان» نیز در آن سال چهار شماره دیگر نشر پیدا کرد.

● برای صعود آغازین راه مستقیم در بیستون، در سال ۶۳ از چهار نفر نام برده شده بود. اما در نوشته‌ی دیگری به هفت نام برخوردیم، و در جای دیگر هشت نام را دیدیم؟! ● کوههای نزدیک شهرستان نهاوند هم با تلاش کوهنوردان این شهر و یاری فدراسیون کوهنوردی، دارای جان‌پناهی در بلندی ۲۸۰۰ متری شد.

● صعود دوازده نفره‌ای که در دو روز از یخچال شمالی هرم‌داغ صورت گرفته بود و در ص ۱۰ شماره‌ی پیش، به سال ۶۳ مرور فرمودید، باید به سال ۶۴ کشانیده شود. ● این نکته را نیز متذکر بشوم که این دیواره‌های یاد شده در این رشته‌نوشته‌ها، چه در بیستون، چه در علم‌کوه و چه در کوههای دیگر ایران، همه‌شان بلندی یک‌هزار و یا هشتصد و هفتصد متر را ندارند. و حتی برخی از آنها در حدود ۲۵ متر هستند که البته صعودکنندگان و مسئولان عزیز بهتر است در گزارش‌ها و خبرهایشان، اشاره به بلندی و درجه‌ی دشواری راه‌ها نیز داشته باشند.

با سپاس بر شما عزیزان که این موج کوتاه را از سر گذرانیدید، اینک با یکدیگر، در گوشه‌ای از کرانه، لم می‌دهیم و ...

...پیش از اشاره به نامه‌ها، به سهم خود از دو گرامی مرد سیاست‌گزارم که در مجله‌ی شماره‌ی پیش، در خفامانده‌هایی را روشن و آشکار ساختند: فیروز اشراقی و کیومرث بابازاده. در حالیکه دستکم سه سالی می‌شود که این مجله، به تاریخچه‌نگاری دست‌یازیده است، و از همان ابتدا نیز با خواهش و تمنا، چشم به راه این‌گونه آگاهی‌رسانها بوده‌ایم. به راستی جالب است که اینک از یک صعود ارزشمند کوهنوردی سنتی در ۸۰ سال پیش به بلندترین کوهمان، و نیز از شرح کامل یک صعود نخستین به روش نوین و مربوط به آن سوی سه دهه‌ی گذشته در بیستون آگاه می‌شویم (اگر چه در مجله‌ی کوه شماره‌ی ۱۳، صفحه‌ی ۱۸ به این صعود اشاره داشته‌ایم). ایکاش برای جناب فیروز اشراقی ممکن می‌شد که مقداری بیشتر درباره‌ی صعود سال ۱۲۹۸ به دماوند برایمان می‌نگاشتند. اما چه خوب که کوهنورد بزرگمایه‌مان کیومرث بابازاده، در نوشته‌شان از صعودهای دیگری نیز یاد کرده‌اند که آنها نیز جالب و روشنگر و لازم هستند.

در اینجا، سه اشاره هم داریم به صعودهای کوهنوردان لهستانی در بیستون و در همان سالهای نخستین، که ممکن است برای ایشان و خوانندگان گرامی دیگر، خواندنش بی‌زیان باشد:

۱- نخستین صعود از دیواره‌ی جنوبی بیستون در تاریخ ۲۶ و ۲۷/۵/۴۸ توسط س. وروناژ. آپرسدکی، یویچ، ژ. بروت.

۲- صعود از بخش راست دیواره‌ی جنوبی (راه تازه) در ۱۱/۶/۴۹ به وسیله‌ی ر. ورونا، ک. ویتسکا، آ. مرچک.

۳- صعود از راهی تازه در سمت راست دیواره‌ی جنوبی در ۲۱ تا ۲۳/۶/۵۰ که م. بودنی، م. مالاتیسکی، آ. سیکورسکی، ک. ویتسکا گشوده شد.

خوب، اینکه برویم به سراغ چند نامه و تلفن و یادداشت، که بار دیگر صمیمانه از همه‌ی محبت‌ها و حسن نظر‌ها سپاس دارم. اگر چه لطف و تشویق، مایه‌ی پیشرفت در هر کاری است، و بنده نیز همراه با این رشته‌نوشته‌ها، پیوسته از این‌گونه بزرگواری‌های دوستان خواننده‌ی مجله برخوردار بوده‌ام، اما خود بارها خواسته‌ام که ضمن این توجه‌های کوهیارانه، اگر نظر‌های اصلاحی و انتقادی هم

هست، در بیخ نفرمایند و راهنمایم باشند. که بنا به گفته‌ی آن اندیشمند فرانسوی «اگر انتقاد نباشد، تعریف و تمجید ارزش خود را از دست می‌دهند». باشد که با روشن اندیشی و یاری رسانی، در کارها پیروزمند گردیم.

پیش از این چند نامه‌ی اخیر که دفتر مجله لطف کرد و برابم فرستاد، از کوهیاران عزیز دیگری نیز، ابراز محبت‌هایی را در چند ماه اخیر دریافت کرده بودم: عصمت صدیقیان و نصرت خانلی، و نعمت‌اخضری، بهروز ایزدی، پرویز حاجی‌محمدی، بهنام حسینی، محمد خاکبیز، مرتضی دزفولی، مرتضی رحیم‌پناه، دکتر م. ه. شفیع‌پناه، داوود طاهری، حسین عیسی‌حاج، جلال فروزان رابوکی، گغام میناسیان، عباس محمدی، علیرضا ورزم و ... که پیرامون برخی از پرسش‌ها و نظرها که چند نفری مطرح فرموده بودند، به اختصار اشاره‌هایی دارم: * منبع این رشته‌نوشته‌هایی که در مجله آورده‌ام، نشریه و مجله‌های کوهنوردی و نیز نامه‌های کوهیاران گرامی است، که البته یادداشتهای قدیم و تازه‌ی خودم نیز بر آنها افزوده شده است.

* درباره‌ی بعضی راه‌های گشوده و یا صعود شده که اعلام داشته‌اند این صعودها نه از جهت بلندی دیواره و نه از نظر دشواری آنچنان نبوده‌اند که قابل نوشتن باشد، عرض می‌کنم که متأسفانه گزارش دهندگان، بلند و کوتاه را درهم کرده و یا بدون اشاره به درجه‌ی دشواری و یا بلندی دیواره، خبرهایشان را در نشریه‌ها و یا نامه‌ها منعکس کرده‌اند، که به همین گونه از آنها بهره گرفته‌ام.

* درباره‌ی کم و یا زیاد بودن نامه‌ها در یک صعود، این اشتباه نیز به فرستندگان خبرها، و یا نشریه‌هایی که از سوی آنان چاپ شده‌اند برمی‌گردد. باید دید که مثلاً چگونه شده که در یک محیط کوهنوردی شهرستانی، یک خبر، ب چند گونه انتشار یافته و به دید دیگران و نیز به دست بنده رسیده است؟ - همچنین است در مورد خبرهایی که ممکن است با درستی و واقعیت فاصله داشته باشند!

* درباره‌ی کم اهمیت بودن از بعضی صعودهای نسبتاً مهم، با تأسف خودم نیز همراه است. زیرا نوشته‌ها و یادداشتهای که از این‌گونه تلاش‌ها در اختیار دارم، به همان‌گونه، کوتاه و بدون تفسیر و بدون نام و تاریخ بوده‌اند و هستند.

* سه نفر از کوهیاران گرامی اشاره داشته‌اند به چند صعود در دهه‌های ۵۰ و ۶۰ از شمال، مشرق و یا جنوب دماوند. البته اگر این‌گونه تلاش‌ها در ردیف‌های یکم تا سوم، و مربوط به شمال و یا بخش دشوار شرق دماوند باشد، می‌تواند در تاریخچه‌ی کوهنوردی نوین جای بگیرد. اما اجازه می‌فرمایند که صعود از جنوب دماوند را که همان راه سنتی صعود هشتاد سال پیش - و یا بیشتر - است در رده‌ی خودش منظور بداریم و نه در کوهنوردی نوین.

* درباره‌ی تفحص و غارها و نوردیدن آنها نیز دوستانی توجه داده‌اند که جایش در این رشته‌نوشته‌ها خالی است. در این موضوع نیز متأسفم که نتوانسته‌ام خدمتی جامع انجام بدهم، زیرا که بحث غارنوردی و غارشناسی از موضوع کوهنوردی جداست، اگرچه در غارهای دشوار سنگی و یخی، بیشتر از همان ابزارها و روش‌هایی بهره‌گیری می‌شد که در کوهنوردی نیز جاری است. با وجود این، در هر جا که از غار سخت درونی که مشتاقان ما درنوردیده و تیرگیهای آنها را روشن ساخته‌اند، آگاهی یافته‌ام، بدانها نیز اشاره کرده‌ام، چونکه در آنجا نیز نیاز به به کار بردن اصول فنی کوهنوردی داشته‌اند. اما کیست که بر غار پیمایان و راهگشایان این دنیا‌های بی‌خورشید ارج نهد که در دهه‌های ۲۰ و ۳۰ (با پیشگامیها از باشگاههای سرباز، نیرو و راستی، دوچرخه‌سواران، آزاد، جوخه‌ی صلح، هیئت غارشناسان و ...) فعال بودند و یا آنانکه در سالهای بعد تا به امروز همچنان در

تلاش می‌باشند؟

* در ص ۱۰ - ستون دوم مجله ۱۷، پنج سطر بالای عکس، دو جمله، پس از رفتند، بدینگونه تغییر می‌یابند:

و نخستین پیروزی زمستانی بر این کوه را تدارک دیدند. کمی بعد در همین زمستان، دسته‌ای با سرپرستی رضالوا، به دومین عنوان در صعود زمستانی پسند کوه دست یافت.

آفرین بر احساس و ادراک انسانی و ورزشکارانه‌ی رضا لوا، که تلفنی به تصحیح و بزرگداشت نخستین صعود کوهیارانشان پرداختند.

و اینک نگاهی به چند نامه و پیام اخیر (پس از انتشار مجله ۱۷):

○ نخست از دوست گرامی علی خلیلی یاد بکنم که از تاریخ نوشتن نامه ایشان به مجله، تا به امروز که در اینجا بدان اشاره می‌شود، فاصله‌ای بس دراز است! - اگر چه مسئول ارجمند پاسخگویی مجله، در صفحه ویژه مجله ۱۵ بدان توجه داشته‌اند - برای بنده هم جای خوشوقتی است که ایشان، مجله‌ی کوه را در روی آبهای خلیج فارس و در ضمن استراحت میان کار و پژوهش و کاوش، مطالعه می‌فرمایند. اما با سیاستگزاری از توجه و عنایت ژرفشان، بهترین تشویق را همین مرور بر نوشته‌هایم می‌دانم که به صورتی نیز کیفیت ماترک مرا دارند که برای دوستان امروز و فردای زندگی باقی می‌مانند.

○ دوست هنرمند و کوهیار عزیز دیرین ناصر شجاعی از تهران هم ضمن ابراز لطفهایی که در نامه‌شان خدمت مدیر ارجمند مجله و بنده داشته‌اند، ما را از سومین صعودی آگاه ساخته‌اند که از راه گشوده شده‌ی سال ۲۸ (از شمال علم‌کوه به گردنه‌ی چالون و سپس راهیابی از سیاه‌سنگ به شاخک) صورت گرفته بوده است. در نوشته‌های مجله از نخستین و دومین آن یاد کرده‌ایم، اما خود بنده هم به دنبال یافتن این سومین بودم. اینک با خوشوقتی و ابراز سپاس برایشان، جزئیات این صعود را در اینجا می‌آورم:



در قله پسند کوه بهمن ماه ۶۳: از راست به چپ: نادر فراز مند - داود خادم - داود اژدری، سه نفر - از گروه آزاد کاوه - تهران، که به سرپرستی رضا لوا، دومین صعود زمستانی این کوه را انجام دادند. نخستین صعود در این فصل را حشمت حیدریان و محسن ثوری، به سرپرستی عبدالله اشتری، چند روز پیش از دسته دوم به ثمر رسانیده بودند.

در روز ۵شنبه ۳۰/۵/۱۷ کوهنوردان نیرو و راستی حسین پورشاقی، ناصر شجاع و غلامحسین ضیاءپور، همراه با اکبر بشردوست، از کوهنوردان آزاد، توانستند پس از هشت ساعت صعود از راه گفته شده‌ی بالا، بر فراز علم‌کوه بایستند. بازگشت این کوهنوردان به مبدأ صعود (علم‌چال) نیز از همین راه بالا رفته بوده است که می‌باید دومین فرود به حساب آید. نخستینش در سال ۲۹ بود. ○ دوست دیگرمان نکویی از کرمانشاه به دفتر مجله با تلفن اطلاع داده بودند که صعود ایشان و فریدون اسماعیل‌زاده از راه اورال به قله‌ی علم‌کوه (که در ص ۴ / مجله ۱۵ چاپ شد) در تلاشهای سال ۵۹ آورده شده، در حالیکه در سال ۶۳ صورت گرفته بوده است. با تشکر از این لطف و آگاهی رسانی، باید خدمتشان عرض کنم که این اشتباه تاریخ، در یادداشت برداری و یا حروفچینی نبوده، بلکه متأسفانه به همین ترتیب دریافت شده بوده است.

○ اما دوست کوهیار عزیز دیگری از تهران، ظاهراً با کمی گره افکنی به ابروانی، نامه‌ی شکواییه‌ای بلندبالا برای مدیر گرامی مجله فرستاده‌اند که ضمن آن، در حالیکه از تصویر و شرح زیر آن در ص ۹ / مجله ۱۴ «بسیار شگفت‌زده» شده بوده‌اند، مرقوم داشته‌اند که چند سال پیش نیز از قول بنده در مجله‌ی دیگری، همین عکس و همین عنوان چاپ شده بوده است، و اینک از جهت «وظیفه‌ی اخلاقی» و «به منظور آگاهی درست و اطلاع‌رسانی صحیح به جامعه‌ی ورزش، مخصوصاً کوهنوردی...» ندا در داده‌اند که «برایشان قابل هضم نیست که این مطلب چگونه به دست ... - بنده - رسیده و سالهاست اشتباه چاپ می‌شود...» و در پایان نامه‌شان نیز امید رساندن اخبار صحیح را به جامعه داشته‌اند.

دوست کوهی عزیز، متأسفم که اگر با یک اشتباه در بودن و یا نبودن یک نام در خبری، باعث شگفتی بسیار شما شده و هیجان و ناراحتی برایتان ایجاد کرده‌ام که به حربه‌ی وظیفه‌ی اخلاقیتان در قبال جامعه‌ی ورزش و کوهنوردی دست ببرید و بر کسی چون این کوچکتر بتازید که هدفی جز خدمت - و نه گمراهی - برای این جامعه‌ی ورزشی و کوهنوردی نداشته و ندارم که ۶۴ سالست در آن غوطه‌ورم. اما در ابتدا بد نیست توجه سرکار را به این گفتار ژرف که همواره مورد توجه کامل بنده هم بوده است، جلب کنم:

اگر چون و چرا نبودی،

مردمان همه دانا بودندی.

و اگر گوینده را، جواب دهنده‌ای نبودی،

حق از باطل پدید نیامدی.

یررس، تا بدانی - و بشناس، تا برهی. (از: حکیم ناصرخسرو)

و سپس به عرضتان نیز برسانم که گویا گذشته‌ی نه چندان دور را از یاد برده‌اید. زیرا با گمان بر اینکه همه‌ی نوشته‌های مربوط به کوهنوردی نوین را مطالعه کرده‌اید، اگر یکبار دیگر به مجله‌ی شماره ۶ که این نوشته‌ها در آن آغاز شده است، نظری بیندازید، ملاحظه می‌فرمایید که در همان ابتدا، امکان اشتباه و نقص را مطرح ساخته و از خوانندگان گرامی تمنا کرده‌ام که با آگاهیها و یاریهایشان، در رفع اشتباهها و کمبودها کوشش بفرمایند. در شماره‌ی ۷ مجله نیز این یادآوری تکرار شده است و در این اواخر هم بار دیگر همین موضوع و خودش را عرضه کرده‌ام. بدین ترتیب توجه می‌فرمایید که خیلی پیش از اینکه سرکار پرچم اعتراضی را بر ما دارید، خود بنده در این راه بوده‌ام و از خوانندگان گرامی یاری طلبیده‌ام.

اما درباره‌ی چاپ همین عنوان و عکس از قول بنده (که معمولاً از قول کسی، عکسی چاپ نمی‌شود!) در آن مجله‌ای که در نامه‌تان ذکر کرده‌اید، می‌توانید

تخت سلیمان، توجه کنیم. این عکس را دوست باارزش و ارجمندمان آقای دکتر م. ه. شفیعیها لطف کرده‌اند.

* لطفاً این چند اشتباه کوچک مربوط به شماره‌ی پیش مجله را نیز ترمیم

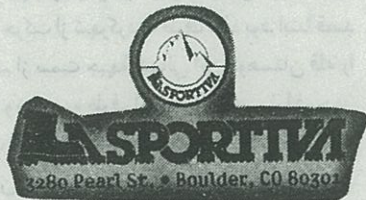
بفرمایید:

صفحه	ستون	سطر	اشتباه	صحیح
۱۵	۱	۵	هفدهمین	دوازدهمین
۱۵	۱	۵	جع	جمع
۱۵	۲	۱۳	کتر	کز
۱۶	۲	۷	متن	بستن
۱۶	۲	۱۱	تا	نا
۴	۲	۸	اینکه	اینک
۵	۲	۱۱ (از پایین)	همتایی	همایی
۶	۱	۲۱	آن نیست	انسانیت
۷	۲	۷	کیهانفر	دو سطر پایین‌تر
۸	۱	۱۰	همتایی	همایی
۸	۲	۳۲	راه را	راه‌فرهاد را
۹	۱	۲۸	خاتوم	خاتون
۹	۲	آخر	کوزان	کوزان
۱۰	۲	۲۶	رضا	برای‌رضا
۱۱	۱	۲۲	کرمان	کرمانشاه
۱۱	۲	۱۵	سرگرم	سرانجام
۳	۱	۵	که	که گذاشت
۱۴	۲	۴	که	،
۱۴	۲	۵	له	نه

تا شماره دیگر خدا یارتان

ما در خدمت شما هستیم

شرکت تبلیغاتی پند آیین با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی مجری و مشاور در امور تبلیغات و چاپ و هدایای تبلیغاتی
تلفن: ۷۵۰۵۴۱۲ - ۷۵۲۴۵۸۱



فروش کتانی

سنگ نوردی

تعدادی کفش کتانی سنگ نوردی مدل اسپورتیوا ایتالیا در سایزهای ۷ و ۶-۵-۴ در مدل‌های بندی و کشی آماده فروش.

تماس با ۰۹۱۱-۲۰۱۰۶۰۹ - مصباحی

مطمئن باشید که بنده از تاریخ آذر ماه ۵۲/ همکاریم را با مجله مزبور قطع کرده‌ام، و پیش از این تاریخ هم هنوز چنین صعدهایی که مورد نظر سرکار است، اجرا نشده بود که درباره‌ی آنها چیزی نوشته شود.

حال اگر در نام مجله اشتباه فرموده‌اید، اگر مجله‌ی دیگری، از قول بنده، در این سالهای مورد گلایه‌ی سرکار، چیزی نوشته باشد که اشتباه بزرگی در آن دیده‌اید، خواهش می‌کنم اگر مایل هستید، نام و شماره و تاریخ مجله را برای بنده بنویسید تا چگونگی چنان نقل قول و اشتباهی را روشن بسازم.

گذشته از اینها، در کار روزنامه‌نگاری و گزارش و تاریخچه‌نویسی، گاهی هم ممکن است اشتباه‌هایی پیش بیاید، همچنانکه در زندگی و کارهای روزانه نیز اشتباه کم نیست. در ضمن همه خوانندگان ارجمند و وفادار نوشته‌های بنده می‌توانند مطمئن باشند که آنچه نوشته شده و می‌شود، وابسته به سند و منبع است و نه اختراعی شخص بنده! - حال اگر در نوشته‌های اصلی، اشتباهی روی داده باشد، را وی نمی‌تواند مسئول و گناهکار باشد. و از آنجا که به گویندگان و نویسندگان نامه‌ها و مطالب و خبرها و نشریه‌ها احترام می‌گذارم و میل دارم به آنها اعتماد داشته باشم، عین دریافت شده‌ها را منعکس می‌سازم. البته که با وجود همه‌ی اطمینانها و درستی‌ها و دقت‌ها، باز هم این امکان هست که گاهی اشتباهی در اصل، و یا در یادداشت‌برداری پیش بیاید، که روشن است با یک تغییر نام و یا تاریخ و مانند آنها، نه جنگ جهانی سوم آغاز خواهد شد و نه دنیا به آخر خواهد رسید! گوشه‌ایم هنوز به اندازه‌ی لازم شنوایی دارم، و دیدگانم نیز هنوز می‌تواند محبت‌های قلمی دوستان را مرور کند. بنابراین گمان دارم که به هیچوجه جای تعجب و ناراحتی و شعار دادن در میان نیست.

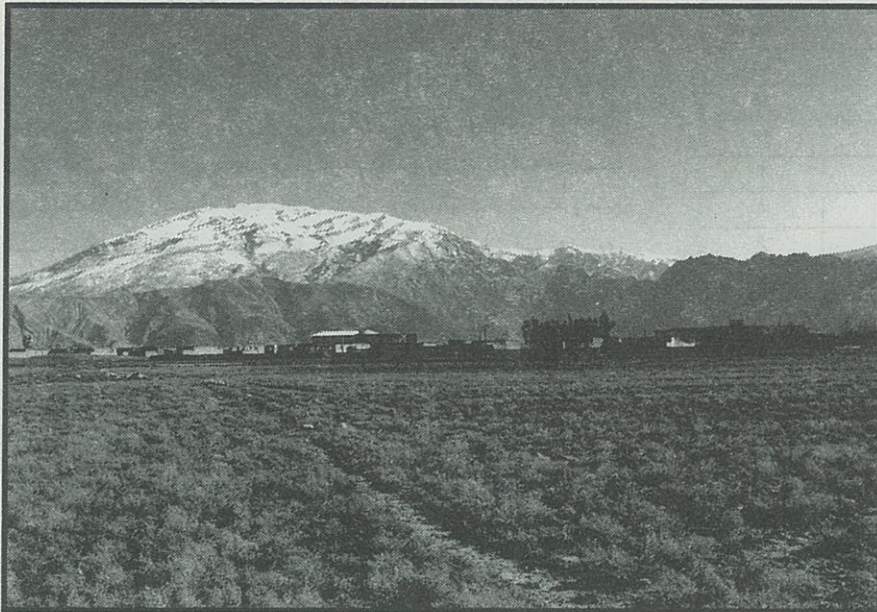
در این مورد نیز که شما دوست گرمی، در نامه‌تان اشاره و تأکید فرموده‌اید که این جزوه سالهاست اشتباهی چاپ می‌شود، اولاً باید دید که در چند سال و در کجاها، و ثانیاً چرا در همان ابتدا برای رفع اشتباه اقدامی نشده است، که اینک کاسه و کوزه‌ها بر سر مجله‌ی کوه و بنده‌ی نویسنده‌ی کوچک آن شکسته شود؟! - زیرا که در چاپ آن تصویر، خطایی در کارمان نبوده، چونکه به همان ترتیب به دستمان رسیده بوده است. و در جمله‌ی زیر تصویر هم اشتباه بزرگی نبوده است، جز آوردن یک نام، که آن هم قابل تصحیح می‌توانسته باشد. در دوستی و کوهپاری و کوهنوردی، مگر جای این رنجشها و عتاب و خطایها هم هست؟! پیاده شوید تا با هم سری به خلوتگه پر رموزاز خواجه‌ی شیراز بزنیم و با زمزمه‌ی جان او همنا شویم که «حافظ، ار خصم خطاگفت، نگیریم بر او - و بر به حق گفت، جدل با سخن حق نکنیم». که البته در این مورد و در این بحث، روی من با شما و همه‌ی خوانندگان عزیز دیگر و کوهپاران ماست که نه تنها خصومتی میان ما نیست، بلکه دنیای پرفصفا و پر استحکام کوه و کوهنوردی و دوستی حاصل از آنها، در جلو دید ظاهر و درونمان قرار دارد. در اینجا که اگر دشمنی، سخنی به حق گفت، مورد پذیرش است، گفتار و هدایت شما عزیزان، که جز مهر تصدیق و تکریم و تقبل نمی‌تواند داشته باشد.

چهره بگشاییم و نگاه را با مهر درون بیامیزیم و زبان و قلم را جز به انسانیت و مهربانی به حرکت درنیاوریم. همان‌گونه که دوستان دیگری با یک دنیا محبت و سرشار از لطف و دوستی، نکته‌های تاریک و یا اشتباه، حتی تا نیم‌قرن پیش را روشن کرده، و تاریخ کوهنوردی و کوهنوردان و بنده‌ی کوچک را نیز سپاسگزار فرموده‌اند.

اشاره به نیم‌قرن پیش شد. جالب است که به عکسی از آن زمان نظر بیندازیم و به یاد نخستین صعود دخترخانم‌های کوهنورد ایرانی به بارگاه و

کوهستان مُنگِشت

فضل‌الله بلالی پور



قله کوه مُنگِشت - ایزده

شکل گرفته‌اند. بارزترین ویژگیهای زمین ریختی کوهستان منگشت را می‌توان رشته رشته بودن، وجود دره‌ها و گذرگاههای عمیق معروف به «تنگ» که عمود بر جهت عمومی کوهها شکل گرفته‌اند، دیواره‌ها و پرتگاههای بلند صخره‌ای، آبکندها، اشگفتها، دولینها، لانه‌های برفی، درز و شکافهای فراوان و هوازدگی شدید سنگها ذکر کرد.

به طور کلی، آب و هوای این کوهستان در زمستان بسیار سرد و در تابستان بالای کوهها معتدل و خنک و دره‌ها گرم است. چشمه‌ها و رودخانه‌های زیادی از این کوهستان سرچشمه گرفته و در مسیر خود به همراه پوشش گیاهی مناسبی چون جنگلهای بلوط، جاذبه‌های طبیعی زیبا و بکری را به وجود آورده است.

به هر حال، تازه عقربه‌های ساعت بر روی ساعت یک بعدازظهر رسیده بود که وارد ترمینال شهر ایزده شدیم و از آنجا به موازات جبهه جنوبی این کوهستان به طرف باغملک حرکت خویش را ادامه دادیم. با توجه به گفتگویی که در مورد مسیر کوچ عشایر و نحوه صعود، با اهالی منطقه، به ویژه با یکی از آنها که کارشناس جغرافیا بود، داشتیم، تصمیم گرفتیم در روستای قلعه تل در ۱۵ کیلومتری شمال باغملک پیاده شویم و از آنجا به

شمال غرب - جنوب شرق در جنوب غربی بخش مرکزی زاگرس (بزرگترین رشته کوه غرب ایران) و در بین سه استان چهار محال و بختیاری، خوزستان و کهگیلویه و بویر احمد کشیده شده است. موقعیت آن تقریباً بین ۴۹ درجه و ۴۹ دقیقه تا ۵۰ درجه و ۲۰ دقیقه طول جغرافیایی شرقی و ۳۱ درجه و ۱۷ دقیقه تا ۳۱ درجه و ۵۰ دقیقه عرض جغرافیایی شمالی واقع گردیده است. نقشه شماره (۱) موقعیت جغرافیایی این کوهستان را نشان می‌دهد.

بلندترین قله آن «قارون» در جنوب شرقی این رشته کوه است که حدود ۳۶۱۳ متر از سطح دریا ارتفاع دارد. ارتفاع این رشته کوه از سمت شمال غرب به جنوب شرق افزایش پیدا می‌کند، به طوری که اگر این کوهستان را به سه بخش شمال غربی، مرکزی و جنوب شرقی تقسیم کنیم، بلندترین قله‌های این سه بخش، به ترتیب حدود ۲۷۰۰، ۳۲۰۰ و ۳۶۰۰ متر ارتفاع دارد. از نظر زمین ساختی، مانند دیگر کوههای زون زاگرس بلند یا مرتفع، دارای ساختار پیچیده و گسله‌ای است. چین خوردگیهای آن مربوط به دوران سوم و از لایه‌های زمین‌شناسی متنوعی برخوردار است. قله‌های بلند و جوان کوه منگشت، به صورت ستیغهای تیز و مضرس است که به طور عمده از تشکیلات آهکی

مقدمه:

پیش از شروع گزارش صعود به کوهستان منگشت، اشاره به دو نکته ضروری است: اولین هدف از نوشتن این گزارش نکات سودمند و تجربیات حاصل از رخدادهاست و اینکه در برنامهریزی صعود به کوهستان، علاوه بر ویژگیهای جغرافیای طبیعی (پیکر یا ریخت زمین، توپوگرافی، آب و هوا و ...) کوهستان، باید خصیصه‌های اجتماعی و فرهنگی مردم منطقه را نیز در نظر گرفت. نکته دیگر، تصور قبلی از کوهستان است که گاه این تصورات فاصله زیادی با واقعیت دارد و ممکن است مشکل ساز شود و انسان را از تصمیمگیری درست باز دارد.

براساس گفته‌ها و مطالعاتی که در مورد این کوهستان داشتیم، صعود به آن، ویژگی و جلوه خاصی برایم داشت و یکی از آرزوهایم بود. همیشه در ذهن خویش تصوراتی گوناگونی از این کوهستان داشتیم: کوهی که در طول تاریخ محل یاغیها بوده است؛ چشم‌انداز و دورنمای سترگ و باشکوه آن با توجه به اختلاف ارتفاع زیاد در فاصله‌ای کوتاه و پرتگاهها و دیواره‌های فراوان و ...

سرانجام، با پیشنهاد به دو تن از دوستان کوهنورد (هادی و ناصر فوقانی) و موافقت آنها، امکان رفتن به منطقه فراهم گردید. پس از تهیه نقشه‌ای از این منطقه و گردآوری اطلاعاتی در مورد کوهستان منگشت و چگونگی حرکت به آنجا، قرار بر این شد که مدت برنامه ۵ روز و شروع آن از صبح پنجشنبه مورخ ۱۳۷۸/۱/۱۲ باشد.

در ساعت ۷ صبح روز مقرر، در محل ترمینال آزادی شهرکرد واقع در دروازه فارسان گرد آمدیم. مسیر حرکت از شهرکرد به طرف ایزده بود. ابتدا قصد داشتیم از سمت جبهه شمالی این کوهستان قله را صعود و سپس به طرف ایزده حرکت کنیم. اما در حین حرکت به سمت ایزده در داخل اتوبوس با توجه به نظر دوستان کوهنورد، قرار بر این شد که قله مرکزی کوهستان منگشت را از جبهه جنوبی بالا برویم و از سمت شمال این کوه پایین بیاییم و به سمت ایزده پیاده‌وری کنیم.

پس از گذشت حدود ۳/۵ ساعت از حرکت اتوبوس به سمت جنوب، قله‌های سفیدپوش این کوهستان از دور نمایان شد. کوهستان منگشت، رشته‌ای به طول ۶۰ کیلومتر است و جهت عمومی

داشت. از جمله ویژگیهای این دره، علاوه بر جلوه‌های طبیعی، کپر‌ها و آغل‌های تابستانی عشایر و گسترش باغهای گردو با شیوه‌های آبیاری نو است. رودخانه تقریباً تا میانه دره به سمت جنوب شرقی ادامه دارد و از این قسمت به طرف جنوب جریان می‌یابد و از تنگی عمود بر جهت عمومی کوهستان می‌گذرد. حدود ساعت ۱۱ به این قسمت رسیدیم، اما چون در آن موقع از سال، آب زیاد بود عبور از کف تنگ برای ما امکانپذیر نبود. به همین دلیل مسیر خویش را به سمت جنوب شرقی ادامه دادیم. از نظر طبیعی، بخش جنوب شرقی بسیار شبیه به قسمت شمال غربی بود و تقریباً حالت تقارن داشت. در کنار رودخانه، جای پای حیوانات وحشی دیده می‌شد که دوستان می‌گفتند جای پای خرس و گراز است. به هر حال از خود حیوانات خبری نبود. در حین حرکت در زیر درختان بلوط، یکی از دوستان که پیشاپیش می‌رفت، ناگهان برگشت و با انگشت اشاره، یک مار بزرگ را که در حدود ۱/۵ متر طول داشت به ما نشان داد. و در واقع این بخش از دره، طبیعت وحشتری داشت.

در حالی که به سمت گردنه‌ای که از دور نمایان بود، حرکت می‌کردیم، از بخش میانه دره گندمکار به بعد، هیچ‌گونه اطلاعی از چگونگی مسیر پیش رو نداشتیم، چرا که از این قسمت، از نقشه‌ای که داشتیم خارج شده بودیم. اگرچه می‌دانستیم که حرکت به طرف جنوب شرق، موازی با جهت عمومی کوهستان است و چه بسا کیلومترها امتداد پیدا کند، با این حال چون هوا خراب بود، عبور از خط‌الرأسها (جنوب غرب یا شمال غرب) با پرتگاهها و

فروردین، هنوز هوا ابری بود. ساعت ۷ صبح دره را به سمت جنوب شرقی، موازی با جهت عمومی کوهستان منگشت ادامه دادیم. این دره بین دو کوه سفید و سید ارزانی، به صورت پیشکوه‌ها و کوهستان منگشت با جهت شمال غرب جنوب شرق قرار گرفته است، دره‌ای بسیار سرسبز و زیبا که رودخانه‌ای در کف آن جریان دارد. قله‌های سفیدپوش منگشت از دور نمایان بود. پوشش گیاهی جنگل، بلوط و زیر آن سراسر پوشیده از گیاهان و گل‌های زیبا بود. پرتگاههای بلند در بسیاری از جاها خودنمایی می‌کرد. در برخی از قسمت‌ها، بستر کناری رودخانه به صورت دیواره‌های عمودی و گاهی با شیب معکوس و عمیق، مناظر شگفت‌انگیزی به وجود می‌آورد. طول این دره حدود ۱۵ کیلومتر بود و ما آن را تا ساعت ۴ بعد از ظهر پشت سر گذاشتیم. در این ساعت ما در گردنه‌ای به ارتفاع ۲۷۸۰ متری بودیم. گردنه مذکور در بین کوه سیدارزانی و کوهستان منگشت بود. قابل اشاره است که خط برف در دامنه شمالی از ارتفاع حدود ۲۳۰۰ متری و در دامنه جنوبی از ۲۴۰۰ متری کشیده شده بود. شیب دره پس از آن، یعنی دره گندمکار بسیار ملایم بود و ما بعد از حدود چهار ساعت حرکت در روی برف به انتهای برف در ارتفاع حدود ۲۴۰۰ متری رسیدیم و در همان جا چادرمان را در کنار رودخانه برپا کردیم و پس از دو شب بارانی، شبی با آسمان صاف و سرد را گذرانیدیم.

روز چهارم برنامه، یعنی پانزدهم فروردین، ساعت ۷:۳۰ صبح حرکت خود را به طرف جنوب شرقی ادامه دادیم. شیب بسیار ملایمی



کوه چپوه

سمت روستای «مال آقا» رفتیم. روستای مال آقا در ۲۰ کیلومتری شمال غرب روستای قلعه تل قرار داشت و تقریباً نیمی از مسیر در ادامه جلگه ایذه - باغملک به طرف کوهستان منگشت قرار داشت و آنگاه وارد پیشکوه‌های منگشت می‌شد. نزدیک ساعت ۳ بعد از ظهر در روستای مال آقا از تاکسی تلفنی پیاده شدیم. هوا ابری بود و رطوبت نسبی بالایی داشت مال آقا در دره‌ای به شکل V و در ارتفاع ۱۰۵۰ متری از سطح دریا قرار گرفته است. در شمال روستا، علاوه بر دره اصلی که به سمت جنوب شرق کشیده می‌شود، تنگی به سمت شمال شرق ادامه می‌یابد. پوشش گیاهی منطقه جنگلی و در این موقع از سال سبز و خرم است که ترکیب آن با رودخانه کوره و تنوع لبه‌ها و پرتگاهها، به ویژه در تنگ کوره، چشم‌اندازهای بسیار بدیع و زیبایی را به وجود آورده است.

ابتدای صعود ما از روستای مال آقا به سمت تنگ شمال شرقی شروع شد و پس از ۱/۵ ساعت از تنگ عبور کردیم و در ابتدای تنگی دیگر، حدود ساعت ۴:۴۵ نهار خوردیم و سپس حرکت خویش را ادامه دادیم. با توجه به بارشهای چند روز گذشته و ذوب برفها، سطح آب در تنگ مذکور بالا و عبور از آن مشکل بود، بنابراین از دامنه جنوب غربی تنگ بالا رفتیم، اگر چه که شیب آن بسیار زیاد بود. پس از حدود ۲ ساعت، ۴۵۰ متر صعود کردیم و چون به مکان مورد نظر نرسیدیم در ساعت ۷:۳۰ در جایی به مساحت ۱۵ متر مربع که تقریباً هموار بود، تصمیم به شب‌مانی گرفتیم. ارتفاع حدود ۱۷۵۰ متر بود و با نزدیک شدن روز به انتها و کاهش دما، تراکم ابرها بیشتر می‌شد. آتش مختصری روشن کردیم و به دلیل اینکه از وجود آب در مسیر، حداقل تا ارتفاع ۲۷۰۰ متری اطمینان نداشتیم، در مصرف آب صرفه‌جویی و از خوردن شام نیز صرف‌نظر کردیم. ساعت ۸:۳۰ شب رگبارهای پراکنده شروع به بارش کرد. از ساعت ۱۲ تا حدود ساعت ۲ بامداد روز سیزدهم بارش باران به همراه رعد و برق بسیار شدید، کیسه خواب و تمام وسایل و به قول معروف جسم و جانمان را خیس کرد و مجبور شدیم تا صبح بیدار بمانیم و در کنار آتش، وسایل خویش را خشک کنیم. البته بارش تا صبح به صورت رگبارهای پراکنده ادامه داشت. در مجموع وضعیت بد و آشفته‌ای پیدا کردیم. صبح حدود ساعت ۹:۳۰ با توجه به بدی هوا تصمیم گرفتیم از ادامه صعود خوداری کنیم و بایین آمدیم. فرود ما با توجه به شیب بسیار زیاد دامنه، حدود سه ساعت طول کشید. نیمروز باقیمانده سیزدهم در شب را در شمال تنگی که به روستای مال آقا می‌رسید به استراحت و گشت و گذار پرداختیم. روز سوم برنامه، یعنی روز چهاردهم

دیواره‌هایی که از دور مشخص بود در آن شرایط برای ما امکانپذیر نبود.

در نیمه دوم روز چهارم برنامه، نزدیک ساعت ۲ بعدازظهر در حالی که حدود ۱ ساعت باگردنه فاصله داشتیم، در منطقه‌ای که آن را لون بهاره می‌نامیدند به ۳ نفر برخورد کردیم. خوشحال شدیم، زیرا می‌توانستیم اطلاعاتی درباره منطقه و مسیر از آنها به دست آوریم. این ۳ نفر از اهالی روستایی در جنوب کوه لیرابی بودند و برای چیدن کرفس کوهی به منطقه آمده بودند. آنها گفتند که نزدیکترین روستا در مسیر ما، روستای سرتنگ لیرابی است که حدود سه ساعت با آن فاصله داریم. پس از کمی گفتگو و سؤالهای زیادی که از همدیگر پرسیدیم، از آنها جدا شدیم و به سمت گردنه راه افتادیم. پس از نیم ساعت حرکت، برای نهار توقف کردیم. دو نفر از همان کرفس چینان نیز ما را همراهی کردند. هنوز ده دقیقه از حرکت ما پس از نهار نگذشته بود که داد و فریاد یکی از آن دو نفر، به همراه دو نفر دیگر ما را از حرکت بازداشت. سپس یک نفر از آنها که خود را نگهبان منابع طبیعی معرفی می‌کرد، شروع به پرسش سؤالهای واهی از ما کرد؛ چرا به کوه ما آمده‌اید؟! چرا این موقع از سال به کوه ما آمده‌اید؟ شما باید از مسیری که آمده‌اید برگردید و ... در همین اثنا، چهار نفر دیگر از کرفس چینان نیز به ما نزدیک شدند. یکی از آنها تفنگ داشت و بقیه قهوه‌ها و تیشه‌های کرفس چینی در دست داشتند. کسی که خود را نگهبان منابع طبیعی معرفی کرده بود، کارتهای شناسایی ما را گرفت و در حالی که معلوم بود به مشخصه‌های آنها توجهی ندارد، همین‌طور سؤالهای عجیب خود را برای چندمین بار می‌پرسید و حداقل کوله پشتیهای ما را سه بار بازرسی کرد. قابل ذکر است که آنها ابتدا قصد اعمال خشونت داشتند، اما واکنش آرام ما آنها را از این کار برحذر داشت. سپس جیبهای ما را بازرسی کردند و وقتی چشم آنها به پول (حدود ۳۴ هزار تومان) دوستان هم‌نورد افتاد، شروع به بهانه‌گیری کردند که شما باید جریمه بدهید. به هر حال حدود سی هزار تومان پول نقد، یک ساعت و یک چراغ قوه از ما گرفتند و نزدیک به سه ساعت وقت ما را تلف کردند. پس از این رویداد، حدود ساعت ۸ شب به حرکت خویش ادامه دادیم. قابل اشاره است که ما در حین این اتفاق، بیش از یک ساعت به طرف دره گندمکار برگشته بودیم. در حالی که تا ساعت ۱۲ شب به سمت روستای سرتنگ لیرابی می‌رفتیم، گردنه را پشت سر نهادیم و به دلیل خستگی زیاد و نامشخص بودن مسیر، در کنار رودخانه توقف کردیم و حدود چهار ساعت به استراحت پرداختیم. در تمام طول مسیر شبانه و حتی چند روز پس از آن، در

بسیاری از مواقع به این حادثه فکر می‌کردم و دوست داشتم این موضوع را در ذهن خویش تشریح کنم و علل آن را دریابم و ذهن آشفته‌ام را سامان دهم. سؤالها و نکات بسیاری را مرور کردم از جمله اینکه آیا باید مقاومت می‌کردیم و عکس‌العمل تهدیدآمیز و همراه با خشونت نشان می‌دادیم؟ اگر این کار را کرده بودیم، چه اتفاقی پیش می‌آمد؟ آیا اموالی که گرفتند، ارزش آن را داشت که در برابر آنها مقاومت کنیم؟ این افراد چه کسانی بودند؟ چرا دست به این کار زدند؟ رفتار و شخصیت آنها چگونه شکل گرفته بود؟ آیا مشکلات اقتصادی آنها را وادار به این کار کرده بود یا شرایط طبیعی، اجتماعی، فرهنگی، تاریخی، سیاسی، جغرافیایی و یا خصیصه‌های ذاتی و یا تبعیضها و ... باعث این رفتار گردید؟ گیاه کرفس و درآمد ناشی از آن چه نقشی داشت؟ و ...؟؟؟

شاید مقصر اصلی ما بودیم که می‌خواستیم بدون هزینه از منطقه و کوهی که متعلق به آنها بود، بگذریم. به هر حال، شرح برخی از ویژگیها و وضع زندگی آنها، ممکن است پاسخهای زیادی برای ما داشته باشد.

چهره‌های آنها آفتاب سوخته، لاغر و تقریباً بلند قد بودند. ریشی کوتاه داشتند و سر خود را با دستمالی بسته بودند. چند کلبه کوچک در دشتک لون بهاره ساخته بودند. در سال حدود دو ماه، از اواخر اسفند تا اوایل اردیبهشت برای چیدن کرفس کوهی و قارچ به منطقه مذکور می‌آمدند. کرفس کوهی را از دامنه‌های قله قارون می‌چیدند و آن را به سمت شمال شرق و شمال، یعنی روستای بارز در استان چهارمحال و بختیاری می‌بردند. و با کمک واسطه‌ها به لردگان و شهرکرد می‌فرستادند. لازم به اشاره است که منطقه مذکور (لون بهاره) جزء استان کهگیلویه و بویر احمد است و به نقل از اهالی، منابع طبیعی جلوی عبور آنها را از استان کهگیلویه و بویر احمد می‌گیرد. اهالی تعریف می‌کردند که بارها بر سر چیدن کرفس و قارچ بین کرفس چینان از روستاهای گوناگون اختلافهایی به وجود آمده است و حتی چند نفر جان خویش را از دست داده‌اند.

به هر حال، صبح روز پنجم، ساعت ۴ صبح در نور مهتاب، حرکت خود را به سمت جنوب شرق در امتداد رودخانه لیرابی ادامه دادیم و در حدود ساعت ۸ صبح وارد روستای سرتنگ لیرابی شدیم. به اصرار یکی از اهالی به نام مری خان به خانه او رفتیم. یک اتاق ۶×۵ متر که نیمه بالای آن فرش شده بود. یک بخاری هیزمی در میان اتاق قرار داشت. داخل اتاق تاریک بود و تنها از دو پنجره کوچک کمی نور وارد اتاق می‌شد. از وسایلی که معمولاً در خانه‌های شهری و یا روستایی وجود دارد، خبری نبود. تنها یک رختخواب در بالای اتاق بود.

صاحبخانه ما را به بالای اتاق راهنمایی کرد و بلافاصله از بهترین غذای موجود در خانه، یعنی نان با ماست برای ما آورد. در حین پذیرایی، سؤالهای زیادی از ما کردند که بیشتر آنها را هادی پاسخ داد. پس از خوردن صبحانه، سؤالهای ما از منطقه و وضعیت زندگی آنها شروع شد. ما که ابتدا قصد عبور از تنگ لیرابی را داشتیم، با توجه به گفته مری خان که آب تنگ بالاست و نمی‌توان از آن عبور کرد و بهتر است به سمت روستای بارز بروید، از حرکت در این مسیر صرفنظر کردیم.

ایشان همچنین دابی خویش به نام خداداد را که از بزرگان روستا بود برای راهنمایی ما معرفی کرد. پس از جدا شدن از مری خان و حرکت به سمت خانه خداداد، فرصتی پیش آمد تا روستا را بهتر ببینیم.

روستای سرتنگ لیرابی، به صورت یک روستای خطی در طول دامنه جنوبی کوه قارون کشیده شده است و خانه‌ها منفرد و با فاصله از هم قرار گرفته‌اند و بیشتر خانه‌ها دارای یک یا دو اتاق است. در خانه خداداد حدود یک ساعت به گفتگو مشغول بودیم و با اینکه گفتیم که صبحانه خورده‌ایم، با این حال از بهترین خوراکی موجود در خانه، یعنی نان و ماست برای ما آوردند. اسرار عجیبی داشتند که مشکلات روستای آنها به گوش افراد مسئول برسد. ایشان از نبود جاده می‌گفتند که چه مشکلاتی به وجود آورده است و برای مثال، خداداد رو به یکی از جوانهای نزدیک ما که لباس سیاه پوشیده بود کرد و گفت که پدر ایشان، یعنی برادرم، چند ماه پیش بر اثر درد آپاندیس، به دلیل نبودن جاده در بین راه جان سپرده است. برای ما از نرسیدن آرد در فصول سرد گفتند و اینکه چگونه از بلوط آرد تهیه و از نان آن استفاده می‌کنند. آنها نقل می‌کردند که روستا از امکانات درمانی، آب بهداشتی، برق و دیگر خدمات بهره‌ای نبرده است. به نظر می‌رسید که برخی از خانه‌های روستا نیز در معرض خطر بهمین است. آنها می‌گفتند که زمستانهای پر برف، حتی ارتباط خانه‌ها نیز قطع می‌شود. پسرهای خداداد از کارگری در فصل تابستان در شهرهای بزرگ، نظیر اصفهان تعریف می‌کردند و از امکانات و جاذبه‌های شهری می‌گفتند. حرفهای آنها حاکی از احساسی دردآلود بود. با تمام این احوال، از هیچ‌گونه کمکی که ما دریغ نکردند. یکی از پسرهای خداداد کوله‌پشتیهای ما را بار خر کرد و ما را تا گردنه بالای روستای بارز (حدود ۲ ساعت فاصله) رساند. از آنجا تا بارز نیز ۲ ساعت طول کشید و ما حوالی ساعت ۴ به روستای بارز رسیدیم و از آنجا با یک نیشان به طرف لردگان و سپس شهرکرد حرکت کردیم. Δ

دُرْفَک



گزارش از نشریه کوهپاران گیلان (۱)
عکس از حمید مساعدیان

نیم ساعت با سی‌سرا فاصله دارد، به یک دوراهی می‌رسیم. مسیر مستقیم به تی‌تی‌سرا و مسیر سمت چپ به کفترخانی منتهی می‌گردد. از اینجا در مسیر سمت چپ به حرکت ادامه می‌دهیم و بعد از حدود ۴۵ دقیقه به کفترخانی که در منطقه بازی قرار گرفته است و چند کلبه در آن قرار دارد می‌رسیم. بین تی‌تی‌سرا و کفترخانی، شیاری پوشیده از سنگ‌های ریزشی وجود دارد که سفیدی سنگ‌های آن از آلوکله نیز قابل رویت است. برای رسیدن به کفترخانی، از عرض شیار عبور می‌کنیم. در ابتدای کفترخانی و در مسیر کوره‌راهی که ما را به آن می‌رساند، چشمه‌ای زلال قرار دارد. روبه‌روی کلبه‌های کفترخانی، غاری وجود دارد که تک درختی در ورودی آن رویده است. این غار، حدوداً در ارتفاع ۲۵ متری از پایین دیواره قرار دارد و دسترسی به آن، از پایین بدون وسایل فنی ممکن نیست. برای رسیدن به قلّه از کفترخانی نیز می‌گذریم و روی شیب ملایمی که کفترخانی در آن قرار دارد، از روبه‌روی کفترخانی بالا می‌رویم و جلوتر، کوره‌راهی دیگر پیدا می‌کنیم. در مسیر کوره‌راه، پس از گذر از شیبی نسبتاً تند، ولی نه زیاد طولانی، باید از شکاف بین دو سنگ گذر کنیم. که این شکاف «تنگ بَره» نام دارد. بعد از گذر از تنگ بَره که تا کفترخانی حدود ۳۰ دقیقه فاصله دارد، به منطقه‌ای بازتر با شیبی متوسط می‌رسیم. بالاتر از این منطقه «آشتیف» قرار دارد که دارای چشمه‌ای با آب بسیار سرد و گواراست. با ادامه مسیر به طرف بالا و به فاصله یک ساعت تا ۷۵ دقیقه از «آشتیف» به نقطه‌ای مشرف به کاسه درفک خواهیم رسید.

(۱) ارسال گزارش توسط گروه کوهنوردی آرش رشت. ▲

گذشتن از کُردسرا و عبور از عرض رودخانه، به مسیری مالرو وارد می‌شویم که ابتدای آن را از دو طرف، درختان احاطه کرده‌اند. پس از مقدار کمی پیشروی، جاده در کناره یک شیب قرار می‌گیرد. به فاصله یک ساعت از شروع حرکت از کُردسرا، در این جاده به دهکده‌ای کوچک به اسم «آلوکله» می‌رسیم.

از میان جاده کنار این روستا، تمام مسیر را تا رسیدن به قلّه می‌توان نظاره کرد.

منظره اغواگر درفک با دیواره بسیار زیبایش، از این سمت پیش چشمان مشتاق کوهنوردان قرار می‌گیرد و در دورها، و در آنجا که جنگل به پایان می‌رسد، دهکده‌ای قابل رویت است که «تی‌تی‌سرا» می‌نامندش. اگر در آلوکله قرار داشته باشیم، تی‌تی‌سرا در سمت شمال با زوایه‌ای برابر ۱۳۵ از چپ قابل رویت است.

جاده مالرو را ادامه می‌دهیم تا جایی که جاده قطع شود. در انتهای جاده، تخته‌ای در سمت چپ برای عبور از یک نهر - قرار دارد که باید از آن گذر کنیم و از یال سمت چپ نهر بالا برویم. در اینجا نیز کوره‌راهی دیده می‌شود که از میان منطقه‌ای با انبوهی از درختان راش می‌گذرد. با طی یک مسیر ۱۵ دقیقه‌ای بر روی همین یال، به منطقه‌ای می‌رسیم که از سبزه پوشیده شده است و سه کلبه در آن وجود دارد. اینجا به «سی‌سرا» معروف است. از سی‌سرا نیز می‌گذریم و کوره‌راه را باز در جنگلی انبوه ادامه می‌دهیم. در سمت راست محل عبور، دره‌ای قرار دارد که به «خرسرا» معروف است. در ادامه مسیر صعود از سی‌سرا و در جایی که از نظر زمانی در حدود

دُرْفَک نام یکی از قلّه‌های زیبای گیلان است که با ارتفاع ۲۷۰۵ متر در مسیر جاده رشت - قزوین، در منطقه امامزاده هاشم و در شرق رودخانه سفیدرود با مختصات "۳۶°۵۴'۱۷ شمالی و "۴۹°۱۱'۱۳ شرقی قرار دارد.

وجود جنگلی انبوه و چشم‌اندازی بی‌نظیر از فراز قلّه، همراه با دیدار از بخش کاسه این قلّه، که شاید یکی از بزرگترین دهانه‌های آتشفشانی ایران باشد، خانه‌های سنگی چوپانان و همچنین غاری که در تمام فصول سال انباشته از برف و یخ است، مجموعه‌ای را پدید می‌آورد که همه ساله، پذیرای مشتاقان طبیعت و کوهنوردان سراسر کشور است.

با هم برای صعود از یک مسیر زیبا به قلّه درفک، از جبهه شمالی مسیر کُردسرا - کفترخانی همراه می‌شویم. به منظور دسترسی به جبهه شمالی درفک، در واقع باید از گوشه شمال غربی آن، یعنی روستای شهر بیجار حرکت را آغاز کنیم. شهر بیجار، روستایی بزرگ و آباد در کناره شرقی سفیدرود است. برای رسیدن به شهر بیجار، ابتدا باید از پُل رودخانه سفیدرود که نزدیک به امامزاده هاشم در کیلومتر ۳۵ جاده رشت - قزوین قرار دارد عبور کنیم. از اینجا تا روستای کُردسرا که آخرین محل عبور وسیله نقلیه است، حدود یک ساعت راه باقی است. این مسیر، جاده‌ای خاکی، ولی نسبتاً مطلوب است که از سمت راست یک دوراهی در داخل روستای شهر بیجار آغاز می‌گردد. در میانه راه یک دوراهی قرار دارد که در یک طرف آن، یعنی مسیر سمت راست، پُلی - قرار گرفته است. مسیر حرکت با عبور از روی پُل ادامه می‌یابد. کُردسرا آخرین محل عبور وسیله نقلیه و روستایی پراکنده است که در کنار یکی از شاخه‌های رودخانه شهر بیجار قرار گرفته است. حرکت پیاده به قصد درفک از اینجا آغاز می‌شود. با

توفان

آنجا که سنگ گورستان دریچه‌ای به سوی زندگی است

حسن وجدان خوش

بعلاظهر پس از برخورد با یک خرس و مشاهده‌ی تعدادی بز وحشی به پاسگاه شیخ عطار رسیده پس از گرفتن نشانیهای لازم به سوی مقصد تغییر جهت دادیم. از اینجا به بعد هیچ علامتی دایر بر وجود جاده‌ای که ما را به مقصد راهنمایی کند وجود نداشت.

همه جای کوهستان و جنگل پوشیده از برف بود به زودی، شب؛ پرده‌ی سیاهی بر سر گیتی کشید. همراه با تاریکی زودرس شب‌های زمستان، انبوهی از ابرهای تیره بر پهنه‌ی آسمان گسترده شد و یگانه راهنمای ما یعنی ستارگان را نیز از نظرمات پنهان ساختند. از صبح آن روز در انبوهی از برفهای مذاب راه‌پیمایی کرده بودیم. پوتین - جوراب - گتر و شلوارهای ما تا زانو آب کشیده و اکنون که سردی چندش‌آور هوا همه‌ی آنها را به یک پارچه یخ تبدیل کرده و نیز برفها زمین را به صورت قشری از یخ درآورده، راه‌پیمایی در آن یخبندان شدید با لباسهای یخ زده - تاریکی شب و نداشتن هیچگونه راهنما یا علامتی به صورت مسابقه‌ی مرگ درآمد بود مانند اینکه طبیعت نیز با ما سر جنگ دارد. به زودی باد سردی وزیدن آغاز کرد و همراه این باد، برف به شدت شروع به باریدن نمود - تازیانه‌ی باد بر پیکر عریان درختان فرود می‌آمد و همراه با ناله‌ی دردناک ترکه‌های نازک، زوزه‌ی چندش‌آور گرگهای گرسنه‌ای که در آن شب هراسناک بوی انسان به مشامشان رسیده بود، وحشت و ترسی در دل رهروان شب به وجود می‌آورد - ساعتها به کندی سپری می‌شد. راه‌پیمایی در زیر ریزش مداوم برف و تازیانه‌ی بی‌رحم باد، ادامه داشت. تفنگها را حمایل کرده و هیچیک از ما را توان آن نبود که دست از جیب خارج کرده و با فلز سلاح تماس دهد؛ زیرا بیم آن می‌رفت که آن دست یخ‌زده دیگر قابل استفاده نباشد. کلاه‌گوشی‌ها و کلاه را گذارده و یقه‌ی پالتو که بالا زده شده بود تا حدودی از نفوذ برف و سرما در سر و گوش و گردن جلوگیری می‌کرد اما چشمها - بینی - چانه به نظر می‌رسید مانند مجسمه‌های سنگی است که قدرت هرگونه حرکت را از دست داده‌اند. به هر طرف نگاه می‌کردیم جز انبوه برف و شاخه‌های عریان درختان که ناله‌کنان به چپ و راست خم می‌شدند چیزی دیده نمی‌شد و گوش ما تنها آوای شوم ناله‌ی باد و زوزه‌ی گرگان را می‌شنید ناگهان گروهبان که پیشاپیش ما، ره می‌سپرد از حرکت بازماند. پشت سرش من ایستادم از زیر ابروانش که یخ زده بود او را به صورت پیری کهنسال، جلوه می‌داد. نگاه یخ زده‌اش را به من دوخت و با صدایی حاکی از یأس و نومیدی گفت مثل اینکه راه را گم کرده‌ایم. هنگام ادای این جمله بخاری که از دهانش متصاعد می‌شد چهره‌اش را می‌پوشانید. من و دو سرباز دیگر نسبت به آن منطقه ناآشنا تر از آن بودیم که بتوانیم اظهار عقیده‌ای بنماییم با این وجود من گفتم اگر ستارگان بودند می‌توانستیم جهت را پیدا کنیم یکی از سربازان گفت پیدا کردن جهت آسان است - از روی خزه‌ایکه بر بدنه‌ی درختان کهنسان می‌روید می‌توان جهت را یافت هنگام ادای این جملات

زمستان سال یکهزار و سیصد و بیست و هفت یکی از شیرین‌ترین و پرماجرترین دوران زندگی من بود. در آن زمستان سخت من سربازی بودم قوی و بانشاط که به مناسبت داشتن سواد کافی و بنیه‌ی قوی به سمت نویسنده‌ی پاسگاه باغ‌خان انتخاب شده بود.

این پاسگاه تقریباً در بیست و چهار کیلومتری جنوب مریوان در کنار جاده‌ی مریوان - سنندج و زیر گردنه‌ی معروف گاران بر روی قله‌ی کوهی پوشیده از جنگلهای انبوه بلوط قرار داشت. زیر پای ما، دهکده‌ی (ماخان) باغ‌خان همچون لکه‌ی سیاهی بر دامن سبز جنگل و در کنار آن جاده‌ی مریوان - سنندج بسان ماری به سوی قلل افراشته، بیچ و تاب خورده و سرانجام در آغوش جنگل انبوه و دره‌های ژرف ناپدید می‌شد. من در هیچ نقطه‌ی دیگر طبیعت را آنچنان وحشی و دلپذیر ندیده‌ام. در اطراف پاسگاه تا چشم کار می‌کرد قلل شامخ، مستور از جنگلهای انبوه که شاخه‌های لخت درختان به تک برگهای زرد و قهوه‌ای مزین شده و بر شیب‌های تند و هراس‌انگیز، سپیدی برف تازه و سبزه‌های رنگ باخته، نقاشی دلپذیری به وجود آورده بود. در عمق دره رودی پر آب، کف بر لب، پیکر سیمابگون خود را بر تخته سنگها می‌کوفت و در تیرگی فشرده‌ی هر گوشه از جنگل، حیوانات وحشی سکنی داشتند. من طی چهار ماه و نیم اقامت در جنگل با خرسهای کوچک و بزرگ، گرازهای درشت اندام - گرگهای درنده و دسته‌های کبک، بسیار برخوردیم.

ما یازده نفر بودیم - گروهبان - یکنفر سرجوخه - یک سرباز یکم و هشت نفر سرباز - گاهی اوقات مأموریتهایی در دهکده‌های اطراف می‌یافتیم و چون من نویسنده‌ی پاسگاه بودم وجودم در همه مأموریتها مورد لزوم بود. در یکی از روزهای اواخر بهمن ماه به پاسگاه ما مأموریت داده شد به دهکده‌ی (حسن قره) واقع در جنوب شرقی باغ‌خان رفته و به یکی از اختلاف‌های کوچک محلی که ممکن بود به اختلاف بزرگتری منجر شود، رسیدگی کنیم. ذکر این نکته لازم است که چون محل مزبور جزء مناطق نظامی بوده و انتظامات آن نیز به عهده‌ی مرزداران است وظیفه‌ی ما بود که تا حدود امکان به اختلاف‌های کوچک رسیدگی نماییم.

هر پاسگاه بسته به اهمیت، دارای یک یا چند مأمور محلی بود که به خوبی به تمام کوره راههای جنگل و کوهستان آشنایی داشته و مأمورین انتظامی، هنگام مأموریتها در صورت لزوم از افراد مزبور به عنوان بلد استفاده می‌نمودند.

(حَمَد) مخفف محمد نیز مأمور پاسگاه ما بود که چون دچار کسالت گردید نتوانست همراه ما بیاید لذا گروهبان، من و دو نفر سرباز دیگر تصمیم گرفتیم از طریق گردنه‌ی گاران تا پاسگاه شیخ عطار که راه مشخصی داشت رفته و از آنجا با راهنمایی پاسگاه مزبور و افراد محلی به دهکده‌ی مورد نظر برویم؛ صبح زود هر یک پس از برداشتن اسلحه و اندکی آذوقه به راه افتادیم به حوالی چهار بعد

دندانهایش چنان بهم می خورد که بیم شکستنشان می رفت. گروهیان خنده‌ی تلخی کرد و گفت اگر در این توفان هولناک چشمه‌ای جایی را می بینید حفره‌ای پیدا کن. من گفتم توقف ما با مرگ یکی است اگر چند لحظه‌ی دیگر ادامه یابد نخواهیم توانست کنترل اعصاب خود را حفظ کنیم بهتر است به راه ادامه دهیم سرانجام صبح خواهد شد. به راه افتادیم ساکها خالی و شکمها گرسنه قدرت و انرژی ما به درجه‌ی صفر نزدیک می شد - به زحمت تنها برای گریز از سرما و مرگ به راه پیمایی ادامه می دادیم. هنگام صعود از هر شیب عرق مختصری بر پشت ما می نشست و در رسیدن به ارتفاع و قرار گرفتن در مسیر مستقیم باد سرمای چندش آوری تا مغز استخوان نفوذ می کرد. با خود می اندیشیدم هرگز صبح نخواهد شد و طلیعه‌ی بامدادی را، حرارت حیات بخش خورشید را احساس نخواهم کرد و این راه هیچگاه به جایی منتهی نخواهد شد. ساعتها به کنده‌ی می گذشت و ما همچنان به راه بی سرانجام خویش ادامه می دادیم به احتمال زیاد، دهکده‌ی مورد نظر را گم کرده ایم و اگر توان می داشتیم می باید ساعتها دیگری به راه پیمایی ادامه بدهیم. درختان جنگلی چون اشباح ترسناکی در راه ما صف کشیده دانه‌های برف به تندی در میان شاخه‌های عربان، پیچ و تاب می خوردند. پاهای یخ زده‌ی ما به اشکال پیکر خسته و ناتوانمان را بر روی برفی که هر لحظه انبوهتر می شد می کشید.

ناگهان احساس کردم دستی بر شانهم نهاده شد، سربرگردانیدم اما کسی را ندیدم لیکن سنگینی دست را همچنان بر شانهم احساس کردم به حدی که راه رفتن با وجود چنان بار گرانی محال می نمود در آنحال از خلال زوزه‌ی وحشیانه باد، زمزمه‌ای پرده‌های گوشم را نوازش داد. با صدایی به لطافت و نرمی گل‌های بهاری می گفت از این راه مرو با من بیا - بار دیگر سربرگرداندم، خیر کسی نبود، تنها دوستان من به فاصله‌ی چند قدم سر را در یقه‌ی پالتو فرو برده به اشکال قدم برمی داشتند ناگهان شبح او را دیدم - پرسیدم آه ... تو هستی؟! لیکندی دلپذیر لبانش راگشود، لبخندش وسوسه‌ام می کرد ... من هستم. با من بیا راحت و آرامش جاودانی را به تو هدیه می کنم مرگ آسایش دلپذیری است.

قلبم لرزید، حرارتی فوق تصور در خود احساس کردم، با حرکتی شدید شانهم را از زیر پنجه‌های استخوانی و سنگینش خلاص کردم و با غرور بانگ زدم، نه من اکنون از تو نیرومندترم، برای اینکار فرصت زیادی هست - هر وقت از تو ضعیف تر شدم نوای وسوسه‌انگیزت را به گوشم فروخوان و دست سنگینت را بر شانهم بگذار - من حالا از تو قویترم و می خواهم به زندگیم ادامه دهم.

همچنان به راه خود ادامه می دادیم پس از آن فریاد که هرگز از لبانم خارج نشد و تنها در درونم خروشیده بود دیگر زمزمه‌ی او را به گوش و دست سنگینش را بر شانهم احساس نکردم - نیم ساعت بعد از جنگل خارج و از شیب ملایمی که با انبوهی از برفهای تازه پوشیده شده بود بالا رفتیم - بر پشت قوز کرده‌ی آن تپه، همچنانکه راه می سپردیم پایم به تخته سنگی که از زیر برف بیرون مانده بود گرفت دیگر آن اندازه نیرو نداشتم که از زمین خوردن خود جلوگیری کنم، به رو درافتاده و برفها صورتم را پوشانیدند به زحمت از جای برخاستم اما ناگهان زانو بر زمین زده و با دستهای یخ کرده برف را کنار زدم در زیر آن سنگ که عمودی به زمین فرو شده بود تخته سنگی افقی قرار داشت. گروهیان که بالای سرم ایستاده بود با لحنی بی تفاوت پرسید چیزی گم کردی؟ گفتم برعکس چیزی پیدا کرده‌ام.

سربازی که از سیبلهای آویخته‌اش قندیل‌های ظریف یخ آویزان شده بود با تمسخر گفت نکند آبادی را یافته باشی؟ گفتم اشتباه نکرده‌ای آبادی را پیدا کرده‌ام. آن دیگری که به نظر می رسید تحملش به پایان رسیده یک قدم پیش نهاد، کمی به

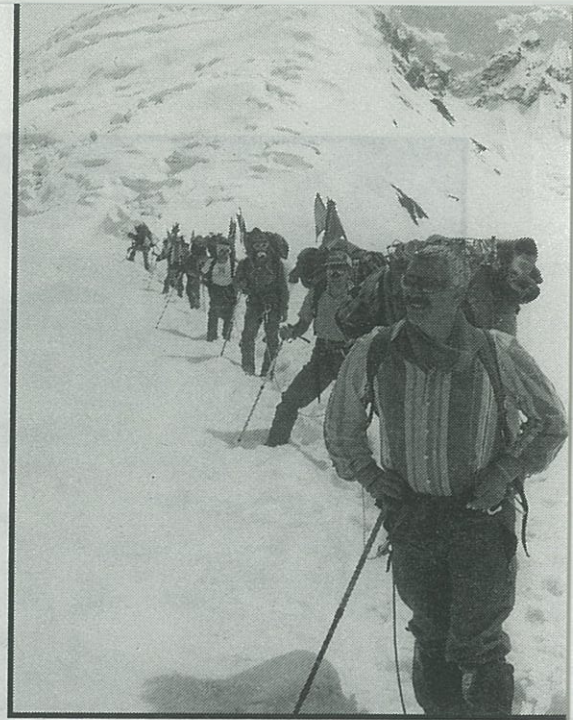


سنگ و اندکی به من خیره شد بعد با دلسوزی گفت این سنگ قبر است تو پناهگاه آخرت را پیدا کرده‌ای جوابی ندادم اطمینان داشتم که آنجا گورستان است.

به زحمت از جای برخاستم و بقیه‌ی تپه را پیشاپیش دیگران بالا رفتم - در آن سوی تپه کور سوی چند چراغ نوید وجود آبادی را می داد سربازیکه دیوانه‌ام خوانده بود با اشتیاق فریاد کشید آبادی ... و با عجله به سوی شیبی که به جانب دهکده‌ی پایین می رفت دوید، ولی چون پاهای یخ زده‌اش قدرت دویدن نداشت به زمین خورد و به سوی پایین غلطید و در انتهای دره پس از شکستن مقداری یخ نازک به داخل جوی آبی که در آنجا به آرامی جریان داشت افتاد.

چند سگ در حالی که به شدت عوعو می کردند به سوی ما آمدند و از نخستین کلبه مردی با فانوسی که بزحمت تیره گی مه‌آلود شب را می شکافت خارج شد.

در خارج از کلبه برف همچنان می بارید و باد توی دره‌ها پیچ و تاب می خورد. ما در کنار آتشی که میزبان برایمان افروخته بود به صرف فنجانی شیر و اندکی نان مشغول بودیم. سربازی که اینک سیبل‌هایش را رو به بالا تاب داده بود پرسید از کجا فهمیدی در این نزدیکی آبادی هست؟ گفتم این مطلب بسیار ساده‌ای است، هر کجا گورستان باشد آبادی نیز خواهد بود. در حقیقت برای ماگمشدگان، آن سنگ قبر، دریچه‌ای بود به سوی زندگی. Δ



حرکت از کمپ اصلی به طرف کمپ یک

پوبدا

۷۴۳۹ متر

فدراسیون کوهنوردی

مقدمه:

این قله که در مثلث مرزی چین، قزاقستان، قرقیزستان واقع است از لحاظ درجه بندی سختی در مقیاس روسها همانند مسیر نرمال قله ی اورست درجه بندی شده است.

- دارای یک خطالرأس به طول حدود ۵ کیلومتر در ارتفاع بین ۶۴۰۰ متر تا ۷۰۰۰ متر می باشد.

- این قله تا بحال از سمت چین طبق اخبار موثق صعود نشده است.

- این قله برای اولین بار در سال ۱۹۴۲ توسط یک گروه نقشه بردار شناسایی شد و قبل از آن قله ی خان تانگری را بلندترین قله ی منطقه می دانستند.

- اولین صعود به این قله در سال ۱۹۵۶ میلادی به طور موفق انجام شد که تا آن زمان

اکثر ۸۰۰۰ متری های دنیا فتح شده بود. - به دلیل سرمای بسیار زیاد و خطالرأس طولانی و طاقت فرسای پنج کیلومتری و هم چنین ریزش برفهای متعدد یکی از سخت ترین هفت هزار متری های دنیا می باشد.

- مسیر صعود نرمال آن مسیر شمال غربی می باشد.

- این قله با ۶ کمپ از قرارگاه اصلی در ارتفاعات: C₁: 4500 و C₂: 5000 و C₃: 5500 و C₄: 6400 و C₅: 6800 و C₆: 7000 صعود می شود.

نحوی انتخاب و اردوهای تیم ملی اعزامی به منطقه تیان شان

با فراخوان از ۳۰ نفر از کوهنوردان برتر کشور که در پنج سال اخیر در اردوهای هیئت های اعزامی (EXPEDITION) حضور داشتند شکل گرفت و در نهایت ۲۷ نفر در اردوها شرکت داشتند. این اردوها طی ۱۱ مرحله:

خطالرأس دارآباد، توچال - خطالرأس کلاه قاضی، یخچال، کلاغ لانه ی همدان - خطالرأس گرین نهاوند - اردوی تمرین در منطقه ی حسن در - صعود شمال شرقی دماوند، زمستانی - اردو و کلاس زمستانی در منطقه ی قله ی توچال و ایستگاه هفت تله کابین - ۳ مرحله تست های میدانی سازمان تربیت بدنی به پایان رسید و در نهایت ده نفر انتخاب گردیدند.

چهارشنبه ۷۸/۵/۶:

ساعت ۵ صبح در فرودگاه مهرآباد بودیم، تعدادی از خانواده های بچه ها برای بدرقه آمده بودند همه هیجان زده بودیم، بخصوص اعضای تیم که تعدادی از آنها اولین بار بود که از کشور خارج می شدند. در آخرین لحظه ها رئیس فدراسیون از آمدن به همراه تیم تا کمپ اصلی منصرف شد. همین امر باعث گردید از ابتدا فشار و سنگینی کار را روی دوش خودم حس کنم، بخصوص که مقصد، کشورهای تازه مستقل شده ی بلوک شرق بودند، بعد از دو ساعت و نیم به فرودگاه قدیمی با ساختمان های کهنه ی تاشکند رسیدیم، دمای هوا ۳۰+ درجه بود. از طرف سفارت ایران به کمک ما به فرودگاه آمده بودند که واقعاً حضورشان برایمان کارگشا بود. بعد یک ساعت گرفتاری در فرودگاه تاشکند اعضای تیم به هتل سربی در نزدیکی سفارت ایران منتقل شدند

چند خیابانی که از تاشکند دیدیم، بسیار پهن بودند، دارای خط تراموا و در حاشیه مجتمع های غول پیکر، مغازه های جدیدی به سبک کشورهای پیشرفته در حال دایر شدن بودند، کلاً خیابان ها خلوت بودند.

پنجشنبه - ۵/۷:

بعد از خوردن صبحانه و جمع آوری وسایل و پرداخت هزینه ی هتل، با یکی از خودروهای سفارت به فرودگاه تاشکند منتقل شدیم. در خروج فرودگاه تاشکند واقعاً باید از هفت خان گذشت. به حدی سخت گیری می کنند که آدم از مسافرت پشیمان می شود، ازبکستان در یک دشت واقع شده است، کوهی ندیدیم. هواپیمای قزاقستان حدود ۱۰۰ مسافر داشت. پذیرایی با لیوان کوچک نوشابه، عسل یکبار مصرف، یک ذره پنیر و یک نان کوچک، این شد ناهار خوب چه کار می شود کرد، این کشورها تازه متولد شده اند، داستان گذر از خروجی آلماتی که بماند. در خارج فرودگاه از طرف سفارت و شرکت خان تانگری به استقبال تیم آمده بودند، تیم در یک هتل قدیمی مستقر شد، کارهای فراوانی روی زمین مانده بود، بارهای تیم هنوز از مسکو ارسال نشده بود ویزی قرقیزستان تهیه شده بود. فردا باید تیم به سمت "کارکارا" می رفت و آخرین هماهنگی ها با تهران انجام می شد. در آلماتی سرعت پیشرفت خیلی چشمگیر است و سریعاً به سمت مدرن شدن در حرکت هستند آلماتی یک شهر سرسبز با خیابان های وسیع و مجتمع های مسکونی است کولرهای گازی و وسایل برقی شان از وجود برق سرشار است.

جمعه - ۵/۸:

بعد از صبحانه، و هماهنگی های لازم با سفارت جهت ارسال بارهای تیم، با یک دستگاه مینی بوس به سمت کارکارا حرکت کردیم. در جاده ای حرکت می کردیم که کران تاکران دو طرف جاده کشتزارهای بزرگی وجود داشت که در آنها علفچین ها و کمباین ها در حال کار بودند واقعاً یاد کتاب "دن آرام" افتادم، لحظه به لحظه نوشته های آن مقابل چشمانم نقش بسته بود، کالخورها، گاریهای چوبی، میوه فروش های کنار جاده، جاده اسفالت دل دشت سرسبز را می شکافت و هر لحظه مناظر بدیعی خلق می کرد، گله های گوسفند و گاو واسب در دشت های بی انتها مشغول چرا بودند، در هنگام عبور از دهکده ها بچه های روستایی دست تکان می دادند، گویا نگهبانان این

دشت‌ها عقاب‌های بزرگی هستند که در آسمان پر گشوده‌اند، به همین جهت دو مجسمه بزرگ عقاب در دو تپه قرار داشت که به ابهت منطقه می‌افزود، هوا در دوردستها ابری بود، کارکارا دارای یک رستوران با گنجایش ۱۰۰ نفر - آشپزخانه، اتاق تلویزیون، حمام - سونای خشک و بخار، و تعداد کثیری چادر دو نفره بود. وقتی مینی‌بوس ایستاد کازبیک ولی‌اف که مدیر شرکت خان‌تانگری بود به استقبال آمد، بعد از کمی استراحت مراسم پرچم انجام شد، پرچم کشورهایی مانند: کره، انگلستان، ایتالیا، لهستان، استرالیا، ژاپن و روسیه قبل از ما نصب شده بود، هماهنگی لازم انجام گرفت و کار بین نفرات به شرح ذیل تقسیم شد.

۱- مسئول فنی - علی‌رضا امزاجردیان. ۲- مسئول تدارکات فنی: محمد گلپریان به همراه اکبر مهدیزاده. ۳- مسئول تدارکات غذایی: حسین جمل‌ران، به همراه اسماعیل سپهری. ۴- مسئول کمپها، حمید حجاریان. ۵- مسئول تقسیم غذا: هادی گرمی‌پور. ۶- انباردار و مسئول تحویل بار: امید هوشنگی. ۷- مسئول بیدارباش و جمع‌آوری نفرات تیم: کسری ارومچی. ۸- سرپرست: اقبال افلاکی.

