



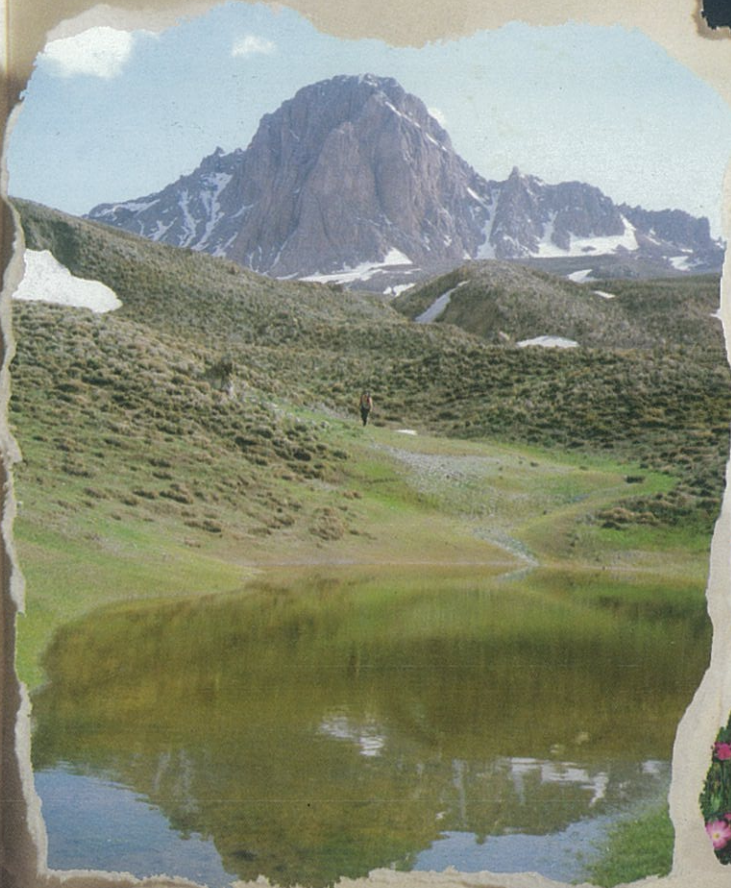
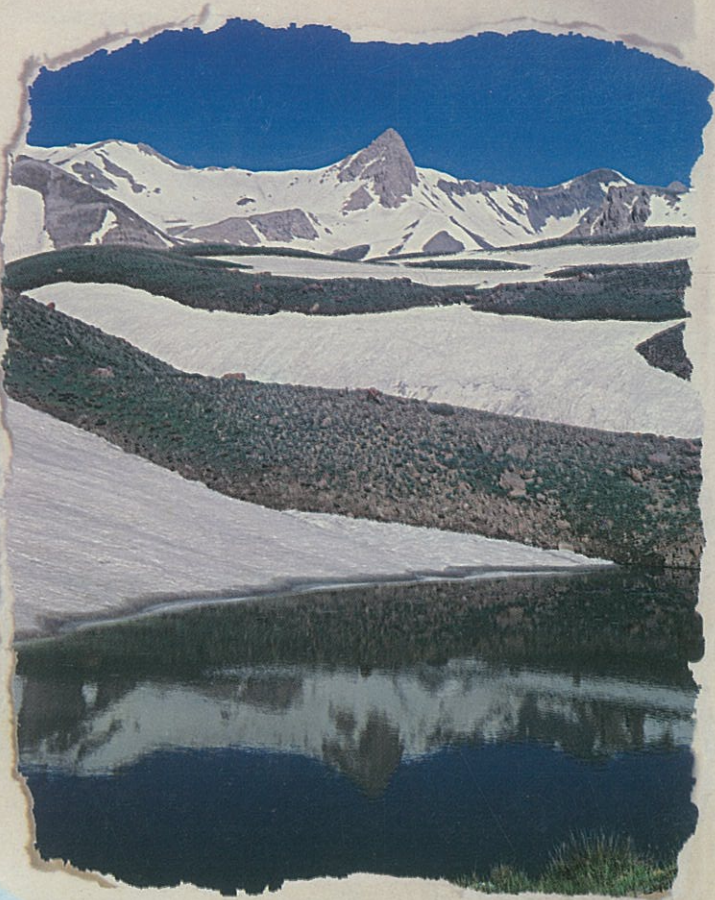
۳۴

# کوه

فصلنامه کوه

**KOUH**

Mountain Sports ISSN 1027 - 104x



سال نهم - بهار ۱۳۸۳ - بها: ۸۰۰۰ ریال

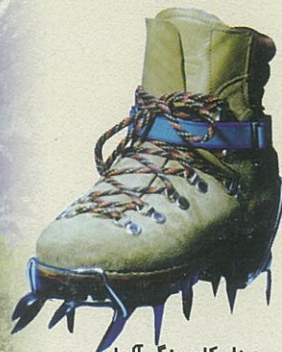
# کوهپیار



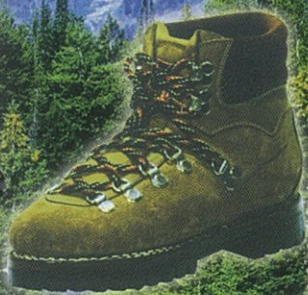
**عرضه کننده تمام لوازم کوهنوردی  
، سنگنوردی و کمپینگ**



طرح سوپر شارون فرانسه  
کوهپیمایی سبک



مدل کاسینگر آلمان



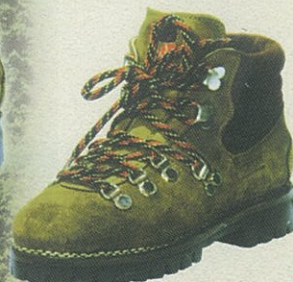
طرح آلپ اتریش



مدل هیمالیا  
جدید ساق پلاستیک



مدل تورهیگا ایتالیا (دوزبانه)



طرح آلپ اتریش (ساق کوتاه)



طرح ابتکاری کوهپیار

**طراح و تولیدکننده انواع کفشهای کوهنوردی و ورزشی  
طرف قرارداد با ادارجات، کارخانجات، سازمانها، ارگانها و کلیه  
گروههای کوهنوردی**

آدرس فروشگاه: تهران، خیابان ولی عصر، بالاتراز میدان منیریه  
روبروی خیابان مهدیه، جنب کوچه زعفرانچی، پلاک ۱۲۵۷  
تلفن: ۶۴۰۰۱۱۹ - ۶۴۹۰۲۳۶ فاکس: ۶۴۹۰۴۹۶  
مدیر: غفار حسین زاده

E-mail: kouhyar\_iran@hotmail.com



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)



کلنگ راه پیمایی (مدل سماپوس)  
 نوع B  
 طول: ۸۰-۷۳-۶۵ سانتیمتر  
 وزن: ۶۵۰ گرم در ۷۳ سانتیمتر  
 طبق استاندارد EN13089



چکش یخ (مدل همراه)  
 نوع B  
 طول: ۴۲ سانتیمتر  
 وزن: ۵۰۰ گرم  
 طبق استاندارد EN13089



کلنگ یخ (مدل همراه)  
 نوع B  
 طول: ۴۲ سانتیمتر  
 وزن: ۵۰۰ گرم  
 طبق استاندارد EN13089



یخ شکن (مدل همراه)  
 وزن: ۶۲۰ گرم  
 طبق استاندارد EN893



شرکت طراحی مهندسی

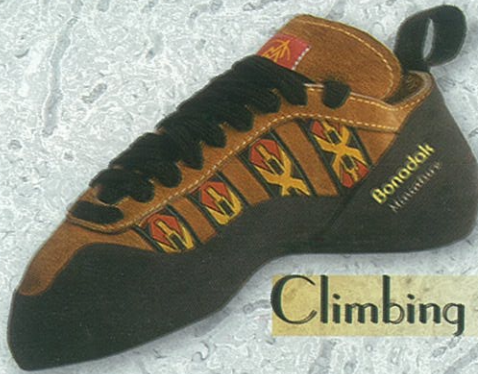
**هفت گوهر**

تلفن: ۷۳۳۲۱۱۹ : تلفکس : ۷۳۲۰۹۰۹  
 e-mail: info@haftgohar.com



# شرکت بنادک کفش

- تولید کننده انواع کفش های
- کوه نوردی
- راه پیمایی
- پیاده روی
- سنگ نوردی



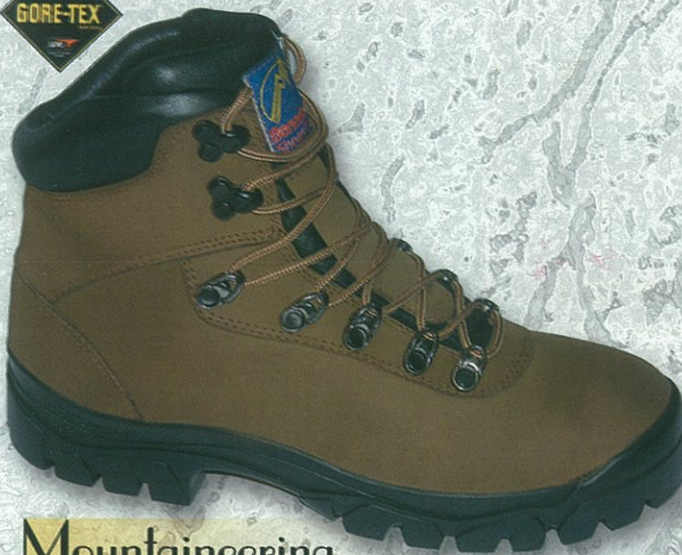
Climbing

فروش: ۶۴۶۰۵۷۰

تولید: ۶۹۶۶۲۲۶

نشانی: تهران، میدان منیریه، خیابان ولیعصر،

مقابل پاساژ تابان، شماره ۱۲۹۸ ص.پ: ۱۳۳۴۵/۱۶۷



Mountaineering

- قالب مناسب و راحت
- رویه چرم مرغوب
- آستری ضد آب (GORE-TEX)
- زیره لاستیک (Vibrame)
- وزن کم
- گارانتی
- خدمات پس از فروش

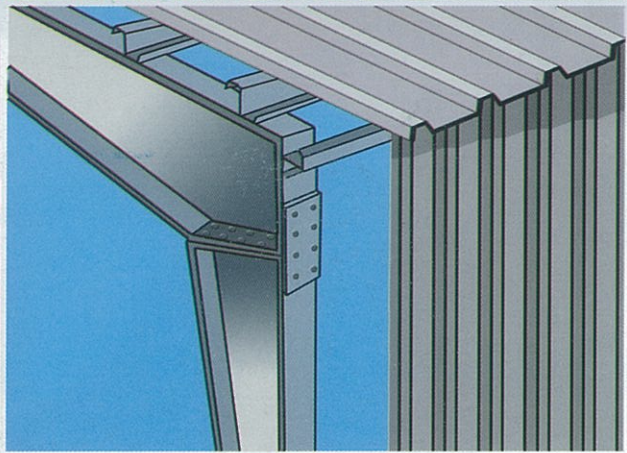


Trekking

جوایز بنادک در سایت اینترنتی بنادک: [www.bonadak.com](http://www.bonadak.com)

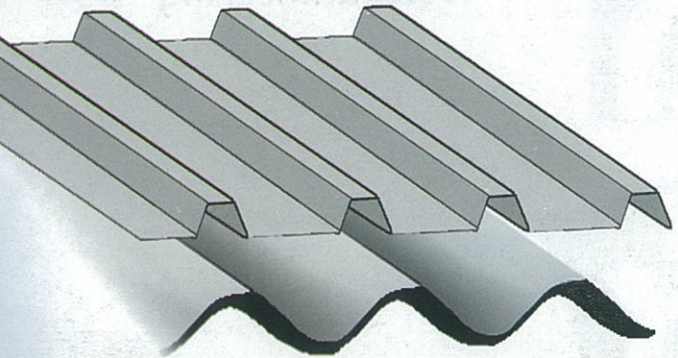
[www.bonadak.com](http://www.bonadak.com)  
e-mail: [info@bonadak.com](mailto:info@bonadak.com)

# Omran Soule Co.



## Galvanizing Industries

- تولید ورق گالوانیزه به روش HOT DIP GALVANIZED
- از ضخامت 0.4 الی 1.5 میلیمتر
- و عرض 1000 تا 1250 میلیمتر
- فرم دهی ورق گالوانیزه با مقاطع سینوسی و دوزنقه ای
- تولید پروفیل Z به طول دلخواه
- تولید پروفیلهای باز (OPEN)
- تولید ورقهای پوشش سقف



تلفن دفتر فروش: ۸۲۷۸۶۳۲ - ۸۲۶۴۸۴۴  
فکس: ۸۲۵۸۴۹۰

[www.omransoule.com](http://www.omransoule.com)  
[info@omransoule.com](mailto:info@omransoule.com)

# CASSIN

جدیدترین لوازم یخ نوردی و سنگنوردی ۲۰۰۴ را در ایران عرضه می نماید



Tel : 7510463  
Fax : 7510464  
www.kassaco.com  
info@kassaco.com

Design by : maroo institute tel : 7512336-9

# VEBIX

**بوی خوش شما را همه تحسین می کنند.**

این کرم اکیداً دخالتی در تعریق و تنفس طبیعی پوست ندارد.

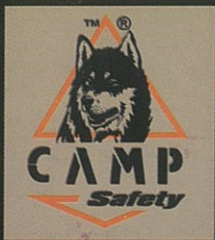
مخلوطی است از یک ضد باکتری و خوش بوکننده آنزیمی که بطور طبیعی باکتریهای تجزیه کننده ترشحات عرق بدن را از بین می برد و از انتشار بوی ناخوشایند جلوگیری می کند.



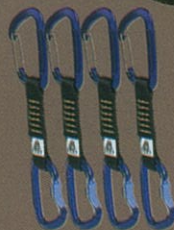
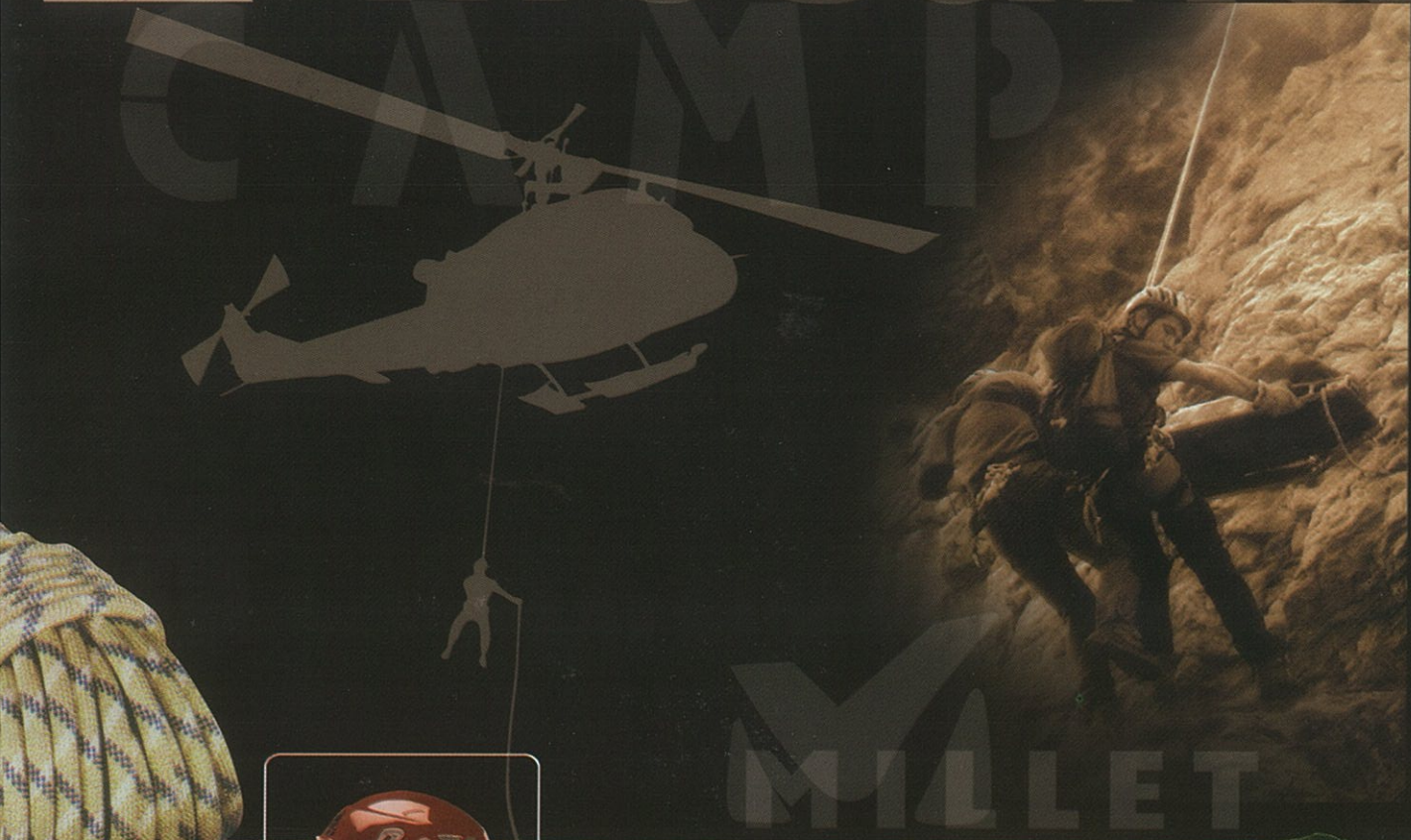
**بوی زنده زیر بغل و پاها را بطور طبیعی و بمدت یک هفته رفع می کند.**



فروش در کلیه داروخانه های معتبر



# Mosaffa Company



MILLET



شرکت سازدهوساخت مصفا

نماینده انحصاری **CAMP & Millet** در ایران

تهران : خیابان انقلاب • نرسیده به خیابان سپاه

کوچه فروغی • شماره ۴۷ • طبقه اول

فکس : ۷۵۲۸۷۹۴ - ۷۴۵۷۸۰۰ - تلفن : ۷۵۲۸۷۹۴

E-mail:homb7576@yahoo.com



AITOR



**اکوتوریسم چیست؟**

اکوتوریسم از دو واژه اکو (Eco) به معنای زیستگاه و توریسم به معنی گردشگری (Tourism) برگرفته شده است. معادل آن را در زبان فارسی طبیعت گردی در نظر گرفته اند طبیعت گردی انواع گردش هایی است که در آن انگیزه اصلی دیدار از طبیعت و درک ارزش واقعی آن در جهت حفاظت از محیط زیست است به گونه ای که کمترین اثر منفی بر طبیعت، محیط زیست و میراث فرهنگی گذاشته شود. راه پیمایی کوهپیمایی و دیدار از چشم اندازهای طبیعی مناطق حفاظت شده و بررسی زیستگاه های جانوری و گیاهی از برنامه های اکوتوریسمی بشمار می آیند در این زمینه برای دریافت آگاهی های بیشتر با ما تماس بگیرید ما شما را با اکوتوریسم در ایران و جهان آشنا خواهیم کرد



الاب چهاخور - چهارمحال بختیاری



کویر مرنجاب - کاشان



دره سه هزار - مازندران



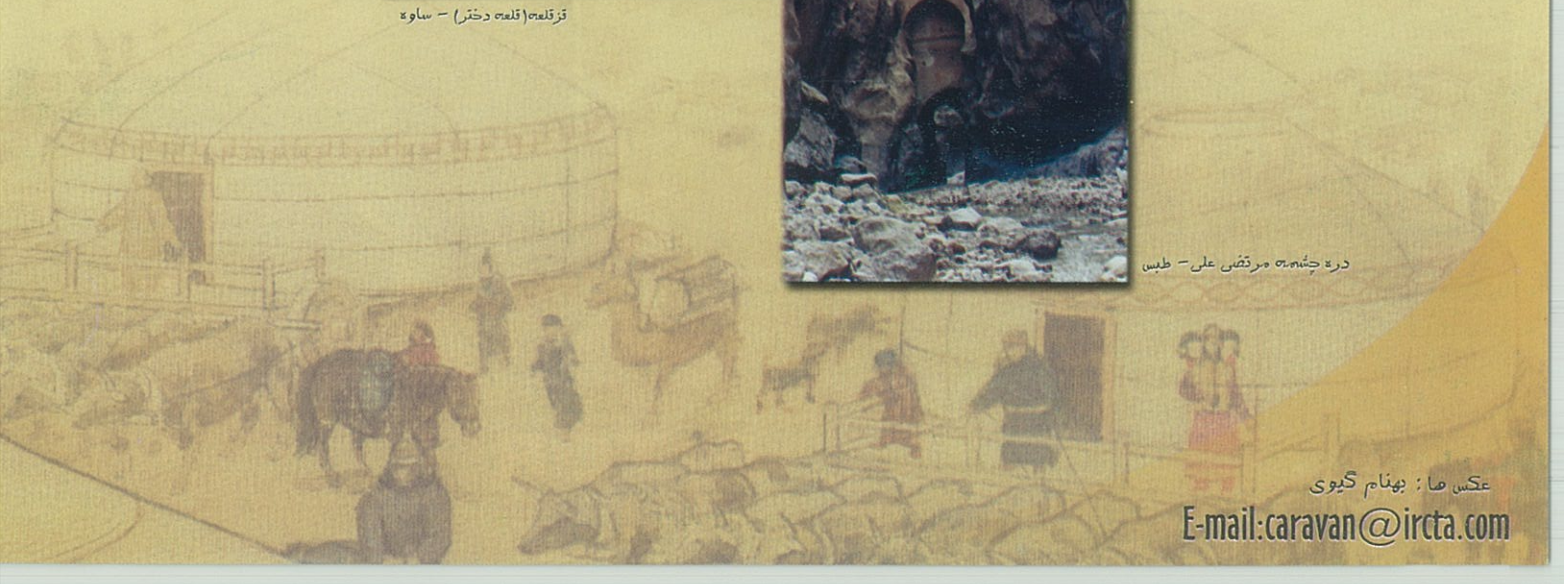
سنگ شکن - چرم



دره چشمه مرغض علی - طیس



قرقلعه (قلعه دختر) - ساوه



نشریه دوستداران طبیعت



طرح روی جلد: مریم نایبی

۳۴

۲	حرف اول
۴	صعود خطالرأس دنا
۹	میلی - کلار
۱۰	کهکشان
۱۱	آشنایی با کوههای گرگان
۱۲	تنگه زغز
۱۴	خطالرأس گرین
۱۶	شاهو و فرهنگ کوهپایه نشینان
۲۳	راهپیمایی در بهشت البرز
۲۴	گزارش صعود به قله اسپانیتیک
۲۶	ساعتهای دیجیتال
۲۸	پناهگاه ارفه کوه
۳۱	گزارش برنامه آب بر - ماسوله
۳۳	گرم شدن جهانی اقلیم و تأثیر آن...
۳۶	گذر از مرز میان دو قطب
۴۰	K2 قله‌ای با تمام مشکلات صعود آن
۴۶	غار هزار رود
۴۸	در هوای رقیق
۵۲	گزارش صعودهای زمستانی در اسکاتلند
۵۵	گامی دیگر در منطقه پامیر
۵۸	نکاتی پیرامون سازوبرگ کوهنوردی
۶۰	نکات فنی
۶۵	روی خط اینترنت
۶۷	راهنمای امداد و نجات
۷۱	گفتگو
۷۳	آنچه باید از نیش حشرات بدانید
۷۴	نگاهی به مطبوعات
۷۸	صعود به قله بینالود
۷۹	تخریب منابع طبیعی و محیط زیست...
۸۱	جوف تابین مرد دارای صفات نیک
۸۲	اولین همایش اکوتوریسم و کوهنوردی...
۸۳	گونگون
۸۴	واژه‌نامه کوهنوردی
۸۶	داتره المعارف
۸۸	آشنایی با گیاهان دارویی
۸۹	اخبار فدراسیون
۹۰	اخبار اخبار
۹۱	از انجمن سراسری کوهنوردان چه خبر؟
۹۲	اخبار انجمن حفظ محیط کوهستان
۹۳	جدول

Evacuation from "Death zone" 95

فصلنامه کوه

نشریه دوستداران طبیعت  
سال نهم - بهار ۱۳۸۳

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: دکتر حسن صالحی مقدم

\*\*\*

زیر نظر شورای نویسندگان

\*\*\*

با تشکر از: جلیل کتبی‌های - دکتر محسن محسنین -  
مهندس وارطان زاکاریان - مهدی شیرازی - رضا چهکنویی  
مرتضی موسوی - مسعود اشرفی - مهندس شاهپور صمصام -  
مهندس م.برزگر - علی پارسایی که با همکاری صمیمانه در قسمت  
تحریریه و اجرایی، تداوم انتشار مجله را امکان‌پذیر ساخته‌اند.  
لیتوگرافی دیجیتال: کاوش گرافیک ۸۸۳۲۵۹۸ - ۸۳۱۹۸۲۴  
بخش اشتراک و توزیع: ایران جوادپور - صفحه‌آرایی: مرضیه پارسا

○ 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 چاپ، ویرایش و خلاصه کردن مقالات اختیار کامل دارد. ○ نقل مطالب فصلنامه کوه با ذکر مأخذ مانعی ندارد. ○ مطالب را حتی المقدور تایپ شده و یا با خط خوانا، با رعایت فاصله خطوط و در یک روی کاغذ ارسال نمایید و چنانچه ترجمه شده است، کپی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید.  
○ مسئولیت صحت و سقم مطالب به عهده نویسنده است.  
گزارش معرفی مناطق کوهنوردی و یا خط‌الرأسی حتماً با کروکی و عکس همراه باشد تا امکان استفاده از آن جهت دیگران فراهم گردد.  
○ مسئولیت مطالب مندرج به عهده نویسندگان است.

نشانی: تهران، صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶      نامبر: ۲۷۱۲۸۱۷      ۲۷۱۲۸۱۶ ☎

## حرف اول...

درخانه ات هستی ومی بینی  
 در ژرفِ اقیانوس آرام  
 نسل فلان ماهی، - هزاران سال پیش از ما -  
 نابودگردیدست .

\*\*\*\*\*

درخانه ات هستی ومی خوانی :  
 نورفلان سیاره ، صدها سال نوری  
 - تابگذرد از کهکشان ما -  
 پهنای این هفت آسمان را درنوردیده است!

\*\*\*\*\*

درخانه ات هستی وازاین گونه بسیار  
 هر روز می بینی ومی خوانی ومی دانی  
 اما ، نمی دانی

اینک ، سه روزاست  
 همسایه ات، تنهای تنها، در اتاقش  
 ازاین جهان بی ترحم ، چشم پوشیده ست !  
 همسایه بیمار  
 همسایه تنها  
 داروی قلبش را  
 در استکان هم ریخته ،  
 نزدیک لب آورده ،  
 آه، اما ننوشیده ست !

\*\*\*\*\*

آشفستگی هایی، گواهی می دهد:  
 تا باخبر سازد شمارا، یا شمایان را  
 بسیار کوشیدست .

\*\*\*\*\*

همسایه ای امروز می گفت :

- البته با افسوس -  
 - «من، سایه اش را گاه می دیدم  
 از پشت شیشه ،  
 مثل این که مشیت بر دیوار می زد!»

وآن دیگری ،

- افسرده - می افزود :

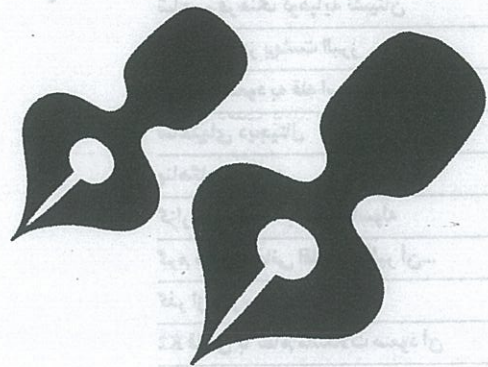
- « من هم صدایی می شنیدم ،

از پشت در ،

بی شک

تنهایی اش را زار می زد!»

دکتر حسن صالحی مقدم



# یادمان تلاش مرد دهی کوهنوردان

بی هیچ شک و تردیدی می‌توان گفت که ورزشکاران به خصوص کوهنوردان هیچ‌گاه و در هیچ برهه‌ای از زمان در برابر مشکلات مردم بی تفاوت و حتی کم توجه نبوده‌اند.

اگر باور و قبول ندارید، کمی به خود زحمت داده و برگه‌ی چند از تاریخ این سرزمین را ورق بزنید. نیازی نیست زیاد به عقب برگردید. همین تاریخ چند دهه اخیر کافی است که شما را در زمره پروپا قرص این تفکر ریشه در واقعیت قرار دهد.

خصلتی در ورزشکار نهفته است که بر اثر آن مردم و مردم‌داری با خونسخ عجبین شده است، نیازی نیست تا از «شادروان غلامرضا تختی» نامی برده شود، که اوشهره آفاق است و بی‌نیاز از هر گونه معرفی که چه کرد و چه کرد.

روزی که «حسین رضازاده» دلاور مرد پولاد و آهن، با پیشنهاد میلیون دلاری ترک‌ها رو به رو شد، همه دیدند که حسین هنوز حسین ماست، و پول ترک‌ها در کیسه‌شان.

ورزشکار این مرز و بوم، مردم دوست، مردم‌دار و جدانشدنی از مردم است. همه جا در صف اول و در کنار مردم است، هر جا که نیاز باشد، بی‌درنگ حاضر می‌شود و هیچ‌گاه برای لحظه‌ای هر چند کوتاه پا پس نمی‌کشد، و در این میان کوهنوردان به سبب ویژگی‌های مختص این ورزش و تفکر و فرهنگ متأثر از آن واقعاً در جامعه ورزشی مستثنی هستند. همیشه در خوشی و ناخوشی‌ها در کنار مردم‌اند. با دوستان و همسایگان بیگانه نبوده و نیستند. پای بند تمهیدات و تفکرات اخلاقی و عاطفی خوبینند. هر جا که به وجود آنان نیاز باشد، بدون کوچک‌ترین توقع و به سرعت با تجهیزات لازم حاضر می‌شوند و به دور از جار و جنجال تبلیغاتی به کار می‌پردازند و در آخر هم راهشان را می‌گیرند و باز

می‌گردند.

حادثه‌های تلخ و ناگوار دهه‌های اخیر گواه این مدعاست.

سقوط هواپیمای مسافری مشهد، تهران در کوه‌های البرز - سقوط هواپیمای ارتشی در کوه‌های بختیار - سقوط هواپیمای مسافری در خرم‌آباد - سقوط هواپیمای در کرمان - زلزله‌های رودبار، زنجان، همدان، اردبیل و اخیراً زلزله ویرانگر و تاسف بار بم.

می‌بینیم که در تمام این حوادث کوهنوردان همواره از نخستین امدادگرانی بودند که در منطقه حاضر شدند.

به‌هرحال یادآوری خاطرات تلخ و ناگوار با تمام دشواری‌هایش گاهی لازم است. چراکه سر درگمی در زندگی روزمره ماشینی به حدی است که انسان را دچار از خود بیگانگی و بی‌خبری از پیرامون خود می‌نماید. و هرزگاهی نیاز است تا با تلنگری بیدار شود و چه خوش است که انسان با خواندن شعری زیبا به این بیداری دست یابد. ما نمی‌خواهیم و دوست نداریم که از حال هم بی‌خبر باشیم، دوست نداریم سیلی خشم طبیعت بیدارمان کند، چراکه ورزش ما به ما آموخته است که باید همواره بیدار و هشیار باشیم و آماده کمک به هم نوع، همسایه و دوستان:

آیا می‌دانید، در زلزله تاسف بار بم دوازده تن از نوجوانان سنگ نورد کشورمان که برای مسابقه دور هم جمع شده بودند، جان به جان آفرین تسلیم نمودند.

و چه زیباست که جامعه‌ی کوهنوردی کشور همت کنند و برای جاودان نگه داشتن یاد و خاطره‌ی این عزیزان اثری باقی گذارند. که شاید بهترین آن سالن سنگ نوردی به نام آنان باشد. و یادمانی از تلاش مردمی کوهنوردان. و این کار باید با همیاری همه‌ی کوهنوردان و زیر نظر هیئت امنای منتخب خود آنان انجام پذیرد.

## لینچا، خانه‌ی ما است

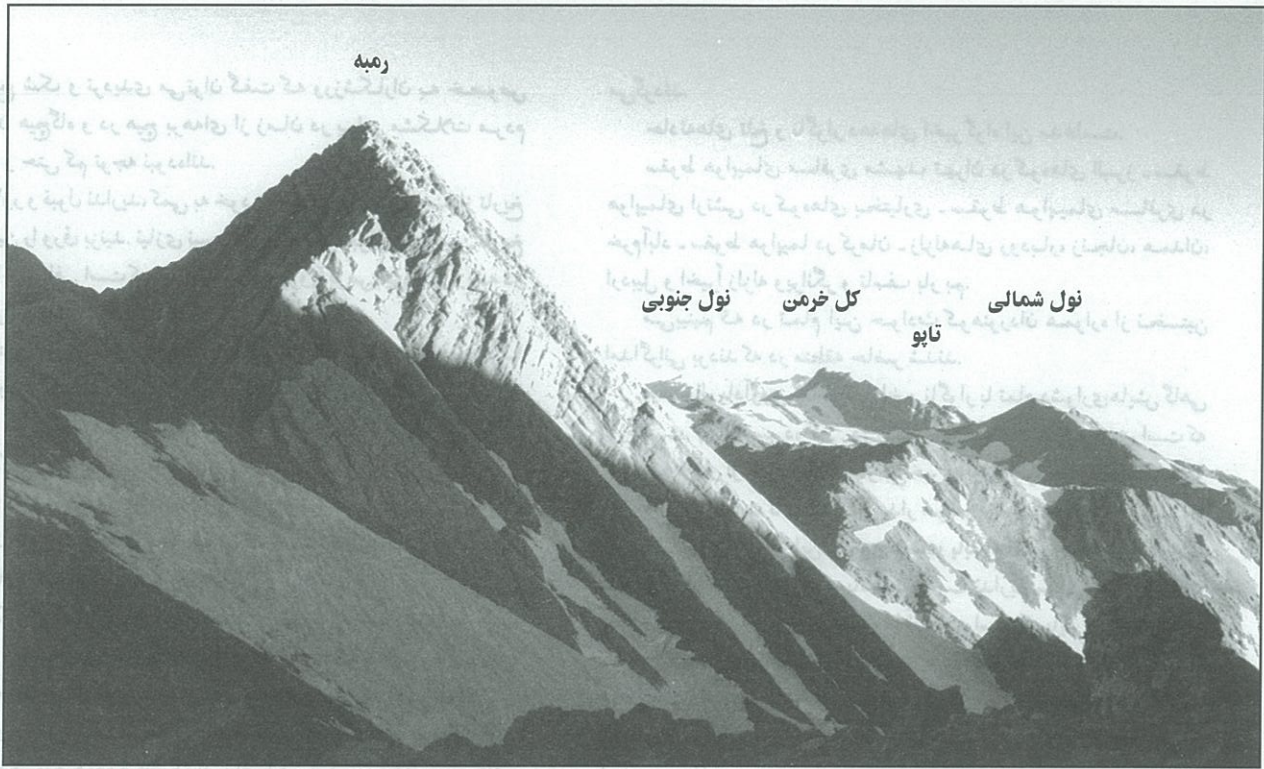
بی‌خانمانی و بی‌سپینا بودن درد بزرگی است. اکثریت کوهنوردان عضو هیئت‌ها و یا تشکل‌هایی که مستقیم و یا غیرمستقیم مدیریت دولتی دارند نیستند، پس باید جدای از تشکیلات دولتی، مرکزی مردمی (N.G.O) برای حل و فصل کارهای آنان با تمام امکانات وجود داشته باشد. حتی مرکزی شامل اتاقهای بسیار زیاد برای گروه‌های فعال، اتاقهایی برای نمایندگان هیئت‌های استانها، کتابخانه‌ی بسیار غنی، موزه کوهنوردی، سالن اجتماعات، خوابگاه، رستوران و فراتر از آن سالی برای برگزاری مراسم از دوچاق و یا میهمانیهای کوهنوردان و... و...

خانه‌ی کوهنوردان، به دنبال زمره‌های جمعی سازمان‌های کوهنوردی و سلسله مقالات نشریه‌ی کانون کوهنوردان تهران، درباره‌ی ایجاد کلوب کوهنوردی و در پی سال‌های ریاست زنده یاد حسین رفعتی افشار، در سال‌های ۴۷ و ۴۶، افکار متوجه آن شد که فدراسیون دارای محل مستقلاً باشد، تا به هنگام تعویض رؤسای فدراسیون و کادرش، وضع کوهنوردان دستخوش تغییر و تحول نشود و جمع آنان گسسته نشود.

بالاخره سازمان تربیت بدنی در خیابان دکتر شریعتی، خیابان شیراز، نیش خیابان بهار، محلی با اتاق‌های متعدد، برای خانه‌ی کوهنوردان اجاره کرد که حتی از میهمانان خارجی فدراسیون، به جای اقامت در هتل در آن‌جا پذیرایی می‌شد و سال‌های بعد قطعه زمینی به مساحت ۱۲۵۴/۴۰ متر مربع، برای بنیاد خانه‌ی کوهنوردان اختصاص داده شد که با وصف شروع عملیات ساخت و ساز، به منظور بنای یک ساختمان پنج طبقه مجهز پس از آرماتوربندی نیمه‌کاره رها شد و به سرنوشت همه‌ی کوهنوردانی که در راه عشق به کوه جان خود را از دست دادند. مانند کوهنورد نامدار شادروان اوراز و فیلیکس مناساکانیان و فریدون نجاح و... محمد داودی و خدایاری و... دچار شد.

نگارنده به خاطر دارد که حدود ۱۰ یا ۱۲ سال پیش از طرف فدراسیون وقت اقداماتی برای در اختیار گرفتن زمین مورد بحث انجام شد ولی نتیجه‌ی آن چه شد نمی‌دانم، که خوب است فدراسیون برای اطلاع عموم آن را اعلام کند.

با پیگیری پیشکسوت ارجمند جناب داوود محمدی و با ملاقات با شهردار محترم تهران و دستور صریح نامبرده به شهرداری منطقه ۷ بالاخره پس از ۲۵ سال شماره پلاک زمین و فتوکپی تمام مدارک به دست آمد که برای پیگیری در اختیار فدراسیون قرار گرفت و همین‌جا از شهرداری ورزش دوست تهران تشکر می‌شود. در آستانه‌ی سال جدید مسلماً خبری از زمین فوق و چگونگی پیگیری و بازپس‌گیری آن می‌تواند عیدی بسیار خوبی برای کوهنوردان باشد.



در مرداد ماه ۸۱ در قالب تیمی ۱۴ نفره تصمیم می‌گیریم تا در یک برنامه‌ی شش روزه ضمن عبور از خط‌الرأس دنا، تمام قله آن را نیز صعود نماییم. هر چند که با توجه به تعداد نفرات چنین زمانی برای اجرای موفق برنامه کمی بعید به نظر می‌رسد.

● گروه کوهیاران پارس شیراز

## صعود خط‌الرأس دنا

\* دوشنبه ۸۱/۵/۷

پس از یک مسافرت طولانی شش ساعته و پشت سر گذاشتن دامنه‌های جنوبی دنا در جاده‌ی آسفالتی یاسوج - سمیرم، استان کهگیلویه را پشت سر می‌گذاریم و به روستای «سیوز» که از جنوبی‌ترین روستاهای استان اصفهان در ۴۵ کیلومتری جنوب سمیرم می‌باشد، می‌رسیم. این روستای نسبتاً بزرگ که از چندین کیلومتر قبل به واسطه‌ی داشتن باغستانهای بسیار وسیع در دامنه‌ی کوه، نمایان است، یکی از مبادی صعود قله‌ی «گلِ قدویس» (غربی‌ترین قله‌ی دنا) می‌باشد.

«گلِ قدویس» درست در جنوب روستا، سر به سینه‌ی آسمان دارد و برفچالهای شمالی آن در اواسط تابستان منظره‌ای بس بدیع پدید آورده که بی‌اختیار لب هر بیننده‌ای را به ستایش خالق توانایش می‌گشاید. با کمی استراحت و صرف نهار در میان باغستانها، مسیر پاکوب را ادامه داده تا به ابتدای دره‌ی «ریزک» برسیم. دره‌ای پرشیب که پوشیده از گیاهان گوناگون و خوشبو با گل‌های رنگارنگ می‌باشد. پس از سه ساعت کوه‌پیمایی به بالای دره‌ی «ریزک» می‌رسیم و با تهیه‌ی آب کافی از چشمه‌ای که در زیر گردنه‌ی ریزک قرار دارد به سوی بالا حرکت می‌کنیم تا با یک ساعت کوه‌پیمایی دیگر در شیب تند دره‌ی «اتابکی»، به گردنه‌ی اتابکی به ارتفاع ۳۴۰۰ متر برسیم. پوشش گیاهی این منطقه به قدری زیاد است که ما مجبوریم چادرهای خود را بر روی گیاهان برپا نماییم. در یک هوای خنک در حالی که هوا کاملاً ابری است، شب اول را سپری می‌کنیم.

زاگرس، رشته کوهستان عظیم و پهناوری است به طول ۱۴۰۰ کیلومتر و عرض بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ کیلومتر که با مساحتی معادل ۳۳۲۰۰۰ کیلومتر مربع نیمی از استانهای کشور را پوشش می‌دهد.

در میان رشته کوههای زاگرس، کوهستان دنا چونان خوشه‌ی پروین می‌درخشد. دنا این دیوار ۴۰۰۰ متری جنوب غرب کشور، نامی آشنا برای تمام کوهنوردان می‌باشد که با وسعتی معادل ۲۲۰۰ کیلومتر مربع در استان کهگیلویه و بویراحمد - این کوهستانی‌ترین استان کشور - قرار دارد و مرز بین استانهای اصفهان و کهگیلویه را مشخص می‌کند.

رشته کوه بزرگ دنا از سمت شمال غربی به جنوب شرقی امتداد یافته است و دارای سه خط‌الرأس غربی، مرکزی و شرقی می‌باشد که در مجموع ۴۲ قله‌ی اصلی بالای چهار هزار متر و تعداد زیادی قله فرعی را در خود جای داده‌اند.

با توجه به طولانی بودن مسیر خط‌الرأس (حدود ۶۰ کیلومتر هوایی)، تیمهایی که اقدام به صعود خط‌الرأس می‌نمایند، این کار را معمولاً در دو یا سه برنامه‌ی جداگانه و در مجموع ده تا دوازده روزه انجام می‌دهند.

### رتفاعات مرکزی دنا

تاپو

کل خرمن

برف کرمو

نول جنوبی

قاش سرخ

نول شمالی



ولی با توجه به ریزشی بودن قسمت پایانی مسیر و همراه نداشتن وسایل فنی کافی، از صعود قله منصرف شده و باز می‌گردند تا از طریق گرده‌ی شرقی اقدام به صعود قله نمایند. با نزدیک شدن به غروب خورشید، صعود قلات بزی به فردا موکول می‌شود. محل شب‌مانی ما در ارتفاع ۴۰۰۰ متری در زیر گردنه‌ی فردای قیامت قرار دارد.

آب برفچالها در حال یخ زدن است. قبل از یخ زدن کامل، آب کافی برمی‌داریم و برای یک استراحت شبانه در هوایی نسبتاً سرد آماده می‌شویم.

### \* چهارشنبه ۸۱/۵/۹

ساعت ۶/۴۵ صبح، قله‌ی ۴۲۱۰ متری «قلات بزی» از مسیر گرده‌ی جنوب شرقی، پس از یک ساعت تلاش بی‌وقفه، توسط چهار نفر از بچه‌ها صعود می‌شود و بعد از آن، قله‌ی «فردای قیامت» در ساعت ۸/۳۰ صعود می‌گردد. مسیر را در جهت شرق ادامه می‌دهیم و با عبور از بالای تنگ پوتک، از چشمه‌ی پرآب آن آب تهیه می‌نماییم و مسیر پرشیب پوتک را به موازات دیواره‌های جنوبی آن طی می‌کنیم.

ساعت ۱۳ با رسیدن به گردنه‌ی «لوکوره»، خط‌الرأس غربی به پایان می‌رسد و منظره‌ای جدید از قله مرکزی به رویمان گشوده می‌شود. منظره‌ی زیبای قله‌ی «مورگل و کاسه خفر» همچون «کاسه خراسان» تیغه‌ای شکل با برفچالهای پرشیب شمالی و دیواره‌های جنوبی می‌باشد. قله‌ی ۴۲۱۰ متری «لوکوره» را در مدت ۴۰ دقیقه صعود می‌کنیم. با عبور از مسیر طولانی کاسه خفر و پس از صعود قله آن، ساعت ۱۸ به پای قله‌ی «مورگل» می‌رسیم. به دلیل کمبود وقت، شش نفر از بچه‌ها جهت صعود قله انتخاب می‌شوند و بقیه ادامه‌ی مسیر می‌دهند تا در پای قله‌ی «بیژن ۳» چادرها را برپا کنند. پس از یک صعود سنگین همراه با سنگنوردی، قله‌ی ۴۴۲۵ متری مورگل در ساعت ۱۹/۳۰ اجازه می‌دهد تا کوهنوردان بر رویش بایستند. فرود به آهستگی و

### \* سه‌شنبه ۸۱/۵/۸

ساعت ۳/۳۰ بامداد از خواب بیدار می‌شویم و پس از جمع کردن وسایل، مسیر صعود «کل قدویس» را در زیر نور ضعیف مهتاب که گاه در زیر ابر پنهان می‌شود، پیش می‌گیریم. زمین از ترنم باران که ساعتی قبل باریده مرطوب است. در ارتفاع ۴۲۰۰ متری برای تماشای طلوع خورشید چند دقیقه‌ای توقف می‌کنیم و نهایتاً پس از چهار ساعت و نیم، در ارتفاع ۴۳۴۱ متری، با به قله‌ی کل قدویس می‌گذاریم. از اینجا اکثر ارتفاعات دنا نمایان است و قله شرقی دنا در آن دور دستها کم‌رنگ‌تر از بقیه دیده می‌شوند. مناظر اطراف به قدری زیباست که نمی‌توان لحظه‌ای چشم از آن برداشت. در ادامه‌ی مسیر با صعود قله صخره‌ای «کل شیدا ۴۳۲۷ متر» و «کل بلبل ۴۳۱۹ متر»، به سوی گردنه‌ی لای نخود سرازیر می‌شویم تا با یک تغییر مسیر در جهت جنوب، قله‌ی چال و هلی را صعود نماییم. با تهیه‌ی آب از زیر برفچالهای این قسمت از مسیر، شیب تند چال و هلی را پیش می‌گیریم و از طریق یال شمالی آن ساعت ۱۱/۴۰ بر این قله‌ی ۴۲۵۰ متری می‌ایستیم. «کاسه‌ی خراسان» را پیش رو داریم. مسیری تیغه‌ای که سمت جنوب آن دیواره‌های بلند و در سمت شمالی آن، دهلیزها با برفچالهای پرشیب قرار دارد. ساعت ۱۷ پس از صعود قله کاسه خراسان و قله‌ی صخره‌ای آب سیاه، موفق به صعود قله‌ی «ایستگاه» می‌شویم. قله‌ی «قلات بزی» در شمال شرقی قرار دارد. اطراف آن را دیواره‌های بلند احاطه کرده است. یک تیم پنج نفره آماده‌ی صعود مسیر جنوبی آن می‌شوند و از طریق گرده‌ی جنوبی تا نزدیکی قله پیش می‌روند

در ادامه‌ی مسیر خط‌الرأس مرکزی، قله «حرا»، «گرشمی غربی و گرشمی شرقی» قرار دارند که پس از صعود آنها به قله‌ی «حوض دال» می‌رسیم و بلافاصله به سوی «سی چانی» حرکت می‌نماییم. در حالی که تا غروب خورشید لحظاتی بیش نمانده، قله‌ی سی چانی به ما اجازه‌ی صعود می‌دهد. در کنار برفچالهای بالای «رمه چری» برای برپا کردن چادرها و یک شب‌مانی دیگر آماده می‌شویم.

★ جمعه ۸۱/۵/۱۱

ساعت ۶ صبح همه بیدارند و مشغول جمع کردن وسایل هستند. قله «بردآتش» آخرین قله‌ی خط‌الرأس مرکزی است که به دلیل دورافتاده بودن و داشتن مسیرهای دشوار، کمتر صعودی به خود دیده است. به سوی شمال شرقی حرکت می‌کنیم تا در ساعت ۸/۳۰ این قله ۴۰۵۰ متری را صعود نماییم. چشم‌اندازی بسیار زیبا دارد. نمای قله شرقی از اینجا بسیار دیدنی است. زیبایی مسحورکننده‌ی دنا همه را به وجد آورده است. تیغه و گرده‌ی

احتیاط انجام می‌شود و با رسیدن به زیر قله، مجدداً مسیر خط‌الرأس ادامه داده می‌شود. به علت وجود برف و یخ‌زدگی مسیر، کار کمی مشکل می‌شود و نهایتاً ساعت ۲۱ در حالی که هوا کاملاً تاریک شده به پای چادرها رسیده، شب دیگری را در ارتفاع بالای ۴۰۰۰ متر در این بلندای کم‌نظیر سپری می‌نماییم.

★ پنجشنبه ۸۱/۵/۱۰

ساعت ۷ صبح به سوی قله‌ی «قاش مستان» (بیژن ۳) حرکت می‌کنیم و پس از دو ساعت و با عبور از دو برفچال به بام زاگرس به ارتفاع ۴۳۳۵ متر می‌رسیم. بلندای مورگل اجازه‌ی دیدن قله غربی را نمی‌دهد ولی قله مرکزی و شرقی و دشتهای وسیع ارتفاعات پایین که از اینجا مانند نقشه‌های هوایی به نظر می‌رسند به خوبی دیده می‌شوند. هنوز تا قله‌ی «پازن پیر» (شرقی‌ترین قله‌ی دنا) که در آن دوردستها قرار دارد راه زیادی داریم. به پای چادرها باز می‌گردیم تا پس از خوردن صبحانه ادامه‌ی مسیر دهیم. برای

صعود قزل قله و هرم، هشت نفر انتخاب می‌شوند که در قالب دو تیم چهار نفره موفق به صعود می‌گردند و بقیه‌ی بچه‌ها ضمن صعود قله‌ی «بن رود»، برای باز کردن مسیر برفچالی که بین قزل قله و بیژن ۲ قرار دارد آماده می‌شوند. این قسمت از مسیر که با تراورس از شیبهای تند یخی همراه است با استفاده از طناب ثابت طی می‌گردد... ساعت ۱۴ همه بر فراز قله‌ی بیژن ۲ ایستاده‌اند. قله‌ای بسیار زیبا به ارتفاع

۴۳۷۰ متر که افراد محلی آن را برج آسمانی (سه قبه آسمانی) می‌نامند. در ادامه‌ی مسیر به «کپیری» می‌رسیم که برفچالهای بسیار وسیع دارد. در حالی که هوا کاملاً ابری شده به سوی (بیژن ۱) حرکت می‌کنیم. با رسیدن به قله‌ی ۴۳۷۰ متری آن، بارش برف شروع می‌شود. ساعت ۱۷ است و در این موقع روز در تابستان هوا بسیار سرد است. بارش برف حدود نیم ساعت ادامه دارد.



جنوب شرقی بردآتش را پیش رو داریم. فرود از صخره‌هایی که با گل سنگهای زرد، بنفش و صورتی تزیین شده‌اند خالی از لطف نیست. هنگام ظهر به گردنه‌ی بیژن به ارتفاع ۳۲۰۰ متر می‌رسیم. چشمه‌ی پایین گردنه مکان مناسبی جهت استراحت و تجدیدقوا می‌باشد. برنامه‌ی امروز نسبت به روزهای قبل سبکتر اجرا می‌گردد تا جهت صعود قله شرقی انرژی کافی

داشته باشیم. با خوردن ناهار و سه ساعت استراحت حرکتی دیگر آغاز می‌گردد. مسیر «شترریز» را که در تمام طول خود، آب فراوان حاصل از ذوب برفها دارد، در پیش می‌گیریم و با عبور از کاسه «برف کرمو» به خطالرأس شرقی می‌رسیم و نهایتاً پس از چهار ساعت، موفق به صعود قله‌ی ۴۱۰۰ متری «برف کرمو» می‌شویم. هنوز خورشید کاملاً غروب نکرده که به علت سرمای بیش از حد هوا، مجبور به پوشیدن پوشاک پَر می‌شویم. باد هم شروع به وزیدن نموده است. لازم است تا قبل از تاریکی هوا جای مناسبی جهت شبمانی مشخص کنیم. در کنار برفچالهای جنوبی قله چادر می‌زنیم و قبل از یخ زدن کامل آب برفچالها، همه قمقمه‌ها را پر می‌کنیم تا برای برنامه‌ی فردا آب کافی داشته باشیم.

\* شنبه ۸۱/۵/۱۲

ساعت ۲/۴۵ بامداد بیدار می‌شویم و پس از آماده کردن وسایل و خوردن کمی آب و تغذیات پا در راه می‌نهییم. از روی یال مشخصی که به قله‌ی

زیبایی است.

شیب تند مسیر را

با گامهای استوار

برمی‌داریم. به جز

صدای زوزه‌ی باد،

صدای دیگری به

گوش نمی‌رسد.

سریعتر حرکت

می‌کنیم تا در

لحظه‌ی غروب

خورشید بر فراز

قله باشیم. دقیقی

از ساعت ۲۰

نگذشته که دست

در دست یکدیگر،

سنگ‌چین قله را

دور می‌زنیم و با

صدای بلند سرود

«ای ایران» را سر

می‌دهیم.

با غروب

خورشید برنامه‌ی

خطالرأس دنا به پایان می‌رسد. بیشتر نگاهها به سوی شمال غرب درست

جایی که قله‌ی «قدویس» قرار دارد معطوف است. قله‌ای که در اوایل صبح

پنج روز پیش صعود کرده‌ایم و اکنون به صورت هاله‌ای کم‌رنگ دیده می‌شود.

جبهه‌ی شرقی «پازن پیر» را جهت فرود نهایی برگزیده و پس از سه

ساعت کوه‌پیمایی در تاریکی شب و گذر از برفچالهای عظیم دشت گرگی، به



«نمک» ختم می‌شود حرکت می‌کنیم. نور مهتاب نیز یاریمان می‌کند. حدود ساعت ۶ بر فراز «قله‌ی نمک» می‌ایستیم. هوا روشن شده اما خورشید هنوز طلوع نکرده است. تیغه‌های شرقی قله را جهت فرود انتخاب می‌کنیم. دقیقی بعد متوجه یک خرس قهوه‌ای بزرگ می‌شویم که با دیدن ما به سرعت پا به فرار می‌گذارد و مسیر دره‌ی شمالی نمک را پیش می‌گیرد. با عبور از یک

ارتفاع ۳۶۰۰ متری می‌رسیم. آب برف‌چالها در این قسمت به صورت رودخانه در جریان است. چادرها را برپا می‌کنیم تا در ساعت ۲۳ درون آن بخزیم. با توجه به کمتر شدن ارتفاع، هوا نسبتاً گرمتر از شبهای قبل است.

**\* یکشنبه ۱۳/۵/۸۱**

اولین روزی است که بچه‌ها با حوصله وسایلشان را جمع می‌کنند. آذوقه‌مان به صفر رسیده و به جز کمی تنقلات چیزی برای خوردن نداریم. ساعت ۹ حرکت می‌کنیم تا دره‌ی پرشیب «چال خرسی» را طی کنیم. پس از دو ساعت به گردنه‌ی «خطیرسوخته» می‌رسیم. با کمی استراحت در کنار چشمه‌ی زلال خطیر سوخته و خوردن آخرین تنقلات باقیمانده، به سوی کوه «مارپید» ادامه‌ی مسیر می‌دهیم تا به دشت مارپید برسیم. دشتی بسیار زیبا با چمنزارهای وسیع و گل‌های زرد که از جای جای آن چشمه‌ای می‌جوشد. با سرازیر شدن از دره انتهای دشت مارپید، پس از یک فرود پنج ساعته به آب‌نهر در نزدیکی پیست اسکی یاسوج می‌رسیم.

ساعتی بعد در جاده‌ی پریچ و خم یاسوج - شیراز در حرکتیم

نکات مهم برنامه:

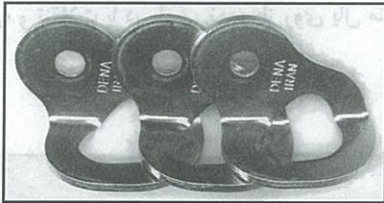
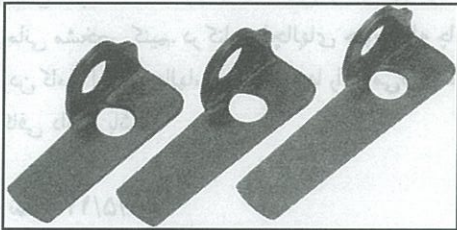
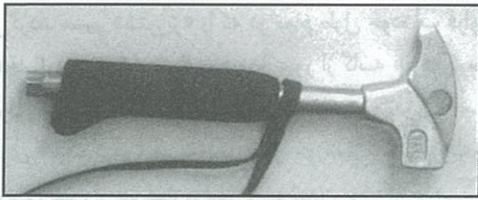
- ۱- همهی افراد ضمن برخورداری از آمادگی جسمانی مطلوب، با مسیر خط‌الرأس آشنایی کامل داشتند.
- ۲- برای سرعت بخشیدن به کار، از کوله‌پشتی سبک استفاده گردید و کیسه‌خواب نیز از لیست وسایل حذف گردید.
- ۳- برنامه‌ی غذایی طوری تنظیم شده بود که با وجود تنوع، حتی از یک کنسرو استفاده نگردید.

شرکت کنندگان در این

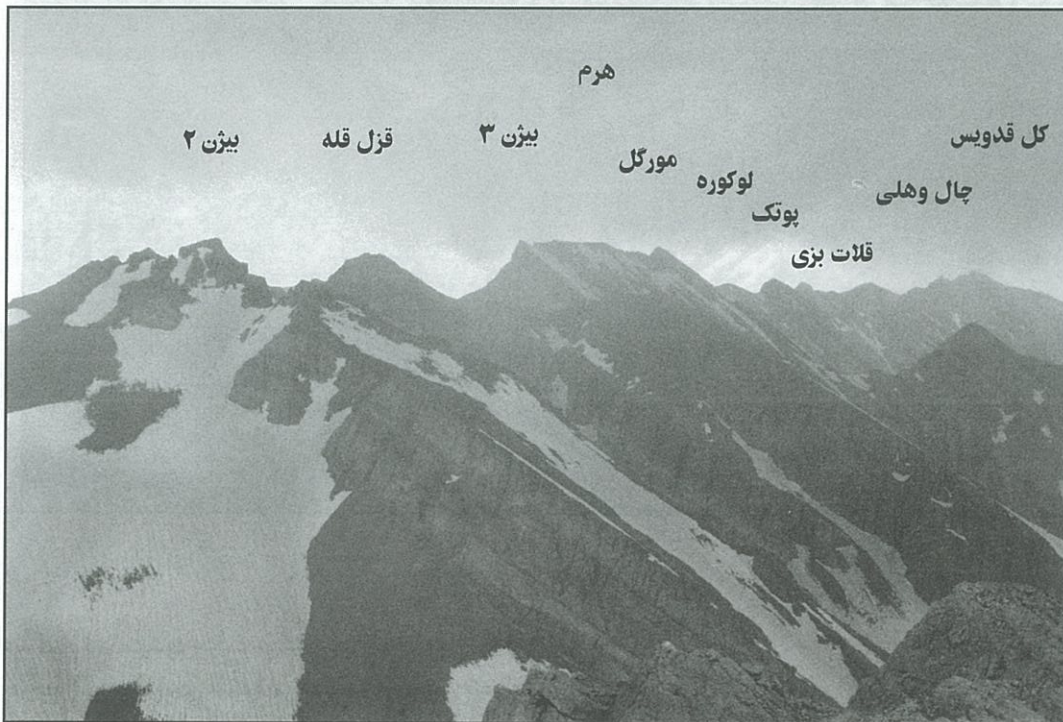
برنامه عبارت بودند از:

- رضا کریمی (سرپرست)
- امید اکبرزاده
- (مسئول فنی)
- حسین قاندى
- هادی باقری
- محمد کریمی
- علی کریمی
- جواد قاندى
- مهدی شهسوار
- مهدی زارع زاده
- مهدی ناسوتی فرد
- برزو پرتویی
- فریبرز مرادی
- صدیقه نیک سرشت
- فاطمه آزاد

**هدف ما: رشد صنایع ملی، رقابت با کالاهای خارجی، توسعه ورزش کوهنوردی اصفهان - کارخانه صنعتی تحقیقاتی مهر - تلفن: ۰۲۱۲۵۸۳۶۳۹ - شماره: ۰۲۱۴۴۱۱۶۶۳**



**و در آینده: چهار نوع میخ ناودانی و کلنگ کوهنوردی «دنا»**





# میلی ۴۰۰۰ و کلار ۳۶۴۰

● مصطفی سلاخی

صعود به قله می‌باشد. حدود سیصد متری گردنه چشمه آب گوارایی وجود دارد به نام چشمه‌ی خانجان که در کنار آن درخت گردویی کهنسال روئیده است و اینجا محل برداشتن آب برای مصرف گروه می‌باشد. از گردنه‌ی چری می‌توان سوار بر یال منتهی به قله شده و پس از چهار ساعت راهپیمایی با سرعت متوسط به قله رسید. البته در مسیر، برفچالهای دائمی هست که می‌توان آب آشامیدن را از آنها تأمین کرد. (۲) مسیر دیگر صعود چشمه صمصامی است که از بالای آن دره‌ای نسبتاً تنگ شروع شده و به سوی قله ادامه می‌یابد. این مسیر پرشیب و مشکل است و بهتر است در صعود به آن از راهنمای محلی استفاده کرد. طول مدت صعود از چشمه تا قله پنج ساعت است. عالی‌ترین اجرای صعود به میلی، رفتن از مسیر چشمه صمصامی و برگشت از یال منتهی به گردنه‌ی چری می‌باشد. البته این صعود باید در روزهای تابستان صورت گیرد که وقت کم نیاید.

قله‌ی کلار ۳۶۴۰ متر: کلار از کوههای پرگیاه و زیبای زاگرس بختیاری است که همچون هلالی دریاچه‌ی چغاخور را در بر گرفته و ذخیره‌ی برفهایش منبع اصلی تأمین آب دریاچه‌ی چغاخور و دو دریاچه‌ی دیگر که هر یک به فاصله‌ی چند کیلومتر از یکدیگر قرار دارند. دریاچه‌ها احتمالاً در اثر حرکات یخچالها و رسوبگذاری آنها در روزگار دور پدید آمده و آبشخور آنها چشمه‌های درونی و بیرونی می‌باشد.

مسیر صعود به کلار، روستای «اورگان» می‌باشد که می‌توان دره یا یال مشرف به روستا را برای صعود انتخاب نموده و ظرف ۳/۵ ساعت کوهپیمایی یا بر قله‌ی آن نهاد. به علت دورافتادگی منطقه‌ی مورد بحث بهتر است کوهنوردان به صعود یک قله، مانند میلی اکتفا نکنند بلکه با اجرای برنامه‌ای سه یا چهار روزه، صعود به قله‌های کلار و میلی و بازدید از دریاچه‌ها را در برنامه بگنجانند. ضمناً اگر گروههای کوهنورد و انت نیشان یا مینی‌بوس درست در اختیار داشته باشند از موفقیت بیشتری در اجرای برنامه برخوردار خواهند شد.

مسیر کلی گشت و صعود: شهرکرد، طاقانک، شلمزار، بلداجی، چغاخور، اورگان (صعود به کلار) سپس؛ اورگان، ناغان، اردل، کاج، دشتک، صمصامی، گردنه چری (صعود به میلی) در برگشت راه صمصامی به چل گرد و گذر از منطقه‌ی زردکوه و رودخانه کوه‌رنگ برای تدارک برنامه‌ای دیگر و سپس فارسان - شهر کرد. Δ

**رشته کوههای زاگرس به طول تقریبی یک‌هزار و سیصد و پنجاه کیلومتر از شهر مرویان نزدیک مرز عراق شروع و تا تنگه‌ی هرمز ادامه می‌یابد. زاگرس از چین خوردگی‌های منظم کره‌ی زمین بوده و به همین جهت در آن خط الرأسهایی به طول چند ده کیلومتر و موازی یکدیگر وجود دارد مانند خط الرأس کبیرکوه. در رشته‌ی زاگرس تعدادی قله‌های بالای چهار هزار متر و بسیاری قله‌های بین سه هزار و پانصد تا چهار هزار متر وجود دارد که همه مجبای خوش آمدگویی به گروههای کوهنورد می‌باشند. اکثر این قله‌ها در زاگرس بختیاری و لرستان قرار دارند.**

ماژور مسعود کیهان از جغرافی دانان گذشته‌ی ایران در کتاب جغرافیای طبیعی خود می‌گوید زاگرس کلمه‌ای یونانی می‌باشد که یونانیان در زمان تسلط بر ایران به کوههای غربی ایران داده‌اند. قله‌ی میلی به ارتفاع تقریبی چهار هزار متر از قله‌های زاگرس بختیاری است که به معرفی آن می‌پردازیم. خط الرأس میلی تقریباً غربی، شرقی بوده و از گردنه‌ی چری شروع و تا روستای کاج ادامه می‌یابد در دامنه‌ی شمالی آن دره‌ی صمصامی و در جنوبش دره‌ی بازفت قرار گرفته است. کانیهای تشکیل دهنده‌ی میلی اکثراً سنگهای آهکی و در بعضی بخشها سنگهای در هم می‌باشد. نبود لایه‌های رسی و عملکرد نیروهای درونی و فرسایش سبب ایجاد شکافها و روزنه‌هایی به سوی اعماق کوه گردیده، به طوری که آب حاصل از بارندگی و ذوب برفها از چشمه‌هایی که اکثراً در ارتفاع کمتر از دو هزار متر قرار دارند به بیرون راه می‌یابند. پوشش اصلی گیاهی در میلی «گون» است و در بین گونه‌ها علفهای مرتعی دیگر هم روئیده می‌شود. منطقه‌ی میلی یکی از پرتراکم‌ترین مکانهای دامداری و عشایری ایران می‌باشد. به ندرت می‌توان دره‌ای را یافت که در آن یک یا چند خانوار بختیاری دامدار وجود نداشته باشد. به علت تراکم زیاد دام و عشایر جایی برای زیست حیوانات وحشی در منطقه نیست فقط ارتفاعات بالای سه هزار متر ماوای خرسهای قهوه‌ای می‌باشد. راههای صعود به قله: (۱) از طریق گردنه‌ی چری، ارتفاع گردنه‌ی چری از سطح دریا ۲۷۵۰ متر است. در بالای گردنه، ساختمان راهدارخانه قرار دارد که محل خوبی برای استقرار کمپ و باقی گذاردن وسایل برای



● مصطفی سلاهی

می‌شده است. یکی از این یخدانها از همه بزرگتر و نزدیک قله قرار دارد. دانایان محل نام این یخدان را بر قله نهاده و قله را گیت یخدان یا یخدان بزرگ نامیده‌اند. اهالی شاهکوه در دامنه‌ی شمالی کهکشان به کار کشاورزی پرداخته و تا ارتفاع ۲۶۰۰ متر به کشت گندم و سیب زمینی می‌پردازند. در این ارتفاع چشمه سارهایی با آب گوارا وجود داشته و نفوذ رطوبت

خزری از عوامل سرسبزی دامنه‌ی شمالی می‌باشد. دامنه‌ی شمالی دارای پوششی غنی از گیاهان مرتعی می‌باشد. راههای صعود به قله: ۱) تهران به شاهرود و از مسیر شهر بسطام باید از سمت چپ وارد راه مَجَن شد، سپس با طی سی کیلومتر در مسیر روستای تالش از دوراهی آسفالتت خارج شده و وارد جاده‌ی خاکی شاهرود به گرگان شد. و با گذر از شاهکوه بالا در ابتدای روستای شاهکوه پایین از ماشین پیاده شده و راه تراکتور رو (تخت گردکوه) را پیش گرفته بعد از چهار کیلومتر به آنجا رسید. تخت گردکوه بهترین مبدأ صعود به قله است و از آنجا با طی ۳/۵ ساعت کوهپیمایی می‌توان به قله رسید. ۲) گرگان، توسکاستان، گردنه قُزلق، چهار باغ، شاهکوه پایین و سپس تخت گردکوه می‌باشد. Δ

قله یخدان از مزرعه تخت گردکوه قله سمت چپ ↓



**کهکشان از یالهای نسبتاً طولانی البرز شرقی است. بخش شرقی البرز وسیله‌ی رودخانه تالار، در دامنه‌ی شمالی که جاده‌ی فیروزکوه، بابلسر در کنار آن کشیده شده و رودخانه‌ی حبله رود، در دامنه‌ی جنوبی از البرز مرکزی جدا شده و تا جاده‌ی شاهرود، خوش ییلاق، آزادشهر که حد شرقی آن است ادامه می‌یابد. بلندترین قله‌ی البرز شرقی، شاهرود به ارتفاع ۳۱۵۰ متر می‌باشد. در بخش شرقی البرز تعدادی قله‌های بالای ۳۵۰۰ متر وجود دارد که کهکشان یکی از آنها است.**

یال کهکشان حدود بیست کیلومتر است و در دامنه‌ی شمالی آن روستای شاهکوه و در جنوب آن رشته کوه چالویی کشیده شده است. اهالی منطقه به علت طولانی بودن، یال آن را با کهکشان راه شیری قیاس نموده و نام کهکشان را به این یال داده‌اند. بخش غربی این کوه از نزدیک قله به سوی غرب، صخره‌ای بوده و دارای دیواره‌های بلند نزدیک دویست متر است. این قسمت از کهکشان، کوه گاوکشان خوانده می‌شود. قله در فصل مشترک بخش سنگی، و بخش سنگی - خاکی کوه قرار گرفته است. در سراسر خط‌الرأس، تعدادی چاله و شکاف در اثر فرسایش ایجاد شده که انبارهای خوبی برای ذخیره‌ی برفهای زمستانی است. اهالی منطقه، این برفچالها را یخدان می‌نامند. برف بعضی از این یخدانها در اثر طول زمان فشرده‌گی یافته و تبدیل به یخ بلور شده است. در گذشته یخ این یخدانها به وسیله‌ی اهالی منطقه برای فروش به گرگان حمل



## آشنایی با

# کوههای گرگان

● عزیزاله حسین آبادی \*

شهرستان گرگان در جنوب شرقی ساحل دریای خزر و در غرب استان گلستان قرار دارد. گرگان که نام پهلوی آن هیرکانیا است در قدیم بخشی از دارالملک استرآباد بوده که بنای ساخت آن را به گرگین میلاد قهرمان ایرانی نسبت می‌دهند و دارای بناهای تاریخی مهم، جنگلهای انبوه و کوههای زیبایی است که باعث جذب توریست می‌گردد.

### زمین شناسی

کوههای استان گلستان، هم زمان با حرکات کوهزایی ناشی از فرآیندهای

به‌خصوص، سنگ‌های رسوبی از

دوره‌های زمین‌شناسی موسوم به پرکامبرین تا

دوره‌ی کنونی می‌باشد. این منطقه از نظر ویژگی‌های

زمین‌شناسی در ردیف مناطق استثنایی قرار دارد،

قدیمی‌ترین سنگ‌های این استان از نوع

شیست‌های پرکامبرین، معروف به شیست‌های

گرگان است.

### نواحی کوهستانی

ارتفاعات استان دنباله‌ی رشته کوههای

سراسری البرز است و قله‌های نسبتاً مرتفع شاهوار

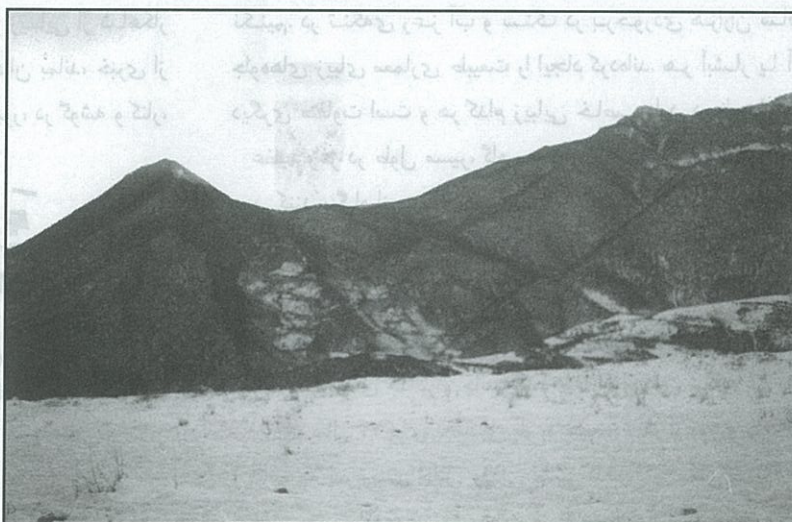
۳۹۴۵ و کهکشان ۳۸۱۳ متر از رشته‌ی ابرکوه، و

پیرگردکوه با ارتفاع ۳۲۰۴ متر از رشته کوه شاه کوه -

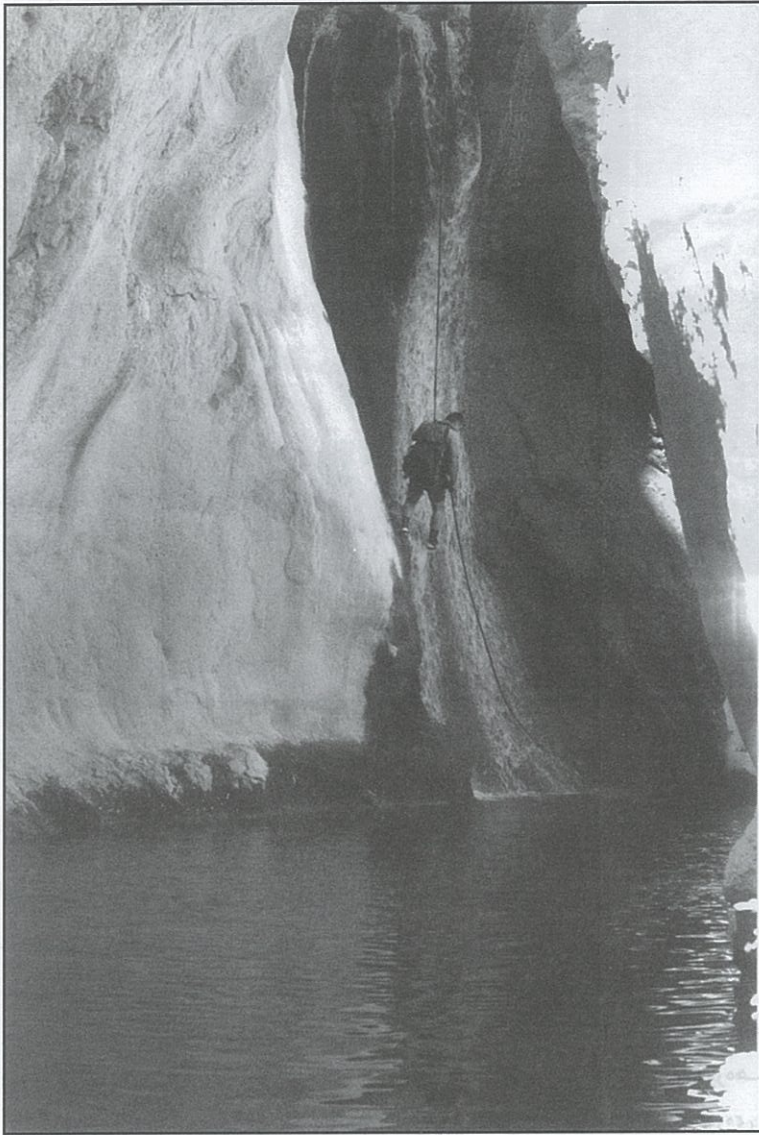
تل انبار ۳۰۳۰ متر از ارتفاعات مهم استان گلستان و

منطقه‌ی گرگان هستند. Δ

\* گروه کوهنوردی کهکشان گرگان



۱- قله زبله ۲- قله کلاه گردان



**طبیعت زیبای ایران، هنوز هم در خود و در هر جا مناطق بکر و شگفتی دارد که کوهنوردان کمتری بدان روی آورده‌اند اما وقتی در شهر تاریخی و کهن داراب با آب و هوای گرم و ارتفاع ۱۱۰۰ متر از دریا صحت از کوه و دره و آب می‌شود موضوع جذاب‌تر خواهد شد.**

تنگه‌ی زیبای «رَغَز» در شمال شرقی داراب و فاصله‌ی ۳۰ کیلومتری مرکز این شهر در منطقه‌ی حسن آباد داراب از جمله زیباترین و بکرترین مناطق کوهنوردی استان فارس می‌باشد. دره‌ی رَغز به طول تقریبی ۴ کیلومتر در امتداد شمال به جنوب از سرچشمه‌ی رَغز تا دره‌ی جنوب، ۶۰ آبشار و حوضچه‌ی طبیعی را در خود جای داده است که تنها ۱۴ آبشار و آبگیر دره‌ی جنوبی مورد توجه عموم مردم و کوهنوردان بوده است و با رسیدن به آخرین آبشار دره‌ی جنوبی به ارتفاع ۳۵ متر دره جنوبی به بن‌بست می‌رسد. منطقه‌ی سرچشمه‌ی رَغز نیز که از مسیر دیگری پیموده می‌گردد، جنگلی زیباست. رسیدن به این منطقه نیز با ۳ ساعت کوهپیمایی امکان‌پذیر است. آب رَغز که از این منطقه آغاز می‌گردد با ایجاد حوضچه‌ها و آبشارهای طبیعی تا دره‌ی جنوبی امتداد می‌یابد و نهایتاً در آبگیرهای انتهایی به زمین باز می‌گردد. از منطقه‌ی سرچشمه نیز بدون وسایل فنی امکان بازدید از چندین حوضچه و آبشار میسر است و نهایتاً با رسیدن به آبشار بلندی به طول ۲۳ متر کوهپیمایان متوقف می‌شوند. در حد واسط منطقه‌ی سرچشمه و دره‌ی جنوبی رَغز، ده‌ها آبشار و آبگیرهای زیبا و طبیعت بکر که تنها با استفاده از وسایل فنی امکان دستیابی هست. منطقه‌ای با آبشارهای

کوچک و بزرگ در شکل‌های مختلف و آبگیرهای با عمق بیش از ۲۰ متر یا طول ۵۰ متر در شکل‌های مختلف نمایشگر مناظر زیبایی از شاهکار طبیعت است. در این منطقه‌ی بکر که امیدواریم همچنان بماند، خبری از آلودگی محیط زیست نیست. کبوترها در طول مسیر عبور، در گوشه و کنار،

لانه دارند و در طول حرکت باید مواظب بود لانه‌ی کبوتری را تخریب نکنیم. در تنگه‌ی رَغز آب و سنگ در برخوردی هزاران ساله، انواع جلوه‌های زیبای معماری طبیعت را ایجاد کرده‌اند. هر آبشار یا آبگیر با دیگری متفاوت است و هر کدام زیبایی خاصی دارد. دیوارهای بزرگ و عظیم رَغز در طول مسیر، گاه سر به هم آورده‌اند و یک غار را تداعی می‌کنند و گاه از هم فاصله می‌گیرند. شب و روزهای این تنگه با دیواره‌های عظیم‌اش بسی زیباست.

صدای آبشار - فرود و صعودهای زیبا - مناظر بدیع - شنا و عبور از آبشارها و حوضچه‌های زلال... دیدن ماهی‌های زیبای قزل آلا و... از جمله دیدنیهای جذاب و جالب صعودها و فرودهای تنگه رَغز است. در سال ۷۴ برای نخستین بار به همت ۴ نفر از کوهنوردان گروه فتح داراب به سرپرستی جلیل مؤذنی مسیر گذشتن و امکان صعود از دره‌ی جنوبی تا منطقه‌ی سرچشمه‌ی رَغز با صعود ۳۰ آبشار کوتاه و بلند (به صورت طبیعی و مصنوعی) فراهم گردید. مسیر عبور با ایجاد ۲۰ مورد

# تنگه رَغز

## شاهکار معماری طبیعت

● گزارش: گروه کوهنوردان فتح داراب

شب‌مانی و افزایش زمان برنامه نیز در جاهایی از مسیر فراهم می‌باشد. آشنایی به فنون شنا از جمله ضرورت‌های کوهنوردی است، به خصوص کوهنوردانی که قصد عزیمت به منطقه‌ی فوق را دارند. به علت سردی آب‌رغز و افزایش حجم آب‌آبشارها در فصول دیگر امکان پیمودن دره‌ی فوق را از کوهنوردان سلب می‌نماید. بهترین زمان از آخر اردیبهشت‌ماه تا آخر مهرماه می‌باشد. امید است کوهنوردان علاقه‌مند در جای‌جای ایران به مناطق بکر و جدید ضمن ترمیم نواقص احتمالی مسیر به ماندگاری این مسیر به عنوان یک مسیر فنی متفاوت و زیبا در کوه‌های ایران کمک کنند و همگی تلاش کنیم تا این منطقه‌ی بکر و سالم برای کوهنوردان باقی بماند.

#### حداقل وسایل فنی موردنیاز فرود آبشارهای رغز

۱. طناب ۳ حلقه
۲. کارابین ۱۵ عدد
۳. حلقه فرود
۴. تکه تسمه و طنابچه ۱۰ عدد

#### حداقل وسایل فنی موردنیاز صعود مسیر گذشت

۱. طناب ۳ حلقه
۲. کارابین ۵۰ عدد
۳. یومار
۴. چکش
۵. رول و تسمه
۶. تری‌کم ۱ ست
۷. شفت ۱ ست

کارگاه ثابت و نصب ۶۰ رول و میخ، طی ۱۴ روز کار فنی، بازگشایی گردید و در همان سال و تابستان‌های بعد این مسیر و مسیر سرچشمه به دره‌ی جنوبی (به صورت فرود آبشارها) چندین بار طی شد. در سال ۷۶ برنامه‌ی درختکاری در بخشی از مسیر مذکور با حمل نهال از آبشار آخر دره‌ی جنوبی اجرا شد که هم‌اکنون این درختان، زیبایی بخشی از مسیر را دوچندان کرده است. درگذشت ۲ نفر از کوهنوردان فقید در سال ۷۷ به علت خفگی در آب‌های منطقه‌ی فوق به مدت چند سال فعالیت روی مسیر مذکور را به تأخیر انداخت اما اخیراً ۸ نفر از کوهنوردان گروه، ضمن طی مسیر فوق، به رفع نواقص و آماده کردن مجدد مسیر پرداختند. با توجه به آنکه صعود مسیر توأم با طی کردن آبگیرها و آبشارهای متعدد می‌باشد مشکلات سردی آب و طی مسیر صعود در آبشارها یا گاهی حرکت در زیر آبشارها نیز به زیبایی و جذابیت کار می‌افزاید. برای صعود مسیر، و رفتن تا سرچشمه به ۲ روز زمان از داراب نیاز می‌باشد و به همراه داشتن وسایل کامل فنی، ضروری است. فرود آبشار رغز از سرچشمه تا دره‌ی جنوبی طی یک برنامه‌ی یک روزه از داراب میسر می‌باشد. امکان



گروه کوهنوردان فتح داراب با آدرس و تلفن داده شده آماده‌ی همکاری و راهنمایی گروه‌ها و افراد علاقه‌مند به بازدید از منطقه‌ی فوق می‌باشند.  
 فارس - داراب - میدان باغ ملی - دفتر گروه کوهنوردان فتح داراب - صندوق پستی ۱۴۹  
 تلفن دفتر گروه: ۰۷۳۲ - ۶۲۳۳۰۶۰  
 پست‌کد: ۰۰۵۷

# خط الرأس گرین

دکتر عبدالرضا مستجاب الدعوه\*

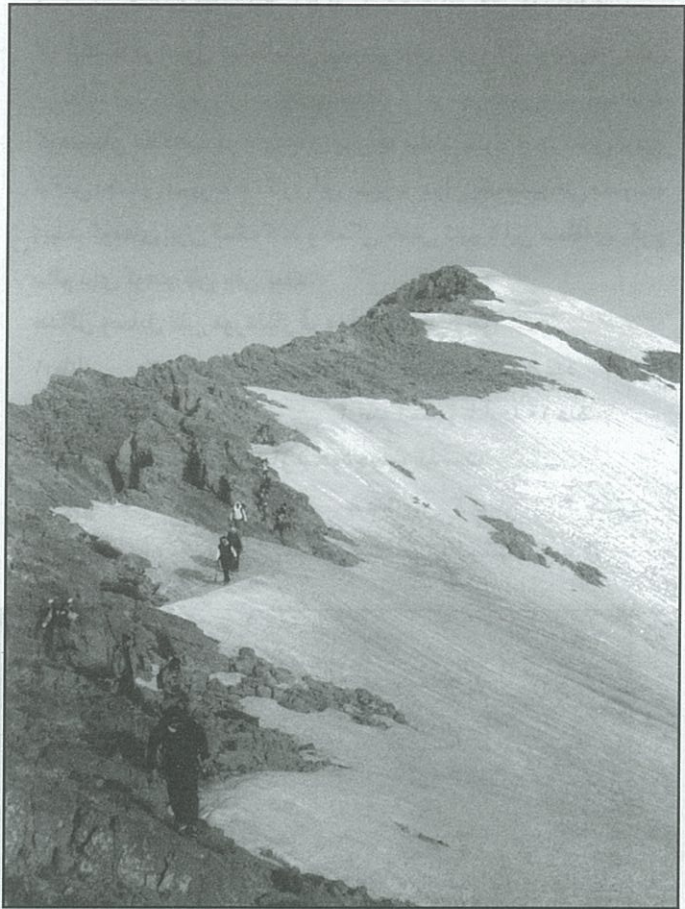
مبدأ صعود به اکثر قتل گرین، روستای بزرگ «ونایی» در ۱۰ کیلومتری شهرستان بروجرد و سراب کرتول در ۱۵ کیلومتری شهرستان بروجرد و برای صعود به قله‌های «یال کبود» و «چهل نابالغان»، روستای «وَر آینه و سراب گاماسیاب» در نزدیکی نیاوند می‌باشد.

اکنون با ما همراه باشید در پیمایش قسمت عمده‌ای از خط الرأس گرین، در ۲۵ اردیبهشت ماه ۱۳۸۲ ساعت ۱/۵ بعد از ظهر بروجرد را به مقصد سراب گاماسیاب ترک می‌کنیم. در ساعت ۲/۱۵ بعد از ظهر به مقصد رسیده و پس از جمع شدن دوستان و بررسی وسایل مورد نیاز رأس ساعت ۲/۳۰ بعد از ظهر به سمت جنوب شرقی در مسیر پاکوب مشخصی حرکت را آغاز می‌کنیم. تپه‌های سرسبز و جویباری روان، دسته‌های عشایر که با تمام زندگی ساده‌شان به طرف بالا در حرکتند، در همین ابتدای راه اذهانمان را از زندگی ماشینی و گرفتاریهای روزمره پاک می‌کند.

پس از یک شیب سنگلاخی به دشت سرسبزی می‌رسیم که در انتهای آن یک پناهگاه فلزی قرمز رنگ دیده می‌شود، قطرات باران به نرمی شروع به باریدن می‌کند و خستگی را از جانمان می‌شوید. حالا ساعت ۴ بعد از ظهر است و گروه ما به پناهگاه رسیده، پس از مقداری استراحت، از چشمه‌ی کنار آن آب برمی‌داریم. از اینجا به بعد، دیگر آب وجود ندارد مگر آب حاصل از ذوب شدن برفها. از دره‌ی پر برف بالای پناهگاه به طرف بالا حرکت می‌کنیم و در ساعت ۶ عصر به جان پناه سنگی زیر قله می‌رسیم. جان پناه کاملاً پر از برف است و جایی برای اطراق ندارد. اجباراً به سنگ چینه‌های کنار جان پناه، روی می‌آوریم، هر چه به شب نزدیک‌تر می‌شویم هوا سردتر می‌شود، اینجا هنوز زمستان است با تاریکی هوا سوسوی چلغهای روستاهای اطراف از افق تا افق زمین را همانند آسمان پر نور می‌کند، شهر نیاوند در سمت چپ و شهرستان ملایر در سمت راست نظاره‌گر ما هستند.