امروز هم از ارسال بار از مسکو خبری نبود، شمایی سخت است و مسئولیت داشتن از آن هم سخت‌تر، مواظب همه بودن و برنامه همه را داشتن، با همه مهربان بودن، زیر بار مسئولیت ماندن، آبرو و حیثیت خود و کشور، را گرو گذاشتن همه و همه سخت است و جانکاه، اگر موفق نشویم باید ...

شنبه - ۵/۹:

ساعت ۷ بیدار شدیم، بعد از ورزش صبحگاهی و خوردن صبحانه و گرفتن جیره ناهار در یک هوای نسبتاً سرد و بارانی در حالی که ارتفاعات را مه گرفته بود برای صعود یکی از قله‌های اطراف برای هم هوایی حرکت کردیم، راهنمایی در کار نبود و خودمان باید مسیر را در دل جنگل سرو کوهی پیدا می‌کردیم، بعد از سه ساعت کوه‌پیمایی به قله رسیدیم. با توجه به اینکه در این راه‌پیمایی فشار لازم به اعضای تیم نیامده بود، در جهت دیگری راه‌پیمایی را در میان انبوه درختان ادامه دادیم و بعد از ۷ ساعت به کمپ برگشتیم، همه متعجب بودند که این پیاده‌روی طولانی به چه منظوری بود (خارجیان).

با توجه به اینکه فردا باید به کمپ اصلی می‌رفتیم ولی تا کنون وسایل فنی نرسیده بود، با کازبیک وارد مذاکره شدم قرار شد برای دایر کردن کمپ یک ۵ تخته چادر، ۷ عدد کلنگ یخ، ۴ حلقه

طناب صعود، ۲۵ عدد کپسول خالی ای‌گاز (چون در کمپ اصلی قابل شارژ بود) - ۳ عدد ظرف غذا، و مواد غذایی لازم برای سه روز به ما تحویل بدهد. به امید روز بهتر به خواب رفتیم.

یکشنبه - ۵/۱۰:

بعد از خوردن صبحانه و جمع‌آوری کلیه‌ی وسایل و لوازم مورد نیاز در ساعت ۱۲ سوار هلی‌کوپتر شدیم در یک هوای بسیار بد و طوفانی به سمت کمپ اصلی پوبدا پرواز کردیم بعد از ۲۰ دقیقه پرواز به دلیل بدی هوا، هلی‌کوپتر به سمت کارکارا برگشت، بعد از شام کازبیک مانند یک پدر مهربان از روی عکس پوبدا کلیه مراحل صعود، محل ریزش بهمین‌ها و محل کمپ‌ها را به اعضای تیم توضیح داد و بعد یک جلد آلبوم عکس پوبدا به بچه‌ها داد که تا ساعت‌ها بچه‌ها روی کمپ‌های مختلف به بحث و بررسی پرداختند. امروز هم اینطور گذشت.

دوشنبه - ۵/۱۱:

بعد از صبحانه و ورزش صبحگاهی، بار دیگر بارها را به هلی‌کوپتر منتقل کردیم و در ساعت ۱۳/۴۰ دقیقه به سمت کمپ اصلی پرواز کردم، دیروز بارندگی شدیدی شد و به همین جهت امروز هوا کاملاً صاف و آفتابی بود بعد از ۳۵ دقیقه پرواز هلی‌کوپتر در یک هوای برفی در کمپ اصلی فرود آمد، در کمپ اصلی تعداد کثیری چادر زده شده بود، یک چادر بسیار بزرگ بود که هم رستوران بود هم آشپزخانه، یک چادر هم بود که بی‌سیم ما در آن قرار داشت، کمپ اصلی خیلی شلوغ بود، تعداد کثیری توریست برای دیدن منطقه آمده بودند. در اولین گشتی که در کمپ اصلی زدیم با لاشه دو هلی‌کوپتر روبرو شدیم، روحیه بچه‌ها خوب است و انشالله تا آخر هم خوب باشد. بعد از شام سه نفر راهنمای تیم آمدند تا با اعضای تیم آشنا شوند. از تجربه بالایی برخوردار هستند و سالیان سال است که کوهنوردی می‌کنند. برنامه‌ی صعود را با آن‌ها در میان گذاشتم، قبول کردند که فردا به کمپ یک برویم. بعد از شام، برنامه‌ی فردا را برای اعضای تیم تشریح کردم، هوا همچنان برفی است، یک تیم ۴ نفره‌ی زنان ژاپن توانسته‌اند تا ارتفاع ۶۴۰۰ صعود نمایند و در حال حاضر در کمپ اصلی مشغول استراحت هستند، ارتفاع کمپ اصلی ۴۰۰۰ متر است.

سه‌شنبه - ۵/۱۲:

ساعت ۶/۳۰ صبح بیدارباش زدیم، بچه‌ها با هیجان مشغول جمع‌آوری وسایل شدند امروز آغاز

کار یک ۷ هزار متری است برای این جوانان جویای نام، هوا مه‌آلود و سرد است و بارش برف که دیشب تا نزدیکی‌های صبح ادامه داشت قطع شده است. با اطلاعاتی که داریم مسیر کمپ اصلی به کمپ یک تشکیل شده است، از مورن‌های یخی و شکاف‌های یخچالی. فلات یخی وسیعی است همانند مسیر کمپ یک به دوی اورست، به هر حال ساعت ۹ صبح بعد از گرفتن جیره‌ی ناهار هر کدام با ۱۵ کیلو بار به سمت کمپ یک حرکت کردیم، به همراه سه نفر راهنما کلیه‌ی وسایل کمپ یک بین اعضای تیم تقسیم شده بود و طبق برنامه ما باید امروز کمپ یک را در ارتفاع ۴۵۰۰ متری دایر می‌کردیم. بعد از ۴ ساعت کوهنوردی و عبور از شکاف‌های یخی که برای اکثر اعضای تیم اولین تجربه بود، به محل اولیه‌ی کمپ یک رسیدیم، ریزش سنگین چند بهمن در نزدیکی مسیر صعود قله، حرف‌های کازبیک را در ذهن، تداعی می‌کرد، بعد از نصب یک چادر و قرار دادن بقیه‌ی لوازم در حالی که ریزش برف آغاز شده بود در ساعت ۳ بعدازظهر به سمت کمپ اصلی برگشتیم، قدرت هجومی تیم چشم‌گیر بود و راهنماها از این همه قدرت بدنی بچه‌ها در تعجب بودند، «نیکلای» می‌گفت با این وضعیت تیم، امکان این هست که قله خیلی سریع‌تر صعود شود. در ساعت ۶ بعدازظهر در زیر بارش شدید برف وارد کمپ اصلی شدیم و مورد استقبال اعضای کمپ قرار گرفتیم. بعد از شام جلسه‌ای با مسئول راهنمایان گذاشتم و قرار شد که فردا تیم به دلیل ریزش شدید برف استراحت کند. (چون تصمیم داشتیم تیم را فردا برای هم هوایی بهتر، در کمپ یک مستقر نماییم). یکی از مشخصه‌های تیم‌های کوهنوردی ایرانی خوردن غذای زیاد در هر وعده است این موضوع باعث تعجب کارکنان کمپ اصلی شده بود، به امید فردای بهتر در ساعت ۱۲ شب به خواب رفتیم.

چهارشنبه - ۵/۱۳:

زمان به سرعت می‌گذرد، از بارهای تیم خبری نیست، بچه‌ها امروز به سرپرستی حجاریان در اطراف کمپ اصلی راه‌پیمایی کردند، بعد از رسیدن هلی‌کوپتر با کازبیک صحبت کردم که در فکر تهیه‌ی کرامپون برای تیم باشد و در صورت نرسیدن بارها، قصد و تصمیم بر این داشتیم که به کمک اعضای تیم هر مانعی که در سر راه صعود قله است، بردارم. ساعت ۶ بعدازظهر کازبیک اطلاع داد: «اگر کرامپون برای فردا می‌خواهی ۵ جفت ۷۰۰ دلار، اگر برای سه روز دیگر می‌خواهی ۵۰۰ دلار را قبول

کردم، در حین مکالمه بی سیم از آلمانی به کازبیک اطلاع دادم که بار تیم ایران رسیده و در راه کارکارا است و فردا می توانید به کمپ اصلی منتقل کنید، هیجان خاصی به من دست داد، مسافت چادر بی سیم را که در محل کمپ بود، دویدم، بچه ها در حال تهیه حنا بودند که به پاهایشان بگذارند، قبل از رفتن به اتاق بی سیم حجاریان گفت: «افلاکی بیا اینجا حنابندان است.» من هم در حین بی حوصلگی گفتم پس عروس کو؟ در حالی که به سمت بچه ها می دویدم فریاد زد که بچه ها فردا عروس می آید، همه صلوات فرستادند. انفجار عظیمی در کمپ صورت گرفت، تیمی که تا چند لحظه پیش سر در گریبان داشت و مانده بود که این صعود را چگونه به پایان برساند چنان به وجد آمده بود که واقعاً کمپ اصلی را روی سرشان گذاشته بودند. شب خوبی داشتیم و همه با خیال راحت و امید فراوان به خواب رفتند.



ورود به محدوده کمپ یک

پنجشنبه - ۵/۱۴:

ساعت ۷ صبح برای صبحانه رفتیم، هوا کاملاً صاف و آفتابی بود. تیم ژاپن برای حمله نهایی امروز به کمپ یک می رود، ما باید منتظر رسیدن هلی کوپتر باشیم، به همین جهت دکتر را به همراه تیم ژاپن راهی کمپ یک کردم، در ساعت ۱۱ هلی کوپتر رسید و ۲۲ بشکه ای ارسالی از ایران را تحویل گرفتیم.

بلافاصله وسایل مورد نیاز از قبیل دارو، یومار، کرامپون، طناب، چادر، گاز و غیره بین بچه ها تقسیم

شد متأسفانه وزن کوله ها به ۲۰ کیلو رسیده بود. در ساعت ۱۲/۳۰ کمپ اصلی را در هوایی گرم و سوزان به سمت کمپ یک ترک کردیم، مسیر به دلیل بارش روزهای گذشته چندان قابل تشخیص نبود، روی شکاف ها را برف پوشانده بود، کار کمی خطرناک شده بود، بچه ها هر ۴ نفر در طناب قرار گرفتند، در زیر بارهای سنگین در ساعت ۱۶/۴۵ دقیقه به محل اولیه ی کمپ یک و به چادری که چند روز قبل دایر کرده بودیم رسیدیم، بعد از خوردن ناهار بقیه ی وسایل نیز تقسیم شد و بعد از یک ساعت به محل اصلی کمپ یک رسیدیم. سریعاً تقسیم کار شد، ۵ تخته چادر نصب شد و تعدادی مشغول تهیه ی شام و تهیه ی آب شدند، تیم ژاپن هم در چادرهایشان مستقر شده اند، جلسه ای با کلیه ی اعضای تیم تشکیل دادیم و در این جلسه تصمیم گرفته شد که امزاجردیان، حجاریان، سپهری و جملران فردا به همراه راهنماها به کمپ دو در ارتفاع ۵۰۰۰ متر بروند، و بعد از کار گذاشتن ثابت های مسیر و شبمانی در کمپ دو اطلاعات دقیقی از مسیر و درجه ی سختی کار را اعلام نمایند و گلپریان، مهدیزاده، گرمی پور و هوشنگی به کمپ اصلی برگردند و بقیه ی لوازم مورد نیاز کمپ های بالا را به کمپ یک منتقل نمایند. در حال حاضر ۴ نفر از کوهنوردان روسی تلاش می کنند از جبهه ی شرقی صعود کنند و از جبهه ی غربی فرود بیایند، ۴ نفر نیز از تیم اسپانیا توانسته اند تا کمپ ۵ پیشروی نمایند. از طرف راهنماها برای هم هوایی بهتر تیم پیشنهاد دو روز کار، دو روز استراحت داده شد که قابل بررسی است، ولی ما باید جبران زمان عقب افتاده را بنماییم.

جمعه - ۵/۱۵:

دیشب، شب آرام و خوبی داشتیم، چندان سرد نبود، امروز هم هوا خوب و آفتابی است، بعد از خوردن صبحانه در ساعت ۸/۳۰ تیم اول را به سرپرستی گلپریان به کمپ اصلی روانه کردم. این اولین تجربه ی آنها جهت پیدا کردن مسیر بدون راهنمای محلی است. در ساعت ۹ تیم دوم به سرپرستی امزاجریان به همراه سه نفر راهنما به سمت کمپ ۲ حرکت کردند. عبور هر دو تیم از زیر قرآن مجید برای سایر تیم ها جالب بود، مسیر یک به دو، در ابتدا دارای شیب تندی است و ناچار هستی ۵ طول طناب در ابتدای کار یومار بزنی و از زیر برج های یخی عبور کنی، بعد از آن به منطقه ای فلاتی می رسی که رودخانه ای در آنجا جریان دارد و هر روز فشار آب باعث ریزش بخشی از این برج های

یخی می گردد و بعد از یک برف کوبی به محل کمپ دو در ارتفاع ۵۰۰۰ متری می رسی، در ساعت ۱۲ ظهر تیم اول به سلامت به کمپ اصلی رسید، و در ساعت ۱۳/۳۰ تیم دوم به کمپ دو رسید به دلیل وجود اتاق برفی در کمپ دو نیاز به زدن چادر نشد و قرار شد که چادرها به کمپ سه منتقل گردد، رسیدن تیم اول به کمپ اصلی و همچنین حرکت آنها به سمت کمپ یک باعث تعجب مسئولین کمپ شده بود، به همین جهت اجازه ی بازگشت به تیم داده نمی شد. وقتی با مسئول کمپ اصلی صحبت کردم به خاطر خطرات مسیر قبول کرد که تیم به سمت کمپ یک بیاید، هوا در حال دگرگونی است، ابرها در حال هجوم به منطقه هستند، روی قلعه ی پوبدا توفان سختی در حال وزیدن است، امروز سه بهمن سنگین از نزدیکی قله و در نزدیکی کمپ سه سقوط کرده، خوشبختانه تیم اول در ساعت ۱۹/۳۰ هر کدام با ۱۵ کیلو بار به کمپ یک رسیدند، تیم دوم هم بعد از استراحت در کمپ دو در ساعت ۱۵ به سمت کمپ سه حرکت کردند مسیر ۲ به ۳ نیاز به برف کوبی سنگین دارد، به دلیل ریزش شدید برف که تا صبح ادامه داشت تیم از نزدیکی کمپ سه در ارتفاع ۵۵۰۰ به کمپ دو برگشت و شبمانی آغاز شد.

شنبه - ۵/۱۶:

بعد از خوردن صبحانه و دفن کردن مواد غذایی فاسد شدنی در برف منتظر آمدن تیم از کمپ دو شدیم. خوشبختانه همه صحیح و سالم در ساعت ۹ صبح به کمپ یک آمدند. بعد از کمی توقف جهت استراحت و هم هوایی همگی به کمپ اصلی برگشتیم. دیشب برف سنگین باریده بود ولی امروز هوا آفتابی و گرم بود. قصد داشتیم از وابستگی تیم به راهنماها کم کنیم تا بتوانند به طور مستقل و متکی به خود در مسیرها تردد نمایند به همین جهت راهنماها را مرخص کردم و خودمان به سمت کمپ اصلی حرکت کردیم. در ساعت ۱۴/۴۵ در کمپ اصلی مورد استقبال قرار گرفتیم. تیم ژاپن هم در کمپ سه مستقر شده است و دو نفر اسپانیایی هنوز در کمپ پنج هستند. شب جلسه ای تشکیل شد، مشاهدات تیم کمپ دو به بقیه منتقل گردید، روی جزئیات فنی، به طور کامل صحبت شد و نفرات کاملاً توجیه گردیدند. تذکراتی هم در مورد برخوردها، نظم و نظافت داده شد. امروز روز پیکاری برای تیم بود، خسته نباشند.

یکشنبه - ۵/۱۷:

دیشب سونا خستگی همه را از تن به در کرده

پنجشنبه - ۵/۲۱:

ساعت ۷ صبح است و توفان در کمپ سه بیدار می‌کند. نیکلای بر این عقیده است که تا ساعت ۱۰ صبر بکنیم تا آفتاب بالا بیاید و همچنین از شدت توفان کاسته شود. اگر امروز تیم بتواند در کمپ چهار در ارتفاع ۶۴۰۰ متر مستقر شود بر تعداد ۶ هزاریهای ایران ۷ نفر دیگر اضافه خواهد شد و ۷ نفر برای اولین بار یا از ۶ هزار فراتر گذاشته‌اند و همچنین با انتقال چادرها به کمپ چهار در حمله‌ی نهایی آسوده‌تر عمل خواهیم کرد. بارش برف و توفان ادامه دارد، حرکت تیم به ساعت ۱۲ ظهر تغییر یافت تا شاید هوا راه بدهد. یکی از غار برفی‌ها خالی شده، بچه‌ها در آنجا مستقر شده‌اند.

همه در انتظار حرکت هستند. تیم فرانسه هم در کمپ یک زمین‌گیر شده است. از تیم زنان زاپین هم ۲ روز است خبری نیست. احتمالاً در کمپ ۶ زمین‌گیر شده‌اند. در ساعت ۱۲ تیم به سمت کمپ چهار حرکت کرد. مسیر، ترکیبی از سنگ، یخ و برف بود و نیاز به یومار زدن داشت. یومار زدن در این ارتفاع واقعاً انرژی می‌خواهد. بعد از ۵/۳۰ ساعت تلاش تیم به مکان کمپ چهار رسید، کمپ چهار در یک شیب ملایم و بین دو صخره قرار گرفته و باید برف یخ زده را کند تا بشود چادر زد. سرمای سختی حاکم است. برف همچنان می‌بارد. بچه‌ها با نصب دو چادر، در کمال خونسردی و نظم و انضباط در چادرها مستقر هستند، همه به هم تبریک می‌گویند. به خاطر اینکه امشب را در مرز ۶۴۰۰ متر خواهند بود، تصمیم دارند که در برگشت در کمپ اصلی جشنی بگیرند.

جمعه - ۵/۲۲:

دیروز و امروز بچه‌های کوهنورد ایرانی چه صحبت‌هایی و چه تجزیه و تحلیل‌هایی در مورد تیم داشته‌اند؟ در هوای گرم ایران، تصور این همه سرما و یخ و برف بسیار مشکل است. ولی خدا می‌داند اینجا از صد تا زمستان بدتر است. در طول شبانه روز گذشته بیش از ۵۰ بهمن سقوط کرده است، از دیروز تا الان که ساعت ۹/۳۰ صبح است بیش از ۳۰ سانت برف باریده که همچنان ادامه دارد. تیم زاپین ۴ روز است در کمپ ۶ گرفتار شده، یک تیم ۴ نفره روسی در کمپ پنج مانده، تیم ایران بین کمپ چهار به سه جهت برگشت در تلاش است، تیم فرانسه در کمپ یک زمین‌گیر شده و تیم اسپانیا از خیر صعود گذشته و به کمپ اصلی برگشته‌اند. در ساعت ۱۳ تیم به کمپ یک رسید با چای و شیرینی مورد استقبال قرار گرفت بعد از استراحت و جمع‌آوری



محل کمپ یک

در نتیجه برای اینکه بچه‌ها دچار یکنواختی نشوند، مشغول پاک کردن اطراف چادرها شدیم، و بقیه‌ی روز هم به تعریف کردن خاطرات گذشته پرداختیم و برف همچنان می‌بارید.

چهارشنبه - ۵/۲۰:

ساعت ۵ صبح بیدار شدم. آسمان پر از ستاره بود. در سمت خان تانگری رعدوبرق دیده می‌شد. بچه‌ها و راهنماها را بیدار کردم. بعد از خوردن صبحانه در ساعت ۶/۳۰، ۸ پرنده کوچک از زیر قرآن رد شدند، آن‌ها را به خدا سپردم. امروز مسیر یک به دو شلوغ است و یک تیم روسی از لنینگراد آمده‌اند، ۴ نفر نیز از کمپ اصلی رسیده‌اند. مسیر شلوغ است و در یومارخورها ترافیک است. همه عجله دارند که سریع‌تر حرکت کنند تا از ریزش بهمن‌ها در امان باشند. در ساعت ۹ صبح تیم به سلامت از زیر برج‌های یخی عبور کرد و بعد از تلاش زیاد به کمپ دو رسیدند. استراحت کوتاه و حرکت به سمت کمپ سه عبور از یک شیب پر از برف که هر لحظه امکان ریزش بهمن وجود دارد، در ساعت ۱۵ تیم با تلاش فراوان در زیر ریزش برف خود را به کمپ سه رساند، مکان کمپ سه در شیب تندی قرار گرفته و جهت نصب چادر باید تلاش زیادی انجام گیرد، اگر این بارش تا صبح ادامه پیدا کند، احتمال سقوط بهمن و زدن چادرها وجود دارد حال بچه‌ها ۸۰٪ خوب است و ۲۰٪ دیگر مربوط به ضعف عمومی تیم می‌باشد، علاوه بر چادرها دو غار برفی دیگر هست که راهنماها به همراه چند کوهنورد روسی آنجا را پر کرده‌اند. باید تا صبح هوشیار بود. جمع‌وجور کردن یک تیم جوان کم‌تجربه در این ارتفاع و با این شرایط، کمی سخت است. در طول روز هوا گرم بود ولی با شروع برف سرما هم در منطقه حاکم شد.

بود، بیدارباش هم آزاد اعلام شده بود. به همین جهت ساعت ۹ صبح صبحانه خوردیم. هوا صاف و آفتابی است. بعضی از بشکه‌ها را خالی کردیم و مواد غذایی و وسایل کمپ‌های دیگر را مشخص کردیم، عصر هنگام کلاس یخ و برف تشکیل دادیم و بچه‌ها مدتی صعود با یومار و فرود تمرین کردند، بعد از ظهر هوا دگرگون و بارش آغاز شد.

دوشنبه - ۵/۱۸:

دیشب برف خوبی باریده بود. چهره‌ی کمپ اصلی تغییر کرده بود. اعضای تیم ساعت ۹ صبح، بعد از خوردن صبحانه، با کوله‌ی ۲۰ کیلویی به سمت کمپ یک حرکت کردند. قرار بود راهنماها بعد از ناهار حرکت کنند، با توجه به سنگینی کوله و کندی حرکت در ساعت ۱۵/۳۰ به کمپ یک رسیدیم، هنگام غروب، هوا بعد از یک روز آفتابی خراب شد و بارش برف آغاز گشت. راهنماها ساعت ۱۹ به کمپ یک رسیدند. برنامه‌ی فردا بسته و جمع‌بندی شد.

تیم زاپین در کمپ شش گرفتار هوای خراب شده و بقیه‌ی تیم‌ها هم راهی کمپ اصلی شده‌اند. فردا قصد این را دارم که ۸ نفر به کمپ دو بفرستم. به همین جهت نقرات را به شرح زیر تقسیم کردیم.

- ۱- گلپریان، هوشنگی ۲- جمل‌ران، مهدیزاده ۳- حجاریان، گرمی پور ۴- سپهری، امزاجردیان) تمام نکات ایمنی و موارد لازم را به نقرات تأکید کردم. از ساعت ۸ شب برف شروع به بارش کرد.

سه‌شنبه - ۵/۱۹:

ساعت ۵ صبح بیدار شدم، با تکان من برف سنگین روی چادر فرو ریخت. دیشب تا صبح برف می‌بارید، هوا مه‌آلود بود و بارش سنگین برف ادامه داشت. با توجه به بارش امکان صعود وجود نداشت و

کمپ سه مستقر شد. خوشبختانه دو غار برفی خالی است و بچه‌ها در آن مستقر شده‌اند. ابرها در حال آمدن هستند. هوا رو به خرابی است. در کمپ پنج توفان سختی آغاز شده و احتمال زمین‌گیر شدن تیم زیاد است. در تماس‌های ساعت ۶ و ۸ شب تأکید کردم که در مصرف سوخت و مواد غذایی صرفه‌جویی نمایند.

پنجشنبه - ۵/۲۸:

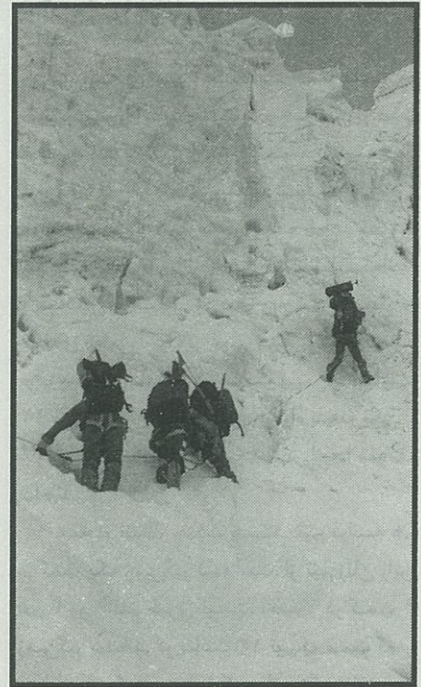
بالاخره انتظار به پایان رسید و صدای گلپریان از کمپ سه در ساعت ۹ به گوش رسید: «ما در حال آماده شدن هستیم برای حرکت به سمت کمپ چهار، هوا خیلی خوبه، بچه‌ها دیشب هیچ مشکلی نداشتند، همه سر حال هستند» خیالم تا حدی راحت شد، تیم در ساعت ۹/۳۰ به سمت کمپ چهار حرکت کرد، تعدادی بهمین از نزدیکی کمپ چهار سرازیر شد. انتظار برای ما سخت است. در حالی که در احساس صعود قله بودیم، به همراه راهنماها شیب تند ۳ به ۴ را طی می‌کردیم. قرار گذاشته بودیم که از یومار استفاده نکنیم فقط خود حمایت‌هایمان را در طناب ثابت بیندازیم. کار ترکیبی انرژی خاصی می‌برد. بچه‌ها به هم فشرده شده، حرکت می‌کنند و سعی دارند که یکدیگر را پوشش بدهند. سرگئی نفر اول است و امزاجردیان و نیکلای نفرات آخر هستند. نیکلای، در هر مرحله استراحت سیگاری روشن می‌کند، صدای یا علی مدد‌ها و ماشاالله مرتب بگوش می‌رسد. سرگئی هم ماشاالله را خوب یاد گرفته است. هر چه بالاتر می‌رویم ابرهای زیادی به چشم می‌خورد که از سمت خان تانگری در حال حرکت به سمت پوبدا هستند. در هر صورت در ساعت ۱۱/۳۰ به کمپ چهار رسیدیم. بافاصله ۳ چادر برقرار کردیم. بچه‌ها کوله‌ها را خالی کردند. حجم مواد غذایی بسیار زیاد است. نیکلای به این مسئله اعتراض دارد، ولی امزاجردیان کار خودش را می‌کند. باید برای کمپ‌های بالا تدارک چند روز بیشتر ماندن را پیش‌بینی کرد، هوا در حال دگرگونی است، توفان عجیبی در یک لحظه وضعیت کمپ را به هم ریخت. بار دیگر ناچار شدیم وضعیت چادرها را بررسی کنیم. در هر تماس بی‌سیم افلاکی نکات تازه‌ای مطرح می‌کرد که همگی در جهت وضعیت بهتر تیم است. در تماس ساعت ۱۴ به امزاجردیان گفتم که تیم هر طور شده فردا باید به کمپ پنج برسد. اعتقاد من بر این است که اگر تیم زمین‌گیر شد، در کمپ پنج بماند. او در تماسی اضطراری اعلام کرد که نیکلای می‌خواهد ما همین امروز به سمت کمپ پنج حرکت کنیم. با توجه به زدن چادر و

امروز هم تیم باید استراحت کرده و هم هوا بشود. هوا صاف و آفتابی است آخرین بررسیها را بر روی لیست کمپ‌های بالا انجام می‌دهیم تا کم‌وکسری نداشته باشیم. بچه‌ها کاملاً سرحال هستند. امروز تیم ژاپن جشن صعود گرفته و تیم ایران مهمان رسمی این جشن است.
سه‌شنبه - ۵/۲۶:

بالاخره انتظار به سر رسید و روز حرکت برای حمله‌ی نهایی آغاز شد. حمله‌ای که فقط یکبار انجام می‌شود. اگر تیم توانست که هیچ، در غیر این صورت باید دست خالی برگردد. ولی همه هم دل و هم قسم شده‌ایم که هر طور شده تیم صعود کند. در ساعت ۸/۴۰ دقیقه در میان بدرقه‌ی کارکنان کمپ اصلی و تیم ژاپن و مسافره‌ای چند روزی کمپ با کوله‌های ۱۰ کیلویی به سمت کمپ یک حرکت کردیم. ساعت ۱۲/۳۰ به کمپ یک رسیدیم، تیم بعد از سه روز استراحت کاملاً سرحال و شاداب است. دما بالای ۲۰ درجه است در ساعت ۸ شب جلسه‌ی نهایی را تشکیل دادیم. بار دیگر انگیزه‌های این صعود، سختی‌ها و کاستی‌ها را یادآور شدیم و بعد به ترکیب تیم حمله پرداختیم. به غیر از هوشنگی که به دلیل آفتاب سوختگی سینه‌اش مشکل داشت هفت نفر دیگر نامزد صعود شدند. برای هوشنگی که حذف شده بود، شب سختی بود، ولی روحیه‌ای عالی داشت. بعد از خواندن چند سرود و بستن کوله به امید فتح قله، همه در کیسه خواب‌ها قرار گرفتند.

چهارشنبه - ۵/۲۷:

در ساعت ۵/۴۵ دقیقه‌ی بامداد بیدارباش داده شد. بافاصله بچه‌ها مشغول جمع‌آوری کیسه خواب‌ها شدند. بار عمومی تقسیم شده نفری ۳ کیلو است. (اکثر مواد غذایی و سوخت در هم‌هوایی قبلی منتقل شده)، ساعت ۷ صبح بعد از خوردن صبحانه که توسط هوشنگی تهیه شده بود، بچه‌ها از زیر قرآن عبور کردند. چشم‌های نمناک هوشنگی در جستجوی نقطه‌ای دیگر بود. شاید مانند او در حال حاضر برایش سخت باشد ولی در چند روز آینده خواهد فهمید که برای یک کار تیمی باید از خیل خواستن‌ها گذشت. امزاجردیان او را در بغل کرد و گفت آینده برای همه است. او نیز که در راکاپوشی چنین وضعی داشت. ساعت ۹ صبح ارتباط برقرار شد. تیم از یومار خورها گذشته و در یک هوای خوب به سمت کمپ دو در حرکت هستند. قصد امروز بر این است که تیم در کمپ سه مستقر شود. با توجه به هجوم سایر تیم‌ها برای صعود قله بعد از چند روز بارندگی مسیر کوبیده و در ساعت ۳ بعدازظهر تیم در



عبور از طناب ثابت‌های کمپ یک به دو

لوازم غیرضروری در ساعت ۱۶/۳۰ به سمت کمپ اصلی حرکت کردیم. توفان شدید به همراه سوز سرد تیم را همراهی می‌کرد، حرکت کند بود. انتقال چادرهای امانتی بار کوله‌ها را سنگین‌تر کرده بود. در ساعت ۲۰/۳۰ وارد کمپ اصلی شدیم، استقبال گرم، غذای گرم و سونای گرم هدیه‌ی کارکنان کمپ اصلی به اعضای تیم بود. در ساعت ۱۱ شب همه در خواب شیرین بودند، فقط مسئول کمپ مشغول ریختن برف‌های روی چادرها بود. همچنان برف می‌بارد.

شنبه - ۵/۲۳:

بارش چند روز گذشته چهره‌ی منطقه را کاملاً عوض کرده، امروز، روز استراحت است، تیم ژاپن دیروز قله را صعود کرده و قرار است امشب به کمپ بیاید. بارش برف همچنان ادامه دارد.

یکشنبه - ۵/۲۴:

تیم ژاپن دیشب ساعت ۱۲ وارد کمپ اصلی شد. به استقبال تیم رفتیم، دو نفر دچار سرمازدگی صورت و دست شده‌اند، ذهن مشغول چیدن نفرات برای حمله نهایی است دلم نمی‌خواهد کسی را حذف کنم، هوا امروز آفتابی شد و تیم در حال استراحت است.

دوشنبه - ۵/۲۵:

هوای خراب تکلیف چیست؟ او این را نمی‌داندست که من قبلاً با نیکلای هماهنگ کرده‌ام که به دلیل فاصله‌ی طولانی کمپ چهار به پنج تیم باید شب را در ارتفاع ۶۶۰۰ بگذرانند.

خوشبختانه تیم در ساعت ۱۸ در ارتفاع ۶۶۰۰ مستقر شد. یک کمپ اضافه و پیش‌بینی نشده در هیچ صعودی. شاید امروز بچه‌ها از این مسئله ناراحت باشند ولی فردا که راحت به کمپ پنج رسیدند، قدر این کمپ اضافه را خواهند دانست. قرار گذاشتیم تیم فردا ساعت ۹ صبح حرکت کند تا در این فاصله کمپ پنج تخلیه گردد، امشب تیم فرانسه مهمان کمپ پنج است. بچه‌ها باید حوصله داشته باشند. هر چقدر سرعت صعود بیشتر شود، در ارتفاعات بالا بیشتر دچار مشکل خواهیم شد. به امید خدا هیچکدام از بچه‌ها به غیر از خستگی مورد دیگری ندارند. تا ساعت ۱۱ شب برف خوبی بارید.

جمعه - ۵/۲۹:

ساعت ۷ صبح بیرون از چادر را نگاه کردم. هوا کاملاً صاف شده بود. از خدا تشکر کردم که به یاری تیم آمده. در تماس ساعت ۹ معلوم شد که راهنماها خواب مانده‌اند، البته خواب ماندن راهنماها تقصیر اعضای تیم، به خصوص سرپرست کمپ‌های بالاست. در ساعت ۱۰ صبح بعد از جمع کردن چادرها و تقسیم وسایل راه افتادیم، دیشب بچه‌ها خوب خوابیدند، فکر افلاکی و نیکلای برای زدن کمپ اضافه کاملاً عاقلانه و حساب شده بود. از شب تند و تیز کم‌کم ارتفاع گرفتیم. دیگر بچه‌ها جور شده‌اند. درگیری با سنگ و یخ و بومار زدن، حال دیگر حالت عادی پیدا کرده، بر اثر شب‌مانی در ارتفاع، صبح تعدادی از بچه‌ها میل به صبحانه نداشتند. تعدادی هم قرص‌های ارتفاع را نخورده‌اند. وقتی مراتب به سرپرست برنامه اعلام شد، او بلافاصله به همه اعضای تیم اعلام کرد که اگر فکر سلامتی خودشان و رعایت نکات لازم را نکنند در هر ارتفاعی که باشند آنها را بازخواهد گرداند. هیچان صعود، ترس از بیماری، ارتفاع‌گرفتگی و دستور برگشت از کمپ پنج مسائلی است که بچه‌های تیم در ذهن خودشان با آن درگیر هستند. در ساعت ۱۵ به کمپ پنج رسیدیم. شیب دیگر تمام شده بود. یال طولانی چند کیلومتری به سمت قله کشیده شده بود. دست چپ آغوش پوبدا باز بود. و نقاب‌های سنگینی که بادهای سمت چین روی خطالرأس درست کرده بودند. و همین‌ها باعث ریزش بهمن‌های سهمگین می‌شدند و سمت دیگر را فلات چین، یخچال‌های پوبدا که در چین وجود

داشت. از دور سبزی جنگل چشم‌انداز بود و تا چشم کار می‌کرد قله بود. بعد از کمی استراحت به سمت کمپ شش حرکت کردیم و در ساعت ۱۸ مکان مناسبی انتخاب شد بلافاصله یک چادر نصب کردیم. یک اتاق برفی تنگ و تاریک هم بود. به دو گروه تقسیم شدیم. امزاجردیان، گلپریان و جمل‌ران در چادر بودند و حجاریان، سپهری، گرمی‌پور و مهدیزاده در غار برفی. راهنماها هم از چادر قبلی تیم ژاپن که برایشان جا گذاشته بودند، استفاده کردند. مسئول کمپ اصلی در ساعت ۱۸ تماس گرفته و رسیدن بچه‌ها را به ارتفاع ۶۸۰۰ تبریک گفت (این تیم همان تیمی است که در اولین روزها اکثر قریب به اتفاق سرپرستان و کوهنوردان باور نداشتند که برای صعود پوبدا آماده باشند و فکر می‌کردند تیمی است که برای گذراندن کلاس به این منطقه آمده است. قرار بر این است که فردا تیم به همراه سه تخته چادر به سمت کمپ شش حرکت کند. یک تیم چندملیتی امروز از صعود قله به کمپ یک رسیدند، دو نفر اسپانیایی، یک نفر فرانسوی و سه نفر روسی.

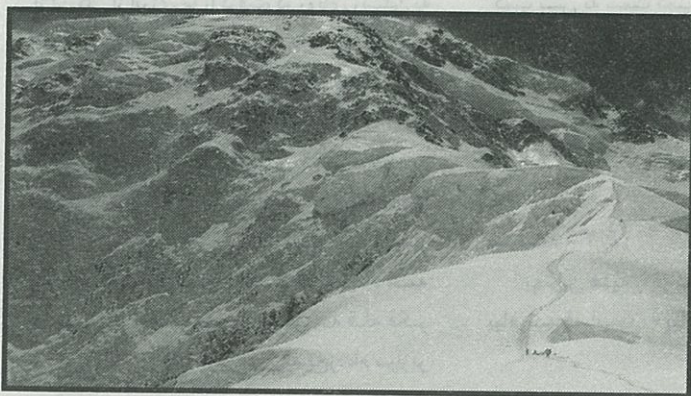
روس‌ها می‌گویند که تیم ایران تیم خیلی قوی است و هیچ تیمی با این تعداد تا به حال به این سرعت به ارتفاع ۷۰۰۰ متری نرسیده، تیم شما فردا حتماً قله را صعود خواهد کرد. البته قدرت تیم، جوانی و جویای نام بودن از یک طرف و تجربه راهنماها از طرف دیگر دست بدست هم داده تا امروز کارها بخوبی پیش برود. لحظه‌های زندگی هر کسی، البته لحظه‌های شیرین زندگی هر کسی به گونه‌ای سپری می‌شود، مال ما هم اینطوری می‌گذرد. هرچقدر آدم به فلسفه کوهنوردی نگاه می‌کند به عمق آن بی‌نمی‌برد، چه چیزی است؟ در این کوه‌ها که هزاران هزار نفر را به خود مشغول کرده، سرما، برف، گرسنگی، تشنگی، بی‌خوابی، زخمی شدن، مرگ، دوری از خانواده، دوری از آسایش، دوری از امکانات، راستی فلسفه این‌ها به چه چیزی بستگی

دارد؟ این آدم‌هایی که در بیرون چادر سرفه می‌کنند و خسته و تشنه‌اند، دنبال چه هستند؟ تماس ساعت ۲۰ شب قرص خوابی بود که بچه‌ها با اعلام سلامتی خود برای ما فرستادند.

شنبه - ۵/۳۰:

دیشب باد یک بهمن سنگین در کمپ یک، چنان ضربه‌ای به چادرها زد که به تصور اینکه بهمن است، همگی از چادرها فرار کردیم. ساعت ۹ صبح صدای امزاجردیان پای بی‌سیم همه خواب‌وخیال ما را به هم ریخت: «گرمی‌پور حالش وخیم است، هرچه می‌خورد بالا می‌آورد، چند نفر هم چندان وضع خوشی ندارند.» بی‌سیم کمپ اصلی حرف‌های نیکلای را که انگلیسی خوب نمی‌دانست، برای من ترجمه می‌کرد، نیکلای با وضعیت پیش آمده کسب تکلیف داشت. در مرحله‌ی اول تصمیم گرفتیم، گرمی‌پور را به همراه حجاریان و نیکلای به کمپ یک، برگردانیم - حجاریان از این تصمیم ناراحت بود، در تماس بعدی با توجه به وضعیت عمومی گرمی‌پور و مسیر خطرناک برگشت از کمپ پنج به یک سپهری را هم از صعود حذف کردم تا ضمن پشتیبانی همسپهری خود با اطمینان صددرصد نفر مصدوم را به پایین منتقل کنند. چهره‌ی درهم رفته‌ی کمپ یکی‌ها کمی باز شد. یاد مکالمه‌ی آقاجانی افتادم بعد از اولین شکست حمله به قله‌ی اورست که گفت: «به بچه‌های شاکای کمپ دو تبریک بگو که تیم شکست خورد!!!»

دیشب وضع گرمی‌پور خوب نبود، قبل از چادر زدن یک گوشه نشسته بود، کت پر هم تن نکرده بود، سرما، کم‌کم به بدنش نفوذ کرد، شب هم میل به چیزی نداشت، نزدیکی‌های صبح، دچار حالت تهوع شد، سپهری تا صبح بالای سرش بود، امکان تماس نه با افلاکی بوده نه با کمپ اصلی. باید تا صبح وضعیت را تحمل می‌کردیم. ساعت ۱۱ مقداری مواد قندی و قرص به او خوردانیم و او را به همراه سه نفر دیگر تا ابتدای شیب کمپ پنج بدرقه کردیم. ساعت ۱۳ بعد از جمع کردن چادرها به دنبال راهنماها راه کمپ شش را در پیش گرفتیم، ۵ کیلومتر خطالرأس برف زده.



مسیر کمپ سه به چهار، پنج و شش

دعوت برای تشکیل انجمن کوهنوردی ایران

عباس محمدی

تنی چند از علاقه‌مندان به کوهنوردی در ادامگی تلاشهایی که پیش‌تر به منظور راه‌اندازی یک تشکیلات فراگیر غیردولتی و انتخابی در زمینه ورزش کوهنوردی کشور صورت گرفته و متأسفانه به نتیجه مطلوب نرسیده، در نظر دارند با همکاری تعداد هرچه بیشتر از کوهنوردان و علاقه‌مندان به کوهنوردی تشکیلی به نام **انجمن کوهنوردی ایران** تأسیس کنند.

این علاقه‌مندان اعلام کرده‌اند که نیاز به وجود چنین تشکیلی از آنجا حس می‌شود که اولاً فدراسیون کوهنوردی و هیأت‌های تابعه به عنوان تشکیلات دولتی نمی‌توانند از عهده نمایندگی کوهنوردان کشور برآیند و ثانیاً دامنه فعالیت گروه‌ها و باشگاه‌های کوهنوردی در سطح کشور فراگیر نیست. از این گذشته تشکیلاتی در کشور وجود ندارد که از توان کوهنوردان آزاد به‌گونه‌ی مناسبی استفاده کند و یا به هنگام لزوم از آنان حمایت کند. به این دلیل به نظر می‌رسد که با توجه به الگوهای مانند باشگاه‌های آلپاین و تشکیلات مشابه در کشورهای دیگر و بر اساس بیانیه‌ی زیر می‌توان اقدام به تأسیس به انجمن کوهنوردی ایران کرد. احتمالاً جلسه هیئت مؤسس این انجمن در اوایل اردیبهشت ۷۹ تشکیل خواهد گردید. علاقه‌مندان که مایل به کسب اطلاعات بیشتر در این زمینه هستند می‌توانند با صندوق پستی-تهران- ۱۹۳۹۵-۵۵۱۱ مکاتبه نمایند.

بیانیه تشکیل انجمن کوهنوردی ایران

به منظور ایجاد سازمانی که نماینده علایق و خواسته‌های مشترک کوهنوردان ایران باشد **انجمن کوهنوردی ایران** با هدفهای زیر تشکیل می‌شود:

- ۱- برقراری ارتباط و همکاری میان کوهنوردان، سازماندهی فعالیتهای کوهنوردی و پشتیبانی از کوهنوردان و باشگاه‌ها و گروه‌های کوهنوردی.
- ۲- بررسی و پژوهش در زمینه کوهنوردی و کوهستان با ایجاد مرکز اطلاع‌رسانی و انتشار نشریه، تشکیل کتابخانه و گنجینه آثار و وسایل و کمک به تشکیل و توسعه مراکز آموزش کوهنوردی.
- ۳- تلاش برای حفظ محیط‌های کوهستانی، گونه‌های گیاهی و جانوری و فرهنگ بومی این مناطق و کمک به بهسازی و ترمیم مناطق تخریب شده.
- ۴- تبیین حقوق کوهنوردان و گروه‌های کوهنوردی کشور و حمایت از آنان.
- ۵- کمک در کار جستجو و امداد کوهستانی.
- ۶- تعریف استانداردها و نظارت بر ایمنی و کیفیت وسایل کوهنوردی.
- ۷- پشتیبانی از حرکت‌های نو و خلاق در کوهنوردی. Δ



قله پوبدا - ۷۴۳۹ متر

از ساعت ۱۱/۳۰ صبح بی‌سیم باز است، بی‌تاب هستیم، اصلاً زمان متوقف شده، ساعت ۱۳ خبری نیست، ساعت ۱۴ نزدیکی قله هستیم پس این قله کجاست؟ در ساعت ۱۵ بالاخره صدای امزاجردیان در بی‌سیم پیچید، لاجول و لا قوه الا بالله، ...

این لحظه‌ای بود که از اولین فراخوان - اولین اردوها و اعزام از تاریخ ۷۸/۵/۴ در انتظارش بودیم. بار دیگر پرچم کشور عزیزمان به خاطر گرامیداشت یک‌صدمین سال تولد بنیان‌گذار جمهوری اسلامی ایران در قله‌ی ۷۴۳۹ متری پوبدا به اهتزاز درآمد و بار دیگر ثابت کرد که خواستن توانستن است.

تیم بعد از صعود در ساعت ۱۶ قله را به سمت کمپ شش ترک کرد، خبر صعود از طریق بی‌سیم کمپ اصلی به آلماتی و تهران مخابره شد. در ساعت ۱۸ تیم در کمال سلامتی در کمپ شش مستقر شد، به امید رسیدن فردا و دیدن این عزیزان.

دوشنبه - ۶/۱:

امروز ساعت ۸ صبح تیم در یک هوای خوب از کمپ شش به سمت کمپ یک حرکت کرد و ما هم کمپ یک را برای پذیرایی این عزیزان آماده کردیم. در ساعت ۹ شب جمل‌ران، امزاجردیان، گلپریان و مهدیزاده به همراه دو نفر راهنما به کمپ یک رسیدند.

سه‌شنبه - ۶/۲:

بهترین هدیه را در کمپ اصلی دریافت کردیم: پیام‌رئیس فدراسیون - پیام‌اعضای تیم اورست ... Δ

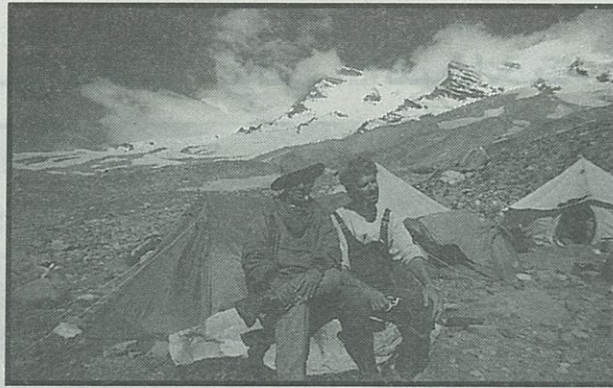
ساعت ۱۴ سپهری خبر داد که در ارتفاع ۶۶۰۰ هستند، گرمی پور کمی حالش بهتر است و امشب به کمپ یک خواهند آمد. ساعت ۱۸ خبر استقرار بچه‌ها در کمپ شش خوشحالمان کرد ارتفاع کمپ شش حدود ۷۰۰۰ متر است. گرمی پور به همراه بقیه‌ی نفرات ساعت ۹ شب به کمپ یک رسیدند. پذیرایی خوب هوشنگی آن‌ها را سرحال آورد. شب، قبل از خوابیدن هم سرم به او وصل شد. حالش خوب است. امروز روز سخت و طاقت فرسایی بود برای هر سه گروه تیم حمله، تیم حامل بیمار و تیم کمپ یک.

یکشنبه - ۵/۳۱: آخرین گامهای صعود

ساعت ۱۱/۳۰ حجاریان، گرمی پور، سپهری و نیکلای دوم را به کمپ اصلی فرستادیم. در کمپ شش سرمای هوا به حدی است که اجازه‌ی خارج شدن را به نفرات نمی‌دهد. تیم از ساعت ۹ صبح منتظر گرمای خورشید است. در قله‌ی پوبدا توفانی در جریان است. ساعت ۱۰ صبح با چادرها خداحافظی کردیم و به همراه دو نفر راهنما به سمت قله حرکت کردیم. اول راه یک شیب یخی حدود ۶۰۰ متر است که واقعاً نفس‌گیر و کشنده است. عبور از آن کلی از انرژی ما را گرفت. در رویای رسیدن به قله از سنگ‌ها و یخ‌ها و برف‌های سفت عبور می‌کنیم و هر چه جلوتر می‌رویم، قله دورتر می‌رود، استراحت‌ها بیشتر شده، سرما بیداد می‌کند، هرچه داریم پوشیده‌ایم. تصور بر این بود که ساعت ۱۳ به قله برسیم ولی شیب پشت سر شیب، هنوز ادامه دارد. از دور قله دیده می‌شود، نقاب برفی بسیار بزرگی درست روی قله تشکیل شده، یاد همه هستیم، وقتی به لحظه‌ی رسیدن به قله فکر می‌کنم، قطرات اشک گرم روی گونه یخ‌زده‌ام سرازیر می‌شود.

یادی از یک افتخار آفرین

مسعود اشرفی



محمد داوودی (سمت چپ)
در کنار هوکام سینگ پس
از برگشت از صعود.



اردوگاه اصلی در جلو،
قلل کُن و وایت نیدل در
عقب.

بین المللی معرفی گردید... و من هیچگاه تصور
نمی کردم که دیدار مجدد ما در کنار قبر او باشد...»
و این نیروی اعتقادی یکی از بهترین بندگان
خدا موجب آن گردید که پس از سالهای متوالی و با
کمترین امکانات، قتل کُن به ارتفاع ۷۰۸۷ و
وایت نیدل به ارتفاع ۶۶۰۰ متر برای نخستین بار
توسط یک ایرانی فتح گردد و پرچم پرافتخار کشور،
بر فراز قتل هیمالیا به احتراز درآید. Δ
روحش شاد و یادش پیوسته گرامی باد.

می داند... کمی وسایلی را زیرو رو کردم و مجدداً با
تعجب پرسیدم؟
(Where is your food?) (غذای شما کجاست؟)
و او با تبسمی پاسخ داد (No Food) غذایی
ندارم!
آنگاه ادامه داد «داوودی با وجود اینکه به
تنهایی و با کمترین امکانات به این سفر قدم
گذاشته بود ولی در پایان صعود از طرف
سرپرستان برنامه به عنوان بهترین و
فعالترین عضو گروه در این برنامه‌ی

تابستان سال ۱۳۶۸ و بر اساس تقویم
اتحادیه‌ی کوهنوردی جهان UIAA یک صعود
بین المللی در ارتفاعات کوههای هیمالیای هند در
بخش کشمیر برگزار گردید. از ایران و بنا به دعوت
قبلی این اتحادیه محمدرضا داوودی که در آن زمان
نایب رئیسی فدراسیون کوهنوردی را بر عهده داشت
در این صعود شرکت نمود. تهیه مقدمات سفر تا
پرواز به سوی مقصد مانند همیشه در آخرین
لحظات با مشکلاتی همراه گردید و نهایتاً نخستین
اعزام رسمی یک کوهنورد ایرانی برای فتح قتل
بالای هفت هزار متری بعد از پیروزی انقلاب
اسلامی به وقوع پیوست که در آن، حدود سی
کوهنورد از کشورهای مختلف حضور داشتند.

در آن روزها که هنوز کشور در التهاب جنگ
تحملی بسر می برد بحثی پیرامون اردوهای
گوناگون و انجام تست های ورزشی و صرف
هزینه های فراوان برای آماده سازی جسمانی
کوهنوردان جهت حضور در چنین برنامه های
سنگینی وجود نداشت و محمد تجربه ی حضور در
ارتفاعات بلند را هنوز کسب نکرده بود. حجم کار
سنگین در فدراسیون و سرعت در تصمیم گیری
برای عزیمت به این سفر برای او چنان شرایطی
فراهم کرد که تنها توانست به جمع آوری مقدار کمی
پوشاک، یک چادر کوچک و بدون همراه بردن مواد
غذایی سفر خود را آغاز نماید. به نحوی که پس از
حضور در اردوگاه اول و بررسی سرپرست تیم هوکام
سینگ از تجهیزات او این محاوره ی کوتاه و به
یادماندنی از آنها چنان در حافظه سرپرست تیم
نقش بست که پس از پایان سفر و حضور هوکام در
صعود زمستانی همان سال بر روی دماوند که از
طرف فدراسیون صورت گرفت. آنگاه که پس از
صعود قله خبر درگذشت محمد به او داده شد با بغض
چنین گفت:

در اردوگاه اول و در مقابل چادر کوچکش به
او گفتم:

(Where is your dress?) لباسهایت
کجاست؟ (او می بایست لباسهای مناسب صعود را
همراه می داشت.) پاسخ داد: (No dress) لباس
ندارم!

متوجه شدم که او انگلیسی را بسیار کم

INTERNATIONAL NUN - KUN CLIMBING CAMP - CUM - EXPEDITION - 1989

JOINTLY ORGANIZED BY UIAA & JOSHIA MOUNTAINCLIMBING FOUNDATION
KASHMIR - INDIA
4TH AUGUST - 1ST SEPTEMBER, 1989
COURSE REPORT / CERTIFICATE

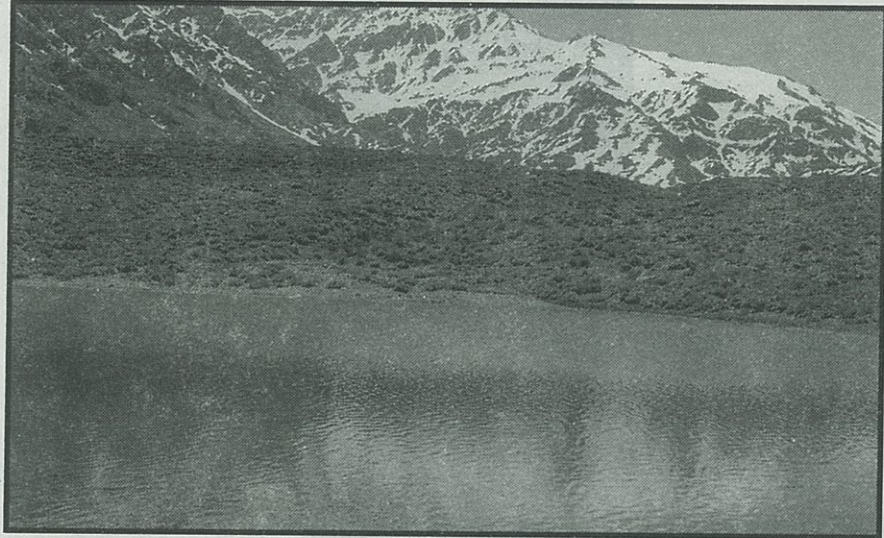
Name: MANSOOR KHA. TERAZHI, INDIA
Nationality: INDIA
Address: C/O. MOUNTAINCLIMBING FOUNDATION, ISLAMOABAD, PAK.
Presented by: S.I.A.S.
Sponsoring Authority: UIAA

A successful and very co-operative climber. This was his first
climb to Indian Himalayas. He has been interested and climbed that
Peak (6600 M. on 10-4-89 and Sun. 10-5-89).

MICHAEL TROUBAD
President of UIAA A.A.
JOSHIA SINGH, Asst. Dir.
Mount. Div. Government of Jammu
& Kashmir
H. C. SARIN
President, Indian
Mountaineering Federation

کواهی نامه صعود قتل

رشته کوهی نامی، ولی ناشناخته



برمکوه گل با دور نمای قله نول جنوبی و قاش سرخ - عکس از کانون پژوهش و شناسایی زاگرس

قسمت آخر

مقدمه:

پیرو درج قسمت اول دنا در شماره ۱۷ از سوی کانون پژوهش و شناسایی زاگرس طی مکاتبه و متعاقباً حضور تعدادی از اعضای کانون در دفتر نشریه کوه نسبت به درج این مقاله اعتراض گردید و عنوان شد که مقاله درج شده حاصل زحمات مشترک این کانون و هیئت کوهنوردی فارس می‌باشد. و هنوز کار تحقیق پایان نیافته است.

به دنبال این تماس، طی مکاتبه‌ای و با ارسال مطالب کانون برای آقای غلامرضا حق‌بین (فرستنده این گزارش) از ایشان درخواست گردید نسبت به موضوع توضیح لازم ارائه گردد که متأسفانه تا کنون هیچ‌گونه تماس در این زمینه برقرار نگردیده است. از سوی دیگر از طرف یکی از کوهنوردان (علی مقیم) مطالب مشروح دیگری دریافت گردید که به ذکر ایرادهای گوناگونی پرداخته شده.

لذا نشریه کوه ضمن رعایت حقوق و احترام به نظر همه این عزیزان از آنها دعوت به عمل می‌آورد به لحاظ اهمیت حفظ روحیه کار تحقیق و بررسی و ارائه اطلاعات صحیح به کوهنوردان و دوستداران طبیعت ضمن برقراری تماس با یکدیگر و بررسی موضوعات مطرحه به نقطه نظرات مشترک

رسیده نشریه خودشان را از نتایج این مهم برخوردار نمایند.

در اینجا، تعدادی از اشعار لری را که بیان‌کننده احترام و علاقه‌بی‌حد مردمان این دیار به دناست را باهم می‌خوانیم:

کوه دنا نه پشکنم خاکش پویزم
مُشک و عنبرش کُنم سنی زلف عزیزم
کوه دنا ره وم بده تا سرت پشینم
سپیل عالمی کُنم و عالم پوینم
کوه دنا پله پله زونیش ندازم
پازن ره گمری ترد کرد و بازم
شور دنا کرفتم مشکو کُنین او
دیبه جفت پازنی چشم نیبره خو

ناگفته‌های دنا

برای رسیدن به ۴۲ قله دنا، حدود ۵۵ مسیر وجود دارد که اغلب مسیرها فقط توسط افراد محلی و شکارچیان در قدیم مورد استفاده قرار می‌گرفته است، ولی برای کوهنوردانی که حتی سالیان دراز دنا را صعود کرده‌اند، ناشناخته است. (جدول کامل شماره ۱ ضمیمه است) در این میان، مسیرهای گردهای و فنی دیواره‌های جنوب غربی، بیشترین سهم را داراست. در حال حاضر، تعداد انگشت

شماری از این مسیرها گشایش یافته که به شرح زیر است:

۱. مسیر دیواره آب سپاه در زیر قله آب

سپاه

به ارتفاع ۵۰۰ متر، توسط گروه استقلال

شیراز،

شهریور ۶۳ (به مناسبت ۱۷ شهریور و جمعه خونین، سه نفر از بهترین یاران این گروه، جان شیرین خود را در راه گشایش این مسیر گذاشتند و در خون پاک خویش غلتیدند. راهشان پرهر و باد.)

۲. اتمام مسیر آب سپاه

به طول ۲۲۰۰ متر گردهای، هیئت استان

کهگیلویه و بویر احمد، تیرماه ۷۱

۳. مسیر رگ نمون، زیر قله کل گردل

به ارتفاع ۴۲۰۰ متر، طول مسیر ۲۰۰۰ متر -

به صورت گردهای، توسط هیئت استان کهگیلویه و

بویر احمد، مرداد ۷۳

۴. مسیر برف انبار

در زیر قله سی چانی به ارتفاع ۴۰۰۰ متر، طول

مسیر ۱۰۰۰ متر به صورت گردهای، توسط گروه

طرح کادشیراز، اسفند ۷۴

۵. مسیر قاش سرخ، بین قله نول و قاش سرخ

به ارتفاع ۴۱۰۰ متر، طول مسیر ۱۶۰۰ متر

گردهای، توسط هیئت استان، تیرماه ۷۵

۶. مسیر کاد در دیواره جنوب غربی قله یازن پیر

طول مسیر ۱۸۰۰ متر به صورت گردهای،

توسط گروه طرح کاد شیراز، شهریور ۷۵

۷. مسیر توف شاه، زیر قله مورگل

به طول ۲۲۰۰ متر (نیمه تمام) در بلندترین

دیواره جنوب غربی دنا، توسط هیئت کوهنوردی

استان، مرداد ۷۷

از ۴۲ قله چهار هزار متری دنا، فقط بر ۸ قله

زیر صعود زمستانی انجام شده و بقیه به صورت بکر

باقی مانده است:

مسیرهای شناخته شده و شناسایی نشده قلل دنا

ردیف	نام قله	تاریخ	ارتفاع قله	مبدأ صعود	ارزش مسیر	مسیر صعود	گشایش توسط
۱	پازن پیر	خرداد ۶۷	۴۲۸۰	یاسوج	کوهپیمایی	خطیر سوخته کروخدا-قله پازن پیر	گروه استقلال شیراز
۲	پازن پیر	شهریور ۷۴	۴۲۸۰	یاسوج	فنی	گاودانه-گرده کاد-قله پازن پیر	گروه طرح کاد شیراز
۳	پازن پیر	خرداد ۷۶	۴۲۸۰	یاسوج	کوهپیمایی	گاودانه-تنگ آب اسپید-دشت گرگی	هیئت استان
۴	پازن پیر		۴۲۸۰	گنجهای	فنی	گردنه مزاری - قله پازن پیر	شناسایی نشده
۵	پازن پیر	خرداد ۷۷	۴۲۸۰	پادنا	یخچالی	تنگ مبه - یخچال شمالی پازن	هیئت استان و کانون پژوهش
۶	پازن پیر		۴۲۸۰	گنجهای	فنی	قاش سرخ - تنگ پازن پیر - قله	شناسایی نشده
۷	قاش سرخ	تیر ۷۵	۴۱۰۰	گنجهای	فنی	تنگ گنجهای-قاش سرخ-گرده قاش سرخ	هیئت استان
۸	نول جنوبی	خرداد ۷۳	۴۱۲۰	کهگول	گردهای	کهگول-گردنه برپاز - گردنه نول جنوبی	هیئت استان
۹	نول شمالی	تیر ۷۰	۴۱۵۰	سی سخت (کهگول)	کوهپیمایی	کهگول - تنگ نول - گردنه نول	گروه استقلال شیراز
۱۰	نولها		۴۱۵۰	نقل پادنا	کوهپیمایی	روستای نقل پادنا-تنگ دنگولو-گردنه نول	گروه کوهیاران شیراز
۱۱	کل خرمن	—	۴۱۹۰	سی سخت	فنی	تنگ کهگول - گردنه زیر کل خرمن	شناسایی نشده
۱۲	برف کرمو	—	۴۱۰۰	کهگول	فنی	کهگول - تل ازوروف - برف کرمو	شناسایی نشده
۱۳	برف کرمو	مرداد ۶۲	۴۱۰۰	سی سخت	کوهپیمایی	گردنه بیژن - تنگ برف کرمو	هیئت استان
۱۴	برف کرمو	—	۴۱۰۰	سی سخت	کوهپیمایی	گردنه بیژن-گردنه قشوریز-کوه سیاه-برف کرمو	شناسایی نشده
۱۵	برد آتش	—	۴۰۰۰	سی سخت	کوهپیمایی	گردنه بیژن - چشمه چکنم - یال شرقی	شناسایی نشده
۱۶	حوض دال	—	۴۲۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	گردنه بیژن - تنگ سی چانی - چشمه پونه	مسیر شناخته شده قدیمی
۱۷	حوض دال	—	۴۲۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	تنگ بزکش - چشمه پونه	مسیر شناخته شده قدیمی
۱۸	حوض دال	اسفند ۷۴	۴۲۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	دره برف انبار - چشمه پونه	گروه طرح کاد شیراز
۱۹	حوض دال	—	۴۲۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	یال چال زرد - خط الرأس - قله	مسیر زمستانی
۲۰	حوض دال	—	۴۲۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	چشمه توف - یال باوقسطا کرده - چشمه پونه	مسیر زمستانی
۲۱	حرا	—	۴۱۵۰	سی سخت	کوهپیمایی	یال قله حوض دال - حرا	در مسیر عبور دیگر قله قرار دارد
۲۲	حرا	—	۴۱۵۰	سی سخت	نیمه فنی	منطقه کبیری-تنگ حرا- حرا	کمتر صعود شده
۲۳	کبیری	—	۴۲۰۰	سی سخت	فنی	کبیری-یال چپ تنگ حرا(یال زشت)-قله	شناسایی نشده
۲۴	بیژن ۱ (ماش)	—	۴۳۵۰	خفر	کوهپیمایی	خفر پادنا-تل ماشکی - قله	کمتر صعود شده
۲۵	بیژن ۱	—	۴۳۰۰	سی سخت	کوهپیمایی	قله حوض دال - حرا-یال شرقی-قله	مسیر عمومی
۲۶	بیژن ۲	—	۴۳۷۰	سی سخت	نیمه فنی	حوض دال-زیر بیژن-یال جنوب شرقی	مسیر عمومی
۲۷	بیژن ۲	—	۴۳۷۰	خفر پادنا	نیمه فنی	تل ماشکی-تنگ فراخ-قله بیژن (برج آسمانی)	شناسایی نشده
۲۸	قزل قله	۵۶	۴۳۵۰	خفر	فنی	تنگ کیخسرو-یال شمالی - قله	اسماعیل زاده - همدان
۲۹	قزل قله	تیر ۷۵	۴۳۵۰	سی سخت	فنی	چشمه خرسی - دیواره جنوبی - قله	هیئت استان
۳۰	قزل قله	تیر ۷۵	۴۳۵۰	سی سخت	فنی	گردنه کیخسرو-توره غربی - قله	هیئت استان
۳۱	بیژن ۳	—	۴۴۵۰	خفر	کوهپیمایی	خفر پادنا-چاپناه شمالی - یخچال قاش مستان	مسیر عمومی
۳۲	بیژن ۳	مرداد ۷۶	۴۴۵۰	خط الرأس	فنی	خط الرأس - تیفه جنوب غربی - قله قاش مستان	محیط زیست استان
۳۳	بن رو	شهریور ۷۷	۴۲۵۰	تنگ سیلاری	فنی	کبیری - تراورس رگ شاه - توف شاه	هیئت استان
۳۴	تل گردل	مرداد ۷۴	۴۲۰۰	بن رو سی سخت	فنی	بن رو - چشمه کره - رگ نمون	هیئت استان
۳۵	کل گردل	—	۴۲۰۰	کبیری	فنی	کبیری - رگ شاه - رگ بوئی	شناسایی نشده
۳۶	تل گردل	—	۴۲۰۰	آب سپاه	فنی	آب سپاه - تنگ خشک - قله	شناسایی نشده
۳۷	آب سپاه	شهریور ۶۳	۴۱۵۰	روستا آب سپاه	فنی	آب سپاه-تنگ فرادای قیامت-تنگ بوتک	شهیدان گروه استقلال شیراز
۳۸	آب سپاه	—	۴۱۵۰	روستا آب سپاه	فنی	گردنه سمت چپ فرادای قیامت - قله	شناسایی نشده
۳۹	چال ولی	—	۴۲۰۰	خونگاہ	فنی	تنگ قنویس - خط الرأس - قله	شناسایی نشده
۴۰	چال ولی	شهریور ۷۶	۴۲۰۰	خفر	کوهپیمایی	خط الرأس شمالی - گردنه بوتک-خط الرأس	استان و کانون پژوهش زاگر
۴۱	چال ولی	—	۴۲۰۰	سیور	کوهپیمایی	تنگ رود قر - دره لای نخود - قله	شناسایی نشده
۴۲	پوتک	مرداد ۷۵	۴۳۷۰	خفر	کوهپیمایی	گینه مون - گردنه بوتک - قله بوتک (پوکوره)	هیئت استان
۴۳	کل نقره ای	—	۴۲۸۰	خونگاہ	فنی	تنگ آب شلو - خط الرأس	شناسایی نشده

۴۴	کل شیدا	—	۴۲۵۰	خونگاه	فنی	تنگ شاه قاسم - قله	شناسایی نشده
۴۵	کل نقره‌ای	شهریور ۷۶	۴۲۸۰	خفر	کوهپیمایی	خط‌الرأس شمالی - گردنه پونک - خط‌الرأس	هیئت استان و کانون پژوهش
۴۶	کل شیدا	شهریور ۷۶	۴۲۵۰	خفر	کوهپیمایی	خط‌الرأس شمالی - گردنه پونک - خط‌الرأس	هیئت استان و کانون پژوهش
۴۷	قلات بزی	شهریور ۷۶	۴۲۵۰	خفر	کوهپیمایی	خط‌الرأس شمالی - گردنه پونک - خط‌الرأس - قله	هیئت استان و کانون پژوهش
۴۸	قلات بزی	تیر ۷۷	۴۲۵۰	سیور	کوهپیمایی	تنگ رود قر - آب اسپید - قله	هیئت استان و محیط‌زیست
۴۹	حوض‌دال‌شمالی	مرداد ۷۴	۴۰۵۰	خفر	کوهپیمایی	خفر - جبهه شمالی - قله	هیئت استان
۴۹	کل اسد	مرداد ۷۴	۴۱۰۰	خفر	کوهپیمایی	خفر - چشمه محمد رسول‌الله - خط‌الرأس	هیئت استان
۵۰	کل اسپید	مرداد ۷۴	۴۱۰۰	خفر	کوهپیمایی	خفر - یال چپ تنگ آبشار - خط‌الرأس - قله	هیئت استان
۵۱	کل قدویس	تیر ۷۲	۴۲۸۰	میمند	کوهپیمایی	گردنه میمند - خاکی - میشه شور - قله	هیئت استان
۵۲	کل قدویس	شهریور ۷۶	۴۲۸۰	میمند	نیمه‌فنی	گردنه میمند - تنگ شنبلیله‌نون - قله	هیئت استان و کانون پژوهش
۵۳	کل قدویس	—	۴۲۸۰	میمند	کوهپیمایی	روستای خرسان - تنگ خرسان - هال علی	شناسایی نشده
۵۴	کل قدویس	—	۴۲۸۰	میمند	کوهپیمایی	میمند - چشمه بلوطک - تنگ گاورو - قله	شناسایی نشده
۵۵	کل قدویس	—	۴۲۸۰	آب ملخ	کوهپیمایی	تنگ اناپکی - گردنه اناپکی - خط‌الرأس - قله	مسیر عمومی و قدیمی

آبشارهای دنا

اگر در هر تنگ، یک آبشار جریان داشته باشد، حدود ۳۰ آبشار در رشته دنا وجود دارد؛ در حالی که بعضی از این تنگ‌ها، بیش از دهها آبشار دارد.

آبشارهای تنگ‌های شمالی دنا عبارتند از:
* تنگ آبشار خفر که در آن آبشارهای متعددی وجود دارد، تنگ پونه در زیر کاسه لوکوره که در آن دهها آبشار بلند وجود دارد، تنگ کیخسرو و آبشارهای داخل تنگ، تنگ رود قرو و آبشارهای رود قرو، آبشار لای نخود در ماندگان، آبشار معجزگاه و تخت سلیمان در تنگ معجز آب ملخ، آبشار سرباز در کنار روستای سرباز گردنه بیژن، آبشارهای تنگ دنگزلو، آبشارهای تنگ تاپو، آبشارهای تنگ رمبسه، و در قسمت‌های جنوبی دنا به ترتیب از شرق به طرف غرب عبارتند از:

* آبشارهای تنگ گاودانه پازن پیر، آبشارهای تنگ توبادی و تنگ مهران، آبشارهای تنگ گنج‌ای، آبشارهای تنگ نول و تنگ کهکول، آبشار برف انبار، آبشارهای منطقه کپیری و بن رود (آبشار دره ناری، آبشار بلیو، آبشار سیلاری، آبشار توف شاه و آبشار کره)، آبشار آب سپاه، آبشار تنگ قدویس، آبشار کل نقره‌ای، آبشار آب شلو، آبشارهای تنگ شاه قاسم و آبشارهای تنگ شنبلیله دون در میمند. در انتها، اسامی قلل دنا با بهترین مسیرهای صعود ارائه می‌شود، باشد که مورد استفاده همگان قرار گیرد و ما نیز بتوانیم در راه توسعه منطقه، سهمی ایفا کنیم. ▲



عکس از کانون پژوهش و شناسایی زاگرس

غار یخ

به اصطلاح برخی عزیزان، همچون مرواریدی بر تارک دنا می‌درخشد. غاری است در ارتفاع ۳۸۶۰ متری که از دوران یخبندان باقی مانده است و طول آن به ۲۶۰ متر می‌رسد. دیواره آن سنگی و کف آن با یخ بلوری به قطر تقریبی یک متر پوشیده شده است و آب در زیر آن جریان دارد. دارای استالاکمیت و استالاکتیتها و آبشارهای یخی است که ارتفاع بعضی از آنها به بیش از ۳ متر می‌رسد در تنگ کیخسرو، زیر قله هرم به ارتفاع ۴۰۵۰ متر قرار دارد. خلاصه مجموعه‌ای است بدیع و بسیار زیبا از آثار خلقت که هرکسی را آرزوی دیدنش هست و آن‌گاه گفتن تبارک‌الله...

شهر باستانی دینار

آثاری به جا مانده از عصر ساسانی است آرمیده در آغوش دنا، که هر تکه از ساروجهایش، حدیث آشنای دیرین را بازگو می‌کند. وقتی در داخل خرابه آن قدم می‌زنی، غربتی عظیم را همراه با غرور ملی با تمام وجود حس می‌کنی. متأسفانه هیچ‌گونه تحقیق و حفاظتی بر روی این آثار باستانی با ارزش صورت نگرفته است. منطقه‌ای بسیار وسیع است در زیر دیواره‌های جنوب غربی در بوی احمد سفلی که اکنون به شکل مخروطه درآمده است و اهالی روستاهای نزدیک از ساروجها و سنگهای آن برای ساختمان استفاده می‌کنند. وجه تسمیه آن، کوه دناست، چون در قدیم دنا را رشته دینار نیز می‌نامیدند.

غار سیمرغ

گزارش از انوشیروان رافع (۱)

همه‌ی گروه مصمم بودیم تا به دهانه غار برسیم. ننگه کرد سیمرغ ز افراز کوه بدانست چون دید سام و گروه چندین بار پیشتاز گروه‌مان (به قول کوهنوردان، سرطناب) با خطر سقوط مواجه شد. که من به شوخی گفتم تا پری از سیمرغ را آتش زند.

بزد پر و سیمرغ بر شد به ابر همی حلقه زد بر سر مرد «ژبر» (۲) ز کوه اندر آمد چو ابر بهار گرفته تن زال را در کنار با هر مشقتی بود پس از چند ساعت تلاش فرد سرطناب به دهانه‌ی غار رسید.

گـرـانـمـایـه سیمرغ برداشتش جـهـان آفرید خوار نگذاشتش درون دهانه جا برای تمام گروه نبود به خاطر همین، فقط یکی دیگر از دوستان صعود نمود و عظمت غار را از نزدیک مشاهده کرد، ما نیز با صلوات آنان را همراهی کردیم در حالی که چشمانمان پر از اشک شده بود.

ز بـویـش جـهـانی پر از شک شد دو دیده مرا تر و لب خشک شد به گفته‌ی دوستان دهانه‌ی غار که به صورت یک کاسه بزرگ است لانه‌ی بزرگ عقابی وجود دارد و در اطراف آن مقدار زیادی شیرهی سنگ (مومیایی، به قول محلی‌ها موملایی) وجود دارد که خود دارویی مؤثر برای امراض مختلف از قبیل شکستگی است.

عصر همانروز غار را ترک نموده و به پایین کوه فرود آمدیم، خوشحال از آنکه توانسته‌ایم برای اولین بار به جایی صعود کنیم که بکر و دست نخورده است.

فرود آمد و خاک را بوسه داد بسیی از جهان آفرین کرد یاد خدای را سپاس می‌گوییم که به ما قدرت آن را داد تا یکی دیگر از ناشناخته‌ها را از نزدیک ببینیم. ستودن نداند کس او را چو هست میان بندگی را ببايدت بست Δ

(۱) از گروه کوهنوردی صدا و سیمای زاهدان.

(۲) ژبر در شاهنامه گبر آمده است.

به همین جهت کمپ و و پایگاه اصلی خود را در این کپرنشین بنا نهادیم. شبی را در آنجا به صبح رساندیم و سحر هنگام به سوی هامونت حرکت نمودیم.

حال دیگر می‌توانستیم دهانه‌ی غار را ببینیم. غار درست در کمر کوه قرار دارد و رفتن به درون غار از هیچ مسیری میسر نیست به جز شکافی که درست از پای کوه تا دهانه‌ی غار است. از پایین کاملاً مشخص است مسیری را که بایستی صعود کنیم تا به سیمرغ برسیم بس سخت و طاقت‌فرسا است.

به قول فردوسی:

زیـبـانـم بدو بر ستایش گرفت
به سیمرغ بر دم نماز ای شگفت

به پای دیواره رسیدیم و پس از اندکی استراحت شروع به صعود نمودیم، در ابتدای مسیر کار آن چنان دشوار نبود، اما پس از صعود حدود ۸۰ متر بر روی دیواره عرق ناامیدی بر چهره ما نشست.

امیدم به سیمرغ مانده مدام دلی مستمند و رخ زردفام صعود را با هر مشقتی بود ادامه دادیم، ناگهان سنگی از زیر پای من رها شد و به صورت یکی از هموردان اصابت نمود و او را مجروح کرد.