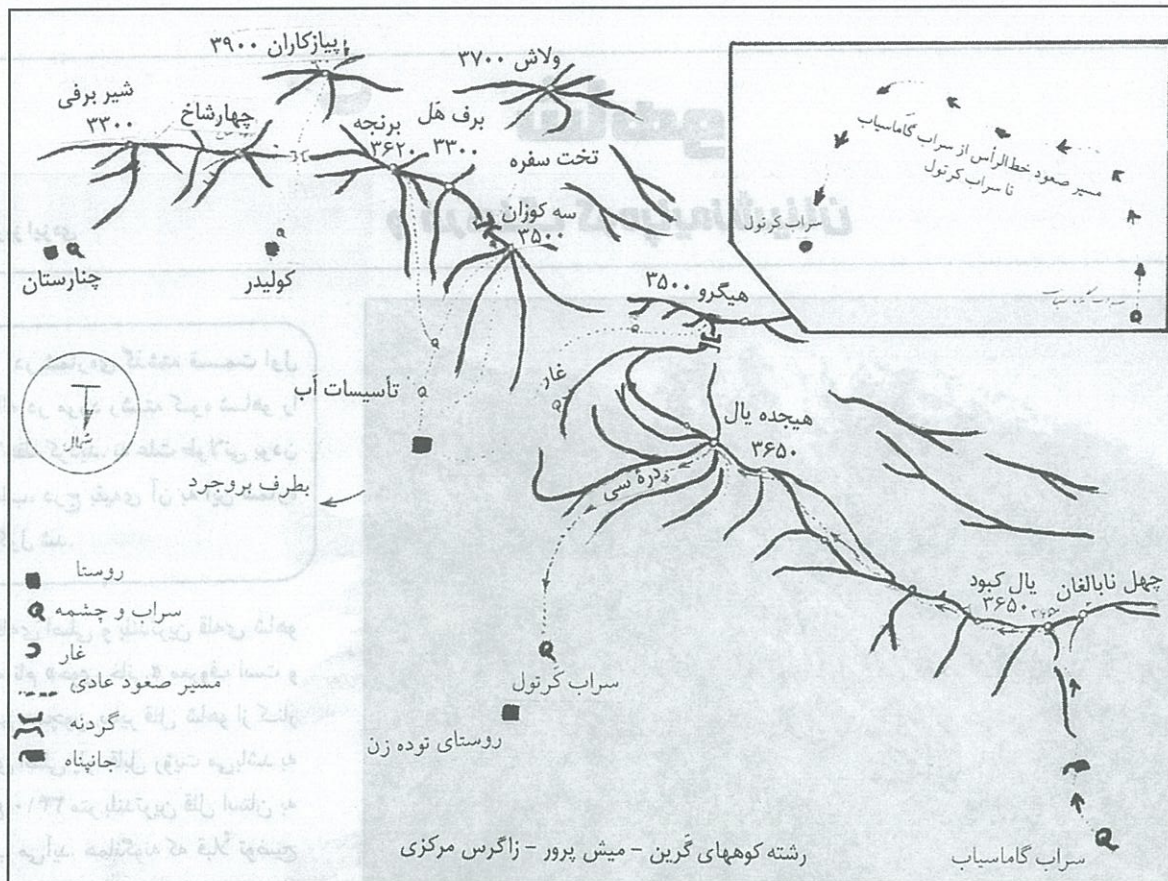
شب سردی را پشت سر می‌گذاریم و ساعت ۶ صبح به طرف قله‌ی «یال کبود» حرکت می‌کنیم. رأس ساعت ۷ صبح پس از پشت سر گذاشتن شیب تندی به قله‌ی ۳۶۵۰ متری یال کبود می‌رسیم. پس از اندکی استراحت حرکت را بر روی خط الرأس گرین ادامه می‌دهیم. در سمت راست دیواره‌ها تا قعر دره‌ای عمیق ادامه دارد و در سمت چپ پوشیده از برف سفت و یخ‌زده‌ای است که حرکت ما را کمی دشوار می‌سازد، با پشت سر گذاشتن چندین قله‌ی بی‌نام و یک تیغه. ساعت ۱۰/۳۰ صبح به طرف راست در کف دره‌ای کم‌عمق که مالا مال از برف است برای صبحانه آماده می‌شویم. ساعت ۱۱/۳۰ صبح شروع به حرکت کرده و پس از بالا و پایین‌ها

و پیچ و خم‌ها در ساعت ۳ بعد از ظهر به قله‌ی ۳۶۵۰ متری «هیجده‌بال» می‌رسیم، باد سردی می‌وزد و برای لحظاتی کوتاه دانه‌های برف و تگرگ ما را می‌نوازد. حجم زیاد برف، زمستان را برای ما تداعی می‌کند، در سمت راست ما، به طرف جنوب شرقی، قله‌ی «هیگرو» با ارتفاع ۳۵۰۰ متر و کمی دورتر قله‌ی سفیدپوش «ولاش» با ارتفاع ۳۷۵۰ متر دیده می‌شود.



**کوه‌های گرین واقع در زاگرس مرکزی از نظر طول رشته، طولانی‌ترین و از نظر ارتفاع دومین ارتفاعات را در کوه‌های لرستان دارا می‌باشد. این رشته کوه از جنوب و جنوب غرب شهرستان بروجرد تا جنوب شرقی نیاوند به طول بیش از ۵۰ کیلومتر کشیده شده است. به واسطه‌ی قرار گرفتن در منطقه‌ی نسبتاً سردسیری و قتل بالای ۳۵۰۰ و ۳۹۰۰ متر، همچنین زمستانهای طولانی و پر برف، برخی از مناطق آن در طول سال پوشیده از برف می‌باشد. از آنجایی که هنوز پناهگاه یا جان پناهی در این کوهستان احداث نشده، همچنان بکر و حالت وحشی خود را حفظ نموده است. صعود هر کدام از قتل آن به خصوص در فصل زمستان، اگر مشکل‌تر از برخی از قتل بالای ۴۰۰۰ متر نباشد، ساده‌تر نیست.**

**صعود قله‌های گرین در فصل بهار با وجود سرسبزی منطقه و چشمه‌ها و سراب‌های بسیار و گلجای وحشی از جمله لاله‌های وازگون و در بالادست، برف بسیار، هر کوهنوردی را به اوج لذت و نشاط می‌رساند.**



رشته کوههای گرین - میش پرور - زاگرس مرکزی

## تبریز کسری

### تولیدکننده راحت‌ترین و بادوام‌ترین کفشهای کوهنوردی و سنگ‌نوردی

اولین تولیدکننده کفشهای زمستانی با سبک خارجی

#### مدل کفشهای تولیدی

- ۱- مدل سنگین و کاملاً ضد آب مخصوص صعودهای زمستانی ارتفاعات بلند ۹ لایه جایگزین دوپوش
- ۲- مدل Lowa آلمانی نیمه سنگین و ضد آب با مواد خارجی ۷ لایه مخصوص زمستان تا ارتفاع ۴۰۰۰ متر
- ۳- مدل ایتالیایی - ساقه بلند
- ۴- مدل کوهپیمایی سبک با زیره پرسی
- ۵- کفشهای کتانی سنگ‌نوردی

تلفن: ۵۲۳۸۹۹۴ - ۰۲۱۱ - جباری اقدام

تهران: فروشگاه کوه اسکی (۰۲۲۸۰۶۷۰)  
 فرومگاه پورجم (۰۲۷۰۶۹۵۰)  
 کرمانشاه: فروشگاه بهستون (۰۲۲۵۴۴۷۲۹۲)

نمایندگی

کمی به سمت شمال حرکت کرده و به طرف دره «سی» سرازیر می‌شویم. از بالا تا پایین دره مملو از برف است و ما با شُر خوردن و اسکی با سرعت بیشتری به کف دره سرازیر می‌شویم. ساعت ۴/۳۰ بعد از ظهر در کنار چشمه‌ای با آب گوارا اطراق می‌کنیم. دو طرفمان را دیواره‌های عظیمی در بر گرفته، طرف سایه پُر از برف و سمت دیگر سبزه‌های تازه روئیده. منظره‌ی دلپذیری را به وجود آورده‌اند. ساعت ۵/۳۰ بعد از ظهر پس از صرف ناهار حرکت می‌کنیم. پیچ و خم‌های دره همراه با دیواره‌های سر به فلک کشیده کوچه پس کوچه‌ها را در ذهن آدمی تداعی می‌کند. این طرف و آن طرف گل‌های وحشی و لاله‌های واژگون دیده می‌شود. صدای واق واق سگها خبر از وجود دسته‌های عشایر را می‌دهد. ساعت ۷ بعد از ظهر به سراب کرتول می‌رسیم. رودخانه‌ی کوچک کف آلود همچون مار سفیدی از بالا دست، پیچ و تاب می‌خورد و به جلو می‌رود تا همراه ما به درختان گردوی کهنسال برسد. مینی بوس آماده حرکت است، سوار می‌شویم و حرکت می‌کنیم، صدای رعد آسمان از ارتفاعات گرین به گوش می‌رسد. نم‌نم باران شروع شده و ما را بدرقه می‌کند.

#### چند پیشنهاد برای برنامه‌ی خط‌الرأس گرین:

- ۱- بهترین زمان صعود: اواسط خرداد تا اواسط تیرماه
- ۲- مدت زمان لازم برای پیومدن کامل خط‌الرأس: حداقل دو روز کامل با آمادگی جسمانی خوب افراد. اگر افراد آمادگی بالایی داشته باشند یک روز و نیم برای آن کافی است.
- ۳- همراه داشتن کلنگ و آب مورد نیاز
- ۴- صعود خط‌الرأس گرین در زمستان بسیار مشکل و تا به حال گزارش زمستانی آن داده نشده است. Δ

\* هیئت کوهنوردی بروجرد

# شاهو

## و فرهنگ کوهپایه‌نشینان

قسمت دوم

● بهروز ایزدی



جبهه‌ی غربی شاهو از ارتفاعات روار  
در اعماق دره رودخانه‌ی سیروان جریان دارد

نقطه‌ی امیدی برای ره‌ماندگان زمستانی شاهو است که بدون امکانات مناسب و چادر، سر به کوه سپرده‌اند. (تاریخ احداث این غارپناه تابستان سال ۸۱ می‌باشد.)

بد نیست که اشاره‌ای هم داشته باشیم به اولین صعود زمستانی قله‌ی «حوی خانی». این قله در بهمن ماه سال ۷۲ توسط یک تیم از اعضای کانون کوهنوردان و به همراهی سرپرست کنونی گروه کوهنوردی شاهو که خود از اهالی منطقه و روستای «تازه آباد» می‌باشد انجام گردید.

قله‌ی سمت چپ، قله‌ی حوی خانی که دویست متری فاصله دارد، به «کل حوی خانی» معروف است (واژه‌ی تل، کتل، و کل در فرهنگ لغات آمده که تل به برآمدگی کپه خاکی که چند متری از سطح زمین بلندتر باشد اطلاق می‌شود و کتل به بلندای نسبتاً بلندی که از تپه ماهورها بلندتر است و «کل» به بلندایی که از سطح خط‌الرأس‌ها بلندتر باشد مثل بلندی قله‌ها گفته می‌شود.) پس از گذر از «کل حوی خانی» هر چه به طرف غرب می‌رویم سرازیری خط‌الرأس به وضوح نمایان است، که خود حاکی از کوتاه شدن سایر قله می‌باشد. قله‌ای که حائز اهمیت باشد و قابل ذکر به جز قله‌ی «زاولی» قله‌ای دیگر نیست ولی قبل از رسیدن از خط‌الرأس به قله‌ی زاولی پستی و بلندی زیادی را به ترتیب باید طی نمود که عبارتند از: «قلمرو شمیر» که در بلندای روستای زیبا و مصفای شمیر واقع است. منطقه‌ای

در شماره‌ی گذشته قسمت اول مقاله در مورد رشته کوه شاهو را ملاحظه کردید. به علت طولانی بودن مطلب، درج بقیه‌ی آن به این شماره موکول شد.

قله‌ی اصلی و بلندترین قله‌ی شاهو که به نام «حوی خانی» معروف است و آن هم همچون سایر قله شاهو از کنار جاده‌ی اصلی پناه قابل رؤیت می‌باشد به ارتفاع ۳۴۱۰ متر بلندترین قله استان به حساب می‌آید. همانگونه که قبلاً توضیح داده شد بلندای این قله را بعضی از ارتفاع سنج‌ها بیش از ۳۴۱۰ متر نشان داده. این قله مشرف به روستای «تازه آباد» بوده و مبدأ صعود هم همین

روستا است که پس از گذشتن از روستا و پشت سر نهادن باغها و چشمه‌ی پرآب و سراب زیبای «ویله» از دو مسیر که هر دو روی دو یال جداگانه قرار دارند، می‌توان راه قله را در پیش گرفت. یال سمت چپ به نام «برده واران» یعنی (سنگ باران) نزدیکتر و تابستانی است و یال سمت راست که کمی طولانی‌تر و به نام علفزار قیطولی معروف است برای صعودهای زمستانی مناسب می‌باشد. انتهای یال سمت راست که به قله‌ی کاذب «حوی خانی» ختم می‌گردد با پیمودن مسافتی نسبتاً کوتاه حدود ۱۰۰ الی ۱۲۰ متر به طرف غرب به قله‌ی اصلی می‌رسیم و اگر یال سمت چپ را در پیش گرفته باشیم نهایتاً سر از زیر قله در خواهیم آورد. البته از هر دو مسیر می‌توان در فصول مختلف، قله را صعود نمود ولی در چند قسمت این مسیر باید دست به سنگ شد که در زمستان با بودن برف و یخ زدن سنگ‌گیره‌ها، کمی کار را مشکل می‌کند.

لازم به ذکر است که در ارتفاع ۳۰۰۰ متری مسیر قله در محلی مناسب با بهره‌گیری از عوامل طبیعی، غاری که فضای داخل آن گنجایش حدود ۳۰ نفر را دارد توسط اعضای گروه کوهنوردی شاهو با هماهنگی و همکاری هیئت استان اقداماتی انجام شد که با نصب در و پنجره و بتن‌کاری کف و تراشیدن بخشی از ناهمواریهای دیواره‌ی داخل غار نسبت به ایجاد غار، در شرایط سخت و طوفان‌های سهمگین و معروف شاهو و در صعودهای زمستانی می‌تواند سرپناه خوبی برای کوهنوردان باشد. که این حرکت خود

هم که در دامنه‌ی «کل حوی خانی» وجود دارد دشت زیبا و سراب «سریاس» می‌باشد که جزء مناطق گردشگری محسوب می‌شود. در این منطقه اردوگاهی وجود دارد که سرپناهی بود برای کردهای رانده شده‌ی عراقی. پس از پشت سر گذاردن منطقه‌ی شمشیر در زیر خط‌الرأس به «چشمه خرله» می‌رسیم و بعد از پیمودن مسافتی به «چشمه الیاس»، نرسیده به «قله زاوی» در قسمت شمالی خط‌الرأس با کم کردن ارتفاعی حدود ۲۵۰ الی ۳۰۰ متر و طی نمودن فاصله‌ای نه چندان زیاد به طرف شمال‌غربی به یکی از جذاب‌ترین نقطه‌ی شاهو که از محلها و تفرجگاه‌های اهالی منطقه خصوصاً شهرستان پاوه می‌باشد می‌رسیم. این محل خوش آب و هوا و مصفا زبازند اکثر مردم شاهوشناسان گردیده و به نام «پیازدول» معروف است گرچه هر کس قصد گذراندن اوقات فراغت خود را در گرمای تابستان بخواهد در این منطقه بگذراند به علت دوری راه، ارزش یک روز ماندن را ندارد اکثراً به صورت خانوادگی با بار کردن ملزومات سه چهار روزه‌ی خود بر چهار پایان، چند شبانه روز را در این ارتفاعات خوش آب و هوا، گرمای تابستان را به فراموشی می‌سپارند. مبدأ صعود به ارتفاعات و منطقه‌ی پیازدول از «سراب هولی» که در انتهای یکی از خیابانهای اصلی شهر پاوه می‌باشد آغاز می‌گردد.

**قله‌ی زاوی:** که آخرین قله‌ی شاخص شاهو محسوب می‌شود ارتفاعی حدود ۳۳۴۰ متر دارد و مبدأ صعود آن از حد فاصل روستای شمشیر و دوریسان است به علت استفاده‌ی بی رویه و غیراصولی اهالی از درختان جنگلی، طی چند دهه‌ی اخیر متأسفانه در این قسمتها دامنه‌ی شاهو برهنه از درختان جنگلی است یکی از دلایلی که سبب نابودی درختان جنگلی این منطقه شده وجود روستاهای پی در پی یکدیگر در این مناطق متراکم است. از سر دوراهی جاده باینگان قله زاوی را در صورت خوب بودن هوا می‌توان دید. بدون اینکه مانعی در سر راه دیدمان وجود داشته باشد و همین امر سبب می‌گردد که بتوان مسیر صعود را به خوبی انتخاب کرد و راهی قله شد. پس از قله‌ی زاوی منطقه‌ای که آن هم مورد توجه اهالی شهرستان پاوه است منطقه‌ی دوریسان می‌باشد که محدوده‌ی آن در ابتدای جاده‌ی پاوه به کرمانشاه قرار دارد.

امید است با بهره‌گیری از کروکی شماتیک زیر به راحتی بتوان بر منطقه و قله جنوبی شاهو دست یافت.

اکنون وقت آن رسیده که از جبهه‌ی جنوبی از طریق جاده‌ی روانسر به کامیاران یا از طریق کرمانشاه به کامیاران که از شهرستانهای استان کردستان محسوب می‌شود و در ۵۵ کیلومتری کرمانشاه واقع می‌باشد گذشته و نظر و گذری به جبهه‌ی شمالی شاهو بیندازیم. در منتهالیه جبهه‌ی شرقی شاهو جاده‌ی شهرستانهای روانسر و کامیاران را به هم متصل می‌کند. این جاده قبل از رسیدن به کامیاران توسط جاده‌ای که اخیراً بیش از نیمی از آن آسفالت شده و در نهایت به شهرستان مریوان و بعد از پل پالنگان و دوراهی مریوان به سمت جنوب به جاده‌ی نوسود و پاوه ختم می‌گردد همانند جاده‌ی روانسر به پاوه که جبهه‌ی جنوبی شاهو را از نظر می‌گذراند این جاده جبهه‌ی شمالی و شمال‌غربی و غربی را در بر گرفته است.

قسمتهایی از شاهو که کم ارتفاعتر است در ابتدای جاده قرار دارد و هرچه نزدیکتر و جلوتر می‌رویم قله اصلی شاهو کیلومترها از جاده دور می‌شود و حد فاصله‌ی جاده و قله اصلی را بخش عظیمی از فلات شمالی و قله‌های پراکنده احاطه نموده.

تعداد کثیری روستا تا محدوده‌ای که به رود عظیم و خروشان سیروان و جبهه‌ی شمال غربی و غربی منتهی می‌گردد در این مسیر وجود دارد که حدوداً به ۳۵ روستا می‌رسد به ترتیب عبارتند از: ۱- تیره ریز ۲- آسنگران ۳- گمه ته ۴- آفریان ۵- ماویان ۶- که ره گل ۷- که و بیا ۸- کوره دره شمالی ۹- کوره دره جنوبی ۱۰- گه شکی ۱۱- تخته زنگی ۱۲- کلاته و لونه کون ۱۳- لون سادات ۱۴- کاوانه ۱۵- چروسانه ۱۶- زیویه ۱۷- میسوراو ۱۸- تپله کوه ۱۹- گازرخانی ۲۰- بزوش ۲۱- کاشتر ۲۲- یوزیدر (وی زیر) ۲۳- تنگیور ۲۴- پالنگان ۲۵- دیوه زانو ۲۶- جولانده ۲۷- دله مه رز ۲۸- زوم ۲۹- دل ۳۰- روار ۳۱- اسپه ریز ۳۲- هجیج ۳۳- ناو ۳۴- داریان ۳۵- وراه. این روستاها در مجاورت رشته کوه شاهو از شمالی تا شمال غربی و غربی به نقطه‌ای می‌رسد که رودخانه‌ی سیروان این رشته کوه را قطع می‌نماید و بخش شاهوی شرقی را از شاهوی غربی جدا می‌کند (همانگونه که در نقشه‌ی شماتیک شمالی نشان داده شده) اکثر روستاهایی که ارتباط زندگی نزدیکی با شاهو دارند روستاهایی هستند که در پایین دست جاده واقع و به دامنه‌ی شاهو نزدیکترند.

رودخانه‌های نسبتاً پرآبی که از چالاب شیخ عزیز، چالاب بگ زاد، چم تنله کون، چم تنگیور و رودخانه‌ی گاو رود که از مسیر رودخانه‌ی گاومیشان که چند سالی است توسط وزارت نیرو (شرکت آب منطقه‌ای غرب) در حال احداث سد نسبتاً بزرگی که جزء سدهای عظیم خاورمیانه می‌باشد می‌گذرد و در حاشیه‌ی جبهه‌ی غربی شاهو وارد رودخانه‌ی سیروان می‌گردد. این رود عظیم به علت اینکه در کف دره عبور می‌کند و ارتفاع آن از سطح دریا بین ۷۰۰ الی ۷۵۰ متر می‌باشد با سطح زمین‌های کشاورزی و باغ‌های منطقه اختلاف ارتفاع بسیار دارد و متأسفانه استفاده‌ی آنچنانی از آن نمی‌گردد. این رود از مرز ایران گذشته و وارد خاک عراق می‌شود و یکی از رودخانه‌های اصلی پشت سد دربندی خان عراق می‌باشد.

همانگونه که در نقشه مشخص گردیده حد فاصله‌ی جاده‌ی اصلی کامیاران به مریوان در بخش مرکزی شاهو (منظور دامنه‌ی قله اصلی شاهو است) فاصله‌ی زیادی وجود دارد و همین حد فاصله که به واسطه‌ی فلات و قله بسیار زیادی ایجاد شده سبب توسعه و رونق دامداری گشته. اهالی شمالی نشین شاهو که بیشتر به دامداری مشغولند قرن‌ها است که به روش سنتی نیاکان و گذشتگان خود به این پیشه می‌پردازند. این عده برای خود دارای قوانین و قواعد خاصی هستند. در آغاز بهار کُردها حداقل بیست روز به عید نوروز مانده گوسفندان خود را توسط مردان مجرد، ورزیده و پربلاقت به دامنه‌ها که اولین اطراقگاه (هه واره) یا (کییل) که معمولاً به صورت اشکفت و غارهای طبیعی است برده و یا به سوی سرپناه‌هایی که با روش خاص زمستانی توسط اهالی ساخته شده و در قسمت‌های کم ارتفاع و دامنه‌ها قرار دارد، کوچ می‌نمایند.

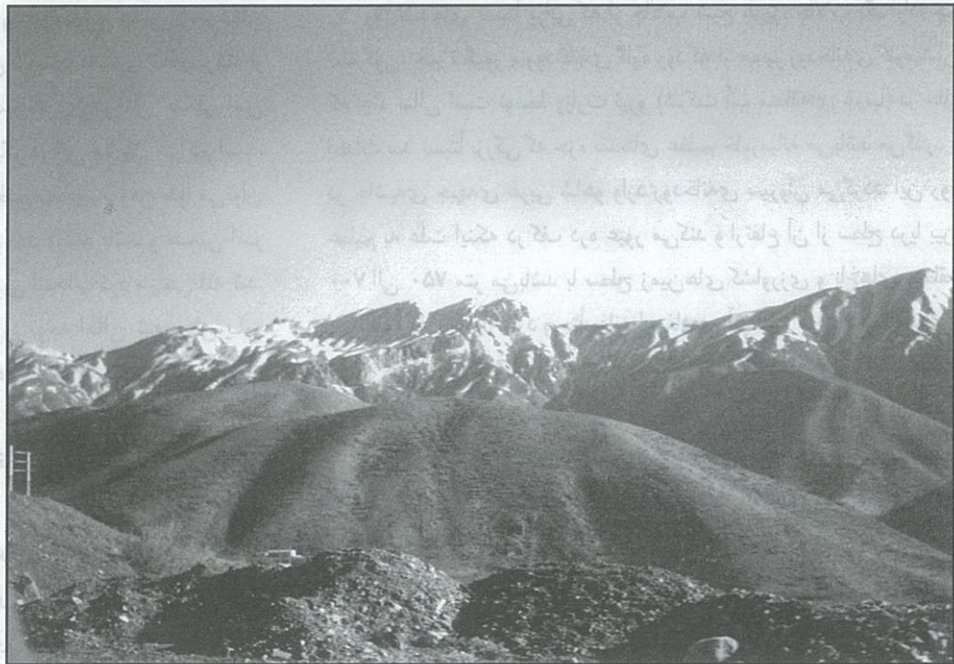
به حساب می‌آید زیرا خوراک دام در طول فصل‌های پاییز و زمستان تأمین می‌گردد. پس از جمع‌آوری علوفه و خشک شدن در زیر آفتاب، آنها را خرد می‌کنند. تقریباً این دوره از کارها که جزء سخت‌ترین کارهای این مردمان به حساب می‌آید (تالف پیچاو کوتا کردن) نامیده می‌شود. در آخرین مراحل زندگی در هه واره علوفه را به وسیله‌ی چهار پایان که به این کار (هرونه) می‌گویند به روستا حمل می‌کنند.

معطر بودن نوع گیاهان و علوفه سبب گشته که لبنیات خصوصاً روغن منطقه‌ی شاهو از معروفیت خاصی برخوردار باشد همپون روغن کرمانشاهی.

زندگی، سنن، رسوم، فرهنگ و زبان سراسر شاهونشینان و حتی موجودات و گیاهان این کوه تا حدود بسیار زیادی با هم یکسان و مشابه هم هستند. در دامنه‌ی وسیع شاهو خصوصاً در جبهه‌ی شمالی هه واره‌های معروف و بسیاری وجود دارد که برای این مردم قابل توجه و حیاتی است. تعدادی از هه واره‌های معروف شمالی عبارتند از: هه واره چالاه، لون سادات، تنگی خاو، برده بل، مرده زما (مورده زناو)، تیکه نو، دولان، زرو بیشخ، برالوکان، هه واره تخت، هه واره کانی و مر آواره کاشتر، هه واره شیخ عزیز، دشتی و ناو ملان، بریم تنگویر،

پچه رش یا نهلمان، تون پالوان، شلیوان، بولین کوچک و بزرگ، یوزیدر، گوزیان، هانیه، شلیوان پایین، پچه رش پایین، شیلانان، پالنگان، سروه، برزه، دیوزناو، زاولی، میشیاو، پیازدول، گاول، هجیح.

در مناطق شاهو نقش کیمیاگران محلی در جمع‌آوری گیاهان دارویی که امروزه در صنعت داروسازی و طب گیاهی در بین جهانیان جایگاه خاصی باز نموده سالهاست که منبع درآمد عده‌ی کثیری از این افراد می‌باشد. نه تنها در کوهستان شاهو گیاهان دارویی فراوانی یافت می‌گردد بلکه در بین این نوع گیاهان، گیاهی است که به جای مواد شوینده به خوبی می‌توان از آن استفاده نمود. با توجه به در اختیار داشتن انواع مواد شوینده اکثر این مردم هنوز برای شستشوی ظروف و لباس و حتی استحمام از ریشه‌ی گیاهی که به نام محلی (توسی) نامیده می‌شود استفاده می‌کنند. (گیاه توسی در زبان فارسی شکر تیغال است). ریشه‌ی این گیاه را پس از کندن و خشک نمودن آن را خرد و به صورت پودر در می‌آورند. این پودر شوینده بهتر از شوینده‌های شیمیایی مورد استفاده قرار می‌گیرد. به این پودر شوینده‌ی گیاهی (سپون یا اسپون) می‌گویند.



ارتفاعات غربی شاهو

حدوداً پانزده روز از فروردین گذشته سایر اعضای خانواده که فعال و کارگر می‌باشند به دنبال گله و گوسفندان راهی مناطق ییلاقی می‌شوند. پس از پایان فروردین و نیمه‌ی اردیبهشت مجدداً کوچ به ارتفاعات بالاتر صورت می‌گیرد. با برنامه‌ریزی و نظم خاصی هر خانواری به محل جدید که از قبل مهیا شده و سالهاست اجداد آنها از آن استفاده می‌نمایند کوچ می‌کنند. این کوچ در یک اعلام سراسری که بیشتر روستاها در مجاورت هم می‌باشند با چند روز تأخیر صورت می‌گیرد. البته زمان کوچ بستگی به وضعیت هوا دارد. همانگونه که قبلاً در توضیحات جبهه‌ی جنوبی شرح داده شد هر خانواری مستقلاً در مدت زمانی که در ارتفاعات بالا زندگی می‌کنند در خانه‌هایی که نسبتاً محدود و کوچکتر از منازل مناطق قشلاقی است با دیوارهای سنگچین بدون استفاده از مصالح ساختمانی بنا شده. گاهی ممکن است جهت بندکشی بین سنگهای فاصله‌دار از ملات گِل استفاده نمایند. سقف متحرک این منازل را تیرهای چوبی بلند و شاخ و برگ درختان جنگلی و ساقه‌های بلند علوفه می‌پوشانند. این خانه‌ها را (هه واره) یا (هوارگه) می‌گویند. تقسیم کار در این دوره از زندگی کوهستانی بین عشایر کوه‌نشین و اعضای خانواده به خوبی مشهود می‌باشد. جمع‌آوری چوب خشک درختان و فضولات چهارپایان برای سوخت، حمل برف از برفچالها در مناطقی که آب موجود نمی‌باشد جهت تهیه‌ی آب به عهده‌ی زنان و دختران بزرگتر خانواده

است و بردن گله به اطراف و دوردستها جزء وظایف مردان و پسران ارشد هر خانواده می‌باشد که ضمن چرای گله به جمع‌آوری و دروی علوفه که به زبان محلی (کوکن) نامیده می‌شود و هر کس در علفزارهای خود همچون زمینهای اختصاصی کشاورزی که قرنهاست بین اجداد خود مشخص و تقسیم اراضی نموده‌اند می‌پردازند. این قسمت جزء کارهای اساسی و مهم

از اتوبوس‌های اسقاطی شهر بیرمنگان بوده و از رده خارج شده بازسازی کرده و این سفر دور و دراز را در پیش می‌گیرند. آنها محل کمپ اصلی خود را در پایین‌تر از روستای یوزی در (ویزیر) بر پا می‌کنند و مایحتاج خود را از طریق این روستا تأمین و بارهایشان را توسط چهارپایان (قاطر) با راهنمایی شخصی به نام کریم به دهانه‌ی غار در (هه واره برزه) به زیر قله‌ی آنتن می‌رسانند (قله‌ی آنتن قله‌ای است که در گذشته جهت ارتباطات مخابراتی امنیتی با مرز عراق این دکل تقویتی بیسیم بر روی قله نصب گردیده بود که انگلیسی‌ها یا فرانسوی‌ها به نام قله‌ی آنتن آن را نام نهادند). آنها وارد غاری می‌شوند که از درجه‌ی سختی بالایی برخوردار است مشخص نیست نام این غار را که کورش کبیر نهاده‌اند توسط فرانسویها بوده یا انگلیسیها. آنها به مدت چند شبانه روز به طور متناوب در درون غار به فعالیت می‌پردازند و به وسایل فنی و کمپینگی فرانسویها که درون غار به جا مانده بر می‌خورند. آنها به علت اشتباهات خود موفق به عمق تخمین زده نمی‌رسند زیرا در عمق ۳۶۰ متری به انتهای غار بر می‌خورند. تعدادی از این افراد به سراغ دو غار دیگر که در دور دسترس این غار و در زیر قله‌ی شمالی (حوی خانی) قرار داشته و به نامهای کله افعی و شهبانو نامگذاری شده می‌روند و با مشکلات زیادی به اعماق غار نفوذ می‌کنند در اعماق غار شهبانو به مانعی برمی‌خورند که قطعه سنگ نسبتاً بزرگی است که راه را مسدود نموده. در برداشتن این سنگ و شکستن گوشه‌ای از آن که بتوان راه ادامه را باز نمود سعی خود را می‌کنند ولی سختی سنگ بیش از سماجت آنها است که تصور می‌کردند. آنها در گزارش خود آورده‌اند که اگر این مانع برداشته شود مطمئناً این غار همچنان ادامه دارد و به چاههای دیگر و تالارهای بزرگتر و اعماق بیشتر منتهی می‌شود. کراً افسوس همراه نداشتن دیلم کوتاهی را می‌خورند. بالاخره به علت طولانی شدن برنامه و مریضی چند تن از غارنوردان به علت استفاده نمودن از آب آلوده و سوختن موتور اتوبوس که در راه کرمانشاه جهت تهیه‌ی تدارکات راهی شده بود و تمام شدن پولشان تصمیم به بازگشت می‌گیرند. به خاطر تأمین کرایه و هزینه‌ی خورد و خوراکشان تا انگلستان مقدار زیادی از وسایل خصوصاً وسایل کمپینگی و پوشاک خود را به روستاییان می‌فروشند و اتوبوس موتور سوخته را در کمپ کرمانشاه به جا می‌گذارند و با مشقت و سختی فراوان به صورت پراکنده راهی بریتانیا می‌شوند و از آن تاریخ تاکنون که قرار بود بازگردند پشت سر خود را هم نگاه نکرده‌اند.

این اطلاعات که از کتاب غار شاهو به دست تنی چند از کانونیها افتاده بود ما را بر آن داشت که در صدد دست یافتن به این غارها برآئیم ولی از مبدأ صعود که روستای «یوزیدر» باشد و مقصد «قله آنتن» بی‌اطلاع بودیم. قریب بیش از ۴ سال در پی این روستا جستجو نمودیم البته در جبهه‌ی جنوبی؛ زیرا آنها اشاره‌ای به اینکه این روستا و غار در جبهه‌ی شمالی شاهو واقع می‌باشد و یا راه آن از مسیر کامیاران طی می‌شود هیچ اشاره‌ای نکرده بودند.

بر حسب اتفاق با مرور و مطالعه‌ی گزارش سفر هشت روزه‌ی خود به ارتفاعات اورامانات و بخشی از خط‌الرأس و دامنه‌ی شمالی شاهو در سال

در شاهو خصوصاً جبهه‌ی شمالی و شمال غربی علیرغم وجود چشمه سارها و آبهای سطحی فراوانش متأسفانه به علت وجود حفره‌های آهکی که به زبان محلی به (بیلو) معروف هستند بدون استفاده و بهره‌برداری آنچنانی از آنها به اعماق زمین فرو رفته و در نهایت وارد رود سیروان می‌گردد.

ولی چشمه‌هایی که از این موضوع مثنی هستند و مورد استفاده‌ی کوه‌پایه‌نشینان شمالی قرار می‌گیرد و به (چالو) معروفند عبارتند از: چالو و سردرون، چالو و بگ زاده، چالو و شیخ عزیز، کانی حمه رزا، کانی هواره زردیشیخ، کانی بله (واقع در مسیر هراوان در ارتفاعات بالا) کانی کله هو (واقع در منطقه‌ی هواره کله هو) کانی هانه لار (در جنوب هواره نهلمان) یا پچه رش، کانی هراویه. کانی معروف هانیه که توان آبدهی آن به حدی است که جوابگوی بیش از ۵۰۰ خانوار کوچنده و دامپایشان می‌باشد، کانی خریله (در شمال و ۳۰۰ متری زیر قله‌ی حوی خانی، قله‌ی اصلی شاهو) کانی میشیواو در منطقه (ناوان میشیواو). (در تلفظ کُردی کانی به معنی چشمه می‌باشد).

غارهای عمودی که در تلفظ محلی به آنها (بیر یا نور) به معنی چاه گفته می‌شود و در جبهه‌ی شمالی واقع اند به تعداد بسیار چشمگیری یافت می‌گردد ولی بیش از ۳ الی ۴ مورد از آنها هنوز کاوش و کار تحقیقاتی انجام نشده تعدادی از این غارها عبارتند از: بیر آواداره یا (غار آبدار) واقع در منطقه‌ی شاهوی کاشتر در ابتدای شمالی قله‌ی پیر خدر بالاتر از هه واره تخت کاشتر که بر روی نقشه‌ی شماتیک مشخص است. غار (بیره سور) به معنی غار سرخ (در منطقه‌ی ناوان پالنگان)، (بیر خریله) در گردنه‌ی خُریله بالاتر از شیلانان، نرسیده به گردنه‌ی شمشیر در شمال غرب قله‌ی حوی خانی. (این غار و غار دیگری که نسبتاً در همجواری این غار می‌باشد توسط تیم‌های فرانسوی و انگلیسی که بعداً به گزارشهای آنها اشاره خواهد شد در سالهای ۱۳۵۴ و ۱۳۵۶ مورد کاوش و پیمایش قرار گرفته و به نامهای کله افعی و شهبانو نامگذاری گردیده. (غار معروف سربان در هه واره ریزه به طرف شاهوی کاشتر).

در سال ۶۵ بنا به درخواست ارسال کتاب از یکی از مراکز نشر کتاب و مجلات کوهنوردی از انگلستان بر حسب اتفاق در بین کتابهای دریافتی به کتابی برخوردیم که حاوی گزارش کاملی بود از سفر یک تیم غارنورد انگلستان به ایران و غار شاهو در سال ۵۶. این تیم با توجه به توضیحاتی که در سفرنامه‌ی خود به ایران و کرمانشاه داده بودند در گزارش خود اشاره نمودند که اطلاعات به دست آمده‌ی ما از وجود غار شاهو توسط تیم غارنوردی فرانسه که در سال ۵۴ راهی این غار شده‌اند بود.

مطالعه‌ی این کتاب برایمان بسیار جذاب، خواندنی و تا حد زیادی متأثر کننده. تأثر بدین لحاظ که غار ارزشمندی در خاک کشور و استانمان وجود داشته باشد و ما کوهنوردان از آن بی‌خبر. خواندنی و جذابیت آن بدین جهت بود که آنها در نوشته‌ی خود آورده‌اند: «ما حدس می‌زنیم عمق این غار بیش از ۱۴۰۰ متر باشد یعنی دقیقاً دو برابر غار پراو». بد نیست اشارات بسیار مختصری به این گزارش داشته باشیم.

یک تیم ۱۶ نفره‌ی انگلیسی بر اساس اطلاعات به دست آمده از غارنوردان فرانسوی که در سال ۵۴ از چند غار منطقه‌ی شاهو دیدن نموده‌اند در نیمه‌ی دوم مرداد ماه سال ۵۶ به کرمانشاه وارد و با اتوبوسی که

در ابتدا تصور می‌شد غار کورش باشد و در محدوده (هه واره برزه) قرار دارد مورد کاوش و پیمایش تیم قرار گرفت که پس از چند مرحله فرود بلند و کوتاه و طی مسافتی به انتهای مسدود شده برخوردند البته همین غار توسط تنی چند از اعضای خانه‌ی کوهنوردان تهران و یک تن از گروه کوهنوردی بهستون کرمانشاه در سه هفته قبل چاه‌های اولیه با دو الی سه مرحله فرود پیموده شد.

یادی از برنامه‌ی سال ۷۱ می‌کنیم یک تیم ۱۳ نفره از اعضای کانون در اواخر اردیبهشت در یک برنامه‌ی سه روزه که قصد صعود ارتفاعات شمالی را از روستای تنگیور داشتیم از مناطق و ارتفاعاتی به ترتیب تنگیور، تنگه دربند، سر در بند، کییل مردان، هه واره و چالو و شیخ عزیز، هه واره رشی بریم، ارتفاعات کالین، دشت هلاله زرد (لاله زرد)، هه واره و برکه شیلاتان و ناوان (گذرگاه) پیره سور و گردنه‌ی شمشیر عبور نموده و در نهایت به طرف جبهه‌ی جنوبی و روستای شمشیر سرازیر شدیم. در منطقه شیلاتان به دو غار کله افعی و شهبانو که هر دو در فاصله‌ی نه چندان دوری از یکدیگر قرار

۵۴ از مریوان به کامیاران همراه با سه نفر از محیط بانان محیط زیست مریوان و یکی از کوهنوردان سندیجی به نام روستای (یوزیدر) روبرو شدم و بی بردم که بیش از چهار سال بیهوده نقطه به نقطه‌ی جبهه‌ی نسبتاً طولانی جنوبی را در پی روستای یوزیدر و غار کورش کبیر می‌گشتیم. با در میان نهادن این موفقیت به تنی چند از دوستان کانونی اولین اقدام شناسایی منطقه و مدخل ورودی غار در دو برنامه‌ی خرداد و تیرماه سال ۶۹ توسط دو تیم انجام گردید.

به گفته‌ی آنها بار دگر ورود و حضور فرانسویها و انگلیسیها برایشان تداعی شد و در ابتدا تصور نمودند که این عده همانها هستند زیرا تا آن زمان به جز افراد بومی کسی دیگر قدم به منطقه نگذاشته بود. با راهنمایی آنها دهانه‌ی غار که در گودترین نقطه‌ی گودالی واقع شده نشان داده شد و جماعت زیادی یکی از غارنوردان را که برای شناسایی اولیه مرحله ۱۱۵ متری چاه اول که کارگاه فرودش در خارج از غار زده شده با نگاه، همراهی نمودند.

به علت همراه نداشتن وسیله‌ی فنی

به سبب نامشخص بودن دستیابی به دهانه‌ی غار فقط یک رشته طناب ۵۰ متری با مختصر وسایل فنی همراه تیم بود. بالاخره ۵۰ متر از فرود ۱۱۵ متری که کاملاً در فضا معلق می‌باشد انجام و ادامه‌ی برنامه به بعد با تهیه‌ی تدارکات مناسب موقوف گردید و سرانجام اولین میخ فرود پیمایش این غار توسط ایرانیها به نام کانون کوهنوردان به ثبت رسید.

در یک برنامه‌ی سه روزه و صعود مسیر شمالی از تنگیور به منطقه‌ی شیلاتان و عبور از دشت (هلاله زرد) (لاله زرد) به مدخل ورودی غار، به کله‌ی افعی و شهبانو برخوردیم و مکان این دو غار را هم شناسایی نمودیم. یکی دو بار جهت صعود و گشت و گذار در منطقه‌ی شمالی شاهو برنامه‌هایی اجرا

شد و یک بار هم توسط یک تیم سه نفره به چند چاه اولیه‌ی غار کورش نفوذ کردند. بالاخره پس از وقفه‌ی نسبتاً طولانی در اواخر تابستان سال ۸۰ تدارکات پیمایش غار کورش مهیا و یک تیم ۸ نفره (با همراهی زنده یاد هادی رجایی) و کمک اهالی روستای پالنگان جهت حمل بار و تهیه‌ی آب آشامیدنی از چشمه‌ی هانیه توسط چهارپایان در یک برنامه‌ی پنج روزه، تیم توانست به انتهای مکشوفه‌ی غار دست یابد ولی نه عمقی که به تصور غلط انگلیسیها ۱۴۰۰ متر بود.

برونده‌ی این غار اعجازانگیز برای غارنوردان ایرانی و علاقه‌مندان به غارشناسی گشوده شد. البته به جز فرود و پیمودن این غار، غار دیگری که



روستای اسپه ریز - حاشیه رود سیروان - جبهه‌ی شمال غربی شاهو

دارند برخوردیم. با آثار به جای مانده کارگاههای فرود که در دهانه‌ی غار موجود بود و چاه عمیق اول که از دهانه شروع می‌شد روبرو شدیم. آب جاری شده از برف‌چالهای مشرف به غار و سرازیر شدن به صورت آبشاری به درون چاه اول حاکی از سختی سر راه بود. این دو غار همان غارهایی است که مورد کاوش و پیمایش انگلیسیها قرار گرفته بود.

نبود امکانات کافی و پوشاک مناسب و در خور این غار از یک سو و دوری راه از سوی دیگر سبب گشته که تاکنون اقدام به برنامه‌ریزی جهت دستیابی به این دو غار که بنا به نوشته در گزارش انگلیسیها این غارها بسیار حائز اهمیت می‌باشد نشویم. امید است که جوانان و علاقه‌مندان باتجربه

بتوانند هر چه زودتر ابهامات درون این دو غار را روشن نمایند.

### مبادی و مسیرهای صعود قله شاهو از جبهه شمالی

از کرمانشاه به شهرستان کامیاران رفته و جاده‌ی مریوان را که تا محدوده‌ی روستای پالنگان اخیراً آسفالت شده و راه‌سازی آن تا مریوان ادامه دارد. در سر جاده روستای (میسوراو) که در نقشه‌ی شماتیک با شماره ۱۷ مشخص گردیده از ماشین پیاده می‌شویم از کناره‌ی دامنه‌ی کوه (شیون سوار) به طرف جنوب غربی که شمالی قله گُلنجی و سان او، مد نظرمان است راه را به طرف هه وارِه (مورده زانو) (مورده زنا) ادامه می‌دهیم از این مسیر، قله‌ی گُلنجی به خوبی نمایان است که می‌توان بهترین راه را برگزید. یک تیم آماده می‌تواند جهت رفت و برگشت این مسیر به طور متوسط با استراحت‌های بین راه و صرف ناهار ۹/۵ الی ۱۰/۵ ساعت را در نظر گرفت.

مسیر بعدی که صعود قله پیرخدر و گاوقران می‌باشد باید راه نسبتاً طولانی که از روستای تنگیور با شماره به ثبت رسیده ۲۳ در نقشه‌ی شماتیک مشخص است از خودرو پیاده شد. در صورت همراه داشتن وسیله‌ی نقلیه‌ی شخصی و پارک نمودن در روستا (به شرط اینکه قصد بازگشت و فرود از جبهه‌ی جنوبی را نداشته باشید) از تنگه‌ی بسیار زیبا در حاشیه‌ی رودخانه‌ی فصلی دربند شاهو گذشته سپس از سر دربند به محل هه وارِه و چالاو (چاه آب) به (بگزاده) می‌رسید. این محل مکان بسیار مناسبی برای صرف صبحانه یا ناهار می‌باشد. اگر صبح زود از روستای تنگیور راه بیفتید می‌توانید صبحانه را در این نقطه صرف نمایید و اگر دیر راه افتادید می‌توانید برای صرف ناهار این محل را انتخاب کنید. سپس مسیر چم چورین (رودخانه چورین) را در پیش گرفته و به هه وارِه بلالکان (آلبالوی کوهی) و با طی مسافتی نسبتاً کوتاه حدوداً یک ساعت به هه وارِه تخت می‌رسید اگر قصد لذت بردن از مناطق زیبای شمالی را دارید با بیتوته نمودن در این منطقه و همنشینی با دامداران شاهو شبی خاطره‌انگیز را در تاریخ کوهنوردیتان به ثبت برسانید و صبح زود بعد فرصت صعود قله پیرخدر و گاوقران را دارید. اگر قصد برگشت و سرازیر شدن به جبهه‌ی جنوبی را داشته باشید می‌توانید از یالی که به دره‌ی زیبای قوری قلعه ختم می‌شود برنامه را به پایان برسانید البته پس از بازدید از غار و خوردن ماست معروف قوری قلعه سپس با مینی‌بوس‌های پاوه به کرمانشاه، می‌توان اعزام کرمانشاه شد.

مسیر بعدی که صعود قله‌ی اصلی یعنی حوی خانی است باید طولانی‌ترین راه را برگزید. البته می‌توان از راه و مسیر صعود قله‌های گاوقران و پیرخدر هم عبور و ادامه‌ی راه سمت راست چالابگزاد که برای صرف صبحانه و ناهار پیشنهاد داده شد به طرف غرب یعنی (هه وارِه کییل مردان) ادامه‌ی راه داد سپس با پشت سر گذاشتن چالاب شیخ عزیز، هه وارِه دشتی بریم، به دامنه‌ی شمالی حوی خانی دست یافت و با پی گرفتن یال مشخص میانی تا قسمتهای انتهایی که صخره‌ای می‌باشد به سادگی عبور نمود آنگاه به سمت شرق تراورس کرده یا اینکه با احتیاط و به کارگیری فنون و آموخته‌های سنگنوردی دل به دریا سپرد به صورت مستقیم به قله صعود نمود که این کار هم به آسانی عملی است.

برای دستیابی به منطقه و دهانه‌ی غار کورش کبیر از دو راه می‌توان استفاده نمود راه اول که همان راه صعود تیمهای فرانسوی و انگلیسی و همچنین چهار مرحله صعود کانونی‌ها می‌باشد. مبدأ صعود روستای یوزیدر (وی زیر) راه دوم راهی است که مبدأ صعود روستای پالنگان می‌باشد. مسیری که در سال ۸۰ تیم خانه کوهنوردان تهران، بهستون کرمانشاه و همچنین کانون کوهنوردان انتخاب نمودند. روستای یوزیدر که در نقشه با شماره ۲۲ نشان داده شده روستایی است نسبتاً بزرگ و دارای امکاناتی شامل: آب لوله کشی، برق، مرکز بهداشت، مخابرات، دبستان و مدرسه‌ی راهنمایی. تعداد خانوارهایی که در این روستا اسکان دارند به ۱۴۰ الی ۱۵۰ خانوار می‌رسد. به جهت وسعت زمینهای کشاورزی این منطقه درآمد اهالی به طور مساوی از دامداری و کشاورزی تأمین می‌گردد. فاصله‌ی یوزیدر تا دامنه‌ی کوه حدوداً چهار کیلومتر پیاده‌روی دارد با یک سرازیری بسیار تند که وقت برگشت همراه با خستگی راه به شیب تند و کشنده میدل می‌شود. البته در سمت راست روستا جاده‌ای کوهستانی موجود است که در صورت همراه داشتن خودرو می‌توان تا کنار رودخانه را با ماشین طی نمود. ناگفته نماند که روستای تنگیور که در دامنه‌ی کوه و در همجواری مسیر «یوزیدر» می‌باشد دارای مینی‌بوس اختصاصی از کامیاران به روستا است و با مبدأ مسیر صعود چندان فاصله‌ای ندارد. پس از عبور از پل رودخانه‌ی تنگیور و بازدید آثار باستانی تنگه سمت راست روی رودخانه که به دوران هخامنشیان و ساسانیان ختم می‌شود. آن منطقه را به جهت شکل ظاهری زینانه (زندان) می‌نامند. راه پریچ و خم ارتفاعات مقابل که کاملاً جنگلی و با درختان نسبتاً کوتاه و پاکوب شده است به نام (باخوشه) معروف می‌باشد راه را ادامه داده و همچنان از مسیر مشخص به منطقه‌ی «هه وارِه» (نهلان) رسیده سپس دنباله‌ی راه را کاملاً به سمت جنوب که به منطقه‌ی داوودخان معروف است ادامه داده و از سمت چپ از منطقه‌ی هوارون گذشته و به (گل چیه) می‌رسیم با ادامه‌ی راه به دره (هه وارِه) و نهایتاً به هه وارِه (هانیه) که آب چشمه معروف هانیه باعث رفع خستگی از تن و تشنگی وجود می‌گردد. سرازیری دره‌ی نسبتاً وسیع زیر چشمه را به سمت چپ ادامه داده و از مسیر پاکوب شده راه «هه وارِه برزه» (هواره بلند) را پی می‌گیریم. این مسیر از ابتدا تا چشمه‌ی «هانیه» را با استراحت بین راه پنج ساعته و از هانیه تا هواره برزه را چهار ساعته می‌توان پیمود. اگر چنانچه صعود در فصلی باشد که دامداران روستاهای پالنگان و دیوزناو که محل بیلاق آنها هواره برزه است باشند همنشینی دلنشینی خواهید داشت و با مهربانی پذیرای شما خواهند بود. در همجواری منزلگاه عشایر دامدار غار کورش کبیر دهان گشوده. راه دوم هه وارِه ورزه‌بال از روستای پالنگان که خود در دل کوه و در دامنه‌ی پرشیب دو سمت رودخانه چم (تنگه کوهن) واقع است به صورتی احداث شده که پشت بام منزل جلو به جای حیاط منزل پشتی قابل استفاده و بهره‌برداری می‌باشد همانند منطقه‌ی (ماسوله) گیلان.

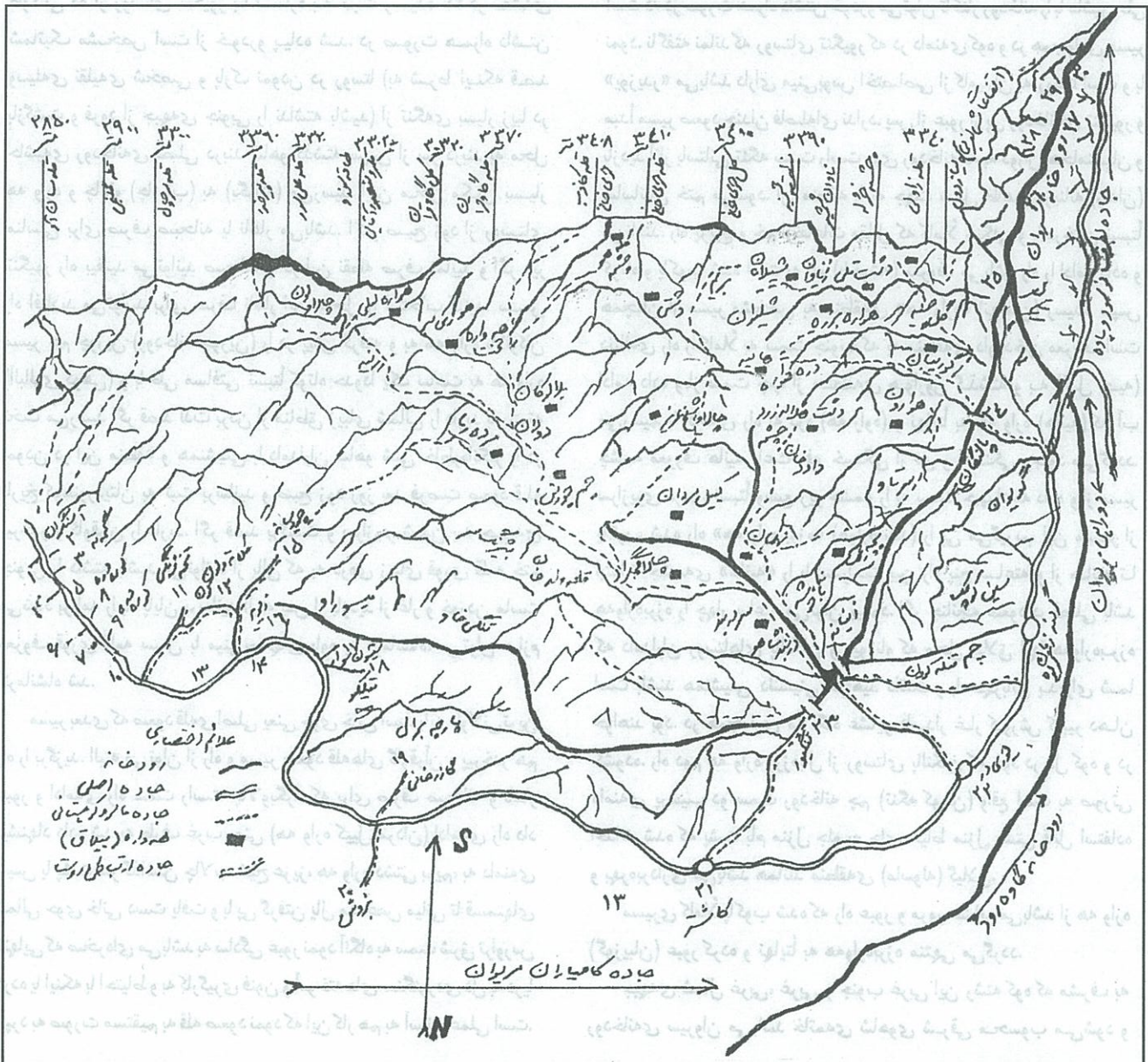
مسیری کاملاً پاکوب شده که راه عبور و مرور عشایر می‌باشد از هه وارِه (گوزیان) عبور کرده و نهایتاً به هواره برزه منتهی می‌گردد. جبهه‌ی شمال غربی، غربی و جنوب غربی این رشته کوه که مشرف به رودخانه‌ی سیروان می‌باشد خاتمه‌ی شاهوی شرقی محسوب می‌شود و

تردد خودرو با مشکلات فراوان روبرو می‌گردد و جاده‌ی مریوان را به جاده‌ی اصلی پایه و نوسود مرتبط می‌سازد هر چه سریعتر به پایان برسد و کوهنوردانی که خواستار صعود مناطق و مسیرهای بکر و ناشناخته می‌باشند بتوانند بر روی قله، دیواره‌های زیبا و بلند و غارهای کشف نشده فراوان منطقه فعالیت نمایند.

در خاتمه از همراهی آقایان: سعید یوزی، محمدمبین حسینی، صابر ملاشریفی، آرش تیموری تشکر می‌کنم. Δ

دارای ارتفاعاتی زیبا و بکری است که تاکنون به عنوان کوهنوردی هیچ‌گونه فعالیت بر روی این جبهه‌ها انجام نگردیده. یکی از دلایل اصلی عدم دسترسی و نبودن جاده‌ی مناسب ارتباطی است. در فروردین ماه امسال به منظور بررسی قسمتهایی که تا بحال شناسایی نشده جهت تکمیل نمودن این گزارش در یک برنامه همراه جمعی از کانون کوهنوردان و گروه کوهنوردی بانوان و همچنین اعضای گروه بانوان پرتو موفق به بررسی و شناسایی این جبهه شدیم و در این برنامه پی به نهفته‌های فراوانی بردیم امید است با مرمت و تکمیل شدن راه پریچ و خم کوهستانی این مسیر که

( نقشه شماتیک شمالی و شمالغربی )



# راهپیمایی در بهشت البرز



طبق تقسیمات جغرافیایی کوههای ایران، کوههای حد فاصل بین دره سفیدرود در غرب و دره‌های هالوس و کرج در شرق البرز غربی خوانده می‌شود. عملکرد نیروهای درونی و حرکات تکنیکی در مدت زایش بخش غربی البرز غربی پهنان بوده که کوههایی به بلندی حدود ۲۵۰۰ متر هم‌راهِ دره‌هایی وسیع و کم عمق با یالهایی سبتر و پهن در این منطقه تشکیل شده است. نفوذ بارهای مرطوب خیزی در آبریز شمالی این کوهها سبب باروری خاکهای فرسایشی گردیده، به طوری که یک وجب خاک، بدون پوشش گیاهی در منطقه نمی‌توان یافت. قلعه زرنگ در غرب و سمانوس در شرق زیبایی و جان بخشی منطقه را به حد اصلا رسانده. برای عینیت بخشیدن به این همه زیبایی و شکوه به ابرای یک برنامۀ سه روزه راهپیمایی در منطقه می‌پردازیم.

برنامه از تهران به لوشان و از آنجا به جیرنده شروع می‌شود. در جیرنده کوله پشتی‌ها را برداشته رهسپار روستای داماش می‌شویم. در داماش سری به مزرعه‌ی حفاظت شده‌ی گل‌های سوسن چل چراغ می‌زنیم. سوسن چل چراغ یا (لی لی بی، لیدبوری) گونه‌ای سوسن سفید رنگ است که نظیر آن در ربع مسکون یافت نمی‌شود، مگر در این بخش کوچک در داماش. این گل در سال ۱۳۵۴ وسیله‌ی دانشمند گیاه‌شناسی اهل اروپا در این محل کشف شده و به همین جهت به نام این نامگذاری شده و بلافاصله محل رویش آن مورد نگهداری محیط زیست قرار گرفته است. زمان گل افشانی این گیاه ده خرداد تا اول تیرماه می‌باشد. با ترک

داده از کنار دریاچه‌ها به سوی کلیشم و از آنجا با گذر از سمت راست کوهی که دکل مخابرات بر فراز آن قرار دارد راهی پیرکوه می‌شویم. با گذر از گردنه و عبور از کنار امامزاده‌های قدیمی که ساختمانی آجری دارد به روستای امیرچاک می‌رسیم. در منطقه‌ی امیرچاک و پیرکوه و موسی کلايه نظاره‌گر باغهای فندق هستیم. کار اصلی روستاییان در این منطقه پرورش درخت فندق است و اینجا بزرگترین مرکز فندق ایران می‌باشد با گذر از روستای قدیمی پیرکوه و عبور از پل رودخانه چاک رود راهی روستای گرمابدشت می‌شویم. در مسیر گرمابدشت نظاره‌گر مزارع گل‌گاوزبان هستیم. اهالی این روستاها مزارع زیادی را به پرورش و استحصال گل‌گاوزبان اختصاص داده و از این جهت منطقه بزرگترین مرکز گل‌گاوزبان ایران می‌باشد. به تدریج که به

گرمابدشت نزدیک می‌شویم سروکله‌ی درختان قطور و بلند و کهن جنگلی نمایان می‌شود و در گرمابدشت زیبایی جنگل به اوج می‌رسد. گرمابدشت را می‌توان نقطه‌ی پایان برنامه قرار داد و یا می‌توان از مسیری که به تونل معروف است راهی روستاهای منطقه‌ی الموت گردید و به علت کشیدن کوله‌پشتی سنگین چند روزه به کوهنورد فشار می‌آورد و او را از تفکر و بهره‌وری بیشتر از طبیعت باز می‌دارد بهتر است کوهنوردان برای حمل بار از قاطر استفاده کنند. Δ



داماش راهی گردنه‌ی کلیشم می‌شویم و با طی شیبی ملایم به کنار دریاچه‌های کلیشم می‌رسیم. قطر دریاچه‌ی بزرگ حدود ۱۵۰ متر و رنگ آن متمایل به زرد است. به فاصله‌ی چند صدمتر دورتر دریاچه‌ی کوچک سبزرنگ خودنمایی می‌کند. آب دریاچه‌ها از چشمه‌سارهای کوچکی که اطراف آنهاست تأمین می‌گردد. دریاچه‌ها احتمالاً در اثر نفوذ بارانهای اسیددار و عمل کربنات خوری در هزاران سال پیش پدید آمده و محل مناسبی برای اطراق شبانه می‌باشند. حرکت را ادامه

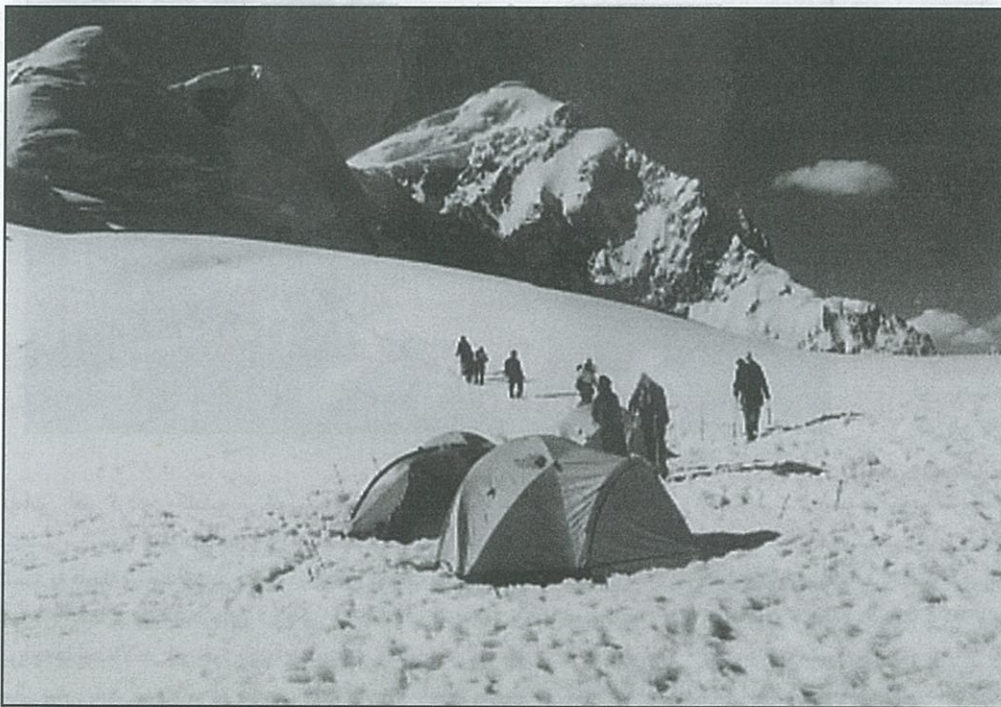
**تیم امید کوهنوردی کشور ایران تابستان گذشته عازم منطقه  
 هیمالیا و قله اسپانتیک شد. این گروه ۹ نفره فرز و نهبهای  
 سختی را پشت سر گذاشت. رضا زارعی (سرپرست)، دکتر محمدتقی  
 پیوندی (پزشک تیم)، امید محمدی، شهاب رئیسی، سروش حدادی،  
 سحسین حسینی، سامی احمدی، مهدی شریفی، رضا صادقی**

سه شنبه ۱۴/۵/۸۲

ساعت ۳ صبح در فرودگاه مهرآباد همه‌ی آشنایان و دوستان و همه‌ی مسئولین فدراسیون کوهنوردی جمع بودند. ساعت ۵/۳۰ صبح هواپیما از زمین بلند شد و ساعت ۶/۴۰ به فرودگاه دوبی رسیدیم. ۱۰ ساعت توقف در دبی و ساعت ۲۲/۱۰ پرواز به سمت اسلام آباد. ساعت ۳ صبح، فرودگاه اسلام آباد که و یک نفر از شرکت ATP ما را همراهی کرد تا مینی بوس ما را به هتل Regent برد. صبحانه را در هتل خوردیم و بعد از ظهر رفتیم داخل شهر. در هتل مدیر شرکت ATP را ملاقات کردیم. نام او اشرف امان بود که وی اولین پاکستانی فاتح K2 بود. بعد از ظهر در دامنه‌های کوه‌های اسلام آباد دریاچه‌ای به نام «راوان» را دیدیم. در دوردست، یک مسجد زیبا به چشم می‌خورد. فردای آن روز با اتومبیل به سمت اسکار دو به راه افتادیم. از جاده‌ی ابریشم (کاراکروم) که ۷۰۰ کیلومتر در مسیر جنوب شرقی اسلام آباد کشیده شده است به طرف اسکار دو رفتیم. هوا گرم و به شدت شرجی بود. منطقه، کوهستانی و پوشش آن گاهی درخت و گاهی سبزه بود. به رودخانه‌ای رسیدیم که از یخچال‌های K2 و برودپیک و نانگا پارپات سرچشمه می‌گرفت. نام این رود «ایندوس» بود، رودی بسیار خروشان. ساعت ۳ به هتل رستوران بین راه رسیدیم. بعد از صرف غذا به حرکت خود ادامه دادیم. جاده باریک بود و راننده با سرعت رانندگی می‌کرد. ساعت ۹ به «چیلان» رسیدیم. شام یک غذای تند پاکستانی بود که به آن عادت کرده بودیم. صبح در حیاط هتل به نرمش پرداختیم. از امروز به بعد ما هر روز صبح به ورزش خواهیم پرداخت و هر یک از اعضا با انتخاب سرپرست، مسئول آن روز می‌شود. دوباره به طرف اسکار دو ادامه‌ی راه دادیم، در بین راه تابلویی که روی آن جمله‌ای نوشته بود توجه ما را

به خود جلب کرد «به عقب نگاه کنید» نانگا پارپات معلوم بود. چند ساعت بعد به محل تلاقی سه رشته کوه بزرگ قراقرم، هندوکش و هیمالیا رسیدیم. ساعت ۷ به اسکار دو رسیدیم. در اسکار دو افسر رابط تیم ما به نام عبدالقادر را که مسلمان بود دیدیم و از این لحظه به بعد ایشان همراه تیم، او در مورد کوه‌های هیمالیا و پدید آمدن آن با ما صحبت کرد. بارها را در کیسه‌ها می‌ریختیم بطوریکه همه به طور متوسط ۲۵ کیلو باشند بعد از ظهر یکی از بچه‌ها حالش بد شد که البته بعد از چند روز حالش بهتر شد. در اسکار دو در هتل K2 اقامت داشتیم. هتلی زیبا که قبل از ما بچه‌های G1 هم آنجا بودند. برای آنها نامه‌ای نوشتیم و بر تابلو زدیم و برایشان آرزوی موفقیت کردیم.

هنوز خستگی ۲ روز در ماشین بودن از تمان بیرون نرفته بود که دوباره باید برای بقیه‌ی راه سوار ماشین می‌شدیم. ۶ روز است که از حرکت ما از تهران می‌گذرد. ساعت ۷ صبح با جیب به طرف «آراندو» حرکت آغاز شد. از اسکار دو تا آراندو ۱۴۱ کیلومتر است. دست چپ جاده رودخانه‌ی «شیگار» بود ساعت ۱۱ به روستای «تیسار» رسیدیم. مردم این روستا همگی شیعه بودند و از قبل ورود ما را می‌دانستند. بنابراین مراسم استقبال آنچنانی برگزار کردند. از دیدن ایرانیها بسیار ابراز خوشحالی و شغف می‌کردند. به منزل مردی به نام «هادی» دعوت شدیم که پذیرایی خوبی کرد. شاید خودشان چنین غذایی به ندرت گیرشان می‌آمد، به هر حال به حرکت خود ادامه دادیم. در بین راه جاده خراب شده بود و ما مقداری از راه را پیاده می‌بایست می‌رفتیم تا به ده «چتران» در ساعت ۱۲/۳۰ رسیدیم. بارهایمان هنوز نرسیده بود. دوباره همگی سوار جیب شدیم و در جاده‌ای که گویا انگلیسی‌ها ساخته بودند حرکت کردیم. جاده‌ای بسیار باریک که اگر یک ماشین از روبرو می‌آمد نمی‌توانست از کنارمان عبور کند. جاده پر از دست انداز بود. چندین بار کف ماشین به زمین خورد. ساعت ۶/۳۰ به آراندو رسیدیم. ارتفاع ۲۷۵۰ متر بود. اولین کمپ تراکینگ ما برپا شد. فردای آن روز حرکت کردیم و به جایی به نام «من بی کورا» با ارتفاع ۳۳۳۰ متر رسیدیم. سمت جنوب ما یخچال «چگولونگما» دیده می‌شد و در سمت شمال قله «چقوتا» با ارتفاع ۵۰۰۰ متر و سمت مشرق قله‌ی «گرین چو» با ارتفاع ۶۰۰۰ متر و جنوب قله‌ی «کپل هنگ کن» با ارتفاع



گزارش صعود به

# قله‌ی اسپانتیک ۷۰۲۷ (پاکستان)

● گزارش از تیم اعزامی

۷۰۰ متر که ایتالیایی‌ها صعودی ناموفق بر روی آن داشته‌اند. تیم ما ۲۲ باربر داشت که بارهایی که از تهران آورده بودیم حمل می‌کردند. رویهم رفته ۷۰ باربر با وسایل آشپزخانه به همراه داشتیم. از آراندو حرکت کردیم. از داخل ده گذشتیم. عبدالقادر می‌گفت: وقتی تیم‌های خارجی از منطقه می‌گذرند، زن‌ها از خانه بیرون نمی‌آیند ولی الان چون شنیده‌اند یک تیم ایرانی به منطقه آمده همه‌ی اهالی اعم از زن و مرد از منزل برای دیدن ما بیرون آمده بودند. در کمپ تراکینگ ۲ از چادر که بیرون را نگاه کردم هوا صاف بود و بالاخره قله‌ی مقصود یعنی «اسپانتیک» در دور دست دیده می‌شد. هوای بسیار خوبی داشتیم و امیدوارم که تیم گاشربروم ۱ موفق شده باشد و به قله برسد. ساعت ۳/۲۰ به کمپ تراکینگ ۳ در ارتفاع ۳۷۰۰ متر رسیدیم. اینجا «بلوچو» نام داشت. موقع نماز است یک باربر با صدای بلند اذان می‌گوید و بقیه باربرها به صف ایستادند و نماز جماعت خواندند. شب هنگام برای ما شعرهای پاکستانی خواندند. دکتر هر شب فشار خون بچه‌ها را کنترل می‌کرد. فردای آن روز از روی یخچال چگولونگما و از کلی شکاف یخچالی پریدیم. از دور کمپ اصلی را می‌دیدیم ساعت ۱ به کمپ اصلی رسیدیم. گروه اسپانیایی‌ها که در کمپ مستقر بودند می‌گفتند که گروه ژاپن دیروز قله را صعود کرده. کمپ اصلی اسپانیایی‌ها در ۴۰۵۰ متر قرار داشت به سمت کمپ اصلی خودمان حرکت کردیم. ساعت ۲ به آنجا رسیدیم. باربرها منتظر ورود ما بودند با صلوات و یا علی گفتن از ما استقبال کردند. ارتفاع کمپ ۴۳۰۰ متر بود که «قدرت» نام داشت یک خانم آلمانی و یک مرد انگلیسی که قله‌ی دماوند را صعود کرده بودند هم در کمپ ما بودند. صبح روز بعد بارهای کمپ ۱ را تقسیم کردیم. به هر نفر ۷ کیلو بار عمومی رسید. چادرها را برپا کردیم و پس از چک شدن و مطمئن از سالم بودن، آنها را در لیست بارهای کمپ‌های بالا قرار دادیم. بالاتر از کمپ ما کمپ ژاپنی‌ها بود. من برای کشیدن کروی بیرون از چادر رفتم که کنار کمپ ژاپنی‌ها گلکاری دیدیم. یک تابوت سفیدرنگ هم به چشم می‌خورد. سر جای خود می‌خکوب شدم. پیش خودگفتم که حتماً کسی مرده اما بعد فهمیدم که مراسم برای عرض تبریک به ژاپنی‌ها تدارک دیده شده.

صبح ساعت ۷ به طرف بالا حرکت کردیم. ساعت یک ربع به ۱۰ به کمپ ۱ رسیدیم. مسیر سنگلاخی و سنگ‌های لقی در مسیر فراوان بود. چادرها را برپا کردیم و وسایل را داخل چادرها گذاشتیم. در سمت شمال غرب قله‌ی «لیلاپیک» با ارتفاع ۶۸۰۰ متر که امروز دهلیز سنگی آن بیش از شش بار ریزش کرد قرار داشت. پس از برگشتن به کمپ اصلی ناهار خوردیم و بارهای کمپ ۲ را تقسیم کردیم. به هر نفر ۴ کیلوگرم بار عمومی رسید. وقت کافی برای نظافت داشتیم. فردای آن روز تا کمپ ۱ رفتیم بعد از یکساعت استراحت به کمپ ۲ حرکت کردیم. بالای کمپ ۱ باید کرامپون‌ها را به پا می‌کردیم. بعد از چندین ساعت به جایی رسیدیم که نیاز به طناب داشتیم و با نظر سرپرست، وسایل را در گوشه‌ای گذاشتیم و به کمپ ۱ برگشتیم و شب در کمپ ۱ طی شد. دیروز در راه، با ۲ نفر اسپانیایی و آن خانم آلمانی و یک راهنمای پاکستانی که در حال برگشتن بودند برخوردیم. آنها تا کمپ ۳ رفته بودند. بالای کمپ ۳ بهمن می‌زند و آنها می‌ترسند و برمی‌گردند. یک تیم ژاپنی هم با ۴ باربر به ارتفاع منطقه آمده بودند تا جسد دوستشان که سال پیش در زیر قله دچار سانحه‌ی بهمن شده بود، به پایین بیاورند. آنها از ما پرسیدند: «باربر ارتفاع ندارد؟» و ما گفتیم: نه، گفت که شاید باربر در منطقه دارید. گفت: آن را هم نداریم. ما به جایی رسیدیم که دیروز بارها را دپو کرده بودیم. بارها را برداشتیم و به راه ادامه دادیم. ساعت ۱/۴۵ به کمپ ۲ رسیدیم هوا خراب شد و سریع چادر زدیم. کمپ ۲ با ارتفاع ۵۴۰۰ متر و کمپ ۱ ارتفاع ۵۲۰۰ بود. مسیر بین دو کمپ شامل طناب‌های برفی بسیار و خطر سقوط بهمن و گذار از

شکاف‌های یخچالی وجود داشت. فردا به سمت کمپ ۳ حرکت می‌کنیم. به اتفاق آقای زارعی صبح ساعت ۶ حرکت کردیم و بعد از ۱ ساعت به کمپ ۲ ژاپنی‌ها رسیدیم و پس از چند دقیقه صحبت با آنان، به حرکت خود ادامه دادیم و ۴ طول طناب ثابت کشیدیم تا به کمپ ۳ به ارتفاع ۶۳۰۰ متر رسیدیم. بقیه‌ی بچه‌ها به غیر دکتر و یکی از بچه‌ها که خوب، هم هوا نشده بود به ارتفاع ۶۰۶۰ متر رسیدیم که از همان جا با نظر سرپرست به پایین آمدیم. دیگر هم هوایی ما کامل شده بود و بارها را تا کمپ ۲ بالا کشیدیم. مسیر بین کمپ ۲ تا ۳ با شیب تند حدوداً ۶۰ درجه و شامل ۱۴۰ طول طناب ثابت بود. شب را در کمپ ۲ گذرانیدیم و فردای آن روز به کمپ اصلی برگشتیم تا تجدید قوا کنیم و آماده‌ی صعود نهایی شدیم پس از سه روز استراحت در کمپ اصلی با اینکه برف می‌بارید به راه ادامه دادیم. در کمپ بیش از ۴۰ سانتی متر برف نشسته بود.

در روز چهارم استراحت یعنی ۸۲/۶/۱ ساعت ۴ صبح به سمت بالا حرکت کردیم شب در کمپ ۱ و فردای آن روز به سمت کمپ ۲ حرکت کردیم و فردای آن روز کمپ ۳. ما بارهای کمپ ۳ را هم به همراه داشتیم، هر نفر ۴ کیلوگرم. ما در کمپ ۳، ۲ تا چادر زدیم یکی چادر ۴ نفره و یکی چادر ۵ نفره که در آن بسر می‌بردیم. در کمپ ۳ سه روز هوای بد داشتیم و در چادرها حبس شدیم. در تاریخ ۸۲/۶/۵ یک تیم سه نفره به سمت بالا حرکت کردیم تا پرچم‌گذاری قسمت بهمن را انجام دهند. در تاریخ ۸۲/۶/۶ ساعت ۳ صبح بلند شدیم. ساعت ۴/۴۰ به سمت قله حرکت کردیم. هوا تاریک بود، به دشت برفی رسیدیم با برف‌کوبی سنگین در ارتفاع ۶۴۵۰ متر رسیدیم به سر یال که به قله‌ی دیگر منتهی می‌شد. قله‌ی اسپانتیک را زیر پای خود می‌دیدیم. ساعت ۲ روی قله رسیدیم هوا خراب شد همه با غرور و خوشحالی همدیگر را به آغوش گرفتند و سرود ملی ایران را خواندیم و پس از عکس گرفتن به سمت کمپ ۳ برگشتیم و فردای آن روز با وسایل سنگین به کمپ ۲ آمدیم که یکی از بچه‌ها دچار حادثه شد. به علت باریدن برف در شبهای گذشته طناب‌ها زیر برف رفته بودند و روی شکاف‌ها را برف پوشانده بود و او درون یکی از شکاف‌ها افتاد که با امداد بچه‌ها صحیح و سالم بیرون آمد. به کمپ ۲ رسیدیم کنار چادر، آفتاب برف را آب کرده بود و از آن نوشیدیم و کمپ ۲ را جمع کردیم و سپس به کمپ ۱ با کوله‌هایی که هر کدام وزن ۳۰ کیلو بود به طرف کمپ اصلی رسیدیم. ساعت ۸ شب که هوا هم تاریک بود با پذیرایی آشپز تیم و همراهانش روبرو شدیم. پس از سه روز ماندن در کمپ اصلی تا اینکه باربرها بیایند و بازگردیم در روز ۸۲/۶/۱۱ از کمپ اصلی اسپانتیک خداحافظی کردیم و مسیر برگشت را پیش گرفتیم. بر روی یخچال متوجه صدای یکی از باربرها شدیم و سریع برگشتیم، دیدیم که یک باربر به داخل شکاف افتاده، پس از بیرون آوردن جسد، اقدام به بالا آوردن کوله پشتی او کردیم که آقای زارعی در شکاف رفت و با زدن کارگاه بالای شکاف که حدوداً ۱۵ متر بود کوله پشتی را بالا کشیدیم. مسیر ۴ روزه تا کمپ اصلی را ۲ روزه برگشتیم. ما نه بی‌سیم داشتیم نه تلفن ماهواره‌ای یعنی هیچ کس از ما خبر نداشت و ما هم از بچه‌های گاشربروم بی‌خبر بودیم.

در تاریخ ۸۲/۶/۱۲ متوجه شدیم که تیم گاشربروم دچار سانحه‌ی بهمن شده و دو نفر از بچه‌ها را با هلی‌برد به اسلام آباد انتقال دادند. مایک روز در «چتران» ماندیم، روز بعد به اسکارو رسیدیم قرار بود به اسلام آباد برویم ولی هوا خراب شد و یک روز پرواز عقب افتاد روز بعد به اسلام آباد رسیدیم و از فرودگاه یکرست به بیمارستان رفتیم. به ملاقات محمد رفتیم ولی هیچ کس انتظار چنین صحنه‌ای را نداشت حال مقبل هنرپژوه بد نیست هر چند که هر دو ۶۰۰ متر سقوط کرده بودند و از ناحیه‌ی سر و دنده دچار آسیب دیدگی بود. Δ

## ارتفاع واقعی و تصمیح انحراف ارتفاع سنج

# ساعت‌های دیجیتال



info@abbasnia.com

● گردآوری و تألیف: مهندس آریان عباس نیا

شرح ذیل می‌باشد:

«به ازاء هر  $10^{\circ}\text{C}$  دمای محیط بالاتر از استاندارد ISA ( $15^{\circ}\text{C}$ ) معادل  $4\%$  ارتفاع نشان داده شده توسط ارتفاع سنج را به آن اضافه می‌نماییم و به ازاء هر  $10^{\circ}\text{C}$  دمای محیط پایین‌تر از استاندارد ISA ( $15^{\circ}\text{C}$ ) معادل  $4\%$  ارتفاع نشان داده شده را از آن کسر می‌نماییم.» به‌طور مثال ارتفاع واقعی محلی  $1600$  متر می‌باشد. دمای محیط  $35^{\circ}\text{C}$  بوده و ارتفاع سنج عدد  $1483$  متر را نشان می‌دهد. حال با استفاده از فرمول فوق ارتفاع واقعی به صورت زیر محاسبه می‌گردد:

(بنابراین معادل  $8\%$  باید به ارتفاع اضافه نماییم)  $35-15=20$

$$1601.6 \text{ m} = 1483 + (1483 \times 8\%) = \text{ارتفاع واقعی}$$

بنابراین با ضرب خطای بسیار کم می‌توان ارتفاع واقعی محل مورد نظر را بدست آورد. توضیح: از روش فوق جهت حصول ارتفاع واقعی، از ارتفاع نشان داده شده توسط انواع ارتفاع سنج بارومتریک می‌توان استفاده نمود.

توجه: از آنجایی که دما و فشار اندازه‌گیری شده توسط ساعت تحت تأثیر دمای بدن ممکن است با خطا همراه باشد، بدین جهت برای اندازه‌گیری صحیح توصیه می‌گردد ساعت را از دست باز نموده و پس از چند دقیقه کمیت مورد نظر را اندازه‌گیری نمایید.

در پایان امید است مقاله‌ی فوق مورد استفاده‌ی کوهنوردان و علاقه‌مندان به این ورزش قرار گرفته و رهنمون کوچکی در مسیر ارتفاع دانش فنی این رشته‌ی ورزشی بوده باشد.  $\Delta$   
منابع:

- \* Fundamentals of classical thermodynamics, Gordon J. Van Wylen, 3rd edition.
- \* ISA standard.
- \* Smithsonian Meteorological Tables, Smithsonian Institute, Washington, D.C 1958.
- \* National weather service.
- \* Aviation Meteorology ground school, Usa 2003.
- \* International Civil Aviation Organization.

نظر به اهمیت اندازه‌گیری صحیح کمیتهای محیطی نظیر دما و فشار هوا، ارتفاع و جهت مغناطیسی یا جغرافیایی مسیر حرکت، برای حفظ جان کوهنوردان تاکنون وسایل اندازه‌گیری متنوعی ساخته شده تا همواره کوهنوردان امکان حمل آنها را داشته باشند. در سالهای اخیر با توجه به پیشرفت روزافزون تکنولوژی خصوصاً در صنعت الکترونیک و وسایل اندازه‌گیری، شاهد حضور ساعت‌های دیجیتال با امکان اندازه‌گیری کمیتهای مذکور بوده‌ایم. مسئله‌ی مهم و اساسی، به کارگیری صحیح این ساعتها و نکاتی که کوهنوردان هنگام کار با آنها باید از پیش آموخته باشند می‌باشد که در غیر این صورت ممکن است با اعتماد به کمیتهای اندازه‌گیری شده (دما، فشار هوا، ارتفاع و جهت) جان خود و سایر اعضای گروه را به خطر اندازد. مقاله‌ی حاضر توضیح مختصری در مورد نحوه‌ی قرائت صحیح ارتفاع در اینگونه ساعتهاست که اغلب توسط کوهنوردان استفاده می‌گردد. ابتدا به شرح کوتاهی در مورد برخی مفاهیم مربوطه می‌پردازیم.

**ارتفاع:** عبارت است از فاصله‌ی عمودی هر بلندی تا مبدأ صفر (سطح دریا) **فشار بارومتریک:** عبارت است از فشار هوای اندازه‌گیری شده (فشار اتمسفریک) توسط بارومتر.

**انواع ارتفاع:** برای هر نقطه از کروی زمین سه نوع ارتفاع تعریف می‌گردد:

- ۱- ارتفاع جغرافیایی (ارتفاع واقعی) ۲- ارتفاع بر اساس چگالی هوا
- ۳- ارتفاع بر اساس فشار بارومتریک.

ارتفاع جغرافیایی که از آن به عنوان ارتفاع واقعی نام می‌بریم، همان فاصله‌ی عمودی می‌باشد که از مبدأ صفر ارتفاع سطح دریاهای آزاد بر اساس متر و یا فوت اندازه‌گیری شده و در نقشه‌ها ثبت گردیده است. ارتفاع بر اساس چگالی هوا نوعی از ارتفاع است که جهت امور پروازی کاربرد داشته و اساس آن بر پایه‌ی مقدار دانسیته هوا با توجه به شرایط مختلف آب و هوایی می‌باشد. ارتفاع بر اساس فشار بارومتریک که موضوع بحث این مقاله می‌باشد، در ذیل به تفسیر بیان می‌گردد.

### ارتفاع بر اساس فشار بارومتریک

این نوع ارتفاع اساساً بر پایه‌ی استاندارد (International Standard Atmosphere) ISA محاسبه و بیان می‌گردد. این استاندارد ارتفاع صفر جغرافیایی را در دمای هوا معادل  $15^{\circ}\text{C}$  و فشار هوای بارومتریک معادل  $1013.2 \text{ hPa}$  تعریف می‌نماید. بنابراین در ارتفاع جغرافیایی ثابت، ارتفاع بارومتریک نمایش داده شده توسط ارتفاع سنج در دماهای مختلف، عدد ثابتی نخواهد بود و ارتفاع واقعی محلی را که در نقشه ثبت نگردیده است نمی‌توان مستقیماً با استفاده از ارتفاع سنج بارومتریک اندازه‌گیری نمود. ساعت‌های دیجیتال مورد بحث با استفاده از اندازه‌گیری فشار بارومتریک هوا و مقایسه‌ی آن با مبنای صفر تعریف شده برای ریزپردازنده آنها بر اساس استاندارد ISA، ارتفاع معادل فشار هوا را نشان می‌دهند که این ارتفاع (ارتفاع بارومتریک) در دماهای غیر از استاندارد  $15^{\circ}\text{C}$  با ارتفاع جغرافیایی اختلاف دارد.

### تصمیح انحراف ارتفاع سنج ساعت‌های دیجیتال

یکی از راهکارهای سریع جهت محاسبه‌ی ارتفاع واقعی از مقدار ارتفاع بارومتریک که توسط ارتفاع سنج ساعت نشان داده می‌شود به

Altitude	Air Pressure	Temperature
4000 m	616 hPa	$-11^{\circ}\text{C}$
3500 m	701 hPa	About 9 hPa per 100 m
3000 m		
2500 m	795 hPa	$2^{\circ}\text{C}$
2000 m	899 hPa	About 11 hPa per 100 m
1500 m		
1000 m	1013 hPa	$15^{\circ}\text{C}$
0 m		

About  $6.5^{\circ}\text{C}$  per 1000 m

14000 ft	19.03 inHg	$16.2^{\circ}\text{F}$
12000 ft	22.23 inHg	About 0.17 inHg per 200 ft
10000 ft		
8000 ft	25.84 inHg	$44.7^{\circ}\text{F}$
6000 ft	29.92 inHg	About 0.21 inHg per 200 ft
4000 ft		
2000 ft		
0 ft		

About  $3.6^{\circ}\text{F}$  per 1000 ft

Source: International Civil Aviation Organization

# ونک اسپرت

نماینده رسمی کفشهای



ADVANCED THINKING ON YOUR FEET



عرضه کننده نشریات کوه و CD

نشانی:

تهران - خیابان ولی عصر - بالاتر از میدان منیریه  
نرسیده به چهار راه امام خمینی - پلاک ۱۲۹۴

تلفن ۶۹۶۶۹۴۲ - ۶۹۵۸۴۰۶ - ۰۹۱۲۳۲۲۷۰۵۸

Email: [vanaksport@yahoo.com](mailto:vanaksport@yahoo.com)

# پناهگاه ارفه کوه



مناسبی برای جذب اکتوریسم (طبیعت گردی) می باشد. از ویژگی مسیرهای صعود به ارفه کوه عبور از جنگل های شاداب و تقریباً بکر آن است. وجود درختان بلند و کهنسالی چون راش، بلوط، آزاد، لرک و انجیلی و درختان کوتاهی مانند شمشاد، لیک، ازگیل و گلغایی چون پامچال، سیکلمه، مینای کوهستان، گل زعفران و... همچنین آوا و آهنگ دلنواز پرندگان و بلبلان وحشی که از این درخت، به آن درخت، از این شاخه به آن شاخه در پروازند، همراه با مناظر اطراف گوش و جان را نوازش می دهند.

از جمله پرندگی نادری که در بلندترین نقطه جنگل و در لابلاهی صخره های جنوبی ارفه کوه لانه دارد، عقاب سیاه (دال) است که با پرواز باشکوهش چشم ها را متوجه خود می نماید. در ارتفاع بالاتر بوته های بزرگ و سروهای کوهی گل منطقه را در تمام فصل ها به رنگ سبز تزیین کرده است.