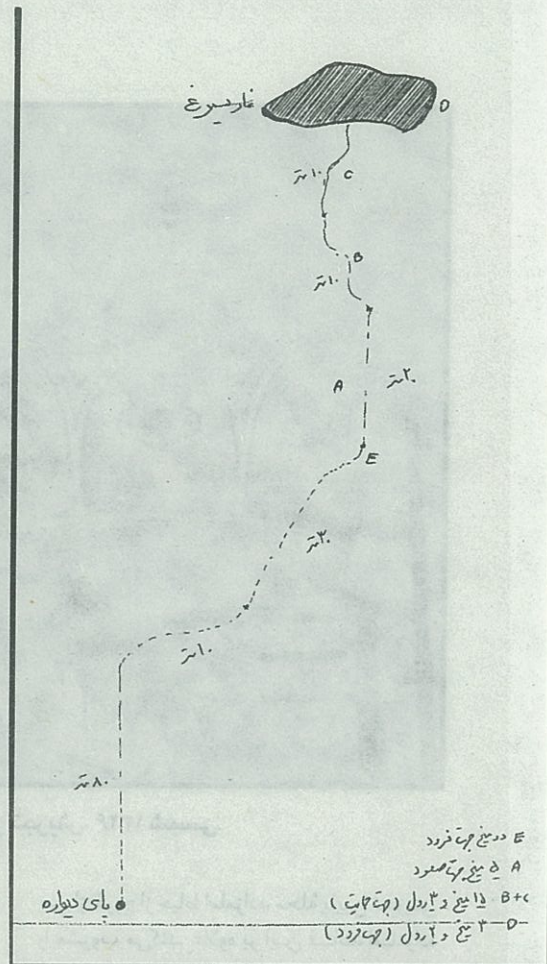
به یاد حرف یکی از اهالی شهیدان افتادم که می‌گفت: اسم دیگر هامونت قلعه‌ی سنگ‌ریزان است و هرکس بخواهد به غار برسد خواجه به او سنگ می‌زند.

یکی از دوستان آرام و به شوخی گفت که هنوز از جانش سیر نشده است.

به سیمرغ بنگر که دستان چه گفت که سیر آمدستی همانا ز جفت آن روز مجبور شدیم کار را رها کنیم و باقی کار را برای فردا بگذاریم، مسیر را به کمک طناب، فرود آمدیم، یکی از دوستان با خوشحالی گفت که پیشرفت امروز بد نبوده است.

فرود آمد از کوه و بالای خواست یکی جامه خسرو آرای خواست شب را پای کوه به صبح رساندیم:

فرو برد سر پیش سیمرغ فرود
نیایش همی بافرین بر فرود
فردای آن روز به غیر از دوستان که مجروح شده بود باقی با عزمی آهنین حرکت نمودیم. آن روز



بنام خداوند جان و خرد
کزین برتر اندیشه برنگذرد

افسانه غار سیمرغ

در شصت کیلومتری بخش زابلی از توابع شهرستان سراوان کوهی است به نام هامنت این کوه برای بومیان منطقه و حتی مردم بلوچستان پاکستان حائز اهمیت است و جنبه زیارتی دارد.

مردم منطقه بر این اعتقادند که در زمانهای دور پیری فرزانه و عارف به نام هامنت در غاری بر فراز همین کوه زندگی می‌کرد. آنان معتقدند که در این غار هنوز پرنده‌ای افسانه‌ای (سیمرغ) زندگی می‌کند.

ما پس از شنیدن این سخنان برنامه‌ریزی نمودیم تا این غار را از نزدیک ببینیم. به این واسطه به سوی (کپرنشین شهیدان) حرکت نمودیم، روستایی باصفا در دل کوه هامونت.

از مردم منطقه سراغ غار سیمرغ را گرفتیم. آنان ابتدا ما را از رفتن به سوی هامونت بازداشتند. اما چون اصرار ما را دیدند حاضر شدند تا به ما کمک کنند.

تجربیش

در گذشته و حال

قسمت آخر

تحقیق و نوشته صفر زمانی (۱)



گنبد و قسمتی از برج ساعت امامزاده صالح در تجربیش، ۱۳۲۶ شمسی.

پس از خروج از حیاط امامزاده، محله پایین تجربیش را مشروب می‌کند. علاوه بر این قنات، امامزاده صالح از آب لوله‌کشی تهران نیز استفاده می‌نماید. تا چندی پیش، در ضلع شرقی و جنوبی حیاط امامزاده صالح، تعدادی مقابر رجال گذشته وجود داشت چون: مقبره خاندان مشیرالدوله پیرنیا یا مقبره مرحوم محمدولی خان سپهسالار تنکابنی و دیگران که بهترین نمونه از مقبره‌سازی و معماری گذشته ایران بودند و جزء آثار باستانی به حساب می‌آمدند، اما به حدود دو یا سه سال پیش، ظرف یک یا دو شب، بدون توجه به باستانی بودن این مقابر، آنها را با بولدوزر خراب کردند.

چند نکته تاریخی راجع به

تجربیش: ۱. زبان مردمان تجربیش، قبل از صدسال پیش، زبان اهالی شمیران، یعنی شعبه‌ای از لهجه تاتی بوده، ولی امروزه، به دلیل وجود رادیو و تلویزیون و مدارس جدید، این زبان به کلی از بین رفته است و تجربیشها مثل سایر ساکنان تهران، به زبان فارسی رایج در تهران صحبت می‌کنند.

۲. در کتاب راحه‌الصدور در احوال طغرل اول سلجوقی آمده است: «سلطان از تبریز به سوی ری رفت تا زفاف به دارالملک باشد. اندک مایه رنج بروی مستولی شد به قصران بیرونی به در ری به دبه «طجرت» از جهت خنکی هوا نزول فرمود، چه حرارت هوا به غایت بود. رعاغ بروی مستولی شد و به هیچ دارو امساک نپذیرفت تا قوت ساقط شد و از دنیا رفت» اصل قضیه این بود که طغرل سلجوقی از

که تصور می‌رود مربوط به قرن هفتم و هشتم هجری است. بنای اصلی بقعه، شامل ساختمان چهارگوش بزرگ و مستحکمی با دیوارهایی قطور است که فضای درونی آن حرمی شش‌متر و نیم در شش‌متر و نیم وسعت دارد و وضع طاقماها و شیوه ساختمان و پوشش آن می‌رساند که از اثنیه قرن هفتم یا هشتم هجری باشد و قطعات سنگهای مزار که کف حرم بوده، چندی قبل ضمن تجدید فرش حرم، آنها را بیرون آورده و در صحن به کار برده‌اند، مؤید این نظر است. در وسط حرم وسیع مزبور، ضریحی از نقره و چوب که بنا به گفته آقای ابوالقاسم، متولی فعلی بقعه (زمان نگارش این نوشته آقای مصطفوی) به وسیله میرزا سعیدخان، وزیر امور خارجه (مقصود میرزا سعید خان مؤتمن الملک است)، تهیه گردیده است نصب می‌باشد. داخل ضریح مزبور، ضریح دیگری از چوب به سبک خانه‌بندی بدیع خراطی قرار دارد و در میان ضریح دوم، صندوقی که اهمیت تاریخی ندارد، کمی مورب قرار گرفته است. ایوان ورودی و رواق در سمت شمال حرم واقع گشته... گنبد کاشی بقعه، هشت سال پیش در آخرین سال عمر مرحوم حسن فداکار، به خرج مشارالیه تعمیر و کاشیکاری آن تجدید شد.

در حیاط امامزاده صالح، چنار کهنسال آن قرار دارد و به قول دکتر پولاک، نخستین استاد پزشکی دارالفنون: «چنار فوق‌العاده کهنی در قریه تجربیش که از مهمترین نمونه‌های این درخت در جهان شمرده می‌شود» (ترجمه سفرنامه پولاک ص ۷۶/۷۵). در این حیاط، قناتی نیز جاری است که

امامزاده صالح: این امامزاده، بنا بر زیارتنامه‌ای که در صحن آن قرار دارد، (اسمش حسن، پسر امام موسی کاظم(ع) است ولی آقای حجت بلاغی می‌گویند که این انتساب صحیح نیست و کتب انساب فقط دو «حسن صالح» را نقل می‌کند که با به ری گذاشتند که یکی، حسن صالح بن محمدبن احمدبن حسن بن احمدبن حسین بن علی بن عمر بن امام زین‌العابدین علیه‌السلام و دیگری، حسن صالح بن حسین بن عیسی بن یحیی بن حسین بن زبیدن امام زین‌العابدین علیه‌السلام است و امامزاده صالح، باید یکی از این دو باشد. گرچه این رباعی مکتوب بر سر در ورودی رواق امامزاده، این قول را نفی می‌کند:

شاهی که خاک درگهش از عرش برتر است
با حضرت رضا شه هاشم برابر است
نام نکوش حضرت صالح که در نسب
گلدسته‌ای ز گلشن موسی بن جعفر است
ساختمان کهن این امامزاده در ۱۲۱۰ قمری، به وسیله هلاکومیرزای قاجار، پسر فتحعلی‌شاه تعمیر شد و طبق کتبه مورخ ۱۲۱۰ قمری بر سر در امامزاده، به امر این شاهزاده «نقاشیهای ظریف و مقرنس‌کاریهای استادانه در داخل حرم و استحکام بنا از طرف خارج و احداث گنبد و کاشیکاریهای بقعه» به عمل آمد و این رباعی که بر سر در ورودی رواق منقوش است و این عمل هلاکومیرزا در آن مندرج است:

ایران که نظیر روضه رضوان شد
از فتحعلی‌شاه شه دوران شد
هر جاز ملک زاده‌ای آمد آباد
این روضه چو جنت از هلاکوخان شد
باستان‌شناس معروف، مرحوم سیدمحمدتقی مصطفوی در «آثار تاریخی تهران» (صفحات ۲۳۳ و ۲۳۷ و ۲۳۸) در شرح این بقعه چنین می‌نویسد: «این بقعه، بنای چهارگوش بزرگ و محکمی است

طریق وزیر خود عبدالملک کندی، از خلیفه‌القائم بالله سیده، دختر او را به خواستگاری خواست. خلیفه دختر خود را با قاضی بغداد به تبریز فرستاد و او صیغه عقد جاری کرد. طغرل این دختر را به ری دارالملک آورد تا بدانجا زفاف کند، چون به ری رسید به قریه طجرشت رفت و به مرض رعاف درگذشت (هشتم رمضان ۴۵۵ قمری). جنازه او را از «طجرشت» به شهرری آوردند و در برج طغرل کنونی، دفن کردند و دختر خلیفه را نیز به بغداد پس فرستادند. طجرشت بنا بر قول مرحوم محمد قزوینی (یادداشتها ج ۵ ص ۲۹۱) و عباس اقبال (مجله یادگار، سال اول، شماره ۲، ص ۱۶) همین تجریش است.

۳. ناصرالدین شاه دختر سیدتقی تجریشی را به نکاح منقطع خود درآورد و از او صاحب دختری شد به نام ضیاءالسلطنه. او این دختر را به سیدزین‌العابدین، امام جمعه تهران داد و ضیاءالسلطنه از امام جمعه یک پسر و یک دختر آورد. پسر همان سیدجواد ظهیرالاسلام و دختر، خانم ضیاءالسلطنه دوم است که زوجه مرحوم دکتر محمد مصدق شد.

میدان سرپل: این میدان که نام خود را از پل بزرگی می‌گیرد که در وسط آن ساخته‌اند، یکی از میدانهای بزرگ تجریش است که از چندسال پیش، جایگاه اتوبوسهای شرکت واحد در قسمت جنوبی آن تأسیس شده است.

بنا به گفته معمران، پیش از پهلوی اول، این میدان بدین شکل و این پل وسیع بدین نحو نبود، به جای میدان، دو طرف سنگلاخ رودخانه بود و اهالی با پل چوبی روستایی از رودخانه عبور می‌کردند. پهلوی اول، پس از آنکه جاده پهلوی (خیابان ولی‌عصر کنونی) را بین شمیران و تهران کشید، بر آن شد که این جاده را به میدان تجریش (میدان قدس کنونی) وصل کند. پس دستور داد که این پل بزرگ را احداث کنند و میدان سرپل را با ایجاد این پل به وجود آوردند. از آنجا که میدان سرپل در مسیر نسیم توجال قرار دارد، در روزهای تأسیس آن، این نسیم از یک سو و نبودن این همه خودروهایی هوا آلوده کن از سوی دیگر، هوای آن را یکی از بهترین هواهای خوش نزدیک تهران کرده بود و مردم متعین تهران، به تابستانها سعی می‌کردند که غروب خود را در آنجا، خاصه در امتداد شمال ناحیه غربی رودخانه که امروز خیابانی اسفالت شده است، به روی سنگها بگذرانند و سینه خود را با آن نسیم بهشتی آشنا کنند. از مطالب فراموش نشدنی این میدان که عهدهش به هفتاد سال پیش می‌گردد، بستنی است که در سرپل، مردم از مردی به نام محمدریش می‌خریدند. محمدریش مرد نسبتاً تنومند و هیکل داری بود که لباس سفیدی مثل لباس

تابستانی عربها برتن می‌کرد و با ریش سیاه طویل خود، شکل و هیئتی خاص و متمایز از دیگران داشت. او با چهار چرخه مخصوصی، بشکه بستنی خود را در قسمت شمال میدان قرار می‌داد و به وقت غروب، بستنی خود را عرضه می‌کرد. شوخ‌طبعان شمیرانی و تهرانی، با قافیه «ریش» و «تجریش» در مورد او تصنیفهایی ساخته بودند.

پس از رفتن پهلوی اول، در سال دوم حکومت پهلوی دوم، سیل عظیمی قسمت جنوبی این پل را ویران و آن را تبدیل به پرتگاه خطرناکی کرد و یکی دو سال وضع بدین منوال بود تا آنکه دوباره، پل از بین رفته ساخته شد و میدان وسعت گرفت و وسط آن گلکاری و باز برای مدتها تفرجگاه شد، منتها با کثرت اتومبیلهای سواری و اتوبوسها و آلودگی هوا، کم‌کم دوره تفرجگاهی آن رو به انتها گذاشت.

قبل از رونق سرپل تجریش، تفرجگاه عمومی و شمالی تهران، در میدانی در قسمت شمال قلهک، درست مقابل درب شمالی سفارت بیلاقی انگلیس و مقابل ایستگاه درویش واقع بود. این میدان که اکنون محل پمپ‌بازین و چند ساختمان شده است در غرب جاده شمیران قرار داشت و در اوایل دوره پهلوی اول، تفرجگاهی بود که با جاده‌های منشعب از جاده قدیم شمیران در جنوب و غرب خود به تیغستان راه داشت و به زمانی که تیمور تاش در قلهک تابستان خود را می‌گذراند، این میدان رونق فراوان داشت، ولی بعدها این رونق را به میدان سرپل تجریش داد. قبل از تفرجگاه قلهک، تفرجگاه مردم، «سر استخر ملک» بود. این استخر در زیر باغ ملک (ملک التجار پدر حاجی حسین آقای ملک) بین تجریش و دربند بود که امروزه قصرملک وجود دارد، ولی آن استخر به زیر ساختمان رفته است. باری با به وجود آمدن سرپل، تهرانیهای متعین و شمیرانیهای اهل ذوق، برای ساعات اولیه شب خود، محل خوبی برای تفریح داشتند، ولی امروزه، این منطقه با شلوغی زیاد و تبدیل شدن ایستگاه ماشینهای سواری و اتوبوس، دچار آلودگی هوا شده است و دیگر محلی برای تفریح در آن وجود ندارد.

تکیه بازار تجریش: این تکیه، یکی از دو تکیه تجریش است که ساختمانش به ظاهر، همزمان با احداث بازار است. در این تکیه، ما چهار «در» می‌بینیم که با «در» واقع در جنوب شرقی آن، راه به امامزاده صالح پیدا می‌کند و با «در» جنوبی، به محله جنوبی میدان سرپل می‌رود. (محلای که فعلاً تخریب شده و قسمتی از آن تبدیل به ایستگاه ماشینهای شرکت واحد گردیده است). دو در دیگر، یکی در قسمت شمال شرقی آن و رو به بازار واقع است و آن را به بازار مربوط می‌کند و دومی در شمال غربی قرار دارد و راه ورودی این تکیه به میدان

سرپل است.

در وسط آن، محل وسیعی است که در ایام سال، به غیر از دهه عاشورا، در آن میوه و سبزی عرضه می‌شود و در چهار طرف خود تکیه نیز، ساختمان دو طبقه است که طبقه اول، آن را دکاکین تشکیل می‌دهند و طبقه فوقانی آن را اتاقهای تجاری.

در ایام سال، این تکیه یکی از مراکز بازرگانی شمیران است و فقط ده دوازده روز اول محرم هر سال، این مرکز تجاری تبدیل به محل عزاداری می‌شود. سقف آن بسیار مرتفع و با شیروانی پوشیده شده است و به نقل مسوولان، درآمد موقوفات تکیه و اجاره بهای دکاکین و اتاقهای فوقانی آن، به هزینه مصارف دهه عاشورا می‌رسد.

در تاریخ ۲۳ مهر ۱۳۱۴ شمسی، وقفنامه‌ای درباره تکیه علیای تجریش (یعنی تکیه واقع در منتهاالبه غربی بازار که امروز در شرق راهروی اتومبیلهای شرکت واحد قرار دارد) تنظیم شد و به موجب آن، مالکان نام برده شده در وقفنامه، آقای شیخ ابوالقاسم ذاکری را وکیل شرعی و قائم مقام قانونی خود کردند تا درباره وقف املاک آنها تصمیمی بگیرد. او با مهافت اداره اوقاف، آقای ارسلان خلعتبری تنکابنی را وکیل و نماینده مختار در این کار کرد که تصمیم نهایی را نسبت به رقبات ملکی مالکان مزبور اتخاذ کند و پس از نشستهای متعدد، تصمیم بر آن گرفت که طبق رأی آن مالکان او املاک آنها را وقف «اباعبدالله الحسین علیه‌السلام» کند و عواید حاصله از آن نیز برار مصرف مخارج عزاداری و هزینه اطعام ایام عاشورا منظور شود و طبق این وقفنامه، آقای محمود کشتکار، خود و اولادش، نسل بعد از نسل، متولی این وقف شدند. امروزه طبق این وقفنامه (که رونوشت آن به دست است) عواید موقوفات مزبور خرج می‌شود. Δ

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

مأخذ تصاویر: کتاب جغرافیای تاریخی شمیران

«دوبیتی به لهجه محلی تجریش قدیم»

بهاریه

بَسُو ننه سرما و بهار بَبُومُو
مُنْ باغ گل برای یار بَبُومُو
اَو گِپِیْن برفا مَن سَر کوه
اشک چشمو پَن به چشمه‌سار بَبُومُو

رفت ننه سرما و بهار آمده

به باغ گل برای یار آمده

آب شده برف به بالای کوه

نگاه کن اشک چشم به چشمه‌سار آمده

امیرسعید موسوی

قندیل

نگین کردستان



نمایی از کوهستان قندیل، قله اصلی در پشت دیده می‌شود.

بار دگر می‌خواهیم در پناه یکی از کوه‌های زاگرس، آن پیر فرزانه که ما را در پناه خود گرفته و در طول تاریخ شاهد غم و شادی ما بوده و گاه دست نوازش بر سر ما کشیده و از مواهب خود ما را بهره‌مند ساخته است. کوه «قندیل» نگین کردستان صعود کنیم یکی از قله‌های معروف غرب کشور در مثلث مرز کردستان ایران، کردستان عراق و کردستان ترکیه کوهستان قندیل و قله معروف آن «که و که ز» با ۳۸۰۰ متر ارتفاع در بیش می‌گیریم آخرهای بهار ۱۳۷۸ است امسال در مقابل تمام نامهربانی‌های ما به طبیعت و نمک شناسیها «طبیعت» هم به ما پشت کرد در آه و حسرت باران و برف ... باز می‌خواهیم به یادبود سالگرد صعود کوهنوردان ایران بر بام دنیا «اورست» به بلندترین کوه منطقه بایستیم کوه‌هایی که هرچند از باد و باران تازیان می‌خورند و در ابرهای قیرگون فرو می‌روند لیکن بر بلندیشان بهتر و عمیقتر نفس می‌کشیم در این خشکسالی بار دگر به قصد زیارت از آن بالا برویم و خویشتن را به ابدیت نزدیکتر احساس کنیم مقصد «قندیل» در غرب شهرستان «پیرانشهر» است. سیزده خردادماه است با آرزوی رفتن به قندیل و طبیعت سرسبز آن توشه شوق و سوار ماشین آرزوها شدیم تا با هر دو چشم بینا صفحه‌های کتاب طبیعت و بلندای قندیل بر دل ما باقی بماند با آب

«رودخانه کَلوی کوهستان قندیل» همزمان با سیروان خودمان را به دریای بی‌پایان معرفت بسپاریم و با آن آمیخته شویم. دشت پیران در پیرانشهر و روستای «نمنجه» در ۵ کیلومتری پیرانشهر به شهرستان «سردشت» واقع در استان آذربایجان غربی آخرین مسیری است که ماشین می‌پیماید.

پیران، لاجان، منگور سه منطقه در شهرستان پیرانشهر است که «منگور» در مسیر پیرانشهر به سردشت واقع شده است. لاجان شهر پَسو، به پیرانشهر و پیران به پیرانشهر که ویژگی‌های همه کشاورزی و دامپروری است.

کاروان کوهنوردی ما شانزده نفر از شهرستان دیواندره در آبادی نمنجه پیاده شده است از یال روبروی آبادی نمنجه باید بالا رفت و مسیر پاکوب را ادامه داد از مشخص‌ترین ویژگی‌های «قندیل» اینکه راه‌ها باریک در میان پیچ‌وخم کوه و جنگل سنگها و کوه‌هایی که هنوز دست طبیعت آنها را به حرکت در نیاورده است گاهی رو به بالا و گاهی رو به پایین که رهروان را به اندیشه عمیق وامی‌دارد این مسیر اصطلاحاً «دولی کانی رهش»^۱ گویند. اینجا دیگر رودخانه آب‌های جاری ارتفاعات قندیل سرچشمه می‌گیرد مانند ماری از میان جنگل و

دره‌ها مشاهده می‌کنی که به رودخانه سردشت یا «کلوی»^۲ یا زاب می‌ریزد و بعداً به رودخانه سیروان در خاتمه به خاک عراق.

به موازات رودخانه مسیر پاکوب را ادامه داده و بعد از چهار ساعت کوهپیمایی به محل هوار^۳ امداران جایی است به نام «شمه کوتال» می‌رسیم جایی مناسب برای استقرار شبانه که دره‌ها و امنه‌های آن پوشیده از درختان سبز که جویباران در ن اسیر تقدیر هستند که پیچ و تنگ‌های کوه را چنان ه نظر می‌رسد تمام نمی‌شود اینجا دیگر قله کوه قندیل همان که و که ز سربرافراشته و آرام و رنجور ز تمام مصائب انسانها به طبیعت ولی خویشتندار رف و همه برف از دور هویدا می‌گردد. برخلاف بیشتر کوه‌های دیگر که اغلب ماشین تا پای کوه می‌رود اینجا چنان سخت و کوهستانی است که اصله ۲۵ کیلومتر به پای کوه نه راه ماشینی است و ه جاده‌ای و کلاً باید پیاده راه را پیمود. با دیدن ندیل از دور خستگی رخت بر بسته با آمدن شب سمان غرق ستاره‌ها می‌گردد. پیر کوهستان از یک طرف، جوشش رودخانه قندیل از طرف دیگر صدای پرندگان ستفونی طبیعت را کامل کرده است جای رخوت و سستی نیست به صفای طبیعت همچون نوزادی که متولد می‌شود آرام ما را در خود می‌گیرد خوابی و خیالی و تجدید قوا.

دوباره در پگاه بامدادی تولدی دیگر حرکت طی طریق این آهنگ ابدی زایش و زندگی حرکت صبح زود راه افتاده هنوز خواب تاریکی شب محو روشنایی نشده است راه پاکوب را تشخیص می‌دهیم مخصوصاً که خرمان خیال و عشق و زندگی در اینجا به شکوفه می‌نشیند در این صبح صادق، نسیم صبحگاهان و آواز رودخانه قندیل را توشه رهمان کردیم.

بعد از ۲ ساعت کوهپیمایی «هوار شمه کوتال»^۴ را پشت سر گذاشته به جایی می‌رسیم که حالت آبشار دارد که باید از عرض رودخانه حتماً رد شویم اینجا «در اوسپی»^۵ است بعد از عبور از عرض رودخانه ادامه مسیر موازی رودخانه را پی گرفته که «هوار تانچوک»^۶ و دوباره محل استقرار امداران دیگر است در این سال بخت برگشته که برف و باران کم بود طبیعت اینجا چنان انسان را متحیر می‌کند. همه جا برف و آب و آبشار تقریباً تا قله ۴ ساعت مانده در مسیر کوهنوردان زیادی است که امسال از قندیل و طبیعت آن استقبال کرده‌اند کانون کوهنوردان بوکان - مهاباد - گروه کوهنوردان آزاد

چراغ قوه

تارا

TARA

flashlight



چراغ قوه های ضد آب تارا

محکم • بادوام

در اندازه و مدل های مختلف



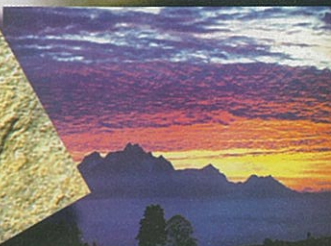
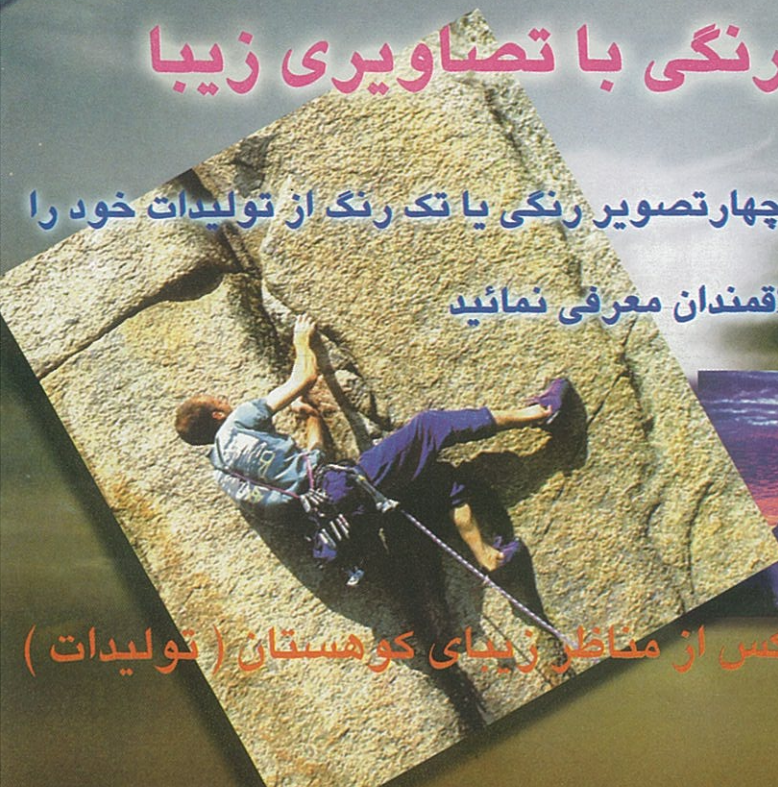
۱۳۷۹

قابل توجه کلیه علاقمندان و تولید کنندگان وسایل ورزش کوهنوردی

اولین تقویم چهار فصل رنگی با تصاویری زیبا

شما تولیدکننده عزیز میتوانید یک تصویر تا چهار تصویر رنگی یا تک رنگ از تولیدات خود را

در این تقویم به علاقمندان معرفی نمائید



مشخصات:

اندازه ۵۰×۳۵

چهار صفحه تمام رنگی

هر صفحه شامل یک عکس فنی و یک عکس از مناظر زیبای کوهستان (تولیدات)

فضای مناسب برای معرفی محصولات

جهت سفارش با تلفنهای: ۶۴۹۰۹۲۰ و ۶۴۶۵۶۸۲ (نوریان) یا مجتمع ورزشی کوهستانی شیرپلا تماس حاصل نمائید

FARNAM



فرنام

اولین تولید کننده پوشاک پلار در ایران

تولیدی فرنام با چند سال سابقه ارزنده در تولید پوشاک ورزشی از جمله: ست کامل پلار، بادگیر، پانچو و دیگر پوشاک ورزشی در خدمت مصرف کنندگان

مشخصات:

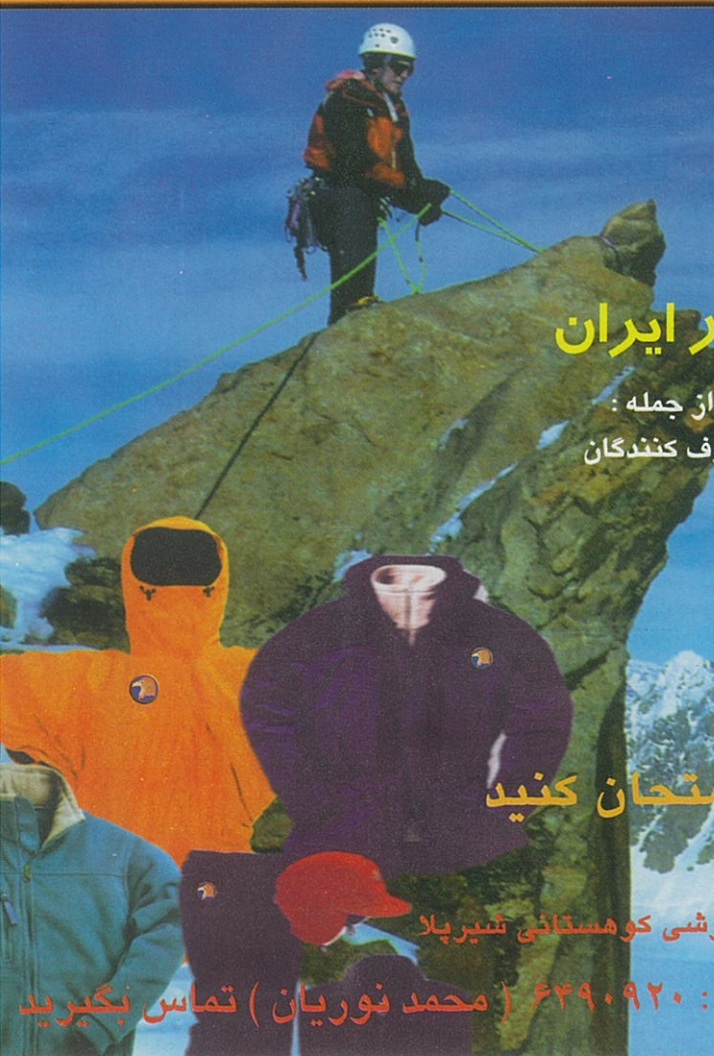
پوشاک پلار جزو بهترین پوششهای زمستانی در ورزش میباشد که در جهان در ورزشهای کوهنوردی و اسکی مصرف بیشتری دارد، از مشخصه های بارز این پوشاک وزن کم، جذب آب به میزان حداکثر ۵٪ و قدرت گرم کنندگی بالا میباشد.

کافیست یک بار محصولات فرنام را امتحان کنید

مراکز خرید در تهران: فروشگاه آدیوس تلفن: ۰۵۴۸۳۲۳۹

فروشگاه کوهسار دربند تلفن: ۰۲۷۱۴۹۰۵ و فروشگاه مجتمع ورزشی کوهستانی شیرپلا

جهت تماس مستقیم و یا سفارش کلی لطفا با تلفن: ۶۴۹۰۹۲۰ (محمد نوریان) تماس بگیرید



شقایق

نامی آشنا

در تولیدات کوهنوردی کشور

ساخت انواع سمیلاتورهای

چرخان با آخرین فن آوری

بدن سازی در ورزش سنگنوردی

(Rotary Simulator)

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

نمابر: ۰۲۶۱-۴۴۲۸۵۷-۴۵۹۱۷۱

صندوق پستی: کرج ۳۱۵۸۵-۴۵۳

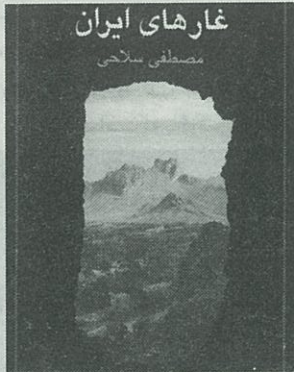
تبریک و تهنیت

سرکار خانم الهام امیرکیانی که از نخستین شماره مجله با ترجمه مقالات و قلمی شیوا با ما همکاری نموده است، خود دست به انتشار ماهنامه «مصاحبه» زده که حاوی مطالب اجتماعی و جدول می باشد. او در این راه دشوار تجربه سالها کار مطبوعاتی پدر «آقای مصطفی امیرکیانی» را پشتوانه دارد.

فصلنامه کوه: این کار مطبوعاتی جدید را به صاحب امتیاز و مدیر مسئول و شوراى سردبیری و سایر دست اندرکاران آن تبریک می گوید و برای آنان موفقیت آرزو می کند.

غارهای ایران

مصطفی سلاجی



مصطفی سلاجی، دبیر جغرافیا و از مربیان کوهنوردی با همت شخصی و همراهی گروهی از دوستان کوهنورد اقدام به تهیه کتابی به نام غارهای ایران نموده است. در این کتاب به معرفی ۲۱ غار کشور همراه کروکی و عکسهای رنگی از درون آن پرداخته است. مجموعه ای اطلاعات ارائه شده می تواند راهنمای مفیدی برای دوستداران دیدار از غارها باشد. این کتاب در ۱۸۰ صفحه و به مبلغ ۱۵۰۰ تومان توزیع گردیده است.

دیواندره - بیرانشهر - نقده بابوس بانه - آناهیتا کنگاور - اشنویه و ... همه جا کوه و برف و آبشار است. قندیل گلاله و شبنم معدن تقلا و تلاش زندگی برف سفید مثل عروسی است در دامان بخت قندیل آینه روحبخش زندگی و به شب ستاره پراسرار این جهان خاکی خوشبخت از همیشه خود را احساس می کنیم. اینجا شاهکار زندگی دامداران و خیالات سبز و سرزندگی است مردمان هوارنشین از ارتفاعات قندیل به زندگی نگاه می کنند بذر امید و زندگی در دل کوه و طبیعت به اغراق نگفته ایم قندیل تاریخ همیشه زنده کردستان است کاروان کوهنوردان آرام، آرام طی طریق می کنند بعد از یک ساعت از «تانجوک» به زیر «شیخ شرو» قلّه دیواره ای سمت چپ و در زیر «کهوکهز» قلّه اصلی قندیل قرار داریم. مسیر را ادامه داده برفها را رد می کنیم و آبشار زیبا را مشاهده و در دست چپ ما کوه و قلّه شیخ شرو و یخچالهای ابدی را مشاهده می کنیم به جای بنام «سه کچله» می رسمیم دست چپ به طرف تانجوک و شیخ شرو و دست راست بعد از شیبی نه چندان تند و حدود یکساعت به قلّه «کهو کهز» بلندترین قلّه قندیل می رسمیم. با رسیدن به اینجا کوه بابوس دربانه و کیله شین و سرشاخان اشنویه به بابوس کوهنوردان می آیند و مقدم همگی را گرمی می دارند. هر قلب زنده ای در اینجا احساس ناگفته ای دارد که بیاورد به طبیعت خود خیانت نکند.

* از مشخصات کوههای قندیل از سنگهای خروجی تشکیل یافته است و امتداد آنها از گردنه «کیله شین» شهرستان اشنویه تا تنگه آلان شهرستان سردشت به خط مستقیم از شمال غربی تا جنوب شرقی است. در شرق دره زاب کوه دیگری موازی با کوههای سرحدی امتداد یافته است که ارتفاعش کمتر از آن و در حوالی سردشت به طرف مشرق منحرف می شود و از تنگه آلان به طرف جنوب شرقی رفته به کوه «چهل چشمه» مربوط می گردد. Δ

۱- یعنی دره چشمه های سیاه

۲- کلوی: نام کردی رودخانه سردشت که به سیروان می ریزد.

۳- هواز: یعنی ییلاق در کردی محل استقرار دامداران در تابستان

۴- اسم مکان شمه کوتال: محل استقرار دامداران

۵- اسم ییلاق دیگر دامداران

۶- تانجوک: اسم ییلاق دیگر دامداران

۷- شیخ شرو: قلّه دوم قندیل با ۳۷۰۰ متر ارتفاع

دوچرخه‌های کوهستان



امیرحسین صالحی‌جم

می‌تواند نیروهای وارده را تا حد زیادی خنثی کند. حالت دستها، پاها و ستون فقرات نیز بسیار مهم و حیاتی است.

چهار عامل، سرعت شما را در سراسیمی‌ها به بالاترین حد ممکن می‌رساند:

۱- اطمینان به خود از لحاظ بالا بردن نکات ایمنی فردی. ۲- اطمینان به دوچرخه‌تان از لحاظ لوازم و قطعات. ۳- داشتن تجربه‌ی کافی. ۴- حالت صحیح بدن در سراسیمی‌های تند.

فیکسهای پدال نیز بسیار کمک خوبی خواهند بود چرا که بر اثر شُکهای وارده، خطر در رفتن پا از روی پدالها وجود دارد پس در کارهای جدی حتماً از فیکس پدال استفاده کنید.

توصیه: هیچگاه اعتماد به نفس خود را از دست ندهید، هر لحظه که فکر کردید و وسوسه شدید که زمین خواهید خورد این لحظه‌ای است که چرخ، شما را به زمین خواهد زد؛ با یک حالت ستیز و قدرت و نرمی به استقبال سراسیمی‌ها رفته و به خود تلقین کنید که هرگز تعادل خود را از دست نمی‌دهید.

حرکت در سرازیری‌ها

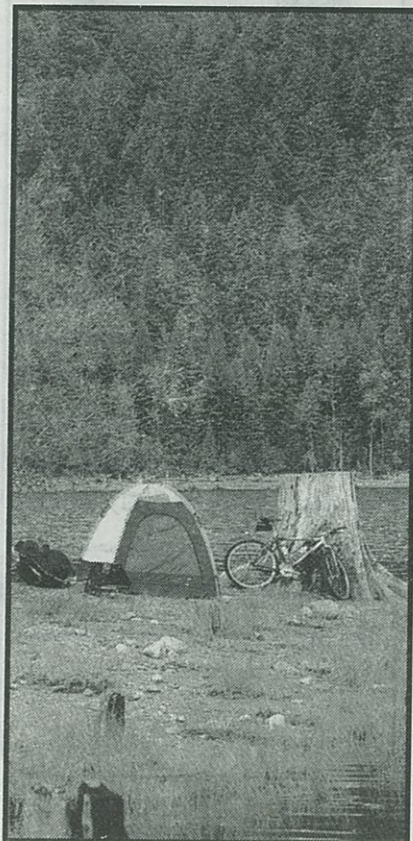
در سراسیمی‌ها یک اصل عمده را هیچگاه فراموش نکنید و آن اینکه تحت هیچ شرایطی نگذارید چرخ عقب دوچرخه‌ی شما بلند شود و این میسر نیست مگر با داشتن تجربه و دانش کافی. یکی از پارامترهای مهم و بسیار اساسی که می‌تواند سرعت شما را در سراسیمی‌ها به بالاترین حد ممکن برساند اعتماد به نفس شماست. چه در مورد خود و چه در مورد دوچرخه‌تان، تا سر حد امکان با رعایت نکات ایمنی از قبیل داشتن یک کاسکت خوب و استاندارد، دستکش مناسب، زانوبند، ساق‌بند و کتف‌بند، می‌توان تا حد زیادی از بروز حوادث جدی جلوگیری کرد. با دارا بودن وسایل فردی فوق همواره باید این یقین را داشته باشید که اگر کنترل دوچرخه را از دست دادید و به زمین اصابت کردید، هیچ آسیبی به شما نخواهد رسید. این اطمینان درونی تنها یکی از عوامل مهم برای دست یافتن به سرعت‌های بالا نیست. عامل دوم و مهمتر یک دوچرخه‌ی مناسب و استاندارد متناسب با بخش اول جزوه است. شما همانطور که با رعایت نکات فوق در

قرار می‌گیرید، همانند یک سنگ در جلوراه، عبور از چاله‌ها، رد کردن موانع و

برای عبور چرخ جلو از مانع یک راه حل بسیار ساده و همیشگی وجود دارد و آن بلند کردن چرخ جلو از روی زمین با دستهاست (تک‌چرخ). برای بلند کردن چرخ عقب و بدنه‌ی دوچرخه چه راه حلی پیشنهاد می‌کنید؟ بدون وجود فیکسها در پنجه‌ی رکاب، شما قادر به سبک کردن چرخ عقب نیستید. فیکسهای رکاب، کف پای شما را به پدالها ثابت نگه می‌دارند.

بهترین حالت دید عمومی حدود ۲۰ متر و دید چرخ جلو حدود ۲ متر است، اما باز این نیز مانند موارد فوق بستگی تام به نوع مسیر انتخابی شما خواهد داشت چنین دیدی کمک بسیاری به شما خواهد کرد تا حالت مناسب را نسبت به مانعی که با آن مواجه می‌شوید به خود بدهید.

نقش کمک فنرهای متعددی که بر روی دوچرخه به منظور گرفتن شُکها قرار دارد بسیار حائز اهمیت و غیرقابل انکار است، اما بهترین کمک‌فتر ممکن؛ بدن خود شماست که با گرفتن حالت مناسب



قسمت هشتم

حرکت در سربالایی‌ها

در بخش قبلی یک حالت کلی و عمومی برای رکاب زدن توصیه شد، ولی این حالت برای جاده‌های صاف و با شیبهای نسبتاً کم، مناسب بوده، در سراسیمی‌های تند حالت بدن می‌بایست کمی تغییر کند:

- بالاتنه کمی به جلو متمایل می‌شود.
- با پنجه، رکاب زده و پاشنه را به طرف پایین مایل کنید.

- در انتهای زین قرار بگیرید و باسن را تا حد ممکن به زین فشار دهید.

- از شاخ‌گاوی فرمان استفاده کنید.

- از دنده‌های سبکتر بهره برده و سعی کنید دور پا را بالا برده و آن را در یک حد ثابت نگه دارید.

- به تنفس خود نظم و آهنگ متناسب با حرکت پاها و بدن بدهید.

حالت ایده‌آل در سربالایی‌های تند، این چنین

می‌باشد: با خم شدن به طرف فرمان، وزن بالاتنه را به جلو متمایل کنید. بهترین وسیله برای این امر

شاخ‌گاوی فرمان است که از آن می‌توانید به نحو احسن بهره ببرید. برخلاف دوچرخه‌سواری بر روی

سطوح هموار و جاده‌های آسفالت، هیچگاه در سربالایی‌های خاکی از روی زمین بلند نشوید چراکه

این عمل وزن را از روی چرخ عقب برداشته و باعث خلاص چرخیدن چرخ عقب می‌شود. پیست شما

کوهستان و جاده‌های خاکی بوده و دوچرخه سواری در چنین شرایطی، نیاز به تکنیکهای خاص خود را

دارد که حتماً باید آنها را رعایت کنید: اگر در شرایط مسابقه بسر نمی‌برید و می‌خواهید که یک سربالایی

طولانی را طی کنید می‌توانید در این حالت نوک زین را تا حدودی به پایین متمایل کنید تا باسن شما با

زین زاویه‌ی بهتری پیدا کند.

پرش

هر مقدار هم که با احتیاط به طرف پایین در حرکت باشید باز با این حال، پرش امری اجتناب ناپذیر بوده و می‌بایست برای فرار از خطر، به سرعت، حالت پرش به خود گرفته و از روی مانع پرش کنید. پرش در حالت‌های مختلفی مورد استفاده

مورد خود اطمینان پیدا می‌کنید باید در مورد دوچرخه‌تان هم اطمینان کامل را داشته باشید تا در هر زمان که اراده کردید، ترمز کنید و یا بتوانید بدون دغدغه‌ی خاطر، مانور بدهید.

نکته‌ی بعدی که حائز اهمیت است، داشتن یک حالت ایده‌آل بدن در سراسیبه‌ی هاست که به دلیل جاذبه‌ی زمین و زاویه‌ی شیب‌های تند شما ناخودآگاه به طرف جلو متمایل می‌شوید و این امر سبب وارد آمدن وزن بدن بر چرخ جلو و تمایل مرکز ثقل به طرف جلو، و در نتیجه باعث از دست دادن کنترل چرخ و بالطبع بلند شدن چرخ عقب و از دست دادن کنترل دوچرخه می‌شود. دو حالت کلی برای گرفتن فرم مناسب در سراسیبه‌ی های تند یعنی سراسیبه‌ی های سنگلاخ و ناهموار و سراسیبه‌ی های هموار و با شیب تند وجود دارد. در سراسیبه‌ی های ناهموار و سنگلاخ هیچگاه بر روی زمین ننشینید اولاً این امر باعث وارد آمدن شک به باسن شما شده و عوارض جسمی در بر خواهد داشت پس بهترین حالت این است که میله‌ی زین را از حد معمول کمی پایین‌تر بیاورید تا فاصله‌ی میان زین و باسن ایجاد شود تا شکه‌های وارده در این فاصله خنثی شود سپس روی پدالها بایستید. باسن را از زین عقبتر قرار دهید، زانوها را کمی خم کنید و با کشاله‌ی ران، زین را در بر بگیرید. این حالت باعث می‌شود تا ۱- مرکز ثقل شما به طرف عقب متمایل شود. ۲- با قسمت داخلی ران (کشاله ران) زین را دربرگیرید، در این حالت می‌توانید کنترل عقب دوچرخه را در اختیار داشته باشید و به طور دائم و مستقیم بر زین فشار وارد آورید تا بر جلو متمایل پیدا نکنید. با زانو و بازوهای خم شده می‌توانید از شکه‌های وارده تا حد زیادی جلوگیری کنید. این حالت قدرت مانور شما را به بالاترین حد ممکن می‌رساند.

با رعایت تمامی نکات فوق و دارا بودن بهترین دوچرخه‌ی کوهستان باز هیچ دلیلی برای به خطر انداختن جانتان وجود ندارد. دارا بودن تمرکز کامل و یک دید قوی و شناخت نسبی به مسیر و قدرت مانور بالا، بسیار مهم است.

زمین خوردن

زمین خوردن در دوچرخه‌سواری کوهستان امری اجتناب ناپذیر است؛ بنابراین باید همیشه از آمادگی کامل ذهنی و جسمی برخوردار باشید. چه از لحاظ وسایل ایمنی یا شخصی از قبیل: کاسکت و ... و چه از بابت آمادگی روحی و جسمی.

از دست دادن کنترل دوچرخه و اصابت به زمین، به چندین عامل مختلف بستگی دارد. مانند ناگهان ترمز گرفتن و تصادف با مانع ... چیزی که در تمام

حوادث مشترک بوده این است که در اکثر موارد به هنگام زمین خوردن، دوچرخه‌سوار در اثر سرعت به سمت جلو پرتاب می‌شود و در اغلب اوقات فرد مورد نظر دچار آسیبهایی می‌شود که کمترین آنها خراشهای بسیار عمیق جلدی است. شما در این هنگام می‌توانید با خونسردی و داشتن اعتماد به نفس و رعایت موارد ذیل، مقدار آسیب وارده به خود را به کمترین مقدار ممکن برسانید.

۱- در هنگام از دست دادن تعادل فرمان را رها و دوچرخه را از خود جدا کنید و سعی نکنید که چرخ را همراه خود بیاورید. (توضیح: چرا که شما زمانی زمین می‌خورید که از سرعت بالایی برخوردار باشید و در این مورد اگر شما با دوچرخه‌تان با هم به زمین برخورد نمایید علاوه بر اصابت با زمین چرخ نیز از سمت بالا یا شتاب به شما برخورد می‌کند و آسیب مضائف خواهید دید).

۲- با یک حرکت نیمه چرخشی در فضا سعی کنید که اول کف دست و سپس بازو، کتف و در نهایت تمام بدن شما با زمین تماس بگیرد.

۳- پس از گرفتن شک اولیه با روش ۲ در این قسمت، چند بار بر روی زمین بچرخید تا تمام سرعت شما به صفر برسد.

۴- سریع از محوطه‌ی پیست و یا منطقه‌ی عبور (خیابان، ...) خود را به کنار بکشانید و به خسارت وارده به خود و دوچرخه‌تان بیندیشید!

مزیت عمده‌ی روش فوق در این است که وقتی که چرخ جدا می‌شوید و به زمین اصابت می‌کنید یک عضو بدن شما، همانند مچ دست و ... قادر به گرفتن تمام شک وارده نبوده و لازم است با چندین عضو و نیز عمل چرخش گریز از مرکز، سرعت خود را به صفر برسانید. یکی دیگر از مزیت‌های چرخش این است که کشیده شدن بر سطح زمین باعث ایجاد خراشهایی در طول بدن می‌شود ولی با عمل چرخش تا سر حد امکان از بروز این گونه جراحات جلوگیری خواهید کرد.

در انتهای این بحث باید خاطر نشان کرد که عمل چرخش برای مناطق سنگلاخ توصیه نشده و این روش برای مناطق شنی و یا خاک نرم بسیار مناسب بوده و کاربرد خوبی دارد.

پوشاک

به دو دلیل عمده سعی کنید لباسهایی را که برای این ورزش انتخاب می‌کنید از جنس کشی و نسبتاً چسب بدن باشد چرا که لباسهای گشاد مانند بادگیرها و لباس‌های مشابه در هنگام رکاب زدن و حرکت، دست و پا گیر خواهند بود؛ و از سوی دیگر هنگامی که می‌خواهید سرعت بگیرید این لباسها

بخاطر مقاومت در برابر هوا همانند یک چتر نجات جلوی سرعت شما را خواهند گرفت.

چه در تابستان و چه در زمستان تا حد ممکن از لباسهای کوتاه استفاده نکنید. در تابستان به دلیل اشعه‌ی UV که در ارتفاعات کوهستان وجود دارد به پوست و بدنتان آسیبهایی جدی و غیرقابل جبرانی خواهد رسید؛ ثانیاً آب بدن شما تبخیر می‌شود.

این خود باعث بروز عوارض جانبی و جسمی در ارتفاعات می‌شود و در زمستان هم به دلیل تحرک، نیاز به پوشیدن لباسهای آستین‌بلند دارید تا سرما نتواند به آسانی به درون بدن نفوذ کرده و باعث گرفتگی عضلات و معضلات دیگر شود. سعی کنید پوشاک‌های متعددی داشته باشید تا در شرایط گوناگون بتوانید لایه به لایه با پوشیدن آنها دمای مناسب بدن را در قبال هوای پیرامون خود حفظ کنید. لباسهای متعدد خوب همیشه بهتر از یک لباس خیلی گرم همانند یک کت پر است چرا که می‌توانید دمای بدن را در آن حدی که مایلید ثابت نگه دارید.

پیراهن: قابل تنفس - با جیبهایی در پشت، برای قرار دادن وسایل شخصی و ضروری؛ و مواد غذایی و پیراهن می‌بایست بلند بوده، به دلیل آنکه بالاتنه‌ی شما به طرف جلو خم شده و باعث کشیده شدن پیراهن به طرف بالا و لخت ماندن کمر و در نتیجه باعث سرماخوردگی در ناحیه‌ی کمر می‌شود.

شلوار: برای دوچرخه‌سواری کوهستان شلوارهایی با ابرهای مخصوص در زیر باسن برای سهولت در امر رکاب زدن و ابرهایی در کنار، برای جلوگیری از ضربات وارده به هنگام زمین خوردن تا پایین زانو با دو بند شانه توصیه می‌شود البته گرتکس برای هوای بارانی و سرد مناسب و عالی هستند. چرا که به دلیل بافت خاصشان هوای سرد را به درون نفوذ نداده و همچنین اجازه‌ی تنفس به بدن را هم می‌دهند.

جوراب و کفشها یکی دیگر از مواردی هستند که درباره‌ی انتخاب آنها باید دقت و وسواس بیشتری داشته باشید. از جورابهای نخی و کشدار استفاده کنید و کفشهاپتان را بر اساس نوع مسیر انتخاب کنید.

دستکش یکی از ضروری‌ترین لوازم مورد نیاز هر دوچرخه‌سوار است. دستکش نباید طوری باشد که دستها در آن عرق کند و از طرف دیگر باید طوری طراحی شده باشد که پنجه‌های دست در آن راحت و آزاد باشد. در هوای سرد از دستکشهای همانند دستکش اسکی استفاده کنید (البته کمی نازکتر از آن) تا بتوانید به راحتی ترمز کرده و یا دنده‌ها را تعویض کنید.

ادامه دارد ...



تأثیر ارتفاع بر عوامل فیزیولوژیکی

رضا عابدی

دانشگاه آزاد اسلامی بجنورد

قسمت اول

در سالیان گذشته با مطالعه‌ی نشریات و فصلنامه‌های مختلف کوهنوردی، همواره خلاء و کمبود مطالعات و تحقیقات انجام گرفته در امر کوهنوردی در کشورمان را مشاهده می‌کردم. شاید این موضوع باعث گردید تا به هنگام ادامه تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی، با توجه به سابقه‌ی هجده ساله کوهنوردییم ترجیح دهم تا موضوع پایان‌نامه‌ام را در زمینه کوهنوردی انتخاب نمایم و به تحقیق درباره موضوع بپردازم.

بنابراین با مشورت استاد راهنما و نظر به اینکه تا آن زمان در کشورمان تحقیقی در زمینه تأثیر ارتفاع بر عوامل فیزیولوژیکی کوهنوردان انجام نگرفته بود، موضوع تحقیقی با عنوان مقایسه‌ی تأثیر ارتفاع بر برخی عوامل منتخب قلبی - تنفسی در کوهنوردان مبتدی غیر ورزشکار، مبتدی ورزشکار و کوهنوردان ورزیده انتخاب کردم که با مساعدت مسئولین ادارات، عده‌ای از پزشکان، کوهنوردان و دیگر علاقه‌مندان انجام گرفت.

در این تحقیق ضمن رعایت دستورالعمل غذایی پزشکی - ورزشی، به منظور اندازه‌گیری تغییرات فیزیولوژیکی و تغییرات مربوط به خون آزمون شونده‌ها، تعداد هشت نفر از پزشکان متخصص علاقه‌مند در اجرای عملیات پزشکی مربوط به تغییرات قلبی و تنفسی در سه مرحله در ارتفاعات ۱۰۰۰ متر، ۲۰۰۰ متر و ۳۰۰۰ متر، همکاری صمیمانه داشتند.

ضمناً مراحل مربوط به اندازه‌گیری تغییرات جوی در سه ارتفاع مختلف توسط مهندسیین هواشناسی به وسیله ابزارهای پیشرفته هواشناسی، اندازه‌گیری و ثبت گردید.

برنامه‌ریزی دقیق، همکاری و یک پارچگی در اجرای این تحقیق باعث گردید که نتایج حاصله آن از اعتبار علمی بالایی برخوردار باشد به طوری که به عنوان یکی از بهترین تحقیقات پزشکی - ورزشی انجام گرفته، معرفی گردیده.

امید است نتایج حاصل از این گونه تحقیقات بتواند اطلاعات لازم را در اختیار مربیان و علاقه‌مندان به ورزش کوهنوردی قرار دهد و این تحقیق شروعی برای انجام دیگر تحقیقات در امر کوهنوردی در کشورمان گردد.

ضمناً اشاره می‌گردد، از کلیه آزمون شونده‌ها در دو مرحله ساعت ۴ صبح قبل از صعود در حالت ناشتا و ساعت ۲۲ بعد از صعود نمونه‌گیری خون به منظور تعیین میزان کلسترول، تری‌گلیسرید، همتوکریت، گلوکز و هموگلوبین انجام گرفت.

تغییرات خون حاصل از این صعود در سه گروه آزمون شونده، بسیار قابل توجه و مورد بحث می‌باشد که در این پایان‌نامه فقط تغییرات عوامل قلبی - تنفسی بررسی و مورد بحث قرار گرفت.

این تحقیق در سه مرحله در شرایط مساوی با ۳۲ نفر که ۱۵ نفر از آنها کوهنورد ورزیده و ۱۴ نفر دیگر مبتدی غیر کوهنورد بودند، انجام شد.

مرحله اول: حضور کلیه کوهنوردان مورد آزمایش در محل اردو به مدت ۱۲ ساعت قبل از اجرای عملیات تحقیق به منظور کنترل و اجرای دستورالعمل غذایی و استراحت لازم، طبق برنامه تنظیمی.

مرحله دوم: حضور ۲۹ نفر کوهنورد مورد آزمایش رأس ساعت چهار صبح در محل آزمایشگاه بیمارستان امام رضا شهرستان بجنورد و اجرای اولین مرحله آزمایشها و تستهای مختلف پزشکی شامل: نمونه‌گیری خون، اندازه‌گیری ظرفیت حیاتی، اندازه‌گیری فشار خون سیستولی، دیاستولی و فشار میانگین، اندازه‌گیری ضربان نبض، اندازه‌گیری تعداد تنفس، اندازه‌گیری دور سینه در دو حالت معمولی دم عمیق، اندازه‌گیری وزن و قد بود که توسط پزشکان حاضر و تکنسینهای مجرب اداره بهداشت و درمان شهرستان بجنورد انجام شد.

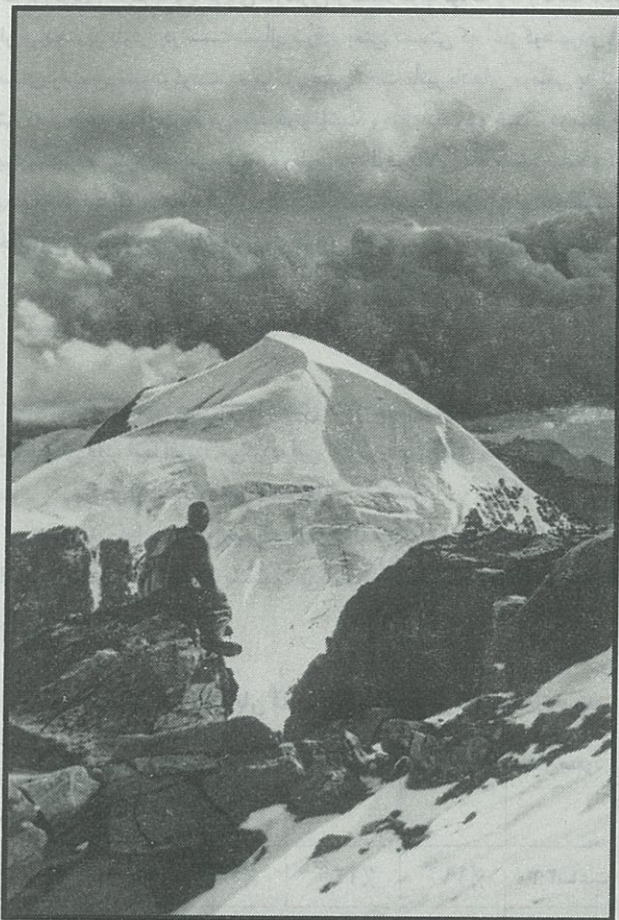
مرحله سوم: انتقال گروه مورد آزمایش و پزشکان و دیگر همکاران به روستای رختیان واقع در ۴۳ کیلومتری جنوب بجنورد و حرکت از روستای رختیان به طرف ارتفاع ۲۰۰۰ متری کوههای سالوک.

مرحله چهارم: توقف در ارتفاع ۲۰۰۰ متری و استراحت لازم و سپس آزمایشهای مرحله دوم شامل کلیه آزمایشهای مرحله اول به استثنای

علم در همه جنبه‌های خود پیشرفت‌های شگفت‌آوری کرده یقیناً این پیشرفت‌ها به مدد پژوهش و تحقیق حاصل گردیده است، همچنین در میان رشته‌های متنوع علمی، حوزه تربیت بدنی و ورزش دستخوش تحولاتی اساسی شده است.

یکی از اساسی‌ترین بخش‌های مطالعاتی و تحقیق در زمینه ورزش کوهنوردی، شناخت عکس‌العمل‌های ارگانهای مختلف بدن انسان در شرایط اقلیمی متفاوت و در ارتفاعات مختلف می‌باشد. این تحقیقات، تأثیرات احتمالی بیولوژیکی کوهنوردان را در ارتفاعات گوناگون مورد ارزیابی قرار می‌دهد تا بدین وسیله کارگزاران و به ویژه مربیان کوهنوردی آگاهی لازم را جهت شناخت توانایی این افراد با شرایط خاص اقلیمی پیدا کنند.

امروزه همه شاهد هستیم که جوانان و حتی گروه‌های سنی بالاتر به طور روزافزون به ورزش کوهنوردی روی می‌آورند و از سوی دیگر کمبود تحقیقات علمی در مورد مسایل پزشکی - ورزشی کوهنوردی در کشور ما موجب شده است تا اینجانب دست به کار برای این تحقیق شوم، زیرا برای انجام این مهم نیاز به همکاری پزشکان، امکانات آزمایشگاهی کامل و همچنین مساعدت و یاری سازمانها و ارگانهای مختلف بوده است که خوشبختانه همکاری همه جانبیه مسئولین و علاقه‌مندان موجب شد که این تحقیق به نحو احسن صورت گیرد.^(۱)



۸- پس از آخرین مرحله‌ی نمونه‌گیری میوه برای آزمایش شونده‌ها.

شرایط اقلیمی منطقه

تحقیق مورد نظر در شهرستان بجنورد، ارتفاعات کوه سالک واقع در رشته کوه آلاداغ انجام گرفت. رشته کوه آلاداغ جزء شرقی‌ترین ارتفاعات البرز مرکزی می‌باشد که در استان خراسان به صورت سه رشته کوه به نام‌های آلاداغ شمالی، مرکزی و جنوبی در جهت غرب به شرق ادامه دارد.

عمده‌ترین ارتفاعات این رشته کوه در آلاداغ مرکزی قرار دارد که همچون دیواری به طول ۳۶۰ کیلومتر از سمت شرق به غرب کشیده شده است. قله‌ی سالوک به ارتفاع ۳۰۱۰ متر در ۴۹ کیلومتری جنوب بجنورد قرار دارد و یکی از کوه‌های پر جاذبه کوهنوردی می‌باشد که به خاطر طبیعت و شرایط اقلیمی خاصی دارای چشمه سارهای گوارا و وحوش فراوان است و در میان دوستداران طبیعت جایگاه خاصی دارد.

وضعیت اقلیمی این کوه به گونه‌ای است که هم چون دیواری حذفاصل دو جریان هوایی قرار دارد که این امر باعث گردیده تا برخلاف دیگر ارتفاعات درصد رطوبت با افزایش ارتفاع زیاد گردد که درخصوص افزایش درصد رطوبت در ارتفاعات کوه سالوک چنین توجیه می‌شود کرد که: چون وزش بادهای غالب منطقه از سوی غرب می‌باشد که این باد مرطوب است، یعنی جبهه‌های هوای مرطوب چه

آزمایش خون که تماماً به وسیله پزشکان حاضر انجام و ثبت شد و پس از پایان آزمایش طبق دستورالعمل پزشکی به طرف محل استراحت و صرف صبحانه حرکت کردیم.

مرحله‌ی پنجم: در محل قرمز چشمه که در ارتفاع ۲۶۰۰ متری قرار دارد صبحانه‌ای که توسط گروه تدارکات از قبل آماده شده بود صرف گردید.

مرحله‌ی ششم: صعود به قله‌ی ۳۰۰۰ متری سالوک بود که کلیه‌ی شرکت‌کنندگان اعم از افراد مورد آزمایش، پزشکان و ناظرین با موفقیت و پس از طی یک و نیم ساعت کوهپیمایی در ساعت یک و نیم بعد از ظهر به قله رسیدیم. در این ارتفاع کلیه افراد مورد آزمایش برای بار سوم آزمایش شدند. تمام آزمایشها به استثنای آزمایش خون توسط پزشکان انجام و ثبت شد. (تستهای قلبی، تفسی شامل: ضربان نبض، فشارخون سیستولی، فشار خون دیاستولی، فشار میانگین، ظرفیت حیاتی، وزن، تعداد تنفس در ۱۰ ثانیه، دور سینه در دو حالت معمولی و دم عمیق).

ضمناً در سه مرحله‌ی تحقیق (در ارتفاع ۱۰۰۰ متر، در ارتفاع ۲۰۰۰ متر و در ارتفاع ۳۰۰۰ متر) اوضاع جوی و وضعیت اقلیمی محل توسط رییس مرکز مطالعات و بررسی منابع آب، اندازه‌گیری و ثبت شد. برای انجام اندازه‌گیری‌های پزشکی و هواشناسی کلیه‌ی وسایل و ابزار لازم به ارتفاعات حمل شد. پس از این مرحله به طرف محل استراحت سرازیر شدیم.

مرحله‌ی هفتم: پس از طی هشت ساعت و نیم کوهپیمایی و انجام آزمایشهای پزشکی ساعت سه بعد از ظهر به محل سرچشمه در ارتفاع ۲۵۰۰ متری رسیدیم در این محل که مرکز تدارکات بود وسایل پذیرایی، چای، ناهار و عصرانه فراهم شده بود که پس از یک و نیم ساعت استراحت و صرف ناهار جلسه‌ای با حضور کلیه شرکت‌کنندگان، متخصصین اعم از پزشکان، استادان دانشگاه و صاحب‌نظران کوهنوردی تشکیل شد که در مورد نحوه انجام و حاصل این تحقیق بحث و گفتگو شد.

مرحله‌ی هشتم: ادامه راه و سرازیر شدن از ارتفاعات به طرف روستای رختیان بود که در مدت سه ساعت انجام شد. پس از رسیدن به روستای رختیان و انجام آزمایش خون، بلافاصله به طرف شهر حرکت کردیم.

مرحله‌ی نهم: ساعت نه و نیم شب به آزمایشگاه بیمارستان امام رضا برگشتیم و پس از شانزده ساعت و نیم و نیز بعد از انجام عملیات آزمایشی در آن روز، برای بار دوم از سه گروه کوهنورد و غیر کوهنورد نمونه‌گیری خون به عمل آمد. لزوماً به استحضار می‌رساند: طبق دستورات پزشکی برای انجام صحیح این آزمایش‌ها از نظر تغذیه به شکل زیر عمل شد (کل شرکت‌کنندگان ۷۷ نفر بودند).

۱- شام قبل از روز حرکت طبق دستور برای چهل نفر آزمایش شونده و همراه استراحت در محل دبیرستان نمونه شهید بهشتی.

۲- آب میوه برای تمام آزمایش شونده‌ها پس از نمونه‌گیری در بیمارستان.

۳- چاشت برای تمام شرکت‌کنندگان در ارتفاع ۲۰۰۰ متری بعد از انجام آزمایشها.

۴- در ارتفاع ۲۵۰۰ متری میوه مورد نیاز توزیع شد.

۵- در محل قرمز چشمه صرف صبحانه طبق دستورالعمل پزشکی.

۶- در محل سرچشمه صرف ناهار طبق دستور، شامل: برنج، گوشت سفید، سوپ و سبزی.

۷- عصرانه شامل میوه‌های تجویز شده.

از طریق دریای مدیترانه و یا دریای مازندران از سمت غرب کوه سالوک راتحت تأثیر قرار می‌دهد. از طرفی در سمت شمال شرقی یعنی قسمتی که آغاز کوهنوردی از روستای رختیان صورت گرفت، به هنگام صبح تحت تأثیر بادهای موسمی به نام آیش که از صحرای قره‌قروم می‌وزید، قرار داشت. وجود باد سرد و خشک در سطوح پایینی سبب می‌شود که جبهه گرم و مرطوب به طرف بالای قله صعود نماید و در نتیجه ارتفاعات بالای کوه سالوک بجنورد در سمت غرب از میزان رطوبت بیشتری برخوردار است و پوشش گیاهی فشرده‌تر در این مناطق موید وجود این مسأله است.

تفسیر نتایج حاصل از ضربان قلب

هنگامی که کوهنورد در ارتفاع با کاهش فشار سهمی اکسیژن روبرو می‌شود، بر تعداد ضربان قلب آنها افزوده می‌گردد. این افزایش در تحقیق انجام گرفته به خصوص در مراحل اولیه صعود یعنی از ارتفاع ۱۰۰۰ متر تا ۲۰۰۰ متر سریع بود. با توجه به جدول، افزایش ضربان قلب در سه گروه مشاهده می‌گردد. این افزایش در افراد مبتدی با شدت بیشتری می‌باشد که احتمالاً مدت سازگاری آنها نیز طولانی خواهد بود.

جدول درصد افزایش ضربان قلب سه گروه کوهنورد در مراحل صعود

مراحل صعود	کوهنوردان	م. غیرورزشکار	م. ورزشکار	ورزیده	زمان صعود
از ۱۰۰۰ تا ۲۰۰۰ متر	*۲۶٪	*۲۳٪	*۱۹٪	۲:۳۰ ساعت	
از ۲۰۰۰ تا ۳۰۰۰ متر	*۱۷٪	*۱۵٪	*۱۱٪	۶ ساعت	
از ۱۰۰۰ تا ۳۰۰۰ متر	*۴۳٪	*۳۸٪	*۲۰٪	۸:۳۰ ساعت	

* معنی دار در حد $a = 0/05$ م = مبتدی

به هنگام صعود از ارتفاع ۲۰۰۰ متر تا ۳۰۰۰ متر نظر به زمان طولانی آن (۶ ساعت) فرصت مناسبی برای انطباق ارگانسیم کوهنوردان با شرایط جوی حاصل شده و در نتیجه علیرغم افزایش ارتفاع، درصد افزایش ضربان قلب نسبت به مرحله اول (۱۰۰۰ متر تا ۲۰۰۰ متر با زمان ۲:۳۰ ساعت) با کاهش همراه بوده است. در این مرحله کوهنوردان مبتدی غیرورزشکار بیشترین و کوهنوردان ورزیده کمترین افزایش ضربان قلب را داشته‌اند.

در خصوص مقایسه‌ی ضربان قلب دو گروه مبتدی غیرورزشکار و مبتدی ورزشکار افزایش معنی داری بین دو گروه مشاهده نگردیده نشان دهنده‌ی این مسأله است: افرادی که دارای شرایط جسمانی مناسبی هستند جهت پاسخهای فیزیولوژیکی در ارتفاعات، مزیتی بر افراد غیرورزشکار ندارند یعنی شخص ورزشکار به همان اندازه با شرایط ویژه‌ی ناشی از هیپوکسی در ارتفاع پاسخ می‌دهد که فرد غیرورزشکار پاسخ می‌دهد.

از نظر فیزیولوژیکی به هنگام صعود به ارتفاعات کم‌کم از مقدار خونی که در هر ضربان به داخل شریانهای آئورت می‌ریزد، کم می‌شود. ولی از طرفی برای جبران آن بر تعداد ضربان قلب افزوده می‌گردد و بعد از سازگاری فرد در ارتفاع بر اثر کاهش

بازده قلبی، تعداد ضربان قلب نیز کاهش می‌یابد.

پدیده‌ی سازگاری در بدن منجر به افزایش آتروپین در خون و همچنین افزایش فعالیت سیستم عصبی پاراسمپاتیک می‌باشد و باعث کاهش تعداد اولیه‌ی ضربان قلب می‌گردد.

نتیجه‌گیری و پیشنهاد

۱) تعداد ضربان قلب به طور محسوسی در ارتفاعات افزایش پیدا می‌کند. با انجام فعالیت‌های سنگین لازم است خون بیشتری به اندامها برسد، این افزایش ضربان قلب محسوس است، منتها این افزایش چنانچه با آمادگی قبلی فرد نباشد مشکلاتی را به وجود می‌آورد.

افزایش تعداد ضربان قلب موجب خستگی خود قلب خواهد شد و در افرادی که احتمالاً ناراحتی‌های پنهان قلبی دارند ممکن است این مسأله خطراتی را ایجاد کند از جمله: کم رسیدن خون به خود عضله‌ی قلب و ناراحتی‌های قلبی که به دنبال آن شاهد خواهیم بود. بنابراین افرادی که به ارتفاعات می‌روند باید قبلاً مطالعاتی داشته باشند و یا اینکه به پزشک مراجعه نمایند که تا چه ارتفاعی برای آنها مفید است و بالاتر از آن ممکن است مشکلاتی را برایش ایجاد کند.

۲) نظر به اینکه «صعودهای سرعتی» در ارتفاعات مشاهده می‌گردد، این مسأله از لحاظ فیزیولوژیکی صحیح به نظر نمی‌رسد. چنانچه صعود به سرعت انجام گیرد حداکثر ضربان قلب و حجم ضربه‌ای کاهش می‌یابد و حداکثر بازده قلبی کم شده و نتیجتاً باعث کاهش شیب انتشار اکسیژن از خون به عضلات می‌گردد. لاجرم حداکثر اکسیژن مصرفی و همچنین اجرای فعالیت‌های هوازی در ارتفاع صدمه دیده و ظرفیت انجام فعالیت‌های هوازی کم می‌شود.

شاید به این دلیل باشد که بدن شخص صعودکننده به میزان کاری که می‌کند نمی‌تواند کاملاً بر روی سیستم‌های انرژی اثر بگذارد و این مسأله منجر به عوارض ناشی از کوه‌گرفتگی گردد و یا ممکن است پیامدهایی به دنبال داشته باشد که تأثیرات آنی ندارد ولی بر اثر مداومت در اینچنین صعودهایی عواقبی را در پی خواهد داشت.

تفسیر حاصل از نتایج فشار سیستولی (ماگزیمم) و دیاستولی (می‌نیمم)

در تحقیق انجام گرفته مقایسه‌ی میانگین فشار سیستولی و دیاستولی بین سه گروه از کوهنوردان مبتدی غیر ورزشکار، مبتدی ورزشکار و ورزیده تغییرات معنی‌داری در فشار خون آنها در ارتفاعات مختلف مشاهده نگردید.

به نظر می‌رسد ارتفاع تا ۳۰۰۰ متر ارتفاع متوسطی است که عکس‌العمل بدن کوهنوردان مورد تحقیق در معرض قرار گرفتن چنین ارتفاعی پاسخهای قلبی - عروقی خاصی نداشته‌اند به طوری که این وضعیت در افراد سازش یافته و سازش نیافته به طور یکسان مشاهده شده است.

از طرفی نظر به تحقیقات انجام گرفته در ارتفاعات بالاتر از اوایل رفتن به ارتفاعات بیش از ۴۰۰۰ متر تغییر اندکی در فشار خون شریانی کوهنوردان گزارش شده است.

ادامه دارد...

بازتاب آفتاب ادبیات فارسی

زیر نظر عباس زمانی

عرفان و ادب

۱- از ابوسعید ابی‌الخیر پرسیدند: «او» را کجا طلب کنیم؟ گفت: «کجاش جُستی که نیافتی؟»

۲- روزی در میان جمع، شیخ ماگفت: «مدتها حق را می‌جستیم، گاه می‌یافتیم و گاه نه، اکنون خود را می‌جوییم و نمی‌یابیم. همه او شدیم و همه اوست.»

۳- شیخ ما روزی به درختی که بر دروازه‌ی مشهد مقدس است برنگریست، برگ زردگشته دید و گفت: تو را روی زرد و مرا روی زرد - تو از مهز ماه و من از مهز ماه

در زدم و گفت کیست؟ گفتمش ای دوست، دوست گفت: در آن دوست چیست؟ گفتمش ای دوست، دوست

گفت: اگر دوستی! از چه در این پوستی؟

دوست که در پوست نیست؟ گفتمش ای دوست، دوست

گفت در آن آب و گل، دیده‌ام از دور، دل

او به چه امید زیست؟ گفتمش ای دوست، دوست گفتمش این هم‌دمی است، گفت عجب عالمی است؟ ساقی بزم تو کیست؟ گفتمش ای دوست، دوست در چه به رویم گشود، جمله‌ی بود و نبود...