گلها و گیاهان زینت بخش زمین اند. در اینجا همه چیز سرشار از حیات است. مناظر بدیعی که کمتر چشمی شاهد آن بوده است.

سرزمین تپهپورستان، طبرستان یا مازندران زادگاه بزرگانی همچون قارن، مازیار، مردآویج، اسپهبدان پارسی نژاد و نیما یوشیج سنت شکن است.

سرزمین زیبایی که بیشترین جاذبه های آن در مناطق جنگلی حاشیه دریای مازندران و کوهستان های مشرف آن به خصوص منطقه سوادکوه خلاصه شده است.

منطقه کوهستانی سوادکوه قله های قابل صعود زیادی دارد که علاوه بر ارتفاعات بیش از ۳۰۰۰ متر دارای قله های جذاب دیگر نیز هست که هر کدام زیبایی خاص خود را دارد.

(ارفه کوه) که محلی های اطراف به آن (قدمگاه علی) می گویند، یکی از کوه های منطقه سوادکوه، به دلیل سهولت در دستیابی و جاذبه های فراوان با ارتفاع ۳۰۰۰ متر، چندی است که به محل عمومی کوهنوردی منطقه تبدیل شده است.

ارفه کوه تلفیقی از جنگل و صخره است و مناظر بی نظیرش نه تنها مورد ستایش هر بیننده قرار می گیرد، بلکه تحسین آنها را نیز برمی انگیزد.

تنوع مناظر مسیر صعود که از میان جنگل می گذرد، محیط

## چند جمله در ارتباط با حفظ جنگلها

به دلیل وجود روستاهای زیاد در دامنه‌های ارفه کوه و استفاده‌ی روستاییان از جنگل برای چرای دام و همچنین زدن سرشاخه‌های درختان جهت سوخت و تعلیف دام و روش‌های دوام‌ناپذیر کشاورزی، قابلیت خاک منطقه‌ی وسیعی از دامنه‌ی این کوه را برای جذب آب کاهش داده و باعث تخریب آن گردیده، اما هنوز زیبایی خود را حفظ نموده است. در حال حاضر با اطلاعاتی که در مورد کاهش منابع طبیعی به دست آمده، این نظریه که منابع طبیعی عملاً پایان‌ناپذیرند اشتباه‌آمیز، مطرود و به طرز ساده لوحانه، خوشبینانه است. بی شک درختکاری و کاشتن نهال امری است که در تمام ادیان الهی به آن تأکید شده است.

در اسلام هم قویاً به آن اشاره شده و در قرآن از درخت و شجره طیبه یاد، و بارها در حفظ و حراست و احیای درختان و استفاده‌ی درست از آنها سفارش گردیده است.

اینکه شنیده می‌شود انسان به دست خود بر پیکر این دوست قدیمی و بی‌زبان زخم‌های سهمگین و شاید علاج‌ناپذیری وارد می‌آورد، بسیار تأثرانگیز است.

حفظ و حراست از درختان و جنگل‌ها حمایت همه‌جانبه‌ی آحاد مردم، مسئولین و بخصوص طبیعت‌دوستان را در کشور می‌طلبد که امید است همت والای عزیزان کوهنورد در این راه بیش از دیگران نمود نماید.

## احداث پناهگاه

در بلندترین نقطه‌ی ارفه کوه، بیش از ۱۰۰ نفر کوهنورد آزاد با اشتراک مساعی هم بدون هیچگونه کمک دولتی و با هزینه‌ی شخصی اقدام به ایجاد پناهگاهی با عنوان «نماد همت، اراده و همبستگی» نمودند که پناهگاه مذکور

در مدت شش ماه با استفاده از مصالح سنگ، سیمان و فلز ساخته شده است. مرحله‌ی اساسی ساختن پناهگاه از تاریخ ۸۲/۱/۱۲ شروع و در تاریخ ۸۲/۷/۱۱ به بهره‌برداری رسید. ابعاد مفید داخلی این پناهگاه  $۳/۵ \times ۴/۵$  متر و سطح زیربنای کلی آن با احتساب سکوه‌های خارجی  $۸/۵ \times ۶$  متر با ارتفاع سه متر می‌باشد.

اسکلت بدنه‌ی پناهگاه از سنگ است که از فاصله‌های ۱۰۰ تا ۵۰ متری اطراف قله جمع‌آوری گردید. وزن کل سنگ‌های به کار رفته که هنگام ساختن جایجا شده، حدود ۸۰ تن می‌باشد. اسکلت سقف از لوله و روکش سقف آن از شیروانی می‌باشد که از داخل ایزوله گردیده است. در و پنجره‌های آن نیز آهنی بوده که مجموعاً ۳۰۰ کیلوگرم فلز در ساختمان آن به کار رفته است.

مقدار ماسه، سیمان و گچ استفاده شده در ساختمان ۹ تن می‌باشد. حدود ۹۰ درصد مصالح به جز سنگ و آب از مبدأ صعود توسط کوهنوردان از ارتفاع ۱۵۵۰ متری به قله حمل گردیده است. مقدار آب مصرفی جهت تهیه‌ی ملات سیمان و ماسه حدود ۷۰۰۰ لیتر بوده و از چشمه‌ی (سوته سره) که در فاصله‌ی ۴۵ دقیقه‌ای غرب قله قرار دارد، به قله حمل گردید. ده درصد مصالح محموله‌ی آن که توسط افراد مشکل‌بوده، به وسیله‌ی اسب به قله منتقل گردید. (دنیا انسان را به خاطر کارهایی که کرده است به یاد می‌آورد.)

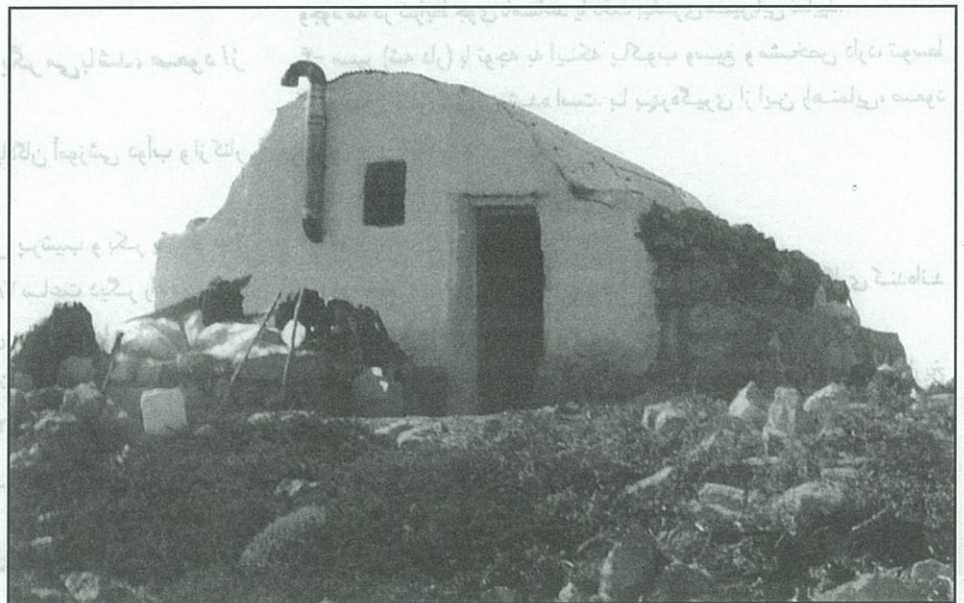
## افتتاح

پناهگاه در تاریخ ۸۲/۷/۱۱ با حضور بیش از ۶۰۰ نفر کوهنورد آزاد مازندرانی افتتاح و آماده‌ی بهره‌برداری گردید.

در روز افتتاح از ابتدای صبح، کوهستان منطقه مملو از جمعیت صعودکننده بود. گروه‌های مختلف کوهنوردی سرود خوانان از مسیرهای صعود آرام آرام به سوی قله گام برمی‌داشتند.

تمامی آنها ضرورت ایجاد پناهگاه را دریافته بودند و همگی می‌دانستند که آن پناهگاه روزی و زمانی در توفان و بوران‌های سهمگین زمستانی ارفه کوه نجات‌دهنده خواهد بود.

زیبایی زمانی به اوج خود رسید که همگی کوهنوردان در قله‌ی کوه با صدای دف به پایکوبی پرداختند. سپس از طرف گروه‌های مختلف هدایایی به بنیان‌گذاران اصلی این پناهگاه اهداء گردید. در همین مراسم از پیش‌کسوتان کوهنوردی استان هم با اهدای هدایایی تجلیل به عمل آمد. جای مابقی کوهنوردان در این جشن ساده ولی با صفای کوهنوردی خالی بود.



پناهگاه ارفه کوه

### مسیرهای صعود

۱- آسان‌ترین راه برای صعود از روستای (ارفه ده) می‌باشد جاده‌ی خاکی روستای ارفه ده در ۶۵ کیلومتر شهرستان قائم شهر، در محلی به نام (چاپارخانه) که رستورانی هم به همین نام در آنجا قرار دارد، (روبروی رستوران) از جاده‌ی فیروزکوه انشعاب یافته و پس از عبور از چند پیچ و خم و طی حدود ۶ کیلومتر به روستا، که ارتفاع آن ۱۵۵۰ متر می‌باشد و صخره‌های جنوب شرقی قله از روستا نمایان است، می‌رسد.

راه پاکوب و مشخص از سمت چپ روستا، (به طرف غرب) شروع و پس از نیم ساعت به گردنه و یال جنگلی جنوب شرقی ارفه کوه می‌رسد، پس از رسیدن به یال، راه معروف به (شه دار) در شیبی ملایم شروع و بعد از حدود سه ساعت کوه‌پیمایی پس از خارج شدن از جنگل به گردنه‌ی (سوته سره) که چشمه‌ی آب گوارا و کلبه‌ی چوپانی در چند متری پشت گردنه قرار دارد، می‌رسد. از گردنه‌ی سوته سره تا قله که در سمت شرق قرار گرفته است حدود ۴۵ دقیقه راه است. در پناهگاه نیز باز و پذیرای کوهنوردان می‌باشد.

### ۲- راه دوم از روستای (وسیه سر) است

جاده‌ی آسفالتی وسیه سر در ۷۰ کیلومتر شهرستان قائم شهر به طول چند کیلومتر از جاده‌ی فیروزکوه انشعاب می‌یابد. در ابتدای راه وسیه سر و در کنار جاده‌ی فیروزکوه برجی به شکل (رخ شطرنج) قرار دارد که نشان خوبی برای راه یافتن به روستا می‌باشد.

راه مالرو از روستای «وسیه سر» که به مسیر (عزیزچال) معروف است، ابتدا به طرف جنوب شرقی شروع و پس از رسیدن به جنگل و چشمه (عزیزچال) به طرف شرق ارتفاع گرفته و به یال جنوب شرقی یعنی همان راه (شه دار) وصل می‌شود. راه صعود از روستای وسیه سر هم زیبایی و جاذبه‌های خاص خود را دارد ولی حدود یک ساعت بیشتر از راه ارفه ده به قله، وقت می‌خواهد.

### ۳- راه سوم که متفاوت با مسیرهای دیگر می‌باشد، صعود از جبهه‌ی شمالی آن است

این راه از داخل روستای (سیمت) و از پشت پادگان آموزشی دوآب و از کنار ایستگاه راه آهن دوآب می‌گذرد.

مسیر شمالی از داخل جنگل انبوه و راهی پرشیب و بکر پس از ۲/۵ ساعت به چشمه (پُر-او) می‌رسد که تا قله ۳/۵ ساعت دیگر راه در پیش خواهد بود. راه صعود با نگاهی به جنوب، آنسوی دره‌ی مقابل، و در دامنه‌ی شمالی قله‌ی (سرخل) غار کیجاکچال مشاهده می‌شود. یاد کوهنورد قدیمی پرویز عظیمی که در سال ۱۳۴۰ هنگام فرود به دهنه‌ی غار مذکور از طناب فرود خود حلق آویز گردید گرامی باد.

### چشم‌اندازهای قله

از فراز قله‌ی ارفه کوه، قله‌ی (قدمگاه) در جنوب، و قله‌ی (نزوا) و (نرو) و غار (اسپهید خورشید) در جنوب شرقی و در ادامه‌ی شرقی آن یال صخره‌ای

(گوگلی) و در افق دورتر شرقی، قله‌های (چهارنو) و (شاهدژ)، در شمال شرقی، قله‌ی (آچو) «قارن سرا» و در چشم‌انداز شمالی ارتفاعات کوتاه جنگلی با خطوط شکسته در مقابل قله شامخ، ساکت و بی حرکت صف کشیده‌اند و در لابلای درختان آنها، زندگی مانند یادگارهای دوران کودکی پنهان مانده است. در شمال غربی قله‌های (اونیسه) و (پرچنان) و در غرب قله‌های (عباس آباد) و (تلمه سنگ) قابل رویت است.

شب در ارفه کوه جاذبه‌ی دیگری دارد و روستاهای اطراف، غرق در جادوی نور بوده و رقص زیبایی را به نمایش می‌گذارند که هر بیننده‌ای را سرشار از شوق می‌کند.

### راه‌های دسترسی

ارفه کوه که رودخانه تالار، جاده‌ی فیروزکوه و راه آهن تهران - شمال از دامنه‌ی جنوبی آن می‌گذرد، راه‌های دسترسی آسانی دارد.

برای رسیدن به روستای مبدأ صعود در صورتی که خودرو در اختیار ندارید می‌توانید از خودروهای کرایه‌ای جاده‌ی فیروزکوه یا راه آهن و یا از خودروهای عمومی که در شهر (پل سفید) مستقر هستند برای رسیدن به روستاهای مورد نظر استفاده نمایید.

### یادآوری

۱- از امکانات و زایرسرای امام زاده (سام ولام) که در ابتدای روستای ارفه ده وجود دارد می‌شود هنگام شب استفاده کرد.

۲- همیشه بهترین اطلاعات را در مبادی صعود و از افراد محلی می‌توان کسب کرد. با راهنمایی گرفتن از روستاییان در مورد راه‌ها، اطلاعات خود را کامل کنید.

۳- مسیرهای یادشده برای صعودهای زمستانی مساعد بوده ولی به دلیل وجود مه در شرایط جوی نامساعد یا دقت بیشتری مسیریابی نمایید.

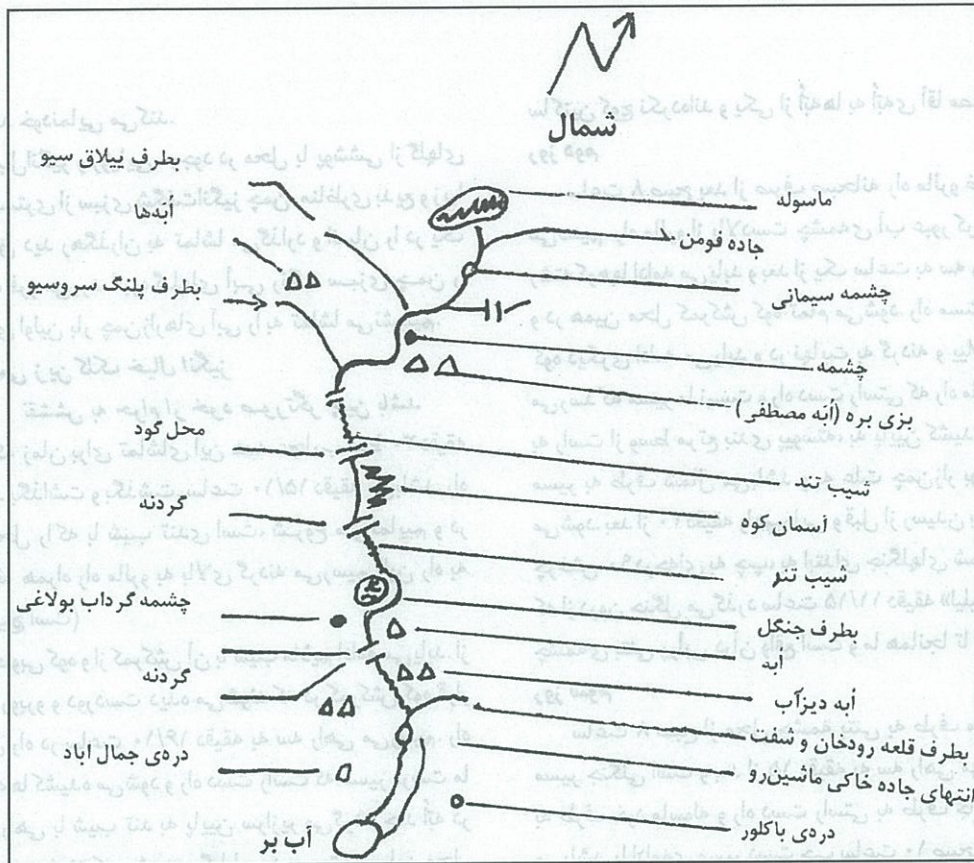
۴- مسیر (شه دار) با توجه به اینکه پاکوب وسیع و مشخص دارد، توسط کوهنوردان فلش‌گذاری شده است. با بهره‌گیری از این راهنمایی، صعود زیبایی برای شما آرزومی‌نمایم.

### تذکر

۱- در مسیر صعود کار زشت کسانی را که در تنه‌ی درخت‌ها یادگاری کنده‌اند خواهید دید، با محکوم کردن این عمل، خود عامل آن نباشید.

۲- در داخل پناهگاه دفتر یادداشتی موجود است که صعودکنندگان، تاریخ صعود و نظرات خود را ثبت می‌نمایند.

با تنوشتن یادگاری روی دیوار پناهگاه به کار سازندگان آن ارج نهیم و به یاد داشته باشیم که سنگ سنگ این پناهگاه حاصل رنج و مشقت کوهنوردان و بانیانی است که شعار را با عمل تا مرز بی‌اثر معنا نمودند و یادشان تا قامت جاوید کوه، جاودان خواهد بود. Δ



## گزارش برنامه‌ی آب بر - ماسوله

● گزارش از اکبر داداشی \*

مالرو به بالای گردنه می‌رسد. از بالای گردنه آبه‌ها در روبرو دیده می‌شوند. راه مالرو را به طرف اوبه‌ها ادامه می‌دهیم. در پایین دست اوبه‌ها چشمه‌ی بسیار گوارای «گرداب بولاغی» قرار دارد. عقربه‌های ساعت روی ۱۲/۴۵ می‌باشد که ما در کنار چشمه بساط نهار را پهن می‌کنیم.

ساعت ۱۳/۱۵ راه مالرو را به طرف محل کاسه مانند‌ی ادامه می‌دهیم. در این محل، برکه‌ی آبی موجود است و چمن‌زار نسبتاً وسیعی وجود دارد. ساعت ۱۳/۲۰ دقیقه می‌باشد که ما، برکه را از طرف شمالی آن دور زده و درست به سمت چپ می‌پیچیم. در روبرویمان کوه نسبتاً بلندی قرار دارد که به «آسمان کوه» معروف است. راه پیچ در پیچ و با شیب تند این کوه را ادامه داده و در ۱۴/۱۵ به بالای گردنه می‌رسیم (دقت شود در محل برکه راه اشتباه نشود. مسیر به طرف شمال برکه به جنگل‌های شمال می‌رسد که اشتباه است و مسیر طرف غرب برکه که بلافاصله با شیب تند شروع می‌گردد درست می‌باشد) مسیر مالرو در قلعه‌ی «آسمان کوه» کاملاً مشخص است و قله را از طریق جبهه‌ی جنوبی آن دور زده و در ادامه در ساعت ۱۴/۴۰ دقیقه راه مالرو ما را به محل گودی می‌رساند. در این محل استراحت ۳۰ دقیقه‌ای را شروع می‌کنیم. طرف شمالی این محل، دیواره بوده و جنگلهای شمال از همین نقطه آغاز می‌گردد که بسیار زیبا و دلنواز است. برای فرود، گروه باید فنی بوده و مجهز به لوازم باشد. طرف جنوبی محل به طرف دره‌ی عظیم رودخانه‌ی قزل اوزن می‌باشد که مراتع سبز و زیبایی را سخاوتمندانه در منظر دید قرار می‌دهد. طرف شرق این محل که با صعوبت و عظمتی باشکوه چشمها را نوازش می‌دهد «آسمان کوه» نام دارد و طرف غرب این محل

**طی مسیرهای راه‌پیمایی و یا صعودهای خط‌الرأسی در بین کوهنوردان از جذابیت بالایی برخوردار است. از زیباترین مسیرها می‌توان به مسیرهایی که طالقان - الموت - زنجان که به استانهای مازندران و گیلان امتداد دارد اشاره کرد.**

۱۴/۳/۸۱ روز اول

اکیپ ۱۶ نفره‌ی ما در ساعت ۷ صبح از زنجان با یک دستگاه مینی‌بوس عازم آب‌بر مرکز بخش طارم می‌گردد و بعد از صرف صبحانه در راه، ساعت ۹/۳۰ به آب‌بر می‌رسد (این مسیر با سواریهای دربستی ۱/۵ ساعت راه می‌باشد). با کرایه‌ی یک دستگاه وانت نیسان در ۹/۴۵ آب‌بر را به طرف ارتفاعات شمالی ترک می‌کنیم. جاده‌ی خاکی ماریچ که روی یال بین دره‌ی «باکلور» (دره‌ی دست راست) و دره‌ی «جمال‌آباد» (دره‌ی دست چپ) را با نیسان وانت طی می‌کنیم. ساعت ۱۱/۱۵ دقیقه راه خاکی به تخته سنگها رسیده و به انتهای خود می‌رسد و بقیه‌ی راه باید پیاده طی شود.

ساعت ۱۱/۲۵ دقیقه راه مالرو را که مستقیم و ادامه‌ی راه ماشین‌رو است در پیش می‌گیریم (این راه پایین‌تر از خط‌الرأس و در کمرکش غربی کوه واقع شده). بعد از چند فراز و نشیب کوچک در ساعت ۱۲/۱۵ به دیزآب می‌رسیم (محل آبه‌ها و چشمه آب). (لازم به توضیح است مسیر آب‌بر تا دیزآب همواره از جنوب به شمال می‌باشد). راه مالرو از میان آبه‌ها گذشته (افراد گروه از طرف ساکنین آبه‌ها دعوت به صرف شیر و چای می‌شوند که با تشکر از آنها به راهمان ادامه می‌دهیم). اندکی به چپ متمایل می‌شود و بعد از تمام شدن آبه‌ها مسیر همواره به چپ متمایل می‌شود. بعد از رد کردن یک شیب، راه

دوباره با ارتفاعی بلند خودنمایی می کند.

چمن زارهای خیال انگیز و رؤیایی موجود در محل با پوششی از گلهای قرمز و آبی و زرد در بستری از سبزی شگفت انگیز چمن، مناظری بدیع و زیبا و شکوهمند را در افق دید رهگذران به تماشا می گذارد و انسان را در یک حالت بیعت و حیرت فرو می برد. انبوه گلهای آبی رنگ، سبزی چمن را پوشش داده و ما برای اولین بار چمن زارهای آبی را به تماشا می نشینیم.

هر کو نکند فهمی زین کلک خیال انگیز

نقشش به حرام از خود صورتگر چین باشد

و صد افسوس که زمان برای تماشای این همه عجایب فقط ۳۰ دقیقه است و سرانجام باید بگذشت. ساعت ۱۵/۱۰ دقیقه می باشد. راه مالرو طرف غرب محل را که با شیب تند است، شروع می نماییم و در ساعت ۱۵/۴۵ دقیقه همراه راه مالرو به بالای گردنه می رسیم (این راه به علت شیب تند ماریج است)

راه از جبهه ی جنوبی کوه و از کمرکش آن با شیب ملایم ادامه می یابد. از این محل آبه ها در روبرو و دور دست دیده می شوند که در کمرکش کوه قرار گرفته اند. با ادامه ی راه در ساعت ۱۶/۱۰ دقیقه به سه راهی می رسیم. راه مستقیم به طرف آبه ها کشیده می شود و راه دست راست که مسیر درست ما می باشد بعد از سه راهی با شیب تند به پایین سرازیر می گردد. چند آبه در محل مسطحی دیده می شوند که چشمه ی گوارایی در سمت چپ این محل قرار دارد و ما برای اطراق شبانه متوقف می شویم. ساعت ۱۶/۳۰ دقیقه می باشد (این محل «بزی بره» نام دارد و خالی از سکنه می باشد و هنوز

ساکنین کوچ نکرده اند و یکی از آبه ها به آبه ی آقا مصطفی معروف است).

روز دوم

ساعت ۸ صبح بعد از صرف صبحانه راه مالرو ضلع غربی آبه را ادامه می دهیم. راه مالرو از بالادست چشمه ی آب عبور کرده و از کمرکش شمال رشته کوهها ادامه می یابد و بعد از یک ساعت به سه راهی دیگری می رسیم و در همین محل کمرکش کوه تمام می شود. راه مستقیم مجدداً از کمرکش کوه دیگری ادامه می یابد و در نهایت به گردنه و «سیو و پلنگ» سر می رسد که مسیر ما نیست و راه دست راستی که راه ما می باشد بعد از گردش به راست از وسط مرتع بندی پیوسته، به پایین کشیده می شود. موقعیت این مسیر به طرف شمال می باشد و به علت چمن زار بودن، مسیر گاهی گم می شود. بعد از ۳۰ دقیقه راهیمایی و قبل از رسیدن به گردنه ی روبرو با یک چرخش ۹۰ درجه ای به چپ، به ابتدای جنگلهای شمال می رسد. این مسیر که از درون جنگل می گذرد ساعت ۱۱/۱۵ دقیقه «لیلیاسر» می رسیم که یک چشمه ی بتنی پرآبی در آن واقع است و ما همانجا تا فردا توقف می کنیم.

روز سوم

ساعت ۸ صبح از محل چشمه بتنی به طرف ماسوله حرکت می کنیم. مسیر جنگلی است و بعد از ۱۵ دقیقه به سه راهی می رسیم. راه دست چپی به طرف خود ماسوله و راه دست راستی به طرف جاده ی ماسوله - فومن می باشد. با ادامه ی مسیر دست چپ ساعت ۱۰ صبح به ماسوله می رسیم. Δ

\* گروه کوهنوردی بابک زنجان



# شکوه SHOOKOUH

بهار تولد زندگی و زیباییهاست

نوروز باستانی و سنت های آن نماد پایداری فرهنگ ایران زمین است

نورز ۱۳۸۳ بر همه ی ایرانیان مبارک باد

تولیدات:

انواع کیسه خواب، کاپشن شلوار گورتکس، انواع بادگیر، کیسه پودر پانچو و...

تولید کننده سیمیلاتور و انواع گیره های مصنوعی

مصوبات شکوه با قیمت مناسب و کیفیت عالی در خدمت همه همنوردان عزیز می باشد.

تهران - خیابان ولی عصر - نرسیده به امام خمینی - پاساژ المپیک

تلفن ۶۴۰۲۸۴۲ - ۰۹۱۲۱۹۵۶۱۸۴

# سال نو مبارک باد



مژده به هیات و گروه های کوهنوردی میهن عزیزمان

## مرکز کوهنوردی آذرکوه Azarkouh mountaineering center

اولین سایت اینترنتی برای صعودهای برون مرزی در کشور

تقویم ورزشی سال 1383 را با صعودهای برون مرزی مرکز کوهنوردی آذرکوه هماهنگ نموده و جهت دسترسی به اطلاعات گسترده و کامل درباره برنامه های مورد نظرتان که در مجله کوه شماره 33 و همچنین در زیر قید شده برای آشنایی نزدیک با بیوگرافی و تجربیات این مرکز می توانید از طریق اینترنت، فاکس، تلفن و یا پست الکترونیکی اقدام نمائید.

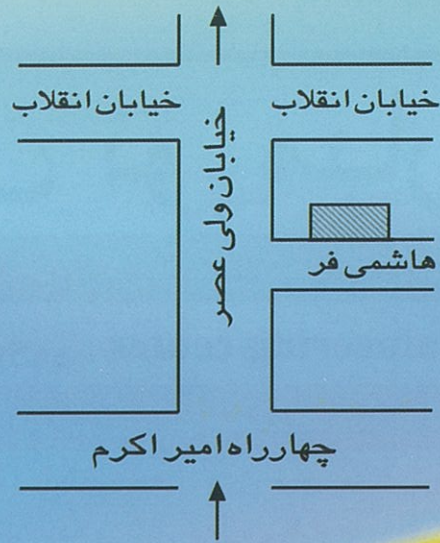
### توجه: به موارد زیر تخفیف ویژه تعلق خواهد گرفت.

- \* افرادی که در یکی از برنامه ها قبلا شرکت نموده باشند.
- \* افرادی که از طریق اینترنت اقدام به ثبت نام نمایند.
- \* گروههایی که بالای 10 نفر در برنامه **آرارات** شرکت نمایند.

آدرس ما : تبریز خیابان شهید بهشتی (منصور) پلاک 70 آدرس پست الکترونیکی: [info@azarkouh.com](mailto:info@azarkouh.com)  
بمدیریت : مسعود آقابالائی همراه : 0914 116 4913 [Masoud\\_azarkouh@yahoo.com](mailto:Masoud_azarkouh@yahoo.com)  
تلفن : 0411 5263081 تلفاکس : 0411 5263137 آدرس اینترنتی : <http://www.azarkouh.com>

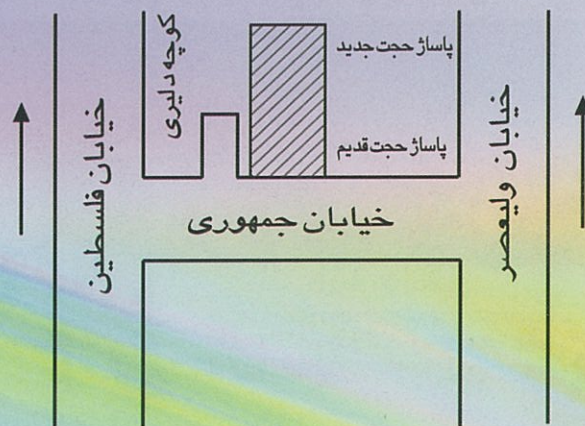


برنامه های کمپ اصلی اورست ، آرارات جبهه شمالی ، البروس ، کازبک ، موستگ آتا ، آکونگاوا ، کلیمانجارو



**فروشگاه مرکزی نیاک** مجموعه لوازم کوهنوردی ، گردشگری و طبیعت گردی

خیابان ولیعصر، بالاتراز چهار راه امیراکرم،ابتدای خیابان هاشمی فر، شماره ۱۰ تلفن: ۶۹ ۵۱۳ ۶۹ - ۶۴ ۶۴ ۵۱۵



**فروشگاه نیاک ۲** پوشاک تخصصی کوهنوردی ، گردشگری و طبیعت گردی

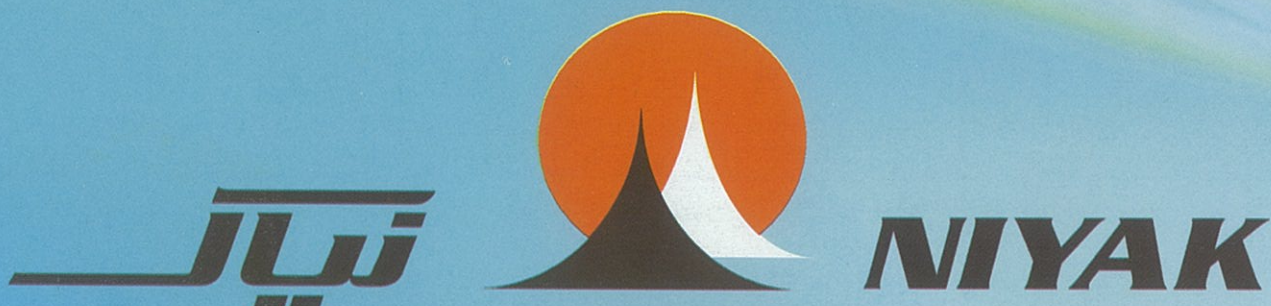
خیابان جمهوری، بین ولیعصر و فلسطین، جنب کوچه دلیری، پاساژ حجت جدید، طبقه دوم تلفن: ۶۹ ۵۹ ۵۸۸ - ۶۹ ۵۵ ۴۰۰

2004

۱۳۸۲-۱۳۸۳

برای دریافت کاتالوگ ما با

شماره تلفن‌های: ۵۱۵ ۶۴ ۶۴ - ۶۹ ۵۱۳ ۶۹ تماس حاصل فرمایید





# ققنوس

اولین تولیدکننده

دیواره یک تکه و گیره های مصنوعی

با اصطکاک عالی

در رنگهای متنوع

و مدل های جدید

دفتر طراحی و مهندسی :  
اصفهان، خیابان رودکی، شماره ۳۱۰  
تلفن : ۴۵ - ۷۷ ۷۵ ۷۴۲ - ۰۳۱۱  
فاکس : ۲۶۴ ۷۷ ۵۹ - ۰۳۱۱



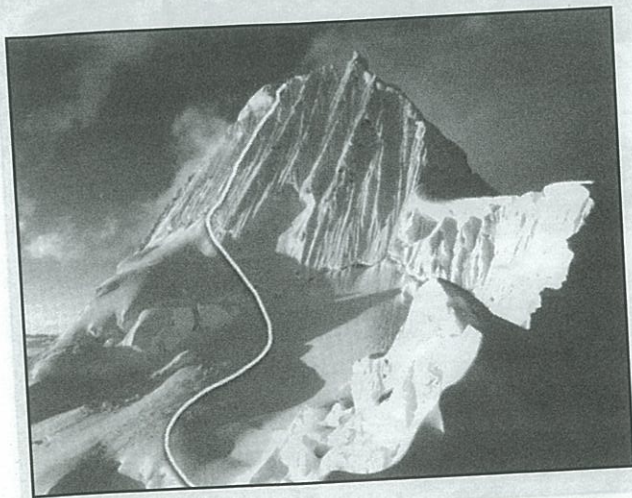
# گرم شدن جهانی اقلیم

• ترجمه: مهندس وارطان زاکاریان

## و تأثیر آن بر مناطق کوهنوردی

### یخچال آلپامایو، جان هشت کوهنورد را گرفت

در ۲۱ جولای ۲۰۰۳ هشت کوهنورد در زیر توده‌های یخ معلق در پای قله‌ی آلپامایو، در کشور پرو که دارای ارتفاع صعود ۶۸۲۰ متر است جانشان را از دست دادند. قربانیان حادثه چهار کوهنورد آلمانی، دو کوهنورد از قاره‌ی آسیا، یک هلندی و یک آرژانتینی از اعضای سه تیم صعود کننده بودند. کوهنوردان، مسیر معروف به مسیر باسک فرانسوی را (مطابق شکل) که مسیری با شیب تند است صعود می‌کردند که ناگهان یک توده‌ی عظیم از تکه‌های بزرگ یخ از ارتفاع بالاتر از مسیر صعود بر روی آنها فرو ریخت و همه را به کام مرگ کشاند. اغلب راهنمایان کوهنوردی در منطقه، معتقد هستند که علت اصلی این حادثه گرم شدن هوای منطقه بوده است. خطرات کوهنوردی ناشی از سرازیر شدن یخهای دامنه‌ی کوه در «کوردولیا بلانکا» روز به روز زیادتر از گذشته شده و مسیرها نیز سخت‌تر و خطرناک‌تر می‌شود. چندین مسیر متعارف و معمولی که در گذشته مرتباً مورد استفاده‌ی کوهنوردان بوده است اکنون مسیرهای صعود در اثر فرو ریختن یخچالها و یخشارها که به علت افزایش دمای منطقه است غیرقابل استفاده شده. شکاف یخچالها در مسیرهای مختلف در آلپامایو آن چنان از هم گسسته شده‌اند که هیچ کوهنورد قادر به عبور از این شکافها نیست.



کوه آلپامایو در پرو و مسیر باسک فرانسه و یخشاری که در نزدیک مسیر سقوط کرده است.

**مقدمه:** گرم شدن اقلیم جهانی یکی از معضلات مطرح در کنار مشکلات دیگر برای محیط زیست بشری است. ما اکنون شاهد خطرات زیادی که ناشی از گرم شدن اقلیم جهانی نظیر باران‌های غیر متعارف و غیر عادی در فصل زمستان هستیم. باران‌های سیل آسا همراه با خسارت‌های جانی و مالی در اثر سیل‌های جاری شده در ابعاد گسترده و یا آتش‌سوزی جنگل‌ها در کشورهای مختلف می‌باشد. بر اساس نظریه‌های کارشناسان، حمای این بلایای قاهره‌ی طبیعی در اثر افزایش گازهای گلخانه‌ای یعنی گازهایی که اکثر آنها در اثر افزایش نادرست و ناهماهنگ صنایع از این گازها و پخش و انتشار آنها در جو زمین و در نهایت سبب کاهش ضخامت لایه‌ی ازن و افزایش نفوذ امواج ماوراء بنفش و ازدیاد میانگین دمای اقلیم جهانی است. باید در نظر داشت این خطر به موارد خاص زیست محیطی محدود نمی‌شود بلکه در تمامی موارد زندگی بشر به حالت تهدید خود نمایان می‌گردد. یکی از موارد فوق ذوب شدن یخچال‌های چند صد یا چند هزارساله‌ی مناطق قطبی و مناطق مرتفع کوهستانی نظیر هیمالیا یا مناطق کوهستانی آلپ است که علاوه بر تهدید ایمنی محیط زیست بشر در سالهای آینده، هم اکنون نیز این تهدیدها در بروز حوادث، عیناً مشاهده می‌شود. ما در اصول مختلف سال شاهد این اتفاقات نظیر: جاری شدن سیل‌های شدید، آتش گرفتن جنگل‌ها، حرکت بهممن‌های عظیم در کوهستان هستیم. گرم شدن جو زمین تأثیر مستقیم در ورزش کوهنوردی هم دارد. با مراجعه به آمار کشته شدگان در این ورزش ملاحظه می‌شود اغلب کوهنوردان حادثه دیده به دلیل یکی از موارد ذکر شده مانند سقوط بهممن جانشان را از دست داده‌اند. مقاله‌ای که اینک مطالعه می‌کنید استخراج و بررسی بخشی از گزارش‌های انجام شده در مورد تأثیر منفی این مشکل بزرگ جهانی در نقاط مختلف است:

گزارش فوق بیانگر یکی از حوادث ناشی از گرم شدن اقلیم است اما بررسی‌های انجام شده در آلپ اروپا موارد جالب دیگری را اشاره می‌کند:

### لغزش سنگ‌های بزرگ در اطراف قله‌ی ماترهورن سوئیس، این منطقه را به یک تله‌ی مرگ برای کوهنوردان تبدیل کرده است

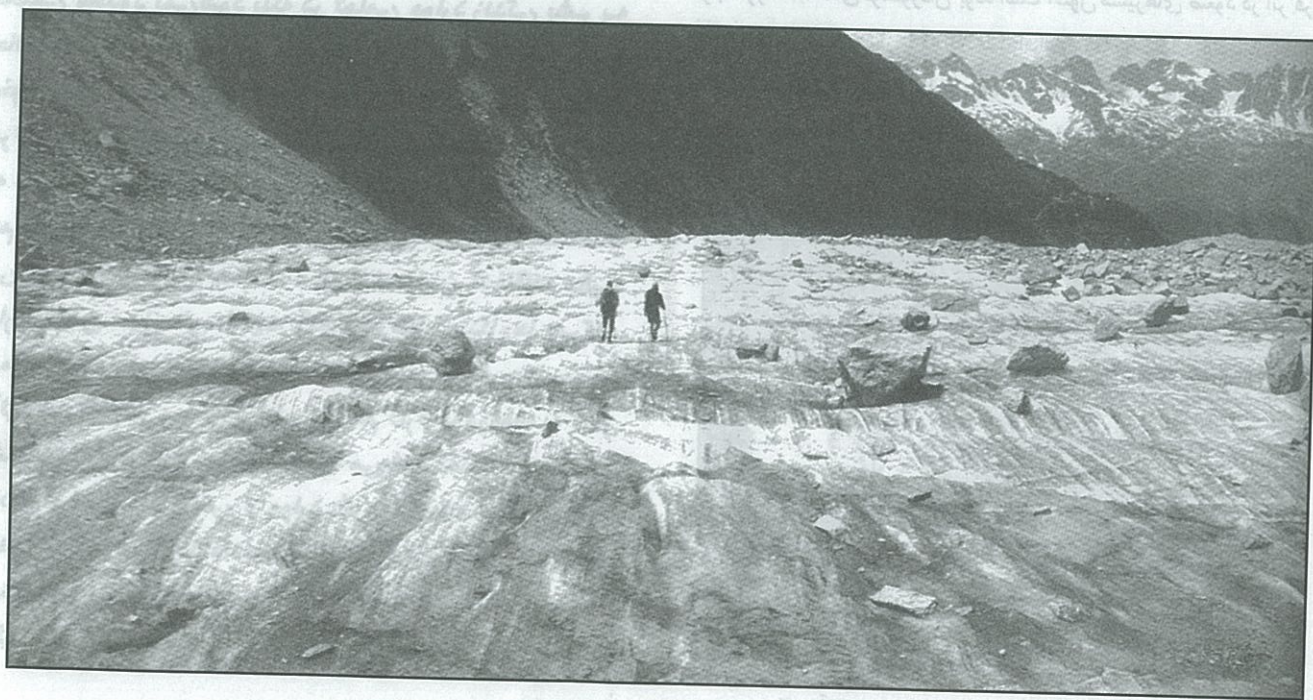
نظیر همین حادثه در شهریور ۱۳۷۹ در مسیر قله‌ی غربی دماوند روی داد و به کوهنوردان همدانی آسیب رساند. آنها خیلی خوش شانس بودند که از دام مرگ گریختند.

برف‌های اروپا در حال ذوب شدن هستند. گرمای زیاد مسیرهای صعود مونیان را خطرناک کرده است. در تابستان سال ۲۰۰۳ شرایط آب و هوایی گرم، محیط کوهستان را بدتر از گذشته کرده است. موج هوای گرم سبب به حرکت درآمدن آبشارهای سنگ در کوه‌های اروپا نظیر منطقه‌ی ماترهورن در کشور سوئیس شده است. سنگ‌هایی که اکنون سقوط می‌کنند قبلاً با یخ به هم چسبیده بودند و به شکل یکپارچه در جای خود ثابت باقی می‌ماندند ولی اکنون به علت ذوب یخ، آنها نیز از هم جدا شده و به پایین سرازیر می‌شوند و مسیرهای صعود در مونیان مانند گراند ژوراس، درو و یا مسیرهای دیگر در این منطقه را خطرناک کرده‌اند. میزان مرگ و میر حاصل از این حوادث در مسیرهای مختلف محدوده‌ی رشته کوه‌های آلپ به مراتب بیشتر از میانگین آن در سال‌های گذشته است. تاکنون ۵۵ فقره مرگ و میر در منطقه‌ی آلپ کشور سوئیس به ثبت رسیده است که این میزان در تابستان بیش از فصل زمستان و تقریباً دوبرابر آن بوده است. محققین در بررسی‌های خود درباره‌ی تأثیر افزایش گرمای اقلیم به این نتیجه رسیده‌اند که افزایش حوادث رابطه‌ی مستقیم با این وضعیت اقلیمی دارد و آنها معتقد هستند این رخداد یک فاجعه‌ی جهانی و یک تراژدی بزرگ است که هر سال بیشتر از سال‌های قبل کوهنوردان را تهدید می‌کند. «داگ اسکات» فاتح

قله‌ی اورست که مدت ۱۰ سال است مطالعات خود را معطوف به این مورد نموده می‌گوید: «ما شاهد غم‌انگیزترین و قابل رؤیت‌ترین شواهد در مورد گرم شدن اقلیم جو زمین هستیم و با وجود این دولت آمریکا هنوز هم موافقت‌نامه‌ی کنفرانس کیوتو را که در سال ۱۹۹۷ مورد تأیید ۱۱۳ کشور قرار گرفته تصویب نکرده و آن را تا پایان سال ۲۰۰۴ به تعویق انداخته است». در این کنفرانس کشورهای امضاکننده تصویب کردند از گازهای گلخانه‌ای و گازهایی که سبب کاهش ضخامت لایه‌ی ازن می‌شود به میزان ۵/۲٪ کمتر استفاده شده است.

یکی از قله‌های منطقه‌ی شامونی در فرانسه، در تمامی مدت سال پوشیده از برف بوده است ولی تابستان سال ۲۰۰۳ کوهنوردان و مردم محلی برای اولین بار سنگ‌های قله را مشاهده کردند و این نشان دهنده‌ی ذوب یخ و برف بر فراز قله می‌باشد. کوهنوردان در سال ۲۰۰۳ نتوانستند مسیرهایی که در سال‌های قبل در منطقه‌ی مونیان استفاده می‌کردند طی کنند زیرا آنها در این مسیرها مرتباً در اثر ریزش سنگ تهدید به مرگ می‌شدند. در بعضی از مسیرهای پرتردد در کوهستان، امدادگران مخصوص برای کمک به حادثه دیدگان استخدام شده‌اند تا بدینوسیله بتوانند آمار مرگ و میر را کاهش دهند.

افزایش جهانی گرما اثر خود را از سال ۱۹۸۰ در مناطق کوهستانی اروپا نشان داده است و در منطقه‌ی آلپ این اثر بیشتر مشاهده می‌شود. با بررسی‌های شواهد محلی، آنها نتیجه می‌گیرند که دمای این منطقه حدود ۲ درجه سانتی‌گراد افزایش یافته که حدود چهار الی پنج برابر بیش از میانگین افزایش دما است. یکی از کارشناسان بررسی تغییرات اقلیم مربوط به سازمان ملل متحد عقیده دارد «گرم شدن اقلیم برای بعضی‌ها ممکن است ظاهراً خوش آیند باشد ولی آنها عمق فاجعه را بعداً احساس خواهند کرد. ما اکنون در روند گرم شدن اقلیم جهانی قرار داریم و انسان می‌تواند در کاهش یا افزایش تأثیرات این روند نقش اساسی داشته باشد.»



یخچال آلوده به گل کثیف مردوگلاس در مونیان همراه با سنگ‌های غلتان. این یخچال به علت ذوب یخها تبدیل به منطقه‌ی خطرناک کوهنوردی شده است.

### لرغام و اعداد هشداردهنده

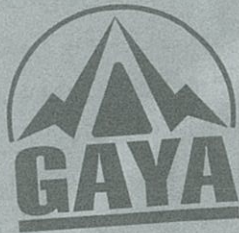
\* برف‌های منطقه‌ی آلپ در سال ۲۰۰۳ به قدری ذوب شده‌اند که باید چندین زمستان سخت و سرد آن را جبران کنند تا به حد سال ۲۰۰۱ برسد.  
\* سطح برف موجود در کوهستان در طی ۱۰ سال گذشته حدود ۱۳۰ متر عقب نشینی کرده است.  
\* طی بررسی‌های انجام شده اگر روند گرم شدن اقلیم به این نحو باشد محققین حدس می‌زنند تا پایان قرن ۲۱ حدود ۵۰ تا ۹۰ درصد از یخچال‌های آلپ ناپدید شوند.  
\* در ۱۰ سال گذشته دمای منطقه، ۲ درجه افزایش یافته که این میزان سه برابر روند افزایش دما در طی قرن می‌باشد.

جانشان را از دست می‌دهند. در سال ۲۰۰۳ انتخاب مسیر امن و بدون خطر بسیار مشکل بود و اغلب کوهنوردان هنگام صعود مواجه با ریزش سنگ‌های غلتان در ابعاد مختلف بودند. اثر سوء گرم شدن جهانی اقلیم کره‌ی زمین منحصراً به منطقه‌ی آلپ یا منطقه‌ی خاص ماترهورن محدود نمی‌شود. این یک فاجعه‌ای است که دامنگیر کلیه‌ی مناطق شده است. اخیراً در سالروز شناسایی یخچال «گرنیل» در منطقه‌ی پارک ملی گرنیل در کانادا حقایقی بازگو شد که تأسف بار و وحشتناک بود.

بر اساس بررسی‌های انجام شده، این یخچال «از سال ۱۸۵۰ تا تاریخ ۲۰۰۲» مشاهده شده است که ابعاد یخچال در سال ۱۸۵۰ که معادل ۵۷۶ هکتار بود و در سال ۱۹۹۳ یعنی ده سال قبل به ۲۱۶ هکتار تقلیل یافته یعنی کاهش سطح معادل ۳۶۰ هکتار ولی روند کاهش در ۱۰ سال اخیر به مراتب سریعتر نیز انجام شده است. محققین نظیر این بررسی را در یخچال «تیتون» نیز انجام دادند و مشاهده شد که قسمت اعظم سطوح یخچال اکنون عاری از پوشش برف شده و فقط زمینی خشک از آن باقی مانده است. یادآوری می‌شود گرم شدن جو زمین فقط تا حد آب شدن برف‌های یخچال نیست بلکه آتش سوزی جنگل‌ها نیز یکی دیگر از شواهد این پدیده است. ما در سال ۲۰۰۳ شاهد آتش سوزی صدها هکتار جنگل در قاره‌ی اروپا - آمریکا و استرالیا بودیم که امید است در سال ۲۰۰۴ شاهد چنین اتفاقات نباشیم. Δ

در سال جاری کوهنوردانی که از مسیرهای جبهه‌ی شمالی و شرقی قصد صعود به قله‌ی ماترهورن را داشتند بیش از ۹۰ نفر از آنها هنگام صعود مواجه با ریزش سنگ‌هایی از ارتفاع بالا شده‌اند و کوهنوردانی که در این تله گیر کرده بودند معتقد هستند که تاکنون چنین رخدادی حتی در صحنه‌های مصنوعی مسینمایی هم ندیده‌اند. گاهی ریزش سنگ‌ها از دو یا سه جهت مختلف بر روی کوهنوردان سرازیر شده است. در یک مسیر از قله‌ی مونبلان هنگامی که دو کوهنورد برای رسیدن به پناهگاه قصد عبور به صورت تراورس از دامنه‌ی کوه را داشتند، با ریزش سنگ مواجه می‌شوند و

## تولید کننده تجهیزات کوهنوردی



بهار آغاز حیات و زیبایی طبیعت است  
نوروز هم سنتی ارزنده برای ما ایرانیان از گذشته تا امروز  
نوروزتان پیروز باد

قایا

کیفیت عالی

قیمت ایرانی

تلفن: ۰۴۱۱-۲۶۶۱۵۹۰  
همراه: ۰۹۱۴-۳۱۲۱۴۲۱

تبریز: چها / راه ملل متحد اول خیابان مفتح نبش کوچه بی‌باک پلاک ۷۰

# گذر از مرز میان دو قطب

● جلیل کتیبه‌ای

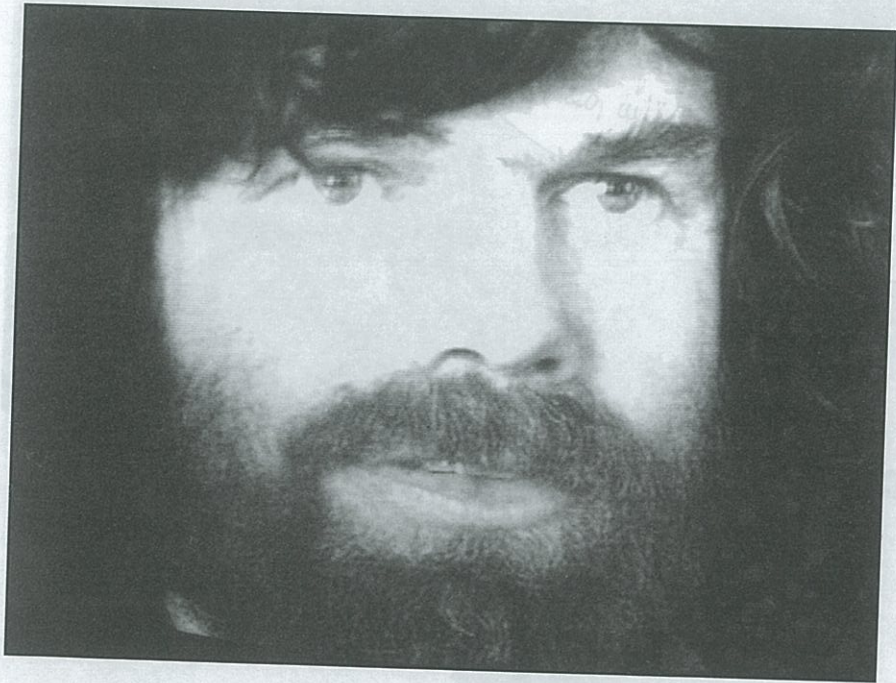
فرزند نام - آنگونه که معمولاً در خانواده‌ها دیده می‌شود - هرگاه در روزنامه، مجله و یا وسایل ارتباط الکترونیکی، خبری و یا مطلبی درباره کوه و کوهنوردی بیابند، آنها را برای من گردآوری می‌کنند. در فصل گذشته، دختر کوچکترم (آریانه) به دوگفت و شنود با «رینهولد مسنر» در روزنامه‌های هلندی برخورد که آنها را جالب یافت. از آنجا که متأسفانه من با زبان آن کشور بیگانه‌ام، این مطالب را به آلمانی ترجمه کرد و برایم فرستاد. اینک برگردان یکی از آنها برای شما خوانندگان گرامی مجله. ج. کتیبه‌ای

می‌دانیم که «رینهولد مسنر» همراه با «پتر هابلر» اتریشی، برای نخستین بار، صعود بدون بهره‌گیری از اکسیژن را به اوست انجام داد، اولین کسی بود که هر ۱۴ قله هشت‌هزار متری را زیر پاها نهاد، به قطبها رفت، و نیز با قضیه «بنا به گفته خودش» برخورد با انسانهای برفی تب (یتی (yeti)، به شهرت فراوان رسید. وی در این گفت‌وگو، به پرسشهای «یوگن تروبینگر Jürgen Tröbinger» پاسخ می‌گوید.

ی. ت: چه هدفهایی در فراسوی کوهها و طبیعت وحشی دارید؟  
ر. م: بزرگترین طریقی که در نظر دارم، ایجاد «موزه کوهستانی مسنر» است بر فراز کوه «مونت ریته Monte Rite» در بخش تیروول جنوبی - اتریش. در آنجا می‌خواهم نشان بدهم که اساساً چه حالتی پیش می‌آید. هنگامی که انسان و کوه، با یکدیگر تلاقی می‌کنند. امیدوارم در ده سال آینده این موزه

ی. ت: شما از جنبه یک کوهنورد، همه چیزی را که می‌توان آرزو کرد، به دست آوردید؛ چه هدفهای دیگری در چشم انداز شوق و اراده خود دارید؟

ر. م: من تازه درک کرده‌ام که زندگی چند مرحله داشته است. در ابتدا یک سنگنورد بودم، و از این جنبه می‌توانستم هر اندازه که بخواهم، برای امروز هم هدفهایی داشته باشم. اما این هدفها برای من در این سن (۵۸ سال) کار ساده‌ای نیستند، زیرا سنگنوردی مهارت و نیروی چالاکتی لازم دارد، که از سی سالگی آنها را از کف می‌دهیم. در ارتفاعات زیاد، تحمل و استقامت نقش بزرگی دارند، و من در دوره دوم زندگی، در کوههای بلند پیروزمند بودم. البته که سنگنوردی در صعود به قله‌های مرتفع هم به کار می‌آید، اما تنها در حاشیه است. سومین مرحله، راه بردن در صحراهای بزرگ بود، که این هدف نیز ویژگیهای خودش را دارد. از میان قطب جنوب و نیز صحرای «تالکامکان» گذشتم و درازای گرونتلاند را طی کردم. اما باز هم طرحها و هدفهای بزرگی دارم که باقی مانده‌اند. در تابستان آینده (سال ۱۳۸۳) می‌خواهم سه هزار کیلومتر صحرانوردی را به ثمر برسانم، و امیدوارم به نتیجه برسم. اگر هم نتوانستم، خود این آزمایش و اقدام، می‌تواند بالارزش باشد.



ر. م: آنگونه که محققان و کارشناسان گفته‌اند، خصلت و خوی هر کس در یکمین سال زندگیش تدوین و تعیین می‌شود. اما کوهنوردی با واقعیت خطرناک بودن سروکار دارد. ممکن است در فراز قله‌ای جان سپرد.

**هنر کوهنوردی در این است که با وجود خطرهای چون بهممن، ریزش سنگ و یا اشتباههایی که امکان پیش آمدنشان هست، جان سالم به در برد. هیچکس نمی‌خواهد در آن بالا با مرگ روبرو بشود. نمرودن در کوه، یک هنر است.**

یک سنگنورد برجسته که خود را برای صعود، به کوهستان می‌رساند، همواره می‌کوشد به مرزهای خود برسد. امروزه تنها کسی که در سنین میانه زندگی هست می‌تواند به مرز شناخته شده جهانی برسد و از آنهم بگذرد. اما اگر کسی به سن بالاتر رسید، و یا دیگر نتوانست به اندازه کافی تمرین بکند، آنگاه او می‌تواند به مرز ویژه خودش دست یابد. بنابراین، یکنفر هشتادساله هم می‌تواند با توجه به مرز شخصی و توانایی خودش، به کوه صعود بکند. گذشتن از این مرز، با تجربه مربوط به آن سروکار دارد. من خود گهگاه با تلاش فوق العاده، مفهوم از مرز گذشتن را تثبیت کرده‌ام. این واژه را از اینجهت بکار گرفته‌ام، زیرا همواره یکجور بازی وجود دارد میان از عهده کار برآمدن، و از بین رفتن - میان به اندازه کافی از نیروهای خود بهره نگریدن، و اختلال و انهدام خود.

ی. ت: آیا شما در زندگی روزمره‌تان نیز از این نمونه رفتاری پیروی می‌کنید؟

ر. م: می‌تواند چنین باشد که اینگونه مردمان نیز در زندگی عادی شهری و اجتماعی، این نمونه رفتاری را در برنامه روزانه خود قرار بدهند. در موزه‌ای که مورد نظر دارم، می‌کوشم که همین مفهوم را نشان بدهم. تنها با این نظر که آونگی که میان موضوعهای «به اندازه کافی از نیروهای خود بهره نگریدن، و خود را منهدم و مختل کردن» در نوسان است، در سوی مرگ از حرکت باز نایستد (اگر هم از کنار آن می‌گذرد)، بلکه در مرحله درماندگی و شکست خوردگی متوقف شود. چنانکه اقدام و پیشروی خود نیز در همین زمینه است و می‌دانم که این، یک نسخه و دستور پیروزی است. هنگامی که کسی این شهامت و توانایی را داشت که از تیغه تیز میان دو قطب بگذرد و از بین نرود، اوست که می‌تواند مرز تواناییها را تغییر بدهد.

اگر امروز شما بخواهید که در پهنه کوهنوردی، گذر کننده از این مرز باشید، باید که پیه خطرکرندهای فراوانی را به خود بمالید. پیروزی تنها از آن توانمندان مطلق است. دیگران یا متوقف می‌شوند و یا زندگیشان را می‌بازند. سنگنوردی، از تغییر شکل (استحاله Metamorphose) غیر ممکن‌ها در مغز کوهنوردان به وجود آمده و بدین ترتیب بود که آنچه برای رسیدن به نقطه اوج، به اندیشیدن نیاز داشت، ناگهان تحت شرایطی، ممکن جلوه کرد.

آنگاه اینگونه کوهنوردان طالب رشد، به آزمایش و کوشش آمدند و پیروز شدند... و چه زود برای دیگر کوهنوردان نیز این امکان فراهم آمد. البته این پیروزی، یک مرز ذهنی بود، و نه عضلانی.

ی. ت: شما کتابهای چندی درباره برنامه‌های کوهی و ماجراجویی‌تان نوشته‌اید و می‌نویسید. مناطق وحشی کره زمین چه تأثیر و اثری در نوشته‌های شما دارند؟

ر. م: موضوع چنین است که ما وقتی بار دیگر به پایین برمی‌گردیم، اغلب خود را می‌فریبیم. به همین سادگی نیست که در نوشتن، کاملاً در کنار حقایق بمانیم، در حالیکه خود حقایق دوام دارند و بر جای می‌مانند. اگر من در یک داستان، واقعه‌ای را پس از هنگام وقوعش تغییر بدهم - زیرا بدانگونه به نظر من می‌رسد - این موضوع نمی‌تواند ثابت بماند. در سال ۱۹۷۸، در قله اورست، اثر آن صعود و درکم را روی نوار یک ضبط صوت کوچک ثبت کردم و پس از بازگشت، با بهره‌گیری از آن، کتابی نوشتم.

از آنجا که من اینگونه سخت و جدی با حقیقت پیوند دارم، امروز میان برخی از کوهنوردان و من، مسایل و نفاق بزرگی موجود است. می‌دانم که آنها درگیر درک خودشان از درستی و نادرستی هستند. اگر امروزه به کتابهایی که درباره اورست منتشر می‌شود نظری بیندازیم، آنها را پر از دروغ و فریب می‌یابیم: «نزدیکتر شدن به آسمان»، «نزدیکتر شدن به خدا» و... که همه‌شان ناراستی و گول زنی است.

ی. ت: مفهوم حقیقت چیست؟

ر. م: در آن بالا، همه چیز در تنگنا قرار می‌گیرد: جای کم، وقت کم، نیروی کم و کمبود اکسیژن. و در یک چنین فضای، ترس هم خودش را وارد می‌کند و مجال چندانی برای احساس «بر فراز بودن» وجود ندارد. من ۱۴ هشت هزار متری را صعود کرده‌ام و هرگز یکنفر را ندیده‌ام که در آن قله‌ها، حتی شادی و یا لبخندی مصنوعی داشته باشد. اما در کتابهایی که منتشر می‌کنند، می‌خوانم که همه صعودکنندگان در آن بالا، خوشحال و شاد بوده‌اند. این یک تکرار ماشینی فکر و آرزوی کسانی است که در پایین هستند. اما من آمادگی ندارم که با آنها همصدا باشم، دروغ بگویم و عوام فریبی بکنم.

ی. ت: شما اینک ۵۸ ساله هستید. در نظر دارید تا چه مدتی حادثه جویی را ادامه بدهید؟

ر. م: من دیگر نمی‌توانم یک صعود دست یکم در دیواره جنوبی نانگاپاربات انجام بدهم. اما هنوز هم به خودم اعتماد دارم که یک هشت هزار متری را صعود بکنم. باز هم راههای بکری در کوهها هست که ظاهراً کسی از آنها خبر ندارد... شوق این را دارم که بر آنها پنجه بیندازم و بالا بروم.

ی. ت: ... و این راه در کدام کوه است؟

ر. م: مسلم است که اکنون در این باره چیزی نخواهم گفت! (با خنده). تا زمانی که پاهایم نیروی نگاهداری مرا دارند، من در طبیعت وحشی خواهم بود: راههای تازه، کوههای نه زیاد بلند، و خطرهای کم.

من باز هم فعال باقی خواهم ماند، زیرا فعالیت، بخشی از زندگی من است. Δ

آماده بشود.

ی. ت: پنجاه سال پیش برای نخستین بار اورست صعود شد. از آن زمان، همواره هجوم به کوهها در دنیا فزونی یافته است. شما این گسترش و رشد را چگونه می‌سنجید؟

ر. م: نخستین صعود به اورست در پنجاه سال پیش، یک اهمیت تاریخی داشت. موضوع نه تنها این بود که بلندترین کوه گیتی صعود شد، بلکه، هم موضوع تسخیر به اصطلاح قطب سوم زمین، و هم اعتبار ملی نیز مطرح بودند. اما در ضمن، پایان پیروزیها در کره خاک نیز به حساب آمد. در سی سال پس از آن، به وقایع فراوان پرسروصدای دیگری بر نمی‌خوریم، بلکه ادامه‌ی

پیروزی خریداری شده است، یک اعتبار و شخصیت خریداری شده. اما تجربه‌هایی که من روی هشت هزار مترها انجام داده‌ام، قابل خریداری نیستند. معنای تجربه اینست که: نمی‌دانم که این راه و این هدف به کجا می‌رسد، به همین دلیل، ترس بزم می‌دارد و به پایین برمی‌گردم. این تجارت بازیها، راهنمایان کوه و شریاها را به ضعف و نقصان می‌کشاند. در آنجا، ۵ نفر را با یک مشتری در اورست می‌بینیم که دو نفر او را از پشت سر به جلو می‌رانند، و سه نفر در جلو، او را به بالا می‌کشند!

ی. ت: آیا کوهنوردی همواره بیشتر به مرزهایش نزدیک می‌شود، و آیا همه آنها که برای بشر ممکن بوده است صعود شده‌اند؟

ر. م: آنگاه که اورست از دشوارترین دیواره‌اش صعود شد، تنها یک رشد و تحول دیگر باقیمانده بود، و آن چشم پوشی از به کار بردن وسایل کمکی مصنوعی در کوهنوردی بود، همان چیزی که همه اندیشه مرا به خود مشغول می‌داشت. این فکر را خودم بانی شدم و به مرحله اجرا درآوردم که امروز از آن به عنوان چشم پوشی در کوهنوردی نام می‌برند. این نظریه و طرح متأسفانه رو به سستی نهاد و ادامه نیافت.

من گفته‌ام: «هنگامیکه ما از میخهای کوهنوردی، دستگاه اکسیژن، وسیله‌های ارتباطی و تلفن ماهواره‌یی صرف نظر کنیم، آنگاه است که کوه پیوسته دشوار باقی می‌ماند.»

پس از صعودهای آنچنانی به اورست، مسئولان دستگاههای گردشگری گفتند «ما می‌توانیم اورست را آنگونه آماده بالا رفتن بکنیم که نه تنها سه نفر به قله برسند، بلکه ۵۰ نفر را در یکبار به آن اوج برسانیم.» در این برنامه‌ها، نردبانها و طنابهای ثابت در راه صعود برقرار کردند، مکانهایی برای ذخیره کردن بطریهای اکسیژن در نظر گرفتند و یک مسیر کوپیده شده را که نیاز به مهارتهای کوهنوردی ندارد، تا قله آماده ساختند. امروز دیگر صعود به اورست مانند آن شده است که بلیطی برای هواخوری و حمام آفتاب در «مالوری» (از جزیره‌های مشهور و پرمسافر اسپانیا، در دریای مدیترانه) تهیه شود، همراه با پانسیون کامل، ضمانت و بیمه سفر، و جوش و خروش و سرگرمیهای اینگونه مسافرتها... که همه اینها چیزی نیست جز به تباهی کشاندن کوهنوردی.

امروز دیگر کسی نمی‌پرسد که چگونه اورست صعود شد. تنها در قله بودن مورد نظر است. کوهنورد آگاه و کارشناس است که می‌تواند موضوع اورست را به داوری بنشیند و ارزیابی بکند. اما کوهنوردان چنگ افکنی هم هنوز هستند که بهتر از هر زمانی از دیواره‌ها و کوهها بالا می‌روند و بر چکادها پا می‌گذارند، ولی درخشش اینها در هجوم انبوه کسانی که آنگونه به اورست می‌پیوندند، فرو می‌رود و ناپدید می‌گردد.

ی. ت: شما در برنامه‌های کوهی و حادثه جوییهاتان، اغلب مرز قابلیت بکارگیری تجربه‌های روانی و جسمی را در نورددیده‌اید. این تجربه‌های مرز توانایی، چه نقشی در سرشت و نهاد شما داشته‌اند؟



رشد کوهنوردی را درمی‌یابیم، که من هم در آن سهم داشتم. تازه در اواخر دهه ۸۰ میلادی بود که یک حرکت کاملاً نو پایه گذاری شد، که ۱۵۰ سال پیش از آن، در آلپها آغازش را می‌توان دید. بدینمعنی که: بنگاههای مسافرتی، اورست را به عنوان هدف سفر عرضه کردند. این کوه چنان آماده شد که هر کس بتواند به آن صعود کند. یک نابینا به قله اورست رسید، و نیز یکنفر که یک پایش قطع شده بود. باید پیش خود مجسم کرد که راه صعود اورست را چگونه برای اینگونه صعودها هموار کرده بودند. من احترام بسیار برای آن نابینا قائل می‌شوم که صعود را انجام داد. اما از جهت دیگر، گفته‌ام که دیگر این کوه، همان کوه زمان هیلاری نیست، و این نوع صعودها، آنگونه که من درک می‌کنم، با کوهنوردی نمی‌تواند ارتباطی داشته باشد. این یک

ایران سمبلی از تاریخ و تمدن برجسته است  
که وجود سنن و آداب ملی ایرانیان اقتضای بزرگ در جهان می‌باشد  
نورز ۱۳۸۸ بر همه‌ی ایرانیان مبارک باد

# فراز فراز فراز

نامی برتر در تولید لوازم و تجهیزات کوهنوردی

محصولات جدید فراز همراه شما در طبیعت

فروشگاه مرکزی پخش:

تهران - خیابان ولیعصر - چهار راه امام خمینی - مجتمع تجاری المپیک

www.farazco.com

Email: info@farazco.com

تلفن = ۶۴۹۶۹۰۹

مدیر: حسین محمدیان

فکس = ۶۴۶۰۲۰۸

## KUGAN

بهار فصل شکفتن است و روییدن  
به سوی قله عشق ره پیمودن  
کنار چشمه زلال آب روان  
به سوی کوه رو تا بمانی تو جوان

کوگان نامی آشنا برای حرفه‌ای‌ها  
ربع قرن تجربه پشتوانه تلاش ماست

کوگان طراح و تولید کننده لوازم کوهنوردی  
و کمپینگ در سطوح بین‌المللی  
تلفن و فکس: ۷۸۸۴۶۹۹  
سعید جواهرپور

## دکتر محمدرضا آهویی کوهنورد پژوهشگر به ابدیت پیوست

با گرامیداشت خاطرات به یاد  
مانده‌ی اش به خانواده‌های آهویی،  
انوار کی و بستگاه تسلیت می‌گوییم.

مهندس ابوالقاسم نوروزی،  
اکبر بشردوست، چنگیز شیخی،  
مرتضی رحیم پناه، قاسم فیروزبهی،  
یوسف بهرامیان، فریدون قالیباف،  
عباس ریحانی، ناصر شجاعی،  
منوچهر زمردیان، داوود محمدی

# K2 قله‌ای با تمام مشکلات صعود آن

استخراج و تهیه: وارطان زاکاریان

گزارش تقریباً مصوری از اولین  
گروه کوهنوردان آمریکایی را موردنظر  
قرار می‌دهیم.

آخرین گزارش صعود به قله K2  
(استفراج از مجله «های ماون تین»)  
High Mountain

قله‌ی K2 بار دیگر مانع صعود زمستانی کوهنوردان شد: در سال ۲۰۰۲ به علت آب و هوای فوق‌العاده بد و سخت و آشفته‌ی منطقه‌ی قله قوروم بار دیگر کوشش کوهنوردان برای صعود زمستانی به این قله‌ی غول‌پیکر و بالاتر از ۸۰۰۰ متر عقیم ماند و بار دیگر گروه‌های کوهنوردی ناموفق در صعود زمستانی به قله‌ی K2 به کشور خود مراجعت کردند بنا به گزارش در منطقه، در طی ۴۰ الی ۵۰ سال گذشته بدترین آب و هوای زمستانی در سال ۲۰۰۲ رخ داده است. اولین گروه صعودکننده، گروه کوهنوردان اسپانیایی بودند و سرپرست این گروه «خوانیتو اوپار زابال» یکی از فاتحین ۱۴ قله‌ی بالاتر از ۸۰۰۰ متر بوده است. اولین کوهنورد اسپانیایی که این عنوان را کسب نمود، همراه «اوپار زابال» کوهنورد و فیلم‌بردار مستندساز

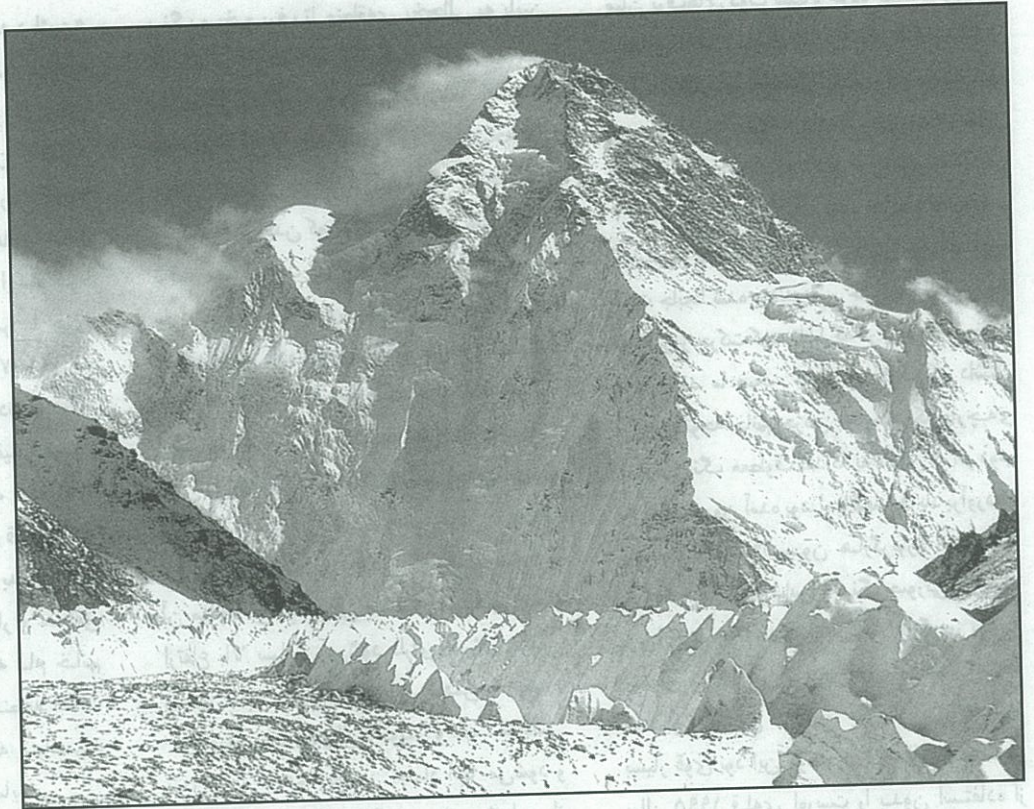
K2 به ارتفاع ۸۶۱۱ متر در منطقه‌ی قله قوروم پاکستان قرار دارد و دومین قله‌ی مرتفع در کره‌ی زمین است ولی با این وجود تعداد صعودکنندگان به این قله خیلی کمتر از قله‌ی اورست است که مقام بالاترین را دارد می‌باشد. این اختلاف بسیار چشمگیر و فاحش است. آمار نشان می‌دهد تعداد صعودکنندگان به قله‌ی اورست از سال ۱۹۵۳ تا زمستان سال ۲۰۰۳ حدود ۱۶۰۰ نفر ولی تعداد صعودکنندگان از سال ۱۹۵۴ که اولین بار به وسیله‌ی دو کوهنورد ایتالیایی به نام «لاسیدلی» و «کامپانونی» فتح گردید تا سال ۲۰۰۳ فقط ۱۹۷ نفر توانستند قله را فتح کنند هر چند که تعدادی از آنها نیز هنگام برگشت در اثر ریزش بجمن و حوادث دیگر جانشان را از دست دادند. بنابراین برای صعود به این قله شرایط نامساعدی وجود دارد که سبب عدم موفقیت کوهنوردان برای صعود به آن یا عدم تأمین جانی آنها پس از فتح آن می‌شود. مانند سختی مسیرها از نظر صعود، عدم وجود تسهیلات صعود در منطقه، عدم وجود مراکز تأمین امکانات ایمنی برای کوهنوردان از طرف دولت پاکستان یا شرکت‌های بین‌المللی همکار. مواجه شدن کوهنوردان با شرایط نامساعد جوی نظیر بارش شدید برف، ریزش بجمن یا وزش باد بسیار شدید و شرایط نامساعد دیگر که همگی سبب کاهش تعداد صعودکنندگان به این قله می‌شوند. این قله دارای شهرت منفی است و برخلاف قله‌ی اورست که بلندترین است و پذیرای کوهنوردان، K2 اغلب کوهنوردان را ناامید کرده و تعداد کمی از این گروه‌ها موفق می‌شوند. در این مقاله بررسی‌هایی که کوین فلزکو، کوهنورد و گزارشگر مجله‌ی (آوت ساید) همراه با خانم «جردن» محقق کوهنوردی و زمین‌شناسی در منطقه‌ی K2 انجام داده‌اند تقدیم می‌شود ولی قبل از آخرین فعالیت کوهنوردان در این منطقه که همگی ناکام به اردوگاه اصلی برگشتند.

مغرب مخصوص صعودهای بلند به نام «فران لاتوره» بود. فیلم‌های مستند او مورد توجه تمامی محافل ورزش کوهنوردی می‌باشد و علاوه بر این دو کوهنورد برجسته کوهنورد با سابقه‌ی دیگری به نام «سیلوموندیلی» که توانسته بود در ژانویه‌ی سال ۲۰۰۲ تمامی مسیرهای یخچال بالتورو را طی کند شرکت کرده بود. آنها در دوازدهم ژانویه اولین کمپ خود را در ارتفاع ۵۸۰۰ متر و کمپ دوم در ارتفاع ۶۴۰۰ متر برپا کردند ولی پس از آن به علت بارش سنگین برف در منطقه، صعود گروه کوهنوردان اسپانیایی با مشکل مواجه شد. ضمن آن که مطلع شدند آخرین کمپ آنها که در واقع آخرین امید آنها برای صعود نهایی قبلاً برپا کرده بودند در اثر وزش باد بسیار شدید به کلی از بین رفته بود. بنابراین آنها مجبور شدند در تاریخ هشتم ماه مارچ منطقه را ترک کرده به خانه بازگردند.

گروه کوهنوردان دیگر با راهنمایی و سرپرستی «کریستوف ویلی چکی» پنجمین کوه نورد برجسته و فاتح ۱۴ قله‌ی بالاتر از هشت هزار متر در ترکیب یازده کوهنورد همراه با گروه تدارکات خود اقدام به صعود کردند. آنها مسیر یال شمالی K2 که تماماً پوشیده از برف و یخ و همراه با وزش باد بسیار شدید بود استفاده نکرده و از ابتدا مسیر دیگری را انتخاب کردند. گروه «ویلی چکی» حرکت خود را از «سینک یانگ» چین آغاز کرده و پس از رسیدن به اردوگاه اصلی و استقرار در آنجا در ژانویه‌ی ۲۰۰۲ مسیر ژاپنی‌ها را انتخاب کردند و کمپ سوم خود را در ارتفاع ۷۲۰۰ متر برپا کردند ولی از این ارتفاع به بعد به علت وضعیت جوی فوق‌العاده سخت و مطرح شدن موضوع برگشت به اردوگاه اصلی، اعضای گروه در نهایت تصمیم گرفتند صعود خود را ناتمام گذاشته و برگردند ولی در اواسط ماه فوریه سه کوهنورد از این گروه تصمیم گرفتند طناب ثابت در ارتفاع بالاتر از ۷۲۰۰ متر را نصب کنند و ترتیب برقراری یک کمپ بالاتر از بارگاه سوم را نیز بدهند که بارگاه چهارم برای صعود آینده‌ی خود باشد. ارتفاع این بارگاه در ۷۶۵۰ متر در نظر گرفته شده بود و آنها پس از نصب طناب ثابت و برقراری بارگاه چهارم در

ادامه‌ی مسیر، مواجه با دیواره‌های یخی عظیم شده لذا برای صعود مسیر سمت چپ، این دیواره‌ی یخی را انتخاب کردند ولی در این ارتفاع نیز به علت شرایط نامساعد جوی نتوانستند بیشتر از آن صعود کنند. شرایط

اما سرما در آن منطقه حدود  $36^{\circ}\text{C}$  - رسیده لذا کازگان مبتلی به بیماری ریوی و بیماری آم.اس.AMS شد و حالش به وخامت گرایید. او در ابتدا نمی‌توانست حرکت کند حتی گفته‌های دنیس اوروبکو را نیز درک نمی‌کرد. در هر حال اوروبکو



## اولین صعود کوهنوردان امریکایی به قله K2

در سال ۱۹۳۹ اولین برنامه‌ی صعود به قله K2 توسط تیم کوهنوردان امریکایی انجام شد. در حقیقت این تیم سومین تیم صعود کننده به قله‌ی K2 به ارتفاع ۸۶۱۱ متر بود. آنها صعود خود را از طریق مرز چین و پاکستان برنامه‌ریزی کرده و آغاز کردند تا صعود را راحت‌تر انجام دهند. ولی در نهایت موفق به صعود کامل این قله‌ی خشن و پرخطر نشدند. عکسهایی که ملاحظه می‌کنید تصاویری است که پس از چندین ده سال یعنی از سال ۱۹۳۹ تا ۱۹۹۱ در منزل یک کوهنورد ۹۱ ساله به نام «چک دورانس» پیدا شده است. او یکی از اعضای تیم صعود کننده‌ی امریکا و تنها بازمانده از آن گروه است. تصاویر در سال ۲۰۰۳ به وسیله‌ی کامپیوتر بازسازی شده است. در این صعود یک کوهنورد امریکایی به نام «دادلی ولف» و سه شریای پاکستانی جانشان را از دست دادند. برنامه‌ی صعود کوهنوردان امریکا پانزده سال قبل از صعود موفق کوهنوردان ایتالیایی به نام «لینو لاسیدلی» و «آشیل کامپانونی» انجام گرفت.

## گزارش بررسی کوهنوردان کوهنورد و گزارشگر مجله آوت ساید همراه با فانم جردن درباره K2

در این مقاله «کوهنوردان» چنین آغاز می‌کند: «K2 کوهی برتر از تمام کوهها، تاریک‌ترین و مرگ‌آورترین کوه در سیاره‌ی زمین. اگر کوهنوردی هستید سخت کوش و با جرأت باید این را بپذیرید که هنگام صعود به این قله عدم موفقیت و شکست موجود است و آن تنها پاداشی است که K2 به کوهنوردان هدیه می‌کند. شما راضی باشید که موفق نشدید ولی هنوز زنده هستید.» برای رسیدن به مرکز منطقه مرتفعترین کوه

با کوشش فراوان توانست به او بفهماند که باید به ارتفاع پایین حرکت کنند. آنها برای فرود از طناب کوتاه پنج متری استفاده می‌کردند و در همین فرودهای کوچک کازگان چندین مرتبه تعادل خود را از دست داد. سرعت فرود آنها بسیار کند شده بود به گونه‌ای که برای ۱۰۰ متر فرود حدود ۴۵ دقیقه وقت خود را تلف کردند. در همین مدت «ویلی چکی» برای کمک به آن دو کوهنورد از کمپ سوم به بالا حرکت کرده و پس از ملاقات یکدیگر آنها به کمک هم «کازگان» را به کمپ یک انتقال می‌دهند و در آنجا با استفاده از کپسول‌های اکسیژن حال او کمی بهبود می‌یابد سپس به لهستان عزیمت می‌کند. در هر حال در زمستان ۲۰۰۲ نیز هیچ گروهی نتوانست قله‌ی K2 را فتح کند و K2 در زمستان این سال نیز دست نیافتنی باقی ماند.

نامساعد جوی یک هفته ادامه داشت و آنها در این مدت زمین‌گیر شده بودند. در ۲۵ فوریه یکی از این سه کوهنورد به نام «دنیس اوروبکو» از کشور قزاقستان که کوهنورد بسیار قوی نیز هست همراه با کوهنورد دیگر از لهستان به نام «مارسین کازگان» مسیر بارگاه چهار به بالا و تا ارتفاع ۷۷۵۰ متر را ادامه دادند و در مسیر صعود خود آثار و بقایای کمپ چهارم از صعود قبلی را که غیرقابل استفاده بود پیدا کردند. در هر حال آنها مجبور شدند در این ارتفاع با استفاده از یک چادر کوچک و یک کیسه خواب دو نفره در این چادر و این کیسه خواب مشترکاً شب‌مانی (بیواک) نمایند. هر چند آنها بدترین شرایط برای بیواک داشتند ولی اراده کرده بودند که با همین شرایط، فردا به قله صعود کنند. «ویلی چکی» در کمپ سوم منتظر آنها بود

در منطقه‌ی «بالتیستان» پاکستان که با قله‌ی اورست ۱۳۰۰ کیلومتر فاصله دارد. دو هفته باید صرف کرد. زمانی من به منطقه رسیدم که آخرین مهلت فصل صعود به قله‌ی K2 رو به اتمام بود. فقط یک گروه در این منطقه‌ی کوهستانی باقی مانده بود. در این گروه کوهنورد ۳۶ ساله مکزیکی به نام «هکتور پونسه د لئون» که توانسته است قله‌ی اورست را از دو جبهه‌ی شمالی و جنوبی صعود کند و نامزد او «آراسلی سگارا» ۳۳ ساله اسپانیایی و اولین زن کوهنورد اسپانیایی که قله‌ی اورست را صعود کرد و «جف رودس» ۴۹ ساله تهیه کننده‌ی فیلم‌های مستند کوهنوردی و راهنمای کوهستان در ایالت یوتا حضور دارند. این گروه نیز به علت شرایط جوی بسیار بد مجبور شدند از ارتفاع ۷۰۰۰ متری به علت خستگی مفرط به اردوگاه بازگردند. اردوگاه دارای چشم‌اندازی است با رنگ سفید نقره‌ای کم رنگ همراه با سنگ‌های شکسته شده که بر روی رودخانه‌ای از یخچال‌های روان قرار دارد. اردوگاه اکنون تقریباً متروکه شده و به جز چند باربر پاکستانی و یک روزنامه نگار و محقق زمین‌شناس ۴۵ ساله‌ی امریکایی به نام خانم «جنیفر جردن» که از ماه جون در منطقه اقامت دارد و در مورد پنج زن کوهنورد که توانستند قله‌ی K2 را فتح کنند تحقیق می‌نماید.