دیدم و دیدم یکی است گفتمش ای دوست، دوست معینی کرمانشاهی

ما بندهٔ عشق و عاشق‌زار توایم

سرگشته گدای کوی و بازار توایم

ما را میر از یاد، که در گلشنِ راز

هر چند که خاریم ز گلزار توایم

هنگام سحر ز خواب برخیز چو گل

لیخند به لعل خود برآمیز، چو گل

رُخساره چو گل بشوی با شبنم عشق

شور دگر از لطف برانگیز، چو گل

من جلوه آن یگانه را می‌بینم

آن جذبۀ جاودانه را می‌بینم

ای خواجه اگر تو خانه را می‌بینی

من خانه خدا و خانه را می‌بینم

مُرداب نئی تو سرد و خاموش میباش

آفسرده و بی‌خروش و بی‌هوش میباش

عالم همه سرچشمۀ فیض ازلی است

لب تشنه کنار چشمۀ نوش میباش

حیف است اگر بلهوسی باشی تو

خود را بشناس تا بسی باشی تو

در بحر وجودش چه خسی باشی تو

گوهر تو که باشی که کسی باشی تو

غزل برای کوهستان

مرا به دورترین قله‌ها نشان بدهید

به ردّ پای نرفته، مرا نشان بدهید

به قله‌های سپید و به دره‌های بنفش

به راه خلوت بی‌انتها نشان بدهید

از این گروه نشسته، چقدر دلگیرم

برای رفتن، یک مبتلا نشان بدهید

به جستجوی بلندای بکر و خاموشم

به من، بلندترین قله را نشان بدهید

سوسن رئیسی

استقبال از غزل زیبای ملک‌الشعرای بهار

ای دیو سپید پای دربند

ای گنبد گیتی ای دماوند

دماوند

ای قَطره ز قدرتِ خداوند

ای کوه قشنگ ای دماوند

معمارِ ازل تو را بیاراست

زیبا، به مَثَلِ چو کله‌ی قَند

آن‌قدر تو سرفراز هستی

حَسرت به تو خورده کوه الوند

حرف تو رسیده تا بُخارا

آواز تو رفته تا سَمَرَقَند

هر چند صباح وقت و بی‌وقت

مهمان پُرسد برای تو چند

آیند گروه کوهنوردان

هم از ری و مشهد و نَهاوند

در فتح تو و نشست با تو

آرند همه وسایلی چَند

حاجت به طناب، مَن ندارم

گیسوی سپید تو، مَرا بَند

ای کوه صبور و سرد و خاموش

ما از تو گرفته‌ایم صد پَند

در سَخْتی زندگی صبوری

در پاکِی دل چو رود ارونَد

ما همچو تو اُستوار هستیم

در قول و قرار و حرف و پیوند

اَیم که به تاج تو ببندَم

این پَرچَمِ خویش، همچو سر بَند

ما عاشقِ پاکِی تو هستیم

ماییم براه عشق پا بَند

اما تو به ما جفا نمودی

از ما رُفقا، گرفته‌ای چَند

فرزند پناهی عاشق توست

ای عاشق تو هزار دلبَند

با این همه دوست، مهربان باش

ای کوه قشنگ، ای دماوند

علی پناهی نیکواز گروه کوهنوردی دماوند

سی سال گذشت

مریم زندی

مقدمه:

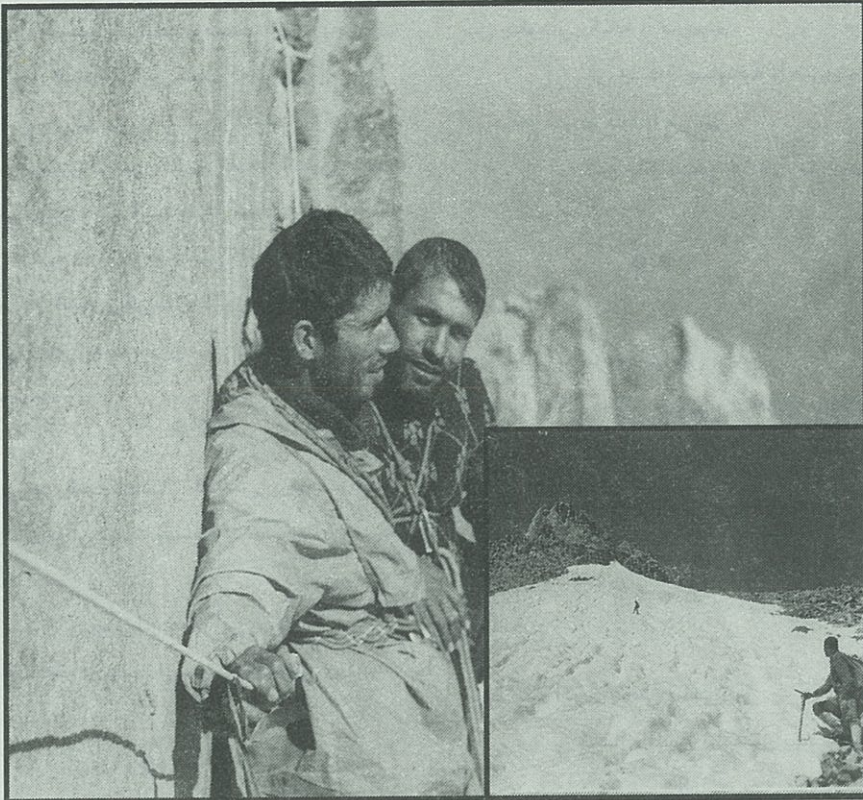
بسیار مایل بودم و در خود احساس وظیفه هم می‌کردم (به عنوان یک شاگرد، یک دوست و یک کوهنورد قدیمی) که به مناسبت سی‌امین سال حادثه‌ی علم‌کوه (هشتم بهمن ۱۳۴۸) یاد فریدون نجاح و احمد فرزین‌نیا را که هر دو از کوهنوردان و سنگ‌نوردان به نام و محبوب بودند، زنده کنم. فریدون نجاح استاد سنگ‌نوردی بود و شاگردان بسیاری را در این زمینه به استادی رسانده بود. من شاگرد او و دوست و همپای هر دوی آنها بودم و طی بیش از چهار سال بسیاری از قله‌ها و دیواره‌های ایران را در کنار این دو کوهنورد، درنوردیدم و زندگی‌م را سرشار کردم. یادشان همیشه زنده و گرامی و روحشان در آرامش باد.

گذری بر سازمان ابرمرد

سازمان کوهنوردی و اسکی ابرمرد، سال ۱۳۳۷ تأسیس شد و در حدود سال ۱۳۵۴ از هم پاشید. از مؤسسين این سازمان می‌توان از نادر ابراهیمی و محمود فتوحی نام برد.

سازمان ابرمرد در سالهای فعالیت خود که اوج آن در دهه‌ی چهل بود سازمانی بسیار فعال و بانضباط بود و شاید بهترین سنگ‌نوردان آن سالها در این سازمان جمع بودند و یا آموزش دیدند. در سال ۱۳۴۸ که حادثه‌ی علم‌کوه رخ داد محمود فتوحی دبیر سازمان، فریدون نجاح مسئول کمیته‌ی فنی بود که هر دو از مربیان فدراسیون کوهنوردی بودند. در آن زمان من مسئول کمیته‌ی تشکیلات بودم و تنها عضو دختر، در این سازمان.

مرگ فریدون نجاح و احمد فرزین‌نیا در زمستان ۴۸، برای سازمان ابرمرد، ضربه‌ی سختی بود و با وجود میل و تلاش ما برای برپا ماندن و فعال بودن آن، به تدریج فعالیت‌های جدی کوهنوردی کم شد و بعد از حدود ۵ سال عملاً از هم پاشید. البته بعضی از اعضا فعالیت کوهنوردیشان را به صورت منفرد ادامه دادند و هنوز هم از کوهنوردان فعال هستند مثل فریبرز ناژداکی. باید بگویم در همان سال ۴۸ (قبل از حادثه‌ی علم‌کوه) عده‌ای از اعضای سازمان ابرمرد به دلیل بروز اختلافاتی، از سازمان



نجاح و فرزین‌نیا بر روی دیواره علم‌کوه - ۱۳۴۷

قله و بهمن شانسه‌کوه تابستان - ۱۳۴۸

بهمن ماه سال ۱۳۴۸ برنامه‌ی صعود زمستانی گروه‌ی آلمانها قرار بود برای اولین بار انجام شود. سختی کار و خطراتش از قبل قابل تصور بود.

افراد گروه حدود ۹ نفر بودند. از سازمان‌های مختلف کوهنوردی. از سازمان ابرمرد فریدون نجاح، احمد فرزین‌نیا و فریبرز ناژداکی شرکت داشتند. سرپرست برنامه بهمن شهوندی و سرپرست فنی برنامه فریدون نجاح بود. فردای روزی که به پناهگاه علم‌چال می‌رسند، فریدون نجاح به عنوان سرپرست فنی گروه با دو نفر دیگر برای شناسایی مسیر حمله، حرکت می‌کنند.

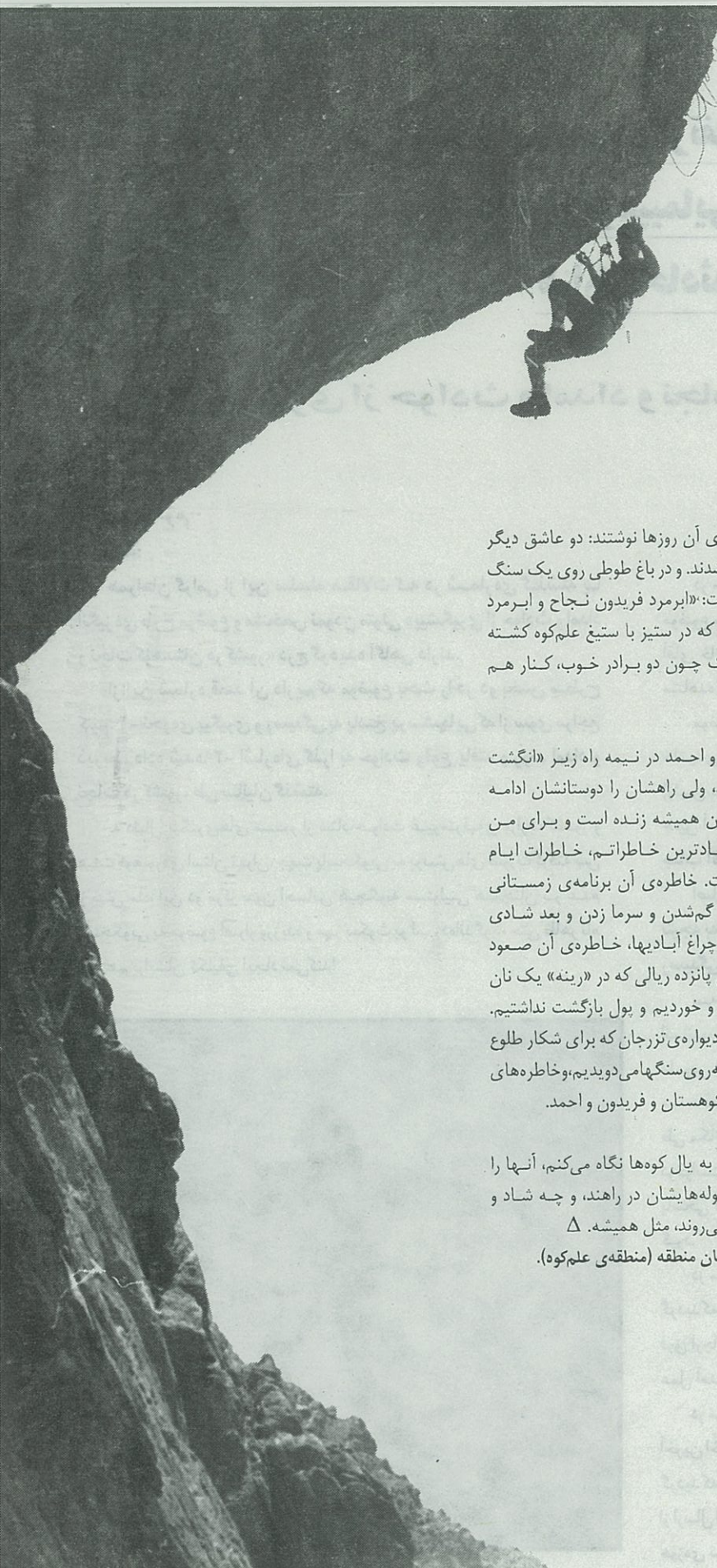
هوا آفتابی و خوب است. فریدون نجاح نفر اول طناب است. احمد فرزین‌نیا نفر دوم و حسین عدیلی نفر سوم. در حال تراورس شانه کوه هستند. مسیری که تابستان همان سال با هم پیموده بودیم. اما در این فصل برف زیادی دارد.

جدا شدند و گروه آرش را تشکیل دادند که اغلب آنها از شاگردان نجاح و از سنگ‌نوردان خوب بودند مثل ابراهیم بابائی و کیومرث بابازاده و چند نفر دیگر که متأسفانه نامشان را به یاد ندارم.

زمستان تلخ ۴۸

در شبهایی که در کوه بودیم بعد از شام و چای داغ، همیشه صحبت از صعودهای مهم و حوادث کوهنوردی می‌شد. داستان همه را فریدون نجاح می‌دانست و ما، پر از کنجکاوی و ستایش، سراپا گوش می‌شدیم.

اگر چه که او همیشه سرشار از امید و انرژی بود ولی گاهی می‌گفت: بیشتر کوهنوردان خوب در جوانی می‌میرند و در مسیرهای ساده. چرا؟ و فریدون نجاح در یک روز آفتابی در مسیری ساده و در جوانی مُرد.



فریبرز می‌گوید ناگهان صدای مهیبی شنیدیم. بچه‌ها از پناهگاه بیرون می‌ریزند. بهمن بزرگی ریخته است و از کوهنوردان خبری نیست.

فریدون برای ما همیشه از چگونگی درگیری با بهمن می‌گفت. خودش هم خوب درگیر شده بود. او را در عمق کمی پیدا کردند. او در اثر شکستن ساق پا بیهوش شده بود و نتوانسته بود به تلاشش ادامه دهد. بعد از یک ساعت احمد را پیدا می‌کنند و حسین عدیلی چون نفر آخر طناب بود و در مرکز بهمن نبود نجات پیدا می‌کند.

بعد از چند روز که پرواز هلیکوپتر میسر نشد افراد محلی آنها را در کیسه‌خوابهایشان بیچیدند و به پایین آوردند. کیسه‌خوابهایی که در آن هنوز سهم برترقالهایشان دست نخورده مانده بود. کیسه‌خوابهایی که دسته‌جمعی دوخته بودیم؛ با شادی و بدون لحظه‌ای اندیشیدن به مرگ. از آنجا که همیشه از نظر تهیه‌ی وسایل کوهنوردی در مضیقه بودیم، (یا وجود نداشت و یا ما بولش را نداشتیم)، بچه‌ها تصمیم گرفتند کیسه‌خوابهایشان را خودشان بدوزند. یعنی فریدون بدوزد چون او خیاط ماهری هم بود. هنگام دوختن کیسه‌خوابها من که اندام کوچکتری داشتم برای مرتب کردن برها وارد دو لایه‌ی کیسه‌خواب شدم و بعد بچه‌ها چقدر به قیافه‌ی من با برها خندیدند. در آن لحظه فرشته‌ی مرگ کجا ایستاده بود؟

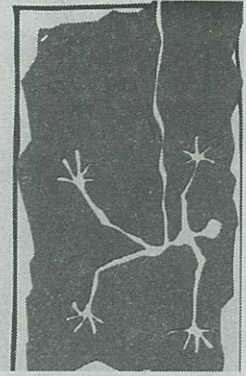
روزنامه‌های آن روزها نوشتند: دو عاشق دیگر علم‌کوه کشته شدند. و در باغ طوطی روی یک سنگ نوشته شده است: «ابرمرد فریدون نجاح و ابرمرد احمد فرزین‌نیا که در ستیز با ستیغ علم‌کوه کشته شدند و اینک چون دو برادر خوب، کنار هم آرمیده‌اند.»

فریدون و احمد در نیمه راه زیر «انگشت خدا»^(۱) خفتند، ولی راهشان را دوستانشان ادامه داده‌اند و یادشان همیشه زنده است و برای من بهترین و شادترین خاطراتم، خاطرات ایام کوهنوردی است. خاطره‌ی آن برنامه‌ی زمستانی توجال به آهار، گم‌شدن و سرما زدن و بعد شادی دیدن سوسوی چراغ آبادیها، خاطره‌ی آن صعود دماوند و آخرین پانزده ریالی که در «رینه» یک نان بربری خریدیم و خوردیم و بول بازگشت نداشتیم. خاطره‌ی صعود دیواره‌ی تزرجان که برای شکار طلوع خورشید بابرهنه‌روی سنگهای دویدیم، و خاطره‌های بسیار و زیبا از کوهستان و فریدون و احمد.

هنوز وقتی به یال کوه‌ها نگاه می‌کنم، آنها را می‌بینم که با کوله‌هایشان در راهند، و چه شاد و جوان و سبک می‌روند، مثل همیشه. Δ
(۱) جایی در همان منطقه (منطقه‌ی علم‌کوه).

فریدون نجاح

عکس از: مریم زندگی



۸۸۲۱۵۰ کیلومتر مربع ارتفاعات کوهستانی

صدها هزار کوهپیمایی هفتگی

هزاران حادثه

مسئول پیشگیری از حوادث و امداد و نجات کوهستان در کشور کیست؟

مسعود اشرفی

قسمت دوم

مقدمه:

همراهان گرامی از این سلسله مقالات که در شماره‌ی گذشته با انگیزه‌ی طرح موضوع و مشخص نمودن متولی «پیشگیری از حوادث و امداد و نجات کوهستان در کشور» درج گردیده آگاهی دارند.

از این شماره قصد آن داریم که موضوع بحث را در دو بخش مطرح کنیم: ۱- نحوه‌ی پیگیری و رسیدگی به پاسخ پرسشهایی که از سوی مراجع ذیربط، داده شده. ۲- اشاره‌ای گذرا به حوادث وقوع یافته و روند امداد و نجات در کشور، طی سالیان گذشته.

به دنبال پیگیری‌های مستمر از ستاد حوادث غیرمترقبه‌ی وزارت کشور و هیئت کوهنوردی استان تهران، جهت پاسخگویی به پرسش‌های صورت گرفته پس از شش ماه، این دو مرکز بدون احساس هیچگونه مسئولیتی همچنان بر عدم پاسخگویی به موضوع اصرار ورزیده و مهر سکوت بر لب زده‌اند گویا، حتی ظاهر نام آنان هم برایشان تکلیفی ایجاد نمی‌کند!

در میان مکاتبات ارسالی از طرف فدراسیون کوهنوردی و جمعیت هلال احمر، موضوع مکاتبه و درخواست فدراسیون کوهنوردی از ریاست محترم جمهوری جناب آقای خاتمی درباره‌ی درخواست رسیدگی به موضوع امداد و نجات کوهستان مشاهده گردید.

موضوع این مکاتبه و درخواست، به تاریخ ۷۷/۳/۲۶ مربوط می‌شود. که در حاشیه‌ی نامه‌ی ریاست محترم جمهوری که از طرف آقای سیدمحمدعلی ابطحی (رئیس دفتر ایشان) در مورخه ۷۷/۴/۱ به سازمان تربیت بدنی منعکس می‌گردد چنین آمده است:

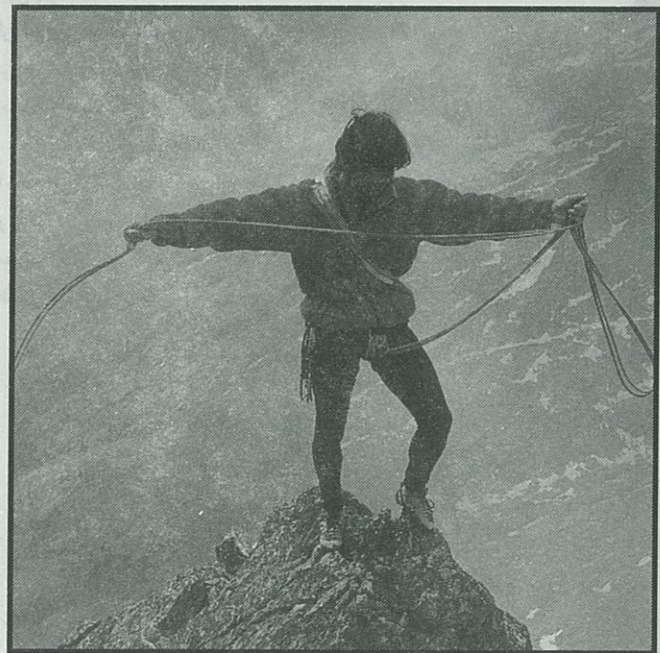
جناب آقای هاشمی طبا

اصل قضیه بررسی و بعد هم در کمیسیون ذی ربط، مورد بحث قرار گیرد و نتیجه به دولت ارائه شود، یا اگر غیر از طریق دولت هم جایی قانوناً می‌تواند رسیدگی کند به همان جا برود. نتیجه را گزارش کنید.

به دنبال به دست آوردن این مکاتبه و مشخص شدن تفکر والا و انساندوستانه‌ی ریاست محترم جمهوری بر آن شدیم که با توجه به عدم نتایج ملموس این دستنویس پس از نوزده ماه به لحاظ اطلاع رسانی و اجرایی با آقای سیدمحمدابطحی ارتباط برقرار نموده و پیگیری خود را ادامه دهیم به همین منظور طی مکاتبه‌ای با ارسال نمابر در مورخه ۷۸/۱۰/۱۲ موضوع مجدداً پیگیری شد و درخواست گردید به لحاظ اهمیت مسئله و دستور مساعد صادر شده، چنانچه پاسخی در این زمینه وجود دارد جهت اطلاع‌رسانی عمومی در اختیار نشریه قرار گیرد.

در مورخه ۷۸/۱۰/۲۷ با دریافت پاسخ از دفتر آقای ابطحی این‌گونه مشخص گردید که موضوع مجدداً به دفتر آقای مهندس هاشمی طبا طی مکاتبه‌ای در مورخه فوق ارجاع گردید و درخواست پاسخ لازم در مورد دستور رئیس محترم جمهوری به عمل آمده که رونوشت آن جهت اطلاع به دفتر نشریه واصل گردید.

در مورخه ۷۸/۱۱/۱۸ با توجه به آماده شدن صفحات نشریه‌ی ۱۸ و برای ارائه آخرین اخبار پیرامون موضوع، از دفتر ریاست محترم سازمان تربیت بدنی درخواست گردید که چنانچه پاسخی در این زمینه وجود دارد به دفتر نشریه ارسال نمایند. پس از ارسال این مکاتبه توسط نمابر طی شش تماس تلفنی در روزهای مختلف از دفتر حوزه‌ی سرپرستی سازمان، درخواست پاسخ گردید که تا مورخه ۷۸/۱۲/۱۲ (زمانی





عملیات امداد و نجات در تله‌کابین توچال

به طور مثال می‌توان به نصب علائم راهنما و تابلوهای هشدار دهنده اشاره کرد نمی‌بایستی جزء یکی از مهمترین وظایف فدراسیون کوهنوردی و هیئت‌های تابعه‌ی استانها و شهرستانها و خصوصاً در مسیرهای عمومی و پر تردد کوهنوردی کشور باشد؛ به طور مثال: ارتفاعات شمال شهر تهران شامل هفت مسیر پر تردد است که هر هفته پذیرای دهها هزار نفر کوهپیمای می‌باشد.

۲- چنانچه بر اساس تقدیر الهی و با توجه به در خط زلزله قرار داشتن ارتفاعات شمال تهران، چنین حادثه‌ای در یکی از روزهای تعطیل به وقوع پیوندد، جدای از محدوده‌ی شهر تهران کدام مرکز می‌بایستی به کمک آسیب‌دیدگان کوهستان را بر عهده بگیرد؟ و با کدام تخصص و اطلاعات؟

۳- چه میزان حوادث ناگوار که بیش از نودوپنج درصد آن فاقد آمار و ارقام است می‌بایستی در کوهستانها و بر سر دوستداران طبیعت وارد آید تا از به هدر رفتن نیروهای مادی و معنوی کشور، جلوگیری به عمل آید و برای آن تدبیری اندیشیده شود؟ ادامه دارد...

که نشریه آماده‌ی چاپ بود) موفق به دریافت پاسخی نگردیدیم. در پایان این قسمت که امیدوار بودیم نتایج بهتری را برای اطلاع خوانندگان در اختیار داشته باشیم ذکر این نکته را ضروری می‌دانیم که اخبار واصله طی پاییز و زمستان سال ۷۸ حاکی از حوادث متعدد، جراحات، شکستگی‌ها، منجر به فوت و گم شدن‌های متعدد در سطح کشور بوده است. امیدواریم در شماره‌های آینده بتوانیم به نتایج روشن تری دست یافته شما عزیزان را در جریان آن قرار دهیم.

امداد و درمان هلال‌احمر

یکی از سازمانهایی که بعد از پیروزی انقلاب جدای از وظایف قانونی خود (اشاره به پاسخ معاونت امداد و درمان در شماره ۱۷) اقدام به ارائه‌ی خدماتی در کوهستانهای کشور به کوهنوردان نموده است؛ معاونت امداد و درمان جمعیت هلال احمر می‌باشد که این موضوع با توجه به حضور تعدادی از کوهنوردان به عنوان کارمندان این سازمان میسر گردیده که مؤید انگیزه‌ها و علائق شخصی آنان بوده و توانسته است در مقاطعی، و تنها در ایام تعطیل به ارائه‌ی خدماتی در شمال شهر تهران و در یک محدوده‌ی خاص و پر تردد بپردازد. جدولی که در زیر مشاهده می‌نمایید می‌تواند بیانگر گوشه‌ی کوچکی از حوادث مختلفی باشد. چنانچه موضوع سایر ایام هفته و بزرگتر بودن محدوده‌ی شمال شهر تهران را تا میزان ۵ برابر حوزه تحت پوشش هلال احمر را در نظر بگیریم و این آمار را در سطح کوهستانهای کشور بسط داده و مورد مطالعه قرار دهیم آنگاه می‌توان حدود تقریبی آمار حوادث را به صورت تکان دهنده‌ای در طی مدت حدود شصت سال تاریخچه کوهنوردی ایران در ذهن متصور ساخت که شاید حدود ۵٪ حوادث اقدام به اطلاع رسانی عمومی شده است.

طرح ۳ سؤال؟

۱- بر طبق اساسنامه‌ی مصوب و در حال اجرای فدراسیون کوهنوردی، ماده ۲: اهداف بند ۱-۲- که یکی از اهداف اصلی فدراسیون را حمایت از حرکت‌های عمومی ورزشی می‌داند: آیا موضوع اول سؤال طرح شده یعنی پیشگیری (عامل مهم کاهش حوادث) که

گزارش عملکرد گروه امداد و نجات کوهستان جمعیت هلال احمر در قسمتی از ارتفاعات تهران (توچال) در سال ۷۷.

محل استقرار	منطقه توچال			منطقه دربند		منطقه سنگ‌سیاه و قله	منطقه پلنگ‌چال	منطقه کلک‌چال	توضیحات
	J1	J2	J5	آبشار	اوسون				
اقدامات	۳۳۴	۲۶۷							
پانسمان							۱۲۲	۱۳۷	
سرمازدگی	۲	۳۲					۷۲	۳۳	
ازتفاع گرفتگی	۳	۳۵					۴۳	۲۱	
شکستگی و دررفتگی	۱۰۲	۹۵					۸۹	۹۳	
انتقال مصدوم توسط امدادگران	۶۴	۳۹					۱۱	۱۸	
اقدام به نجات	۳۹	۲۸				۲	۱۲	۱۸	
اعزام به مراکز درمانی	۵۹	۶۲				۲	۹	۱۳	
سایر موارد	۵۲۱					۲	۱۵	۳۶	
جمع کل	۱۱۲۸	۹۳۳				۶	۳۷۳	۳۶۹	جمع کل = بیش پایگاه ۳۳۰۴ نفر

ملاحظات: در طول سال ۱۳۷۷، ۵ فوت داشته‌ایم که پس از عملیات جستجو توسط نیروهای امدادی هلال احمر به پایین انتقال داده شده. (۲) در تاریخ ۷/۸/۱۵ جمعه عملیات نجات ۱۳۷ نفر از مردم در حادثه تله‌کابین با همکاری امدادگران هلال احمر.

در طول سال ۱۳۷۷ مجموعاً در هر هفته ۲ جلسه تعداد پایگاه: ۵ تعداد نیروهای امدادی: ۲۲ نفر در پایگاههای امداد حضور داشته‌اند. تعداد پست: ۵ پست امدادی آمبولانس: ۲ آمبولانس به همراهی دو نفر راننده مدت عملیات: ۲ روز - دو روز در هفته پنجشنبه و جمعه

واژه نامه کوهنوردی

حفظ انرژی در راه پیمایی و کوهنوردی به بدن می دهند: حرکت نرم باسن که با گام برداری دقیق و ارادی هماهنگ شده، گام های مساوی و بی شتاب، دست ها به حالت نرم و بیرون از جیب، بالاتنه کمی خمیده به جلو برای حفظ تعادل متناسب با شیب، چشم ها بر فاصله چندمتری (نگاه به دور دست ها تعادل را به هم می زند) و ... کسب چنین حالتی به تمرین زیاد نیاز دارد.

earth avalanch زمین لغزه، رانش زمین
earth pillar **گرز دیو**
حرکت زمین، جایجا شدن دامنه های کوهستانی بر اثر بارندگی و عوامل دیگری مانند از میان رفتن پوشش گیاهی.

earth pillar گرز دیو
ستونی از خاک و مواد نرم که بر فراز آن یک یا چند تخته سنگ فرا گرفته است، پدیده ای که در مناطق کم آب دیده می شود.

eboulement (Fr.) کوه ریز، کُهریز
بخشی از کوه که بر اثر ریزش، بریده شده و دارای سنگ های سست است. رنگ این قسمت ها معمولاً روشن تر از رنگ اصلی کوه است.

eboulis ۱- کوه ریز (eboulement ←)
۲- واریزه (scree ←)

eboulis cone مخروط کوه ریز
مجموعه سنگ و شن حاصل از ریزش بخشی از کوه که به شکل مخروط در پای آن جمع شده است.

École Nationale de Ski et d' Alpinisme (ENSA) مدرسه ملی کوهنوردی و اسکی (فرانسه - شامونی)

edema → oedema خیز
edge لبه

۱- کناره یا یال تیز سنگ.
۲- گیره جلو آمده و کم و بیش لبه دار یا تیز.

dynamic posture حالت روان
duvet (E.) eiderdown پوشاک پر

رطوبت زیادی ندارند و برخلاف پوشاک آبی، بدن را تقریباً به کلی از آب دور نگه می دارد.
(← ← wetsuit)

duck آب گذر
[غ] دالان پر آب و کوتاه در غار که در بالای سطح آب هوای کمی دارد.

Duff stretcher برانکار داف
نوعی برانکار نجات برای کوهستان یا دیگر نقاط بیرون از شهر؛ این برانکار دارای کفشک هایی برای سراندن روی برف، و نیز دارای چرخ های جدا شدنی است. کفی آن را هم می توان جمع کرد و با چارچوب آن بر پشت حمل کرد.

(dülfër (à la dülfër) ۱. کشش فشاری (← layback)
۲. در آلمانی، روش دولفر به روش عبور اریب (traverse) به کمک طناب گفته می شود.
۳. فرود دولفر همان روش فرود کلاسیک یا فروداسی است.

duvet پوشاک پر
کت پر، شلوار پر، جلیقه پر، دستکش پر، جوراب پر؛ **duvet** به تنهایی، معمولاً به معنای کت پر به کار می رود. همچنین کت یا هرگونه پوشش رویی دیگر که از مواد مصنوعی پر شده باشد، نیز **duvet** خوانده می شود.

dynamic belay حمایت روان
هر نوع حمایتی که در آن طناب، پیش از توقف فرد سقوط کرده، روی نقطه حمایت مقداری حرکت کند. در این صورت فرد به تدریج متوقف می شود و ضربه کمتری را متحمل می شود. به آن **حمایت پویا** نیز گفته اند.
(← ← static belay)

dynamic posture حالت روان
حالت خمش کاملاً ویژه ای که برای افزایش توازن و

قسمت هفتم عباس محمدی

مقدمه:

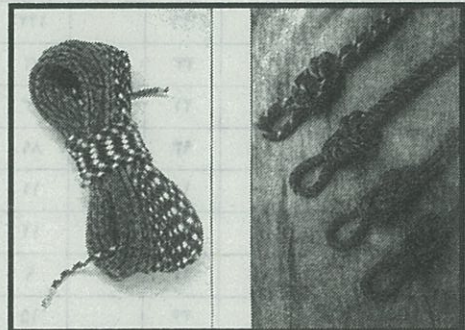
خواننده ارجمند:

نشریه کوه از شماره ۱۲ و با توجه به نیاز جامعه کوهنوردی کشور و با همکاری یکی از فرهیختگان ورزش اقدام به درج واژه نامه کوهنوردی نموده است که هدف آن ایجاد یک زبان واحد در مورد اصطلاحات ورزش کوهنوردی است.

لازم به اشاره است که متون درج شده از طرف نویسندگان و نشریه به عنوان یک پیشنهاد در مورد معادل های طرح شده می باشد که برای رسیدن به یک زبان واحد نیاز به توجه و همکاری همگانی را طلب می نماید.

dry glacier یخچال خشک
یخچال بدون پوشش برف (مثلاً در تابستان) که شکاف های آن پیدا است و در نتیجه عبور از آن کم خطر است.

dry rope طناب خشک
طنابی که آب جذب نمی کند.



drysuit پوشاک خشک
[غ] پوشاک ویژه غار پیمایی در غارهایی که آب و

نردبان کوچک قابل حمل، ساخته شده از طنابچه و پله آلومینیومی یا پلاستیکی، و یا از نوار نایلونی. در صعودهای مصنوعی به کار می‌رود.

evacuation بیرون‌بری
انتقال فرد آسیب دیده، از محل حادثه به منطقه امن و رساندن وی به مرکز درمانی.

طناب همیشه خشک

everdry rope → dry rope

excentric concretion سنگال افشان
[غ] سنگالهای توخالی که از تجمع غیرمترددالمرکز بلورهای آهکی به اشکال غیرعادی (ششبه به ریشه‌های درخت و...) به وجود می‌آیند.

expansion bolt → **bolt** میخ - پیچ

expediton هیئت، کاروان
یک گروه نسبتاً بزرگ و سازمان یافته از کوه‌نوردان که عازم صعودی بزرگ، یا عازم یک برنامه شناسایی می‌شوند.

expeditionary اردویی، هیئتی
کوه‌نوردی با نفرات و تجهیزات بسیار، که معمولاً در مناطق بزرگ و دور افتاده انجام می‌شود.

exposed بی‌حفاظ
(در مورد یال، مسیر صعود) جایی که در آن امکان سقوط هست، جایی که به نوعی خطرناک است و در آن امکان حمایت نیست؛ در معرض باد و باران یا سرما؛ دشوار و پرخطر.

exposure ۱ - بی‌پناهی
ماندن در معرض هوای بد، بدون تجهیزات کافی (یکی از مهم‌ترین عوامل حادثه و مرگ و میر در کوهستان)

۲ - بی‌حفاظی
احساس خطر روی یک مسیر دشوار و یا ارتفاع زیاد (بی‌حفاظ بودن مسیر).

extractor → **nut key** نوه‌کش

Eigerwand/Eiger دیواره ایگر / کوه ایگر
«ایگرواند» جبهه سه‌گوش و عظیم شمال غربی کوه ایگر است.

eight - thousander هشت هزارمتری
قله‌هایی که بیش از ۸۰۰۰ متر ارتفاع دارند: مجموعاً ۱۴ قله اصلی که همگی در «رشته سراسری هیمالیا» (trans Himalaya) - شامل قراقروم و هیمالیا - قرار دارند.

Elburz (Mountains) البرز (رشته کوه)

electron نردبان غار
[غ] اصطلاح فرانسوی برای نردبان‌های سیمی ویژه غارپیمایی (ladder).

eliminate صعود - راه
اصطلاح نسبتاً قدیمی برای یک مسیر مستقیم و دشوار روی یک صخره.

en flèche (Fr.)
صعود همزمان نفر دوم و سوم

engineering (colloq.) «مهندسی»
اصطلاح محاوره‌ای برای عملیات پیچیده با طناب و وسایل در صعود مصنوعی.

ENSA → **Ecole Nationale de Ski et d'Alpinisme**

eperon (Fr.) → **buttress** یال‌واره

Espadrilles (Fr.) کفش با زیره طنابی
نوعی کفش که بیش از متداول شدن کفشهای PA و کتانی سنگ، در سنگ‌نوردی به کار می‌رفته.

اخلاقیات صعود، اخلاقیات کوه‌نوردی
e'thics of climbing
مجموعه اصولی که «نیک و بد» را در شیوه‌های صعود و در روش‌های رسیدن به یک هدف کوه‌نوردی تعیین می‌کند.

e'triers رکاب



face رخ، جبهه
سمت پرشیب کوه (معمولاً میان دو یال).

falaise (Fr.) → **cliff** پرتگاه، تندان

fall سقوط
افتادن سنگ‌نوردی که مسیری را صعود می‌کند، هرگونه پرت شدن از جبهه‌های کوهستانی.

fall arrester → **belay device** ابزار حمایت

fall factor ضریب سقوط
نسبت طول سقوط به طول طنابی که بین صعودکننده و کارگاه حمایت قرار دارد. سخت‌ترین سقوط، دارای ضریب ۲ است.

fell تپه
(مصطلح در شمال انگلستان)

ادامه دارد...

پدیده‌ی وارونگی و آلودگی

مهندس علی خلیلی

مقدمه:

پدیده وارونگی و آلودگی هوا موضوع مورد بحث بسیاری از کشورهای جهان است که از حدود سه دهه قبل به آن توجه شده و عدم رسیدگی به این مطلب روزبه‌روز آثار زیان بارش در جوامع گوناگون قابل مشاهده است.

در میان رشته‌های گوناگون ورزشی تنها دوستداران طبیعت و کوهنوردان هستند که می‌توانند در فصول مختلف و خصوصاً پاییز و زمستان با قدری کوه‌پیمایی و ارتفاع گرفتن بر فراز شهرهای خودشان به راحتی به عمق فاجعه‌ی آلودگی هوای شهر که گاهی تا ارتفاع ۲۳۰۰ متری ارتفاعات را نیز می‌پوشاند پی برده و در همان جا به درک لذت هوای پاک و عاری از هر گونه آلودگی نایل آیند.

بحث کارشناسی مقاله ذیل که توسط یکی از کوهنوردان و از خبره‌ترین کارشناسان صنعت نفت کشورمان تهیه شده است می‌تواند اطلاعات مفیدی در اختیار خوانندگان خود قرار دهد.

به امید توجه و درک بیشتر موضوع و عمل نمودن به آنچه که در این زمینه از خود می‌توانیم آغاز نماییم.

الف- پدیده‌ی وارونگی و آلودگی هوا چیست؟
ب- گازهای همراه با پدیده وارونگی و آلودگی هوا کدام هستند. عوارض هر یک از این گازها بر بدن انسان چگونه است؟
ج- توصیه‌هایی جهت پیشگیری از پدیده‌ی وارونگی و آلودگی هوا.

الف- وارونگی و آلودگی هوا پدیده‌ای است فیزیکی که معمولاً هنگام زمستان و در مواقعی که هوا سرد و ساکن است در شهرهای پر جمعیت از جمله تهران و سایر مراکز استان‌ها و به طور کلی در نقاطی که عبور و مرور وسایل نقلیه‌ی موتور و تراکم بیش از حد ترافیک وجود داشته باشد ایجاد می‌شود. کلمه‌ی مترادف وارونگی در زبان انگلیسی اینورشن «INVERSION» می‌باشد کیفیت وارونگی حاصل جمع شدن انواع گازهای سمی حاصل از حرکت وسایل نقلیه‌ی موتوری در طبقات پایین جو می‌باشد. افرادی که در این نوع ترافیک سنگین و راه‌بندان‌های طولانی قرار گیرند از جمله عابرین و رانندگان و سرنشینان خودرو؛ از گازهایی که در این

هنگام، در سطوح پایین جو انباشه شده بنا بر نوع و زیان‌مند بودن گازها متأثر می‌شوند.

چنانچه می‌دانیم گازها در شرایط متعارف همراه با حرارت، فشار و رطوبت همواره گسترده و منبسط می‌شوند و به طبقات بالاتر متصاعد می‌گردند ولی هنگامی که پدیده‌ی وارونگی ایجاد می‌گردد به علت سرمای زیاد محیط گازهای سمی حاصل از وسایل نقلیه‌ی موتوری و کارخانه‌های مجاور شهرها و سایر وسایل آلوده‌کننده‌ی هوا؛ به واسطه سرد و متراکم بودن قادر نیستند به طبقات بالاتر جو صعود کنند و بنابراین در سطوح پایین و مجاور سطح زمین متمرکز می‌شوند. تأثیر گازهای سمی در این مواقع بر کودکان و اشخاص مسن به مراتب بیشتر از دیگران است. بیشترین اثر گازهای موجود در پدیده‌ی وارونگی و آلودگی هوا بر روی مجاری تنفسی و دستگاه جریان خون و قلب انسان می‌باشد. در کیفیت وارونگی و تجمع گازهای سمی در سطوح پایین جو هر قدر هوا سردتر و عاری از جریان و ساکن باشد آثار زیان‌بار این گازها بر بدن انسان بیشتر خواهد بود.

در شهرهای بزرگ و پرجمعیت مانند تهران و سایر مراکز استان‌ها به علت تراکم وسایل نقلیه‌ی موتوری که موجب راه‌بندان‌های طولانی در مسیرهای مختلف می‌گردد و به علت وجود کارخانه‌های اطراف که ممکن است از زغال‌سنگ و نفت کوره استفاده نمایند اثر پدیده وارونگی همراه با آلودگی بیشتر هوا بر بدن انسان شدیدتر می‌گردد. خوشبختانه در حال حاضر اکثر کارخانه‌های اطراف تهران از گاز طبیعی به جای زغال‌سنگ و نفت‌کوره استفاده می‌نمایند که به کارگیری گاز طبیعی به جای سایر سوخت‌ها در پاکیزگی هوا مؤثر است. همچنین وزارت نفت و شرکت ملی نفت ایران با همکاری شهرداری تهران و با استفاده از امکاناتی که توسط وزارت نفت در اختیار ادارات ذربط قرار داده است مشغول اجرای پروژه‌ی تبدیل موتورهای بنزینی به گازسوز می‌باشد که این برنامه در پاکیزه شدن هوای تهران مؤثر خواهد بود.

ب- گازهای همراه با پدیده وارونگی و آلودگی هوا کدام هستند؟

عوارض هر یک از این گازها بر بدن انسان چگونه است؟

۱- ارسنیک (As) - در سوختن کوره‌های

زغال‌سنگ و کوره‌هایی که از نفت سنگین استفاده می‌کنند و از کارخانه‌های شیشه‌سازی تولید می‌شود. اثر این گاز بر بدن انسان در دراز مدت ایجاد سرطان ریه و پوست می‌نماید.

۲- بنزن (C₆H₆) - از پالایشگاه‌ها و سوختن در موتور اتومبیل‌ها به وجود می‌آید. اثر آن در زمان طولانی موجب کم‌خونی شدید می‌گردد.

۳- کادمیوم (Cd) - کادمیوم از کوره‌های ریخته‌گری و ذوب فلزات که از نفت کوره و زغال‌سنگ استفاده می‌کند به مقدار کم به وجود می‌آید. اثر این گاز بر بدن موجب بروز ضایعاتی در کلیه و ریه‌ها شده و ممکن است باعث ضعیف شدن و نرمی استخوان گردد.

۴- گاز کلر یا کلرین (Cl₂) - از صنایع شیمیایی و کارخانه‌های مربوط به این صنایع ایجاد شده و سپس تبدیل به اسید کلریدریک می‌گردد. اثر این گاز باعث حساسیت پوست بدن و تحریک مخاط داخلی می‌گردد.

۵- منواکسید کربن (CO) - این گاز از احتراق ناقص موتورهای اتومبیل‌ها و سایر وسایل نقلیه‌ی موتوری و کوره‌هایی که از زغال‌سنگ و نفت کوره استفاده می‌کنند و از کوره‌های ذوب فلزات و ریخته‌گری نیز به وجود می‌آید. اثر این گاز بر بدن انسان مانع رسیدن اکسیژن به میزان کافی به بدن می‌گردد و نهایتاً نارسایی تنفسی و گردش خون و قلب ایجاد می‌نماید.

۶- یون فلورین (F⁻) - از کوره‌های ذوب فلزات و ذوب آهن به وجود می‌آید و تراکم بیش از حد آن باعث صدمه به دندان‌ها به خصوص در اطفال می‌گردد.

۷- نیدروکربن (HC) - از سوخت ناقص مواد نفتی و بنزینی ایجاد شده و همراه با اکسید ازت در آفتاب تولید دوده می‌شود. وجود این ماده ایجاد اختلالاتی در دستگاه تنفسی می‌نماید.

۸- فرمالدئید (FORMALDEHYDE) - در سوخت موتورهای اتومبیل‌ها و کارخانه‌های صنعتی به وجود آمده و اثر آن بر بدن انسان موجب حساسیت و خارش چشم‌ها و بینی می‌گردد.

۹- نیدروژن کلراید - HCl - کلرور نیدروژن - این گاز بیشتر از سوزاندن زباله‌ها در فضا پخش شده و ایجاد حساسیت در چشم‌ها و ریه‌ها می‌شود.

۱۰- فلوروژن نیدروژن (HF) - این گاز از



کارخانه‌های کودشیمیایی و کوره‌های ذوب فلزات تولید شده و موجب حساسیت پوست بدن و چشم‌ها و تحریک مخاط داخلی و سینوس‌ها می‌گردد.

۱۱- جیوه (Hg) و ترکیبات جیوه - از سوختن کوره‌هایی از زغال سنگ و نفت کوره استفاده می‌کنند بوجود آمده و موجب بوجود آمدن رعشه (پارکینسن) و اشکالات رفتاری در انسان می‌شود.

۱۲- اسید نیتریک (HNO_3) - بیشتر از اکسید ازن به وجود می‌آید. در باران‌های اسیدی و یکی از اجزای اصلی آن است. وجود آن باعث امراض تنفسی و ریوی است.

۱۳- نیدروژن سولفور (H_2S) - از پالایشگاه‌ها و تعدادی از سوخت موتورهای مختلف و همچنین از گودال‌های فاضلاب و کارخانه‌های کاغذسازی به دست می‌آید. آثار اولیه آن ایجاد تهوع و تحریک چشم می‌شود. چنانچه میزان آن در فضا زیاد باشد اثرش بر بدن خطرناک بوده و مانع جریان عادی تنفسی می‌گردد.

۱۴- اسید سولفوریک (H_2SO_4) - این اسید در تابش آفتاب از اکسید گوگرد موجود در فضا و یون هایدروکسیل به وجود می‌آید. اثر آن موجب اختلال در دستگاه تنفسی می‌گردد.

۱۵- منگنز (Mn) و املاح آن - از کارخانه‌های ذوب آهن و سایر فلزات و همچنین کارخانه‌های برق، ایجاد شده و تنفس بیش از حد آن ممکن است انواع فلج و لرزش در اندام‌های مختلف ایجاد نماید.

۱۶- نیکل (Ni) و املاح نیکل - از کارخانه‌های ذوب فلز و کوره‌هایی که از زغال سنگ و نفت کوره استفاده می‌شود ممکن است به وجود آید. تنفس بیش از حد آن ممکن است ایجاد سرطان ریه نماید. ۱۷- دی‌اکسید ازن (NO_2) - این گاز در نور آفتاب از اکسید ازن (NO) تشکیل می‌شود. در باران‌های اسیدی هم وجود دارد. با تنفس این گاز ایجاد سینه‌پهلو و برنشیت می‌گردد. ضمناً مقاومت بدن را در مقابل سرماخوردگی و آنفولانزا کم می‌نماید.

۱۸- گاز اوزون (O_3) - در تابش خورشید از ترکیب اکسید ازن و ترکیبات نیدروکربور به وجود می‌آید. تنفس این گاز در سطح زمین باعث تحریکات چشم و تشدید آسم و تنگی نفس می‌شود. گاز اوزون در طبقات بالای جو مانع از تابش اشعه‌ی خطرناک به سطح زمین می‌گردد.

۱۹- پراکسی استیل ازن (PAN) - در اثر تابش خورشید از ترکیب با نیدروکربن و اکسید ازن (که هر دو از احتراق ناقص موتور اتومبیل‌هاست) به وجود می‌آید و باعث حساسیت و سوزش چشم‌ها و تشدید امراض تنفسی مانند آسم یا تنگی نفس می‌شود.

۲۰- سرب (Pb) و املاح سرب - از سوخت‌وسوز

موتور اتومبیل‌ها و کوره‌های ذوب فلزات به وجود می‌آید وجود آن در فضا باعث اختلالات مغزی و فکری شده و ایجاد فشار خون بیش از حد معمول می‌شود. همچنین اختلالاتی در رشد اطفال و نوجوانان می‌گردد.

۲۱- تترافلئوراید سیلیس (SiF_4) - از کارخانه‌های صنعتی و شیمیایی در فضا پخش می‌گردد و تنفس بیش از حد آن باعث تحریکات در ریه‌ی انسان و اختلالات دستگاه تنفسی می‌شود.

۲۲- دی‌اکسید گوگرد (SO_2) - در کوره‌هایی که از زغال سنگ و نفت کوره استفاده می‌شود بیشتر تولید می‌گردد. تنفس بیش از حد این گاز مانع حرکات تنفسی و سوزش و خارش چشم‌ها می‌گردد.

توضیح: از گازهای یاد شده‌ی فوق تعدادی به تنهایی در هنگام پدیده‌ی وارونگی و آلودگی هوا، در طبقات پایین تر جو و سطح زمین، وجود دارند و تعداد دیگری از گازها و املاح مانند: اسید سولفوریک - اسید نیتریک - اکسید ازن - اوزون - اسید نیتریک و پروکسی استیل ازن از فعل و انفعالات شیمیایی و در برابر تابش نور خورشید در طبقات پایین جو و هوای آلوده، به وجود می‌آیند.

ج- توصیه‌هایی جهت پیشگیری از پدیده‌ی وارونگی و آلودگی هوا:

۱- انتقال کارخانه‌های بزرگ و کوچک و کوره‌های ذوب فلزات و ریخته‌گری از مراکز شهرها به مناطق مناسب و دور از مناطق مسکونی.

۲- تغییر انواع سوخت‌های زغال سنگی و نفت کوره به سوخت گاز طبیعی از جمله انواع کوره‌های نفتی، انواع آبگرم‌کن‌ها، بخاری‌ها، شوفاژها و حرارت مرکزی. تبدیل گازهای مختلف یخچال‌ها مانند گاز CFC یا کلروفلئوروکربن به گازهای بدون ضرر.

۳- تشویق مردم به استفاده از وسایل نقلیه‌ی عمومی به جای اتومبیل‌های شخصی و تک‌سرنشین به مراکز شهرها و مناطق پر تردد.

۴- تشویق شهروندان به استفاده از بنزین بدون سرب به جای انواع دیگر بنزین.

۵- جلوگیری شدید از ایجاد راه‌بندان‌های طولانی اتومبیل‌ها و جلوگیری از تراکم انواع وسایل نقلیه‌ی موتوری (با هماهنگی مراکز مختلف زیربنا).

۶- گاز سوز نمودن انواع موتورهای که از بنزین و گازوئیل استفاده می‌نمایند به خصوص وسایل نقلیه‌ی عمومی. (البته این پروژه مهم از مدت‌ها قبل از طریق وزارت نفت با همکاری شهرداری تهران آغاز شده و در جریان است.)

۷- کودکان و افراد مسن به خصوص از ۶۰ سال به بالا نبایستی در مراکزی که آلودگی شدید هوا وجود دارد رفت‌وآمد داشته باشند و یا در راه‌بندان‌های ترافیکی محاصره شوند. زیرا اثر گازهای سمی و آلودگی هوا بر بدن کودکان و سالمندان بیشتر می‌باشد. Δ

وجه تسمیه کوه‌های ایران

تهیه و تنظیم از مرتضی دزفولی

قسمت آخر

کوه بیدکس

در منطقه بختیاری قرار دارد. این کوه را خودشان بید بی‌کس می‌نامند. نام آن به دلیل پیدی تنها و بی‌کس است که بر قله‌اش نشسته است.
سفر به دیار بختیاری

کوه کیلویه

در جنوب غربی دنا واقع است. چون درخت زالزالک یا گیالک در این کوهستان بیش از دیگر نقاط فارس است، پس از افزودن «یه» به این نام مرسوم شده است.
اعتقاد دیگر بر این است که شخصی به نام گیلویه اهل الوار بر این کوهستان فرمانروا شده است.

کل قدوس - کل قدویس - قدوس دنا

در سمیرم (۴۲۷۸ متر) قرار دارد. قله قدوس دنا به زبان محلی به نام کل قدویس یعنی قله پاک و بلند معروف است.

کوهها و غارهای ایران

کوه رنگ

کرنک (کوه + رنگ) نام بلوکی در کوههای بختیاری بوده و نام رودخانه و کوه کوه‌رنگ از آن گرفته شده است. کرنک در قدیم نام شهری در کوهستان بختیاری بوده است که آن را «وهشت هرمز» یا «بهشت هرمز» می‌گفته‌اند.

رشد آموزش جغرافیا

قله میان‌سه‌چال در وسط تصویر - عکس از اکبر هرمزجانی

کبیرکوه

در منطقه ایلام قرار دارد. این کلمه تحریف شده کُور کوه است. وجه تسمیه کوه به سبب درختان کوری است که در آن وجود دارد.
سفرنامه الموت لرستان و ایلام

میان سه چال

در منطقه علم کوه قرار دارد. قله میان سه چال، بین سه چال یا یخچال؛ یعنی، سرچال، علم چال و تخت چال واقع شده و به همین دلیل، میان سه چال نام گرفته است.

کلاغ لان

از قلل الوند در همدان است. اینجا را کلاغ لان نامیده‌اند؛ زیرا در روزهای دور گذشته، مأمّن و مرکز کلاغیایی بوده است که در صخره‌های آن لانه می‌کرده‌اند.

بر فراز قله‌های الوند

گرمه

شهر ملایر در دامنه کوه گرمه (ارتفاع ۲۲۰۶ متر) قرار دارد. وجه تسمیه کوه گرمه، به دلیل موقعیت جغرافیایی و حالت طبیعی آن است. چون کوه رو به آفتاب است، حتی در سردترین روزهای زمستان نیز برف روی آن دوام نمی‌آورد، به همین سبب آن را کوه گرمه نامیده‌اند.

مختصری پیرامون آثار مذهبی، تاریخی و دیدنیهای استان همدان

ملک محمد

در شمال لوت مرکزی واقع است. چون «ملک محمد» نامی، راهنمای دکتر گابریل در دشت لوت بوده است، نام او را بر روی این کوه نهاده‌اند.
شهادت و جغرافیای تاریخی دشت لوت

میان کوه

در منطقه بختیاری واقع است. چون این کوه بین زردکوه و کوه سفید قرار دارد، آن را میان کوه می‌نامند.

سفر به دیار بختیاری

هزار

در ۱۲ کیلومتری راین (۴۴۶۵ متر) قرار دارد. به دلیل فراوانی وجود گیاهان معطر و دارویی (که عطر آن فضای کوهستان را آکنده می‌سازد)، در گذشته به هزار گیاه معروف بوده است.

کوههای کرمان

هزار مسجد

در شمال خراسان واقع است. به دلیل وجود ستونهای مرتفعی از سنگ بازالت در قله آن که از دور شبیه به مناره‌های متعدد است، آن را هزار مسجد خوانده‌اند.

جغرافیای مفصل ایران

در کوه هزار مسجد، خانقاههای معتبر و متعدد بوده و شاید بدین لحاظ، معروف به هزار مسجد شده است.

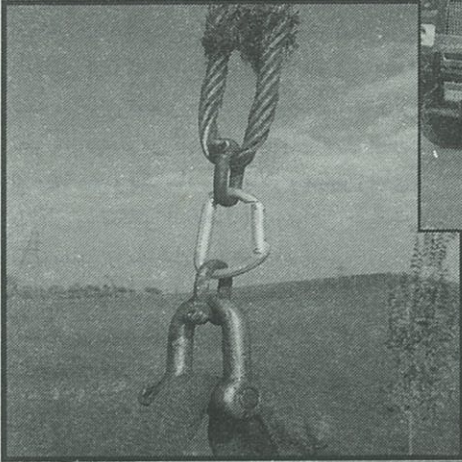
جغرافیای تاریخی قوچان Δ

فکالجه لسا تلدلفقا همه

آزمایش سخت و دشوار برای

کارابین

دنا



هدف ما: رشد صنعت ملی، تأمین لوازم کوهنوردی و صخره‌نوردی، رقابت با کالاهای خارجی، و پیشرفت ورزش کوهنوردی است.

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

آیا راه حمایت از صنایع ملی همین است که... برگزیده‌اند؟

بهمین کاظمی شنیدیم که مسابقه سنگ‌نوردی در سالی در اصفهان دایر شده و در ضمن مطلع شدیم که گویا یکی از کوهنوردان جوان و باذوق و دلسوخته ایران تعدادی از وسایل کوهنوردی منجمله کارابین را ساخته است. لذا راهی محل برگزاری مسابقات شدم تا ضمن تشویق آن جوان تعدادی از کارابین‌ها را خریده و بعنوان عیدی به کوهنوردان جوان هدیه کنم. وارد سالن که شدم جمعیتی توجه مرا جلب کرد و بر حسب غریزه کنجکاوی بسوی آن گروه جلب شدم وقتی به آنها ملحق شدم با کمال تأسف شنیدم که می‌گویند فدراسیون کوهنوردی بر خلاف همه قوانین و مقررات و اصول با حربه برخورداری از موقعیت شغلی خود بدون ارائه هرگونه دلیل علمی! از حضور محصولات تولید شده در حاشیه این مسابقات جلوگیری به عمل آورده؟ و برعکس از حضور وسایل یک شرکت خارجی تولید کننده لوازم مشابه استقبال نموده است! حال سؤال اینجانب و دیگر دوستان حاضر در آن مکان این می‌باشد که به چه دلیل علمی یا قانونی و یا ... فدراسیون در مقابل تولیدات داخلی که می‌تواند یکی از دلایل اصلی رشد این ورزش در میان کوهنوردان کشور باشد جبهه‌گیری کرده و یا به آن با بی‌تفاوتی برخورد نماید؟ آیا ساخت و فروش این لوازم با $\frac{1}{5}$ تا $\frac{1}{7}$ قیمت مشابه خارجی آن لایق حمایت است یا ممانعت به هر طریق؟ و آیا کار آن صنعتگر مبتکر حکایت این شعر نخواهد گردید که: از طلا گشتن پشیمان گشته‌ایم مرحمت فرموده ما را مس کنید! Δ

هموطن!



ورزشتین ایران

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

همه در خدمت همه

صعود ارتفاعات ساوجبلاغ

یونس رضاخانی

مقدمه:

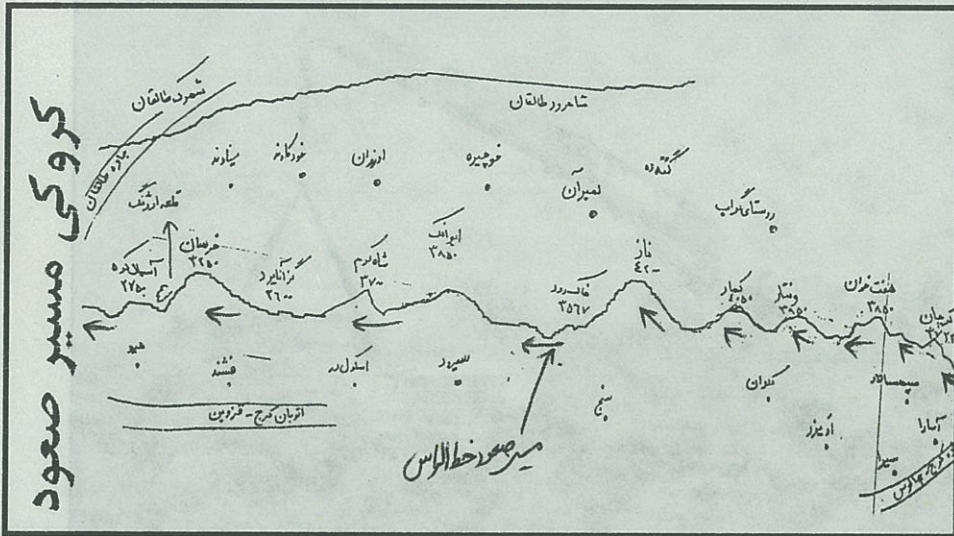
شهرستان ساوجبلاغ واژه‌ی ترکی (چشمه‌ی آب سرد) می‌باشد که در منتهی‌الیه شمال غرب استان تهران با مساحت تقریبی ۲۸۰۰ کیلومتر مربع و شامل ۴۴۷ آبادی و به محدوده‌ی شرقی هشتگرد، نظرآباد و طالقان می‌باشد. قله معروف قسمت شمالی شهرستان شاه‌البرز ۴۲۰۰ متر، میش چالها ۴۱۰۰ تا ۴۲۰۰ مسیره‌های جنوبی زرین‌کوه ۴۲۵۰، آلانه‌سر و بخش میانی جبهه‌ی غربی ناز ۴۲۰۰ متر، خاکرود ۳۹۵۰ متر، ایوانک ۳۸۵۰ و شاه‌کرم، گزآناپرد، کماچین (آسمان کوه) که به ارتفاع ۲۷۵۰ متر و از نظر قلعه می‌توان قلعه‌ی منصور، کیقباد، ارژنگ و از نظر غار مهم‌ترین آنها غار هیو را با طول بیش از ۱۵۰ متر و یک چاه و دو تالار و مسیر زیبایی طالقان به تنکابن (سه‌هزار) از زیبایی، طبیعت شهرستان را تشکیل می‌دهند نام برد.

حدود سه سالی بود صعود خط‌الرأس از قلعه کرچان به قله ساوجبلاغ ذهن کوهنوردان شهرستان را به خود مشغول نموده بود ولی به دلیل کم بودن امکانات و نداشتن تجربه‌ی صعودهای چند روزه، خط‌الرأسی به موضوع آنچنان جدی توجه نمی‌شد مشکل امکانات آنچنان تغییری نمود ولی صعود هجده روزه‌ی دماوند به سیلان و تجربه‌ی کسب شده باعث گردید فکر چند ساله به مرحله‌ی عمل برسد پس از جلسات مختلف با گروه‌های کوهنوردی شهرستان و شناسایی مسیر در سه مرحله و تعیین محل‌های ایستگاه آذوقه رسانی در نهایت تاریخ صعود از ۸/۲۳ لغایت ۱۳۷۸/۸/۲۹ پیش‌بینی شد.

موضوع جوی از نظر برف و سرما با توجه به شرایط فصل پیش‌بینی‌های لازم شده بود ولی نه در حد بارش برف انجام شده که تا حدودی این موضوع مشکلاتی برای تیم ایجاد نمود که با همکاری اعضای تیم برطرف گردید و روز صعود ۸/۲۳ فرا رسید.

پس از استقرار در روستای تکیه بعد از سه‌سالار صعود از مسیر قلعه کرچان آغاز گردید پس از هفت ساعت کوهپیمایی توأم با برف‌کوبی ساعت ۱۴ قلعه کرچان صعود شد پس از یکساعت و نیم ادامه‌ی صعود مسیر قلعه هفت‌خوان به دلیل نزدیک شدن به تاریکی شب کمی پایین‌تر از خط‌الرأس و دور از باد محل شبنامی تعیین شد پس از تهیه سوپ داغ و استراحت شب صبح فردا مورخه ۸/۲۴ پس از صرف صبحانه ساعت

هفت‌ونیم مسیر قلعه هفت‌خوان در پیش گرفته شد پس از صعود قلعه هفت‌خوان ساعت یازده و صرف ناهار ساعت دوازده و نیم به طرف قلعه و نثار ادامه‌ی مسیر داده شد ساعت شانزده و نیم پس از صعود قلعه کهار به دلیل باد شدید و نبودن جای مناسب خود را به جانیپناه کهار رساندیم پس از استراحت شب، صبح مورخه ۸/۲۵ پس از صبحانه ساعت ۷ با تراورس از زیر قلعه کهار به سمت ناز حرکت نمودیم پس از صعود قلعه ناز ساعت ۱۳ به طرف قلعه خاکرود سرازیر شدیم پس از عبور از خاکرود ساعت شانزده و نیم مشرف به روستای سیروود محل شبنامی انتخاب شد، با جای داغ و سوپ داغ که گرمی بخش سرمای شبها بود تدارک دیده شد و صبح ۸/۲۶ ساعت هفت‌ونیم مسیر قلعه ایوانک آغاز شد طبق روزهای قبل در طول روز حداقل پنج الی شش ساعت عبور از برف سنگین را پیش رو داشتیم کوله‌ها نسبت به روزهای قبل سبکتر شده بود وزن کوله‌ها بین ۱۴ تا ۱۶ کیلو بود طبق برنامه‌ی امروز زمان تحویل آذوقه بود پس از عبور از ایوانک نرسیده به شاه‌کرم پس از تحویل گرفتن آذوقه (آذوقه‌ی مسیر را کارخانجات اشتاد عهده‌دار شده بود) ساعت ۱۳ به سمت قلعه شاه‌کرم ادامه‌ی مسیر داده شد پس از صعود قلعه شاه‌کرم ساعت پانزده و نیم پس از نیم ساعت از قلعه شاه‌کرم بین قلعه گزآناپرد و شاه‌کرم محل چادر تعیین و برقرار شد پس از صرف شام افراد برای استراحت به داخل کیسه‌خوابها رفتند مورخه ۸/۲۷ ساعت ۷ پس از صبحانه مسیر قلعه گزآناپرد آغاز شد پس از پنج ساعت برف‌کوبی و عبور از میان باد شدید قله را پشت سر گذاشتیم پس از صرف ناهار



ساعت سیزده حرکت مجدد آغاز شد و ساعت پانزده قلعه خرسان با موفقیت صعود شد پس از یکساعت و نیم در مجاور قلعه زرچگانی برای شبنامی چادر برپا شد فردای آن شب مورخ ۸/۲۸ با ترک زرچگانی به سمت قلعه کماچین حرکت نمودیم پس از طی مسیر طولانی خط‌الرأس زرچگانی و قلعه ارژنگ و صرف ناهار ساعت شانزده به پای قلعه کماچین مستقر شدیم (در این مدت زمان به غیر از روز اول تا خرسان فاقد آب بودیم و منبع تأمین آب، برف مسیر بود) پس از استراحت شب در واقع آخرین شب در این برنامه بود که دور هم می‌گذرانیدیم و دیرتر از شبهای دیگر به خواب رفتیم حدود دو ساعت از شب را درباره‌ی مسائل صعود (نقطه قوت و ضعف) بحث و بررسی نمودیم و خوشحال از این بودیم که توانسته‌ایم تجربه‌ی خوبی برای خود و دیگر دوستان کوهنورد به دست آوریم. ۸/۲۹ سبکبار به سمت قلعه کماچین (آسمان کوه) حرکت نمودیم ساعت نه آخرین قلعه خط‌الرأس صعود شد و دوستان کوهنوردی که برای استقبال آمده بودند بعد از دو ساعت به ما ملحق شدند پس از دیدار به یادماندنی و صرف ناهار ساعت چهارده از طریق گردنه‌ی ابراهیم‌آباد طالقان، آخرین مسیر خط‌الرأس برای صعود و دیدار دیگر اعضای تیم به منازل خود بازگشتند و مراسم اختتامیه‌ی تجلیل از افراد صعود کننده در تاریخ ۹/۱۲ به مدت دو ساعت در یکی از سالنهای شهرستان با حضور جمعی از مسئولین، ورزشکاران و کوهنوردان به همراه خانواده‌هایشان برگزار گردید.

اعضای تیم: ۱- یونس رضاخانی. ۲- فرج‌اله سرفلاح. ۳- پرویز کریمیار. ۴- وجیه‌اله الیاسی. ۵-

سبلان

مقدمه:

گروه کوهنوردی که ژوان سنندج را می توان یکی از فعالترین گروههای کوهنوردی بانوان در کشور نام برد.

این گروه با عمر کوتاه خود ضمن اجرای برنامه‌های متنوع کوهنوردی و درکنار آن فرهنگی به تلاشی بزرگ دست زده است که نمودار آنرا در طی انتشار ۲ سالنامه به قلم و تصویر کشیده و یک نسخه از آنرا جهت نشریه مورد علاقه خودشان کوه ارسال نموده‌اند.

سالنامه سال ۷۷ که ژوان با ۹۲ صفحه در بخش کوهنوردی شامل حدود سی برنامه متفاوت در اقصی نقاط کشور می باشد.

در اینجا بد نیست که با آنان در یکی از صعودهایشان همراه شده و به قله زیبای سبلان^(۱) سری بزنیم.



استراحتگاه حرکتان را از مسیری بسیار مشخص ابتدایه سمت جنوب تارسیدن به سرچشمه‌ی آبی در زیر صخره‌های یال شرقی و سپس انحراف مسیر به سمت راست، از لابلای سنگها به سمت بالا پی گرفتیم.

ارتفاع لحظه به لحظه بیشتر می شد. از ارتفاع ۴۲۰۰ متری به بالا از روی کمر کش یال برفی کم عمق و سفت گذشتیم و به تدریج آخرین شیب سر بالایی را طی کرده خود را به لبه‌ی دشت بزرگی در ارتفاع ۴۷۰۰ متری به نام سنگ محراب رساندیم. رو به غروب از لبه‌ی دیگر دشت بالا رفتیم و در زیر پایمان با قله‌ی سبلان و دریاچه‌ی زیبای آن روبرو شدیم. رنگ آبی دریاچه، بعد از آن همه تلاش چشمهایمان را نوازش می داد. پس از استراحت و لذت بردن از منظره‌ی زیبای دریاچه، با دقت و احتیاط و با کوله‌باری پر از خاطرات به یادماندنی از راه صعود به پناهگاه شرقی بازگشتیم.

سبلان بلند و خفته! تو نگین دشت و کوهی

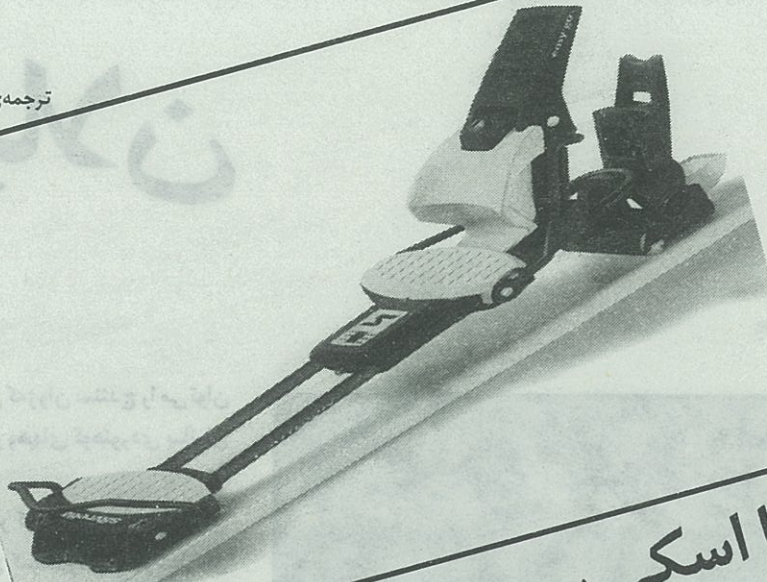
سبلان! سپید دامن تو چقدر پر شکوهی!...

(۱) به مناسبت ورود اولین گروه آزادگان

سالهاست ناظر تلاش و کوشش عشایری است که به طور مرتب از جنوب به شمال در کوچ‌اند. قلب زندگی شادمانه در اطراف قله می تپد و به خصوص در تیر ماه، مناظر اطراف قله به حدی زیباست که زبان از بیان آن عاجز می ماند. آسمان آبی رنگ با چند تکه ابر سفید و مخروط عظیم سبلان که به طرزی عجیب در سمت غربی دشت لمیده است، با یخچالهای سپید دامنه‌ی شمالی آن و دشتی پهناور و سبز با لاله‌های قرمز رنگ از کف دره‌ی قطور سو حالتی خاص را در انسان به وجود می آورد، به گونه‌ای که حس می کنیم ما را با طبیعت سبلان پیوندی است ناگسستی. راهمان را از اردبیل به لاری ادامه می دهیم که دهکده‌یست بزرگ در شمال سبلان. از این نقطه قله به خوبی در جنوب دیده می شود. پس از مدتی به آب گرم قطور سو می رسیم. پس از کمی استراحت، از میان تپه‌های سرسبز به طور مستقیم به سوی یال شرقی سبلان صعود کردیم و پس از سه ساعت در ارتفاع ۳۵۰۰ متری به پناهگاه و حسینیه‌ی مقدس اردبیلی رسیدیم. شبی سرد را در پناهگاه سپری کردیم و فردای آن از محل

سبلان، کوه بزرگ آذربایجان، با ارتفاع تقریبی ۴۸۱۱ تا ۴۸۴۰ متر یکی از زیباترین و برجاذبه‌ترین قله ایران است که به دلیل وجود دریاچه‌ی زیبا و دیدنی برفراز قله‌ی بلند و مغرور آن جایگاهی ویژه در میان کوههای ایران دارد. وجود یخچالهای بزرگ که از هر سو قله را در محاصره‌ی خود دارند و به ویژه چشمه‌های آب گرم شابیل، قطور سوئی، سرعین و سراب و قله بالای ۴۰۰۰ متری چون هرم داغ، کسره داغ، ایلگار، قزل داغ، یوز داغ و قوشا به مجموعه‌ی سبلان شکوه و جلالی بی نظیر بخشیده است. دریاچه‌ی قله در بیشتر ایام سال یخ بسته است و فقط در تابستان کوهنوردان می توانند از شکل طبیعی آن بازدید کنند.

عشایر شاهسون یا ایلسون مردمی هستند که طی سالیان طولانی اقامت در دامنه‌های سبلان به زیستن در هوای سرد و نیمه معتدل این منطقه و دشتهای سرسبز آن خو گرفته‌اند. برکه‌های فراوان با رنگهای سیاه و سبز در جای جای دامنه‌های سبلان پراکنده است و در این میان قله به سان برجی بلند



با اسکی سریعتر به قله برسید! و از لذت فرود با اسکی بهره‌مند شوید

وسایل کوهنوردی با اسکی

کوهنوردی با اسکی یعنی بالا رفتن و پایین آمدن از کوه با استفاده از وسایل اسکی ویژه. برای این کار هم می‌شود از اسکی مخصوص کوهنوردی استفاده کرد و هم از اسکی معمولی، هم از اسکی تله‌مارک و هم از اسکی‌های خیلی کوتاه. این ورزش در کاملترین شکل خود عبارتست از طی تمام مسیر صعود به قله با اسکی و استفاده از پوست صعود و احتمالاً گرامیونهای مخصوص و سپس اسکی کردن از قله به پایین. ولی در بسیاری از مواقع صعود تمام مسیر با اسکی به علت ضرورت عبور از قسمت‌های صخره‌ای و یا فقدان برف ممکن نیست و باید قسمتی از مسیر را با پا و حتی با استفاده از گرامیون طی کرد. از طرف دیگر در برخی موارد ممکن است پایین آمدن با اسکی در تمام طول مسیر خطرناک یا غیرممکن باشد و اسکی‌باز کوهنورد مجبور شود از فرود با طناب استفاده کند. به طور کلی کوهنوردی با اسکی موجب افزایش سرعت صعود در مسیرهای برفی می‌شود. جایی که کوهنورد مجبور است یا با راکت صعود کرده و یا مدت زیادی وقت صرف کوبیدن مسیر کند. در مواردی که برف تازه باریده به راحتی می‌توان گفت که صعود با اسکی ده تا بیست برابر سریعتر از صعود با پا است. بدین لحاظ وقت و انرژی بیشتری به خاطر صعود با اسکی صرفه‌جویی می‌شود. ولی شاید مهمتر از همه لذتی باشد که کوهنورد اسکی‌باز در موقع اسکی کردن به پایین از آن بهره‌مند می‌شود.

وسایل اسکی کوه تا اندازه‌ای متفاوت از اسکی معمولی است. و خالی از فایده مثبت که در اینجا عمده‌ترین وسایلی را که برای یک صعود با اسکی به آنها نیاز است مورد اشاره قرار دهیم.

چوب اسکی

چوب اسکی کوه چوبی است سبک و همه‌کاره یعنی برای هر نوع برفی مناسب است. این چوب از چوب اسکی آلباین کوتاه‌تر، نرم‌تر و کمی پهن‌تر است تا بتواند در داخل برف نکوبیده خارج از پیست به اصطلاح شناور باشد. از چوب معمولی اسکی آلباین هم می‌توان به عنوان اسکی کوه استفاده کرد ولی باید از چوبهای اسکی مخصوص مسابقه حذر کرد. این چوبها به خاطر اینکه سفت هستند در داخل برف

نکوبیده خوب و نرم عمل نمی‌کنند و در ضمن چون سنگین هستند در موقع صعود به انرژی بیشتری برای حمل آنها نیاز است. سر و انتهای اغلب چوبهای اسکی کوه را سازندگان سوراخ کرده‌اند تا با بستن آنها به یکدیگر و به چوبدستها و به کمک بیل کوهنوردی بشود آنها را تبدیل به یک سورت‌مه یا برانکار کرد.

فیکساسیون

فیکساسیون مهمترین بخش از وسایل اسکی کوه است. این فیکساسیون باید به اسکی‌باز اجازه دهد که در موقع صعود، پاشنه‌های کفش را به راحتی بلند کند و در موقع پایین آمدن پاشنه‌ها را کاملاً به اسکیها بچسباند و در عین حال در صورت زمین افتادن اسکی‌باز اسکیها از پا جدا شوند. فیکساسیون‌های خوبی با این خصوصیات ساخته شده است. فریتشی دیامیر (Fritschi Diamir) از آن جمله است. این فیکساسیون دارای ریلی است که روی چوب اسکی پیچ می‌شود. قسمت جلو فیکساسیون و قسمت پاشنه‌ی فیکساسیون روی این ریل سوار می‌شوند. این فیکساسیون بسیار سبک (حدود ۱۵۰۰ گرم) و در عین حال قوی است و می‌توان هم کفش معمولی اسکی و هم کفش اسکی کوه را در آن قرار داد و تقریباً به همان خوبی فیکساسیون آلباین چه از جلو و چه از پاشنه به موقع باز می‌شود. از همه مهمتر آن که فقط با گذاشتن پا روی فیکساسیون و بدون استفاده از دست می‌شود آن را چفت کرد. صفحه‌ای که به کفش متصل است و از چوب اسکی جدا می‌شود چهار درجه برای بلند شدن پاشنه‌ها دارد و در نتیجه حتی روی شیبهای خیلی تند هم می‌توان تقریباً به راحتی پاشنه را بلند کرد و قدم برداشت. هانس کامرلندر (Hans Kammerlander) با این فیکساسیون‌ها در ۱۹۹۶ اورست را صعود کرد.

فیکساسیون دیگری که برای اسکی کوه مناسب است یکی «سیلورتا ۴۰۴» (Silveretta 404) است که به عنوان فیکساسیون کلاسیک اسکی کوه به شمار می‌رود. مدل جدید این فیکساسیون «سیلورتا ایزی‌گو» (Silveretta Easy-Go) است که هم کفش اسکی آلباین، هم کفش اسکی کوه و هم کفش پلاستیکی

بخورند به راحتی روی شیب بالا رفت. روی دیگر پوست آغشته به ماده‌ای است که به خوبی به کف اسکیه‌ها می‌چسبد. صدها بار می‌توان پوست را از اسکی جدا کرد و دوباره چسباند، بدون آن که قدرت چسبندگی پوست کاهش یابد. یک حلقه‌ی فلزی در سر و یک قلاب در انتهای پوست اتصال پوست به اسکیه‌ها را محکم‌تر و مطمئن‌تر می‌کند.

کرامپون اسکی

در بعضی مواقع برف به حدی سفت و شیب به اندازه‌ی زیاد است که نمی‌توان تنها به چسبیدن پوست بر برف اتکا کرد. در این شرایط استفاده از کرامپون اسکی بهترین راه حل است و این امکان فراهم می‌شود که با خیال راحت‌تری روی شیب‌های تند و یخی تراورس کرد و یا نزدیک‌تر به خط شیب صعود نمود. کرامپون به عنوان یک وسیله‌ی کمکی بسیاری از فیکس‌اسیون‌ها به فروش می‌رسد و روی اغلب فیکس‌اسیون‌ها به نحوی سوار می‌شود که با بلند شدن پاشنه، کرامپون نیز بلند شده و از برف جدا می‌شود و وقتی که پاشنه به جای اول خود یعنی به روی اسکی برگشت کرامپون نیز پایین آمده و در برف فرو می‌رود و مانع سُر خوردن ناخواسته به پایین می‌شود. Δ

کوهنوردی روی آن بسته می‌شود ولی نقطه ضعف آن در ثابت بودن پنجه‌ی فیکس‌اسیون است. از این رو کفش را آزاد نمی‌کند و تنها باید به آزاد شدن پاشنه امید بست. قیمت اغلب این فیکس‌اسیون‌ها حدود ۳۰۰ دلار است.

ارزان‌ترین راه‌حل برای اسکی‌بازی که اسکی و فیکس‌اسیون آلپاین دارد آن است که یک مبدل (adaptor) بخرد و فیکس‌اسیون‌های خود را تبدیل به فیکس‌اسیون اسکی کوه کند. معروفترین این مبدل‌ها Alpine Trekker است که حدود ۱۸۰ دلار قیمت دارد. این مبدل به فیکس آلپاین وصل می‌شود و این امکان را فراهم می‌کند که پاشنه‌های پا در موقع راه رفتن بلند شوند. برای اسکی کردن به پایین، باید مبدل را از روی فیکس‌اسیون جدا کرد و در داخل کوله گذاشت و درست مثل شرایط عادی فیکس‌اسیون را بست و به پایین سرازیر شد. تنها نقطه ضعف استفاده از این مبدل این است که اسکی‌باز باید وسایل سنگین‌تر به پا داشته باشد زیرا علاوه بر وزن خود مبدل، کفشها و اسکی‌های آلپاین در مجموع خیلی سنگین‌تر از وسایل اسکی کوه هستند.

کفش

کفش اسکی کوه ترکیبی است از کفش پلاستیکی کوه و کفش اسکی آلپاین. این کفش دارای ساق بلند، سفتی دیواره‌ها و بستهای کفش آلپاین و کف و تویی کفش پلاستیکی کوه است. با اهرمی که روی کفش نصب شده ساق کفش را می‌توان برای بالا رفتن شل و برای پایین آمدن سفت کرد. این کفشها کارایی خوبی در موقع پایین آمدن دارند ولی فاقد دقت و کارایی کفشهای آلپاین هستند. وزن کفشها حدود ۴ کیلوگرم و قیمت آنها بین ۳۰۰ تا ۴۰۰ دلار است.

هرچند که کفشهای آلپاین را هم می‌توان برای اسکی کوه بکار برد ولی کفشهای مخصوص اسکی کوه این امتیاز را دارند اولاً سبکتر هستند و ثانیاً کف آنها شبیه کف کفش کوه است و ساق داخل چون یک لولا حرکت می‌کند، امری که باعث راحتی و سرعت زیاد در صعود می‌باشد.

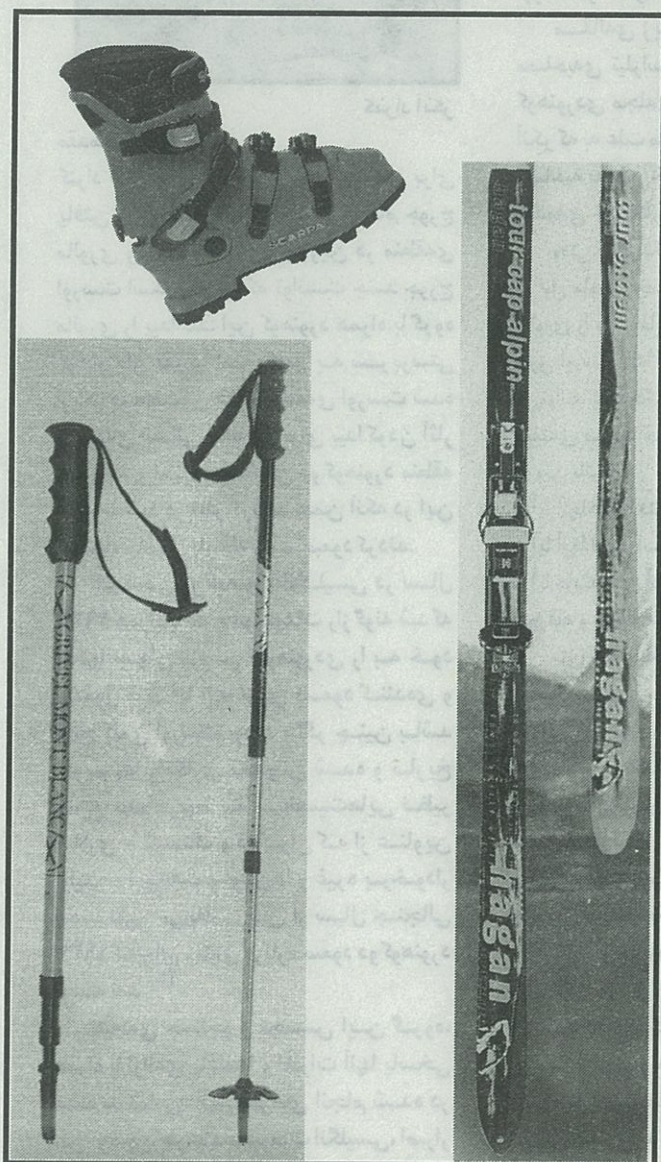
از کفش پلاستیکی کوه هم می‌توان به عنوان کفش اسکی کوه استفاده کرد. لیکن ضعف این کفشها در آن است که دیواره‌های کناری آنها به اندازه‌ی کافی سفت نیست و آن دقت و تعادلی را که کفش آلپاین معمولی در موقع اسکی کردن به پایین فراهم می‌کند، نمی‌تواند تأمین نماید. ولی این کفشها برای اسکیهای خیلی کوتاه بسیار مناسب می‌باشند.

چوبدست

چوبدست قابل تنظیم برای اسکی کوه بسیار عالی است. زیرا چوبدست بلند در موقع صعود بسیار کارآمد است در حالی که در موقع فرود ایجاد مزاحمت می‌کند. به عکس چوبدست کوتاه برای پایین آمدن خوب است ولی برای بالا رفتن کارایی لازم را ندارد. برخی از چوبدستهای قابل تنظیم را طوری ساخته‌اند که سه کاره هستند. برای صعود می‌توان آنها را بلندتر کرد. برای پایین آمدن آنها را کوتاه کرد و سرانجام این امکان هم وجود دارد که آنها را تبدیل به میله‌های بهمین به طولی برابر ۲ متر نمود. گُل یا طَبَق چوبدستهای اسکی کوه باید خیلی بزرگتر از چوبدستهای معمولی آلپاین باشد تا چوبدست کمتر در برف نکوبیده فرو رود.

پوست صعود

این پوست را در موقع صعود به کف اسکی می‌بندند تا مانع سُر خوردن به پایین شود. در گذشته این پوست از پوست فُک درست می‌شد ولی در حال حاضر بیشتر پوستها، نایلونی هستند. یک روی پوست از موهای نایلونی پوشیده شده است. پوست مثل قالی «خواب» دارد به طوری که می‌توان بدون آن که اسکیها به عقب سُر



کاشف پیکر جورج مالوری

ترجمه‌ی وارطان زاگاریان

بود. هملب در این کروکی مشخص کرده بود که کلنگ یخ ایروین که در سال ۱۹۳۳ پیدا شد، در کدام نقطه از منطقه بوده است. و در کدام نقطه بود که وانگ هونگ؛ کوهنورد چینی در سال ۱۹۷۵ اعلام کرده بود که جسد یک کوهنورد انگلیسی را در نزدیکی کمپ شش چینی‌ها پیدا کرده بود. لذا ما باید بررسی‌های خود را در اطراف باند زرد منطقه، و اولین محدوده تحقیق خود را در اطراف کمپ ششم چینی‌ها انجام می‌دادیم.

در روز عملیات بررسی، ما قراگاه خود را در کمپ پنجم چینی‌ها مستقر کردیم و از آنجا قراگاه‌ها را تا ارتفاع ۷۸۰۰ متری به همان روشی که آنها برقرار کرده بودند برپا کردیم. پس از برقراری آخرین قراگاه در ۷۸۰۰ متر ساعت ۳ صبح بیدار شده و صعود و جستجو خود را آغاز کردیم و در ساعت ۵ صبح مالوری را پیدا کردیم. در واقع او زیر کمپ شش چینی‌ها قرار داشت و نه آن جایی که ما اساساً انتظار داشتیم پیدا شود.

س- چه عاملی سبب شد که شما پایین‌تر از کمپ شش چینی‌ها را جستجو کنید؟

ج- ابتدا فعالیت خود را برای دسترسی به منطقه‌ی باند زرد (رگه‌ی زرد در زمین) آغاز کردیم، و نیز جستجویمان را از همان محل، آغاز کردیم. من یک جسد پیدا کردم. لباس او از کورتکس بود و نشان می‌داد، در حال صعود بوده است و ضمناً وسایل او نیز جدید بود؛ پس او نمی‌توانست مالوری باشد. جستجوی خود را به سمت باند زرد، ادامه داده ضمناً داشته بررسی می‌کردم که مسنر در اولین صعود

تنهای خود، در سال ۱۹۸۰ از کدام قسمت از باند زرد عبور کرده بود. با نزدیک شدن به باند زرد یکی از افراد گروه ما به نام آندی پولیتز (Politz) یا رادیو به من تذکر داد که از مسیر خارج شده‌ام او خواست که علت خروج از مسیر را توضیح دهم. علت انحراف از مسیر را برای او توضیح دادم. کمی پایین‌تر جسد کیود شده‌ی یک کوهنورد را پیدا کردم او گرامیون جدید به کفش داشت، لذا جسد این کوهنورد فقید مربوط به سالهای اخیر بوده و او نیز نمی‌توانست مالوری باشد پس از یافتن جسد کوهنورد دوم، من شروع کردم که زیر باند زرد، حرکت کنم. در این منطقه، حرکت روی سنگها انجام می‌شد لذا گرامیون‌های خود را درآورده و از روی سنگ‌ها به سمت بالا صعود کردم در این مسیر نیز جسد دو

بر این دارند که هنوز مدارک کافی برای رد نظریه‌های آنها مبنی بر این که اولین فاتح قله‌ی اورست، مالوی یا اروین هستند وجود ندارد ولی در این مصاحبه، مدارک بسیاری ارائه می‌شود که حقایق را بازگو می‌کند. خبرنگاری از ادموند هیلاری اولین فاتح قله‌ی اورست سؤال کرد اگر ثابت شود مالوری اولین فاتح اورست است موفقیت شما چه خواهد شد؟ این کوهنورد بزرگ اهل زلاندنو با خونسردی جواب داد، در این صورت من اولین کوهنورد زلاندنو هستم که اورست را صعود کرده است.

مقاله‌ی زیر استخراج و خلاصه‌ی مصاحبه‌ی تیلراستابل‌فورد خبرنگار و مفسر کوهنوردی مجله‌ی کلایمینگ است با کنراد آنکر که به علت محدودیت صفحات مجله، متن مصاحبه به طور خلاصه ارائه می‌شود. مقدمه‌ی خبرنگار:

وقتی کنراد آنکر یکی از اعضای هیئت تجسس در اول ماه می جسد یخ‌زده و تقریباً سالم جورج مالوری را در ارتفاع حدود ۸۳۰۰ متری یال شمال شرق اورست پیدا کرد شواهدی به دست آورد که می‌تواند پاسخگوی سؤالات زیادی از رازهای نهفته‌ی صعود جورج مالوری و اندرو (ساندی) ایروین باشد:

* آیا آنها قله را فتح کردند؟

* آیا آنها اولین انسان فاتح اورست هستند؟

* آیا حادثه برای آنها هنگام صعود رخ داده یا پس از فتح قله و هنگام مراجعت؟

متن مصاحبه‌ی تیلراستابل‌فورد با کنراد آنکر درباره‌ی روزهای صعود نهایی و کشف جسد جورج مالوری می‌باشد.

خبرنگار س = مصاحبه‌ام را با این سؤال شروع می‌کنم: برای انجام تحقیقات خود چه اطلاعاتی در دست داشتید؟

جواب = در اثر مطالعات انجام شده‌ی فراوان جوشوین هملب، یکی از اعضای گروه تحقیق و تجسس، و بررسی‌کننده‌ی وقایع گذشته و وقایع نگار، در این پروژه، نقشه‌ای را برای ما تهیه کرده بود که در آن نقشه، اظهار نظرهای کوهنوردان مختلف مبنی بر مشاهده‌ی اجساد پراکنده‌ی کوهنوردان در منطقه‌ی اورست را نشان می‌داد و احتمالاً محل جسد مالوری و ایروین نیز تعیین شده



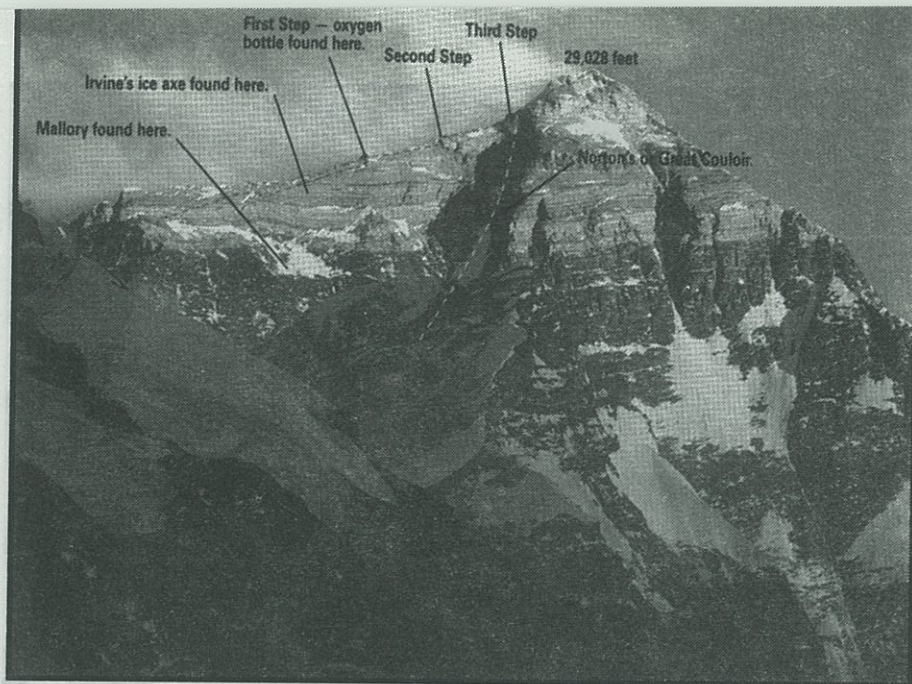
کنراد آنکر

مقدمه:

کنراد آنکر یکی از اعضای گروه تجسس برای یافتن جسد دو کوهنورد انگلیسی به نام جورج مالوری و اندرو (ساندی) ایروین در منطقه‌ی اورست است و او بود که توانست جسد جورج مالوری را پیدا کند. این کوهنورد همراه با گروه کوهنوردان تقریباً آمریکایی به سرپرستی اریک سیمونسون عازم منطقه‌ی اورست شده و جبهه‌ی شمالی منطقه را برای پیدا کردن آثار و شواهد و احیاناً اجساد آن دو کوهنورد منطقه عملیات خود در نظر گرفتند ضمن آنکه در این عملیات چندین بار قله را نیز صعود کردند.

گم شدن دو کوهنورد انگلیسی در سال ۱۹۳۳ همراه با طرح موضوعات راز گونه شد که مدت‌ها جهان ورزش کوهنوردی را به خود مشغول کرد. آیا آنها اولین صعودکننده‌ی و فاتح قله‌ی اورست بودند و اگر چنین باشد تقویم وقایع نگاری مخدوش شده و تاریخ وقایع مهم مربوط به شخصیت‌هایی نظیر هیلاری - تنسینگ و دیگران که از عناوین اولیت - ارجحیت و اولین‌ها و غیره برخوردار بودند تغییر می‌یافت. پس از سال جنجالی ۱۹۳۳ کتابهای زیادی درباره‌ی صعود دو کوهنورد نوشته شد.^(۱)

نتیجه‌ی جستجو و تجسس این گروه، همراه با ارائه‌ی یافته‌ها و نظرات آنها پاسخی است به تمامی اظهار نظرهای انجام شده در این موضوع. هر چند مطبوعات انگلیسی، اصرار



مسیر صعود مالوری و ایروین و مکان پیدا نمودن پیکر مالوری و کلنگ ایروین.

کوهنورد یخ‌زده را در میان برفها پیدا کردم. جسد‌های این دو کوهنورد، راهنمای خوبی برای پیدا کردن جسد مالوری بود. زیرا وضعیت این دو کوهنورد نشان می‌داد که مسیر بلندی را سر خورده و سقوط کرده‌اند تا در این نقطه قرار گرفتند. وضعیت هر دو کوهنورد نشان دهنده‌ی سقوط طولانی از ارتفاعات بالا بود. کمی استراحت کردم سپس شروع کردم به صعود و در همان حال شیب سنگ‌ها را نیز از نظر دور نمی‌داشتم. ناگهانی یک تکه پارچه در سمت چپ مسیر توجه مرا جلب کرد. بافت این تکه پارچه و رنگ آن نوعاً با پارچه‌های جدید اختلاف داشت. به این پارچه خیره شده بودم که ناگهان کمی دور‌تر شیئی سفید، نظیر یک تکه سنگ مرمر توجه مرا جلب کرد. هرچه نزدیک‌تر می‌شدم بیشتر پی می‌بردم که این تکه سنگ مرمر، قسمتی از جسد یک کوهنورد است و کمی آن طرف‌تر یک کفش میخ‌دار قدیمی و باز هم پارچه‌ای دیگر با نوع بافت قدیم، مشاهده کردم. و حدس من درست بود این نشانه‌ها مربوط به او بود نشانه‌های جورج مالوری، پس از این تقریباً اطمینان یافتیم که جسد متعلق به مالوری است به وسیله‌ی رادیو آنچه یافته بودم به تمامی اعضای گروه گزارش دادم و آنها را به محل فراخواندم. اعضای گروه با هم قرار گذاشتیم که برای حفظ اطلاعات ردوبدل شده از یافته‌های خود، بعضی از مکالمات مهم را به صورت رمز و نشانه با هم صحبت کنیم مثلاً قرار گذاشته بودیم اگر یکی از اعضا گزارش می‌کرد: «من یک تخته سنگ پیدا کردم» یعنی: جسد مالوری را پیدا کرده است. اگر می‌گفت: «یک کلاغ سیاه روی تخته سنگ پیدا کرده است» معنی آن این بود که دوربین مالوری یا ایروین را پیدا کرده است. لذا من هم با حفظ این قرارومدارها به آنها اطلاع دادم که در آخرین مرحله در کنار تخته‌سنگی قرار دارم و کفش میخ‌دارم نیز از پایم خارج شده است. پس از گزارش خیر و رسیدن دیگر اعضا من و این جسد یخ‌زده حدود ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در خلوت پهلوی هم قرار داشتیم. اعضای گروه حدود ۵۰۰ تا ۶۰۰ قدم از هم‌دیگر فاصله داشتند و برای من واقعاً فرصت مناسبی بود که بتوانم حدود ۲۰ دقیقه در خلوت پهلوی این کوهنورد قدیمی بنشینم. جسد او به وسیله‌ی برف پوشانیده شده بود و اطراف او پوششی از سنگ‌ریزه و یخ و برف وجود داشت. او با صورت روبه‌زمین (دمرو) افتاده بود. لذا صورت و اندام او تماماً سالم مانده بود من یقین داشتم او مالوری است. ضمناً یادآوری می‌شود در سال ۱۹۷۵ کوهنورد چینی به نام هنگ‌بائو گزارش داد که جسد یک کوهنورد انگلیسی را پیدا کرده است ولی آنچه که من پیدا کرده بودم با نشانه‌هایی که او

داده بود تطابق نداشت زیرا هنگ‌بائو گفته بود که چانه‌ی جسد خرد شده است ولی چانه‌ی این کوهنوردی که من پیدا کرده بودم سالم و دست‌نخورده بود. ضمناً این جسد خیلی پایین‌تر از کمپ شش قرار داشت و به نظر می‌رسد که او کاملاً در حال آرامش فوت کرده است و من فکر می‌کنم هنگامی که او از حرکت باز مانده هنوز زنده بوده و در نظر داشت به قسمی خود را جابجا کند که ساقی پای شکسته‌اش وضعیتی داشته باشد که درد کمتری را ایجاد کند.

س- شما فکر می‌کنید او از کجا سقوط کرده باشد؟
ج- او کمی پایینتر از منطقه‌ی باند زرد (نوار زرد) افتاده و در یک مسیر مستقیم به پایین لغزیده تا آن محلی که جسد او را پیدا کردیم. او حدود ۷۰۰ پا سقوط کرده و سپس از حرکت بازمانده است.

س- آیا نقطه‌ای که جسد مالوری پیدا شد می‌توان گفت محلی است که اغلب کوهنوردان پس از سقوط و سُرخوردن به آن نقطه می‌رسند؟
ج- دو کوهنورد دیگری که قبل از جسد مالوری در اوایل صبح آنها را پیدا کردم هر دو از محدوده‌ی نوار زرد سقوط کرده و تا پایین جایی که آنها را پیدا کرده بودم سُرخورده بودند شیب این منطقه تقریباً ۷۰ درجه است ضمناً در این سال نیز سه کوهنورد در همین منطقه و بالاتر از نوار زرد و زیر پله‌ی دوم سقوط کرده بودند.

س- به نظر شما چه چیزی مانع حرکت و سُرخوردن بیشتر مالوری شده است؟
ج- جایی که مالوری به صورت افتاده و دراز کشیده بود، تقریباً مسطح بود؛ و او روی سنگ روی سمت راست بدنش افتاده بود. و صدمات بدنش نیز در همان سمت بوده است او سعی داشت با ناخن‌های دستش به ترتیبی که شده از سرعت خود روی برف

بخ بکااهد.
س- آن همان موقعیتی بود که شما او را در آن وضعیت پیدا کردید؟
ج- بله و فکر می‌کنم که موقعیت او در عرض این چند سال عوض نشده بود.
س- نحوه‌ی بررسی‌های شما در میان لباسهای یخ‌زده‌ی مالوری چگونه بوده است؟
ج- اول شروع کردیم بلورهای یخی را که در اطراف او بسته شده بود تکه تکه و جدا کنیم، به گونه‌ای که لباسهای او با یخ کنده نشود.
س- آخرین کار شما در روی سینه‌ی او انجام شد؟
ج- بله، برای این که بدانیم در زیر او چه چیزی وجود دارد زیرا او دمرو افتاده بود رو به سینه و چیزی که ما واقعاً دنبالش می‌گشتیم، دوربین مالوری بود ولی، هرگز آن را پیدا نکردیم.
س- پس چه چیزهایی پیدا کردید؟
ج- ارتفاع سنج او را پیدا کردیم. دستگاه بسیار جالبی بود. ضخیم ولی شیشه‌ی داخل دستگاه شکسته شده بود. در پشت ارتفاع سنج حروف MEE II حک شده بود که مخفف دومین صعود بزرگ گروه مالوری به اورست بوده است.

Mount Everest Expedition II
(جورج مالوری در سال ۱۹۲۲ همراه با ادوارد نورتون برای صعود به اورست اقدام کرده بودند ولی موفق نشدند، م.)
ما نامه‌هایی از خویشاوندان و دوستان مالوری که داخل دستمال ابریشمی پیچیده شده بود پیدا کردیم. او دو دستمال داشت یکی از دستمالهای ابریشمی را برای خود استفاده می‌کرد و دیگری را نامه‌های که داخل آن پیچیده بود. روی لباسهای مالوری همگی علامت GL مخفف نام (جورج مالوری) است؛ دوخته شده بود. ما از هر لایه از

س- عینک‌های مالوری در داخل جیب او پیدا شده است. این چه چیز را نشان می‌دهد؟
ج- فکر می‌کنم هنگامی که آنها داشتند پایین می‌آمدند هوا تاریک بوده و یا آن که مالوری یک عینک اضافی داشته است. آنها اطلاع کافی از عارضه‌ی کوری چشم در اثر برف زدگی داشتند و ممکن است در اثر احتیاط زیاد دو جفت عینک به همراه داشتند من مطمئن هستم این طوری بوده است.

س- نویل اودل (کوهنورد آلمانی) که در آن روز نزدیک کمپ ۶ بود گفته است که در آن روز در آخرین بار، مالوری و ایروین را بین پله‌ی اول و پله‌ی دوم رصد کرده است. فکر می‌کنید وقتی که او دل آنها را برای بار آخر مشاهده کرده بود آنها در کجا بودید؟

ج- مشکل‌ترین بخش گفتگو درباره‌ی گزارش درباره‌ی او دل همین قسمت است زیرا به نظر نمی‌رسد او کاملاً آنها را دیده باشد، بلکه فقط قسمتی و نمایی از آنها را که در میان ابرها قرار داشتند دیده است. او حتی صخره‌ها و پستی‌بلندی‌های اطراف آنها را نیز نتوانسته بود رصد کرده و اندازه‌گیری کند و یا مقیاسی برای تعیین فواصل، در نظر گیرد. من چندین و چند مرتبه اندازه‌گیری‌های نویل اودل و مقیاسهای بکار گرفته‌ی او را مورد مطالعه قرار دادم ولی به نتیجه‌ی مطلوب نرسیدم. محاسبات نویل اودل بیشتر شبیه معما است.

س- پس شما فکر نمی‌کنید که آنها قله را فتح کرده باشند؟

ج- نه (سر خود را تکان می‌دهد) آنها در منطقه‌ی نوار زرد، طناب ثابت کار نگذاشته بودند و من شک



قسمتی از پا و کفش بیرون مانده مالوری

است لذا مسلم است که آنها قبل از طلوع خورشید عازم قله نشده‌اند.

آنها از میان منطقه‌ی نوار زرد صعود کردند که به نوبه‌ی خود، صعود بسیار دشواری بوده است اگر آنها روز خوبی برای صعود می‌داشتند می‌توانستند به پله‌ی اول (First step) یا کمی بالاتر از آن برسند و فقط با کمی احتمال ممکن است در پله‌ی دوم (Second step) رسیده باشند. سپس آنها از میان نوار قرمز دور زده و فرود آمدند و من فکر می‌کنم آنها در آخرین قسمت نوار، سُرخورده و به پایین لغزیدند و این همان حادثه‌ای بود که در ۸ جون ۱۹۲۴ رخ داده بود.

لباسهایش تکه‌برداری کردیم و با بررسی که به وسیله‌ی فلزیاب انجام دادیم ساعت او را در جیب شلوارش پیدا کردیم.

س- آیا پس از بررسی‌های لازم جسد او را در همان جا دفن کردید؟

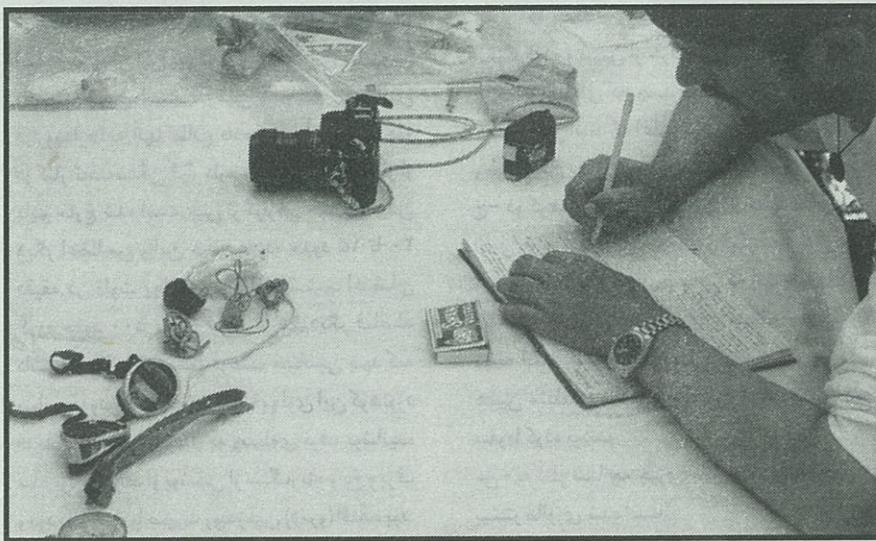
ج- بله ما جسد او را به وسیله‌ی سنگهای همان منطقه، کاملاً پوشانیدیم و یک مراسم تدفین مذهبی به نمایندگی کشیش شهر خودش انجام دادیم.

س- آیا او را طوری دفن کردید که دیگران به راحتی او را پیدا نکرده و نبش قبر نکنند؟

ج- بیشتر عملیات را به احترام خانواده‌اش انجام دادیم، زیرا کوهنوردانی که به کمپ شش می‌رسند به قصد فتح قله‌ی او رست به آنجا آمدند نه در جستجوی اجساد کوهنوردان، برای یک کوهنورد در حال صعود وقت بسیار مهم است و آنها وقت خود را هرگز برای چنین کاری تلف نخواهند کرد و لذا جسد مالوری - ایروین و کوهنوردان دیگر از دید آنها همگی یکسان است.

س- به نظر شما روز آخر زندگی مالوری و ایروین چه اتفاقی افتاده است و آنها تا چه ارتفاعی توانستند صعود کنند؟

ج- فکر می‌کنم آنها دیروقت از کمپ شش خارج شدند زیرا آنها چراغ قوه‌ی خود را در کمپ باقی گذاشتند. پس معلوم می‌شود که آنها بعد از طلوع خورشید از کمپ خارج شده و صعود خود را آغاز کرده بودند. با توجه به لباسی که پوشیده بودند (نمونه لباس مالوری) این نوع پوشش برای صعود به قله در ساعت ۲ بعد از نیمه‌شب نامناسب و بسیار کم بوده



قسمتی از وسایل بدست آمده از مالوری که در حال تحقیق و بررسی می‌باشد.



گروه تجسس اعزامی در سال ۱۹۹۹.

ج- پله ولی من یک دستکش پشمی در زیر آن داشتم. سردی هوا به اندازه‌ی قطب جنوب نبود ولی در آن ارتفاع به علت وزش باد و سرمای حاصل از آن، موجب می‌شد که هر کوهنوردی، احساس سرمای زیادی بکند.

س- پله‌ی دوم برای صعود به سمت قله چگونه بود؟
ج- بیشتر کوهنوردان به من گفتند که اگر پله‌ی دوم را صعود کنم می‌توانم مدت ۲ ساعت به آسانی به قله برسم و آن را فتح کنم ولی چنین نبود. در قسمت بالای پله دوم پوشش برف زیاد و ضخیم وجود داشت صعود در این منطقه در میان برف‌های ضخیم یک صعود سخت و دشوار بوده است.
س- چه فکر می‌کنید آیا احتمال پیدا شدن جسد ایروین وجود دارد؟

ج- اگر سال آینده، سال خشک باشد (مانند سال جاری) با تمرکز فعالیت‌های انجام شده، امکان دارد شواهدی از او پیدا کنیم.

س- دوربین آنها در کجا ممکن است باشد؟
ج- ممکن است پیش ایروین باشد یا آنکه از گردن مالوری، آویزان بوده و هنگامی که او سقوط کرده از گردن او باز شده و پرت شده است.
س- آیا فکر می‌کنید که مسأله یا راز صعود این دو کوهنورد کاملاً حل شده باشد؟
ج- نه ولی می‌توان گفت که آنها این صعود را نتوانستند انجام دهند. Δ

(۱) راز صعود مالوری و ایروین - نوشته‌ی تام هولزل و اودری سالکلد - (۲) آخرین صعود - نوشته‌ی دیوید بریشرز و اودری سالکلد - (۳) جورج مالوری - نوشته‌ی دیوید رابرتسون - (۴) ارواح اورست - نوشته‌ی هلمب جوشیون و اریک سیمونسون - (۵) کی اولین بار قله را فتح کرد.

منطقه‌ی نوار زرد لغزیده و به سمت پایین پرت شده بودند هنوز پیدا نشده است.

س- شما سعی کردید اولین کوهنوردی باشید که پله‌ی دوم را به صورت آزاد صعود کنید. بگویید این عمل چگونه انجام شد؟

ج- ما، روزی که می‌خواستیم از آن مسیر تعیین شده قله‌ی اورست را فتح کنیم. ساعت ۲/۵ صبح از کمپ شش حرکت کردیم ما، در منطقه‌ی نوار زرد (نوار زرد) و در پله‌ی اول، طناب ثابت نصب کردیم و بین پله‌ی اول و پله‌ی دوم را تراورس کردیم من سعی کردم فقط این قسمت را با روش صعود آزاد بالا بروم. در ساعت ۶ صبح هوا واقعاً بد بود ابرهای عدسی شکل که نشانه‌ی باد شدید در آن ارتفاع بود در آسمان تشکیل شده بود. تاپ و جک تصمیم گرفتند برگردند لذا دیوید و داوا نورو، شریا نفر دوم و سوم قرار گرفتند. وقتی که پایه‌ی پله‌ی دوم رسیدیم داوا نورو که در ارتفاع بالا قرار داشت و یک شریای کاملاً قوی بود از صعود صرفنظر کرد ولی من هنوز در فکر صعود آزاد در آن قسمت بودم قست اول پله‌ی اول کاملاً صخره‌ای و شبیه یک خمیره‌ی بسیار بزرگ بود و پله‌های بزرگ بیرون زده داشت. من تا رسیدن به نردبان چینی‌ها که در سال ۱۹۷۵ نصب کرده بودند واقعاً با مشکل زیاد توانستم خودم را به آنجا برسانم و هنگام صعود با مشکلات زیادی برخورد کردم و با خستگی توانستم این صعود را انجام دهم. هر چند توانستم صعود را انجام دهم ولی واقعاً خسته شده بودم و لذا مجبور شدم روی نردبان استراحت کنم.

پله‌ی دوم حدود ۹۰ پا طول داشت و درجه‌ی سختی آن در طول یک طناب حدود ۵/۱۰ بود. با توجه به نوع تجهیزات جدید که ما داشتیم و نبودن آنها در آن زمان، بعید می‌دانم که مالوری توانسته باشد این قسمت را صعود کرده باشد.
س- آیا موردی ایجاد شد که شما دستکش‌های خود را یا روپوش دستکش‌ها را در آورده باشید؟

دارم که آنها، در آن منطقه توانسته باشند آب کافی نوشیده باشند.

پله‌ی دوم، مرحله‌ای مشکل است و اگر مالوری توانسته باشد آنرا بدون طناب ثابت صعود کرده باشد می‌توان صعود ایشان را در آن دوره و با آن محدودیت‌های وسایل یک صعود فوق استاندارد ارزشیابی نمود. ما از آن نقطه تا قله را صعود کردیم و سرعت حرکت ما ۱۳۳ قدم در هر ساعت بود. خیلی بعید به نظر می‌رسد که آنها بدون گرمایون توانسته باشند تندتر از این حرکت کنند. نکته‌ی دیگر این است که دست مالوری به طور کلی یخ نزنده بود لذا اگر آنها شب را در آن منطقه گذرانده بودند و با توجه به نوع تجهیزات‌ی که داشتند باید حتماً دستش یخ می‌زد ولی ما در بررسی‌های خود متوجه شدیم که وضع انگشتان و کف دستش طبیعی بوده و یخ نزنده بود. و فکر می‌کنم که این حالت زمانی - باید رخ داده باشد که آنها قله را فتح نکرده بودند و شب مراجعت کردند. لباسهای آنها با مقایسه‌ی لباسهای امروزه بسیار سبک وزن بوده است.

یافت اصلی لباسهای آن از ابریشم و کتان بوده است. در جستجوی انجام شده ما دستکش همراه او را ندیدیم شاید او از این دستکش‌های چهارانگشتی داشته و هنگام سقوط از دستش بیرون آمده و گم شده‌اند.

س- بدین ترتیب شما فکر نمی‌کنید که آنها حتی به پله دوم نیز رسیده باشند؟

ج- نه آنها ممکن است فقط به قسمت‌های اولیه پله‌ی دوم رسیده باشند مشروط بر آن که شاید آنها در آن روز از قدرت صعود خوبی، برخوردار بودند.

س- فکر می‌کنید جسد ایروین در کجا باشد؟

ج- شاید در آن بالا در حول و حوش منطقه‌ی نوار زرد. فکر می‌کنیم هر دو آنها لغزیده و سقوط کرده و هنگام سقوط طناب آنها با برخورد با سنگ پاره شده باشد لذا فکر نمی‌کنم طناب آنها هنگام حمایت یکی از دیگری پاره شده باشد آنها هر دو با هم سقوط کرده‌اند و طناب آنها با برخورد با یک سنگ تیز و برنده پاره شده است.

س- ممکن است ایروین تمام مسیر را لغزیده و به پایین تر رفته باشد؟

ج- بله ممکن است او در آن نقطه‌ای باشد که در سال ۱۹۷۵ وانگ هونگ او را دیده است و به عنوان جتازده‌ی یک کوهنورد انگلیسی او را معرفی کرده است و بعد از مدتی برف زیادی بر روی او باریده و یا بهمن‌هایی از بالای سر او سرازیر شده و او را پوشانده باشد. احتمال دیگر هم هست که او تمامی مسیر را به سمت پایین سریده باشد. شما به خاطر دارید که پیکر سه کوهنوردی که امسال در نزدیکی

آتشفشانی در زیر کوههای یخ ایسلند

نوشته گلن آلد

ترجمه م. برزگر (خلیلی)

پاییز ۱۹۹۶، در جزیره ایسلند آتشفشان عظیمی زیر بزرگترین قطعات یخی این سرزمین دهان باز کرد. حرارت حاصل از مواد درونی آتشفشان سبب ذوب یخها و تبخیر آبها شد و به مدت دو هفته مخلوطی از خاکستر آتشفشانی و بخار، در آسمان به جنگ با هم برخاستند. این واقعه پیش‌درآمد فاجعه بعدی بود.

در محل خروج مواد مذاب آتشفشان «واتناجوکال»، دره‌ای به عمق ۱۷۰ متر و به طول بیش از ۳ کیلومتر در میان یخها و برفها ایجاد شد. مواد مذاب درونی که از میان شکاف سنگها به بالا رانده شده بود سبب ذوب شدن یخهای زیرین و سپس فروریختن یخهای رویی شد.

آب حاصل از ذوب یخها در شکافها فرو رفت و رودخانه‌ای در زیر یخها جاری شد. این رودخانه به دریاچه‌ای که کلاhek یخی بزرگی روی آن را پوشانده است می‌ریخت. در روزهای اول اکتبر که آتشفشان تازه شروع شده بود، میلیونها لیتر آب سبب شد که این دریاچه پنهان در زیر کلاhek یخی لبریز شود. مسئولان حکومتی اعلام خطر کردند که به زودی سیلی از یخچالهای ذوب شده به راه خواهد افتاد. ولی زمانی که روزنامه نگاران و دانشمندان از سراسر جهان به آنجا رفتند تا شاهد این حادثه بی‌نظیر باشند، آتشفشان، اندکی کاهش یافت و آنچه پیش‌بینی شده بود روزها و هفته‌ها به تأخیر افتاد.

صبح روز ۵ نوامبر، سیل پیش‌بینی شده که طی ۶۰ سال اخیر بی‌سابقه بود به راه افتاد و در سر راه خود پل بزرگ ایسلند را که برای سیل‌های عظیم پیش‌بینی شده بود در هم شکست. طی چند ساعت حجم آب سیل برابر با آب عظیمترین رود جهان، کنگو شد. هر چند کسی صدمه جانی ندید، خسارات شدیدی به جاده‌ها و ساختمانها وارد آمد.

هر چند این سیل موجب نگرانی مهندسان جاده‌هاست، به علت اینکه مواد غذایی طبیعی زیادی را به قسمتهای ساحلی انتقال داده است سبب رونق صنعت ماهیگیری در سال آینده خواهد شد.

انهدام کلاhek یخی ۲۶۰ متری

ذوب شدن تدریجی یخها بر اثر حرارت درونی زمین در زیر کلاhek یخی سبب جریان آب و پر شدن آب دریاچه می‌شود. ولی زمانی که آتشفشان موجب خروج ناگهانی مواد مذاب درونی می‌شود، سیل به راه می‌افتد. مطالعات نشان داده است که هر سال آب این دریاچه بیست متر بالا می‌آید. ولی در آن ایام آب هر روز بیست متر

بالا می‌آید. سرانجام لبریز شدن دریاچه سبب کنده شدن کلاhek یخی روی دریاچه (با ضخامت بیش از ۲۶۰ متر) شد و آب زیادی به صورت سیل در یخچالها به جریان افتاد و قطعات بزرگی از یخ را، به ارتفاع ده متر و به وزن بیش از هزاران تن، تا فاصله ۵ کیلومتری با خود برد.

دانشمندان می‌گویند که این نخستین باری است که توانسته‌اند مراحل مختلف چنین حادثه‌ای را از ابتدا تا انتها مشاهده کنند. البته عکسهای ماهواره‌ای نیز کمک بزرگی کرده است.

از قرن نهم میلادی که وایکینگها در ایسلند ساکن شدند، ۶۰ بار حوادث مشابهی در ایسلند روی داده و در تاریخ ثبت شده است. ولی اکثر افراد داستانهای اغراق آمیز این سیل‌های عظیم را باور نمی‌کردند. «حالا می‌فهمیم که آن داستانها احتمالاً صحیح بوده‌اند.»

آتشفشان «واتناجوکال» شصت سال خاموش بوده است. احتمالاً تا بیست سال آینده نیز فعالیت چندانی نخواهد داشت. ولی بعد از آن مجدداً موجب سیلابهای عظیمی خواهد شد.

یکی از متخصصان می‌گوید که این پایان ماجرا نیست. در حال حاضر نیز در آن زیر، یخها بر اثر حرارت ذوب می‌شوند و آب دریاچه اضافه می‌شود. ولی اینکه در چه زمانی و با چه قدرتی سیل به راه خواهد افتاد، قابل پیش‌بینی نیست. آنچه مطمئن هستیم این است که «در این جزیره که از آتش و یخ درست شده است، تکرار چنین بلایایی اجتناب ناپذیر است.» Δ

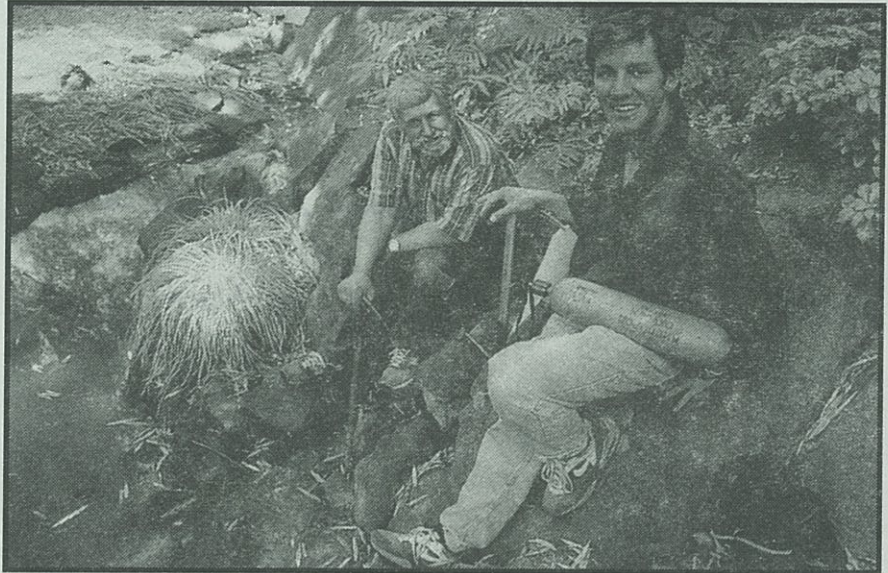
مأخذ: مجله نشنال جئوگرافیک

پدر و پسر، هر دو بر فراز قله اورست

ترجمه م. برزگر (خلیلی)

می‌گوید: «با کمبود اکسیژن اجرای هر کاری مشکل است. هوای سرد و شرایط جوی به گونه‌ای است که گویی هر روز اندکی از بدن شما تحلیل می‌رود. هنگام مراجعت من از کنار اجساد پنج کوهنورد که در صعودهای قبل جان خود را از دست داده بودند، عبور کردم. انتقال و جابه‌جایی اجساد بسیار مشکل و خطرآفرین است. گویی دیدن آن اجساد مرا بیدار می‌کرد و به من می‌گفت: مراقب باش، خطر در کمین است.»

او که فوق لیسانس رشته مدیریت محیط زیست است، برای پاکسازی محیط هیمالا یا برنامه‌ریزی کرده



هم پایی با پدر

برنت از پنج سالگی با چکمه‌های کوهنوردی به همراه پدرش بر تپه‌های اطراف محل سکونتش صعود می‌کرد. او از اینکه اورست را فتح کرده است بر خود می‌بالد؛ گرچه آن را کاری مشکل و خطرناک می‌داند و



باری بیشاب

بود. با برنامه‌ریزی و زیر نظر او باربرانی که وسایل و تجهیزات کوهنوردان را به بالا حمل می‌کردند در مسیر برگشت مقداری از زیاله‌های سر راه را جمع و به پایین حمل می‌کردند و برای این کار پاداش می‌گرفتند. در این عملیات تقریباً ۲۵۰۰ کیلو زیاله جمع‌آوری و به پایین منتقل شد که قسمت اعظم آن کیسولهای خالی اکسیژن بود که اکثراً ساخت روسیه بود و کوهنوردان قبلی از آنها استفاده کرده بودند.

در سراسر مسیر صعود، برنت به پدرش فکر می‌کرد. او می‌گوید «صعود پدرم واقعاً مرا به هیجان می‌آورد و سبب شد که من برای او احترامی بیش از گذشته قایل شوم». همچنین او به یاد آورد که پدرش دچار سرمازدگی شد و پنجه پا و نوک انگشتان کوچکش را از دست داد. برنت می‌گوید: «گاه فکر می‌کردم شاید من هم از طریق ژنتیک به سرما حساسیت دارم.» به هر حال با موفقیت به قله صعود کرد و در کمال صحت، با انگشتهای سالم، به وطن و شغل خود بازگشت. ▲

مأخذ: مجله نشنال جئوگرافیک



برنت بیشاب

در ماه مه، برنت بیشاب ۲۷ ساله قله اورست ۸۸۴۸ متری را صعود کرد. در این صعود گروه آنها برنامه پاکسازی مسیر بلندترین قله دنیا را انجام داد. در حقیقت او از پدرش باری بیشاب پیروی کرد که ۳۴ سال قبل، یکی از اعضای نخستین گروه امریکایی بود که با حمایت مجله نشنال جئوگرافیک قله اورست را فتح کرد. بنابراین باری بیشاب و برنت بیشاب اولین پدر و پسر امریکایی هستند که این پیروزی را به دست آورده‌اند. باری بیشاب (پدر) گزارش سفر خود را در مجله نشنال جئوگرافیک شماره اکتبر ۱۹۶۳ شرح داده بود. پس از آن، او برای ادامه تحصیل و دریافت درجه دکترا در جغرافیا به دانشگاه شیکاگو رفت و سپس معاون انجمن نشنال جئوگرافیک و رئیس کمیته تحقیقات و اکتشافات گردید. او در سال ۱۹۹۴ بازنشسته شد.

برنت بیشاب (پسر) همراه دو نفر دیگر به نامهای اسکات فیشر و راب هیس اولین بار در سال ۱۹۹۴ به اورست صعود کرد. او می‌گوید: «در مرحله نهایی صعود که از ارتفاع ۷۹۸۱ متر به بالا بود بخت با ما یار بود. زیرا باد متوقف شد. شرایط جوی و برف هم بسیار عالی بود. راب، اسکات و من ساعت ۱۲/۴۵ نیمه شب شانه جنوبی را ترک کردیم و ساعت ۹/۴۵ صبح به قله رسیدیم. سپس ساعت ۱۲/۳۰ ظهر به شانه جنوبی برگشتیم.» یکی دیگر از اعضای گروه به نام استیو گرویل به علت باد شدید چهار روز در شانه جنوبی ناچار به توقف شد و چهار روز دیرتر قله را فتح کرد.

لوتسه

قمری پیرامون اورست، صعود به سوی رهایی

Lhotse

۸۵۱۶ متر

-۱۴-

مسیر

۹

۱۴ هشت هزار متری

(آخرین قسمت)

رینهولد مسنر

ترجمه‌ی الهام امیرکیانی

به پایان آمد این دفتر
حکایت همچنان باقی است

سوئیس به اورست و متعاقب آن، لوتسه می‌گذشت فردی گراف درصدد بود تا صعود از دو قله را در سی‌امین سالگرد صعود گروه اولیه انجام دهد.

در گروه او، چند کوهنورد آلمانی ماهر حضور داشتند که برای تأمین هزینه‌ی سفر، امتیاز فیلمبرداری و گزارش را به رسانه‌ها و صنایع فروخته بودند. چند کوهنورد هم بودند که اصلاً به رسیدن به قله امید نداشتند. سرانجام پس از دو ماه تلاش مستمر، گروه در برف‌های عمیق قله‌ی جنوبی اورست متوقف شد. از این رو، با وجود اینکه تا قله راهی نمانده بود، فردی به ناچار بازگشت.

برایم جالب بود که او چگونه در این سن و سال، هنوز با مهارت فراوان کوهنوردی می‌کند. پس من هم مصمم شدم تا در سن ۴۲ سالگی، از کوهنوردی دست نکشم. فردی دلیل زنده‌ای بر این ادعا بود که می‌توان در سن نسبتاً بالا نیز به کوهنوردی ادامه داد.

من و هانس و فریدل، چند روز در اردوی مبدأ منتظر ماندیم. باد شدیدی می‌وزید و در ضمن می‌خواستیم به بودن در کوهستان عادت کنیم. زمانی که شروع به حرکت کردیم، به خوبی آگاه بودیم که بختمان برای رسیدن به قله، ۵۰ درصد است، زیرا توفان شمال غرب، دامنه‌های فوقانی اورست و لوتسه را در بر گرفته بود. گروه سوئیس متوقف شد و اسکافیر به شکست اذعان کرد. در بخش‌های پایین‌تر کوهستان، شکاف‌ها به تدریج دهان باز می‌کردند.

ما به همراه تیم فیلمبرداری که از صعود ما کالو

طولانی را پیموده بودیم، ابتدا می‌خواستیم از دو گذرگاه ۶۰۰۰ متری شریانی و یال غرب بگذریم تا از ما کالو به اردوی مبدأ اورست برسیم که اردوی مبدأ مسیر عادی لوتسه نیز محسوب می‌شود. اما زمان زیادی را در ما کالو صرف کردیم و از آنجا که هوا هم نسبتاً بد بود، تصمیم گرفتم تا مستقیماً به دره باز گردیم تا بتوانیم کمی استراحت کنیم، زیرا انرژی فراوانی صرف صعود از ما کالو کرده بودیم. با هلیکوپتر از سدوا - دره‌ای در آرون - به لوکلار فتم و از آنجا، پیاده رهسپار لوتسه شدیم.

در پاییز ۱۹۸۶، کوهنوردان سوئیس، فرانسوی، آرژانتینی، بلژیکی و کانادایی هم در حال صعود از لوتسه و اورست بودند اینان اعضای یک گروه بازرگانی - متشکل از ۲۵ مرد و یک زن بودند. گروه توسط مکس ایسلین سازماندهی و به وسیله‌ی فردی گراف سرپرستی می‌شد. اریک اسکافیر - یکی از سریعترین کوهنوردان اروپا - به همراه گروه کوچک خود نیز به آنان ملحق گردید. اسکافیر تصمیم داشت در آن سال، از شش قله‌ی هشت‌هزارمتری صعود کند و رکورد جدیدی در صعود اورست باقی بگذارد که متأسفانه موفقیتی به دست نیاورد.

زمانی که من و هانس و فریدل در ماه اکتبر با آنها ملاقات کردیم، متوجه تنش میان اعضای گروه شدیم. فردی در تلاش بود تا نشاط را به گروه بازگرداند. از سوئی، قسمت بزرگی از مسیر را آماده کرده بود و از سوی دیگر، حضورش که گروه مشتت را آرامش می‌بخشید. سی‌سال از صعود یک گروه

در پاییز ۱۹۸۶، با موفقیت، صعود به ما کالو را به پایان رساندم. با داشتن مجوز صعود از لوتسه، به یکی از اهدافم که صعود از یک قله‌ی هشت‌هزارمتری در زمستان بود، بسیار نزدیک شده بودم. با صعود به لوتسه، دیگر قله‌ی هشت‌هزارمتری باقی نمی‌ماند. آنگاه باید به قولی که به مادرم داده بودم - که به تنهایی می‌باید به صعود نکتم - جامه عمل بپوشانم.

به هر کاری دست زده بودم. به همراه گروه‌های بزرگ، کوچک و به تنهایی صعود کرده بودم. در بهار، تابستان و پاییز از کوه بالا رفته بودم. هم مسیرهای آسان هم مسیرهای دشوار را تجربه کرده بودم. به صورت عرضی و در کنار همراهمان گوناگون از قله‌های هشت‌هزارمتری صعود کرده بودم، اما هرگز در زمستان یا به هیچ قله‌ای نگذاشته بودم.

پس از صعود انفرادی به نانگپاریات به فکر صعود از یک قله‌ی هشت‌هزار متری به اتفاق یک همراه مؤنت افتادم. البته قبل از من، یک زوج فرانسوی - موریس و لیلیان بارارد - از گاشبروم ۲ و نانگپاریات صعود کردند و در تابستان ۱۹۸۶ در کی ۲ مردند.

اکنون برای خودم معما شده است که چگونه پس از هر شکست یا پیروزی نیرو و انگیزه‌های تازه می‌یافتم. مسلماً جاه‌طلبی انگیزه این کار نبود. توانایی من در فراهم کردن هزینه هر سفر نیز با اینکه کمک بزرگی بود، اما انگیزه‌ی قوی به شمار نمی‌رفت.

هنگامی که از ما کالو به لوتسه رسیدیم، مسیر



تیغی قله بالا رفتیم. در جبهه‌ی شمالی نیز موفقیتی کسب نکردیم.

یک بار دیگر، در صعود از مسیر عادی لوتسه ناکام ماندم. سال ۱۹۸۰ بود. شریای من، ذاتی همراهیم نکرد و به ناچار، تنهایی دست به کار شدم. او به دلیل مسائل مذهبی در اردوی مبدأ ماند. من هم پذیرفتم و تحت فشار قرارش ندادم.

این بار که سومین تلاشم برای صعود به لوتسه به شمار می‌رفت، امیدوار بودم که نتیجه‌ی بهتری به دست آورم. به اتفاق هانس و فریدل، شبی را در اردوی شماره‌ی ۲ سوئیس‌ها گذرانیدیم، اما صبح روز بعد، فریدل به علت دندان درد به اردوی مبدأ بازگشت. او مجبور شد صعود به لوتسه را رها کند. اگر این اتفاق برایش نمی‌افتاد، موفقیتش حتمی بود.

من و هانس تا نزدیک ظهر از چادر خارج نشدیم. به تدریج که بالاتر رفتیم، باد قوت گرفت و زمانی که به اردوی شماره ۳ در میانه‌ی جبهه‌ی لوتسه در ارتفاع ۷۵۰۰ متری رسیدیم، هوا دیگر تاریک شده بود. داخل چادر نیمه ویران سوئیس‌ها شدیم، اما تا صبح، پلک نزدیم. روز بعد، می‌خواستیم به پیشروی ادامه دهیم، اما می‌ترسیدیم که توفان مانع حرکتمان گردد.

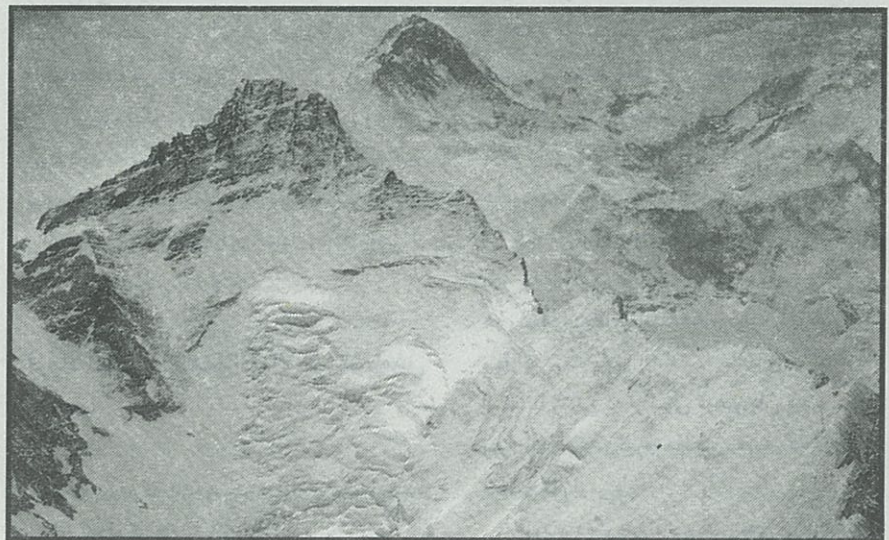
با وجود این، در صبح ۱۶ اکتبر، از چادر بیرون خزیدیم. تا حد امکان، خود را پوشانده بودیم و کرامپون به پا داشتیم. طناب‌هایی که سوئیس‌ها در «باندزرد» محکم کردند، یا شل شده و یا به وسیله‌ی باد کنده شده بود. بدین ترتیب، فقط به کنگ‌های یخ‌شکن و حس تعادل خود اتکا کردیم و بالا رفتیم. برف به گونه‌ای بود که ابتدا، خیلی سریع پیش رفتیم. لحظه‌ی بحرانی، زمانی بود که به پایین شیار لوتسه رسیدیم. که از انتهای چپ تا قسمت راست

فیلمبرداری کردند، از مسیری که سوئیس‌ها آماده کرده بودند، بالا می‌رفتیم. اردوی آنان هنوز برپا بود و می‌توانستیم از آن استفاده کنیم. در تابستان با مکس آیسلین توافق کردیم که در برف از برخی تجهیزات استفاده کنیم. بدین ترتیب می‌توانستیم بدون هیچ مانعی با صعود از جبهه‌ی لوتسه به کناره‌ی شمالی کوهستان برسیم.

اگر عده‌ای تصور کنند که از سوئیس‌ها بهره‌برداری کردیم، چندان بیراه نیست و من اصلاً ناراحت نمی‌شوم. سال قبل که در صعود از ماکالو ناتوان ماندم، مجوزم برای جبهه‌ی جنوبی لوتسه باطل شد. صعود از ماکالو و جبهه‌ی جنوبی لوتسه، در یک فصل، اقدامی جسورانه، حتی دیوانه‌وار بود. در واقع، می‌خواستیم در فصل پاییز، آخرین قله‌ی هشت‌هزارمتری را هم صعود کنیم.

تمامی صعودهای لوتسه از این کناره، به موازات صعودهای اورست بوده است. پس از این سفر، دو بار دیگر به لوتسه رفته بودم. در بهار ۱۹۷۵ به عنوان عضوی از گروه ایتالیایی‌ها به جبهه‌ی جنوبی رفتیم که تنها گروه «ملی» بود که در آن شرکت جستیم. هزینه‌ی گروه، توسط باشگاه آلپی ایتالیا تأمین گردید. سرپرستی آن نیز بر عهده‌ی یکی از زبردست‌ترین کوهنوردان، ریکاردو کاسین بود. تجهیزاتمان بدون نقص بود، با این وجود، شکست خوردیم.

در این سفر با چند موقعیت خطرناک رویاروی شدیم. یک بار، بهمن یخ، اردوی مبدأ ما را با خود برد. در آن لحظه، تصور کردم که همگی زیر یخ مدفون می‌شویم. بالاتر، سراسیمی وجود داشت که هر لحظه، امکان سر خوردن روی آن وجود داشت. با وجود این، حادثه‌ای روی نداد. با دشواری فراوان، تا



لوتسه از جبهه غربی در جلو و در عقب قله ماکالو - تصویر از درون هواپیما.

قله کشیده شده است. تا زانو در برف فرو رفته بودیم و با دشواری بسیار، قدم برمی‌داشتیم. در قسمت بالای شیار، در شکاف میان دو دیواره‌ی پرشیب صخره‌ای، انگار به سمت جلو پرتاب شدیم. باد با شدت هر چه تمامتر، از پشت می‌وزید.

در چنین مواقعی، غالباً آرزو می‌کنم که آسانسوری وجود داشت که مرا به نوک قله می‌رساند. شدت باد به حدی بود که ۲۰، ۳۰ متری را با قدم‌های بسیار آهسته طی کردیم. در این میان، استراحت هم باید می‌کردیم، زیرا حتی حفظ تعادل، نیازمند صرف انرژی زیادی بود، هرگز ۲۰۰ متر پایانی قله را با چنین شتابی طی نکرده بودم.

مایل بودم تا چند متر قبل از قله، چند لحظه به نشانه‌ی احترام به آخرین قله‌ی هشت‌هزار متری که صعود می‌کردم، توقف کنم. اما با وجود توفان، این کار، ناممکن می‌نمود. پس به دنبال هانس به راه افتادم.

سرانجام، در انتهای شیار، توقف کردیم و به کنگ‌ها تکیه دادیم تا نفس تازه کنیم. می‌دانستیم که در بالا رفتن از آخرین صخره و قله‌ی یخی که در سمت چپ دو هرم قله قرار داشت، نباید مرتکب کوچکترین اشتباه می‌شدیم. باید حواسمان را کاملاً جمع می‌کردیم.

اکنون که از شیار خارج شدیم، بدون حفاظ، در برابر وزش باد روی شیب قله قرار گرفتیم. برای



ریزش دو بهمن از قسمت بالای لوتسه بر روی کمپ اصلی در سال ۱۹۷۵.

اینکه تسلیم باد نشویم، به کلنگ‌ها چنگ زدیم. بدین ترتیب، دیگر امکان عکس گرفتن نبود. از سوی دیگر، هر دو دوربین، یخ زده بودند. همینکه به قله رسیدیم، به سرعت برگشتیم و رهسپار پایین شدیم.

جالب است که به نوک قله می‌رسی، نه خسته‌ای و نه ترسیده، اما نمی‌خواهی جلوتر بروی. همانطور که ایستاده‌ای، با تمام وجود، آرزوی بازگشت داری. به مکانی گرم که دوستان به انتظارت نشسته‌اند و می‌توانی استراحت کنی. اینجا هیچکس دوام نمی‌آورد. نه به دلیل کمبود اکسیژن، بلکه به دلیل فقدان گرمای انسانی و حرارت عشق.

مانند افراد علیل، قوز کرده بودم و توانایی انجام کاری را نداشتم. برف زیر پایم، انگار فاصله‌ی زیادی با من داشت. فقط به وسیله‌ی کرامپون، به آن وصل شده بودم. چشمانم را بستم و حواسم را بیشتر متمرکز کردم. بخش کوچکی از آسمان، مانند شیشه‌ای یخزده دیده می‌شد. با غریزه‌ی حیوانی دریافتم که در جهنمی از توفان، سرما و بوچی قرار دارم.

روی قله، خستگی به سرعت بر آدم چیره می‌شود. در لوتسه برای اولین بار، از میان توفان گذشتیم. قبلاً فقط در مسیر پایین آمدن از قله دچار

چنین موقعیتی شدم. هرگز هنگام صعود، گرفتار چنین وضعی نشده بودم.

حقیقتاً نمی‌دانم چرا این بار، دست به چنین ریسکی زدیم. فقط می‌توانم بگویم، احساس امنیت می‌کردیم. آنگاه، زمانی که میان دو شاخه قله‌ی لوتسه ایستادیم، لحظه‌ای دچار تردید شدیم. خطر را حس می‌کردیم، اما استقامت قله، به ما اعتماد به نفس می‌بخشید. باید ادامه می‌دادیم تا به نتیجه‌ی دلخواه دست می‌یافتیم.

این بار، دیگر فرصتی برای لذت بردن و شادی نبود. باید به سرعت باز می‌گشتیم. بازگشت نیز نیازمند تمرکز کامل حواس بود. روز بعد، پس از عبور از یخ و برف و نزدیک اردوی مبدأ بود که موجی از شادی، وجودم را در برگرفت.

فریاد کشیدم: «هورا! بالاخره تمامش کردیم.»

خوشحال بودم که زنده هستم، پروژه‌ام تکمیل شده و برای انجام کارهای دیگر، آزادم.

به هیچ وجه احساس قهرمان بودن یا فتح‌الفتح کردن نداشتم، از اینکه به هدفم رسیده بودم، احساس رضایت خاطر می‌کردم. این اجبار را

برای خودم فرض کرده بودم که بدون استفاده از اکسیژن و به سبکی «جوانمردانه» صعود کنم. هیچ‌کس جز طبیعت، قانونی برایم وضع نکرد. از سوی دیگر، می‌دانم که نرسیدن به هدف همانقدر غم‌انگیز است که رسیدن به آن.

در حال حاضر، نگرانی برای آینده ندارم. اندیشه‌ها و اهداف تازه‌ای در سر دارم. صعود به قله‌های هشت‌هزارمتری جایگاه ویژه‌ای در افکار عمومی دارد، اما دیگر برای خودم، جذابیت چندانی ندارد. نه تنها کوهنوردان آلپ‌نورد، بلکه بسیاری از مردم عادی هم، این قله‌ها را جدی گرفته‌اند. اما به عقیده‌ی من، دیگر زمان آنها سپری شده است.

اگر می‌خواهم از اینجا ادامه دهم، باید همه چیز را از نو آغاز کنم و دوباره به فراگیری مشغول شوم. در هر رشته‌ی دیگر، باید قدم‌های اولیه را بردارم تا به مهارت دست یابم. زندگی به مسیری جدید افتاده است. یا زمانی که از سوی کوهنوردان پیر و جوان مورد نقد قرار می‌گیرم، مطمئن هستم که در مسیر صحیح گام برمی‌دارم.

امروزه دیگر می‌توانم هزینه‌ی سفرهایم را فراهم کنم و از این بابت، احساس غرور می‌کنم. پولی که از بابت نگارش کتاب و قراردادهای متنوع به دست می‌آورم، برایم کفایت می‌کند که به نقشه‌های



هیچ کجا ثبت نگردید. در ۱۹۸۰، یک نیوزیلندی به نام ن. هاردی تا ارتفاع ۶۷۰۰ متری لوتسه شار بالا رفت. در ۱۹۶۵ نیز یک گروه ژاپنی در ارتفاع ۸۱۵۰ متری این قله متوقف گردید.

۱۹۷۳: ژاپنی‌ها تلاشی را بر جبهه‌ی جنوبی لوتسه آغاز می‌کنند که با شکست روبه‌رو می‌شود.

۱۹۷۵: در بهار، یک تیم مجهز ایتالیایی به سرپرستی ر. کاسین و با حضور ر. مسنر به لوتسه می‌آید. آنها امیدوارند که به مسیر جبهه‌ی جنوب بیابند. در ۱۰۰۰ متری سمت چپ قله، متوقف گردیدند.

۱۹۷۷: کوهنوردان آلمانی به رهبری گ. اشماتز و سردار اورکین از لوتسه صعود می‌کنند و یکی از اعضای خود را از دست می‌دهند.

۱۹۷۹: کوهنوردان اتریشی به رهبری ا. وانیس در بهار، از مسیر اولین صعود، به قله‌ی اصلی راه می‌یابند. در پاییز، کوهنوردان لهستانی از همین مسیر صعود می‌کنند و در دو گروه چهار نفره به قله می‌رسند.

۱۹۸۰: کوهنورد فرانسوی، ن. یگر نقشه‌های بزرگی در سر دارد. قصد دارد لوتسه و اورست را به شکل عرضی صعود نماید که تا ارتفاع ۶۰۰۰ متری جبهه‌ی جنوب پیش می‌رود و متوقف می‌گردد. سپس می‌خواهد از طریق لوتسه شار به قله راه یابد که در کوهستان ناپدید می‌گردد.

۱۹۸۱: کوهنوردان یوگسلاو به سرپرستی ا. کوناور از جبهه‌ی جنوب لوتسه تا ارتفاع ۸۰۰۰ متری بالا می‌روند که موفقیت بزرگی محسوب می‌گردد. اندکی قبل، کوهنوردان بلغاری از مسیر عادی به قله رسیدند.

۱۹۸۳: در پاییز، سه تیم ژاپنی با حضور کوهنوردانی چون ت. اوزاکی و شریا داوا نوریو، به قله راه یافتند.

۱۹۸۴: یک گروه چک به سرپرستی ی. گالفی، اولین صعود کامل از جبهه‌ی جنوب لوتسه شار را انجام داد.

۱۹۸۵: کوهنوردان لهستانی پس از مرگ یکی از اعضا، صعودشان را در ارتفاع ۸۱۰۰ متری متوقف کردند. تلاش گروهی فرانسوی در جبهه‌ی جنوب نیز ناکام می‌ماند.

۱۹۸۶: کوهنوردان ژاپنی در بهار، از طریق مسیر عادی به قله‌ی اصلی می‌رسند. در پاییز، ر. مسنر به همراه ه. کامرلندر از لوتسه صعود می‌کند. در ۱۶ اکتبر، مسنر بر قله‌ی چهاردهمین قله بلندتر از هشت هزار متر خود می‌ایستد. Δ

دیوانه‌وارم جامه عمل بپوشانم. بخش عمده‌ای از زندگی من را پیشینیانم شکل داده‌اند، زیرا برای اینکه بتوانم کاری «جدید» ارائه دهم، باید می‌دانستم که سایرین، قبل از من چه کرده‌اند.

در این راه، والتر یوناتی، هرمان بول و پل پروس سرمشق من بوده‌اند. نه تنها نحوه‌ی کوهنوردی آنان، شایان تقدیر است، بلکه نمونه‌ی کامل ماجراجویان مستقل، به شمار می‌آیند. غیر از دوستان تازه‌ای که پیدا کردم، کمک عملی را از این سه نفر دریافت کرده‌ام. هرگز به تنهایی قادر به انجام چنین کاری نبودم.

کسان دیگری نیز همچون باد قدرتمند لوتسه به کمک شتافتند. خوانندگان کتابهایم، کسانی که در سخنرانی‌هایم شرکت جستند و طرفدارانم. بدون وجود آنها، بی‌شک از تنهایی، دچار مرگ روحی می‌شدم. بدون شرکای تجاریم نیز هرگز قادر به ادامه‌ی مسیر و رسیدن به «اوج» نبودم.

اگر پاسخ‌های مرا مکفی نمی‌دانید، به کوهستان رجوع کنید! ما آدم‌ها، زیاد حرف می‌زنیم و هر روز، یک چیز تازه می‌گوییم. کوهستان برای همه کس، پاسخی مناسب و در خور دارد.

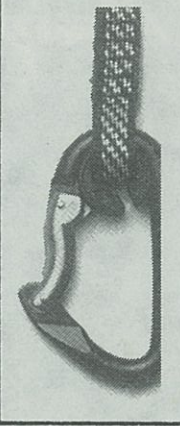
تاریخچه صعود به لوتسه

۱۹۵۵: لوتسه در سه کیلومتری جنوب قله‌ی اورست قرار دارد. توسط یال جنوبی از اورست جدا شده است و بدین ترتیب، کوهی مستقل به شمار می‌آید. اولین تلاش برای صعود، به توسط گروهی بین‌المللی به سرپرستی ن. دایرن‌فورت صورت گرفت. بررسی‌ها پس از زمان باد موسمی در کناره‌ی جنوبی کوهستان صورت گرفت. ا. اشنایدر روی نقشه‌ای توپوگرافی کار می‌کند. یک گروه غربی به رهبری ا. سن تلاشی ناموفق انجام داد که توفان‌های قدرتمند پاییزی متوقفشان نمود.

۱۹۵۶: در بهار، گروه سوئیس اورست به سرپرستی ا. اگلر در روز ۱۸ مه، اولین صعود را انجام داد. ف. لوکسینگر و ا. رایس از جبهه‌ی غرب به قله رسیدند.

۱۹۷۰: تیمی اتریشی به سرپرستی س. ابرلی برای اولین بار از تیغه‌ی جنوب/جنوب‌غرب، پا بر قله‌ی شرقی (لوتسه‌شار) در ارتفاع ۸۴۰۰ متری گذاشت. س. مایرل و ر. والتر به قله راه یافتند. از آنجا که مجوز آنان برای لوتسه صادر شده بود، موفقیتشان

کارابین



تهیه و تنظیم از امجد سماواتی

مقدمه:

هنوز پس از گذشت چند سال کارابین همانند طناب یکی از ارکان مهم در صخره‌نوردی و کوه‌نوردی است و به نظر می‌رسد که کارابین همواره از اجزای مهم و لاینفک این ورزش باقی خواهد ماند. اگر چه از ابتدا تاکنون تغییرات محسوسی در شکل آن به وجود آمده، اما اصول کاربرد آن همچنان به قوت خود باقی است. ما در این مقاله مطالبی درباره‌ی نحوه‌ی ساخت و انواع آن به آگاهی شما می‌رسانیم.

موارد مورد استفاده در ساخت کارابین: امروز در تمام دنیا کارابین‌ها را از آلیاژ آلومینیوم ۷۰۷۵ موسوم به Zicral زیرکال می‌سازند این نوع آلیاژ با خواص پذیرش عملیات حرارتی همانند فولاد است و با دارا بودن قدرت و استحکام کششی بسیار زیاد در صنایع هوایی نیز کاربرد وسیعی دارد. نحوه‌ی ساخت کارابین با دو روش زیر امکان‌پذیر می‌باشد.

- ۱- آهنگری سرد و ۲- آهنگری گرم

در روش اول قطعه‌ی کارابین پس از فرم دادن در قالبهای سردکار، فشرده می‌گردد که از این روش

بیشتر برای ساخت کارابینهای با شکل ساده‌تر استفاده می‌گردد. در روش گرم، قالب و قطعه‌ی کار را تا حدود 400°C گرادگرما داده و سپس با پرسهای با قدرت یکصد تن به بالا در قالبهای مخصوص فشرده می‌کنند تا کارابین به صورت دلخواه شکل گیرد. روش دیگر این است که: به مهندسین امکان وسیعی می‌دهد تا برای ایجاد هرگونه شکلی و وارد آوردن شکست و شیار خاصی، قدرت تحملی بیشتر فشار و اصطکاک را به کارابین بدهند.

پس از اتمام کار برای استحکام بخشیدن به کارابین، آنرا در کوره‌ی عملیات حرارتی در دمای 500°C به مدت معینی حرارت داده و سپس آنرا به سرعت سرد نموده و دوباره به مدت ۲۴ ساعت در دمای بالای 100°C نگهداری می‌کنند.

پس از گذشت زمان مورد نظر دما را به 28°C - 30°C می‌رسانند پس از اتمام کار، آزمایش کشش را در بعضی از کارخانه‌ها به میزان $1/2$ تا $3/4$ ظرفیت را که توسط کارخانه‌ی سازنده تعیین شده، برای حصول اطمینان از عدم وجود ترکهای میکروسکوپی به انجام می‌رسانند.

طرح بدنه:

سالها قبل، از کارابین‌های بیضوی در کوهنوردی و صخره‌نوردی استفاده می‌شد. امروز صخره‌نوردان از این نوع کارابین به ندرت و یا دیگر استفاده نمی‌کنند اشکال این کارابین در این بود که اگر به عللی دهانه‌ی کارابین باز می‌ماند و مقدار استحکام آن به شدت پایین می‌آمد. بدین جهت شرکت‌های سازنده‌ی کارابین‌های D شکل را طراحی کردند؛ در این کارابین‌ها مقاومت به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش یافته ولی عبور طناب به علت باز شدن کم دهانه، دچار اشکال می‌شد از این رو طرح‌های جدید به صورت D غیرمتقارن که دارای استحکام بالا و دهانه‌ی بازتر بود مورد استفاده قرار گرفت. در کارابین‌های جدید امروزی با احداث فرم خمیده روی ضامن و یا در پشت کارابین، امکان کوچکتر نمودن آن با دهانه‌ی بازتر و حرکت نرم ضامن، بوجود آمده است.