تقریباً دیگر کسی باقی نمانده است از میان این پنج زن کوهنورد فقط یکی زنده مانده است و چهار نفر از آنها در قید حیات نیستند. پس از صحبت‌های اولیه با ایشان در آغاز ما کمی راجع به تاریخچه‌ی K2 صحبت کردیم. موضوعی که خانم جردن عمیقاً در آن بررسی و تحقیق می‌کند. ایشان از من سوال کرد آیا تمایل دارم ضمن گفتگو به منطقه‌ای که اغلب کوهنوردان در آن جان باختند گشتی زده شود. او این گشت را «گشت منطقه‌ی مرده‌ها» نامگذاری کرده است. ما ابتدا از یخچال «گودوین آستین» شروع کردیم یخچالی که قسمت اعظم پایه‌ی جبهه‌ی جنوبی قله‌ی K2 را تقریباً پوشانیده و مانند آن است که این یخچال آنها را در این محل محدود کرده است. هنگام گشت، خانم جردن درباره‌ی بررسی‌های انجام شده پس از مرگ هر کوهنورد صحبت کرد کوهنوردانی که خاطره‌ی مرگ هر یک از آنها او را بسیار ناراحت و پریشان

می‌کرد. او می‌گفت یالها و پرتگاه‌های این قله دارای شیب‌های تند هستند و جان باختگان پس از مرگ در محل خود باقی نمانده و در همان محل در زیر برفها دفن نمی‌شوند بلکه اغلب آنها به وسیله‌ی بهمن یا همراه با ریزش برفها و یا آبشارهای سنگ از محل کنده شده و همراه با سنگ و یخ و برف تا منطقه‌ی یخچالی به پایین غلتانده می‌شوند و زمانی که جسد کوهنورد به این منطقه می‌رسد یخ و برف و سنگ ریزه‌ها مانند یک لفاف تمام بدن آن را پیچانیده است و در نتیجه این عوامل لباسهای کوهنورد را پاره پاره و تکه تکه می‌کند و حتی بدن کوهنورد نیز در این غلتک‌های برف، ممکن است قطعه قطعه شود. خانم جردن طی تحقیقاتی که روی جسد‌های کوهنوردان در منطقه انجام داده است می‌گوید مثل آن است که آنها را داخل دستگاه مخلوط کن قرار داده شده‌اند. اغلب بدن‌ها خرد شده‌اند. ما به اطراف یک شکاف کم عمق که در نهایت به یک حوضچه‌ی آب یخ زده ختم می‌شود می‌رسیم خانم جردن می‌گوید «بدترین و شدیدترین حوادثی که یک کوهنورد با آن مواجه می‌شود بهمن است.» بهمن‌هایی که از ارتفاع بالا سرازیر می‌شود دارای انرژی بسیار زیادی است. بعضی مواقع این بهمن‌ها اجساد کوهنوردان را به یخچال‌ها کوبیده و سبب متلاشی شدن و یا در هم پیچیدن اجساد آنها می‌شود و وقتی که در تابستان هوا گرم می‌شود شماری از اجساد کوهنوردان در اثر آب شدن بهمن‌ها در ارتفاع پست پیدا می‌شود و تقریباً همگی آنها بدون سر هستند. زیرا در این برخورد، گردن کوهنورد آسیب پذیرترین قسمت ارتباطی سر و بدن انسان است. اغلب در میان برفها و یخ‌های ذوب شده پاهای قطع شده از بدن و به میزان کمتر دستان و بازوان جدا شده از بدن کشف می‌شوند. سال ۲۰۰۲ دارای تابستان گرم بوده است و در این تابستان پس از ذوب یخها و برف‌های فشرده بدن‌های بدون سر پیدا شدند. خانم جردن شش هفته قبل از ملاقات من با ایشان نشانه‌هایی از جسد دادلی ولف که در سال ۱۹۳۹ جزو اعضای کوهنوردان امریکا و اولین کوهنوردی که در مسیر صعود به قله‌ی K2 جانش را از دست داده بود کشف کرد. دادلی ولف قصد داشت با صرف هزینه‌ی گزاف و همراه با تعداد زیادی کوهنورد و باربر (به عکس‌های آن زمان

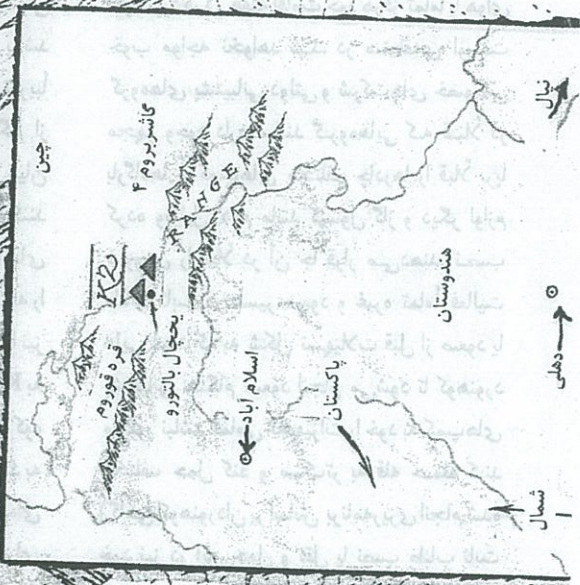
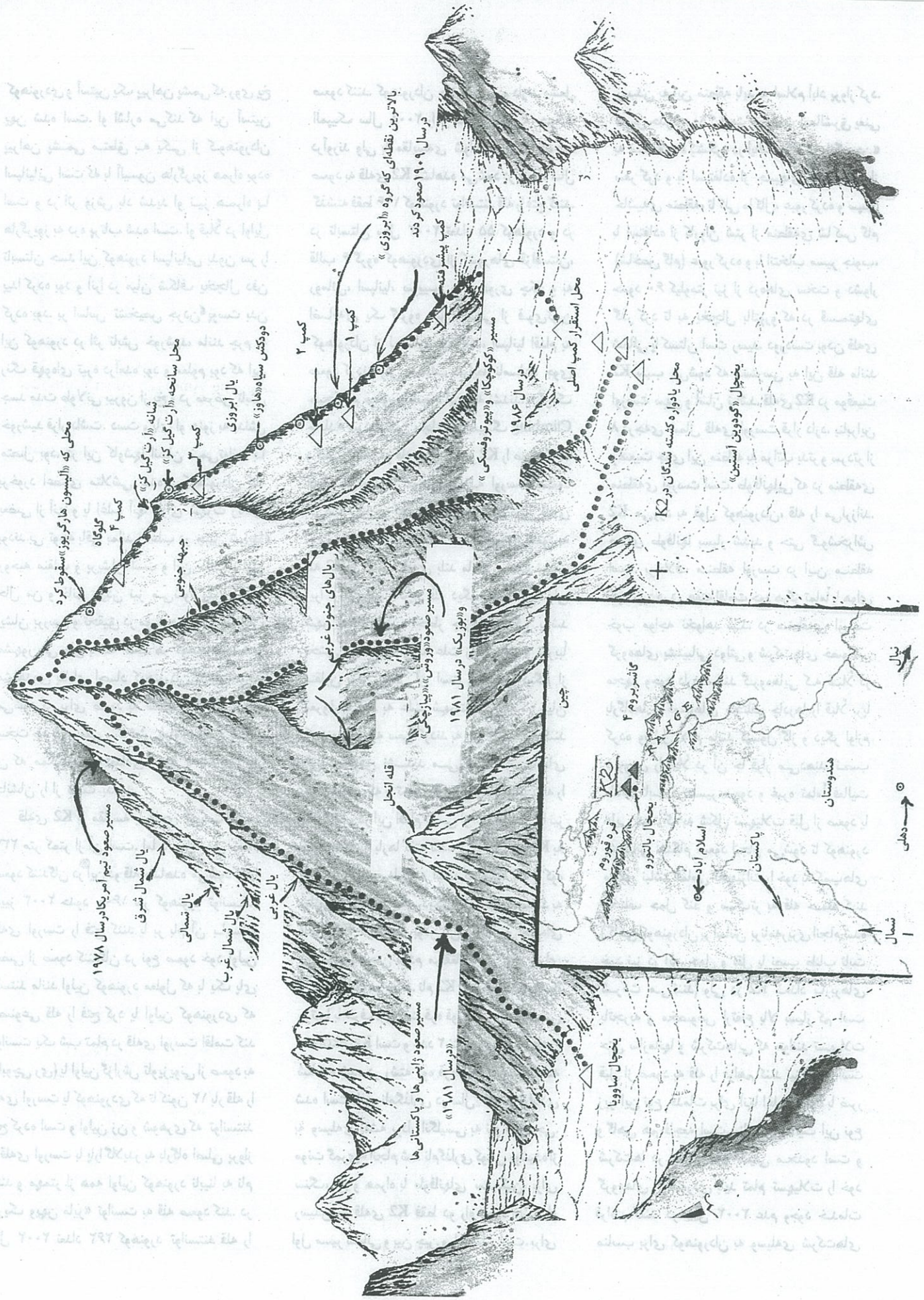
توجه شود) به قله صعود کند ولی آنها نتوانستند بیش از ارتفاع ۷۶۰۰ متر از طریق یال جنوبی صعود کنند او همراه با سه شریک پاکستانی که سعی داشتند او را نجات دهند در میان یخچالها ناپدید شدند. خانم جردن طی بررسی‌هایی که انجام داده بود بعضی از وسایل دادلی ولف را در میان برف‌های ذوب شده و خرده سنگ‌های میان برفها پیدا کرده بود که شامل یک عدد دستکش چهار انگشتی که نام دادلی ولف بر آن دوخته شده بود و تعداد سی قطعه از دنده‌ها و مهره‌های ستون فقرات او که در کنار دستکش قرار داشت. در طی ۶۴ سال این اشیای کشف شده حدود ۱/۵ کیلومتر که برابر با نصف طول یخچال «گودوین آوستین» است جابجا شده بودند یعنی حدود ۱۰ سانتی متر در هر روز حرکت کرده تا آن که در سطح برف ظاهر شده بودند. ما صحن گشتهای متوالی که داشتیم ناگهان توجه خانم جردن به یک تکه پارچه‌ی صورتی رنگ معطوف شد که به تازگی در اثر ذوب یخ از آن بیرون آمده بود. او ناگهان فریاد برآورد که این تکه لباس «آلیسون هارگریوز» است زیرا هیچکس به جز او لباس به رنگ صورتی نپوشیده بود. این پارچه قسمتی از پیراهن هارگریوز بود که در سال ۱۹۹۵ پس از فتح قله‌ی K2 دچار سانحه شده بود. آلیسون هارگریوز یکی از زنان کوهنورد بسیار قوی بود این کوهنورد ۳۳ ساله توانست در سال ۱۹۹۵ قله‌ی اورست را بدون استفاده از کپسول اکسیژن و به تنهایی صعود کند. سپس به قله‌ی K2 رو آورد و هدف او پس از فتح قله‌ی K2 قله‌ی «کان چن چونکا» بود یعنی سه قله در یک سال او قله‌ی K2 را در سیزدهم اگوست ۱۹۹۵ و در شرایط جوی خوب و آسمان صاف فتح نمود. اما هنگام برگشت همراه با پنج کوهنورد دیگر و در اثر وزش باد بسیار شدید از زمین کنده شده و به طرف دیگر یال پرتاب شدند. خانم جردن به انبوه تکه‌های یخچالهای عظیم اشاره کرده و مسیر سقوط احتمالی هارگریوز را به من نشان می‌دهد و اضافه می‌کند شاید ما اکنون درست در بالای سر جنازه‌ی هارگریوز مدفون در یخها ایستاده باشیم. در هر حال ما راه خود را ادامه می‌دهیم و به بعضی از نشانه‌های وسایل کوهنوردان که در زیر آفتاب خشک شده‌اند برخورد می‌کنیم مانند چند تا میخ سنگ نوردی یک سیلندر اکسیژن یک لنگه کفش

کوهنوردی و آستین یک پیراهن پشمی که روی یخ پهن شده است. او اشاره می‌کند که این آستین پیراهن پشمی متعلق به یکی از کوهنوردان اسپانیایی است که با آلیسون هارگریوز همراه بوده است و در اثر وزش باد شدید او نیز همراه با هارگریوز به دره پرتاب شده است. او قبلاً در اوایل تابستان جسد این کوهنورد اسپانیایی بدون سر را پیدا کرده بود و آنرا در میان شکاف یخچال دفن کرده بود. بر اساس تشخیص جردن، پوست بدن این کوهنورد در اثر تابش خورشید، مانند چرم به رنگ قهوه‌ای تیره درآمده بود و معلوم بود که این جسد مدت طولانی بیرون از یخ و در معرض تابش خورشید قرار داشت. دست و پای او هنوز به بدنش متصل بود. در این کاوشها انسان نمی‌تواند با برخورد اعضای متلاشی شده‌ی کوهنوردان که بعضی از آنها و یا اغلب آنها دارای شهرت زیادی بودند بی توجه باقی بماند و اغلب در چنین شرایط، روحیه منقلب و پریشان است و این حالت شامل حال من و خانم جردن نیز می‌شود ولی هدف ایشان بررسی و تحقیق در مورد همین کوهنوردان مشهور ولی جان باخته است. هر کوهنورد جدید با مشاهده‌ی بقایای اجساد کوهنوردان قدیم متوجه می‌شود که برای صعود به قله‌ی K2 باید جان سخت بود باید سعی و کوشش فراوان نماید ضمن آن که ممکن است تعدادی موفق و تعدادی نیز جانشان را از دست بدهند.

قله‌ی K2 با مقایسه با قله‌ی اورست حدود ۲۳۷ متر کمتر از آن است. اما با مقایسه‌ی تعداد صعود کنندگان در این دو قله مشاهده می‌شود که تا پاییز ۲۰۰۳ حدود ۱۶۰۰ نفر کوهنورد توانستند قله‌ی اورست را فتح کنند یا بر بام آن بایستند بعضی از صعود کنندگان در نوع صعود خود اولین هستند مانند اولین کوهنورد معلول که با یک پای مصنوعی قله را فتح کرد یا اولین کوهنوردی که توانست یک شب تمام در قله‌ی اورست اقامت کند (بابوچی ری) یا اولین گزارش‌دهنده‌ی تولد یونی از صعود به قله‌ی اورست یا کوهنوردی که تا کنون ۱۲ بار قله را فتح کرده است و اولین زن و شوهری که توانستند از قله‌ی اورست با پاراگلایدر به بارگاه اصلی پرواز کنند و مهمتر از همه اولین کوهنورد نابینا به نام «اریک ویهن مایر» توانست به قله صعود کند. در سال ۲۰۰۲ تعداد ۲۶۲ کوهنورد توانستند قله را

صعود کنند. کوهنوردان چینی تصمیم دارند مشعل المپیک سال ۲۰۰۸ را از قله‌ی K2 به حرکت درآورند ولی با مقایسه‌ی شواهد و آمار موجود صعود به قله‌ی K2 مشاهده می‌شود در پنجاه سال گذشته فقط ۱۹۶ کوهنورد توانستند قله را فتح کنند. در تابستان سال ۲۰۰۲ تعداد ۵۵ کوهنورد و در قالب ۶ گروه کوهنوردی از کشورهای قزاقستان، رومانی، اسپانیا، سوئیس و جمهوری چک و به اضافه‌ی یک گروه بین‌المللی از قوی‌ترین کوهنوردان از لهستان، مکزیک، اسپانیا اقدام به صعود کردند ولی به علت شرایط نامساعد جوی هیچکدام موفق به صعود این قله نشدند. «گریک چاپل» سردبیر فنی مجله کلایمینگ Climbing و کسی که هر دو قله‌ی اورست و K2 را صعود کرده است می‌گوید: «کوهنوردان به اورست صعود می‌کنند زیرا هر کدام از آنها معنی بالاترین قله‌ی روی زمین را درک می‌کنند اما وسوسه‌ی صعود به قله K2 یا دومین قله‌ی بلند مانند اورست نیست زیرا در این‌جا بالاترین قله دیگر معنی ندارد. ولی شهرت K2 باید به خاطر چیزهای دیگر باشد بخشی از شهرت آن به علت زیبایی قله و تقریباً متقارن بودن شکل آن است و بخشی دیگر از معروفیت K2 به علت شهرت بدی که در میان کوهنوردانی که سعی کردند به این قله صعود کنند ولی موفق نشدند می‌باشد.» داستانهای کوهنوردانی که با تمام قوا سعی کردند تا این قله را فتح کنند و در این اقدام بعضی از آنها جانشان را نیز از دست دادند بارها گفته شده است بنابراین K2 به این معروفیت پیدا کرده است که «K2 قله و کوه آماتورها نیست». یکی دیگر از مشکلات صعود به قله‌ی K2 دوردست بودن آن است. به اندازه‌ی دوردست که حتی مردم مرتفعات بالتی نامی برای آن تعیین نکرده بودند. نام K2 از دو حرف و عدد Karakoram است و عدد ۲ نشانه‌ی دومین قله‌ی شناخته شده در رشته کوه قره قورم در نظر گرفته شده است. این نامگذاری در سال ۱۸۵۶ میلادی به وسیله‌ی نقشه بردار انگلیسی به نام «تی. جی. مونت گمری» انجام شد. نام‌گذاری کوهی پوشیده از سنگ، یخ و همراه با طوفانهای سهمگین، برای رسیدن به قله‌ی K2 فقط دو راه وجود دارد. راه اول مسیر شمالی و بین چین و پاکستان است. برای

رسیدن به این منطقه باید به اسلام آباد پرواز کرد. سپس حدود ۸۰۰ کیلومتر به سمت شمالشرق یعنی به منطقه‌ی «کیشگر» در ایالت «ژینگ یانگ چن» سفر کرد و با استفاده از جیبهای صحرایی از حاشیه‌ی منطقه، تا کلی ما کال، عبور کرده و سپس با استفاده از کاروان شتر از منطقه‌ی شاگس گام (شاخص گام) عبور کرده و با انتخاب مسیر جنوب، حدود ۶۰ کیلومتر نیز از دره‌های سخت و دشوار گذر کرد تا به یخچال باتورو که در قسمتهای شمالی پاکستان است رسید. دوردست بودن قله‌ی K2 سبب می‌شود که دسترسی به این قله مانند اورست سهل و آسان نباشد. قله‌ی K2 در موقعیت ۸ درجه‌ی شمال قله‌ی اورست قرار دارد. بنابراین وضعیت جوی این منطقه به مراتب بدتر و سردتر از منطقه‌ی اورست است. طوفانهایی که در منطقه‌ی K2 می‌وزد به قول کوهنوردان، قله را می‌لرزاند. صدای طوفانها بسیار شدید و حتی گوشخراش است. برخلاف منطقه اورست در این منطقه کوهنورد در دو هفته اقامت خود هرگز تماماً با هوای خوب مواجه نخواهد شد. در منطقه‌ی اورست گروه‌های پشتیبانی دولتی و شرکت‌های خصوصی مجهز وجود دارد مانند گروه‌هایی که قبلاً در بارگاه‌ها یا کمپ‌های مختلف چادرها را قبلاً برپا کرده و وسایل لازم مانند کپسول گاز و دیگر لوازم ضروری را قبلاً در آن جا قرار می‌دهند. نصب طناب ثابت در مسیر صعود و غیره تماماً فعالیت‌هایی است که به شکل تسهیلات قبل از صعود یا پشتیبانی هنگام صعود انجام می‌شود تا کوهنورد مجبور نباشد تمامی تجهیزات را خود به کمپ‌های مختلف حمل کند و سبک‌تر به قله حمله کند (گاهی کوهنوردان بر اساس برنامه‌ریزی انجام شده خود نیز در این حمل و نقل یا نصب طناب ثابت شرکت می‌کنند) ولی در K2 تعداد باربرهای باتجربه و مخصوص ارتفاع بالا بسیار کم است حتی سازمانها و شرکت‌هایی که بتوانند تسهیلات قبل از صعود به قله را فراهم کنند نیز اندک است زیرا این نوع خدمات برای آنها اغلب همراه با ضرر و گاهی هم فاجعه است. بنابراین فعالیت این نوع شرکت‌ها در این منطقه خیلی محدود است و گروه‌های کوهنوردی باید تمام تسهیلات را خود فراهم کنند. در سال ۲۰۰۲ عدم وجود خدمات مناسب برای کوهنوردان به وسیله‌ی شرکت‌های



بالا ترین نقطه‌ای که گروه «بروزی» در سال ۱۹۵۹ صعود کردند

کیمپ پیشرفت

محل استقرار کیمپ اصلی

مسیر «گودوین آستین» و ژیمپور تر و فسکی»

در سال ۱۹۸۶

محل یادواره کشته شدگان در K2

پنجخال «گودوین آستین»

محل ساخته «آرت کیمپ کن»

پال آپروزی

دودکش سیاه‌هاوز»

کیمپ ۱

کیمپ ۲

کیمپ ۳

کیمپ ۴

محلی که «الیسون هارگریو» سقوط کرد

جبهه جنوبی

پال‌های جنوب غربی

مسیر صعود «ووروس» «پیاوچکی»

و «نوریک» در سال ۱۹۸۱

قله آنجل

مسیر صعود ژاپنی‌ها و پاکستانی‌ها

در سال ۱۹۸۱

پال شمال شرق

پال شمال غرب

پال شمال غرب

پال شمال شرق

مسیر صعود تیم امریکاد در سال ۱۹۷۸

صعود کننده سبب مرگ کوهنورد آلمانی به نام «کلاوس گروس» شد. او یکی از ده کوهنورد مشتری یک شرکت کوهنوردی سوئیسی - آلمانی بود. آنها طی قرارداد و با دریافت مبالغ زیاد موظف به ارائه خدمات و راهنمایی لازم هنگام صعود کوهنوردان هستند ولی در قله‌ی K2 تسهیلات به حداقل خود می‌رسد و «کلاوس گروس» پنجاه و سومین کوهنوردی بود که جان خود را در راه صعود به قله از دست داد.

در سال ۲۰۰۰ مجله‌ی کلپ کوهنوردی امریکا The American Alpin Club بررسی در صعودهای بین سالهای ۱۹۷۸ تا ۱۹۹۹ (تقریباً ۲۰ سال) انجام داد. در این مدت فقط ۲۹ کوهنورد توانستند قله را صعود کنند. از میان این ۷ کوهنورد پس از صعود و فتح قله در اثر وقوع حادثه مانند طوفان و وزش باد بسیار شدید جانشان را از دست دادند مانند «آلیسون هارگریور» و همراهان او یعنی تقریباً از هر ۶ کوهنورد صعود کننده یک نفر فوت کرده است. پروفیسور «رایموند هیو» استاد دانشگاه واشنگتن که در زمینه‌ی صعود به قله‌ی K2 و دلایل مرگ و میر در این منطقه تحقیق می‌کند می‌گوید: این شبیه شرط‌بندی خطرناک و مرگ آور «رولور روسی» است (در این شرط‌بندی شخص، یک گلوله داخل سلاح کمری شش لول قرار داده و پس از چرخاندن مخزن گلوله، اسلحه را روی شقیقه‌ی خود شلیک می‌کند. بازنده، جانش را از دست می‌دهد و برنده مبلغ کلان شرط بندی را). ولی نسبت مرگ و میر کوهنوردان در قله‌ی اورست کم است یعنی از هر ۱۲ کوهنورد صعود کننده فقط یک نفر جانش را از دست می‌دهد. این نسبت در میان کوهنوردان واقعاً مایوس کننده است. به ویژه کوهنوردانی که جانشان را از دست داده‌اند اغلب از کوهنوردان برجسته بودند و تجربیات آنها هنگام صعود به قله‌ی K2 بیشتر از صعود به اورست بوده است. «جیم کوران» نویسنده‌ی کتاب «داستان کوه وحشی و آدم‌کش» Story of the savage mountain کوهنورد می‌تواند در اطراف اردوگاه اصلی اورست قدم بزند حتی تا فاصله‌ی چهار ساعت از اردوگاه دور شود و مانند توریست‌ها روی چمن‌های اطراف ناهارش را صرف کند،

چای و قهوه بنوشد و به آرامی به اردوگاه برگردد ولی باید توجه داشت K2 فقط بر پای خودش استوار است و نزدیک شدن به آن خیلی سخت است و از دور مانند دژی است غیرقابل دسترسی. اینها مواردی است که کوهنورد از همان اول با دیدگاه غیر از اورست به آن توجه می‌کند و از اول تصور می‌کند دسترسی به آن باید خیلی سخت باشد. وقتی کوهنوردان یا کوه‌پیمایا وارد منطقه‌ی «کنکوردیا» می‌شوند مواجه با، باشکوه‌ترین، با عظمت‌ترین آمفی تاتری می‌شوند که به وسیله‌ی کوه‌های بلند احاطه شده است. یک مجتمع بسیار بزرگ از یخ‌های بزرگ به شعاع نه کیلومتر در اطراف اردوگاه اصلی قرار دارند. در منطقه‌ای که یخچال بالتور و علیا - یخچال «گودوین اوستین» با هم تلاقی می‌کنند و «یخچال کنکوردیا» در میان تاج قزووروم احاطه شده است و «برودپیک» - «گاشربروم یک» - «گاشربروم دو» جزو چهارده قله‌ی بالاتر از ۸۰۰۰ متر هستند، در این منطقه قرار دارند. با نگاه به سمت شرق یال، راه لاداخ مشاهده می‌شود که از یخچال سیاچن سربرافراشته است و خط پیشرفت مرز هندوستان و پاکستان را ایجاد کرده. اگر هوا صاف و مساعد باشد کوهنورد در اولین نگاه می‌تواند قله‌ی K2 را درست در سمت شمال مشاهده کند. درخشان، با عظمت و غول پیکر. رینهولدا مسنر که در سن ۵۹ سالگی به عنوان بزرگترین کوهنورد قرن بیستم معرفی شده است. در سال ۱۹۷۹ پس از اتمام صعود خود به قله‌ی K2 نام این کوه را زیباترین کوه در تمامی کره‌ی زمین و آب‌کوه در میان کوهها نامیده است. به نظر مسنر K2 زیباترین کوهی است که یک هنرمند آنرا طراحی کرده است. در منطقه‌ی هیمالیا کوه‌های بسیاری هستند که دارای دیواره‌های بسیار دشوار و سخت‌تر از K2 هستند و برای صعود آن کوهنورد باید بالاترین تکنیک‌های صعود را به کار آرد. ولی K2 مانند گاشربروم چهار به ارتفاع ۴۰۰۰متر و قله‌ی «اوگر» به ارتفاع ۷۹۰۰متر دارای مسیرهای سخت می‌باشند ضمناً بلندترین قله در منطقه هم است. «جیم ویکرز» کوهنورد ۶۳ ساله‌ی امریکایی و عضو اولین گروه صعود کننده

کوهنوردان امریکایی توانست در سال ۱۹۷۸ قله‌ی K2 را فتح کند می‌گوید: وقتی شما در ۵۰۰۰ متری این منطقه بایستید می‌توانید تا قله‌های ۸۰۰۰ اطراف را در دوردست مشاهده کنید. هر دو قله نیز در منطقه‌ی قره قورم قرار دارند. سختی مسیر K2 مانند این دو قله است به اضافه‌ی ارتفاع بلند آن و K2 این ویژگی را دارد مانند یال آبروزی: یال آبروزی هرگز برای کوهنورد جایی برای جبران خطا باقی نگذاشته است. در مسیرهای این یال اگر کوهنورد خطا کند جریمه‌ی آن از دست دادن جانش است. یال آبروزی در سمت جنوب شرقی قله قرار دارد. این یال در سال ۱۹۰۹ به وسیله‌ی شاهزاده‌ی ایتالیایی «لویجی آمادئو ساووی» معروف به «دوک آبروزی» که توانست تا ارتفاع ۹۰۰۰متری صعود کند نامگذاری شد. شیب این یال تقریباً ۲۰ درجه از شیب گردنه‌ی جنوبی اورست بیشتر است. دوک آبروزی در سال ۱۹۰۹ این یال را شناسایی کرده و توانست تا ارتفاع ۹۰۰۰متر صعود کند یعنی ارتفاع تقریبی بارگاه اول ولی بالاتر از ارتفاع برای گروه امکان نداشت بنابراین عملیات متوقف شد و آنها از همین ارتفاع به پایین مراجعت کردند. اگر کسی در آن زمان مدعی می‌شد که به قله‌ی K2 صعود کرده است دوک آبروزی جواب می‌داد فقط یک خلبان می‌تواند از فراز قله‌ی K2 عبور کند ولی یک کوهنورد هرگز نمی‌تواند آنرا صعود کند. اما در سی و یکم جولای ۱۹۵۴ دو کوهنورد ایتالیایی به نام‌های «لینولاسیدلی و آشیل کامپانونی» با کمک «والتر بوناتی» و یک کوهنورد پاکستانی توانستند با استفاده از مسیر یال آبروزی قله‌ی K2 را برای اولین فتح کنند. در سالهای بعد کامپانونی در سخنرانی‌های خود اظهار داشت که او در نزدیکی‌های قله صدایی را می‌شنید که او را به سمت قله فرا می‌خواند. [این توهمات برای کوهنوردان دیگر مثل مسنر یا هرمان بول فاتح نانگاپاربات و دیگران نیز رخ داده است.]

وقتی کامپانونی به نزدیک قله رسیده بود قطر آب یخ زده‌ای در زیر چشم خود احساس کرده بود و می‌گوید «به نظرم آمد من دارم گریه می‌کنم، ادامه در صفحه ۸۰»

تو همین روزهای سرد پاییز بود که خبری کوتاه به گوشم زنگار بست. زنجان، غار، اکتشاک و باز به چیزی می‌خوره افتاد به جون ما و دنبال آدرس که معلوم شد اعضای گروه قبلاً به منطقه رفته‌اند، و نتوانسته‌اند دهانه‌ی غار را پیدا کنند. وسایل لازم معیاگر دید و اما اجرای برنامه که با این مشکلات زندگی کار شاقیه.

تا این شد که یک روز به آخر هفته مانده، دهم دی با خودروی جیبی یکی از هموردان سه نفری گریز زدیم به سوی گردنه‌ی تودرتوی طارم بازبایی‌های بی‌نظیر این فصل و فرود آمدیم به دامان سبز گیلوان در کنار درختان زیتون که مثل دل پاک اندیشان همیشه سبزه.

# غار هزار رود

قلعه‌ی حسن صباح

رفتیم به سوی آخرین آبادی «هزار رود، محله حیاط» به ارتفاع ۸۲۵ متر که هر دو بعد از زلزله‌ی دلخراش رودبار جان و مکان تازه یافته‌اند با مردمی به پاکی رود، ساده و بی‌ریا چون جوشش چشمه‌ها.

راستش یک آن گیج و منگ شدم و ذهنم رفت به افق دوردست، به «بم»، به زلزله و آن مصیبت بزرگ که بر ملت ما رسید و درصد زیاد خرابی که به علت ساخت و ساز نامناسب و غیراصولی عنوان شد و اینکه تا به کی باید این واژه‌ی دردآور «آزموده را آزمودن خطاست» را تکرار کنیم. راستی چقدر باید هزینه بشه تا این خونه‌ها درست و اصولی بنا بشن تا اون موقع دیگه دلمون نلرزه از یه زلزله‌ی چند ریشتری.

رسیدیم به آخرین خشتی‌های مُنهدم شده و جویای مدد، تا بلکه ما را راهنمایی کنند و ببرند به دامان هر آنچه دیدنی است، جوانی رعنا با ما هم گام شد که چه عزیز بود این عزیزی از کنار جویبار آرام اوج گرفت چونان کبکی زیبا و دلفریب.

به یاد آورای کبک دری

که چون بر سر خاک من بگذری

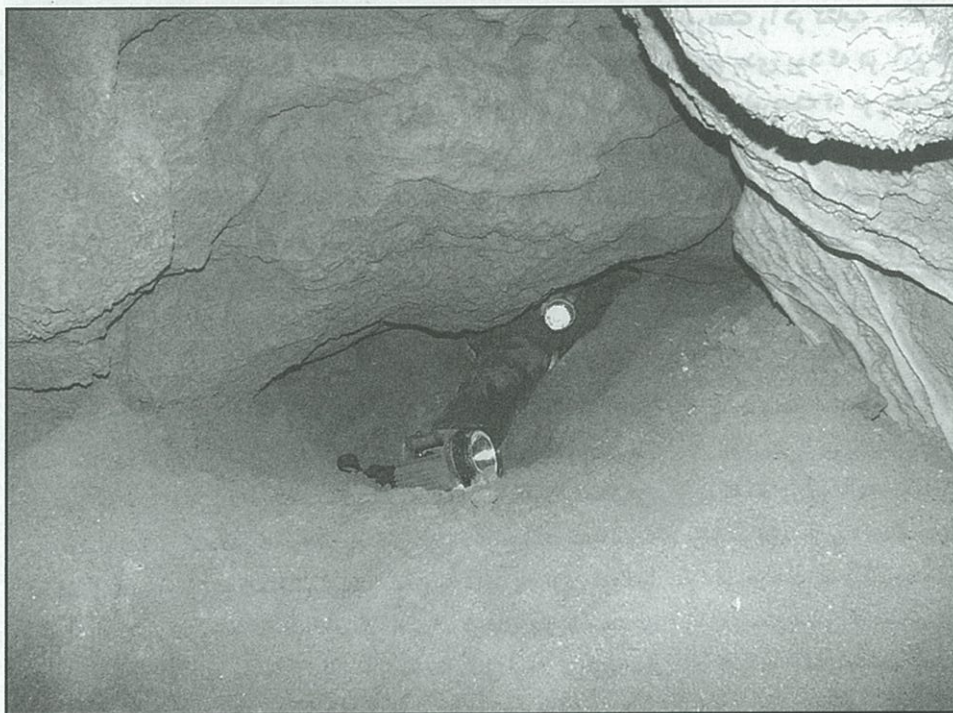
می‌رفت و ما از پی‌اش دوان از لابلای درختان زیتون و یا اناری که تک و توک میوه‌ای بر آن خجولانه لبخند می‌زند و یا سبزینه‌هایی که علیرغم حاکمیت سرما هنوز بوی رایحه‌ی بهار میدن و زندگی در اون با شور در جریان، ما را دو ساعتی برد به سوی ۴۰ درجه‌ای شمالی بر خلاف جریان رود تا جایی که تنگه‌ای سنگی راه را بر ما بست و این بار راهنما مُدبرانه از سینه کیش کوه، دیواره بلند را دور می‌زنه و به سمت غرب و جنوب غربی از میان درختان سرو و بوته‌های جنگلی بر بلندای سختون‌ها



تالار بالایی می‌باشد در انتها دارای استالاکتیت و استالاکتیت‌های زیبایی به اشکال مختلف می‌باشد، قدری پایین‌تر رفته خود را به پایین چاهی که از بالا دیده بودیم رسانده، هر گوشه‌ای را کنجکاوانه سر می‌زنیم و آثاری که ما را پایین‌تر برد پیدا نکرده، بستر مملو است از خاک رُس نرم که بر اثر بارش‌های فصلی انباشته شده، حدود ۱۰۰ متر ارتفاعی از دهانه‌ی غار پایین آمدیم که حدوداً دو ساعت زمان برد. درجه حرارت غار بین ۱۰ تا ۱۵ درجه متغیر، فعال بدون حوضچه‌های آب، بافت خاک این منطقه آهکی و جزو خط الرأس البرز غربی می‌باشد.

### همه خاک مرا برده باد

نکرده ز من هیچ هم عهد یاد  
در پایان این روز دل‌انگیز لازم می‌دانم تشکر خود و دیگر اعضای گروه را از برخورد و همکاری صمیمانه‌ی مردم با صفای «محلّه حیات» اعلام کنم خصوصاً خانواده‌ی محترم عزیزی. در آخر لازم است متذکر شوم که محلی عنوان نمودند این غار از پایین دره به بالا راه داره که ما موفق به یافتن راه آن نشدیم. Δ



دیگر اعضای گروه اورست زنجان:

محمد میربها، محسن محمدی

## بهار تولد زندگی و زیبایی هاست

می‌پیچد و به سخن می‌آید. اون دره‌ای که بالا اومدیم «موچانه» و اون گردنه هم به همین نام معروف که بالا دستش همان قله‌ای که داره آسمون رو ناز می‌کنه «آسمان کوهه» (۲۷۲۳ متر) که نگهبان ماسوله زیباست. و اون دره‌ای که از کنارش بالا آمدیم «سیبی جا» نام داره و اون قسمتی که آجر و گچ ریخته شده بود حمام و کوره بود که متعلق به مبارزان اسماعیلی می‌باشه و این روزنه هم همان غار و محل امن آنهاست و در دره‌ای که بالا کشیدیم آثار بنایی که با ساروج و گچ بود گویا عبادتگاه آنها بوده که فقط آثار و یاد آن مانده به جا.

### ز سنگ و ز گچ بود بنیاد کار

چنین کرد تا باشد آن پایدار

گفت و ایستاد خیره شد! خیره، تو گویی او هم از این زخم‌ها و تخریب نابخردانه این آثار دلش خون است که بی حساب و کتاب هر جایی را حفر و ویران می‌کنند، بگذریم بهتره دل خوش کنیم به این روزن کوچک به دنبال ناشناخته‌ها.

### بیستون ماند و بناهای دگرگشت خراب

این در خانه‌ی عشق است که باز است هنوز

ارتفاع ۱۳۴۵ متر و ما با سه ساعت راهپیمایی به اینجا رسیدیم، برای داخل شدن به غار با گرای ۲۸۳ درجه‌ی غربی آماده می‌شویم. با چراغ و وسایل قصد رفتن داریم، نمی‌شود نشسته وارد شد پس به سینه خیز متوسل می‌شویم اول با پا و بعد با سر فرو می‌رویم که با دقایقی تلاش و تقلا در حالی که فشار زیادی را تحمل کردیم به محوطه‌ای بازی می‌رسیم، در سکوت و تاریکی به دنبال نور، که چشم و دلمان روشن می‌شود، چه سخاوتی! چه عظمتی! هیچانی وصف‌ناپذیر بر ما مستولی می‌شود، نور بیاورید که در را باید در ظلمت جُست، می‌نشینیم بر زمین دست می‌کشیم، هَنو بوی شجاعت، عشق و مردانگی می‌ده بوی صبح و یاران...

از تالار اول با شیئی تند پایین می‌رویم و چیزی که دل را به درد می‌آره تخریب بی‌رحمانه‌ی قندیل‌ها و زباله‌های اطراف که مشاهده میشه به چاه ماندنی می‌رسیم که دو راه داره یکی راست که تنگ و طول زیادی دارد دیگری که مقابل ماست و با سنگنوردی میشه فرود طبیعی رفت و ۵ متری پایین‌تر به محل راحتی رسید که از اینجا دیگر آثار عبور مشاهده نگردید مگر کهنه و چوب سوخته که پرت شده بود. این تالار که در واقع ادامه‌ی همان

## قسمت دوم

# در هوای رقیق

● نوشته جان کراکوتر

ترجمه فاطمه تیموری

مقدمه مترجم:

دلیل انتخاب کتاب برای ترجمه نگاه عاقلانه و نه صرفاً عاشقانه‌ی عاشقان صعود به کوه‌های رفیع بود. این کتاب ابعاد مقلفی دارد زیرا نه فقط به مسئله‌ی تکنیکی صعود بلکه به دیگر ابعاد آشکار و پنهان انسان نیز می‌پردازد و بی‌طرز چشمگیری ابعاد ناشناخته و بی‌پاسخ انسان را در شرایطی بس بزرگی به تصویر کشیده است. چندملیتی بودن اعضای گروهها بر این جنابیت افزوده است. زبان کتاب همواره زبان عاشق، و عشق به طبیعت و زندگی باقی می‌ماند. یأس در آن راهی ندارد و کلامش مهرآمیز است. و آخر اینکه در گزارش این صعود مرکب بسیار واقعگرایانه عمل می‌کند و نه صرفاً از روی شیفتگی. شاید هم مانند در کفه‌ی عقل است که او را از مرکب نجات می‌دهد ولی به چه بهایی؟

معرفی نویسنده:  
کتاب «در هوای رقیق» نوشته‌ی جان کراکوتر در سال ۱۹۹۲ توسط انتشارات ویلارد در نیویورک منتشر شد.

کتاب «در هوای رقیق» یک گزارش شفاهی از فاجعه‌ی اورست است. در مقدمه‌ی کتاب، او که مأمور تهیه‌ی گزارش صعود به اورست برای مجله‌ی آوت ساید بود همراه گروه نیویورکنی به سرپرستی راب هال عازم هیمالیا شد و بی‌نویسند چهار تن از پنج نفر هم گروه من که به قله صعود کردند از جمله راب هال، در یک طوفان مرکب‌باران بافتند زمانی که من به کمپ اصلی رسیدم ۹ تن دیگر از اعضای چهارگروه صعودکننده جان باخته بودند.

در زمستان و به دور از کوهها، من عکس تازی از اورست را در کتاب «شگفتی‌ها، اثر در چهاردهالی بر تن Richard Hallibutton» کشف کردم. این عکس کپی بدی بود که در آن قله‌های سپید دنداندار بر پهنه‌ی آسمانی تیره و تار و خط خطی سر بزرگ‌اشته بودند. اورست که در پشت قله‌های ردیف جلو قرار گرفته بود حتی به نظر نمی‌رسید مرتفع‌ترین آنها باشد که به یک پسر بچه اجازه می‌داد تا به آن فضا قدم بگذارد. بر لبه‌ی تیغی پانزده بایستد و به طرف قله بالا برود. قله‌ای که به نظر نمی‌رسید خیلی مرتفع باشد. من مطمئن بودم که رؤیای من درباره‌ی اورست تنها از آن من نبود. رفیع‌ترین قله‌ی کره‌ی زمین، دست نیافتنی و بکر در آنجا نشسته بود. مردان زیادی خیال فتح آن را در سر داشتند. سال ۱۸۵۲ ارتفاع ۲۲۲۴ متر از سطح دریا

کرد. واضح است که اهالی تبت که در شمال کوه زندگی می‌کردند قبل از این نام شیرین تری برای آن انتخاب کرده بودند «جومولونگما Jomolungma» که معنای آن «الهه، مادر دنیا» است. اهالی نپال که در جنوب کوه به سر می‌بردند آن را «ساگاماتا Sagarmatha»، به معنای «الهه آسمان» می‌خواندند. اما واگ تماماً این اسامی محلی را نادیده گرفت (او حتی به سیاست رسمی که مشوق حفظ نامهای قدیمی و محلی بود هم اعتنایی نکرد) و اسم اورست بر قله‌ی پانزده باقی ماند.

وقتی مشخص شد اورست بلندترین قله‌ی روی زمین است صعود به آن فقط احتیاج به زمان داشت. در سال ۱۹۰۹ بعد از اینکه «رابرت پیری Robert Peary» کاشف آمریکایی ادعا کرد که به قطب شمال رسیده است و در سال ۱۹۱۱ «روالد اندرسن Roald Anderson» یک گروه نروژی را به قطب جنوب برد، اورست که به قطب سوم شهرت یافته بود تبدیل به هدفی شد که در قلمرو اکتشافات کره‌ی زمین چشمها بیش از همه به آن دوخته شده بود. «گوتتر او، دایرن فورت Gunther O. Dyrenfurth» یک کوهنورد خبره و وقایع نگار کوهنوردی‌های اولیه هیمالیا معتقد بود که «مسئله رسیدن به قله یک تلاش انسانی در سطح جهانی است. هدفی که

جزئیات دقیق رویداد مشخص نیست چون در حاله‌ای از اسطوره فرو رفته است. اما تاریخ آن، سال ۱۸۵۲ بود. یک منشی به سرعت وارد محل کار «سیر آندرو واگ Sir Andrew Vaugh» شد که رییس اداره‌ی جغرافیایی هند بود. او ادعا می‌کند که یک محاسب بنگالی به نام «ردهانات سیک‌دار» که جدا از دفتر بررسی در کلکته کار می‌کند موفق به کشف بلندترین کوه دنیا شده است. قله‌ی مورد نظر که از برآمدگی هیمالیا در سرزمین ممنوعه‌ی نپال سر به فلک کشیده بود، برای اولین بار، سه سال قبل از آن تاریخ توسط گروه بررسی در محل به نام قله‌ی شماره پانزده نام‌گذاری شده بود.

تا زمانی که «سیک‌دار» داده‌های بررسی را گردآوری و محاسبه نکرده بود هیچکس تصور نمی‌کرد نکته‌ی قابل توجهی در مورد قله‌ی شماره‌ی پانزده وجود داشته باشد. اما طبق جمع‌بندی دقیق سه جانبه‌ی «سیک‌دار» (انکسار آتمسفر و کج شدن خط شاقول را هم محاسبه کرده بود) قله‌ی شماره پانزده ۲۹۰۰۲ فوت (۸۸۴۰ متر) از سطح دریا ارتفاع داشت و بلندترین نقطه روی کره‌ی زمین بود. در سال ۱۸۶۵، نه سال پس از اینکه محاسبات «سیک‌دار» مورد تأیید قرار گرفت، «واگ» به افتخار سر جورج اورست، سرگروه قبلی بررسی، قله‌ی پانزده را به نام وی، اورست نام‌گذاری

در آن عقب نشینی وجود ندارد حتی اگر انسانها برای رسیدن به این هدف جان بیازند».

آن جان باختن‌ها، آن طور که بعدها معلوم شد کم اهمیت هم نبودند زیرا به دنبال کشف سیبک دار در سال ۱۸۵۲، برای رسیدن به این هدف ۲۴۰ کوهنورد جان باختند، پانزده گروه اکتشافی در این راه مجاهدت کردند و ۱۰۱ سال گذشت تا صعود به اورست امکان پذیر شد.

یکی از اولین هشت گروهی که قصد فتح اورست را داشتند انگلیسی بودند و همه‌ی آنها سعی کردند تا از جبهه‌ی شمالی، از طرف تبت به اورست صعود کنند. نه به این دلیل که جبهه‌ی شمالی نقطه ضعف دژ مستحکم دفاع قله بود بلکه بیشتر به آن دلیل که در سال ۱۹۲۱ دولت تبت مرزهای خود را که سالیان درازی به روی افراد خارجی بسته بود، گشود. حال آنکه مرزهای نپال همچنان بسته باقی ماندند.

اولین رهروان اورست مجبور بودند تنها برای رسیدن به پای کوه اورست ۴۰۰ مایل راه سخت و صعب‌العبور را از دارجلینگ، از این سو تا آن سوی دشت تبت طی کنند. آنها از عواقب مرگبار ارتفاع چندان اطلاعی نداشتند و تجهیزات آنان در مقایسه با معیارهای مدرن به طرز رقت باری نامناسب بود. با وجود این در سال ۱۹۲۴، یکی از اعضای گروه اکتشافی انگلیسی به نام «ادوارد فلیکس نورتن Edward Felix Norton» موفق شد قبل از اینکه به دلیل خستگی و کوری ناشی از برف از پا درآید تا فاصله‌ی ۱۸۰ متری از قله، به ارتفاع ۸۶۶۸ متری صعود کند. این یک موفقیت اعجاب‌انگیز بود که احتمالاً تا ۲۹ سال بعد به عنوان یک رکورد باقی ماند.

من واژه «احتمالاً» را به دلیل آنچه چهار روز بعد از صعود نورتن به قله گزارش شد به کار می‌گیرم. در تاریخ هشتم ژوئن، دو تن از اعضای تیم انگلیسی سال ۱۹۲۴، «جورج لی مالوری George Leigh Mallory» و «اندرو ایروین Andrew Irvine» از بالاترین اردوگاه عازم قله شدند.

مالوری که بی‌تردید نامش به نام اورست پیوند خورده است نیروی پیش‌رونده‌ی اولین گروه اکتشافی به سوی قله بود. طی برگزاری یک سلسله سخنرانی همراه با نمایش اسلاید در ایالات متحده در پاسخ سوال ناخوشایند یک خبرنگار که پرسیده بود چرا می‌خواهید به اورست صعود کنید این مالوری بود که آن پاسخ دندان شکن را داد: «برای اینکه آنجاست».