طرح ضامن: تاکنون چهار طرح شناخته شده برای قفل ضامن کارابین درست شده است. که طرح اولیه به طور کامل کاربرد خود را از دست داده است.

۱- طرح قدیمی یا ابتدایی با داشتن شیار، روی

بدنه‌ی کارابین و ضامن زدن طناب و بیرون آوردن آن را دچار اشکال می‌کرد. به علت شکل شیار ایجاد شده به دست‌های صعودکننده آسیب می‌رساند و ضریب اطمینان قفل شدن کارابین را در مواقع اضطراری کاهش می‌داد.

۲- هنگام ورود طناب به داخل کارابین امکان گیر کردن طناب به ضامن وجود دارد ولی خروج آن به راحتی انجام‌پذیر است.

۳- طناب هنگام وارد شدن به کارابین به راحتی انجام می‌گیرد ولی هنگام خروج امکان گیر کردن طناب وجود دارد.

۴- طناب به راحتی داخل و خارج می‌شود ولی از آنجا که شیار ایجاد شده بر روی ضامن از پشت بسته‌است امکان‌جدی پرشدن آن از برف وجود دارد.

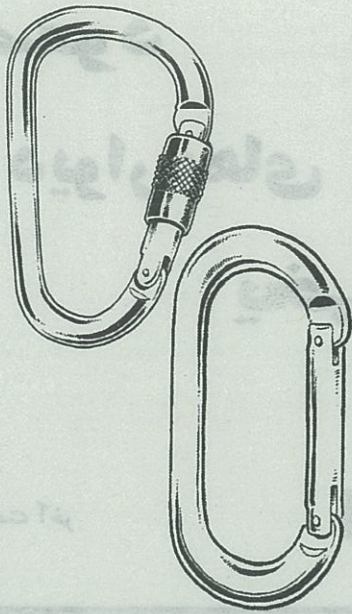
حرکت ضامن: در ابتدا به نظر می‌رسد، کارابین‌هایی که دهانه‌ی آنها به راحتی باز می‌شوند بهترین انتخاب برای خرید می‌باشند، در صورتی که این نوع کارابین‌ها به محض تماس با صخره و با تکان شدید احتمال باز شدن دهانه‌ی آنها بیشتر است. امروز، با به کارگیری فن‌آوری نوین به روش استفاده از دوربین‌های فوق سریع عکاسی نشان داده شده که ارتعاش ایجاد شده در طناب بر اثر افتادن موجب ارتعاش کارابین گردیده و باز شدن آن را در لحظه‌ای کوتاه موجب گردیده، در نتیجه با باز شدن دهانه‌ی کارابین ظرفیت تحمل فشار کارابین به سرعت پایین آمده و منجر به شکسته شدن آن گردیده است.

حرکت ضامن در کارابین‌های با ضامن قفل‌دار: درست همانند کارابین‌های معمولی می‌باشد. کارابین‌های قفل‌دار بر دو نوع عمده تقسیم می‌گردند:

۱- آنهایی که دارای دنده و پیچ می‌باشند و ۲- آنهایی که قفل آنها به وسیله‌ی فنر تحریک می‌شوند

۱- در موقع خرید کارابین‌های پیچ‌دار باید توجه داشت که بهترین آنها کارابینی است که بتوان با دو حرکت دورانی انگشت، پیچ آنها بسته شود.

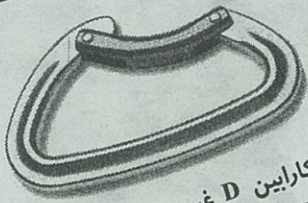
۲- در کارابین‌های با قفل فنری یا اتوماتیک، با گرداندن $1/3$ دایره قفل می‌گردند محدودیت آنها در این است که در شرایط بحرانی برای باز کردن دهانه آن باید از دو دست استفاده نمود. باید توجه داشت که مقدار بسته شدن پیچ روی کارابین باید بیش از خلاصی با فاصله بین کارابین باشد چراکه در بعضی



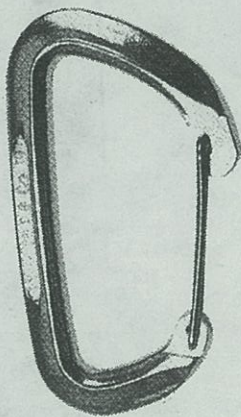
کارابین بیضوی و گلابی یا HMS



کارابین پیشرفته DMM



کارابین D غیرمقارن با ضامن خمیده



کارابین جدید با ضامن سیمی

استحکام نهایی کارابین می‌باشد.

۵- امتحان استحکام نهایی کارابین به صورت دهانه‌ی باز در محور اصلی: این آزمایش را با وارد کردن نیرو به منظور نشان دادن استحکام کارابین در موقع عدم استفاده‌ی صحیح یا به هر علت که دهانه‌ی آن باز مانده باشد، ادامه داده تا نقطه شکست به دست آید.

۶- تعیین استحکام نهایی کارابین در محور کوچک به منظور تعیین استحکام نهایی کارابین هنگام استفاده‌ی غلط از آن زمانیکه نیروی طناب بین ضامن و کارابین اعمال می‌گردد. برای درک بهتر مطالب به جدول مقابل مراجعه فرمایید.

برخی از حداقل نیروها برای ابزار صخره‌نوردی کارابین 20 KN - کارابین بیضوی و گلابی 16 KN در محور اصلی به صورت دهانه‌ی باز 5 KN و در محور کوچک 7 KN می‌باشد. اسلینگ 22 KN تونیک 15 KN پیچ‌های حمایت 25 KN .

و در پایان این نوشتار و برای ختم آن بد نیست تا از وادی فن و فن‌آوری کوهنوردی خارج شده و سری به ادبیات^(۱) کوهستان بزنیم. کوله پشتی را ببند ... که فردا صبحگاهان ... برفراز قله‌ی برفی ... وعده دارم با خود خورشید

کوله پشتی را ببند ... که من از دره‌ی پرخار انسان‌ها ... دلم از درد لبریز است سفر تا اوج پرشکوه قله‌ها دارم ... که آنها یاوران آفتاب صبح می‌عاندند کوله پشتی را ببند ... که من از دامن خورشید و کوه آسمان برایت کوله‌باری لاله خواهیم چید.

شعر از: رخشته Δ

مواقع بر اثر فشار حاصل از اویزان شدن وزن دو نفر موجب باز شدن دهانه کارابین گردیده.

امتحان کارابین، مقدار فشاری که هر کارابین باید تحمل آن را داشته باشد (به صورت حداقل).

آخرین اطلاعات رسیده نحوه‌ی امتحان و استاندارد کارابین مربوط به سال ۱۹۹۷ ASTM می‌باشد (استاندارد آمریکا) که به اطلاع شما می‌رسانیم. این استاندارد منطبق بر استاندارد DiN و DN می‌باشد.

در مجموع ASTM شش امتحان مکانیکی را برای هر کارابین قائل گردیده که عبارتند از:

۱- امتحان ضامن و کارابین، هنگام وارد شدن فشار بدن بر روی کارابین: در این حالت ضامن کارابین باید بدون هیچ‌گونه اشکال به صورت فتری حرکت کند.

۲- نیروی معادل ۷۰٪ وزن تحمل فشار اسمی کارابین را به صورت دهانه‌ی بسته بر کارابین اعمال می‌کنند. پس از برداشتن نیرو نباید هیچ‌گونه اثری از تغییر شکل و اندازه، بر روی آن مشاهده گردد.

۳- آزمایش قفل کارابین هنگام بسته بودن: نیروی وارد شده را به طرف داخل کارابین به مقدار 50N تا 0 اعمال می‌کنند تا تحمل فشار مهره، مهره یا قفل اتوماتیک آن باید قابلیت N-۵ را از خود نشان دهد. پس از برداشتن نیرو، ضامن کارابین و مهره، یا ضامن اتوماتیک باید به صورت اول حرکت کند و هیچ‌گونه خرابی در آن مشاهده نگردد.

۴- امتحان استحکام نهایی کارابین با دهانه‌ی بسته: نیرو را در محور اصلی به منظور تعیین کردن استحکام نهایی تا نقطه‌ی شکست، با سرعت ۵mm تا ±۱۰ افزایش می‌دهند تا منجر به شکست فیزیکی گردد این مرحله، نقطه‌ی شکست

TABLE 1 Function Test Forces and Minimum Ultimate Strengths^A

Carabiner Type	Function Test Forces			Minimum Ultimate Strength		
	No.1	No.2	No.3	Major Axis Gate Closed	Major Axis Gate Open	Minor Axis Gate Closed
Nonlocking carabiner	0.8 KN	14 KN	7 KN	20 KN min	7 KN min	7 KN min
Locking carabiner	0.8 KN	14 KN	7 KN	20 KN min	7 KN min	

^ASee Appendix X1 for more information.

صعود دیوارهای

یخی

نیل مرشام - مارک مات دیت

ترجمه: مجید بنی‌هاشمی

قسمت آخر

بیسار از ابسره هدایت بیسران بیارانی
بیشتر زانکه چو گسردی ز میان سرخیزم
نوزدهم فروردین ماه ۷۹ مصادف با نخستین سالگرد درگذشت
شادروان مهندس مجید بنی‌هاشمی که گویی همین دیروز بود که با او و
ایام آنچنان سریع و لاینقطع است که گویی همین دیروز بود که با او و
سایر دوستان به دور میز کوچک دفتر نشریه جمع می‌شدیم و چنان
گرم بحث و گفتگو پیرامون کوه و کوهنوردی و نشریه می‌گردیدیم
که... و آنچه به جای مانده و می‌ماند خاطرات تلخ و شیرینی از انسانها
است و از او تنها خاطرات شیرین بر ذهن‌ها نقش بسته است.
روحش شاد و یادش پیوسته گرامی باد.

در دو قسمت گذشته، با پاره‌ای از نکات مربوط به فن «یخنوردی» و «صعودهای ترکیبی» آشنا شدیم. هدف این مقاله، جمع‌بندی تمامی مطالب، همراه با ارائه پاره‌ای از توصیه‌های عمومی درباره چگونگی کسب حداکثر کارایی در «صعودهای زمستانی» است.

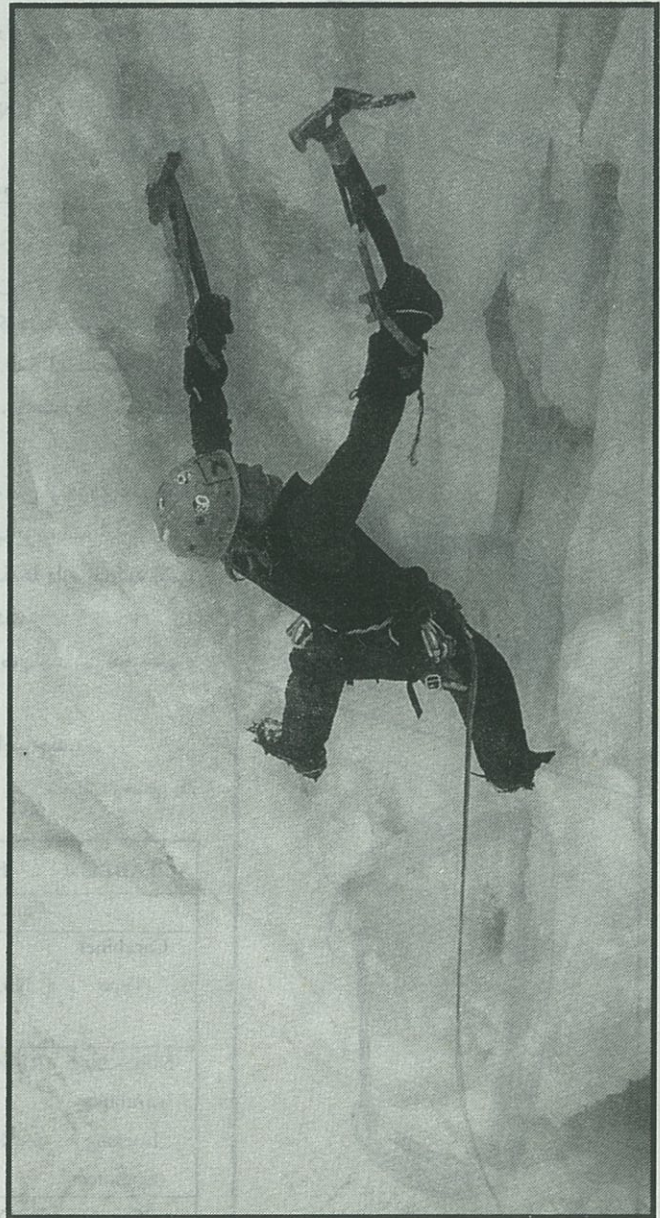
اصولاً صعود یک روزه زمستانی، مقاومت جسمی و روانی بسیاری را طلب می‌کند. شروع در یک صبح زود و سرد، همراه با یک راهپیمایی سنگین، برای مدت زمانی طولانی و در مجموع تلاش همه جانبه برای صعود شرایط ناراحت‌کننده قرار داشتن در طناب حمایت برای مدت زمان طولانی به قدرت بدنی و روانی زیادی نیاز دارد؛ بنابراین اشخاصی که زحمت این گونه تلاشها را بر خود هموار می‌سازند، برای دستیابی به موفقیت بیشتر، باید به سلامتی قدرت بدنی و نحوه تغذیه خود کاملاً توجه کنند.

توصیه می‌شود که جسم و ذهن، شب قبل از صعود مورد فشار قرار نگیرد؛ بلکه برعکس روشهای درستی در جهت تنش‌زدایی به کار گرفته شود. در رابطه با نوع تغذیه و ایجاد سهولت در صعودهای زمستانی رعایت نکات زیر توصیه می‌شود:

الف. نوع تغذیه:

شب قبل از صعود بهتر است که مواد هیدروکربورنار (نشاسته‌ای) مصرف شود؛ بنابراین تا آنجا که مقدور است، باید ماکارونی، برنج و نان مصرف کرد و از چربی نیز غافل نشد؛ زیرا مصرف چربی، گرسنگی را در حین صعود به تأخیر می‌اندازد و در ساعت‌های دشوار آخر برنامه که قند بدن مصرف شده است به کمک می‌آید. ضمناً باید تا حد امکان، قبل و بعد از انجام صعود، آب نوشید. اگر تصمیم دارید شب قبل از صعود زود بخوابید ولی به دلیل میهمان زیاد خوابتان نمی‌برد، استفاده از قرص خواب‌آور سودمند است؛ مشروط بر آنکه، چگونگی تأثیر آن را بر بدن خود بدانید طوری نباشد که برای تمامی هفته به گیجی دچار شوید.

برای صبحانه بهتر است از چربیها کمتر و از مواد نشاسته‌ای بیشتر استفاده کنید. بعد از برخاستن از خواب و در حین راه تا محل صعود، باید مقداری آب نوشیده



۳. آموزش و تمرین برای صعودهای زمستانی:

- وارد آوردن ضربه با کلنگ به یخ: رایجترین نوع تمرین زمستانی برای صعود، بستن طنابی به پاها برای محکم ایستادن و سپس وارد آوردن ضربه‌های متعدد (یک تا ۵۰ ضربه) به یخ است. بهتر است این ضربه‌ها به طور متناوب وارد آید تا کلنگ با یخ درگیر و جاگذاری وسیله در یخ فراگرفته شود.

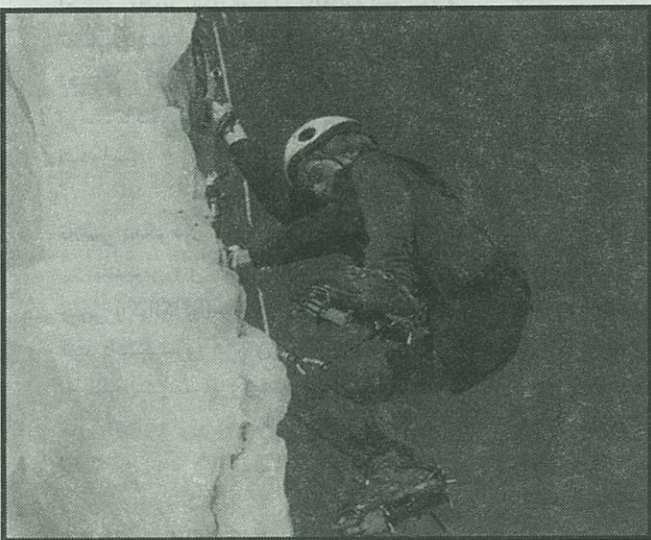
- صعودهای یخی سنگهای کوتاه: در گذشته، کوهنوردان صعودهای زمستانی و سنگنوردان، کمتر به ارزش بسیار زیاد فن صعود سنگهای کوتاه توجه داشتند. معمولاً شخص در طول یک مسیر، کمتر به فکر آزمایش نحوه استفاده از تجهیزات خود می‌افتد؛ در نتیجه، فقط تعداد کمی از کوهنوردان از محدودیت کارایی تجهیزات خود آگاهی دارند.

تراورس کردن یک صخره یخی یا پوشیده از برف در ارتفاع پایین، که نیاز به تلاش فراوان دارد، بدون شک بهترین تمرین است. مناسبترین زمان برای اجرای این تمرین، یک ساعت بعد از خاتمه صعود و قبل از شروع تاریکی است. از طرف دیگر به دلیل طولانی بودن فصل گرما، کوهنوردان می‌توانند با استفاده از «ابزار خشک» روی صخره‌ها و دیواره‌های مصنوعی، مهارت خود را حفظ کنند و کارایی خود را برای فصل زمستان از دست ندهند. ضمناً صعود با استفاده از یودرهای گچ نیز یکی از تمرینهای بسیار مفید است.

- وزن: در مقایسه با دیواره‌نوردی، صعودهای زمستانی کار بسیار زیادتری از بعضی عضلات بدن (عضله‌های سینه، شانه و مچ...) طلب می‌کند؛ مخصوصاً هنگام بالا رفتن از دیواره‌های یخی و ضربه‌زدن با کلنگ، عضلات قسمت بالای بدن، به شدت تحت فشار قرار می‌گیرد. تمرینات پرس برای شانه‌ها و عضلات سرشانه‌ها، بهترین نوع تمرین است. تمرین بیچسب مچ نیز باعث تقویت عضلات ساعد می‌شود.

- تقویت پاها: برای تقویت عضلات پا، اهمیت دویدن، دوچرخه‌سواری و راهپیمایی در ارتفاعات و بعضی تمرینهای فصلی هوازی (اکسیژن‌زا) احتیاج به توضیح ندارد. گذشته از آن، ممکن است بستن وزنه به پاها نیز ضروری باشد. در صعودهای ترکیبی، چمباتمه‌زدن بر روی یک پا، کار را بسیار آسانتر می‌کند؛ بنابراین، اگر شخص توانایی انجام این کار را نداشته باشد، باید به تمرین بپردازد. Δ

ماخذ: مجله «های»



شود. در زمان صعود، به جای چای یا قهوه از نوشیدنی‌هایی استفاده کنید که باعث ازدیاد اوره در بدن نمی‌شود. بهترین نوشیدنی، نوشیدنی‌های انرژی‌زاست که به دلیل غلظتش می‌توان آن را با آب رقیق کرد. از آن گذشته، در زمان صعود به طور مرتب مایعات بنوشید، حتی اگر این کار دشوار باشد. صرف غذا در حین صعود، به منظور افزایش نیرو، همیشه کار چندان درستی نیست. زمانی که در حال صعود هستید و نمی‌توانید غذا صرف کنید، استفاده از خشکبار یا قطعات کوچک شیرینی و بیسکویت بسیار مناسب است.

زمانی که هوا سرد است، استفاده از مواد زله‌ای توصیه می‌شود؛ زیرا، حمل و استفاده از آن در مسیرهای دشوار بسیار آسان است. یادآوری می‌شود که جبران آب بدن که در طول یک روز صعود طولانی از دست رفته، بسیار حیاتی است. اگر قصد دارید بدون دچار شدن به عوارض ناشی از گرفتگی عضلات به صعود چندروزه بپردازید، باید در حین صعود از نوشیدنی‌های انرژی‌زا استفاده کنید یا در خاتمه کار به اندازه کافی غذا بخورید.

ب. قرار گرفتن در شرایط مطلوب:

اگر در زمان صعود، دائم از خود سؤال کنید که به چه دلیل برای صعود آمده‌اید و از این کار احساس رضایت نکنید، قطعاً دچار تنش می‌شوید و روز خوبی در پیش نخواهید داشت بنابراین، اگر بخواهید دوره تنش را به حداقل ممکن رسانید، باید به نکات زیر توجه کنید:

۱. مقابله با دردهای شدید: این نوع دردها، بازتاب طبیعی اعضای

بدن در مقابله با نوع و درجه‌ی سرمایی است که بدن در زمانی خاص تجربه می‌کند. بنابراین، اگر به دردهای شدید دچار شدید، درد جدید به سراغتان نخواهد آمد؛ مگر آنکه برخی از اعضای بدن، مثل دستها یا پاها در معرض هوای سردتری قرار گیرد (ایستادن طولانی در طناب حمایت). معمولاً هنگام صعود، این نفر دوم در طناب است که در معرض دردهای شدید بدن قرار می‌گیرد. (حتی اگر لباسها، کفشها و دستکشهای گرم باشد). بنابراین، تنها راه جلوگیری از بروز دردهای شدید در طول روز، یک شروع آرام برای گرم کردن بدن و استفاده از همه امکانات موجود برای استراحت انگشتان و گردش خون در بدن است. اگر شرایط بالا فراهم نباشد، راهی باقی نمی‌ماند، جز اینکه در بدو صعود، خودمان درد را به وجود آوریم؛ مثلاً با قرار دادن انگشتان بسته در برف و منتظر بروز درد شدن. اگر این کار مشکل باشد، باید از موادی استفاده کنید که باعث افزایش گردش خون می‌شود. شایان ذکر است که در صعودهای زمستانی، باید از دستکشهای متعدد و استردار (دولایه) استفاده کرد. از هر دستکش می‌توان در صعود یک طول طناب استفاده کرد و در صورت امکان، دستکشهای کلفت‌تر را باید برای مسیرهای آسانتر گذاشت.

۲. سایر توصیه‌ها: داشتن یک بادگیر تنفسی اضافه، برای تعویض در

وقت مناسب، کمک بسیار مؤثری برای گرم ماندن و راحت بودن بدن در تمامی طول مسیر است. اگر دارای بازوان قویتر و پاهای ضعیفتر هستید، همراه داشتن و استفاده کردن از یخ‌شکن راه جلوگیری از پیشامدهای خطرناک حین صعود است.



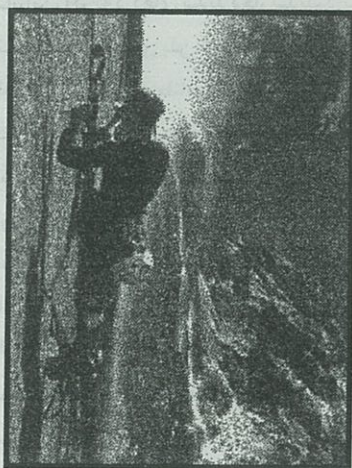
I N T E R N E T

روی اینترنت

تهیه و ترجمه از: علی یارسانی

مالوری و ایروین هنوز داغ‌ترین خبر روز
 نزدیک به ۹ ماه از پیدا شدن پیکر آندره مالوری می‌گذرد ولی هنوز بحث درباره‌ی صعود یا عدم صعود او و همراهش، یکی از داغ‌ترین اخبار کوهنوردی جهان است. طی این زمان ۵ کتاب فقط در این مورد به چاپ رسیده. (مقایسه کنید با کل انتشارات کوهنوردی ما در سال!!!). جدیدترین خبر بازسازی لحظه به لحظه‌ی آخرین روز صعود این دو نفر است توسط Jochen Hemmleb انجام شده است. وی با کنار هم گذاشتن شواهد و اطلاعات نظریه‌های جالبی را بیان نموده. که انگاره‌ی صعود قله توسط این دو نفر را در سال ۱۹۲۴ تقویت می‌کند. هر چند باید هنوز منتظر پیدا شدن دوربین این دو نفر باشیم. خبر دیگر در همین راستا حاکی است که Juan Oiaarzal's یکی از شش نفر فاتح هر ۱۴ هشت‌هزارمتری در حال تدارک تیمی است که توسط تلویزیون اسپانیا پشتیبانی می‌شود و یکی از اهداف آن جستجوی دوربین مالوری است.

ایمنی در کوهستان



<http://WWW.safeclimbing.org>

آیا همواره مسیرهای گشوده شده امن هستند؟ آیا همواره می‌شود به کارگاه‌های ثابت مسیرها اطمینان نمود؟؟ safeclimbing پایگاهی در اینترنت است که به این موضوعات می‌پردازد. این پایگاه اخبار مربوط به مسیرهای مختلف در امریکا را به اطلاع سنگنوردان می‌رساند و همچنین علاقمندان به ترمیم مسیرها از طریق این پایگاه به

خانم لین هیل سنگنورد معروف قصد دارد از ۳۰ فوریه به همراهی تعدادی از بانوان بر روی دیواره‌ای در ماداگاسکار مسیر جدیدی را باز کند. این دیواره تا کنون صعود نشده است و تدارک دهنده‌ی این تیم، کمپانی northface است و اخبار آن به صورت مستقیم بر روی اینترنت پخش خواهد شد.

باشگاه دماوند در اینترنت

باشگاه

کوهنوردی و اسکی دماوند هم ساکن دهکده‌ی جهانی شد. به منظور ارتباط با کوهنوردان سایر کشورها و تبادل اطلاعات این باشگاه پایگاهی با <http://members.onecenter.com/damavandclub/>



آدرس

بر روی اینترنت ایجاد نموده است. متأسفانه اطلاعات موجود درباره‌ی کوهنوردی ایران در اینترنت بسیار محدود است. این کار شاید سرآغازی باشد بر شناخت جاذبه‌های طبیعی و کوهنوردی ایران در دهکده‌ی جهانی. پایگاه باشگاه دماوند در حال توسعه است و از تمامی علاقمندان به معرفی کوهنوردی ایران درخواست هم‌فکری و یاری دارد.
 ضمناً آدرس E-mail باشگاه دماوند نیز این است: damavandclub@hotmail.com

اولین کوهنورد زن آمریکایی در راه قله k2

WWW.everest.news.com

با فرا رسیدن زمان مساعد فعالیت، در هیمالایا کم‌کم کوهنوردان کشورهای مختلف در حال اعلام برنامه‌هایشان می‌باشند؛ از جمله خانم Heri howkins که در سال ۱۹۹۸ در تلاش خود برای صعود k2 ناموفق ماند. وی به همراه ۱۱ کوهنورد دیگر قصد دارند در سال جاری میلادی به این قله صعود نمایند. وی امیدوار است طلسم صعود این قله را بشکند.

دوستان عزیز سلام

چند شماره‌ای است که با گزیده‌ای از اخبار کوهنوردی اینترنت در خدمت شما هستیم. خوشحال می‌شوم با همکاری شما این دو صفحه خواندنی‌تر شود. اگر شما هم به اینترنت دسترسی دارید و پایگاه یا خبر جالبی در آن پیدا نمودید، (یا اگر درباره موضوع خاصی اطلاعات می‌خواهید) آن را به من اطلاع دهید تا در صورت امکان در مجله چاپ کنیم. aliparsai@hotmail.com

چند خبر از WWW.mountainzone.com

سال ۲۰۰۰ بر فراز اورست



از ابتدای دسامبر (۱۰ آذر) کوهنورد آمریکایی روبرت آندرسون در حال تلاش

برای صعود زمستانی از جبهه‌ی شمالی اورست بود. وی که از طریق تلفن ماهواره‌ای اخبار صعود خود را بر روی اینترنت پخش می‌کرد قصد داشت روز اول ژانویه سال ۲۰۰۰ بر فراز اورست گام نهد. آخرین تلاش او در ارتفاع ۷۰۰۰ متر به علت هوای بسیار بد و خستگی دو شریک همراهش متوقف شد. وی لحظه‌ی تحویل سال نو را در کاتماندو بسر برد و تصمیم داشت در سال جدید به صعود خود ادامه دهد. که از اینکار منصرف شد. بد نیست بدانید اورست تاکنون از جبهه‌ی شمالی در زمستان صعود نشده است.

تلاشی دیگر در سال ۲۰۰۰

بلندترین قله آفریقا (کلیمانجارو) و آمریکای جنوبی (آکوانگوا) پذیرای کوهنوردانی بودند که قصد داشتند شروع هزاره‌ی سوم را از فراز قله بلند به نظاره بنشینند. این کوهنوردان لحظه‌ی تحویل سال یا روز بعد از تحویل سال را بر فراز این قله بسر بردند.

لین هیل در ماداگاسکار

74.mc.duke.edu/ismm جمع‌آوری‌وسازماندهی تمام افرادی است که دارای تجربیاتی در زمینه‌ی پزشکی کوهستان‌وامداد درکوهستان‌هستند.اعضای این پایگاه به طور مرتب در جریان آخرین اطلاعات و یا همايشهای پزشکی کوهستان قرار می‌گیرند.

آدرس اولین کنگره مربوط در سال ۲۰۰۰
4th World Congress on Mountain
Medicine and High Altitude
Physiology - Arica, Chile (1-6 October 2000)
Details from: Claus Behn, Physiology and
Biophysics. ICBM. Faculty of Medicine,
University of Chile, Independencial 1027.
Santiago, Chile (tel:+56 2 678 6215 ,
fax:+ 56 2 777 6916,
email: obehn@machi.med.uchile.cl).

امداد پزشکی چارپایان!

شاید ذکر این نکته خنده‌دار به نظر برسد اما هدف پایگاه <http://WWW.geocities.com/~mshrr> فراهم آوردن اطلاعات پزشکی و امداد برای چارپایان کوهستان است. اگر باور نمی‌کنید سری به این آدرس بزنید!!



پایگاه روسیه

پایگاه‌مجله‌ی فدراسیون کوهنوردی روسیه در آدرس <http://WWW.risk.ru/eng/news/index.html> قرار دارد. این پایگاه شامل اطلاعات مربوط به کوهنوردی در روسیه و سایر جمهوریهای مشترک‌المنافع می‌باشد.

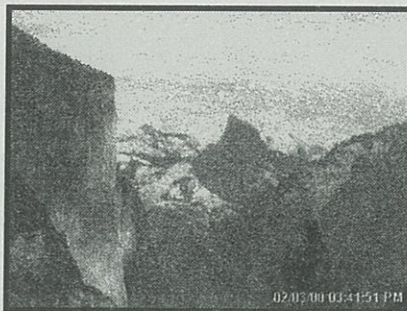


<http://WWW.rockandice.com> Δ

سنگنوردان ایرانی با مجله ROC & ICE کم و بیش آشنایی دارند. آدرس پایگاه اینترنتی این مجله این است.

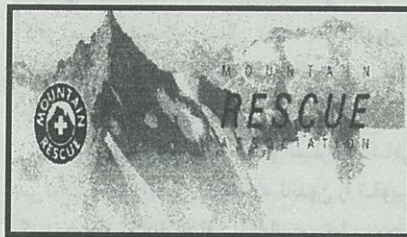
صعود جبهه‌ی شمالی دماوند در سال ۱۳۷۸ که توسط خانم میترا نظری انجام شد گردیده است.

پارک ملی یوسه‌میتی



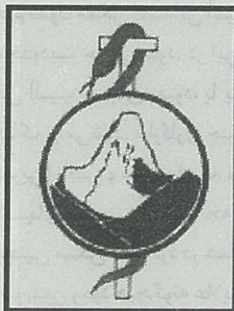
در سایت WWW.yosemite.org هر ۴ دقیقه تصاویر مختلف پارک یوسه‌میتی به نمایش در می‌آید. به انضمام اطلاعات آب و هوایی و تاریخچه‌ای این منطقه.

امداد در کوهستان



یکی از مهمترین مسائل در کوهنوردی امداد است و سازمانهای زیادی وجود دارند که تخصص عمده‌ی آنان در امر امداد کوهستان است. این سازمانها که حتی تعدادی از آنان در چندین کشور شعبه دارند به پشتیبانی و ارائه‌ی خدمات، به آسیب‌دهندگان کوهنوردی می‌پردازند. پایگاه WWW.mra.org با بیش از ۸۰ شعبه در آمریکا و کانادا و چندین کشور، یکی از پایگاه‌هایی است که در اینترنت مرکز اطلاع‌رسانی است.

قابل توجه پزشکان کوهنورد



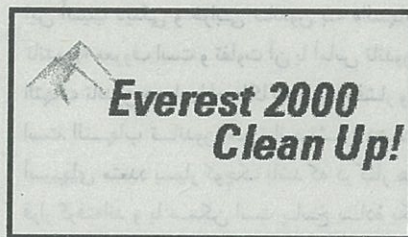
هدف مهم پایگاه <http://daedalus>

تبادل اطلاعات و سازمان دهی تیمهای مختلف برای ترمیم مسیرها و رولهای ثابت می‌پردازند.

Babu Shiri

شرپایی که تاکنون ۹ بار به اورست صعود نموده و رکورد اقامت ۲۱ ساعته بر فراز اورست را در اختیار دارد قصد دارد در بهار امسال رکورد صعود سرعتی به اورست را بشکند!

WWW.everestcleanup.com 2000
Everest Environmental

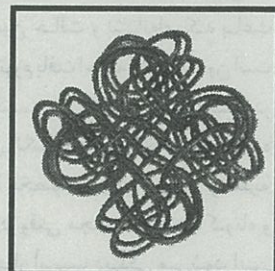


یک تیم شامل هشت کوهنورد و بیست شرپا با صعود به کمپ چهار اورست قصد دارند صدها کیسول خالی که در مسیر صعود رها شده است را با خود به پایین حمل کنند. یکی از دو سردار این تیم Jamling Tenzing Norgay فرزند یکی از دو فاتح اولیه اورست است. و دیگری شرپا Appo که رکورد دار صعود اورست است.

گره‌های کوهنوردی

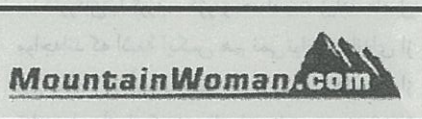
<http://WWW.earlham.edu/~peters/knotlink.htm>

آیا علاقمند به یادگیری گره‌های کوهنوردی به صورت نقاشی متحرک هستید. در این پایگاه اکثر



گره‌های معروف کوهنوردی به صورت انیمیشن نشان داده می‌شود.

کوهنوردی بانوان



پایگاه WWW.womanmountain.com به صورت اختصاصی به کوهنوردی بانوان می‌پردازد. بد نیست بدانید در این پایگاه اشاره‌ای به اولین

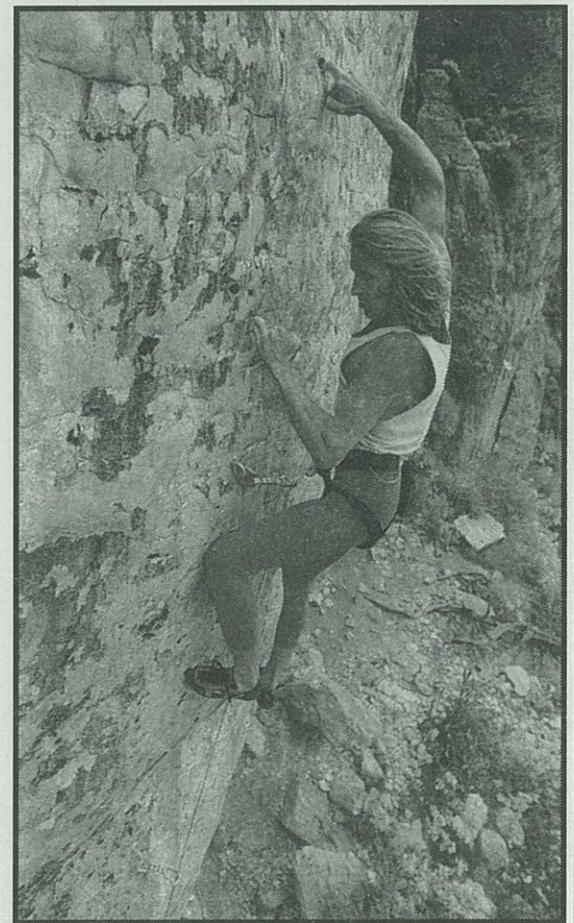
صدای غیرعادی مفاصل

دکتر مارک رابینسون
ترجمه محسن مختاریان^(۱)

قسمت آخر

آسیبهای آرنج

قسمتی از تاکننده‌های کوتاه از روی برجستگی استخوانی در بخش داخلی آرنج جدا شده‌اند (اپی‌کندیل میانی، زائیده استخوانی بالای لقمه استخوانی بازو در مفصل آرنج) همچنین عضله دیگری به نام درون گرداننده مذکور از آنجا سرچشمه گرفته است. این عضله در بسیاری از تمرینات سنگین سنگنوردی، در اثر یک چرخش شدید و نسنجیده ساعد، در حالی که زیر فشار زیادی قرار دارد، به سادگی آسیب می‌بیند.



آسیبهای ساعد و انگشتان دست در سنگنوردی

آسیبها می‌تواند با کشش بیش از حد یک عضله که انعطاف‌پذیری خوب و کاملی ندارد اتفاق بیفتد، مانند صعود از شیب منفی یا انقباض بیش از حد، در زمانی که انگشت به سختی روی یک گیره کوچک نزدیک خط میانی بدن خم می‌شود. ظاهراً نتیجه هر دوی این مکانیسمها، پارگی محل اتصال عضله به تاندون است، زیرا این ناحیه فوق‌العاده حساس است و به نظر می‌آید اتصال ضعیفی با سیستم داشته باشد. با تمرین درست و استراحت کافی می‌توانید محل اتصال عضله به تاندون را تقویت کنید، هر چند که یک فشار ناگهانی می‌تواند موجب پارگی و خونریزی شود.

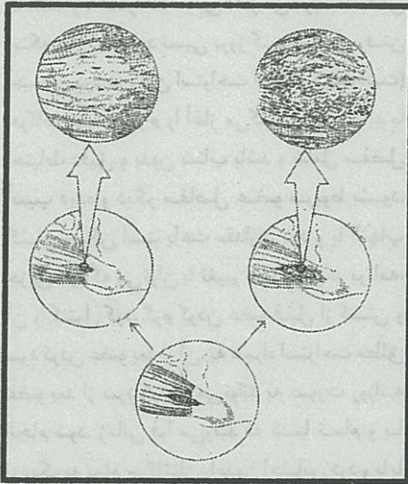
{شکل: با تمرین درست و استراحت کافی می‌توانید محل اتصال عضله به تاندون را تقویت کنید، هرچند یک بار اضافی ناگهانی می‌تواند موجب پارگی و خونریزی شود.}

{شکل: نتیجه یک معالجه خوب (بالا راست) و معالجه ناقص (پایین راست) در آسیب دیدگی نقطه اتصال تاندون به عضله}

یکی از نشانه‌های پارگی و خونریزی، تورم دردناکی است که پس از آسیب دیدگی، و برای بهبود آسیب به طور خودکار و توسط بدن رخ می‌دهد. اگر معالجه به خوبی انجام پذیرد پارگی، با یک بافت لیفی (فیبروز اسکار) رو به بهبود می‌رود.

این بافت مفید و با دوام است، ولی نیرو و توانایی بافت اولیه را ندارد. اگر معالجه به خوبی انجام نشود، ممکن است این آسیب باعث درد مزمن و محدودیت حرکتی شود. در این صورت است که محل آسیب به جای بهبود، با یک بافت ضعیف و دردناک پر می‌شود. سازگاری چنین بافتی (با محیط و تمرین) ناقص و ضعیف است، ولی دیده شده که به روشهای معینی از معالجه پاسخ داده است. همچنین ممکن است درد در همان قسمتها، خود به خود و بدون وجود هیچگونه علایمی از آسیب دیدگی ظاهر شود. تصاویر میکروسکوپی نشان دهنده بهبود ضعیف و مختصر محل آسیب دیدگی در نقطه

اتصال عضله به تاندون در یک معالجه ناقص است این آسیب دیدگی و خرابی تاندون به «التهاب تاندون» معروف است و تفاوت آن با آماس تاندون، التهاب تاندون همراه با اصطکاک، آسیب، فشار و .. است. التهاب تاندون می‌تواند نشان دهنده آسیبهای متعدد بسیار کوچک باشد که در کنار هم قرار گرفته‌اند و یا ممکن است پاسخ ساده یک آسیب دیدگی شدید در زنجیره‌ای باشد که قادر به انجام فعالیت‌های درازمدت و بیش از حد نیست. چگونگی عکس‌العمل و حالت‌های بافت ملتهب تاندون در موقعیت‌های گوناگون آن، هنوز به خوبی فهمیده نشده، ولی موضوع خوبی برای پژوهش و تحقیق است. امید کمی هست که روزی پزشکان، تزریق کورتیزون (یک داروی ضدالتهاب) را متوقف و روشی بهتر را جایگزین آن کنند، ولی شاید این کار از طریق دارویی نظیر فاکتور تغییردهنده رشد بتا (TGFB) سودمندتر باشد که باید در زیست‌شناسی سلولی مربوط به التهاب تاندون، به آن پی برد. سومین حالت و نشانه‌ای که باعث التهاب می‌شود، تورم بافت احاطه کننده تاندون است که به «التهاب قسمتی از تاندون» معروف است. در ناحیه قرقره‌های انگشت، رگهای خونی کمی دیده می‌شود و پوسته مخصوصی برای لغزیدن و تغذیه تاندون وجود دارد. وقتی مجموعه تاکننده کوتاه و قرقره A2 دچار آسیب دیدگی می‌شود، این ساختمان‌ها نیز آسیب می‌بیند و التهاب قسمتی از تاندون گسترش می‌یابد که احتمال مزمن شدن آن هم وجود دارد. ساختمان اصلی مفاصل انگشتان نیز می‌تواند به چنین وضعی گرفتار شود. در این صورت، سنگنوردان با تورم مکرر و حساسیت زیاد مفاصل مواجه‌اند که اشعه ایکس هم نمی‌تواند نشانه‌ای از ورم مفاصل و آسیب غضروف را نشان دهد، ولی از قرار معلوم آنها یک نوع التهاب تاندون پیشرفته را در رباطها (بافت رابط استخوان به استخوان) و غشای مفاصل، تحمل می‌کنند. این آسیب می‌تواند تا حد ساییدگی جدی مفصل که تا حدود زیادی



وقتی که شما دچار درد دست می‌شوید، معمولاً به کم کردن فعالیت در حدود ۲۰ تا ۲۵ درصد نیاز دارید. درمان ناکافی، نامتعادل بودن عضلات بدن (عدم انعطاف‌پذیری عضلات و مفاصل) و آسیب‌دیدگی گروه عضلات و مفاصل غیرمنعقد دست، رابطه مستقیمی با نداشتن تمرینات قدرتی و انعطاف‌پذیری کافی دارد. (بحثی که به تازگی مطرح شده است). دردی که در زمان سنگنوردی خود را نشان می‌دهد و تاندن‌های انجام حرکات را محدود می‌کند، نیازمند بررسی همه جانبه و دقیق است. به علاوه باید موقتاً از سنگنوردی و فعالیتهایی که باعث ایجاد هر نوع دردی در عضو می‌شود تا زمان بهبود و بازگشت عضو به حال اول اجتناب شود. اگر به ورزش ادامه دهید، در آینده حتی در زمان استراحت و ورزش نیز دچار درد می‌شوید و آن‌گاه قادر به انجام هیچ ورزشی با کمک دست‌هایتان نخواهید بود. ثابت نکردن عضو و نبستن آن، ممکن است در آینده ما را نیازمند معالجات سخت و طاقت‌فرسا کند. بررسی و ارزیابی این درد شدید باید توسط یک متخصص حرفه‌ای و کارآزموده صورت گیرد. مقاله‌های متعددی که آسیب‌های تاندون در آنها مورد بحث قرار گرفته است، تفاوت عمده‌ای با واقعیت موجود در مورد بافت زنده دارد و در آنها تأکید شده است که به خاطر ساختمان و نوع بافت تاندون، بهبود آن امکان ندارد، تا حدی که می‌گویند: «بهبود پیچیده و مبهم است.» ولی به نظر می‌رسد در مواردی که حتی ظاهراً با فرضیه بهبود به کلی مخالفت شده است، وقتی که ارتباط و همکاری خوبی بین بیمار و معالجگر باشد، مداوم مفید واقع می‌شود. اگر مایل باشید، می‌توانید آزمایش کنید. برنامه من بیشتر برای آسیب‌های دست و آرنج است و با چند هفته استراحت (با کمک یک آتل در انواع

درصد قدرت بافت اصلی و اولیه را دارد. به این معنی که اگر شما بعد از بهبود آسیب دیدگیتان، از همان روش قبلی برای تمرینات سنگنوردی استفاده می‌کنید، باید انتظار داشته باشید که آسیب دیدگی دوباره اتفاق بیفتد، حتی اگر سطح تمریناتان کمی پایینتر از قبل باشد. خوشبختانه، سنگنوردی امروزی طبق اصول صحیحی انجام می‌شود و اهمیت کمتری به قدرت می‌دهد، در حالی که تأکید بیشتری روی مهارت و تکنیک، انعطاف‌پذیری و روش‌های استراحت دارد در برنامه‌های جدید تمرینی، متداول است که فشارهای روزانه کم و زمان استراحت بیشتری را در نظر می‌گیرند. تجربه نشان داده که بازگرداندن عضو به حال سالم اولیه و معالجه کامل آن غیرممکن است؛ حتی پزشکان سنگنورد مبتلا به این ناراحتی هم نمی‌توانند این کار را بکنند. تشخیص و معالجه نادرست، وقتی بیشتر محتمل است که خود درمانی و یا معالجه، بدون آزمایش و معاینه صورت گیرد. برای نمونه، من زنی را می‌شناختم که سنگنورد خیلی خوبی بود و دچار علائم بیماری مجرای میج شده بود. (یکی از اعصاب در ناحیه میج تحت فشار قرار می‌گیرد. توضیح بیشتر در ذیل خواهد آمد.) او به خاطر نیازی که به دستانش در نواختن گیتار و سنگنوردی داشت، انواع روش‌های خود درمانی را آزمایش کرده بود. سرانجام وقتی برای معالجه و معاینه به پزشک مراجعه کرد، مشخص شد که یک غده (خوشبختانه بی‌خطر) در کنار عصب دستش در حال رشد است این تشخیص برای مردم عادی و افراد غیرمتخصص، دشوار و حتی غیرممکن است. بدین ترتیب، من مطمئنم که بسیاری از سنگنوردان به دنبال مشاوره و مساعدتهای پزشکی برای برطرف کردن مشکلاتشان هستند، بنابراین من مایلم بعضی از اصول معالجه و درمان آسیب‌ها را شرح دهم و روشن نمایم. بیشتر این اصول می‌تواند به صورت آشکاری در اصول اولیه یک برنامه خود درمانی نیز مورد استفاده قرارگیرد که البته شاید غیرعقلانه و راه نادرستی باشد. دردهای طبیعی و مداوم، اغلب می‌تواند از عوامل مهم باشد. دردهایی که در انتهای تمرین و یا بعد از آن ظاهر می‌شود و برای دو یا چند هفته ادامه دارد، ممکن است به دلیل آسیب مختصر باشد و یا حتی آسیب دیدگی رخ نداده باشد، ولی یک نوع اخطار و زنگ خطر است و باید به آن توجه کرد. یکی دیگر از اصول، تجزیه و تحلیل و بررسی تکنیک و برنامه تمرینی و تصحیح اشتباهاتی مثل استراحت خیلی کم، تمرینات مکرر و شدید، یا تمرین خیلی زیاد است.

غیرقابل درمان است، پیشرفت کند. اینها انواع مشکلات و آسیب‌هایی است که سنگنوردان معروف و با سابقه با آن روبرو هستند. بالن ۲۴ درصد از این نمونه سنگنوردان را که انگشتان کاملاً کشیده‌ای نداشتند (و انگشتانشان خمیده بود) بررسی کرد. این خمیدگی معمولاً در بند دوم انگشت بزرگ و انگشت حلقه دیده می‌شد. این آسیب شبیه به تغییر شکل موسوم به «انگشت پاشنه‌ای» است و در محل التهاب تاندون، غده کوچکی تشکیل می‌شود که با صداهایی همراه با درد در بیرون قرقره A1 همراه است. این غده باعث قفل شدن انگشت می‌شود و باز شدن آن با صدای شکستگی دردناکی همراه است.

معالجه و بازپروری

دکتر: «نه، شما التهاب تاندون ندارید، شما التهاب محل اتصال تاندون به ایی کندیل داخلی و التهاب قسمتی از تاندون انگشتی موسوم به آسیب درجه دو دووال دارید».

سنگنورد: «چطور می‌توانم آن را معالجه کنم؟»

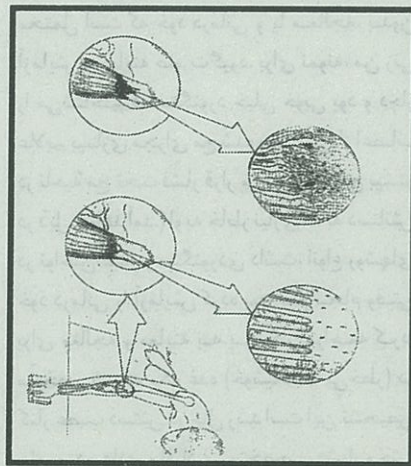
دکتر: «شبیه به التهاب تاندون».

متأسفانه برای انواع آسیب‌های جدید، تاکنون معالجه‌ای پیدا نشده است، ولی اصول و زمینه معالجات شایع اینها هستند: (۱) کاهش فعالیت در سطحی متناسب با مقدار و درجه آسیب بافت. این کار به نام «استراحت نسبی» یا فعالیت کنترل شده و با حمایت شناخته شده است. (۲) افزایش تدریجی و اصولی سطح فعالیت و فشار تمرین، متناسب با مرحله بهبود قسمت آسیب دیده (یعنی تمرین در زمان مناسب و به مقدار مناسب، نه کم و نه زیاد انجام شود) که به نظر می‌آید اغلب سنگنوردان، به اصل اول بیشتر از اصل دوم توجه دارند. داستان واقعی این است: «من تا وقتی که درد برطرف می‌شود به انگشتم استراحت می‌دهم، ولی درست وقتی که دوباره سنگنوردی را شروع می‌کنم، مجدداً درد به سراغم می‌آید.» این مسئله قابل پیش‌بینی است، زیرا بافت نسبت به همیشه ضعیفتر بوده و نمی‌تواند به هیچ وجه فشارهایی را که قبلاً در اثر آن آسیب دیده است تحمل کند. شما باید به تدریج آن را آماده کنید و به حالت اولیه بازگردانید و آن‌گاه آن را ورزش دهید. سومین اصل مهم این است: (۳) شناخت دلیل به وجود آمدن آسیب. این نکته کاملاً مهمی است. حتی بهترین نوع معالجات و امیدبخش‌ترین روش‌های بهبود هم باعث به وجود آمدن بافت لیفی می‌شوند که فقط در حدود ۸۰

مختلف و با استراحت نسبی آغاز می‌شود. به محض اینکه علائم بهبود نسبی بروز کرد از بین رفتن احساس درد در زمان استراحت امیدوار کننده است) حرکات کششی آرام را آغاز می‌کنیم. کشش باید با احتیاط، دقیق و بدون شتاب باشد و شامل مفصل آسیب دیده و دیگر مفاصل عضو مربوط بشود. کشش ممکن است باعث مقداری درد و یا التهاب جزئی شود که می‌توان با تغییر مختصری در برنامه، آن را کنترل کرد. گرم کردن عضو قبل از کشش و سرد کردن عضو بعد از آن، به همراه استراحت مطلق عضو بعد از سرد کردن، می‌تواند به صورت روزانه انجام شود. زمانی فرا می‌رسد که شما تمام و یا نزدیک به تمام حرکاتتان را بدون احساس درد و یا با درد مختصر انجام می‌دهید. حالا باید تمرینات استقامت (مقاومت کم با تکرار زیاد) را انجام دهید. اگر در ابتدا از تمرینات قدرتی و مقاومت زیاد استفاده کنید، احتمال بازگشت آسیب بسیار زیاد است هر ۴۸ ساعت یک بار و یا بیشتر، تمرینات کافی را در دامنه حرکتی کامل عضو اجرا کنید. شیوه‌های ساده، مثل هالترز، لوله‌های کشدار (تیوپهای لاستیکی) و ... وسایل خوبی برای اجرای اغلب این تمرینات است. تنها استثنا، عضلات به داخل گرداننده جلوی بازو است که اجرای تمرینات آن سخت است. یک مهندس سنگنورد ابزار ساده و مفیدی را برای این کار طراحی کرده و این هدف را به انجام رسانیده است که شرح آن در مقاله‌ای تحت عنوان «عضله درون گرداننده» چاپ شده است.

در ادامه برنامه، مقاومت را در تمرینات قدرتی به تدریج افزایش دهید و همچنان از سنگنوردی برهیز کنید. وقتی که ۸۰ درصد از قدرت از دست رفته‌تان را باز یافتید، تمرینات اکستنریک (باز شونده یا واگرا) که در آن عضله در حین انقباض کشیده می‌شود و به طول آن اضافه می‌شود را به تمریناتتان اضافه کنید. برای مثال، پایین آوردن یک میله هالتر به طور آهسته و تحت کنترل، تا جایی که عضلاتتان کشیده شود. همچنین به نظر می‌رسد که تمرینات واگرا برای تقویت تاندونها و نیز محل اتصال عضله به تاندون مؤثر باشد، ولی باید دقت شود که این تمرینات با فشار زیاد همراه نباشد. تمرینات واگرا را می‌توان هر سه یا پنج روز، یک بار اجرا کرد. بسته به نوع آسیب، ممکن است بهبود کامل برای شروع سنگنوردی تا بیش از ۶ ماه به طول بیانجامد. وقتی شما اینمدت را سپری کردید و علائم بهبود را در خود احساس کردید، در ابتدا از گیره‌های بزرگ استفاده کنید و مسیرهایی را با درجات پایین که با تعادل و انعطاف‌پذیری شما

هماهنگی داشته و با قدرت گیره گرفتن و دیگر قابلیت‌های بدنی شما متناسب باشد انتخاب کنید. آن گاه وقتی که تمرینات روی صخره‌ها و مسیرهای مشکلتر را شروع کردید، به تکنیک‌های استراحت، حرکتهای عرضی و مورب طولانی (تراورس) استفاده از گیره‌های بزرگ و متناسب با استقامت و ظرفیت سنگنوردیتان توجه ویژه‌ای داشته باشید. حالا می‌توانید گیره‌های کوچکتر را انتخاب کنید. کلیه این فعالیتها باید بکناخت و بدون حرکات انفجاری باشد. مرحله بعدی، سنگنوردی فعال و دینامیک است که متضمن فشارهای سنگین و انقباضهای واگرایی زیادی است. تمامی این مراحل طی دو تا سه ماه صورت می‌گیرد (این زمان بعد از ۶ ماه استراحت است) و بهترین نوع این تمرینات، انجام آنها در محیط کنترل سالن سنگنوردی است.



براساس برخی حقایق جالب توجه در زمینه یادگیری حرکتی و تمرینات ورزشی، پس از این گونه بهبودهای برنامه‌ریزی شده، هیچ‌کس نباید مانند گذشته، سنگنوردی خود را محدود کند. در واقع شما به همان اندازه که دستورات برنامه توان‌بخشیتان را رعایت کرده‌اید، سنگنورد تواناتری شده‌اید. آیا می‌دانید تمرینات توانبخشی و تمرینات ورزشی یکسان نیستند؟ تمرینات ورزشی درگیر کردن و تحریک کردن بافت سالم با حرکات ورزشی به منظور انجام یک کار ویژه و در سطح بالاست. تمرینات توانبخشی، درگیر کردن بافت آسیب دیده و بیمار به مراحل تمرینی بازگشت به حال اولیه است که در آن، افزایش تدریجی و مستمر فشار وجود دارد، این تمرینات به منظور رسانیدن عضو به حالتی نزدیک به حالت عادی و طبیعی است. در بعضی از شیوه‌های تمرین توصیه می‌شود که به انگشتانتان چسب بزنید (قبل از بهبود کامل). در این صورت،

سنگنوردان سالم خردسال، حتی در مراحل آخر تمرینات توانبخشی هم ممکن است آسیب ببینند. تنها به وسیله تمرینات واگرایی طولانی و شروع تمرینات سنگنوردی، می‌توان مرز بین توانبخشی و آغاز تمرینات جدی ورزشی را تشخیص داد که همراه با ابهاماتی نیز هست. مشکلات متعدد دیگری که به غیر از موارد ذکر شده، می‌تواند سنگنوردان را گرفتار کند و بیشتر آنها بسیار جالب نیز هست، از این قرار است: یکی از آسیب‌هایی که قبلاً بررسی نشده، علائم بیماری مجرای انگشتان در قسمت کف دست است. این آسیب در دنیای مدرن غرب صنعتی شایع است و به حرکات مکرر دست که در کار با کامپیوتر و امثال آن وجود دارد مرتبط است، ولی به نظر نمی‌رسد که در سنگنوردان شایع باشد. تمام تاندونهای تاکننده انگشتان و شست از میان مج می‌گذرند، آنها از یک فضای تنگ تونل مانند در مج عبور می‌کنند. این تاندونها، با اعصاب میانی که عضلات کوچک زیادی را در دست تحت پوشش دارند و نیز باعث بسیاری از ادراکات پوستی از طریق کف دست و انگشتان هستند، همراهی می‌شوند. التهاب تاندونها (و یا التهاب قسمتی از تاندون) در این ناحیه، می‌تواند فشار کافی را برای اختلال در کار گردش خون اعصاب میانی ایجاد کند و نتیجه آن، احساس سوزش، خارش همراه با سوزش و بی‌حسی و کرختی در کف دست و انگشتان به خصوص در شب است. اگر این حالت بیش از حد باقی بماند. نمونه‌های علائم بیماری خفیف مجرای مچی با روشهای معمولی که برای مداوای پارگی قسمتی از تاندون به کار می‌رود، مثل آتل‌بندی، داروهای ضد تورم و احتمالاً تزریق، معالجه شده‌اند. اگر این راه‌ها بی‌نتیجه باشد، معمولاً انجام عمل جراحی پیشنهاد می‌شود. اگر شما برای سالهای پیاپی در مسیرهای سخت سنگنوردی کرده‌اید، باید انتظار تحمل آسیبها و مشکلاتی را در بعضی از نقاط بدنتان داشته باشید و آسیب جزئی و خفیف در تمامی سالهای عمرتان با شما خواهد بود. امید اصلی شما باید به آگاهی و علم و دانش بیشتر باشد و با دانش و آگاهی متوسط و معمولی، پیشگیری و معالجه به موقع امکان‌پذیر خواهد بود. به وسیله مواظبت، شما می‌توانید آسیبها را در سطحی قابل قبول و قابل تحمل، کنترل کنید و پاداش مناسب و عادلانه‌ای که می‌گیرید، لذت بردن از سنگنوردیتان است. Δ

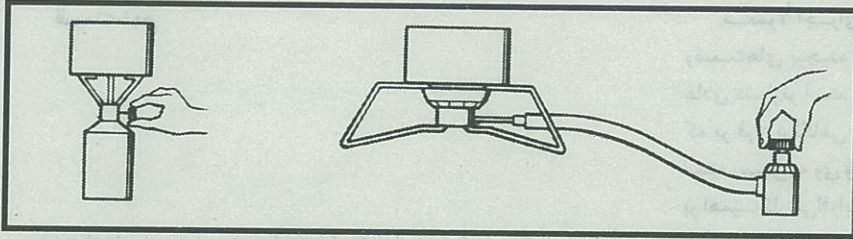
مأخذ: مجله کلابینگ

(۱) عضو گروه کوهنوردی شقایق کرج

آشپزی در کوهستان



ترجمه علیرضا عطاریانی



ممکن است گاهی، هنگام رفتن به گردشهای یکروزه یا برنامه‌های بلندمدت کوهنوردی به طور اتفاقی اجاق خوراکی‌پزی شما از کار بیفتد. در این صورت باید دور نوشیدن مایعات گرم مثل چای و قهوه و همچنین خوردن غذای گرم و دلچسب که لازمه یک صعود موفق است خط بکشید.

این موضوع ممکن است در صعودهای یکروزه زیاد محسوس و مشکل‌ساز نباشد. ولی در صعودهای چند روزه و به خصوص زمستانی، قطعاً برنامه‌ی کوهنوردی را تحت‌الشعاع قرار خواهد داد یا به کلی با شکست مواجه خواهد کرد. زیرا اصلی‌ترین نیاز بدن شما یعنی نیرو و گرما به شما نخواهند رسید. این نکته را هم در نظر داشته باشید که علاوه بر مرغوب و بدون اشکال بودن اجاق باید در موقع اتراق و چادرزدن جای مناسبی را هم برای اجاق پیدا کنید؛ جایی محفوظ در برابر باد و باران مناسب برای جای دادن دو یا چند اجاق.

ممکن است در هنگام سفر یا کوهنوردی، اتفاقات ناخوشایندی مثل باد، باران یا زمین‌گیره‌ها آشپزی را غیرممکن سازد؛ گرچه در سرما، رطوبت و برف و طوفان است که یک سوپ داغ یا یک فنجان چای داغ بیشتر از وقت عادی می‌چسبد و حتی در مواقع بحرانی و شرایط سخت می‌تواند زندگی را به شما نجات دهد.

انواع اجاق‌گاز

با توجه به تنوع بسیار زیاد اجاقهای موجود در فروشگاهها، آنها را می‌توان از روی سوخت مصرفی‌شان به سه دسته تقسیم کرد:

1. سوختهای مایع مثل بنزین - متان - نفت.
2. سوختهای جامد مثل متا - اسبیت.
3. گاز مثل پروپان - بوتان و بوتان مخلوط.

اجاق با سوختهای مایع

مزایا: معمولاً برای برافروختن آتشفهای بزرگ استفاده می‌شود؛ بدین معنا که برای پخت و پزهای طولانی و برای چند نفر بازده و کاربرد بیشتری دارد؛ حرارت بالایی دارد و مدت زمان بیشتری کار می‌کند و دیگر اینکه از لحاظ اقتصادی مقرون به صرفه است.

معایب: معمولاً دود و بوی زیاد تولید می‌کند که برای سلامتی انسان مضر است. روشن کردن آن مشکل است. جای زیادی در کوله‌پشتی اشغال می‌کند چه خود اجاق و چه سوخت اضافی‌تان. سوراخ و نشتی بطری حاصل سوخت و مخزن اجاق ممکن است زیان‌آور و مشکل‌ساز باشد، چه از لحاظ ریختن روی مواد غذایی و غیرقابل مصرف کردن آنها و چه از نظر پاشیده شدن بر روی وسایل و سریع آتش گرفتن آنها.

اجاق با سوختهای جامد

مزایا: استفاده از آن کاملاً آسان و راحت است و در عین حال تمیزتر از سوخت مایع است. **معایب:** فقط برای برافروختن آتشفهای کوچک با حرارت کم می‌توان از آن سود جست و حرارت آن برای آشپزیهای طولانی مناسب نیست و از لحاظ اقتصادی هم مقرون به صرفه نیست.

اجاقهای گازی

مزایا: تمیزترین نوع سوخت را دارد. بدون دود و بو است و علاوه بر آن آسان و جمع و جور است و حجم کمی را در کوله‌پشتی به خود اختصاص می‌دهد. در صورت نشتی مخزن آلودگی ندارد.

معایب: در هوای سرد و ارتفاعات بالا فقط بعضی از گازها مثل پروپان و بوتان قابل استفاده‌اند (آن هم نه در هر درجه حرارتی). دیگر اینکه بعضی اجاقها فقط با کپسولهای کارخانه‌تولیدکننده قابل استفاده هستند. این موضوع ممکن است در بعضی مناطق و شهرهای دورافتاده مشکل‌آفرین شود.

لوازم یدکی سودمند

برای استفاده از اجاقهای مختلف با کپسولهای مختلف باید لوازمی همراه داشته باشید. این تبدیلهای عمومی برای کپسولهای مختلف عبارت است از:

سوپاپ (پستانک) دو تایی: که برای استفاده دو

اجاق از یک کپسول به کار می‌رود.

محافظ باد: که ساخته شده از ورق آلومینیومی نسوز و به شکل مکعب و استوانه است و از آن برای محافظت کردن شعله اجاق گاز و ظرف غذا در برابر باد و بوران استفاده می‌شود.

نکات مهم: توجه داشته باشید اگر در موقع آشپزی و استفاده از اجاق، غذا سر رفت و بدنه اجاق را کثیف کرد، بلافاصله آن را تمیز کنید. این کار هم باعث جلوگیری از تجمع آلودگی و میکروب می‌شود و هم اینکه اجاق را برای دفعه بعد آماده‌کار نگه می‌دارد.

اجاقهایی که با سوختهای مایع عمومی کار می‌کنند، آسانترین نوع سوخت را دارند و می‌توان آنها را با هر چیزی مشتعل کرد. این اجاقها مثل اجاقهای بنزینی و

نفتی سوخت مخصوص نمی‌خواهد. (چند سالی است که نوعی خوراکی‌پزی روسی تکی و جفتی به بازار ایران آمده است که با وجود گرانی و زیاد بودن حجم (به شکل قابل‌مهمه) ولی با هر سوخت مایعی اعم از بنزین و گازوئیل و نفت مشتعل می‌شود و حرارت بالایی هم تولید می‌کند.)

سوختهای جامد برعکس سوختهای مایع بدون مشکل هستند. ولی ذخیره کافی آنها باید همراه کوهنورد باشد. معمولاً در مناطق دورافتاده سوخت مایع مثل بنزین و نفت و گازوئیل به سهولت به دست می‌آید تا سوخت جامد و کپسولهای گاز. ولی برعکس، سوختهای گازی مثل بوتان و پروپان به آسانی می‌سوزد. باید توجه داشت که گازهای مخلوط کار زیادتری می‌کنند.

بیشترین استفاده را می‌توان از آن نوع اجاقهایی کرد که می‌تواند با تبدیل‌کننده‌های عمومی تنظیم شود، با تغییر به وسیله لوازم یدکی که اجازه می‌دهد هم از کپسولهای سوپاپ‌دار و هم از کپسولهای بدون سوپاپ استفاده کرد.

در میان انواع مختلف اجاقها به دنبال چه نوع آن بگردیم؟

تشبیت پایه

ثبات اجاق را می‌توانید با آزمایش نسبت بین پهنای گاز با بلندای اجاق بسنجید.

تنظیم شعله

اگر شیر تنظیم جدا از اجاق نیست، ممکن است خطر سوختن انگشتان را به دنبال داشته باشد. بدین شکل که ممکن است هنگام تنظیم گاز با جابه‌جایی، ظرف روی آن واژگون شود. یک شیر جداگانه می‌تواند بسیار سودمند باشد. دیگر اینکه محل کپسول گاز جداگانه، بسیار بهتر است. زیرا در حین روشن بودن شعله، حرارت کمتری به کپسول گاز می‌رسد.

رابطه خارجی گاز

رابطه اجاقهایی که مجهز به مخزن خارجی هستند باید دارای پوشش ضخیم برای محافظت از حرارت و ضربه باشد. در عین حال پیچ باید بالای مخزن و جدا از رابط و قسمت آتشگیر باشد. Δ

مأخذ: بولتن ادلراید

دایرةالمعارف کوهنوردی

قسمت نهم

هیئت اعزامی Expedition

گروهی را گویند که در تلاش برای یک موضوع معین، مثلاً صعود یک قله یا مساحی یک منطقه از کوه تشکیل می‌شود. در ادبیات کوهنوردی اولیه، از این لغت برای تشریح هر سفری که در مناطق برفی صورت می‌گرفت استفاده می‌شد، اما در حال حاضر، این لغت فقط برای مناطق دور دست و متروک مورد استفاده قرار می‌گیرد. در هر حال، ارائه تعریفی معین و مشخص از این کلمه کاری بسیار دشوار است، زیرا افزایش مسافت‌ها و ساده شدن حمل و نقل در سطح ممالک، باعث شده است که فرضاً چند دوست بتوانند در یکی از روزهای تعطیلشان نقطه‌ای بکر را مورد بازدید قرار دهند و حتی ممکن است قله‌ای جدید را صعود کنند.

اغلب، نام تیمها بیانگر اهداف آنها نیز هست، مثلاً قید می‌شود «هیئت اعزامی پاکستانی - انگلیسی به کاراکوروم»، که کاملاً واضح است که تشکیل دهندگان تیم چه افرادی هستند و مقصدشان کجاست. در تیمهای بزرگ، معمولاً کارها زیر نظر افسر حمل و نقل اداره می‌شود همچنین در تیمهای بزرگ، الزامی نیست که سرپرست، خود یکی از اعضای فعال صعود باشد و ممکن است حتی هیچ‌کاری به جز بودن در کمپ اصلی و هدایت تیم انجام ندهد و این امکان هم وجود دارد که تا قله پیش برود. در برخی موارد، امکان اینکه شریایی را جزء اعضای اصلی تیم قرار دهند وجود دارد، همچون تن‌سینگ در

تیم اورست، که از اعضای اصلی تیم شد.



قلاب فی فی Fifif hook

قلابی فلزی است که به حلقه‌ی انتهایی رکاب وصل می‌شود و پس از آن مستقیماً به میخ متصل می‌گردد. فی فی دارای یک ریسمان نازک است که به طناب کمر کوهنورد بسته می‌شود تا در زمانی که کوهنورد بالا می‌رود فی فی هم به شکل خودکار همراه کوهنورد باشد. از این وسیله در صعودهای مصنوعی استفاده می‌شود. یک نوع فی فی که شکل آن به شیر شباهت دارد برای استفاده، بهتر و ساده تر است.



کمک‌های اولیه First aid

به دلیل دور بودن مناطقی که کوهنوردان راهی آن هستند ضروری است که هر کوهنورد شناخت نسبتاً

کافی از این مقوله و وسایل مرتبط با آن داشته باشد. مسایلی نظیر بریدگی‌های سطحی، یا جدی‌تر از آن سرماخوردگی و مارگزیدگی را حداقل باید بتوان مدیریت کرد، مخصوصاً زمانی که امداد جدی را همراه نداریم.

معمولاً اجرای این مورد در وضعیت‌های پیچیده به نسبت شرایط عادی دشوارتر است. فرضاً کوهنوردی که بر فراز پرتگاهی دچار حادثه شده است، رسیدن به وی و حمل او از دیواره بر اهمیت کار می‌افزاید.

هر کوهنورد باید یک بسته حاوی مواد کمک‌های اولیه را یا خود حمل نماید شامل نوار Elstopia، استریل‌های زخم و سوختگی، وسایل بانداژ، اسپرین، دوی ضد حشرات، کاغذ توالت، چند عدد کیسه، کبریت و غذای اضطراری، علاوه بر این‌ها هر تیمی باید برای نفرات خود کیسه‌خواب اضافی، اجاق گاز کوچک و برانکاردهای بادی همراه داشته باشد.

اولین صعود First Ascents

این مقوله به عنوان پیروزی نهایی روی هر قله یا هر صعود، همچنین کوهنوردانی که به این پیروزی دست یافته‌اند بیان گردیده است. شماری از این صعودها به دلیل دشواری موفقیت بزرگتری را در بر داشته‌اند و معمولاً در روزنامه‌ها و مجلات و در نهایت در کتابهای راهنما به ثبت رسیده‌اند.

مقوله «اولین صعود شناخته شده» نیز برخی اوقات به کار می‌رود که معنای آن این است که صعود صورت گرفته است اما از جزئیات ریز آن اطلاعی در دست نیست.

جزئیات تاریخی یک صعود اولیه معمولاً شامل اسامی صعودکنندگان، تاریخ صعود، مکان صعود و کمک‌های مورد استفاده قرار گرفته (در صعودهای طولانی) می‌باشد.

قسمتهایی که اولین صعود آن دارای ارزش است از قرار زیرند:

اولین صعود یک قله - اولین صعود انفرادی - اولین تراورس یک قله - اولین صعود زمستانی - اولین صعود

والت انس ورث

ترجمه: جمشید هدایت‌نسب

مسیر جدید یک قله - اولین صعود با اسکی (معمولاً در برگشت) - اولین صعود مسیر میخ‌کوبی شده بدون کمک - اولین صعود بین‌المللی و اولین صعود بدون راهنما از جمله صعودهای مهم می‌باشند.

ادوارد فیتز جرالده (۱۹۳۲ - ۱۸۷۱) Fitzgerald, Edward A. (1871-1932)

شاید یکی از بزرگترین کوهنوردان غیرحرفه‌ای جهان باشد. این مرد ارزشمند به همراهی تیم کانوی اکثر مناطق آلپ را بیمود، او همچنین در سال ۱۸۹۴ در بازدید از نیوزیلند قله مون کوک را فتح کرد که در آن زمان هنوز صعود نشده بود او برای این صعود از جانب کوهنوردان نیوزیلندی مورد نکوهش قرار گرفت معه‌ذا به همراه راهنمایش زوربرینگن چند صعود دیگر

را نیز در این منطقه به ثبت رساند. در سال ۱۸۹۷ تیم بزرگ و باتجربه‌ای را راهی آند کرد و تلاشی را روی قله آکونگاگوا صورت دادند. او در ۴۵۷ متری قله متوقف شد اما راهنمایش زوربرینگن به مسیر ادامه داد و اولین صعود آن را به ثبت رساند. پس از آن تیم چند قله‌ی دیگر را نیز صعود کرد.

از کتابهای او می‌توان از کوهنوردی در نیوزیلند و آلپ و مرتفع‌ترین قله آلپ را نام برد.

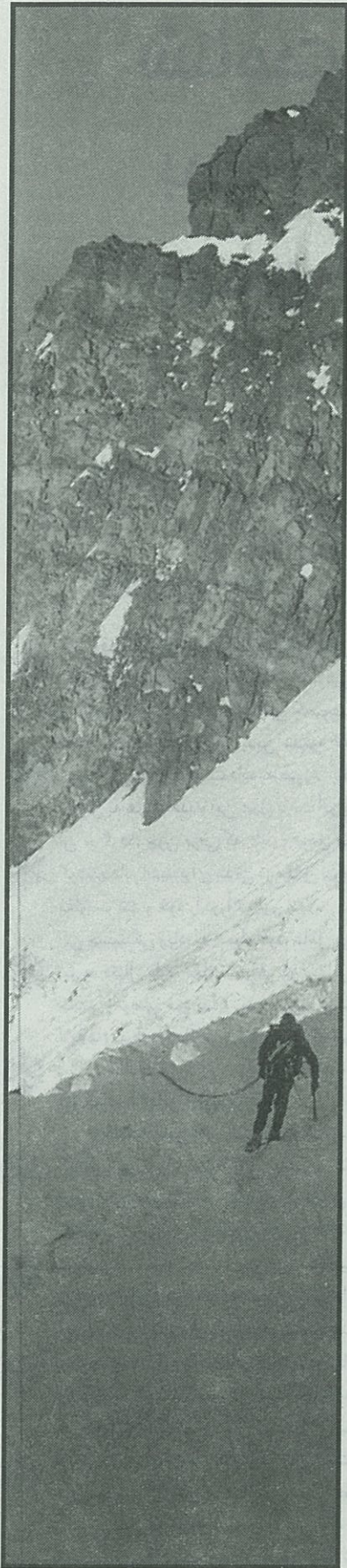
طنابهای ثابت Fixed Ropes

بر دو نوع هستند:

(۱) طنابهای همیشگی که در مسیرهای مردمی برای ساده کردن کار مورد استفاده قرار می‌گیرد که شاید برای مثال بتوان قلل آلپ را نام برد. (۱)

۱- در ایران کابل‌های مسیر

پناهگاه شیرپالا. مترجم



یخچال Glacier

یخ دائمی که معمولاً در قله مرتفع و یا جبهه‌های شمالی برخی مناطق وجود دارد. یخچالها ده درصد مساحت سطح زمین را فرا گرفته‌اند که ۹۶٪ آن در گرین‌لند واقع شده است. مقدار یخچالها به قدری است که اگر در اثر حرارت آب شوند دریایی به عمق ۶۵ متر تشکیل خواهد شد که برای غرق کردن کلیه شهرهای ساحلی جهان کافی خواهد بود.

یخچالها به طور عمده به سه نوع تقسیم شده‌اند:

۱- **حوزه‌ی یخچالی:** به یخچالهایی که دارای حجم زیادی هستند اطلاق می‌شود مثلاً در قطب، حوزه‌ی یخی آن (۶۹) ۵/۰۰۰/۰۰۰ حجم دارد که حدود ۶۹ مایل طول و ۹۱۴ متر عرض آن است. گرین‌لند در حدود (۶۹) ۶۵۰/۰۰۰ حجم آن است که یخچالی است که حدوداً ۳۳۵۰ متر عرض دارد. یخچالهای بزرگ دیگری از این قبیل در نروژ، ایسلند و اسپیتوبرگن وجود دارند.

۲- **یخچالهای داخل دره‌ها:** نمونه‌ای که بهتر از همه کوهنوردان با آن آشنا هستند که به صورت رودخانه‌ای از یخ بین دو تیغه‌ی کوه قرار گرفته‌اند و در هیمالیا، آند و آلپ فراوان یافت می‌شوند. یخچالهای بزرگی که تا این لحظه برای ما شناخته شده‌اند اکثراً حدود ۳۰۵ تا ۹۱۴ متر عرض دارند که بزرگترین آن یخچال «بردمور» است که در قطب واقع شده است، نزدیک به ۱۲۰ مایل طول و حدود ۷۵ مایل پهنا دارد. یخچال هومبارد در آلاسکا ۷۵ مایل و هیسبار-بیافو در کاراکوروم ۷۶ مایل طول دارند. پس از قطب، بزرگترین یخچالهای جهان در کاراکوروم جای گرفته‌اند مثلاً طول یخچال با چورا ۳۶ مایل، بالتورو ۳۶ مایل و سیاچن حدود ۴۵ مایل است. بزرگترین یخچال آلپ نیز «آلسچ بزرگ» است که نزدیک به ۱۴ مایل طول آن است.

ادامه دارد...

۲) طنابهای ثابتی که توسط کوهنوردان طی چند هفته در جریان سفر تیم نصب می‌گردد تا با استفاده از آن حرکت خود را در حمل و نقل وسایل و صعود و فرود از کوه تسریع کنند.

اولین بار از این طنابها در شرق آلپ در یال هرنلی، ماترهورن و «آی دوگنت» در روی یال مون‌بلان استفاده شد و در غرب این ناحیه به آن صورت کاربردی پیدا نکرد.

در هیمالیا طنابهای ثابت بین کمپهای مختلف واقع شده است جایی که باربران و کوهنوردان بتوانند راحت‌تر وسایل را حمل کنند. در سیستم مدرن هیمالیانوردی بر روی جبهه‌ها، از یومار روی طناب در جهت حمل و نقل وسایل استفاده می‌کنند، از این سیستم در مسیرهای دشوار زمستانی در آلپ نیز همچون مسیر مستقیم آیگر و مسیر هارلین استفاده شده است.



گتر Gaiters

در صعودهای زمستانی یا آبی از گترهای نایلونی ضدآب برای جلوگیری از ورود برف به داخل کفش استفاده می‌شود. نه تنها باعث گرم شدن قسمت‌های پایینی پا می‌گردد بلکه از ورود سنگریزه به داخل پا نیز جلوگیری می‌نماید. گترها در جلوی روی کفش، قلاب می‌گردند و پس از گرداندن دور پا در پشت، زیپ آن را به بالا می‌کشند. از یک تسمه یا سیم برای انداختن به زیر پا و ممانعت از بیرون کشیده شدن گتر استفاده می‌شود.

برج سنگی Gendarme (Fr) Pinnacle (E)

صخره‌هایی را که روی یالهای آلمپی به صورت آزاد و آویزان واقع شده‌اند برج سنگی گویند که ممکن است کوچک و یا بسیار بزرگ باشند و عبور از آنها بستگی به مسیر دارد که در صورت امکان آنرا تراورس می‌کنند و یا از فراز آن عبور می‌کنند.

ورقه سنگ Folke

یک لایه یا برگه از صخره را گویند که به شکاف چسبیده است که نمونه‌ی بزرگتر آن را در منطقه‌ی Scafell داریم. بعضی از آنها به عنوان گیره مورد استفاده قرار می‌گیرند، لیکن غالباً ترد و شکننده هستند.

صعود آزاد Free Climbing

نقطه‌ی مقابل صعود مصنوعی است. در انگلستان صعودی آزاد تلقی می‌شود که در حین صعود از کمکهای مصنوعی اثری نباشد، یعنی به دلیل حرکت خوب و راحت، بر روی سنگهای عالی و گیره‌دار که شیب معمولی دارند دیگر به رکاب و وسایل دیگر صعود مصنوعی نیازی نیست.

سرمازدگی Frostbite

در اثر سرمازدگی بسیار شدید ایجاد می‌گردد. شروع آن احتمالاً در اثر باد سرد و رخته در پا است که بعداً به دیگر قسمت‌های بدن سرایت می‌کند و نقاط حساسی همچون انگشتان، شست پا، گوشها، بینی و لبها را بی‌حس می‌کند و حتی موجب تغییر رنگ آنها

شناخت برف و بهمن



ترجمه‌ی حسن سوداگر

نمی‌گردد.

کشیدن (عمل کشش) لایه می‌گردد و برف تحت تأثیر نیروی کشش، متحمل شکستگی می‌گردد. میزان شکستگی بستگی به نوع برف تشکیل دهنده‌ی لایه و مختصات نیروی جاذبه‌ی وارده داشته و هر چند که کشش کم باشد با وجود این لایه‌ی برفی در این شرایط مانند یک کش پلاستیکی کشیده می‌شود و تحت تأثیر نیروی کشش قرار می‌گیرد. وقتی که لایه می‌شکند در نتیجه کشش قطع می‌گردد و قطع کشش، خود باعث شکستگی در یک سطح وسیع گردیده و حجم بزرگی از برف را به حرکت درمی‌آورد. احتمالاً لایه‌ی برفی به خاطر تمایل به خزیدن دارای طبیعتی این چنین خطرناک و غیرقابل پیش‌بینی گردیده که می‌تواند در آنی دامنه‌ی برفی را تبدیل به یک بهمن نماید. وقتی که یک قسمت کوچک از شیب مورد تحریک شیء خارجی قرار گیرد، لغزش ناگهانی که باعث ایجاد کشش می‌گردد ممکن است از طریق دیگر (علاوه بر لایه‌ای که در قسمت بالا به زمین لنگر دارد) نیز ایجاد گردد. یک منبع عمومی جهت ایجاد لغزش ناگهانی شیب‌های محدب هستند چون برف بر روی قسمت‌های پایین‌تر و در نتیجه شیب‌دارتر دارای سرعت لغزشی تندتر از سرعت لغزش قسمت‌های بالا دارد. برعکس اختلاف سرعت لغزش در شیب‌های مقعر باعث ایجاد نیروی فشار بر روی برف گردیده و در نتیجه کمتر ممکن است تشکیل یک لایه‌ی بی‌ثبات دهد. برفی که در یک شیب جمع می‌شود در صورتی که در قسمت‌های پایین‌تر شیب ضخیم‌تر از قسمت‌های بالا باشد باعث ایجاد لغزش می‌گردد. چون برف عمیق‌تر بر روی سطح، سریع‌تر از لایه‌های نازک لغزش می‌نماید. لایه‌های درونی نقاب برفی (شامل انواع گوناگون برف در درجه‌های مختلف) نیز با سرعت‌های مختلفی لغزش می‌نمایند. وقتی که درجه‌ی حرارت برف نزدیک به درجه‌ی حرارت انجماد باشد، لغزش سریع بوده و ممکن است کشش‌های خطرناکی در لایه‌های برف به وجود آورد. در هر حال، در این درجه حرارت‌ها برف قادر به رهایی خود از لغزش بوده و این عمل از طریق

بهمن‌های برف پوسته‌ای ممکن است از این نوع برف نیز تشکیل گردند.

عمل «باد» یک عامل عمده در تشکیل بهمن‌های برف پوسته‌ای می‌باشد ولی وجود آن یک شرط لازم نیست. در شرایط به خصوصی، بی‌ثباتی خطرناک در یک لایه برفی ممکن است صرفاً از طریق فعل و انفعالات ناشی از فشار و درجه حرارت به وجود آید.

بدون توجه به چگونگی تشکیل یک لایه برفی، خطر آن وقتی برای یک کوهنورد افزایش می‌یابد که لایه، زیر بارش جدیدی از برف مخفی شده باشد. مجدداً تأکید می‌گردد که هیچ راه مطمئنی برای تشخیص یک لایه‌ی برفی بی‌ثبات از یک لایه‌ی برفی دارای ثبات به صرف شکل ظاهری آن، وجود ندارد.

جدا شدن یک لایه‌ی برفی از دامنه‌ی کوه و سقوط آن به صورت بهمن بستگی به میزان چسبندگی به لایه‌ی زیرین، میزان پستی‌بندی که از قسمت زیر دریافت می‌کند، قوه‌ای که آن را به برف با ثبات متصل می‌نماید و یا آن را به اشیاء ثابتی که در بالا و پهلوهای آن می‌باشد وصل می‌نماید نیز دارد. نیروی جاذبه که بر روی وزن لایه‌ی برفی تأثیر می‌گذارد به موازات شیبی که لایه‌ی برف بر روی آن قرار گرفته عمل می‌کند. این نیرو دارای تأثیر جداکنندگی در قسمت پایین شیب بوده و اگر اتصال لایه‌ی برفی به لایه‌های زیرین از نوع محکمی نباشد قوه‌ی جاذبه بر آن غلبه نموده و لایه‌ی برفی آماده سقوط می‌گردد. اینک سقوط و یا عدم سقوط آن لایه بستگی به عوامل متغیری که در ارتباط با وابستگی لایه به دامنه‌ی کوه و پستی‌بندی از آن عمل می‌کنند دارد.

لایه‌های برفی و برف‌های مستحکم میل به خزیدن به پایین را بر روی هر نوع شیب دارا می‌باشند. سرعت خزیدن لایه برفی بستگی به نوع برف، درجه حرارت و زاویه‌ی شیب آن دارد. وقتی که لایه در قسمت بالا لنگر داشته و در قسمت‌های پایین آن لغزشی پدید می‌آید، حرکت ناگهانی باعث

قسمت دوم

بهمن برف پوسته‌ای

وقتی که اجزای انفرادی برف به اندازه‌ی کافی چسبندگی داشته و یک محموله را تشکیل می‌دهد پیشرفت عامل بی‌ثباتی براساس خصوصیت کاملاً متمایزی صورت می‌گیرد. بدین مفهوم که برف که حالت نرم خود را از دست داده به صورت یک توده‌ی متصل به هم درآمده و این عمل باعث افزایش ثبات آن می‌گردد. چون برفی که دارای قوه‌ی مکانیکی گردیده قادر است برای مدتی در مقابل نیروی جاذبه مقاومت کند و خود را فوراً تسلیم ننماید. در هر حال این چسبندگی زیاد، به همراه خود، عامل بی‌ثباتی را نیز به دنبال دارد. مقاومت برف در مقابل نیروی جاذبه به نوبه‌ی خود تمایل به لغزش را در سطحی از لایه‌های برفی ایجاد می‌نماید و وقتی که این لایه‌ها می‌شکند عمل فرو ریختن آنها به صورت فوق‌العاده ناگهانی اتفاق می‌افتد.

برخلاف بهمن‌های برف نرم که معمولاً از نقطه‌ای شروع و با سقوط برف بیشتر و بیشتری به خود می‌گیرد، بهمن برف پوسته‌ای از طریق، لغزیدن منطقه‌ی وسیعی از لایه‌های برفی از نقطه‌ی شروع بهمن (ناحیه شکست بهمن) تشخیص داده می‌شود. انوعی از برف که ممکن است دارای این خصوصیات باشند وقتی که به حرکت درآیند، از برف نرم و خشک گرفته تا برف‌های بوران و برف‌های آبکی بهار آنقدر متنوعند که ممکن است آنها را به صورت کلی «پوسته» نامیده تا بتوان به بحث بی‌ثباتی آنها پرداخت. پوسته برف حالت مکانیکی است که با هیچ شباهت فیزیکی مرتبط نمی‌باشد. سطح گچی رنگ بعضی از انواع برف و بوران که معمولاً «پوسته‌ی برف» خوانده می‌شود یک شاخص سرشناسی از لایه‌ی بی‌ثبات برف محسوب

خاصیت «انعطاف پذیری بی شکل شدن» صورت می‌گیرد. نتیجه وجود شرایط بی ثباتی در خلال دوران مدید در درجه حرارت صفر درجه و زیر آن می‌باشد. در خیلی از حالات یک لایه ی برفی دچار شرایط بی ثباتی گردیده سپس تدریجاً به ثبات خود برگشته و این عمل از طریق «شعب لایه» و فعل و انفعالات ناشی از فشار و درجه حرارت می‌باشد. در صورتی که یک محرک خارجی در لحظات بحرانی باعث شروع بهمن نگردد، بهمن‌ها همین طوری اتفاق نمی‌افتند.

هرچند که درجه ی بی ثباتی ممکن است خیلی بالا باشد ولی همان طوری که اشاره شد تحریک یک عامل خارجی باعث به حرکت درآوردن بهمن می‌گردد. و اما در بهمن برف پوسته‌ای این تحریک ممکن است از طریق یکی از عوامل متعدد که برخی از آنها پیچیده می‌باشد بروز نماید. ساده ترین این عوامل تحریک کننده، شکستن مکانیکی یک لایه برفی از طریق افتادن یک تکه صخره، قله سنگ و یا وزن یک اسکی باز می‌باشد.

وزن یک بارش جدید برف نیز ممکن است دارای همین تاثیر باشد. لغزش مقادیری از برف جدید بر روی سطح لایه ی برفی نیز ممکن است نیروی خنثی کافی جهت به حرکت درآوردن بهمن به وجود آورد. فعل و انفعالات گرما و فشار و نفوذ آب برف باعث تضعیف لایه و اتصال آن به لایه های زیر می‌گردد.

تأثیرات ناگهانی در درجه ی حرارت ممکن است باعث رهاندن بهمن برف پوسته‌ای از طریق ایجاد تغییر در جریان لغزش آن (که اینک نیروی بیشتر از نیروی ذخیره ی مکانیکی خود به دست آورده) گردد. تکیه گاه یک لایه ممکن است از طریق قطع لایه های زیرین آن توسط بهمنی که در آن نزدیکی ها اتفاق افتاده قطع گردد. امواج صوتی با ارتعاش کافی، از قبیل موج انفجار نیز ممکن است باعث خلاص نمودن یک لایه گردد. ضمناً از نظر اصول تئوریک، وجود عوامل محرک ضعیف تر، از جمله انعکاس صدای یک انسان نیز ممکن است همین تاثیر را داشته باشد. البته وجود بی ثباتی تا این درجه در یک لایه عملاً کمیاب و یا نایاب می‌باشد.

سه نوع گوناگون از بهمن برف پوسته‌ای ممکن است در شرایط برف خشک پیدا شود که کوهنوردان در مقابل آنها می‌باید از خود محافظت نمایند. این سه نوع عبارتند از بهمن برف پوسته‌ای نرم، بهمن تخت پوسته‌ای (یا محکم) و یا بهمن برف پوسته‌ای خیس.

پوسته‌ای نرم و سخت معمولاً در شرایط برف خشک دیده می‌شوند. تقسیم بندی اینها تقریباً کمابیش اختیاری است.

یک شاخص بسیار عملی و راحت برای تعیین نوع پوسته، مقاومت برف در مقابل اسکی (یا وزن نفر) می‌باشد. یک مرد با کفش اسکی به راحتی در پوسته نرم فرو می‌رود اما او بر روی سطح یک لایه برف سخت به راحتی می‌ایستاد.

پوسته های نرم غالباً در توفان های برف مشاهده می‌گردد و آن وقتی است که برف تازه هنوز محکم نشده است. بعضی اوقات برف آنقدر سبک و پَرمانند است که امکان بروز یک بهمن از نوع برف نرم را تقویت می‌نماید. اما شکستگی مخصوص یک بهمن برف پوسته‌ای ممکن است در موقعی که پاهای اسکی نورد تا زانو در برف فرو رفته نیز مشاهده گردد. در این حالت برف شکل یک بهمن از نوع نرم را به خود گرفته و در هنگامی که بهمن متوقف می‌گردد در مخروط آن قطعه‌ها و تکه های برف بزرگ دیده نمی‌شود. بهمن های برف پوسته‌ای نرم از ترکیبی از باد و بارش های سنگین برف ایجاد می‌گردند و معمولاً بلافاصله بعد از توفان به حرکت در می‌آیند. بعضی اوقات آنها بدون توجه به عامل باد ایجاد می‌گردند و ممکن است در جهت وزش باد و یا در بناهها به وجود آیند.

این بهمن ها غالباً در کوههای ساحلی ایالات متحده که دارای آب و هوای دریایی و نیز بارش های عمیق مکرر می‌باشد دیده می‌شوند.

بهمن های تخت پوسته‌ای

شرایط بی ثباتی در بهمن های برف پوسته‌ای نرم به آن اندازه که در بهمن های تخت پوسته‌ای (سخت) دوام می‌آورد باقی نمی‌ماند. چون محدوده ی تغییراتی که برف ممکن است از طریق عامل «نشست» و فعل و انفعالات ناشی از فشار درجه حرارت متحمل گردد، در نوع سخت بیشتر است.

بهمن های تخت پوسته‌ای، خطرناک ترین و غیرقابل پیش بینی ترین شرایط بی ثباتی را در برف دارا می‌باشد. این طبیعت غیرقابل پیش بینی بودن از آنجا سرچشمه می‌گیرد که این نوع بهمن ها ممکن است برای مدت مدیدی در همین وضعیت بی ثباتی باقی مانده و قدرت مکانیکی بالای آن به برف اجازه می‌دهد تا محرک های خارجی ضعیف را تحمل نماید.

وزن یک کفش اسکی و یا یک چکمه در بهمن های برف پوسته‌ای نرم ممکن است باعث شکستن لایه و در نتیجه به حرکت درآوردن بهمن گردد در صورتی که در بهمن های تخت پوسته‌ای، عبور چند نفر نیز تحمل گردیده و ظاهراً محکم و مطمئن به نظر می‌رسد و سپس یک مرتبه شکسته و آن وقت با کوچکترین ضربه‌ای سقوط می‌نماید. یک نمونه از این نوع بهمن که در سویس ضبط

گردیده حاکی است که بهمن، ۳۱ نفر از یک دسته ۳۴ نفری از «عناصر نگهبانی و گشت» را هنگام عبور آنان تحمل و در حالی که ۳ نفر آخر در حال گذشتن از روی آن بودند فعال گردیده و آنها را کشت. یک حادثه‌ی کشنده دیگر در کانادا اتفاق افتاد و آن این که عده‌ای از مردم تمام روز بر روی یک بهمن اسکی بازی نموده و بعد از رفتن آنها بهمن سقوط کرده بود. این بهمن ها نتیجه ی بادهای شدید و درجه ی حرارت های پایین می‌باشد و غالباً در کوهستان های مرتفع و نواحی بی درخت دیده شده‌اند. باد در این کوهها به صورت لاینقطع وزیده و درجه ی حرارت های بالا باعث ذوب برف و در نتیجه مقادیر زیادی آب در فصل زمستان می‌گردد. بادهای شدید برای ایجاد این نوع بهمن ها در نواحی بادگیر (پناهها) کافی بوده و معمولاً شرایط خطرناک بدون بارش برف جدید ایجاد می‌گردد. وقوع این نوع بهمن ها بیشتر در کوهستان های راکی ایالات متحده مشاهده می‌گردد. بادهای شدید زمستانی و درجه حرارت زیر صفر در آنجا وجود دارد.

در حاشیه های ساحلی، ایجاد بهمن تخت پوسته‌ای ناشی از عمل «باد» در ارتفاعات بالاتر می‌باشد. برف های تشکیل دهنده این بهمن ها معمولاً دارای چسبندگی و اتصال کافی بین تکه های بهمن بوده و در هنگام سقوط تکه های بزرگ بهمن حفظ می‌گردد. وجود این تکه ها در مخروط بهمن از علایم وجودی بهمن برف پوسته‌ای به طور اعم و بهمن تخت پوسته‌ای به طور اخص می‌باشد. ضمناً تأکید می‌گردد که مرز جداسازی بین بهمن های نرم و سخت آن چنان روشن نیست و کوهنورد باید به خاطر بسپارد که بهمن های برف پوسته‌ای ممکن است در برف سبک تازه و در برف بادآورده ی سخت و بقیه ی درجات بین این دو تفاوت در نظر بگیرد.



ادامه دارد...

توقف در بوفیل

کریس تامپسون
ترجمه مهدی رستگاری

طبق معمول ماجرا از یک رستوران شروع شد.

من گفتم، بدون آمادگی برای برنامه‌های چند روزه چطور می‌شود در این مسیرها پا گذاشت؟ ویل نوشابه‌ای را سر کشید و گفت: «فکرش را نکن. این مسیرها خیلی هم ساده است.» دیگر داشتند در رستوران را می‌بستند. کوین گفت: «فکر کنم باید تمرین داشته باشیم. به نظرم بهتر است برای تمرین به آلپ برویم.» می‌توانیم همین جا تمرین کنیم این را ویل با یک جور نیشخند گفت؛ نیشخندی که بعدها فهمیدم باید با آن محتاطانه مواجه شویم.

یک هفته بعد، در یک بعدازظهر سوزناک نوامبر، ما روی زبان‌های سنگی که به لانگل دیل وصل می‌شد، راهپیمایی می‌کردیم. حوالی دریاچه بودیم. زمین آن ناحیه شکلی مدور داشت.

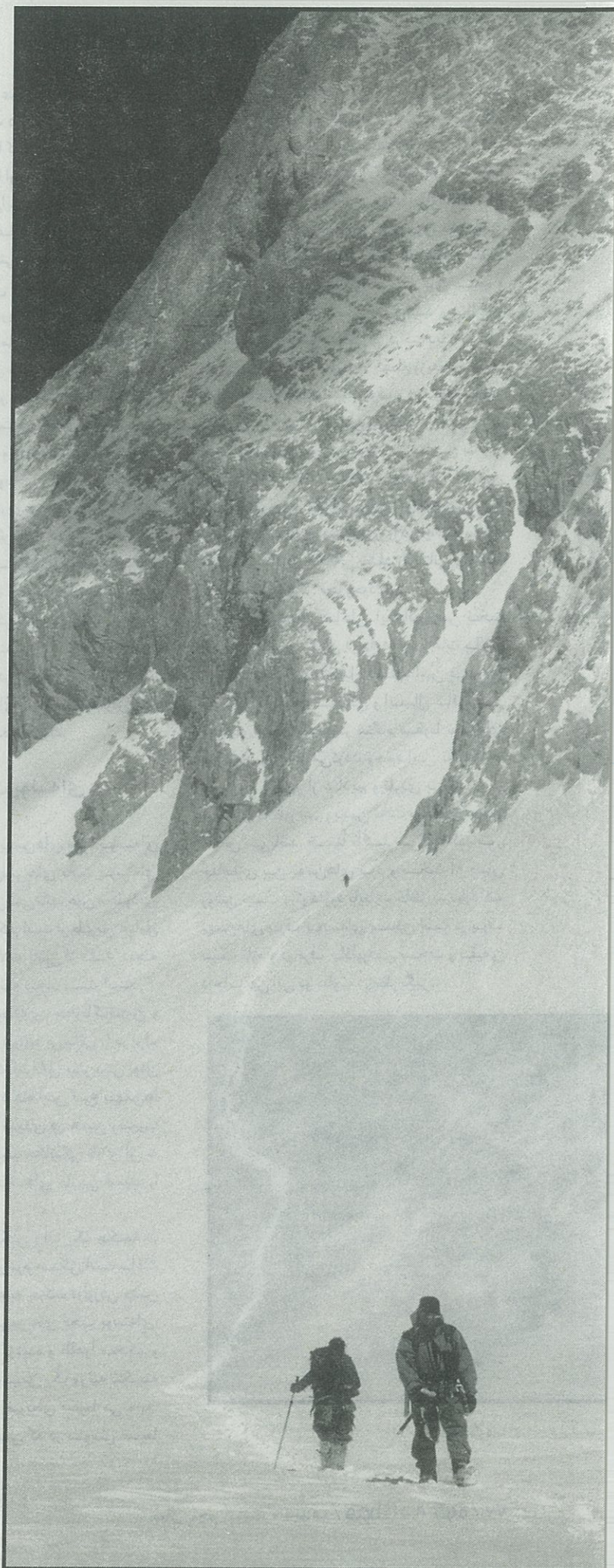
شرایط برای صعود و توقف شبانه مناسب به نظر نمی‌رسید. به هر حال ویل فکر همه چیز را کرده بود.

«اوناهاش» ویل ایستاده بود تا نفس بگیرد. حالا بهتر می‌شود آن را دید؛ آن صخره بزرگ را می‌گوییم و به دیواره‌ای در دور دست اشاره کرد. من که با زحمت خودم را بالای بلندی رسانده بودم، همان‌طور که نفس نفس می‌زدم به دیواره دور دست بوفیل چشم دوختم. کوین هم با آن کوله بزرگ و سنگینش پشت ما بالا می‌آمد. ویل با لحن مضحک نظامی او را صدا زد: «سرکار، چطور می‌خواهید با این کوله بزرگ بالا بیایید؟» او از مسخره کردن کوین به نظامی‌گری لذت می‌برد. کوین از سر بی‌حوصلگی نگاه سردی به او انداخت و راهش را از سرگرفت. من گفتم: ویل، یکبار دیگر بگو شب را کجا می‌مانیم؟

- روی طاقچه‌ای که وسط دیواره است. فکر می‌کنم روی بلندی سوم یا چهارم باشد. شب را آنجا می‌خوابیم و صبح برنامه را تمام می‌کنیم. قاعدتاً همه چیز خوب پیش خواهد رفت و مرگ و میر هم نخواهیم داشت.

نمی‌دانستم چه احساسی نسبت به برنامه ویل دارم. احتمال نمی‌دادم که به مشکل جدی برخورد کنیم. درجه سختی صعود VD:ff بود و ما کلی وسایل فنی با خود داشتیم؛ در واقع خیلی بیشتر از آنچه لازم بود. با این همه، من از همان اول راه نگران بودم. از ساعت ۴ بعدازظهر می‌بایست ۱۸۰ متر صعود می‌کردیم؛ و این در حالی بود که هوا در عرض یک ساعت تاریک می‌شد. من پوتینهای کوهپیمایی را داخل کوله گذاشتم؛ وسایل فنی را به خود آویزان کردم و مرحله اول را شروع کردم. می‌بایست از مسیر مستقیمی بالا می‌رفتیم که درجه سختی آن حدود Diff بود. سنگ زیر دستهایم سرد و زبر بود. وقتی توانستم به کار صعود تسلط یابم متوجه شدم که صعود، حتی با این کوله سنگین، برایم آسان است. من دو طناب نه میلمتری را پیش می‌بردم. ویل با طناب اول بالا می‌آمد و کوین با طناب دوم.

ویل با مسخرگی گفت: «چه کوله غول پیکری بسته‌اید، سرکار! می‌توانید، این کوله خودتان را روی سنگ بند کنید؟ یک کاری می‌کنم. کوین مصمم بود که صعود کند. در صعود مرحله دوم، ویل روی یک شکاف ۷ متری پیشروی کرد. کوین داشت پشت سر او بالا می‌رفت و من داخل کوله‌ام دنبال چراغ کلاهم می‌گشتم. هوا داشت بدجوری تاریک می‌شد. من نشسته بودم و همان‌طور که منتظر رسیدن کوین به ویل بودم، نگاهم را به ابرهای غلیظی دوختم که از رها شدن نفسم در هوا تشکیل



می شد. بالاخره وقتی روی طناب دوم خودم را به آنها رساندم، دستهایم از سرما بی حس شده بود.

اینجا یخبندان است!

دستهایم را زیر بغلم گرفتم و معترضانه گفتم: «اینجا یخبندان است!» وقتی خون در رگهایم جریان پیدا کرد، اسک توی جسمهایم حلقه زد. از شدت درد دندان قروچه می کردم، مثل این بود که آب جوش توی رگهایم ریخته باشند. همان طور که در تاریکی این طرف و آن طرف را ورنانداز می کردم، گفتم: «حالا کجا برویم؟» ویل گفت: «باید بالای این صخره برویم. مشکلی نخواهیم داشت.» و به طرف جایی نامعلوم در کوه اشاره کرد. گویا از اینکه صخره اصلاً دیده نمی شد، نگران نبود. من حرکت به بالای صخره را آغاز کردم. صخره با شیب ۷۰ درجه از کوه قرار گرفته بود و گیردها و شیارهای معمولی داشت. من مطمئن و آهسته صعود می کردم. اول در نور زرد چراغ کلاهم گیره دست پیدا می کردم و بعد در فضای تاریک زیر پایم دنبال جای پا می گشتم. وقتی زیر پایم را نگاه کردم، دیدم کوبین و ویل، ۳۰ پا پایین تر، به اشکال ریزی میل شده اند.

کمی بعد متوجه دانه های سفیدی شدم که در نور چراغ کلاهم پایین می آمد. با تعجب پرسیدم «این برف است؟» صدای مطمئن ویل گفت: کم است، برف مختصری است. برو بالا! با خودم گفتم «پاک خل شده ای. چه غلطی می کنی؟» شب یکشنبه در این تاریکی در این برف و یخبندان، وسط یکی از دیواره های لیک لند بین زمین و هوا مانده ای چرا ما نباید الان در یک رستوران باشیم؟

برف یکی از گیره ها را نکاندم. آن را محکم گرفتم و یک قدم بالا رفتم. می خواستم بروم سراغ گیره بعدی که پای راستم روی برف لیز خورد و میان زمین و آسمان آویزان شدم. یک لحظه فکر کردم دل و روده ام از دهانم بیرون آمده است. دندان قروچه ای کردم و سعی کردم کوله و خودم را نزدیک صخره نگه دارم. قلبم داشت از سینه بیرون می زد. خون با فشار وارد سرم می شد. با اینکه یخبندان بود، حس کردم کف دستم عرق کرده است. با هر زحمتی بود تعادلم را به دست آوردم روی جای پای ناملموسی ایستادم. احساس امنیت از من سلب شده بود.

رویم را پایین کردم و داد کشیدم: این برنامه، حماقت محض بود. صدایم آکنده از خشم و ترس بود. با لحن نیشداری گفتم: این راه لعنتی کجا می رود؟ من که اینجا چیزی نمی بینم! صدای آرام ویل جواب داد: کمی که بروی به یک شیار بزرگ می رسی که به طاقچه منتهی می شود. نباید زیاد دور باشد. از شیطنت صدایش کاسته شده بود. من با احتیاط هر چه تمام صعود را از سر گرفتم. هر بار مجبور بودم برف گیره ها را پاک کنم. برای هر حرکت با مجبور بودم در نور زرد و کم سوی چراغ پی جای پا بگردم. با هر قدم، می ترسیدم کفشم لیز بخورد.

وقتی روی طاقچه رسیدم، از شدت ترس و سرما لرز به تنم افتاده بود. حدود ۲۵ سانتیمتر برف روی طاقچه نشست بود و من باید خیلی احتیاط می کردم تا با این پوتینه های «سنگ چسبم» لیز نخورم و سقوط نکنم. وقتی توانستم محل مناسبی برای حمایت پیدا کنم، داد زدم «خطری نیست!»

راستش در آن شرایط خودم هم نمی توانستم این جمله را به این زودیها باور کنم. روی طاقچه برف پوشیده ای که ۶ متر ارتفاع داشت، احساس امنیت نمی کردم. من داشتم از سرما به خود می لرزیدم که ویل روی طاقچه رسید، اول گفت «آها!» همه چیز روبراست، نه؟» و بنا کرد به این ور و آنور رفتن روی طاقچه. من عصبانی شدم و داد زدم: «ویل! قبل از اینکه دسته گل به آب بدهی، بگذار با طناب به یک جایی ببندمت!» وقتی کوبین روی طاقچه رسید، خیلی ناراحت به نظر می رسید. در واقع حالت او کاملاً متضاد با خوشبینی و خوشمزگیهای بی حد و حصر ویل بود. او گفت: «بدجوری برف می آید. با این اوضاع فکر می کنم، باید سقوط آزاد کنیم.» ویل



در جوابش گفت: «فکر می کنم این برف به زودی بند بیاید. همه چیز روبراه می شود.» یک خط ایمنی در طول قسمت انتهایی طاقچه درست کردیم و وسایل فنی و خودمان را به آن متصل کردیم. در این مدت بارش برف همچنان ادامه داشت. بعد با احتیاط هر چه تمام کیسه های بیواک را که کیسه های خواب در آنها بود از کوله ها خارج کردیم. در آن فضای تاریک و محدود، با تقلای زیاد توانستیم داخل آن کیسه های پبیلای شکل شویم. من چراغ گازم را از کوله بیرون آوردم و آن را در کنار خودم روشن کردم.

پرسیدم: «کسی چیزی می خوره؟»

بعد از شام، داخل کیسه دراز کشیدم. راستی که گرم بود. اما باز ناراحت بودم. چون جلیقه مهار هنور تنم بود و علاوه بر آن با یک طناب کوتاه به عقب طاقچه متصل شده بودم. وضع جوروی بود که اگر احیاناً در خواب می غلطیدم، طناب، دورم می پیچید؛ و این خود هراسی ناشی از دراز کشیدن من در این جور کیسه ها را چند برابر می کرد.

کوبین به فضای تاریک پایین چشم دوخته بود. «من مطمئنم که چند نفر با چراغ آن پایین اند.» صدایش مضطرب بود. نشست تا از میان برف بهتر بتواند ببیند. شاید چراغهای ما را دیده اند و فکر کرده اند که ما گرفتار شده ایم.

با این فکر توی دلم خالی شد. من هم به آن تاریکی نفوذناپذیر خیره شدم. اما، در آن سیاهی و دود و دم خیلی کم می شد دید. به نظرم خیلی مسخره بود که گروه امدادگران در این بوران شبانه برای نجات سه نفر که می خواهند شب را در نیمه راه بوفیل بخوابند راه بیفتند و منطقه را بگردند. شاید بهتر بود قبل از اینکه راه بیفتیم کسی را از کاری که می خواستیم بکنیم، باخبر کنیم. دیگر برای این فکرها کمی دیر شده بود. به خودم تلقین کردم که راحتیم تا شاید بتوانم بخوابم.

کوبین با نگرانی گفت: «حالا صبح چطور پایین برویم؟» ویل به سردی گفت: «یعنی صبح بالا نمی رویم؟» من در حالی که سعی می کردم صدایم عادی باشد، گفتم: «صبح که شد، می رویم پایین» کوبین گفت: «از کجا؟ اگر نتوانستیم کارگاه درست و حسابی پیدا کنیم چی؟ اگر مجبور شویم توی برف فرود بیاییم چی؟»

زیب کیسه ام را کشیدم تا شاید بتوانم از کوبین و نگرانیهایش فاصله بگیرم. دلشوره های خودم برابرم کافی بود. یک کم از زیب را برای تهویه هوا باز گذاشتم و سعی کردم بخوابم. می خواستم فکرهای منفی را، هر چیز که واقعی به نظر می رسیدند، کنار بگذارم. چرا که در آن لحظه هیچ کاری از من ساخته نبود. می توانستم خودم را راضی کنم که می شود کارگاه فرود پیدا کرد. اما در آن تاریکی

لم یشکر الخالق لم یشکر المخلوق

بدینوسیله از هیئت کوهنوردی استان همدان، گروههای کوهنوردی و تمامی کوهنوردان عزیز که در مراسم یادبود همونرد عزیزمان سیدعلیرضا صائمین مسئول روابط عمومی گروه کوهنوردی امداد کوهستان در روز ۷۸/۱۱/۱۵ در مسجد میدان میشان و صعود به قله همیشه سرفراز الوند یاریمان نمودند کمال تشکر و قدردانی را داریم.

گروه کوهنوردی امداد کوهستان
جمعیت هلال احمر استان همدان

پیشکسوت ارجمند جناب آقای مهندس ابوالقاسم نوروزی
مربی و پیشکسوت توانا جناب آقای صادق کرباسی
امدادگر پر تلاش آقای رحمان نظمی

درگذشت عزیزان از دست رفته را به شما و خانواده
محترمان تسلیت عرض نموده از خداوند متعال
درخواست مغفرت برای ایشان و صبر برای
بازماندگان آرزو مندیم.

فصلنامه کوه

جناب آقای رحمان نظمی

مصیبت وارده را به جنابعالی تسلیت عرض نموده و از درگاه ایزد منان
برای آن مرحومه طلب آمرزش و برای بازماندگان صبر و شکیبایی
مسئلت می نمایم.

فریدون غفاری

دوست ارجمند جناب آقای صادق کرباسی

غم فقدان از دست دادن همسر ارجمندتان را از صمیم قلب به شما
تسلیت عرض می نمایم، از حق تعالی آرزوی شکیبایی برای شما و
غفران برای آن مرحومه خواهانم.

فرخ رحمدل

نمی شد از احتمال نبودن کارگاه فارغ شد. سخت تر از همه این که باید همه شب را در انتظار می گذرانیدیم.

صدای هیجان زده کوبین بیدارم کرد که می گفت: «ویل سرجایش نیست.» من گوشه ای از زیپ کیسه را باز کردم و نگاهی به جای ویل انداختم که با چراغ کلاه کوبین روشن شده بود. بعد از کلی کلنجار و تقلا توانستم سرم از کیسه خارج کنم. با تعجب گفتم: «حتماً زیر برف مانده است. ویل، احمق، باشو! بهمن آمده رویت!» وقت کنار زدن برفها از شدت عصبانیت می خندیدم.

صدای خفه ای از داخل توده سبز بلند شد: «دست از سرم بردارید! می خواهم بخوابم.» کوبین گفت: «برف خیلی سنگین است اگر موقعی که خوابیم زیر برف بمانیم چی؟ حتماً خفه می شویم.» به ناچار همه شب را بیدار ماندیم. تا صبح چندین بار گروه نجات خیالی دیدیم؛ صدای سگ و سوت های خیالی شنیدیم و به آنها جواب دادیم.

فرود در بامدادی خاکستری

صبح روز بعد، سه نفر، خسته و کوفته، به استقبال بامدادی خاکستری و بی رمق رفتیم.

کوبین گفت: خیل خوب، یک برآمدگی کوچک در انتهای طاقچه هست که فکر کنم بشود آن را کارگاه کرد. بجنبید، باید یک کارگاه فرود درست کنیم. ویل وسائل فنی را داخل کوله گذاشت و کوبین دور برآمدگی را کارگاه فرود زد. برنامه او این بود که از داخل آبگذر پایین برویم، کمی به کناره دیواره متمایل شویم و بعد از آن تا پایین صخره فرود بیایم. بدین ترتیب می توانستیم یکباره فرود بیاییم، بدون اینکه مجبور باشیم در بین راه دنبال کارگاه دیگری بگردیم. من دو طناب را به هم گره زدم و آخر آنها را پایین انداختم.

کوبین پرسید: «طنابها به زمین رسید؟» همگی از لب طاقچه به فضای نیمه روشن پایین خیره شدیم.

گفتم: «همه جا سفید است نمی شود گفت که زمین کجاست.»

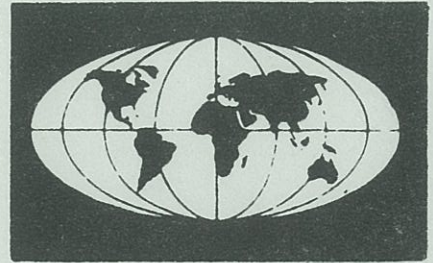
ویل پرسید: «آخر طنابها را به هم گره زدی؟» فکر نمی کردم لازم باشد. حالت تدافعی به خودم گرفته بودم. آخر نمی توانستم اعتراف کنم که یادم رفته است. کوبین با آشفتگی گفت: «همیشه باید آخر طنابها را به هم گره زد. حالا باید طنابها را جمع کنیم. و همه چیز را از اول شروع کنیم.»

از شدت خستگی و هیجان، سر همدیگر داد می کشیدیم. یک ربع بعدی هم، که صرف برنامه ریزی فرود شد. چندان تأثیری در شرایط ایجاد نکرد؛ هنوز همه چیز مثل یک فاجعه بود. طنابها را روبراه کردیم و رأی گرفتیم. نتیجه این شد که کوبین بیشتر پایین برود تا هم طنابها را امتحان کند و هم از اینکه ببیند طنابها در آخر به زمین رسیده است یا نه.

کوبین لگدی به کارگاه زد. طناب را از قسمت طناب پیچ کشید و طنابها را امتحان کرد. بعد هم لگد دیگری نثار کارگاه کرد تا از محکم بودن آن مطمئن شود. از اینکه فرود می آمد خوشحال بود و این به سرعت فرودش افزوده بود. به نرمی خود را روی هشت فرود می لغزاند و از دیواره های عمودی پایین می رفت.

بعد از چند دقیقه، در حالی که نیمی از صدایش را یاد برده بود، داد زد «خیلی خوب، من رسیدم پایین.» در عرض چند دقیقه همه ما صحیح و سالم در پای دیواره بودیم. هنوز در سمت شیبدار یک سراسیمگی تند بودیم و برای رسیدن به دره فرود سختی در پیش داشتیم. با این همه احساس امنیت می کردیم.

نمی توانستم باور کنم که خیالم اینقدر راحت شده است. فکر می کنم حالت من در آن لحظه درست عکس حالت شب پیش بود؛ شبی که فقط یک خط ایمنی ما را روی آن طاقچه نازک بند کرده بود. کوبین گفت: «وقتی برسیم پایین، می رویم رستوران و غذا و چای می خوریم.» Δ



گوخاکون

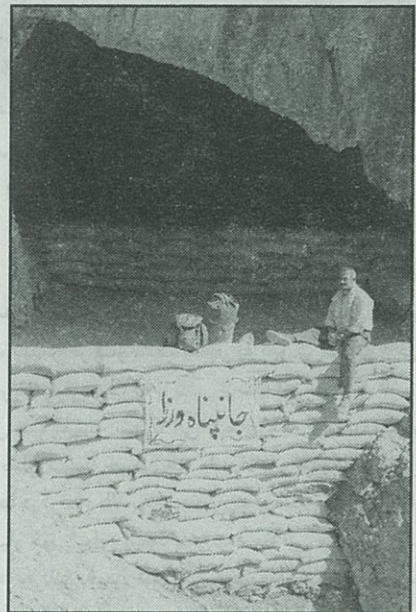
یک حرکت زیبا

بهرام ذوالفقاری

احمد طاهر جویان که یکی از کوهنوردان گمنام اما با سابقه زیاد در کوهنوردی است که با علاقه فراوان و با انگیزه ایجاد جانپناه ورزا تقریباً یکسال در تمام روزهای تعطیل با پتک و بیل و کلنگ مشغول به کار گردید و توانست حاصل زحماتش را به نتیجه برساند و جانپناه ورزا را از خود به یادگار بگذارد.

این غار در ابتدای تنگه ورزا و در فاصله تقریباً پنجاه متری از کف رودخانه بعد از روستای لالون واقع شده است. ایشان در ساختن دهانه و سطح غار به خاطر عدم امکانات به جای سیمان و سنگ از خاک و گونیهای پر از ماسه و شن استفاده نموده و داخل آن را به طرز بسیار زیبایی دو طبقه ساخته است که تقریباً سی نفر را در خود جای می دهد این جانپناه برای شبمانی و بیتوته کردن کوهنوردان مناسب می باشد.

گروههایی که برای صعود قله خلنو و سرکچال و یا خطالراس های منطقه آنجا را انتخاب می کنند می توانند از این مکان استفاده نمایند. Δ



تفکر عاقلانه

مهدی ممدوحی

ساعت ۷ صبح اواخر آبانماه در حالیکه هوای

خلخال کمی سرد بود و باد می وزید. همراه چند تن از دوستان به طرف کوه عجم ۳۳۰۳ متر حرکت کردیم. راه را به طرف عجم شروع کردیم. حد مرز خلخال گیلان بودیم که در ارتفاعات باد تند مهیبی ما را غافلگیر کرد. و شدت باد به حدی بود که هر کدام ما که حدوداً ۷۰ کیلو به بالا بودیم مثل توپ فوتبال دور خودمان می چرخاندم. در همین حال هر چهار نفر ما را به طرف دره رانده شدیم در همین حال به بچه ها گفتیم که دستهایمان را به هم دیگر گره کنیم و تصمیم گرفتیم آرام آرام به طرف راهی که آمده بودیم برگردیم. راهمان را ادامه داده به طرف پایین آمدیم. وجایتان خالی نهار را نیز در کنار چشمه میرعادل خلخال صرف کردیم. بیشتر سرتان را درد آوردم از شما عزیزانی که به کوه می روید. خواهش می کنم کمی غرور خودتان را در این جور موقعها زبر پایتان بگذارید. و صعود را به روز و زمان دیگری موکول کنید.

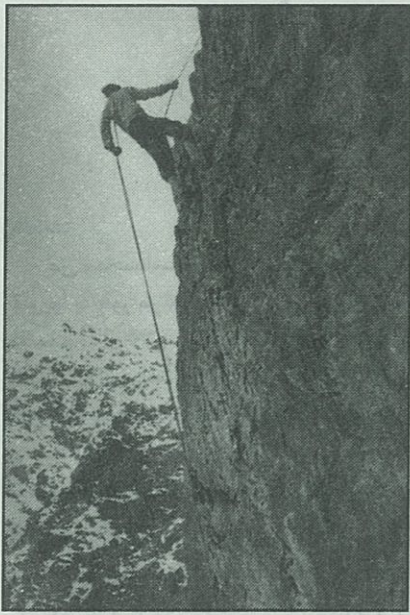
زیرا به غیر از خودمان خانواده و دوستان نیز چشم انتظار ما می باشند تا سالم به خانه برگردیم. این نیز جزیی از تجربه ای بود که هیچوقت از یادمان نمی رود. Δ

یخچالهای طبیعی تیان شاین آب شدند

ایرج طریقی جاوید

تحقیقاتی که یک گروه از دانشمندان بین المللی اخیراً در رشته کوههای تیان شاین انجام داده اند نشان می دهد که یک هزار و هفتصد یخچال بزرگ و کوچک طبیعی این رشته کوههای بلند آسیای مرکزی، تنها در محدوده قرقیزستان، در نتیجه ذوب شدن تدریجی ذخایر برف موجود در آنها از میان رفته اند.

دانشمندان براساس تحقیقات خود معتقدند که افزایش تدریجی گرمای زمین در سالهای اخیر، از عوامل اصلی ذوب شدن یخچالهای طبیعی تیان شاین بوده است. به موجب تحقیقات صورت گرفته که وزارت حوادث غیرمترقبه قرقیزستان، نسخه ای از آن را در اختیار خبرگزاری جمهوری اسلامی ایران در آسیای مرکزی قرار داده است، از دلایل اصلی ذوب شدن یخچالهای طبیعی تیان شاین، افزایش آب رودخانه سیردریا (سیحون) و در عین حال جاری شدن سیلابهای متعدد در منطقه بوده است که یک نمونه آن سیل اواخر بهار امسال در منطقه مرزی شاهمردان، مرز ازبکستان و قرقیزستان بود که به مرگ بیش از ۱۰۰ نفر انجامید. وزارت حوادث غیرمترقبه قرقیزستان، به توصیه گروه تحقیقاتی تصمیم گرفته است که تحولات یخچالهای طبیعی تیان شاین را با استفاده از ماهواره زیر نظر قرار دهد. رشته کوههای تیان شاین از چین آغاز می شود و از قزاقستان و قرقیزستان می گذرد و در تاجیکستان به فلات پامیر می پیوندد. Δ



بند یخچال

محلی که برای نخستین بار در ایران سنگنوردی با میخ و طناب در آن جا صورت گرفت

ابراهیم صدری

بند یخچال محوطه ی وسیعی است واقع در شرق دره ی آبشار پس قلعه با تعداد زیادی از سنگ های بزرگ و کوچک پراکنده که در نتیجه ی حرکت یخچال های میلیون ها سال قبل، از ارتفاعات بالاتر پرتاب شده و چند قطعه از آنها نیز به دره ی آبشار سقوط کرده است.

* اکنون بند یخچال محل مناسبی جهت کلاس های کوهنوردی و عملیات فنی و سنگنوردی می باشد. که به علت نزدیک بودن به تهران توجه بسیاری از کوهنوردان را به خود معطوف داشته است.

* جالب اینکه استفاده از میخ و طناب برای نخستین بار در سال ۱۳۲۷ به وسیله امیرحسین امیرفیض در همین بند یخچال صورت گرفت. در آن زمان میخ و طناب کوهنوردی در ایران وجود نداشت. * امیرفیض چاقوی آلمانی خود را که محکم و مقاوم بود در شکاف سنگی فرو کرد و طنابی را که از مؤسسه ی (ژرژیانوسکی) مورد استفاده ی آتش نشانها بود به کار بست و به طریقه ی (s) فرود آمد و سپس به نگارنده اشاره کرد تا من هم همین کار را انجام دهم که پس از او من هم فرود آمدم.

* در بند یخچال یک حفره، مانند طاقچه و دو غارچه وجود دارد که زمستان ها از قندیل های زیبایی از یخ را به تماشا می گذارد.

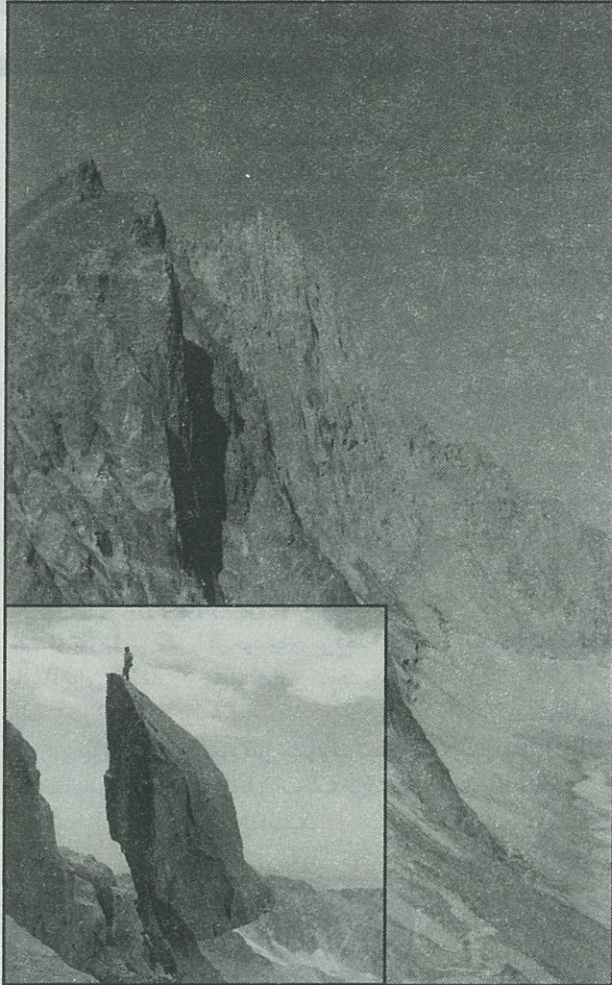
* یکی از سنگ های بند یخچال با پیچ و خم بزرگ و زیبایی که دارد، بدون میخ و طناب و به راه حتی می توان از آن صعود کرد. Δ

تکرار حادثه در علم کوه

9

درسهایی از یک حادثه

رحیم سلیمانی



دیواره علم کوه - عکس از عباس بهکار
سنگ سماور - عکس از رضا نظام دوست

گفت شب را بیتوته کنیم تا شاید فردا صبح در هوای بهتری کار را به اتمام برسانیم، من هم که محمد را خسته و همچنین خطر رعدوبرق را جدی دیدم، برای رفتن اصرار نکردم و شب را در کنار سنگ سماور به صورت نشسته داخل کیسه خواب با حمایت و در زیر بارش برف که تا پاسی از شب گذشته، ادامه داشت به صبح رساندیم در طول شب گذشته تنها ۲ الی ۳ ساعت به خواب رفتیم، پنجشنبه حدود ساعت ۹ صبح پس از خوردن چند دانه خرما و گردو کار را شروع نمودیم. هوا ابری ولی ابرها در ارتفاع بالا بودند. بارش تمام شده بود و مه نیز از بین رفته بود وضعیت بسیار خوبی برای صعود بود حدود ۳۰ الی ۴۰ سانتی متر برف باریده بود وزن کوله‌ها به دلیل خیس شدن کیسه خوابها از دیروز سنگین تر شده بود قبل از حرکت، محمد گفت: رحیم من دیشب خواب دیدم که گروههای نجات به کمک ما می‌آیند من در جواب به او گفتم انشالله اتفاقی نمی‌افتد و ما تقریباً کار را تمام کرده‌ایم و باقیمانده‌ی مسیر آسان تر از قسمتهای قبل می‌باشد.

مقدمه:

من و محمد اسعد واقفی، سال ۷۱ با هم آشنا شدیم و از اسفند ماه ۷۳ تقریباً به طور مرتب با هم به کوه می‌رفتیم و ارتباط نزدیک خانوادگی داشتیم سال ۷۴ پس از چند برنامه‌ی تمرینی سنگ‌نوردی به اتفاق سه نفر دیگر از دوستان، برنامه‌ی صعود به گرده را برای مرداد ماه در نظر گرفتیم که محمد به دلایلی موفق به شرکت در این برنامه نشد بعد از این او بارها خواستار اجرای مجدد این برنامه بود تا اینکه مرداد سال ۷۸ تصمیم گرفتیم خواست او را عملی کنیم. اسفند ماه گذشته محمد را در جریان برنامه قرار دادم و دو هفته قبل از برنامه‌ی صعود، دیواره‌ی بندیخچال را برای تمرین سنگ و همچنین آزمون او در نظر گرفتیم که آمادگی‌اش را برای صعود، مناسب دیدم و از او خواستیم تا این دو هفته‌ای که فرصت باقی است تمرینات آمادگی جسمانی را به طور مرتب انجام دهد تا از نظر جسمی دچار کاستی نشود.

ساعت ۶:۳۰ دقیقه‌ی صبح روز سه‌شنبه مورخ ۷۸/۴/۲۲ تیم یازده نفره‌ی ما، تهران را به قصد رودبارک ترک نمود که پس از طی مسیر، حدود ساعت ۱۲ به محل پناهگاه رودبارک رسیدیم. پس از خوردن ناهار و استراحت کوتاهی ساعت ۲:۳۰ دقیقه با اتوبوس به طرف ونداربن حرکت نمودیم. در محل ونداربن به دو تیم ۲ و ۹ نفره تقسیم شدیم تیم ۹ نفره از طریق حصارچال به قله‌ی علم کوه صعود می‌کرد و من و محمد از طریق گرده‌ی آلمانها، پس از خداحافظی با تیم، حصارچال را قرار گذاشتیم، در صورتی که روی قله همدیگر را ندیدیم ساعت ۱۰ صبح روز جمعه ۴/۲۵ در محل ونداربن باشیم. تیم حصارچال با یک دستگاه وانت به طرف تنگه گلو حرکت می‌کند من و محمد نیز راه پناهگاه سرچال را در پیش می‌گیریم که پس از ۴/۵ ساعت طی مسیر در ساعت ۷:۳۰ دقیقه بعد از ظهر به پناهگاه سرچال می‌رسیم یک تیم از گروه چکاد اصفهان در محل حضور داشتند و یک تیم سه نفره از کشور رومانی حدود ساعت ۱۱ شب به پناهگاه رسیدند چهارشنبه ساعت ۷ صبح به قصد صعود به گرده، پناهگاه را ترک نموده به طرف علم چال حرکت کردیم هوا ابری و مه رقیقی در ارتفاع ۴۵۰۰ متری در منطقه‌ی سهرکابی به بالا دیده می‌شد. به محمد گفتم تا جایی که هوا اجازه‌ی صعود به ما دهد صعود می‌کنیم و اگر هوا خراب تر شد برمی‌گردیم. محمد گفت جای هیچ‌گونه نگرانی نیست و بازگشت لازم نیست چون ما کیسه خواب و تمامی وسایل را همراه خود داریم (لازم به ذکر است که قرار بود پس از صعود در برگشت از طریق قلل خراسان به تیم حصارچال ملحق شویم، بدین جهت تمامی وسایل را با خود حمل می‌نمودیم) ساعت ۱۰ صبح بالای گرده‌ی شانه کوه اول مسیر گرده‌ی صعود را آغاز نمودیم تا منطقه‌ی سهرکابی، هوا ابری بدون بارش و در بعضی مواقع از غلظت ابرها کاسته می‌شد تا جایی که خورشید قابل رؤیت بود از سهرکابی به بعد ابرها فشرده تر شد و در بعضی مواقع دانه‌های برف صورت را نوازش می‌داد ولی در کار صعود مشکلی ایجاد نمی‌کرد این وضعیت تا سنگ سماور ادامه داشت در این مکان که کار را تمام شده دیدیم حدود هشتاد متر تا خط‌الرأس قله باقی بود ناگهان رعدوبرق و بارش شدید برف و تگرگ شروع شد ساعت حدود ۵ الی ۶ بعد از ظهر بود من پیشنهاد ادامه‌ی کار را دادم ولی محمد

هنوز پیش از چند متر صعود نکرده بودم که متوجه شدم حال محمد دگرگون شده و حالت تهوع دارد حدود ۲۰ متر بالاتر در کارگاه اول منتظر او شدم پس از رسیدنش به او آب قند دادم که ضعف او را برطرف کند و سپس به طرف کارگاه دوم راه افتادم پس از استقرار در کارگاه دوم از او خواستم که حرکت کند ولی گفت چون کوله پشتی سنگین است اول کوله را بکش بعد من را حمایت کن که من از او خواستم در صورتی که نمی‌تواند با کوله پشتی حرکت کند کوله پشتی را در همان کارگاه اول بگذارد که من بعداً بروم آن را بیاورم چون مسیر حرکت طناب قسمتی به صورت تراورس بود و کوله به سنگها گیر می‌کرد امکان کشش کوله با طناب نبود لحظاتی گذشت چون دید مستقیم نسبت به محمد نداشتم (به دلیل صعود عرضی) به یکباره دیدم محمد میانه‌ی مسیر، در حالی که طناب حمایت خود را باز نموده و به کوله پشتی بسته است می‌گوید کوله را بکش!... من هم کمک می‌کنم، از او خواستم به کارگاه اول بازگردد و حمایت خود را ببندد، محمد در مراجعت به کارگاه اول در صورتی که فقط یک دست او به میانه‌ی طناب بود روی برف سر خورد و طناب از مسیر خارج شد چون مسیر بین کارگاه اول و دوم تقریباً L شکل بود محمد حدود چهار الی پنج متر روی برف لیز خورد و لبه‌ی یک دهلیز یخی متوقف شد در حالی که پر تگاه عمیقی را زیر پای خود می‌دید (از کنار سنگ سماور کف یخچال غربی پیدا بود) نومیدانه به من نگاه کرد و گفت رحیم همه چیز تمام شد و خداحافظ!...

من با لحنی که با خواهش توأم بود گفتم نه، نه محمد حالا کوله پشتی در اثر شوک وارده به پایین تر از تو پرت شده می‌توانی با دو دست طناب را بگیری و به سر طناب حمایت برسی و این کار را کرد و از خطر حتمی نجات پیدا کرد اما ترس و شوک وارده بسیار سنگین بود و باعث شد که انرژی فوق العاده زیادی از دست بدهد (همانطور که می‌دانید در اثر شوک عروق باز و گشاد شده فشار خون پایین آمده و در کار خون رسانی به مغز اختلال ایجاد می‌شود) صدای محمد از این لحظه به بعد تغییر کرد و زبانش شل شده بود و کلمات را خوب تلفظ نمی‌کرد سپس از او خواستم که از آن دهلیز بالا بیاید ۲ بار اقدام به صعود کرد ولی موفق نشد چون کوله پشتی سنگینی را حمل می‌نمود از او خواستم کوله پشتی را از خود دور کند و برای بار سوم بدون کوله اقدام به صعود کرد ولی باز موفق نشد (۲ الی ۳ متر آخر دهلیز یخی و دارای شیب تقریبی ۸۵ درجه بود) من پس از ثابت کردن کارگاه یک رکاب را به طناب انفرادی متصل نمودم و توسط یک گره پروسیک روی طناب اصلی نصب نمودم و از محمد خواستم که با استفاده از رکاب مسیر را صعود نماید که محمد گفت باید به پله رکاب نمی‌رسد من رکاب دوم را برای او فرستادم که هنگام استفاده از دست او رها شد و به قعر دره سقوط کرد از او خواستم که با همان یک رکاب صعود کند دیدم که با دست پله‌های رکاب را گرفته و تلاش بیهوده می‌کند برای بار سوم طناب اصلی را ثابت نمودم و پیش محمد رفتم تقریباً تا سه متری بالای سر او می‌توانستم بروم از او خواستم که پایش را داخل رکاب کند در کمال تعجب و تأسف دیدم که رکاب را به گردن خویش می‌اندازد هر چه او را راهنمایی کردم هیچ نگفت فقط یک بار گفت من اصلاً نمی‌فهمم که تو چه می‌گویی رنگ صورت او کبود شده بود لحظات بسیار سختی بود زمان به سرعت می‌گذشت و تصمیم‌گیری دشوار، ماندن یا رفتن، ماندن که شاید حالش بهتر شود و یا رفتن، که فرصت از دست می‌رود و تنها تیمی که در منطقه است و می‌تواند به ما کمک کند تیم چکاد اصفهان است که آنها احتمالاً فردا صبح به کار خود خاتمه داده راهی رودبارک خواهند شد پس باید هر چه زودتر خودم را به آنها برسانم به محمد گفتم من برای آوردن کمک به سرچال می‌روم و تو اگر امشب را مثل دیشب بتوانی تحمل کنی من فردا با تیم نجات خواهیم آمد محمد تمام انرژی خود را جمع کرد و در جواب من با همان لحنی که اشاره شد گفت برو ولی امشب شب آخر

است این آخرین جمله‌ای بود که محمد گفت. من به او گفتم نه محمد، امشب هم مثل دیشب به یاری خدا اتفاقی نمی‌افتد و با این گونه حرفها او را دلداری دادم می‌خواستم قبل از ترک محمد کیسه‌خوابم را به او بدهم دیدم که کیسه‌خواب خیس است و به هیچ‌کاری نمی‌آید ناچار محمد را ترک کردم در حالی که طناب حمایت به سینه داشت و پاهایش روی زمین بود دو دست شلوار گرمکن و یک بلوز ورزشی و یک پلیور پشمی و یک کاپشن بادگیر بر تن داشت. کمتر از ۳ دقیقه طول کشید تا روی خطالرأس رسیدم و از آنجا به سمت پناهگاه سرچال حرکت نمودم ۳ الی ۴ بعدازظهر بود چون هوا ابری بود تشخیص زمان مشکل بود در بین راه افکار مختلف لحظه‌ای ذهن مرا آرام نمی‌گذاشت نزدیک گردنه‌ی چالون بودم که نیم‌برف شروع پس از گذشتن از کنار میان سه‌چال، هوا رو به تاریکی نهاد و بارش باران شروع شد که نگرانی من دو چندان شد در تاریکی شب و در زیر بارش باران و مسیر یخچالی به سختی می‌شد راه را پیدا کرد. بالاخره حدود ساعت ۱۱ شب به پناهگاه رسیدم موضوع را با نفرات گروه چکاد در میان گذاشتم و آنها اعلام آمادگی نمودند که یک تیم سه‌نفره به همراه من، فردا راهی فنس نمایند. جمعه یک یادداشت مبنی بر درخواست کمک برای تیم حصارچال که در محل وندارین منتظر ما بودند نوشتم و توسط چند تن از افراد گروه چکاد که راهی رودبارک بودند به پایین ارسال داشتم سپس من به اتفاق تیم نجات حدود ساعت ۸ صبح راهی قله شدیم هوا نیمه‌ابری بود ولی به تدریج صاف می‌شد. برف دو شب گذشته روند حرکت را کند می‌کرد تا اینکه پس از هشت ساعت طی مسیر حدود ساعت ۴ بعدازظهر وقتی به محمد رسیدیم با جسد بی‌جان او مواجه شدیم. ناگزیر جسد بی‌جان محمد را به طرف بالا حرکت دادیم حدود ساعت ۶ بعدازظهر رسون نقوی به اتفاق سه نفر از تیم حصارچال به ما پیوستند و کار حمل جسد به کمک ایشان تا روی خطالرأس تا ساعت ۸:۴۰ دقیقه طول کشید شب را در جانپناه خراسان به صبح رساندیم شنبه ۴/۲۶ کار حمل جسد تا ابتدای منطقه‌ی حصارچال روی دست و از آنجا با قاطر تا منطقه‌ی تنگه گلو که آمبولانس منتظر ما بود انجام شد در میانه‌ی راه علی‌دوست‌فرضی و هاشم‌بیگلریان به اتفاق گروهی از کوهنوردان رودبارک به کمک ما آمدند که جای تشکر فراوان دارد ساعت ۳:۳۰ دقیقه جسد داخل آمبولانس گذارده شد و از آنجا به کلاردشت و سپس به پزشکی قانونی چالوس حمل گردید.

به عقیده‌ی من اشکالاتی که در این برنامه موجب بروز این حادثه‌ی تلخ و ناگوار گردید:

۱- تغییر ناگهانی هوا در مرداد ماه و بارش برف نسبتاً سنگین در منطقه. ۲- عدم آمادگی جسمانی مرحوم محمد. ۳- باز نمودن طناب حمایت در میانه‌ی راه و سقوط چندین متری و شوک وارده به او و ... ۴- به همراه نبودن وسایل لازم فنی جهت فلاشن زوک می‌باشد.^(۱)

با تشکر و سپاس فراوان از گروه کوهنوردی چکاد اصفهان - کوهنوردان رودبارک - مدیریت و کارکنان پناهگاه رودبارک که از هیچ کوششی فروگذار نکرده و صمیمانه ما را یاری نمودند. گروه کوهنوردی چکاد اصفهان - کوهنوردان رودبارک - مدیریت و کارکنان پناهگاه رودبارک. Δ

(۱) و ذکر این نکات از طرف گزارشگر مطمئناً نمی‌تواند بیانگر تمامی آن مواردی باشد که موجب بروز این حادثه تا سافبار شدند که از جمله می‌توان به عدم وجود یک تشکیلات منسجم برای امداد و نجات در این خصوص در کشور باشد و در اینجا شما خواننده‌ی گرامی مجدداً می‌توانید با مطالعه‌ی دقیق‌تر اینگونه مطابقت درسهایی را از یک حادثه‌ی تلخ دیگر فراگرفته و آن را ره‌توشه‌ی کوهنوردی‌های خودتان نمایید.

فصلنامه کوه

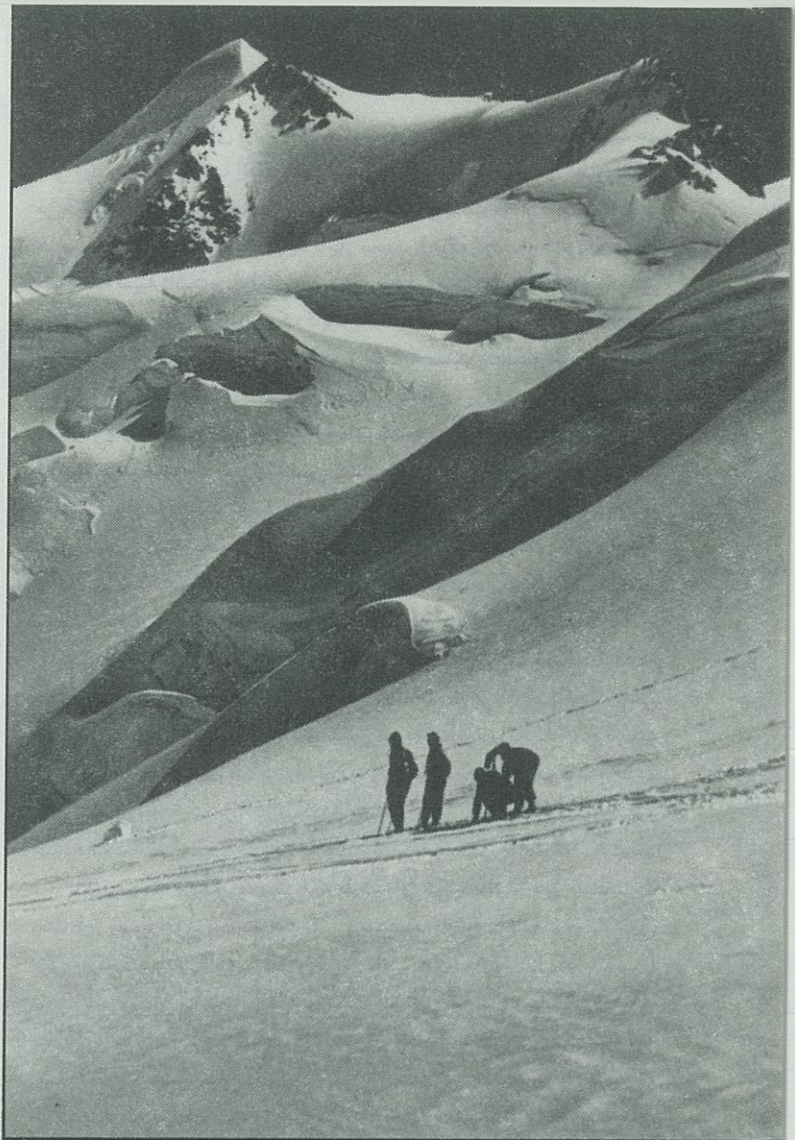
ما رفتیم، شما نروید!

مسعود حمیدی

زده‌ی برفها حرکتیمان را کند و دشوار ساخته بود. کلنگی که به لطف ابتکار یکی از دوستانمان آنهم از لوله‌های معمولی آب و قطعه‌ای فلز که در سر آن جوشکاری شده بود فراهم آمده بود تا حد زیادی در حفظ روحیه و امکان ادامه‌ی صعود به ما کمک کرد. طنابی در کار نبود و بنابراین حمایت و کارگاه حمایت در آن سبیه‌های تند یخی معنایی پیدا نمی‌کرد. نفر جلو با کلنگ سنگین و عجیب و غریبی که داشتیم روی یخها جای پای می‌کند و دیگران پا جای پای او می‌گذاشتند. باد شدید و وحشتناکی روی یال اصلی وزیدن گرفت که حفظ تعادل را بی‌نهایت دشوار می‌کرد و ما هنوز به راهمان ادامه می‌دادیم.

سماجت بود یا نمی‌دانم، فقط می‌دانم کسی به بازگشتن فکر نمی‌کرد. در نزدیکی‌های قله و در آخرین سینه‌کش‌کوه ناگهان به دلیل نداشتن کرامپون تعادل یکی از هم‌نوردان به هم خورد و روی یخها زمین خورد. نفسها در سینه‌هایمان حبس شد. من جلو می‌رفتم و او نفر پشت سر من بود اما هیچ کاری از دست من یا دیگران بر نمی‌آمد. در مقابل دیدگان ما به تدریج روی یخها در آن شیب هولناک از ما دور می‌شد و به سمت پرتگاه‌های پایین دست سر می‌خورد. در عین ناباوری دستهایش را که دستکش نداشتند و تقریباً یخ زده بودند به روی برفهای یخ‌زده می‌فشرده و با ناخنهایش که مانند پن‌جول در یخها فرو می‌رفت موفق شد بعد از چندین متر لیز خوردن و سقوط خود را در جایی بسیار پایین‌تر از ما روی برفها ثابت نگه‌دارد. طناب نداریم، کرامپون و کلنگ به تعداد نفرات نداریم، من نمی‌دانم با این شرایط ما آن بالا چه می‌کردیم؟!

وضعیت بحرانی بود و می‌بایست به کمک او می‌شتافتیم و البته در نهایت این کار را نیز کردیم. روحیه همه نفرات گروه تحت تأثیر قرار گرفته بود اما باز کسی نگفت که کافی است و دیگر بازگردیم. به هر حال با شرایطی باور نکردنی نزدیک ظهر پا بر قله نهادیم و سخت همدیگر را در آغوش فشرده‌یم. مناظر اطراف خیال‌انگیز و غیر قابل توصیف بودند. در سمت جنوب شرقی، قله‌ی زیبا و شگفت‌انگیز اشترانکوه در دور دستها نمایان بود. روی قله متوجه شدیم که همان راه آمده را باید بازگردیم. حالا همه می‌دانستیم آن مسیر سخت یخی و برفی بدون وسایل فنی لازم می‌توانست تا چه حد خطرناک باشد. عکسی به یادگار گرفتیم و در برگشت، بارها خطرات زیادی را به لطف شانس و اقبال فراوان پشت سر گذاشتیم و حوالی غروب دو بار در پناهگاه بودیم. همگی خوشحال ولی مبهور از چگونگی این صعود، دور هم جمع شدیم و به نوشتن دفتر یادداشت پناهگاه مشغول شدیم. به هنگام نوشتن جزئیات برنامه در دفتر مذکور چندین بار مجبور شدیم جملاتی نظیر با این امکانات ما به طرف قله رفتیم ولی بهتر است تحت چنین شرایطی شما نروید یا از فلان مسیر رفتیم ولی شما نروید و یا بدون کرامپون رفتیم اما شما نروید و را در جای جای آن دفتر بنویسیم تا شاید اگر گروهی دیگر چون ما قصد قله دارد قدری به خود آید، به خصوص اگر اعضای آن گروه مانند ما خیلی خوش شانس نباشند!! به هر صورت صبح روز بعد همگی علیرغم آن شرایط، قصد قله سه کوزان را کردیم (انگار نه آنکه همین شب قبل در دفتر پناهگاه نوشته بودیم که ما رفتیم ولی شما نروید!). این بار از همان ابتدای راه بارش برف و بوران شدید راه را بر ما بست و بعد از دو ساعت صعود و پا فشاری در ادامه‌ی راه خوشبختانه مجبور به عقب‌نشینی به سمت پناهگاه شدیم و امروز فکر می‌کنم اگر در آنروز طوفان برف مانع صعودمان نمی‌شد باز چه خطراتی پیش رو داشتیم و شاید این دفعه مثل روز قبل شانس نمی‌آوردیم! Δ



سالها قبل هنگام کوهنوردی، هیجان و علاقه از یک سو و شور و توان جوانی از سوی دیگر گاه ما را بر آن می‌داشت تا در مسیر صعود به حالت دویدن گام برداریم. آن روزها با تمامی لذات و مشکلات خاص خود گذشته‌اند اما یاد و خاطر آنها همواره در کنج ذهن و فکرم نقش بسته است. سالهایی گرانبها که هر روز آن، چون کلاس درسی بود و گاه بی‌دقتی ما چوب‌تر مربی بزرگمان (طبیعت) را بر سرمان فرود می‌آورد. آنچه در زیر می‌خوانید شرح مختصری از خاطراتی است که شاید مطالعه‌ی آن خالی از لطف نباشد.

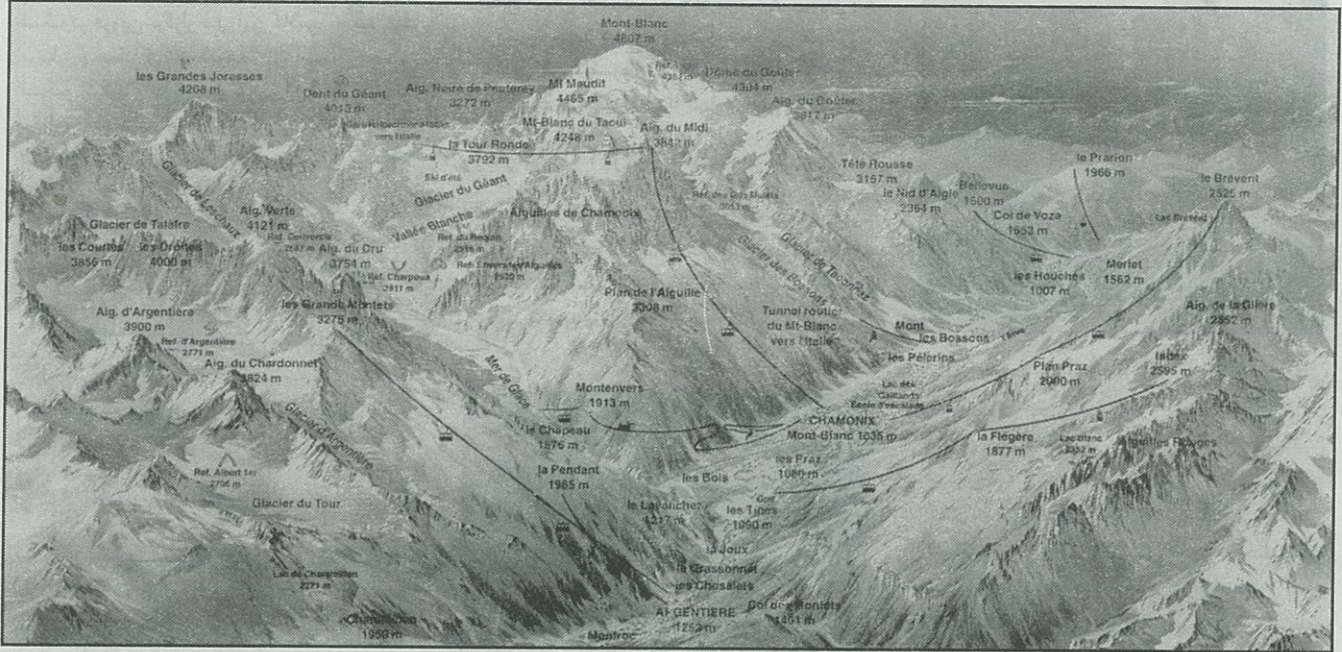
اواخر زمستان سال ۱۳۶۴ بود و به لطف علاقه و همت دوستان گروهی پنج نفری ترتیب دادیم تا شاید کوهستان سرد و سخت‌ترین را زیر پا نهیم و بتوانیم به قله‌های سه کوزان و برنجه صعود کنیم. تا قبل از آن تجربه زیادی در صعودهای زمستانی به قله بلند را نداشتیم و بیشتر کوه‌پیمایی در زمستان را در کارنامه خود ثبت کرده بودیم. با حداقل وسایل به طرف روستای ونایی در نزدیکی شهر بروجد به راه افتادیم (تنها با یک کلنگ و یک جفت کرامپون در حالیکه ما پنج نفر بودیم!). از روستا مسیری را که به پناهگاه و لاش ختم می‌شد طی کردیم. هوا بسیار سرد بود و ارتفاع برف در منطقه به یک متر می‌رسید. شبانگاه در پناهگاه، برنامه صعود روز بعد را طرح کردیم.

هدف اول، قله‌ی برنجه به ارتفاع تقریبی ۳۸۰۰ متر با شیبی بسیار تند از انتهای تنگ بود. زوزه‌گرگها در چند قدمی پناهگاه هیجان برنامه را چند برابر کرده بود. ساعت ۵ بامداد آماده حرکت بودیم و سرمای طاقت فرسا بدنهایمان را که پوشش مناسب آن فصل کوه را نداشت به شدت آزار می‌داد. کفشهای ما پوتینهای پلاستیکی ساده و یا پوتینهای سریازی بود که بدون گتر در آن برف و یخ وضع رقت باری پیدا کرده بودند. از همان ابتدای راه دچار مشکل شدیم. سطح صیقلی و یخ

شامونی

پایتخت کوهنوردی واسکی

ترجمه محمد خاکبیز



دستگاه تله اسکی در این شهر وجود دارد که مهمترین آن تله فیک AIG - Dvmidt «سوزن ظهر» است که ۳۸۴۲ متر صعود می‌کند و از آنجا با یک خط تله کابین دیگر و گذر از روی یخچالهای دائمی به ارتفاعات کشور ایتالیا می‌رسد.

شهر شامونی با یک رشته بزرگراه و یک تونل به طول ۱۴ کیلومتر ارتباط شبانه‌روزی بین کشورهای فرانسه و ایتالیا را برقرار می‌سازد و همچنین دارای یک قطار کوهستانی است که کوهنوردان را از شهر به دریای یخ Merde Glace می‌برد.

بعضی از قله‌های مشهور آلپهای فرانسه عبارتند از:

۱. مون مودی ۴۴۶۵ متر یخی ۲. مون بلان دوتا کول ۴۲۴۸ متر یخ و صخره ۳. گراند ژوراس ۴۲۰۸ متر یخ و صخره ۴. سوزنی سبز ۴۱۲۱ متر یخ ۵. دندان اژدها ۴۰۱۳ متر صخره ۶. سوزنی درو ۳۷۵۴ متر صخره.

پناهگاههای منطقه شامونی بدن ولارک:

۱. پناهگاه والد ۴۳۶۲ متر ۲. گراند موله ۳۰۵۱ متر ۳. بکن ۲۵۱۶ متر requin ۴. لودرکل ۲۶۷۸ متر ۵. آنورت ۲۵۲۰ متر ۶. آرژانتیر ۲۷۷۱ متر ۷. شارپوا ۲۸۱۱ متر ۸. آلبرت اول ۲۷۰۶ متر.

گروههای امداد نجات مجهز به وسایل ارتباطی، کوهنوردی اسکی و هلیکوپتر به صورت شبانه‌روزی آماده‌ی اجرای درخواستهای کمک فوری هستند. همه کوهنوردان اروپایی عازم ارتفاعات هیمالیا برنامه‌های تمرینی خود را در آلپها انجام می‌دهند و با تمرین و فنون مربوط تیغه‌های سنگی و یخی را در شرایط جوی مختلف صعود می‌کنند و شبهای سرد چندین درجه زیر صفر را به صورت شبمانی می‌گذرانند و کاملاً آماده‌ی صعود به کوههای هیمالیا رهسپار می‌شوند. Δ

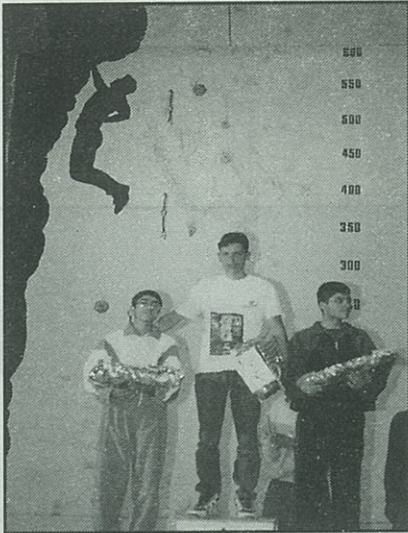
در دامنه‌های کم شیب قله مون بلان شهر بیلاقی و بسیار زیبایی شامونی در ارتفاع ۱۰۳۵ متر قرار دارد. این قله تا ارتفاع ۴۸۰۷ متر مانند تاجی بلورین شهر و ارتفاعات و یخچالهای دائمی آن را در بر گرفته است. از سال ۱۷۸۶ میلادی که برای اولین بار دکتر پاک کارد فرانسوی قله مون بلان را صعود کرد، دره شامونی مورد توجه کوهنوردان جهان به خصوص اروپاییان قرار گرفت.

این شهر کوهستانی دارای هتل‌های قدیمی و جدید، راه‌آهن سراسری، کلیسا، اردوگاه مؤسسات متعدد گردشگری است. علاقه‌مندان صعود به ارتفاعات با مراجعه به آن دفاتر با راهنمای حرفه‌ای خود آشنا می‌شوند و با توجه به قیمت صعود برای قله مورد نظر، کار خود را شروع می‌کنند. مسئولیت و تضمین سلامت کوهنوردان از وظایف آن دفاتر است. گاهی کار صعود با سوار شدن تله فیک شروع می‌شود و در صورتی که اجرای برنامه بیش از یک روز طول بکشد شما را در پناهگاههای آماده آن می‌گذارند. بهترین فصل صعود به ارتفاعات، تابستان و پاییز است. در زمستان و بهار که زمان ورزش اسکی است معمولاً برف و باران به طور مستمر می‌بارد. ۳۰۰ متری کوه واقعی دائماً در این منطقه فعال هستند. این شهر دارای دو مدرسه کوهنوردی و اسکی است که شهرت جهانی دارد و علاقه‌مندان به دریافت دیپلم مربیگری بین‌المللی این دو رشته در این دو مرکز که یکی مدرسه ملی و دیگری مدرسه نظامی است به گذراندن دوره‌های مربوطه می‌پردازند. کمترین این دوره‌ها ۲ هفته و دوره کامل آن یک سال است که شامل یک فصل اسکی و کوهنوردی است.

اولین مسابقات زمستانی المپیک جهانی در سال ۱۹۴۲ در این شهر برگزار شد که انجام آن مستلزم داشتن تمامی تأسیسات ورزشی زمستانی از قبیل پیست‌های متعدد چند منظوره، سالنهای سرپوشیده برای مسابقات یاتناژ، اسکی روی یخ، پیست لوز، ترامپلین برای پرشهای بزرگ، تله فیکها، تله کابینها، کادر مجهز و ورزیده برای اداره مسابقات، و دهکده المپیک است.

تعداد ۶ دستگاه تله فیک، ۶ دستگاه تله کابین، ۱۵ دستگاه تله سی‌یژ، ۱۸

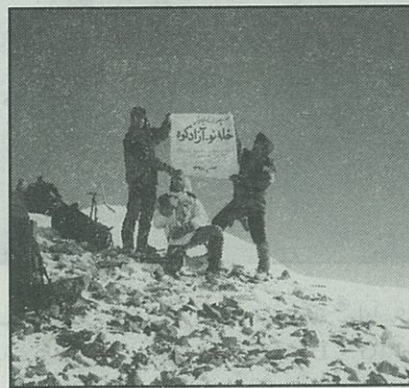
اخبار اخبار اخبار اخبار



یک دوره مسابقه‌ی سنگنوردی در سالن ورزشگاه شهید فکری کاشان، برگزار گردید. این مسابقه در سطح استان اصفهان انجام شد و در پایان به ترتیب، مسعود کبیری از رهنان، هادی مبینی از کاشان، مجید شبروانی از اصفهان و علی کاظمی از کاشان به مقامهای اول تا چهارم دست یافتند.

آغاز قرن ۲۱ بر فراز دماوند

گروهی از کوهنوردان باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند به مناسبت آغاز هزاره سوم میلادی، طی یک برنامه‌ی ۴ روزه اقدام به صعود قله‌ی دماوند نمودند و ضمن یک شب اقامت بر روی قله،



در شرایطی که دمای هوا به ۳۵- می‌رسید، اولین طلوع آفتاب قرن بیست و یکم را از فراز رفیع‌ترین قله‌ی کشور به تماشا ایستادند. این برنامه طی ۴ روز از مورخه ۱۰/۸ تا ۱۰/۱۰ با صعود از مسیر جنوبی و بریایی چادر بر روی قله که توأم با یک شبمانی بر روی بام ایران بود با موفقیت به پایان رسید. اعضای تیم را فرامرز اسدزاده نصیری (سرپرست)، حمید نبوی، حسین ابوالحسنی و آوا یعقوبی‌راد تشکیل می‌دادند.

صعود زمستانی خلنو به آزادکوه

تیمی چهار نفره از کوهنوردان باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند در تاریخ ۷۸/۱۱/۱۲ اقدام به اجرای یک برنامه بلند مدت زمستانی و صعود به مرتفع‌ترین خطالرأس البرز مرکزی نمودند. جهت اجرای این برنامه، پس از ماهها مطالعه و بررسی‌های متعدد بر روی مهم‌ترین ارتفاعات البرز مرکزی و سپس برنامه‌های شناسائی در تابستان که با تهیه فیلم و عکس‌های فراوان همراه بود، سرانجام خطالرأس ۳۰ کیلومتری و با میانگین ارتفاع بالای ۴۲۰۰ متر سرکچال‌ها، خلنو، پالون‌گردن، آزادکوه انتخاب گردید.

کلاس کارآموزی سنگ در قزوین

در آبان ماه ۷۸، یک دوره کلاس کارآموزی سنگ در قزوین برگزار شد. این کلاس به پیشنهاد مربیان و همت هیئت کوهنوردی استان قزوین تشکیل گردید و چهل و دو نفر در آن شرکت کردند. برگزاری این دوره، چهار روز طول کشید و محل تشکیل کلاس عملی آن، «سنگ زرشک» بود. Δ

انتشار گاهنامه

چهارمین شماره‌ی گاهنامه‌ی آزاد کوهنوردان قزوین منتشر شد. این گاهنامه، «خشچال» نام دارد و حاوی مطالبی متنوع و تازه در زمینه‌های تکنیک، ابزار، پزشکی، گزارش صعود، معرفی منطقه، زیست‌محیط و مطالب کوتاه و خواندنی دیگر است. Δ

بر فراز الآداع

امان‌الله بهنیا یکی از کوهنوردان بجنورد در آبان ماه ۷۸ موفق گردید در مدت ۹/۵ ساعت و با استفاده از دوچرخه‌های کوهستانی بر فراز قله‌ی الآداع به ارتفاع ۲۸۵۰ متر قرار گیرد.

صعود زمستانی خلنو به آزادکوه

یک تیم چهار نفره از باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند موفق گردیدند طی یک برنامه‌ریزی دقیق و منسجم اقدام به صعود زمستانی یکی از مرتفع‌ترین خطالرأس‌های البرز مرکزی نمایند. این برنامه‌ی ۸ روزه با صعود قله سرکچال، برج، خلنو، میش‌چال، بالوان، بالدن گردن نرگس‌هاو در خاتمه آزادکوه همراه گردید. کوهنوردان پس از طی حدود چهل و پنج کیلومتر مسافت با وارد شدن به روستای ناحیه واقع در منطقه‌ی نور، برنامه‌ی خود را با موفقیت به پایان می‌رسانند. میانگین سرمادر طی این مدت ۲۰ درجه زیر صفر گزارش شده است.

صعود زمستانی قله‌ی کول جنو

قله‌ی کول جنو با ارتفاع حدود ۴۰۰۰ متر در منتهی‌الیه شرق اشترانکوه واقع در استان لرستان در بهمن ماه پذیرای کوهنوردان گروه‌های کوهنوردی تاش از کرمانشاه و ولاش از بروجرد گردید. این صعود طی ۵ روز از تیغه‌ی شمالی صورت گرفت که با برف‌کوبی و وجود خطر ریزش بهمن در طول مسیر همراه بود.

مسابقه سنگنوردی در کاشان

به مناسبت مبعث حضرت رسول اکرم (ص)

کوهنوردان باشگاه دماوند با برنامه‌ریزی‌های منسجم و دقیق قبلی، همراه با تجهیزات کامل انفرادی، بلافاصله پس از قطع بارش‌های سنگین جوی که از روز چهارشنبه ۱۱/۱۶ اکثر نقاط کشورمان را در بر گرفته بود و بنا به اطلاعیه سازمان هواشناسی در پنجاه سال اخیر در خاورمیانه بی‌سابقه می‌نمود، حرکت خود را در ساعت ۱۰ صبح سه‌شنبه ۱۱/۱۲ از روستای «شمشک» در منطقه رودبار قصران، و در میان بدرقه‌گرم و پرشور خانواده و دوستان، آغاز کردند. تدارکات عمومی آنان را قطب‌نما، نقشه‌های میزان منحنی (توپوگرافی) منطقه صعود، دستگاه G.P.S (موقعیت‌یاب ماهواره‌ای)، تلفن همراه، دماسنج، کرامپون، طناب، کارابین و چادر دوپوش تشکیل می‌داد.

در طول مدت ۸ روز اجرای برنامه، ضمن گذر از مسیرهای تپه‌ای و خطرناک و در شرایط بوران‌های شدید خطالرأس و بارش‌های جدید و سنگین برف، عدم دسترسی به حتی نزدیک‌ترین روستاهای منطقه، و همچنین سرمای ۱۵ الی ۲۵ درجه زیر صفر در طی روزها و شب‌ها، صعود قله‌های سرکچال‌ها (۴۱۵۰ متر)، برج (۴۳۲۸ متر)، خلنو (۴۳۷۵ متر)، میش‌چال (۴۲۰۰ متر)، بالوان (۴۲۰۰ متر)، پالون‌گردن (۴۲۵۰ متر)، نرگس‌ها (۴۲۰۰ متر) و آزادکوه (۴۳۹۰ متر) با موفقیت انجام می‌پذیرد.

اعضای این تیم سرانجام در ساعت ۱۶/۳۰ دقیقه روز سه‌شنبه ۱۱/۱۹، پس از پیمایش در مجموع ۴۵ کیلومتر مسیر زمستانی در قلب البرز مرکزی، با وارد شدن به روستای «ناحیه» در منطقه نور، ضمن خاتمه تلاش بزرگ خود، موفق به ثبت یکی از مشکل‌ترین و فنی‌ترین برنامه‌های زمستانی در تاریخ کوهنوردی کشورمان شدند.

نفرات گروه: ۱- حمید نبوی ۲- عباس طریخی ۳- حسین ابوالحسنی ۴- فرامرز اسدزاده نصیری (سرپرست) Δ

اخباری از انجمن کوهنوردی بانوان



سازمان تربیت بدنی جمهوری اسلامی ایران

حوزه معاونت ورزش بانوان



به پیشنهاد انجمن کوهنوردی و با هماهنگی کانونهای جهاد دانشگاهی، صعود به یکصد قلعه مرّ ترفع کشور توسط هیئتهای کوهنوردی بانوان استانها و دانشگاهها به مناسبت یکصدمین سال تولد حضرت امام خمینی (ره) برگزار گردید.

اسامی استانها و دانشگاهها به شرح زیر می باشد:

اردبیل، اصفهان، تهران، چهارمحال و بختیاری، خوزستان، خراسان، زنجان، سیستان و بلوچستان، سمنان، فارس، قزوین، قم، کرمان، کرمانشاه، کردستان، کهگیلویه و بویراحمد، گلستان، گیلان، لرستان، مازندران، مرکزی، همدان، هرمزگان، یزد، جهاددانشگاهی علوم پزشکی، جهاددانشگاهی گیلان، دانشگاه آزاد اراک، دانشگاه ایران، جهاددانشگاهی شهیدبهبشتی، دانشکده پرستاری تهران، جهاددانشگاهی الزهراء.

صعود بین المللی دماوند به مناسبت یکصدمین سال تولد حضرت امام (ره)

به پیشنهاد فدراسیون کوهنوردی و هماهنگی با انجمن کوهنوردی بانوان کشور تعداد هشت نفر از بانوان کوهنورد کشور در صعود زمستانی دماوند از جبهه جنوبی از تاریخ ۱۱/۳ تا ۱۱/۶ با حضور استانهای مازندران - سیستان و بلوچستان - زنجان و تهران با اسامی پوران بوذری - زهرا بیات - صدیقه مقدم - لیلا بهرامی - ماندانا بطحایی - فرخنده صادق (سرپرست صعود) زهرا تاجیک و ظریفه رحیمزاده حضور خواهند یافت. از بانوان کوهنورد منتخب استانها در تاریخ ۱۸ تا ۱۸/۱۰/۷۸ تست آمادگی جسمانی و تست کوهستان (صعود به قلعه توجال) به عمل آمده است.

شرایط انتخاب افراد: شرکت در کلاسهای آموزشی کوهنوردی. شرکت در کلاسهای یخ و برف. تجربه صعود زمستانی. صعود زمستانی یا در فصلهای دیگر به قله دماوند. (فصول مختلف). موفقیت در تست آمادگی جسمانی و تست کوهستان. حضور فعال در صعودهای سراسری بانوان کشور.

گردهم آیی کمیته ورزش های هوایی

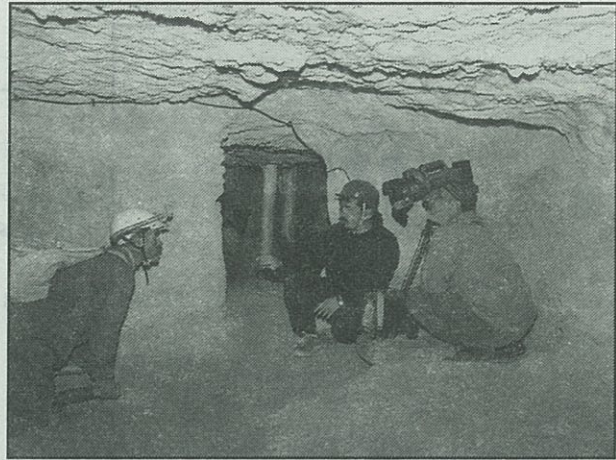
بر اساس این فراخوان، خلبانان پاراگلایدر و چتربازان در مورخه ۱۰/۲۵ در محل اجتماعات حوزه معاونت ورزش بانوان کشور گرد هم آمدند. در این مراسم پس از تلاوت آیاتی از قرآن کریم مسئولین ورزش بانوان و دو نفر از مدعوین به ایراد سخنرانی پرداختند. با معرفی سرکار خانم جمشیدی که قدیمی ترین برنده زن پاراگلایدر ایران می باشد از طرف انجمن ورزشهای هوایی نامبرده با حکم معاونت محترم سازمان تربیت بدنی بانوان به سمت مسئول کمیته ورزشهای هوایی بانوان منصوب گردید و کار خود را شروع نموده است.

به دنبال آن آقای ارپهی یکی از استادان ورزشهای هوایی که خلبان کایت و پاراگلایدر و از بنیانگذاران ورزشهای هوایی در ایران می باشد سخنانی در خصوص این رشته ورزشی ایراد نمودند و سپس خانم جمشیدی اهداف کلی کمیته ورزشهای هوایی بانوان کشور را تشریح نمودند. در انتهای مراسم اهداف کلی کمیته ورزشهای هوایی بانوان کشور بدینگونه تشریح گردید:

- ۱- تعمیم و گسترش رشته های گوناگون ورزشهای هوایی.
- ۲- سازماندهی و ساماندهی آموزش و بررسی وضعیت فعلی آموزش در کشور.
- ۳- تطبیق آموزشها با سیلابسهای بین المللی و استانداردهای جهانی فدراسیون جهانی ورزشهای هوایی.
- ۴- ایجاد کمیته های مختلف استانی و اشاعه این ورزش در استان های مستعد و علاقمند.
- ۵- ایجاد دایره امتحانات و آزمایش خلبانان و پرندگان.
- ۶- صدور گواهینامه ها بر اساس استانداردهای جهانی فدراسیون جهانی هوانوردی.
- ۷- تشکیل تیم های ملی و انتخاب افراد برگزیده جهت اعزام به مسابقات برون مرزی.
- ۸- برگزاری مسابقات ملی و استانی. Δ

گذری بر غارهای ایران

محمد رضا عرب (۱)



غار نیاسر در کاشان

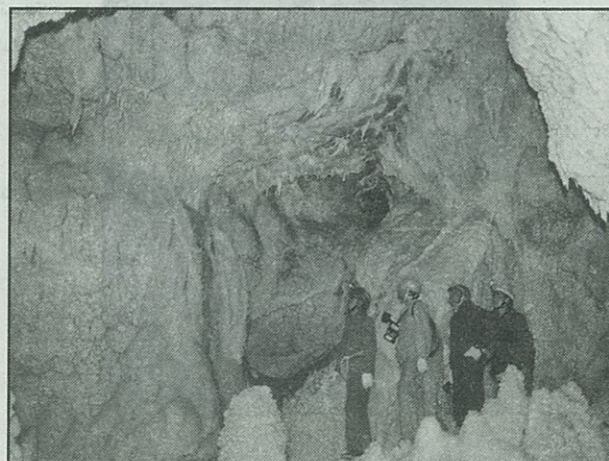
یکی از مواهب طبیعی و ناشناخته که در ایران می‌توان از آن یاد کرد غارهای متعددی است که در اعماق پنهانی کوهستانهای ایران طی سالیان دراز پدید آمده و در درون خود زیباییهایی بس شگرف و نادیده دارند.

محمد رضا عرب به دنبال کسب تجربیاتی چند در زمینه تصویربرداری در کوهستانها طرح ساخت مجموعه‌ای ۱۵ قسمتی (هر قسمت ۲۵ دقیقه) از غارهای کشور را به ثمر رسانید.

شروع تصویربرداری این مجموعه ۷/۵ ساعتی تابستان ۷۷ آغاز و در پاییز سال ۷۸ به پایان رسید که برای این منظور حدود شش هزار کیلومتر در راههای کشور طی و طریق شد.

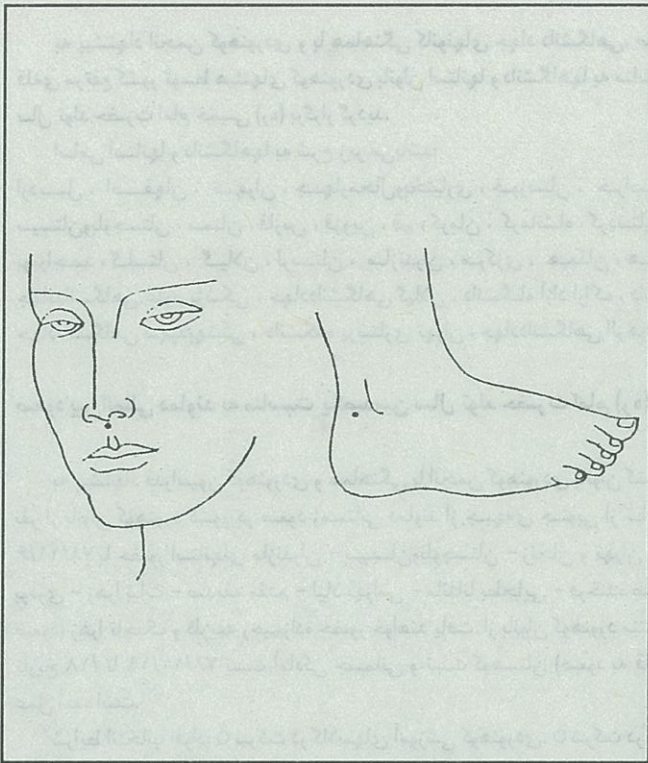
شرایط و شکل کار تصویربرداری از درون دهلیزهای تنگ و تاریک غارهای مورد اشاره و حمل وسایل و تجهیزات لازم برای بدست آوردن کیفیت بالای تصویری راهی بس دشوار را برای این منظور در پیش رو به وجود آورد که با حمایت سازمانهای ذیربط و همکاری بسیار مؤثر همراهان در برنامه‌ها پیموده شد.

برنامه‌گذری بر غارهای ایران که در آینده نزدیک بخش آن از شبکه سوم سیما آغاز خواهد گردید با همراهی و حمایت: مهرزاد ناظری - رضا جلالی - حسین ستاره - حسین دژند - شهرام درخشان - کمال عرب - محمد ناصری - حسین خنرابی - جواد اشرفی - حسن دهرصبح - بهمن رستمی - فریدون بیاتانی - منصور بیات - علیرضا منارزاری فر - برزو شیخ‌زیدالدین - حسن تاج‌الدین - پروش اکبری - شیوا نامی - رضا حبیبی - آرش کریمی - ساسان نوائی - علی علیمحمدی - محمود رئوفی - حسن اکبرزاده - محمد دارابی - یوسف شجاعی - محمد جاوید - سعید زارعی - شهرام کنانی - علی میکائیلی - فرهاد کریمی - رضا باقرنژاد - سیدعزیز حسینی - سعیدی‌کیا - مزارلو - محمدی، به ثمر نشست. Δ

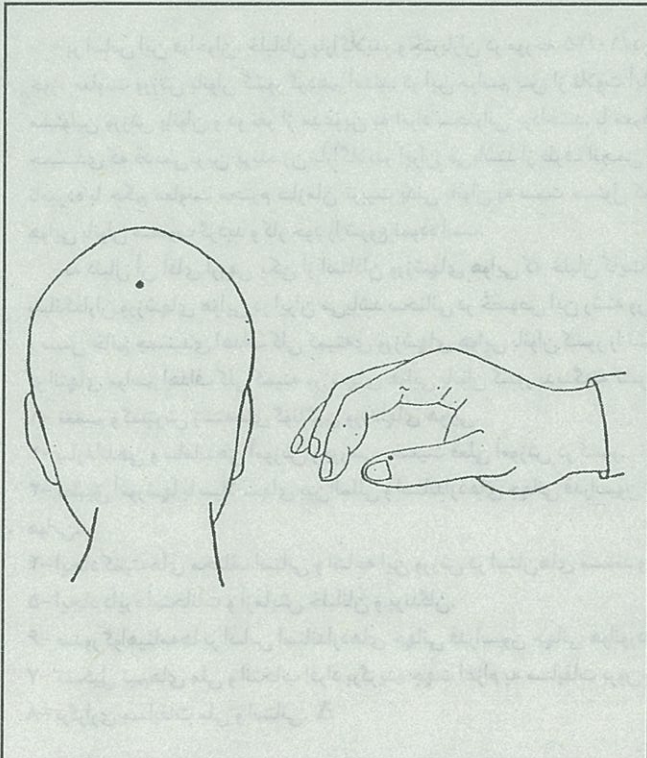


غار چاه‌نخجیر در دیلمجان

«پا» قلب دوّم انسان!



جمله فوق را شاید بارها شنیده باشید اما شاید کمتر بدانید که هر قسمت از کف پا در حقیقت با قسمتی از بدن در ارتباط است. به شکل‌ها با دقت نگاه کنید. آن وقت به این حقیقت پی خواهید برد.



اولین همایش ملی شناخت کویر لوت

امیرحسین صالحی جم

در طی روزهای ۲۲ الی ۲۴ دی ماه امسال استانداری کرمان و دانشگاه شهید باهنر اقدام به برگزاری این همایش نمودند. برای اعلام عمومی و فراخوان از چندین ماه جلوتر در جراید کثیرالانتشار برای ارسال مقالات اعلام عمومی کرده بودند که از حدود یکصد مقاله ارائه شده، تعداد محدودی جهت سخنرانی در همایش پذیرفته شد که از آن جمله مقاله‌ی نگارنده بود و به علت سفری به کرمان و شرکت در این همایش، گزارشی ذیل را می‌خوانید.

در روز ۲۲ دی ماه در سالن برق کرمان، پس از تلاوت آیاتی از کلام‌الله مجید و خیرمقدم مسئولین و استاندار و نمایش فیلمی از کویر، همایش به صورت رسمی با سخنرانی‌هایی آغاز گردید.

اوضاع طبیعی بیابان لوت (دکتر پرویز کردوانی) - بررسی دوزیستان و خزندگان جنوب شرقی ایران در کویر لوت (گروه محققین دانشگاه برکلی آمریکا) - تمدنهای قدیمی در حاشیه دشت لوت و آثار باستانی (مهندس امید اسفندیاری) - کویر زمینه تعالی انسان و عمران زمین (دکتر محمدنقی زاده) کویر لوت راه تبادلات بازرگانی و فرهنگی شهید و جنوب خراسان (عباس تقی‌زاده) - گردشگر و کویر لوت (مهندس مهدی جانبلو) - گردشگران و ورزشهای بیابانی (امیرحسین صالحی جم) - عبور از کویر همراه با جهانگردان و سیاحان قرون (مهندس محمود رحیمی) - بررسی کاربرد اطلاعات ماهواره‌ای و سیستم اطلاعات جغرافیایی در شناسایی کویرهای ایران و توسعه پایدار (مهندس کاظم علوی‌پناه) - وضعیت زمین‌شناسی کویر لوت (علی و فاطمه مسجدی).

... و روز دوم ۲۳ دی ماه ۷۸

سخنرانی فلاح (دبیر ستاد مبارزه با مواد مخدر کشور) - سخنرانی دکتر مستوفی (معاونت سازمان ایرانگردی و جهانگردی) - به کارگیری شاخص‌های نور به منظور هدایت و راهنمایی معابر فاقد روشنایی (مهندس سیداحسان واعظی) - طراحی و لزوم ایجاد پایگاه اطلاعات جغرافیایی در کویر (مهندس نبی‌الله یارعلی) - کویر لوت و تهدید امنیت ملی (اکبر رشیدی مقدم) - روشهای تهدید کننده در بهره‌برداری ضدامنیتی در کویر لوت (محمد آصفی) - بررسی قابلیت‌های اقتصادی مناطق بیابانی

(مهندس محمد محمدی) - شهر و منطقه‌ی کرمان در ناحیه‌ی کویر (مهندس کوروش افضلی) - احیا کویر باوبولی (خانم دکتر مهری) - استفاده از انرژی خورشیدی در کویر (دکتر محسن شمس) - هوهو با درختچه‌ای همیشه سبز (دکتر حسین شاهسونحسنی)

... و روز آخر جمعه ۲۴ دی ماه ۷۸

از ساعت ۵ صبح به مدت دوازده ساعت یک تور جهت بازدید از کویر لوت و منطقه شهید برگزار گردید که علاوه بر میهمانان همایش در حدود یکهزار نفر جهت بازدید از کویر در تور شرکت کردند که حضور چنین جمعیتی در آن بیابان برهوت بسیار جالب بود. از نکات بسیار بارز این همایش علاوه بر اینکه از سطح علمی بالایی برخوردار بود نظم و هماهنگی و اجرای بسیار خوب توسط کادر اجرایی همایش ملی کویر بود که کمال سعی و تلاش خود را جهت هر چه بهتر به اجرا درآوردن مراسم علمی‌الخصوص در روز سوم به جهت حفاظت و تهیه امکانات و تدارکاتی، همچون آب و غذا و امداد در کویر لوت بود.

و یک خبر زیست‌محیطی: استانداری کرمان جهت رفاه حال بازدیدکنندگان از کویر به تمامی افراد آب میوه و بسته‌های ناهار و ... در اختیار همگان می‌گذاشت آنهایی که برای به دست آوردن و نگهداری این بسته‌ها دقت و وسواس داشتند زمانی که برای صرف ناهار در کنار رود شور (تنها رود لوت) به استراحت پرداختیم در چشم به هم زدنی آن بیابان را به زباله‌دانی تبدیل نمودند و تمامی ظروف یکبار مصرف را در آن بیابانی که تعریفش شده بود، رها کردند که خوشبختانه با تذکر یکی از خانمهای میهمان همایش، و تلاش استانداری، بخشی از آن زباله‌ها جمع‌آوری و عودت داده شد که می‌بایست از آن دوستداران طبیعت کمال تشکر را نمود.

در تمام طول برگزاری همایش با اینکه گوشم به بلندگو بود ولی فکرم به دنبال عشق اولم بود! دائماً در این فکر بودم که آیا امکان دارد با همدلی و دلسوزی مسئولین و یا پیشنهادهای سازنده‌ی مجله‌ی کویر در سالهای آتی جهت رشد و اعتلای کوهنوردی و نگهداری کوهستان، شاهد همایش ملی و شناخت کوهستان باشیم؟ انشاءالله... Δ

مجله محترم فصلنامه کوه

احتراماً به عرض می‌رساند در مورد صعود زنده‌یاد مرحوم دکتر اشراقی بطور خلاصه بعرض می‌رساند: ۱- شما روی جلد شماره ۱۷ مرقوم داشته‌اید سال ۱۲۹۸ خورشیدی در این صورت سال ۱۲۹۸ خورشیدی معادل ۱۹۱۹ میلادی می‌باشد.

۲- نویسنده محترم در صفحه ۲۸ سال صعود را ۱۹۰۰ میلادی نوشته‌اند در اینصورت سال ۱۹۰۰ میلادی معادل سال ۱۲۷۹ خورشیدی می‌باشد. بنابراین به نظر می‌رسد سال ۱۲۹۸ مندرج در روی مجله اشتباه است که می‌باید به سال ۱۲۷۹ خورشیدی تصحیح گردد. و این سال با سال یادداشت داخل بطری سوئدی‌ها هم هم‌آهنگی دارد که سال ۱۸۸۵ معادل سال ۱۲۶۴ خورشیدی است و بنظر می‌رسد یا خط‌نوشته قرمز روی عکس مجله بعداً نوشته شده و یا اشتباه دیگری در کار است.

چنانچه مطلب بالا به نظر صحیح می‌رسد نسبت به اصلاح اقدام فرمایید در غیر اینصورت قبلاً پوزش اینجانب را قبول بفرمایید.

داود محمدی

تصحیح و پوزش:

با سلام و عرض ادب و ارادت و تشکر مجدد از الطاف نشریه کوه در مورد چاپ مقاله و عکسهای مرحوم پدرم، دکتر اشراقی نامه هم‌نورد گرامی داود محمدی دریافت گردید. ایراد ایشان کاملاً بجا و صحیح و اشتباه از طرف بنده بوده است. چون برابر احکام رسمی، مرحوم پدرم قبل از سالهای ۱۹۱۹ میلادی معاون و جراح رسمی بیمارستان به مدت ۷-۸ سال بودند و در ابتدای اشتغال به کار که همان ۱۹۰۰ میلادی معادل ۱۲۷۹ خورشیدی است، با هیئت امریکایی به قلّه دماوند صعود کرده بودند. شخصاً هم نامه تشکرآمیزی بر آدرس آقای داود محمدی ارسال داشتم و از دقت ایشان سپاسگزاری و اشتباهی که توسط بنده شده بود عذرخواهی نمودم.

زیاده ایام عزت مستدام

فیروز اشراقی

توضیح:

خبر مندرج در شماره‌ی ۱۷ - ص ۱۸ - از دماوند به سبلان به مدت ۱۵ روز و برنامه‌ریزی و سرپرستی آن را هیئت کوهنوردی کارگران استان قزوین عهده‌دار بودند.

آقای اکبر کیبیری

از ارسال هدیه‌ی صنایع دستی شما، به تشریحی مورد علاقه خودتان کوه، سپاسگزاریم. فصلنامه‌ی کوه

اخباری از NGO

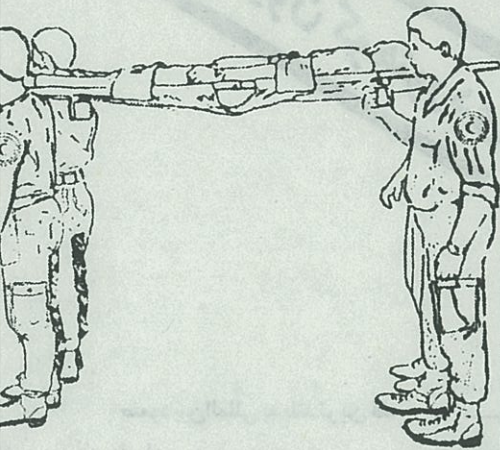
حسین نظر



جمعیت هلال احمر

او هم‌نورد شماست

با یک تماس شما، انسانی از مرگ نجات پیدا می‌کند



نظر به گسترش فعالیت گروه امداد و نجات کوهستان جمعیت هلال احمر در مناطق کوهستانی پرتردد شمال تهران حوزه معاونت امداد جمعیت هلال احمر امکان برقراری ارتباط با مرکز امداد و گروه امداد و نجات کوهستان را برای مواقع ضروری و اورژانسی فراهم نموده است.

خواهشمند است در صورت بروز هرگونه حادثه یا مشاهده مصدوم نیازمند به کمک، در ایام هفته (شنبه تا چهارشنبه) با شماره تلفن ۰۳۷۳۰۶۲۵۰ کشیک شبانه‌روزی امداد و در روزهای پایانی هفته (پنج‌شنبه و جمعه) با شماره تلفن همراه ۰۸۸۲۱۲۷۰۹۱۱-۰۹۱۱ تماس حاصل محل و نوع حادثه را گزارش نمایید.

گروه امداد و نجات کوهستان

شود.

ماهنامه‌ی تحقیقی این سازمان غیردولتی طرفدار محیط زیست (N.G.O) به گفتگو در خصوص آثار و کلیات بهینه‌سازی منابع طبیعی، با دست‌اندرکاران ادارات تابعه به مشورت پرداخته که بخشی از آن بدین شرح است.

سیل نکاء - پیامد تخریب جنگل

سوم مرداد ۷۸ باران شدیدی در بخش شرقی مازندران آغاز شد و در زمانی کمتر از دو ساعت این باران به سیل مهیبی تبدیل گشت که خسارات بسیار سنگینی به پیکره‌ی طبیعی و شهری این استان زد. شناسایی عواقب این سیل را هیئتی از این جمعیت در ۲۴ مرداد ۷۸ با همکاری سازمان جنگلها و مراتع استان مازندران در منطقه‌ی نکارود آغاز کرد. طول این رودخانه ۱۸۰ کیلومتر است.

در مسیر ۱۳۰ کیلومتر بازدید شده‌ی خوره، در مسیر گلوگاه به دامغان اراضی جنگلی و کشاورزی و زمینهای شخم زده در شیب‌های بیش از ۳۰ درصد، اراضی بدون پوشش گیاهی، در دامنه‌های پایین دست مشرف به جاده، مراتع با پوشش گیاهی نئک در دامنه‌های بالادست و مراکز جمعیتی واقع در دره‌ها و دامنه‌های این بخش از حوزه مورد بازدید و تحقیق قرار گرفت. مقایسه‌ی این مناطق در این سال، با سالهای قبیل بیانگر نابودی وسیع عرصه‌های جنگلی و جایگزین شدن اراضی کشاورزی بود.

بنابراین چنین دامنه‌های پرشیب و فاقد پوشش گیاهی کافی و مناسب و عاری از لاشبرگ‌های جنگلی قدیمی، با شروع باران آن هم با شدتی معادل ۷۷ تا ۱۸۰ میلی‌متر در کمتر از سه ساعت نمی‌تواند قدرت کافی برای جذب آب و پایداری لازم در مقابل باران داشته باشد، و به سرعت خاک‌شویی وسیعی در این دامنه‌های حساس و آسیب‌پذیر انجام می‌شود و در مدت زمان کوتاهی سیلی از گل‌ولای به دره‌ی نکا سرازیر می‌شود و با ملحق شدن مسیرهای فرعی دیگر، در طول ۱۸۰ کیلومتری آن، هر لحظه بر قدرت تخریبی این سیل گل، افزوده و با تخریب شدید جنگل‌ها و شالیزارها به نمایش غمناکی مبدل گشت. Δ

● آشنایی با تشکلهای زیست‌محیطی غیردولتی (NGO)

جمعیت جوانان آوای سبز به همت دانشجویان مهندسی محیط زیست دانشگاه آزاد تهران شمال در سال ۷۵ اعلام موجودیت نموده، این جمعیت با هدف ایجاد انگیزه، در بین مردم و اشاعه‌ی فرهنگ زیست‌محیطی که با تصویب وزارت کشور همراه بوده، کار خود را آغاز کرده است.

در همین راستا این جمعیت اقدام به تشکیل کمیته‌های تخصصی در زمینه‌ی تنوع زیستی، حیات وحش و کمیته‌ی آلودگیهای محیط زیست، کمیته‌ی حقوق محیط زیست و کمیته‌ی توسعه‌ی پایدار برآمده است.

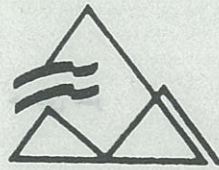
فعالتهای این جمعیت شامل برنامه‌ی سالیانه‌ی درختکاری و پاکسازی کوههای تهران، کنترل و نمونه‌برداری آلودگی هوا با همکاری سازمان ترافیک، پاکسازی حاشیه‌ی سدهای لتیان و لار و تحقیق از پارکهای ملی و مناطق حفاظت شده خجیر، سرخه‌حصار و جنگل گلستان و اثرات پدیده‌ی کسوف بر روی حیات وحش می‌باشد. در خصوص جنبه‌های تحقیقاتی و آموزشی، آوای سبز مبادرت به چاپ ویژه‌نامه‌های تخصصی در زمینه‌های منابع و محیط زیست کرده است. این جمعیت همچنین دست به کار برگزاری همایش‌هایی در جهت توسعه و اثرات جمعیت، بر روند تخریب محیط زیست شده است.

امید است با همکاری سازمانها و ارگانهای مختلف کشور و نیز همیاری علاقمندان به منابع و طبیعت کشور، بتوان این جمعیت را در اجرای اهداف مقدس خویش یاری نمود، تا قسمتی از معضلات محیط زیست کشور حل شود. مرکز اصلی این دفتر در منطقه ۱۹ شهرداری تهران است.

● نگاه NGO به زبان‌های وارد شده بر محیط زیست

جمعیت زنان مبارزه با آلودگی محیط زیست به عنوان یک تشکل موفق در عرصه‌ی مسایل زیست‌محیطی اهدافی را در بخش پژوهش و تخصص با مدیریت خانم مه‌لقا ملاح و دیگر کارشناسان دلسوز، دنبال کرده که به تدریج فرهنگ محیط زیست و پیشگیری از معضلات ناشی از زیانکارهای برخی، در طبیعت کشور، جلوگیری

● اخبار رسیده از فدراسیون کوهنوردی



صعود بین‌المللی به بلندترین قله ایران

به مناسبت یکصدمین سال تولد حضرت امام خمینی (ره) صعود سراسری در بهمن ماه سال جاری با حضور کوهنوردان ایرانی و خارجی بر تارک بلندترین قله ایران انجام می‌شود. در یکصدمین سال میلاد امام خمینی (ره) و در اجرای برنامه‌ها و مراسم ویژه سال امام و نیز گرامیداشت بیست‌ویکمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی ایران، یک گروه ۱۶۵ نفری کوهنورد از ایران و خارج از کشور در یک برنامه ۴ روزه از ۳ تا ۶ بهمن ۷۸ به دماوند بلندترین قله ایران صعود می‌کنند. در این صعود از کوهنوردان و مسئولین فدراسیونهای کوهنوردی سایر کشورها به نشانه همبستگی و وحدت تریبی داده شده تا در شرایط آب و هوایی بهمن ماه یکی از

مراسم کم‌نظیر و بی‌سابقه کوهنوردی با صعود گروه کثیری از مراسم کم‌نظیر و بی‌سابقه کوهنوردی با صعود گروه کثیری از کوهنوردان از چهار جبهه دماوند به اجرا گذارده شود و پرچم پرافتخار و نهاد آرمانی نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران در بلندترین قله فلات ایران به اهتزاز درآید.

صعود به قله دماوند به طور همزمان و برای اولین بار از ۴ جبهه شمالی، شمالشرقی، جنوبی و غربی انجام می‌شود و صعودگران از میدادی چهارگانه (رینه، تأسیسات سد لار، روستای گزانه و روستای ناندل) صعود خود را آغاز می‌کنند.

برگزاری مسابقات کوهپیمایی

با گسترش روزافزون ورزش کوهپیمایی مسابقات قهرمانی کوهپیمایی کشور در تاریخ

۷۸/۱۰/۲۴ در منطقه ایذه خوزستان برگزار شد. در این مسابقات که به مناسبت یکصدمین سال میلاد حضرت امام خمینی انجام گردید ۸۳ نفر از استانهای سراسر کشور شرکت داشتند. این مسابقات در رده بزرگسالان (۶۷) نفر و رده جوانان (۱۶) نفر، از ۱۶ استان کشور، برگزار گردید.

نفرات برتر این مسابقات به ترتیب ذیل می‌باشند: نفرات برتر رده بزرگسالان

۱- هوشنگ حاتمی، نفر اول، از استان خوزستان. ۲- فرج‌الله قراش‌بیوا، نفر دوم، از استان لرستان. ۳- اسماعیل خواجوی، نفر سوم، از استان خوزستان.

نفرات برتر رده جوانان

۱- روح‌الله موسوی، نفر اول، از استان خوزستان. ۲- مهدی باروتی‌پور، نفر دوم، از استان خوزستان. ۳- امرالله علی میرزائی، نفر سوم، از استان چهارمحال و بختیاری.

شهرستان ایذه در منطقه خوزستان با داشتن طبیعت بکر و زیبایی زاگرس مستعد رشته‌های مختلف ورزش کوهنوردی، کوهپیمایی و سنگنوردی می‌باشد.

سومین اردوی آمادگی تیم ملی کوهنوردی

این اردو از تاریخ ۱۳ لغایت ۱۸ دی ماه در منطقه سیلان و با صعود از جبهه غربی سیلان از میدا مشکین شهر برگزار شد. در این اردو ۲۲ نفر از کوهنوردان برگزیده کشور از ۱۸ استان شرکت کرده بودند.

در بدو ورود اعضاء تیم به منطقه، وضعیت هوایی منطقه سیلان که جزء سردترین مناطق کشور می‌باشد کاملاً دگرگون شده و

شرایط سخت و دشواری را برای صعود ایجاد کرد. وجود طوفانهای سهمگین همراه با بارش برف و کولاک شدید باعث بالا بردن آمادگی فنی و تکنیکی و کیفیت اردو بود. تیم ملی کوهنوردی قرار است اوایل سال آینده به منطقه هیمالیا جهت صعود بر قله ۸۰۰۰ متری جهان به کشور نیپال اعزام گردند، تا با اهتزاز پرچم پرافتخار ایران بر این قله برگ زرین دیگری بر افتخارات مملکت اسلامیمان در بعد جهانی بیفزایند. صعود قله رفیع بالای ۷۰۰۰ متر و قله ۸۰۰۰ متری جهان و رشته هیمالیا نوردی در صدر سیاستهای جدید چند ساله اخیر فدراسیون کوهنوردی ایران گنجانده شده است. Δ

کوهستان

فالی از

خطر نیست

با آموزش،
تمرین، احتیاط،
خودداری از
غرور بیجا و
برنامه‌ریزی
صحیح، امکان
بروز حادثه را به
حداقل ممکن
برسانیم.

مراکز توزیع نشریه کوه

تهران، نمایشگاه بین‌المللی - اردیبهشت ۷۹

وعدۀ دیدار ما با شما در جشنواره مطبوعات

فصلنامه کوه

۲۵۰۶۰	عباس عرب‌کونینی	سیرجان	۲۲۱۴۶۹	محسن باقریه	همدان
۲۳۰۶۱	بامداد-سیامک صادق‌زاده	خلخال	۲۴۱۹۴۸	عباس دانشگرمقدم	همدان
۹۱۰۹۹	ذوالفقار درستکار	شیراز مرودشت	۴۴۷۳۵۰	علی اعتمادی‌فر	زاهدان
۴۱۳۳۸	محسن رحیمی	شیراز	۲۵۷۹	علیدوست فرخی‌پور	کلاردشت
۲۷۷۷۰	کتابفروشی شفیعی	شیراز	۲۴۸۲	خسرو فروتنی	دردلرستان
۲۵۲۶۳۷	نصیری	گلستان	۴۴۱۰۷۴	وارک-بهمن قندی‌پور	خرم‌آباد
۴۵۷۵۲۵	حاج محمدی	اردبیل	۳۱۵۲۰	سیدیحیی‌یزدانی	گرگان
۲۴۱۰۰	حمیدرضا سعادت	کاشمر	۳۲۲۷۵	مهدی بلندی	گرگان
۳۳۴۱	سلام اسماعیل سرخ	دیواندره	۶۴۶۵۷۰۳	فروشگاه رهبر	تهران
۳۴۹۶۲	صالح شاه‌محمدی	میانه	۸۸۲۶۶۴۲	ورزش‌کوه-بهمن شهوندی	تهران
۲۱۵۳۳	سیلان-یوسف اسماعیلی	تنکابن	۶۷۰۲۲۸۰	کوه‌اسکی-علی عزیزی	تهران
۴۷۴۱۹	فریبرز صیاداوغلی	رشت	۲۷۱۰۶۴۳	کتابفروشی فردوسی	تهران
۸۲۴۸۰۲	علی‌اکبر کفایتی	رشت	۲۷۱۳۶۳۷	کوشا-اسماعیل‌لرزاده	تهران
۶۶۲۰۷۱-۳	مسعود سلیم‌پور	رشت	۳۷۰۰۸۴۹	پناهگاه پلنگ چال جواد عبدالهی	تهران
۷۴۹۰۳۰	فرهنگ-محمد مهدی کمالیان	یزد	۶۴۹۵۳۵۰	پایار-عباس اخترزند	تهران
	جاوید سیف‌الهیان	آستارا	۶۴۰۰۱۱۹	کوهیار-غفار حسین‌زاده	تهران
۶۴۷۸۶۴	علیرضا حشمت‌پژوه	سبزوار	۳۲۰۲۰۶	جواد نظام‌دوست	مشهد
۲۸۱۰۲	سامر ابراهیمی	نیشابور	۶۱۰۸۷	آذرکوه-مسعود آقابالائی	تبریز
۲۶۲۶۵	غلامحسین کیانی‌بروجنی	بروجن	۶۰۳۴۱	ایگراسپورت سیدحسین آل‌حسین	تبریز
۲۲۲۸۲	علی محمد طاهری	اراک	۲۴۳۷۷۳	کریم شفیعی	اصفهان
۲۴۵۴۱	بیژن هزارجریبی	بهشهر	۲۹۹۹۲۸	دنا - کریمی	اصفهان
۲۶۳۸۷	یوسف صمدی‌زنوز	گنبدکاوس	۷۱۵۴۷۰	حسین بقولی‌زاده	اصفهان
۲۰۰۲۱	کتابفروشی دانشجو-صادری	امل	۲۷۹۷۸	حسن زرافشان	قزوین
۲۱۰۵۰	مرتضی جمشیدنژاد	ساری	۲۵۹۲۵	غلامعلی عباسی	قزوین
۲۲۲۵۱۲	هیئت کوهنوردی بانوان	کرمان	۳۶۰۳۲	محمدحسین لطیفی	بروجرد
۵۴۳۶۹	علیرضا باقری	کرمان	۲۷۲۸۳	احمد ضرغام‌مقدم	بجنورد
۳۰۹۱۰	بهمن اصغری	یاسوج	۲۲۸۰	رامین سمیعیان	صحنه کرمانشاه
۲۷۷۴۳	اسماعیل سلطانی	بوکان	۸۳۰۸۵۵	رسول چلنگریور	کرمانشاه
۳۳۳۸۸۱۰	ابراهیم آقازاده	ارومیه	۸۴۰۹۶۵	ایوب امیریلوزادیان	کرمانشاه
۲۹۸۸۲	صلاح‌الدین حقیقیان	سنندج	۲۲۷۳۸۷	کتابفروشی اندیشه - تخیری	کرج



**همنورد عزیز شاهرخ
ظهیری آذری از تبریز:**

از لطف و توجه شما به مسئولین مجله‌ی کوه و برگزار کنندگان نمایشگاه عکس سیاست‌گزاریم و متأسف هستیم که شما موفق به بازدید از نمایشگاه نشدید. ضمناً از ارسال عکس زیبایان تشکر می‌کنیم و اما در خصوص مجله‌های شماره‌ی ۲ و ۳ و ۴، باید به اطلاع شما و سایر عزیزان برسانیم: شماره‌های مذکور تمام شده و موجود نمی‌باشد. شاد و پیروز باشید.

**کوهیار گرامی ایرج طریقی
جاوید از تهران:**

ضمن تشکر از عنایت شما به نشریه‌ی کوه ما نیز از پیشنهاد شما در خصوص چاپ تمبر یادگاری ویژه‌ی سالگرد صعود قله‌ی اورست توسط تیم ملی کوه‌نوردی کشور استقبال می‌کنیم. البته این امر باید از طریق فدراسیون کوه‌نوردی و با هماهنگی وزارت پست صورت گیرد که امیدواریم در این مورد سازمانها و ارگانهای ذی‌ربط اقدام نمایند. شما هم می‌توانید با مکاتبه با فدراسیون کوه‌نوردی این پیشنهاد را پیگیری نمایید. اما در مورد چاپ تمام رنگی

مجله‌ی کوه، ما نیز مشتاق هستیم بتوانیم چنین کاری را انجام دهیم اما در حال حاضر اقدام به این کار موجب افزایش قیمت مجله به بیش از دو برابر قیمت کنونی خواهد گردید و همچنین موجب مشکلات متعدد دیگر می‌شود که فعلاً این امکان برایمان وجود ندارد. امیدواریم در آینده با رفع مشکلات بتوانیم به درخواست شما و سایر عزیزان علاقمند پاسخ مثبت دهیم. سربلند و پیروز باشید.

همنورد ارجمند رسول پ:

برای ما از ناراحتی زانوی خود در کوه‌پیمایی نوشته بودید و ما نیز با توجه به علاقه شما به ورزش و ناراحتی که برایتان پیش آمده بسیار متأسف شدیم و از این جهت از دکتر فیروز مددی متخصص ارتوپدی با بیش از ده سال سابقه در تشخیص و درمان بیماریهای مفصلی و استخوانی ورزشکاران تقاضا کردیم در مورد بیماری شما توضیح دهند و راهنمایی فرمایند. ایشان معتقد هستند مشکل شما در حال حاضر مهم نیست و شما باید به غیر از کوه‌نوردی به ورزشهای دیگری مانند شنا - تمرینات مرتب بدنسازی و دو و میدانی نیز بپردازید و در کوه‌نوردی در راه بازگشت از کوه آهسته و با حداقل فشار بر روی زانوها آرام راه بروید. و در محل خود به فیزیوتراپیست مراجعه نمایید مشکل شما رفع خواهد شد. انشا... سالم و سرفراز باشید.

**کوهیار گرامی حمدا... ساعتی از
تهران:**

از توجه شما به نمایشگاه عکس سیاست‌گزاریم و امیدواریم در آینده نیز با کمک شما عزیزان و استاد ارجمند علی قلمسیاه و سایر مسئولین نشریه‌ی کوه بتوانیم از این دست نمایشگاهها برگزار نماییم. همچنین از عکس‌ارسانی شما متشکریم و امیدواریم دیگر سبزی تبدیل به خاکستر نشود تا در جای آن ساختمان بنا شود. شاد و موفق باشید.

**کوهیار عزیز تیمور مارابی از
گروه کوه‌نوردی نساجی غرب
کرمانشاه:**

از این همه توجه و ابراز علاقه‌ی شما به مجله‌ی کوه خوشحالیم و از طرفی نیز شرمند هستیم که به دلیل مشکلات مالی و گرانی کاغذ و خدمات چاپ نمی‌توانیم خواست شما عزیزان را در حال حاضر پاسخ دهیم ما هم تصمیم داریم مجله را از صورت فصلنامه به ماهنامه یا حداقل دو ماه یکبار تبدیل کنیم و بارها راجع به آن بحث و گفت‌وگو کرده‌ایم اما مشکلات به قدری زیاد است، همین که این فصلنامه را هم منتشر می‌کنیم خود کم از صعود اورست برایمان نیست اما قول می‌دهیم هر زمان که بر مشکلات فایق آییم زمان چاپ مجله را کوتاهتر خواهیم کرد.

اما در خصوص مأموریت ورزشی ما نیز معتقدیم که باید تسهیلاتی ایجاد شود و این در اختیار مقامات کشوری و فدراسیون کوه‌نوردی است به هر حال امیدواریم راه چاره‌ای مناسب، برای این امر در نظر گرفته شود. البته تا حدی که به چرخ صنعت و پیشرفت کشور لطمه‌ای وارد نشود. سرفراز و پیروز باشید.

**همنورد عزیز سیدحمید
صدیقیان از زنجان:**

هفت صفحه نامه‌ی پر از سوز و دل‌تنگی شما را در خصوص مسائل ورزش کوه‌نوردی و فدراسیون کوه‌نوردی خواندیم و امیدواریم در آینده مسئولین ورزش برای مشکلاتی که در سیستم اداری ورزش وجود دارد راه چاره‌ای بیندیشند. و اسباب همگانی شدن و توسعه‌ی ورزش به خصوص ورزش کوه‌نوردی فراهم شود. مواردی را که برای ما ارسال کرده‌اید به صورت کارشناسانه‌تری می‌توانید برای مسئولین سازمان تربیت بدنی ارسال کرده و نیز راه کارهایی را که به نظرتان مفید است با مطالعه‌ی بیشتر پیشنهاد نمایید. انشا... مورد

توجه و بررسی کارشناسان ورزش و مسئولین قرار خواهد گرفت. ضمناً یک رونوشت نیز برای ما ارسال نمایید. سربلند و موفق باشید.

**همنورد گرامی محمد مهدی
چیت‌سازیان از گروه کوه‌نوردی
زاگرس همدان:**

دوست عزیز از شما و همه اعضای گروه زاگرس همدان سیاست‌گزاریم که ما را مورد مهر قرار داده‌اید. درباره معرفی آخرین تکنیکهای کوه‌نوردی باید به اطلاع شما برسانیم مجله با پرداخت سنگین حق اشتراک معتبرترین مجلات کوه‌نوردی جهان و استفاده از ارتباط جهانی اینترنت همواره سعی بر این داشته که جدیدترین متد و روشهای ابداع شده و تجهیزات و وسایل را معرفی نماید و این روش ادامه خواهد داشت و امیدواریم در آینده بتوانیم بیشتر به آن بپردازیم. در مورد چاپ پوستر رنگی، فکر می‌کنم اگر بخواهیم بگوییم تکرار مکررات خواهد شد (همان مسئله‌ی مالی) اما چشم هر وقت بتوانیم این کار را حتی اگر سالی یکبار هم که باشد انجام خواهیم داد. و اما اختلاف در تعداد قله‌های منطقه‌ی دنا این اختلاف ناشی از استفاده‌ی نویسندگان از منابع مختلف می‌باشد و هیچ یک از ادعاهای عنوان شده در دو منبع نامبرده از طرف شما نمی‌تواند سندیت داشته باشد شاید این ارتفاعات بیشتر و یا کمتر از آنچه باشد که اعلام شده، این امر تنها توسط سازمان جغرافیایی کشور و با بهره‌گیری از اطلاعات ماهواره‌ای ممکن می‌باشد. و امیدواریم روزی این کار که تصور می‌کنم تا به حال نیز دیر شده است انجام پذیرد و منبع اطلاعاتی مستند و قابل اطمینانی در این زمینه منتشر شود. استوار و سرفراز باشید.

**کوهیار ارجمند انور پناهیده از
گروه کوه‌نوردی معلم دیواندره:**
از تمام اعضای گروه معلم دیواندره که ما را مورد لطف قرار

داده‌اند سیاست‌سازان و امیدواریم صعودهای بیشتری در آینده داشته باشید و همانطور که خواسته بودید از سایر گروه‌ها و کوهنوردان می‌خواهیم به قله زیبای چهل چشمه در منطقه دیواندره سری بزنند و از صعود آن لذت ببرید البته با میهمان نوازی گرم شما هم‌نوردان عزیز. ضمناً خواسته بودید گروه شما را معرفی کنیم آن هم به چشم به همه‌ی شما عزیزان زحمت‌کش که به آموزش جوانان و این شغل پرمسئولیت همت گماشته‌اید درود می‌فرستیم. شاد و پیروز باشید.

کوهیار نوجوان و پرشور فرهاد امیری از کرمانشاه:

همه‌نامه شما را سطر به سطر و کلمه به کلمه خواندیم و خوشحال شدیم با نوجوانی یازده ساله آنهم با این همه فعالیت و شور آشنا شدیم. فرهاد عزیز ورزش کوه‌نوردی یعنی صبر و شکیبایی و استقامت تا رسیدن به هدف همه‌مربیان عزیز که از آنها یاد کرده‌ای دوستان قدیمی کوه‌نوردان و پیش‌کسوتانی هستند که همیشه مورد احترام و توجه همه‌دوستان این ورزش بوده‌اند. از آنها اگر سؤال کنید به شما خواهند گفت قدم اول کوه‌نوردی شکیبایی و پشتکار است. شما به همین ترتیب به ورزش خود تحت نظارت پدرتان و مربیان قدیمی و باتجربه‌ی استان ادامه دهید انشا... در آینده جزو افتخارآفرینان استانتان و کشور خواهید شد. همچون پراو پیروز و سربلند باشید.

کوهیار گرامی سهراب باقری از گروه کوه‌نوردی شرکت کابل باختر:

دوست عزیز یکی از مشکلات مجلات و نشریات حتی کتابها که در چاپ آنها زمان و دقت بیشتری بکار گرفته می‌شود غلط‌های چاپی است. البته ما سعی می‌کنیم این چنین نباشد و بعد از حروفچینی و تمام شدن کار صفحه‌بندی، مجله توسط همکاران، خوانده می‌شود و قبل از

آن نیز توسط ویراستار ویراستاری می‌شود. اما باز این قبیل اشتباه‌ها پیش می‌آید. اما مواردی از اشتباه که به اصل مطلب لطمه می‌زند و یا موجب تغییر متن مقاله می‌شود در شماره‌ی بعد با پوزش توضیح می‌دهیم به هر ترتیب امیدواریم عزیزان این مشکل ما را به ما ببخشند و همیشه سعی ما بر رفع این مشکل است. با تشکر از توجه شما شاد و پیروز باشید.

کوهیار ارجمند غلامرضا منتظری از گروه کوه‌نوردی شقایق (تهران - رینه):

اول از هر چیز از خط زیبای شما لذت بردیم و امیدواریم سایر دوستان نیز نامه‌های خود را با خط خوش برایمان ارسال کنند. دوم همان مسئله‌ی آزار دهنده و همیشگی تخریب طبیعت که ما هم نمی‌دانیم تا کجا پیش خواهد رفت امیدواریم مسئولین محترم برای دماوند و آینده‌ی طبیعت آن خطه چاره‌ای بیندیشند و یا لاقل در خصوص اجرای طرح‌های اقتصادی و عمران‌ی و گردشگری استانداردهایی را در نظر بگیرند که چهره‌ی زیبای طبیعت به زشتی کشیده نشود. انشا... سربلند و پیروز باشید.

کوهیار عزیز حبیب... رنجبران از آباده:

طبیعت شگفتیهای زیادی دارد که حتی با علم امروز نمی‌توان همه آنها را تفسیر کرد و ما نیز نمی‌دانیم حفره‌های سبز رنگ و مرطوب ارتفاعات نزدیک آباده نشانه‌ی چیست اما به شما پیشنهاد می‌کنیم با گروه کوه‌نوردی دانشگاه شیراز تماس گرفته و عکس و اطلاعات خود را به آنها اعلام نمایید تا به صورت علمی این پدیده را مورد بررسی قرار دهند. شاید جواب شما از این طریق داده شود. پیروز و سرافراز باشید.

همنورد ارجمند روزبه کیادلیری از تهران:

متأسفانه باید بگوییم بسیاری از جانپناهها مانند جانپناه سیاه‌سنگ علم‌کوه در معرض خرابی است و هر کدام از آنها به نظر ما اهمیت خاص خود را دارد امیدواریم فدراسیون کوه‌نوردی برای رفع مشکلات این جانپناهها که روزی با هزینه و تلاش زیاد احداث شده است، امروز با هزینه و صرف وقت کمتری نسبت به تعمیر آنها اقدام نماید. امیدواریم چنین شود ضمناً در مورد سیم بکسل که در منطقه‌ی مذکور به عنوان طناب ثابت کار گذاشته شده از فدراسیون کوه‌نوردی درخواست می‌کنیم در خصوص امنیت و سلامت آن نیز بررسی نمایند. اما از کوه‌نوردان عزیز هم این توقع را داریم که پناهگاهها و جانپناهها را حرمت گذاشته و در نگهداری آن همت و کوشش نمایند و خدای ناکرده آسیبی به آنها وارد نکنند. امیدواریم صعود سال ۲۰۰۰ شما نیز انجام شده باشد. شاد و پیروز باشید.

کوهیار عزیز علیرضاورزم از تبریز:

شما می‌توانید نقشه‌های مورد نظر خود را از فروشگاه سازمان جغرافیایی واقع در خیابان شریعتی نبش معلم تهیه نمایید. در مورد چاپ عکسهای برنده در نمایشگاه عکس هم در وقت و زمان مناسب منتشر خواهد شد همانطور که تا کنون چند نمونه از آنها در مجله به چاپ رسیده است. پیروز و سرافراز باشید.

معرفی گروه‌های کوه‌نوردی که درخواست کرده‌اند تا آدرس و نام آنها را به چاپ برسانیم:

- ۱- گروه کوه‌نوردی دانشگاه تبریز: دانشگاه تبریز - تربیت بدنی - گروه کوه‌نوردی تلفن ۳۴۰۴۶۲
- ۲- گروه کوه‌نوردی مهماتسازی تهران: تهران - چهارراه پاسداران - مجتمع فرهنگی ورزشی مهماتسازی تلفن ۲۱-۲۵۴۰۰۲۱ داخلی ۲۸۵۴
- ۳- گروه کوه‌نوردی تهران: تهران - صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۷۱۵۸

- ۴- گروه کوه‌نوردی شانلی سولدوز نقده: خیابان امام - پاساژ دلیری صندوق پستی ۳۷۷ تلفن ۲۶۹۷۲
- ۵- گروه کوه‌نوردی شرکت شباب غرب: کرمانشاه - ماهیدشت - کیلومتر ۲۵ جاده کرمانشاه اسلام آباد تلفن ۸۳۶۹۹۸ - ۴۶۰۴۱ - ۹۵۲۱۲
- ۶- گروه کوه‌نوردی معلم دیواندره: اداره آموزش و پرورش - تربیت بدنی آموزشگاهها تلفن ۲۳۲۵ - ۲۰۱۵ - ۲۵۷۹

همگام و همخوان با شما عزیزان خواننده با ذکر اسامی دوستانی که با ما در تماس بودند این صفحه را به آخر می‌رسانیم.

سیامک خان‌اوغلان از سراب - پرویز امرائی از تهران - فاطمه نامیه از مشهد - علی درخشان از اردبیل - دکتر ابوالفضل جوادی از قزوین - تقی اصغروند از مراغه - غلامحسین بهرامی نژاد از تهران - محمد ارشدی ابیانه از تهران - مرگان مکتب از بجنورد - کاظم حاجی‌حسینی از زنجان - محمد جدیدری عباسی از تبریز - رضا استادسرای از گیلان - بهرام ذولفقاری از تهران - علی پناهی نیکو از تهران - علیرضا حشمت پژوه از سبزوار - مجید ثابت از آمریکا - بهران نژادیان از شیراز - حسین عیسی حاج از کرمانشاه - حسین نبسی از تهران - ابراهیم نوتاش از فرانسه.

گروه کوه‌نوردی شباب غرب از کرمانشاه - هیئت کوه‌نوردی تبریز - گروه کوه‌نوردی شانلی سولدوز از نقده - گروه کوه‌نوردی اورست از زنجان - صلح سبز از تهران - هیئت کوه‌نوردی از کرمان - کانون کوه‌نوردان از کرمانشاه - گروه کوه‌نوردی معلم از دیواندره - فرهنگسرای بهمن از تهران - خانه کوه‌نوردان از کرج - گروه کوه‌نوردی غزال از خرم‌آباد - هیئت کوه‌نوردی از کرمان - اداره تربیت بدنی دانشگاه بوعلی سینا از همدان - هیئت کوه‌نوردی از مراغه. Δ

A Climate for all Seasons

English section: compiled and edited by: Shapour Samsam

March 21, inaugurates the Iranian New Year, which coincides with the Spring Season, thereby, putting an end to the cold and often hostile climate. Iran must be unique amongst the Middle East countries, in that she has four seasons, which afford their own respective conditions.

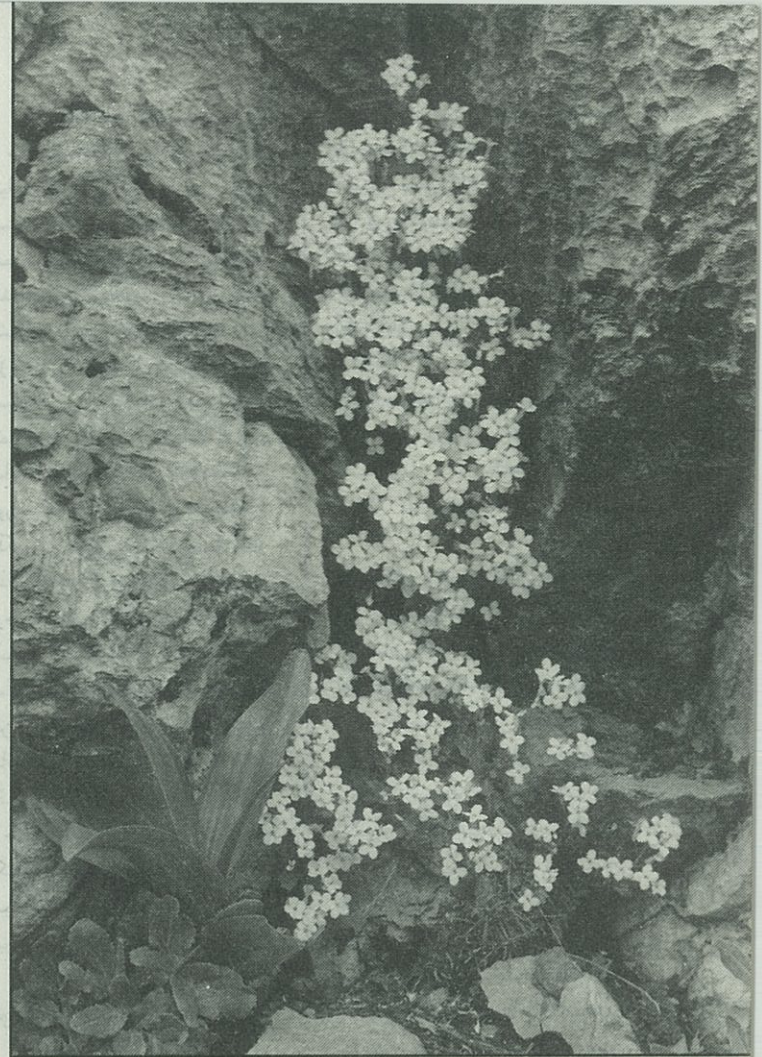
With the onset of the spring season, we witness the blossoming and blooming of flora and the reproduction process of fauna, as well as, a picturesque ecological community. The mountain ranges throughout the country usher a period of fertility and exquisite beauty, almost unparalleled in any other country in the Middle East.

Anyone who ventures to the mountains during this period, will find that, on the higher slopes, the thaw has commenced, thereby setting up cascades, which are another spectacular feature of the mountains at this time of the year.

Quite in contrast to winter climbing, where stopping the exertion for a rest in extreme conditions, is tantamount to frostbite or hyperthermia, during the spring season, however, resting, catching your breath, and even, sunbathing are not only free of any risk but, found to be wholly enjoyable and gratifying.

It is no wonder that the ski resorts at Dizin and Shemshak are fully booked well in advance of the Now Ruz holidays, where ski

Photo by: Askar Moosavi



enthusiasts flock to the slopes.

The huge disparity in weather conditions during the winter seasons make it possible to ski even as late as mid April. Such activities seldom or never take place in any other Middle East countries, where temperatures of approximately 45° centigrade are quite common, during the summer season.

Bearing the above in mind, all mountain enthusiasts and top class climbers are reminded that the warm, balmy climate renders the slopes exceedingly prone to avalanche disaster, and landslides, which have, in the past, claimed not a small number of casualties. Subsequently, we recommend extreme caution for climbers attempting any peaks during the spring season. Δ

کفش پایار

تولیدکننده انواع کفشهای کوهنوردی

همگام با آخرین مدلهای

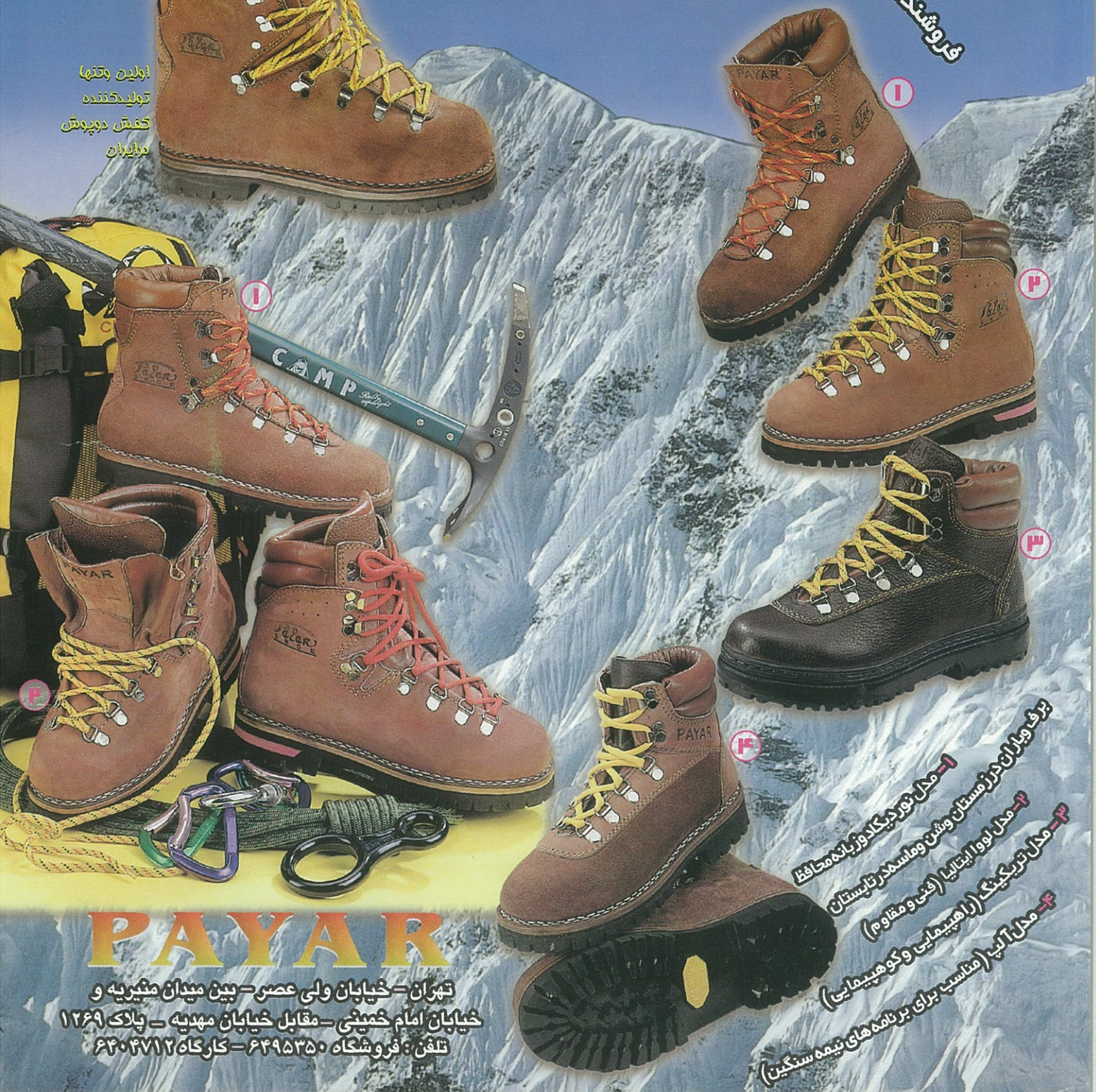
فنی اروپا

فروشنده کلیه لوازم کوهنوردی و کمپینگ

کفش چرمی دوپوش
مدل آسولوایتالیا

پوش داخلی چسبی (بدون بند) با
لیه ایفک ویسکوز
مقاوم در برابر سرما
ساق قابل تحرک برای آسودگی پا جهت فرود

اولین و تنها
تولیدکننده
کفش دوپوش
در ایران



- ۱- مدل تور جگادور با تاه محافظ
- ۲- مدل لوبو ایتالیا (فنی و مقاوم)
- ۳- مدل تریکنگ (راهپیمایی و کوهپیمایی)
- ۴- مدل آلپ (مناسب برای برنامه های نیمه سنگین)

PAYAR

تهران - خیابان ولی عصر - بین میدان مفیریه و
خیابان امام خمینی - مقابل خیابان مهدیه - پلاک ۱۲۶۹
تلفن: فروشگاه ۶۴۹۵۳۵۰ - کارگاه ۶۴۰۶۷۱۲

Shandiz

Total Sunblock Cream
For Sensitive Skin



R.A.M.G.R.A.P.H.I.C.S

کرم ضد آفتاب

شانديز

مخصوص پوستهای حساس در مقابل نور آفتاب **SPF=28**
برای جلوگیری از اثرات زیان آور اشعه ماوراء بنفش آفتاب در پوست

UVA-UVB-IR

مطابق با استانداردهای اروپایی

تهیه شده در لابراتوار ویدا - تهران تلفن دفتر مرکزی: ۹۲۴۵۴۲

تلفن مرکزپخش: ۶۷۰۶۴۸۵ و ۸۶-۶۴۹۶۷۰۴-۶۷۹۵۶۶