در هشتم ماه ژوئن زمانی که مالوری و ایروین به کندی برای رسیدن به قله تلاش می‌کردند، بخش بالای هرم در مه فرو رفت و همراهان کوهنورد آنان که در اردوگاه پایین‌تر مستقر بودند نتوانستند پیشروی آن دو را دنبال کنند. در ساعت ۱۲/۵۰ دقیقه بعد از ظهر ابرها برای زمان کوتاهی پراکنده شدند و «نوئل اودل Noel Odell»، یکی از افراد گروه توانست برای لحظه‌ای کوتاه مالوری و ایروین را به طور وضوح در ارتفاع بالا نزدیک قله رویت کند که حدوداً پنج ساعت از زمان پیش بینی شده عقب بودند اما سریع و مصمم به سوی نوک قله در حرکت بودند.

آن شب دو کوهنورد نتوانستند به چادرهای خود بازگردند و دیگر هیچکس مالوری یا ایروین را ندید. از آن زمان تاکنون، این موضوع که یکی از آنان یا هر دوی آنان قبل از اینکه کوه آنها را در خود بلعد و به افسانه تبدیل شوند توانسته‌اند قله را فتح کنند یا نه مورد بحث و جدل بوده است.

قرائن کافی برای اثبات اینکه آنان به فتح قله نائل شده‌اند وجود ندارد و به دلیل عدم وجود شواهد قابل لمس، اولین صعود در تاریخ، به هیچ صورتی، به نام آنان ثبت نشد.

در سال ۱۹۴۹، بعد از قرن‌ها غیرقابل دسترس بودن، نپال مرزهای خود را به روی دنیای خارجی گشود و سال بعد رژیم جدید کمونیستی در چین مرزهای تبت را به روی خارجی‌ان بست. بنابراین کسانی که می‌خواستند به اورست صعود کنند توجه خود را به جبهه‌ی جنوبی قله معطوف کردند. در بهار سال ۱۹۵۳ یک تیم بزرگ انگلیسی از نپال عازم صعود به اورست شد. در تاریخ ۲۸ ماه مه، به دنبال دو ماه و نیم تلاش اعجاب‌انگیز آنها موفق به استقرار یک اردوگاه در ارتفاع ۸۵۰۰ متری بر روی تیغه‌ی جنوب شرقی شدند. ادموند هیلاری، یک نیوزیلندی لاغر اندام و تنسینگ نورگی، یک شریای کوهنورد بسیار متبحر عازم قله‌ای شدند که در آنجا تنفس بدون کپسول اکسیژن امکان پذیر نبود.

در ساعت ۹ صبح آنها به قله‌ی جنوبی رسیدند و در آنجا چشمانشان به تیغه‌ی باریک سرگیجه آوری که به قله منتهی می‌شد خیره ماند. مسیری که بعد از آن قدمگاه هیلاری نام گرفت. صعود طاقت فرسا و بدون نقشه‌ی قبلی بود اما هیلاری استقامت ورزید. وی بعد از صعود می‌نویسد:

بالاخره توانستم به بالای صخره برسم و خودم را از داخل شکاف بیرون بکشم و به یک طاقچه‌ی عریض برسم. چند لحظه در آن جا دراز کشیدم تا نفسی تازه کنم و واقعاً برای اولین بار این تصمیم جدی را حس کردم که حالا دیگر هیچ چیزی نمی‌تواند ما را از رسیدن به قله باز دارد. من موقعیت خودم را روی طاقچه تثبیت کردم و به تنسینگ اشاره کردم تا بالا بیاید. در حالی که طناب را به سختی بالا می‌کشیدم تنسینگ افتان و خیزان راه خود را از درون شکاف ادامه می‌داد.

دو کوهنورد در حالی که با خستگی می‌جنگیدند، راه خود را ادامه دادند، هیلاری می‌نویسد:

من با سستی از خود می‌پرسیدم آیا نیروی کافی برای ادامه‌ی صعود خواهیم داشت یا نه. یک برآمدگی دیگر را دور زدم و دیدم که تیغه‌ی بالایی بریده شده است و ما می‌توانستیم تبت را در دوردست ببینیم. به بالا نگاه کردم و در آن جا، بالای سر ما یک مخروط پوشیده از برف دیده می‌شد. با چند ضربه‌ی دیگر با کلنگ در یخ و چند قدم با احتیاط دیگر، تنسینگ و من به قله می‌رسیدیم.

این خبر به لندن رسید که یک تیم کوهنوردی انگلیسی، عالی‌ترین هدف تسخیر نشده در روی کره‌ی زمین، یعنی بام دنیا را فتح کرده است. تنسینگ در سراسر هند، نپال و تبت تبدیل به یک قهرمان ملی شد. هر یک از سه کشور او را شهروند خود می‌خواندند. هیلاری با اعطای لقب شوالیه به وی توسط ملکه ملقب به سیر ادموند هیلاری شد و تصویر وی روی تمبرهای پست، مجلات فکاهی، کتابها، فیلمها، روی جلد مجلات به چاپ رسید و این مرد زنبوردار اهل اوکلند با چهره‌ای استخوانی،

کوهنورد «جدی» هدف با ارزشی تلقی نمی‌شد و من که خود را یک کوهنورد «جدی» تلقی می‌کردم شروع کردم به دیده‌ی حقارت نگریستن به بلندترین کوه دنیا.

قبل از این رویداد، اورست ملک مطلق کوهنوردان برجسته بود. به گفته‌ی مایکل کندی، سردبیر مجله «صعود» دعوت برای شرکت در برنامه‌ی صعود به اورست افتخاری بود که بعد از تمرین‌های متوالی بر روی قله‌هایی با ارتفاع کمتر نصیب یک کوهنورد می‌شد و صعود به قله‌ی اورست یک کوهنورد را عملاً به قله‌ی رفیع فتوحات کوهنوردی ارتقا می‌داد.

طبق آمار، برای تعداد زیادی از کوهنوردان گرفتن مرخصی کار مشکلی نبوده است، داشتن پول نقد هنگامت هم همینطور، در طول چند سال گذشته تردد خصوصاً در اورست، به میزان چشمگیری افزایش یافته است و برای پاسخگویی به این تقاضا، تعداد شرکت‌های تجاری صعود به هفت قله با راهنما، به خصوص قله‌ی اورست، به همان نسبت افزایش یافته است. در بهار سال ۱۹۹۶ تعداد سی گروه اکتشافی در دامنه‌های اورست به سر می‌بردند که حداقل ده گروه از این تعداد را گروه‌های تجاری تشکیل می‌دادند.

دولت نپال دریافت که ازدحام جمعیت در اورست موجب بروز مشکلات ایمنی، از بین بردن زیبایی محیط و تأثیر منفی روی محیط زیست شده است. با بررسی موضوع، دولت نپال به این نتیجه رسید که با افزایش حق تردد در منطقه به هدف دوجانبه‌ی خود جامعه‌ی عمل بیوشاند. جمعیت را محدود خواهند کرد با واریز شدن ارز خارجی، خزانه خالی دولت تقویت خواهد شد. در سال ۱۹۹۱ وزارت جهانگردی نپال برای صعود به اورست از هر گروه بدون در نظر گرفتن تعداد افراد گروه، ۲۵۰۰ دلار حق تردد دریافت می‌کرد. در سال ۱۹۹۲ این رقم را به ۱۰۰۰۰ دلار برای یک گروه تا ۹ نفر افزایش داد و برای هر کوهنورد اضافه بر این تعداد، حق تردد را ۱۲۰۰ دلار

یک شبه تبدیل به مشهورترین مرد روی کره‌ی زمین شد.

من «جان کراکوئر» در آن احساس غرور و شگفتی که سراسر جهان را در بر گرفت سهیم نبودم. رویدادی که به گفته‌ی یکی از دوستان مسن‌تر از نظر تأثیر می‌توان آن را با قدم گذاشتن اولین انسان فضاورد روی کره‌ی ماه مقایسه کرد. اما یک دهه بعد، صعود دیگری به اورست در تعیین مسیر زندگی من مؤثر افتاد.

در ۲۲ ماه مه ۱۹۶۳، «تام هورن بین Tom Hornbein» و «ویلی آنسولد Willi Unsöld»، از طریق مسیر سهمناک قله یعنی تیغه‌ی غربی، به قله‌ی اورست صعود کردند. تا آن تاریخ چهار صعود توسط یازده کوهنورد مرد به قله انجام گرفته بود. اما تیغه‌ی غربی به طور قابل ملاحظه‌ای مشکل‌تر از هر دو مسیری بود که قبلاً طی شده بود. بدون شک صعود هورن بین و آنسولد را در زمان خود و در حال حاضر به حق هنوز می‌توان یکی از بزرگترین فتوحات تاریخ کوهنوردی به حساب آورد.

هورن بین و آنسولد در ساعت ۶/۱۵ دقیقه بعد از ظهر به قله رسیدند، درست همزمان با غروب خورشید، در نتیجه مجبور شدند تا شب را در هوای آزاد در ارتفاع ۲۸۰۰۰ فوتی سپری کنند. این در تاریخ بالاترین ارتفاعی بود که تا آن زمان کسی در هوای آزاد اردو زده بود. شب سردی بود اما خوشبختانه باد نمی‌وزید، هر چند انگشتان آنسولد یخ زد و بعد آنها را قطع کردند اما هر دو کوهنورد زنده ماندند تا داستان خود را برای ما بازگو کنند. در آن زمان من ۹ سال داشتم و در کوروالیس، واقع در ایالت اورگون زندگی می‌کردم. آنسولد هم در آنجا زندگی می‌کرد. او دوست نزدیک پدر من بود و گاهی از اوقات من با پسر بزرگتر آنسولد، «ریگون» بازی می‌کردم. او از من یکسال بزرگتر بود.

من در خفا، رؤیای صعود به اورست را در سر می‌پروراندم و به مدت ده سال در این آرزو می‌سوختم. وقتی به بیست سالگی رسیدم کوهنوردی تبدیل به هدف اصلی زندگی من شد و تقریباً از هر چیز دیگری چشم پوشی کردم. صعود به قله یک کوه برایم امری قابل لمس، تغییرناپذیر و عینی بود.

در آن روزها من برای صعود کردن زندگی می‌کردم. در سال پنج یا شش هزار دلار درآمد داشتم و به عنوان نجار یا ماهیگیر فقط تا حدی کار می‌کردم که بتوانم هزینه‌ی سفر بعدی خود را تأمین کنم. اما وقتی حدوداً به بیست سالگی رسیدم از رؤیای نوجوانی خود برای صعود به اورست دست شستم. در آن زمان بین جامعه‌ی کوهنوردان آلباین مرسوم شده بود که به قله‌ی اورست به چشم یک «توده‌ی بی ارزش» نگاه کنند که عاری از چالش‌های سخت تکنیکی و یا جذابیت زیبایی‌شناسی بود و در نتیجه برای



تعیین کرد.

اما علی‌رغم هزینه‌ی بالای تردد، هجوم کوهنوردان به اورست ادامه یافت. در بهار سال ۱۹۹۳، چهلمین سالگرد صعود به قله‌ی اورست، پانزده گروه اکتشافی شامل ۲۴۹ کوهنورد که یک رکورد به حساب می‌آمد از طریق جبهه‌ی نپال عازم صعود به قله‌ی اورست شدند. در پاییز همان سال وزارت جهانگردی حق تردد را بار دیگر افزایش داد و برای هر کوهنورد اضافه تا هفت نفر مبلغ ۱۰۰۰۰ دلار را تعیین کرد. علاوه بر این دولت اعلام کرد که هر سال از دامنه‌های نپال به بیشتر از چهار گروه اجازه تردد نخواهد داد.

آنچه که دولت نپال به آن توجهی نکرد این بود که چین برای صعود از طریق تبت فقط ۱۵۰۰۰ دلار از هر گروه با هر تعداد کوهنورد دریافت می‌کرد و محدودیتی برای گروه‌های کوهنورد در هر فصل قایل نبود. به این ترتیب سیل عظیم کوهنوردان از نپال به تبت سرازیر شد و در نتیجه صدها شریا در تبت از کار بیکار شدند. به دنبال اعتراضات شدید در سال ۱۹۹۶ نپال ناگهان محدودیت تردد چهار گروه در یک فصل را لغو کرد و در حالی که روند اداری آن در جریان بود دولت بار دیگر حق تردد را به ۷۰۰۰ دلار برای هفت کوهنورد افزایش داد و برای هر کوهنورد اضافه بر این تعداد ۱۰۰۰۰ دلار حق تردد تعیین کرد. با توجه به این واقعیت که در بهار ۱۹۹۶ شانزده گروه از سی گروه اکتشافی اورست از طرف نپال به اورست صعود می‌کردند، به نظر نمی‌رسید هزینه‌ی بالای حق تردد برایشان مشکل عمده‌ای باشد.

حتی قبل از نتایج مرگبار بهار ۱۹۹۶، افزایش تعداد گروه‌های اکتشافی تجاری در دهه‌ی گذشته مسئله‌ی حادی شده بود. سنت گرایان از اینکه بلندترین قله‌ی دنیا را به رهروان ثروتمند که بدون کمک راهنما قادر نبودند حتی به یک قله‌ی معمولی صعود کنند می‌فروشدند، ناخشنود بودند. اصول گرایان معتقد بودند اورست را به متاع قابل عرضه و فروش تبدیل کرده‌اند. از طرف دیگر این منتقدان اعتقاد داشتند که به برکت تجاری شدن اورست، پای تنها قله‌ی مقدس دنیا به باطلاق قانون امریکا کشیده است. برخی از مشتریان وقتی که از رسیدن به قله باز می‌مانند راهنمای خود را برای پرداخت خسارت تحت تعقیب قانونی قرار می‌دادند. «پیتر آتنز Peter Athans» کوهنورد ماهری که یازده بار به اورست رفته است و چهار بار موفق شده است به قله‌ی اورست صعود کند با ناخشنودی ابراز می‌دارد: «برخی از مشتریان تصور می‌کنند یک بلیت تضمینی برای صعود به اورست خریداری کرده‌اند. برخی از آنان درک نمی‌کنند که برنامه‌ی صعود به اورست یک سفر سهل و آسان نیست.»

متأسفانه تمام شکایت‌ها بی پایه و اساس نیست. شرکت‌های غیرمسئول و ناآگاه بیش از یک بار در ارائه‌ی حمایت‌های مهم تدارکاتی کوتاهی کرده‌اند، مثل تحویل کپسول اکسیژن در زمان لازم که در قرارداد منظور شده است. در برخی از موارد راهنمایان بدون مشتریان خود به قله صعود کرده‌اند و باعث شده‌اند تا مشتری ناراضی تصور کند که او را فقط برای پول درآوردن تا به اینجا همراهی کرده‌اند. در سال ۱۹۹۵ سرکرده‌ی یک گروه اکتشافی تجاری قبل از اینکه حتی برنامه‌ی صعود شروع شود با دهها هزار دلار پول مشتریان خود گریخت.

در ماه مارس ۱۹۹۵، سردبیر مجله «اوت ساید Outside» به من تلفن

کرد و از من خواست تا به گروهی بپیوندم که پنج روز بعد عازم یک سفر اکتشافی به اورست بود و درباره‌ی تجاری شدن بی رویه‌ی اورست مقاله‌ای بنویسم. هدف مجله این نبود که من به قله صعود کنم. سردبیران فقط از من می‌خواستند تا در اردوگاه اصلی باقی بمانم و رویداد را از پای کوه گزارش کنم. من از مارک برینت، سردبیر مجله «اوت ساید» سؤال کردم آیا امکان دارد که این سفر را به مدت یکسال به تعویق بیندازد تا من بتوانم در زمان لازم خود را برای نیازهای فیزیکی صعود آماده کنم. من علاوه بر این از آنها خواستم تا در صورت امکان مرا به همراه یکی از خبره‌ترین گروه‌های راهنما به این سفر بفرستند و هزینه‌ی ۶۵۰۰۰ دلاری سفر را نیز تقبل کنند تا من به این ترتیب همه‌ی امکانات لازم برای صعود به اورست را در اختیار داشته باشم.

در مدت سی و سه سالی که من خود را کوهنورد خوانده بودم، برنامه‌های مشکلی را اجرا کرده بودم. در آلاسکا یک راه باریک جدید در «دندان موسی Mooses Tooth» ایجاد کرده بودم، یک صعود تکنفری روی «انگشت شیطان Devils Thumb» انجام داده بودم که مستلزم باقی ماندن روی یک تخته یخ به تنهایی و برای مدت سه هفته بود. در کانادا و کلرادو صعودهای یخی بسیار مشکلی را انجام داده بودم. اما این صعودها را سالهای قبل انجام داده بودم. در بعضی از موارد چند دهه قبل، زمانی که حدود بیست و یا سی سال داشتم. من حالا چهل و یکسال داشتم و اوج زمان صعود من سپری شده بود. ریش‌هایم جوگندمی شده و پانزده پوند اضافه وزن داشتم.

علاوه بر اینها هیچیک از صعودهایی که در گذشته انجام داده بودم، صعود به کوه‌های نسبتاً مرتفع هم نبود. واقعیت این بود که تا آن زمان به ارتفاعی بیش از ۵۲۰۰ متر صعود نکرده بودم که حتی از اردوگاه اصلی اورست هم ارتفاع آن کمتر بود.

به عنوان یک شاگرد علاقه‌مند رشته‌ی کوهنوردی می‌دانستم که در راه صعود به قله‌ی اورست از سال ۱۹۲۱، زمانی که انگلیسی‌ها برای اولین بار به آن حمله کردند بیش از ۱۳۰ نفر تا به حال جان باخته‌اند که به طور متوسط یک نفر از چهار نفری است که به قله صعود کرده‌اند. این را هم می‌دانستم خیلی از آنانی که جان باخته‌اند از من قوی‌تر بودند و از تجربه‌ی زیادی در صعود به ارتفاعات زیاد برخوردار بودند. اما رویای نوجوانی را به سختی می‌توان از یاد برد و عقل را در این رویا راهی نیست. در اواخر فوریه سال ۱۹۹۶، «براین» به من تلفن کرد تا اطلاع دهد که در سفر اکتشافی آتی «راب هال» به اورست یک جا در انتظار من است. وقتی از من پرسید آیا واقعا می‌خواهم با این گروه بروم، بدون لحظه‌ای درنگ به او پاسخ مثبت دادم. Δ

### پاورقی

۱. در بررسی‌های جدید که برای اندازه‌گیری از اشعه‌ی لیزر و ماهواره استفاده می‌شود این ارتفاع بازنگری شده است اما تنها ۲۶ فوت (۸ متر) به آن اضافه شده است. در حال حاضر ارتفاع تأیید شده‌ی اورست ۲۹۰۲۸ فوت یا ۸۸۴۸ متر است.

بخشنامه‌ای که در پاییز سال ۸۱ برای تمام هیئت‌های استان ارسال شد  
ضمن اعلام خبر برگزاری کلاس شرایطی برای داوطلبان اعلام شد:

- داشتن مدرک مربیگری درجه سه یخ و برف
  - آمادگی جسمانی در زمان برگزاری دوره
  - آشنایی کامل با زبان انگلیسی
- در پایان مدت مقرر تنها ۶ نفر از کل ایران برای شرکت در کلاس اعلام آمادگی نمودند. با دریافت دعوت نامه و پیگیری صمیمانه‌ی مسئول محترم کمیته‌ی روابط بین‌الملل فدراسیون نفرتا تیم موفق به اخذ ویزا گردیدند که یکی از نفرتا به علت مشکلات کاری در این مرحله اعلام انصراف داد.
- در نهایت ۳ نفر از تهران، یک نفر از کرمان و یک نفر از اصفهان جهت شرکت در دوره‌ی Scottish Winter Climbing در روز سوم اسفند به انگلستان عزیمت نمودند.

### روزشمار برنامه:

شنبه ۸۱/۱۲/۳

حرکت از فرودگاه تهران به مقصد استانبول و تعویض هواپیما و پرواز مجدد به لندن. ساعت ۳ به وقت محلی در فرودگاه هیترو لندن بودیم و به وسیله‌ی مترو به ایستگاه (ویکتوریا Victoria Station) آمدیم. مقصد ما شهر (اویمور Aviemor) در شمال اسکاتلند بود. در قسمت راهنمایی ایستگاه ویکتوریا مسئول آنجا به ما پیشنهاد کرد می‌توانیم با اتوبوس هم به اویمور برویم که بسیار ارزانتر می‌باشد. به ایستگاه اتوبوس (Victoria Coach station) رفتیم و از آنجا برای گلاسکو و اویمور بلیط تهیه نمودیم. هر نفر ۳۵ پوند. شب ساعت ۱۰ از لندن به سمت گلاسکو حرکت کردیم.

یکشنبه ۸۱/۱۲/۴ - ۲۳ فوریه ۲۰۰۳

با روشن شدن هوا در ساعت ۷ به گلاسکو رسیدیم و بعد از جابه‌جایی بارها وسایل را در اتوبوس جدید گذاشتیم و ساعت ۷/۲۰ به سمت اویمور حرکت کردیم.

صبح ساعت ۱۰/۳۰ در اویمور بودیم. شهری بسیار کوچک و

بی‌نهایت تمیز. اقتصاد اویمور بیشتر بر پایه‌ی

ورزش‌های کوهستانی و جاذبه‌های

طبیعی آن بنا شده است. با تماس

با مسئولین مدرسه از آنها

خواستیم در ساعت ۴

بعدازظهر یک ماشین

برای انتقال ما از شهر به

مدرسه بفرستند و تا ساعت ۴

مشغول بازدهد از شهر بودیم.

بررسی قیمت لو ۶ کوهنوردی در

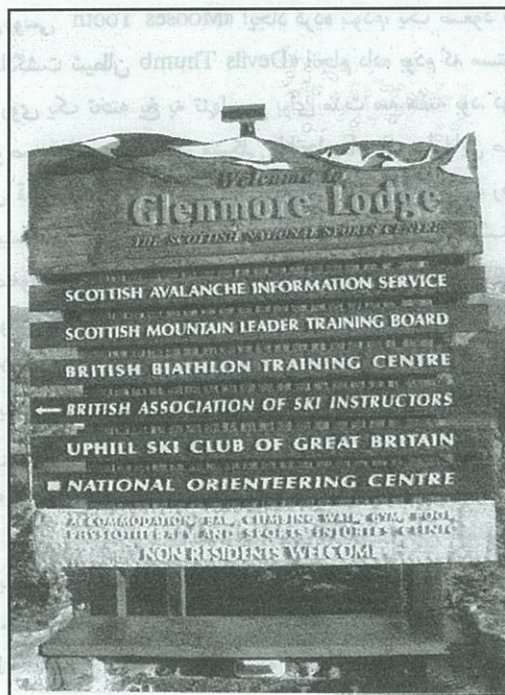
فروشگاه‌ها ما را به این نتیجه رساند که خرید لوازم

کوهنوردی امروز به صورت آمیزه‌ای از توانایی تجربه و علم در آمده است. صعودهایی که امروزه معمولی انگاشته می‌شوند در کمتر از بیست سال پیش قابل تصور نبودند.

بی شک این نوآوریها و گذشتن از مرزهای قراردادی تنها به مدد آموزش صحیح - طبقه بندی شده و سیستماتیک انجام می‌گیرد.

وجود گروه‌های کاری و مراکز تحقیقاتی و مدارس کوهنوردی در اروپا که در امر آموزش کوهنوردی به صورت تخصصی در گرایش‌های خاص فعالیت می‌کنند باعث بالا بردن سطح اطمینان و ایمنی کوهنوردان شده است.

اگر در گذشته ضریب اطمینان تکنیکی در صعود ۹۵/۱۰۰٪یابی می‌شد امروز به مدد تحقیقات و بسط اطلاعات تلاش در بالا بردن درصد ایمنی درستی و ایمنی آن تکنیک‌ها تا حد مقدور است.



فدراسیون کوهنوردی ج.ا.ا. در راستای

بهره‌وری بیشتر از منابع موجود با

توجه به نکات بالا و ایجاد

انگیزه در امر آموزش

کوهنوردی طی تماس با

مدرسه‌ی کوهنوردی

Glenmorelodge اسکاتلند

که یکی از معتبرترین مدارس در

نوع خود در انگلستان است امکان برگزاری

یک کلاس ویژه‌ی مربیان ایرانی را فراهم آورد. طی

## گزارش دوره صعودهای زمستانی در اسکاتلند

### اسفند ۱۳۸۱

گزارش از: علی پارسایی

روش‌های دیگر با ما به بحث می‌نشستند. روش‌های مدیریت کلاس و برقراری ارتباط مناسب با شاگردان از دیگر مسائل این روز بود. در پایان روز نیز بر روی چند روش فرود بدون ابزار و تنها با طناب کار کردیم. بعد از برگشت به مدرسه در ساعت ۸ کلاس بهمن‌شناسی توسط یکی از مدرسین مدرسه برگزار شد.

### سه شنبه ۸۱/۱۲/۶

در منطقه باد بسیار شدیدی حاکم بود و هوا ابری بود بعد از یکساعت راهپیمایی به ابتدای کاسه Core ant-Sneachda رسیدیم و با صعود یکی از معابر کناری به پشت آن رفتیم. سپس شیب تندی را فرود آمدیم و بر



روی یخ‌های آن منطقه به صعود مسیرهای یخی تا درجه WI4 پرداختیم. در این روز تکنیک‌های صعود با کرامپون، یک تبر یخ، دو تبر یخ، نصب حمایت میانی در یخ، کارگاه‌ها در یخنوردی مورد بررسی و تجربه قرار گرفت. مدرسین ما در تمام مراحل خود ابتدا به نمایش و اجرای تکنیک می‌پرداختند و بعد از ما درخواست اجرای آن را می‌کردند.

در ساعت ۶ نیز به مدرسه برگشتیم. در این روز نیز کلاس جهت یابی در کوهستان و بعد از آن نمایش اسلاید از صعود کوه‌های آلاسکا ختمی بود بر فعالیت آن روز ما.

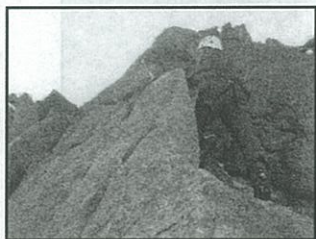


### چهارشنبه ۸۱/۱۲/۷

توانایی کوهنوردان اسکاتلندی در صعودهای ترکیبی و Drytooling مثال زدنی است و در این روز ما ضمن فراگیری این تکنیک‌ها از معابری با درجه‌ی M4 صعود کردیم و همچنین بر روی نکات کلیدی



ابزارگذاری در زمستان، روش‌های صعود هم زمان و... تبادل نظر شد. به علت باد بسیار شدید ساعت ۱۲ به مدرسه بازگشتیم و بر روی دیواره‌ی مصنوعی آنجا که برای تمرین یخنوردی و drytooling طراحی شده بود به تمرین پرداختیم.



در داخل ایران به صرفه تر است!! هفتشنبه ۶۱۲ - جدول و برنامه هفتشنبه  
دقیقاً رأس ساعت ۴ ماشین مدرسه حاضر بود و ما را به مدرسه منتقل کرد. فاصله‌ی اویمور تا محل مدرسه حدود ۲۰ دقیقه بود که از میان جاده‌ای جنگلی و بسیار زیبا عبور می‌کرد.

بعد از انجام مراحل ثبت نام و پذیرش در یک سوئیت اختصاصی (شاله) مستقر شدیم. به هر کدام ما یک برگه‌ی راهنما داده شده بود که برنامه‌ی کاری هر روز در آن قید شده بود. در ساعت ۷ می‌توانستیم با مراجعه به انبار مدرسه لوازم فنی و پوشاک موردنیاز را از آنجا تحویل بگیریم.

این انبار شامل ده‌ها جفت کوهنوردی، طناب، ابزار فنی، تبرهای یخ، انواع پوشاک و تمام ما یحتاج اجرای برنامه‌های کوهنوردی فنی بود. قبلاً به ما اعلام شده بود که تنها به بردن پوشاک شخصی اکتفا کنیم چون انبار مدرسه همه چیز را در اختیار ما قرار می‌دهد که دقیقاً کار به همین منوال پیش رفت. ساعت ۹ نیز در سالن آمفی تئاتر فیلمی درباره‌ی کوهنوردی و تجهیزات و خطرات آن به نمایش درآمد.

### دوشنبه ۸۱/۱۲/۵

بعد از صرف صبحانه در ساعت ۸ مسئول آموزش در سالن آمفی تئاتر به تمامی حاضران خوش آمد گفت و طی سخنانی مقررات و شرایط استفاده از امکانات موجود را توضیح داد.

یکی از مسائلی که به شدت بر روی آن تأکید می‌شود قانون عدم استعمال دخانیات در سراسر مجموعه بود.

به غیر از گروه ما گروه‌های دیگری از کوهنوردان برای گذراندن دوره‌های مختلف در سطوح مختلف در آنجا حضور داشتند.

ساعت ۹ در محل مقرر آقای «شون رابرت» سرمربی دوره با ما ملاقات کرد. برای دوره‌ی ما از طرف مدرسه سه مربی در نظر گرفته شده بود که هر سه دارای مدرک Association Mountain Instructor AMI بودند. این مدرک بالاترین مدرک آموزش کوهنوردی در انگلستان می‌باشد.

نکته‌ی جالب توجه برای ما این بود که مربیان ما دونفرشان در رشته‌های مهندسی الکترونیک، صنایع تحصیل کرده بودند و یکنفرشان دارای مدرک دانشگاهی در رشته‌ی فلسفه بود.

با توجه به حضور خوب کوهنوردان ایرانی در سال‌های گذشته در مدرسه‌ی آنها نظر بسیار مثبتی بر روی توانایی کوهنوردان ایرانی داشتند.

بعد از صحبت‌های انجام شده قرار شد علاوه بر تمرین و فراگیری تکنیک‌ها مسائلی از قبیل روش‌های تدریس، مدیریت آموزش و روش تمرین نیز در طی دوره مرور و مورد بحث قرار گیرد. محل برگزاری عملی کلاس‌های ما در کوه‌های Carin Gorn بود. روز اول کلاس شامل تمرین و تکرار تکنیک‌های صعود بدون کرامپون و روش‌های حمایت در برف، ترمزها، انواع کارگاه‌ها و حمایت‌ها و فرودها بود.

روش ترمز در برف کوهنوردان اسکاتلندی با روش ترمز ما فرق داشت. و آنها با حوصله‌ی هرچه تمام‌تر درباره‌ی مزیت روش خودشان و تحلیل

لندن رسیدیم و ساعت ۲/۳۰ روز یکشنبه عصر از مسیر لندن - استانبول به تهران رسیدیم. Δ

### اعضای تیم

محمدحسین حاتمی  
(تهران) سرپرست و  
هم‌آهنگ کننده، علی  
پارسایی (تهران) مترجم،  
محمدعلی بستانیان



(تهران)، عباس سیدی نیا (کرمان)، قادر عظیمی (تهران)

## تیرک چادر

فایبر گلاس (توسوراخ و توپر)  
بسیار محکم در سایزهای مختلف  
از نظر طول و قطر (جزئی و کلی)  
جهت تولیدکنندگان چادر  
تلفن:

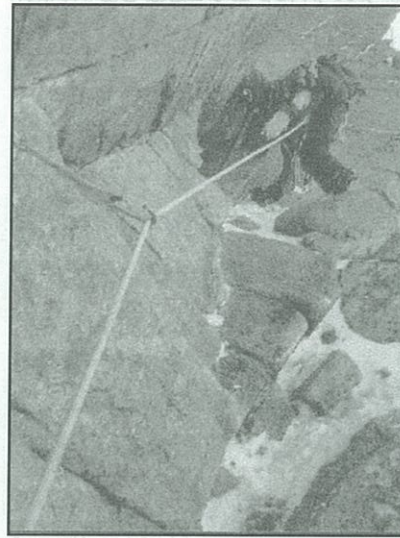
۰۲۲۱ - ۲۳۲۴۶۷۴ هاشمی

۰۲۲۱ - ۲۵۲۴۱۴۴ سوری



پنجشنبه ۸۱/۱۲/۸

در این روز ما به سه گروه تقسیم شده، یک گروه دو نفره و دو گروه سه نفره و هر گروه به همراه یک مربی از یک مسیر بلند در کاسه lochen به صعود پرداخت. مسیرها به صورت ترکیبی سنگ و یخ و بین ۵ تا ۶ طول طناب ارتفاع داشتند و ما برای صعود از سنگ‌ها فقط از کرامپون و تبر یخ استفاده می‌کردیم. قبل از صعود



مربی‌ان به ما یادآوری کردند تا جای ممکن تنها از تبرهایمان برای صعود از سنگ استفاده کنیم و از تکنیک‌های dry tooling بهره بگیریم.

طول دیواره ۲۰۰ متر

درجه سختی IV+ مسیر اول - مسیر دوم IV مسیر سوم III

ابزار حمایت میانی مورد نیاز: فرند - کیل - ترای گم - میخ

روش حمایت برای گروه‌های سه نفره: استفاده از Magic Plate یا Reverso

جمعه ۸۱/۱۲/۹

در این روز در داخل سالن تمرین مدرسه بر روی دیواره‌ی مصنوعی مربیان روش‌های پیشرفته‌ی مدیریت گروه در یک گروه، آزادسازی بار از کارگاه و روش‌های امداد... را با ما تمرین نمودند. سپس به فضای باز رفتیم و بر روی روش‌های کارگاه زدن به صورت T و تک کلنگ و نحوه‌ی رهاسازی کارگاه تمرین نمودیم.

در ساعت ۵ و بعد از نوشیدن چای و صرف کیک طی مراسم کوتاهی پس از توضیح دوره‌های کوهنوردی در انگلستان توسط آقای روبرت ضمن دریافت احکام گذراندن دوره از مربیان خود به خاطر آموزش‌هایشان تشکر و قدردانی نمودیم. ساعت ۶ عصر با ماشین

مدرسه به ایستگاه اتوبوس رفتیم و بعد از ۱۲ ساعت روز شنبه ۸۱/۱۲/۱۰ به

# گامی دیگر در منطقه پامید



● مهدی اعتمادفر - امیرحسین جابر انصاری

قله‌ی لنین به ارتفاع ۷۱۳۴ متر یکی از مرتفع‌ترین قله‌های پامیر می‌باشد که در خط الرأس «زالایسکی» Zalaiski، قرار دارد و از لحاظ اداری به منطقه‌ی «چون آلایسکی» Chon-alaiski، از مناطق «اوش» Osh، تعلق دارد. قله‌ی لنین شامل بدنه‌ای از یخ و برف می‌باشد و از طرف شرق به گذرگاه «کریلنکو» Krylenko، به ارتفاع ۵۸۲۰ متر و از طرف غرب به کوه‌های «رازدلنیا» Razdelnay، به ارتفاع ۹۱۴۸ متر ادامه یافته است. تعداد زیادی یخچال‌های طبیعی به طرف پایین از دامنه‌ی جنوبی و شمالی قله گسترش یافته است. بزرگترین این یخچال‌ها یخچال لنین به وسعت (۱۳/۵) کیلومتر و مساحت ۵۵/۳ کیلومتر مربع و یخچال «بول شایا ساکو» Bolshaya (۲۳/۵) کیلومتر مربع، به وسعت (۲۰/۹) کیلومتر و مساحت ۲۳/۵ کیلومتر مربع) می‌باشند. مهم‌ترین رود «دره‌ی آلایسکار» رودخانه‌ی «قرزیلسو» Kyzylsu، می‌باشد که از دره‌های منتهی به یخچال لنین سرچشمه

می‌گیرند. خود قله‌ی لنین ۳۰۰۰ متر بالاتر از یخچال طبیعی لنین قرار گرفته است. دامنه‌های جنوبی و شمالی به وسیله‌ی شکاف‌های عمیق بیش از ۱۰۰ متر به حالت دندان‌دار شده است و دارای شیب ۵۰ تا ۹۰ می‌باشند. بعمق و ریزش نقاب‌های عظیم در دامنه‌های قله امری عادی و زیاد است. ارتفاع خط برف دامنه‌ی شمالی ۴۲۰۰ متر تا ۴۵۰۰ متر می‌باشد. در حالی که در دامنه‌ی جنوبی ارتفاع آن ۴۸۰۰ متر تا ۵۴۰۰ متر می‌باشد. وجود باد‌های تند امری عادی و شایع می‌باشد. اوش نزدیکترین شهری است که از آنجا می‌توان به وسیله‌ی وسایل نقلیه‌ی محلی و صحرایی از طریق جاده‌ی پامیر، تقاطع راه «تالدیک»، ۳۵۵۰ متر به دره‌ی آلایسکا رسید و از آنجا به طرف سبز زار «لوکویا» Lukovaya، که محل برقراری BC است رفت. به وسیله‌ی هلی کوپتر هم می‌توان به کمپ اصلی رسید که از Osh ۴۰ دقیقه پرواز و از تاشکند ۲ ساعت و ۳۰ دقیقه طول می‌کشد. به علت قیمت زیاد پرواز در ۲ سال گذشته از این راه استفاده نشده است.

برای صعود قله تاکنون ۱۵ راه شناسایی شده، به غیر از ۴ مسیر که تقریباً ۱۰٪ فنی را می‌طلبد بقیه‌ی مسیرها قابل دسترس تر هستند. در میان کوهنوردان خارجی راه یخچال لنین و صعود از مسیر قله Razadelnaya عمومیت بیشتری دارد. در راه قله ۴ کمپ ایجاد می‌شود. اولین کمپ در ارتفاع ۴۲۰۰ متر بر روی توده‌های سفید

یخچالی برپا می‌گردد دومین کمپ در ارتفاع ۵۲۰۰ متر و سومی در ارتفاع ۶۱۰۰ متر و چهارمی در ارتفاع ۶۴۰۰ متر برپا می‌گردد به عنوان یک قانون، صعود شامل رسیدن و تطبیق با آب و هوای ارتفاع می‌باشد که ۱۵ تا ۲۰ روز طول می‌کشد. آگوست بهترین ماه برای صعود است.

مهاک به قله‌ی نلین، منطقه‌ی زالیسکی دارای کوه‌های زیادی به بلندی بالغ بر ۹۰۰۰ متر می‌باشد قله‌ی «گیزل آگین Kyzyl Agyn» ۹۲۸۳ متر، کوه‌های «لاتویا و استونیا» ۹۲۱۱ و ۹۲۸۲ متر، قله‌ی Yedinstva ۹۲۷۳ متر، قله‌ی «اسپارتاک» ۹۱۸۳ متر، قله‌ی «درژینسکی Dzerzhinski» ۶۷۱۳ متر خود دره آلایسکا به خودی خود برای توریست‌ها جالب توجه است. در دوران شوروی سابق یک میلیون دام در اینجا نگهداری می‌شدند و مردم هنوز الگوهای ساده و سنتی را مورد استفاده قرار می‌دهند. توریست‌ها می‌توانند به خیمه‌های گروهی قریبی چوپانان به نام «هورتا» وارد شوند و چای و ماست محلی میل کنند.

#### تاریخچه:

سال ۱۸۷۱: یک گروه روسی به رهبری فدچنکو منطقه زالیسکی را به همراه دیگر قلل آن کشف کرد و آن را به نام فرماندار کل ترکستان، «کاف من Kaufman» نامید.

سال ۱۹۲۸: هیئتی از آکادمی علوم روسیه، شامل دانشمندان و کوهنوردان آلمانی به نام‌های «آلویس وین و اشنایدر» اولین فاتحان این قله از دامنه‌ی جنوبی می‌باشند و نام قله به نلین تغییر کرد.

سال ۱۹۳۷: اولین صعود از جبهه‌ی شمالی توسط کوهنوردان شوروی «چرنوخا - آبالاکوف - ولوکین» انجام شد.  
سال ۱۹۶۸: اولین گروه چتربازان از ارتفاع ۷۱۰۰ متری به پایین پریدند چند روز بعد ۴ چترباز به علت وجود بادهای شدید به هنگام پایین آمدن کشته شدند.

سال ۱۹۶۸: اولین اسکی باز (Sulow) از قله پایین آمد.  
سال ۱۹۹۱: بالغ بر ۴۰ نفر به علت زمین لرزه و حرکت یخچا در ارتفاع ۵۳۰۰ متری جان خود را از دست دادند. گاو میش بزرگ (تین شان) در دره‌ی آلایسکا دیده می‌شود که نماد این مسئله است.

#### روز شمار پر نامه

یکشنبه ۸۲/۵/۵ در میان استقبال دوستان و خانواده ساعت ۷/۳۰ دقیقه از تهران راهی مشهد شدیم و پس از ورود به فرودگاه مشهد به علت بسته بودن دفتر امانات تمام اثاثیه‌ی خود را به هتل بردیم تا فردا جهت پرواز مجدداً به فرودگاه برگردانیم.

دوشنبه ۸۲/۵/۶ ساعت ۶ صبح جهت پرواز به «بیشکک» به فرودگاه مشهد رفتیم و بالاخره ساعت ۹ پس از پرداخته جریمه‌ی

اضافه بار (برای هر سه پرواز کلاً کیلویی ۲۵۰۰۰ ریال) پرواز کردیم و پس از ۲/۵ ساعت به فرودگاه بیشکک رسیدیم و در آنجا پس از مدتی نماینده‌ی شرکت به ملاقات ما آمد و بلیط پرواز به شهر «اوش» را که ساعت ۵ بعدازظهر بود به ما داد و پس از پروازی ۱/۵ ساعته و ملاقات با نماینده‌ی شرکت در فرودگاه به منزل وی رفته و برای حرکت فردا به استراحت پرداختیم.

سه شنبه ۸۲/۵/۷ ساعت ۱۱/۴۵ دقیقه صبح توسط ماشین‌های سنگین که مخصوص این مناطق و ۶ دیفرانسیل بود به طرف BC حرکت کردیم و پس از گذشتن از چندین گردنه و طی مسیر حدود ۵۵۰ کیلومتر، ساعت ۸ شب در زیر ریزش باران به محل BC در ارتفاع ۳۶۰۰ متر رسیدیم و پس از آشنایی با مسئول کمپ در چادر خود مستقر شدیم.

چهارشنبه ۸۲/۵/۸ بعد از صرف صبحانه و هماهنگی با مسئول کمپ و



گامی فرود در کمپ سه به ارتفاع ۶۱۰۰ متر ساعت ۴ بعدازظهر مستقر شدیم.

شنبه ۱۸/۵/۸۲ امروز به قصد احداث کمپ پیشرفته در ارتفاع ۶۴۰۰ متر و صعود همزمان قله ساعت ۸ صبح حرکت کردیم و وسایل را در ۶۴۰۰ متر گذاشته به طرف قله حرکت کردیم و پس از ۷ ساعت تلاش در ارتفاع ۶۹۵۰ متر به علت طوفان سنگین به کمپ ۴ برگشتیم و چادر زدیم.

یکشنبه ۱۹/۵/۸۲ امروز راهنمای ما که عصر دیروز به کمپ سه رفته بود قرار بود صبح زود به کمپ چهار بیاید تا برای دومین بار به سمت قله حرکت کنیم ولی پس از تأخیر وی ساعت ۸ صبح در هوای متغیر جهت صعود قله حرکت کردیم و موفق شدیم در ساعت ۲/۳۰ دقیقه بعدازظهر قله ۷۱۳۵ متر لنین را فتح نموده و پرچم ایران را بر فراز قله نصب کنیم. به علت بارش برف و طوفانی بودن هوا پس از یک توقف که طرف پایین سرازیر شده و در کمپ چهار مستقر شدیم.

دوشنبه ۲۰/۵/۸۲ امروز ساعت ۷:۳۰ دقیقه صبح به طرف کمپ سه حرکت کردیم و در آنجا مطلع شدیم که راهنمای ما به علت بیماری دیروز موفق به همراهی ما نشده است. به اتفاق وی وسایل کمپ سه را برداشته به طرف کمپ دوم رفتیم و پس از جمع آوری بقیه‌ی وسایل در ساعت ۲/۳۰ دقیقه بعد از ظهر به کمپ یک رسیدیم.

سه شنبه ۲۱/۵/۸۲ ساعت ۸ صبح به طرف شکافها و برجهای یخی بالاتر از کمپ یک حرکت کردیم و پس از ۴ ساعت جستجو جهت پیدا کردن پیکر مرحوم ساسان رفیعی بدون نتیجه به کمپ یک بازگشتیم و بارهای خود را به وسیله‌ی یک اسب که وسایل کوهنوردان را آورده بود به کمپ اصلی بازگشتیم.

چهارشنبه ۲۲/۵/۸۲ امروز ساعت ۹ صبح کمپ اصلی «لوگورابا» را با تمام خاطرات شیرین آن ترک کرده و به وسیله‌ی یک ماشین اتاق‌دار سنگین به طرف شهر اوش حرکت کردیم و ساعت ۷ شب پس از رسیدن به منزل آقای محمود آف یکی از مسئولان شرکت مورد پذیرایی قرار گرفتیم.

پنجشنبه ۲۳/۵/۸۲ امروز صبح همراه دو تن از مسئولین شرکت به فرودگاه اوش رفتیم و پس از انجام امور پرواز و خداحافظی از آنان به طرف بیشکک پرواز کردیم و در هتلی در شهر مستقر شدیم. چون پرواز از بیشکک به مشهد فقط روزهای دوشنبه انجام می‌شود مدت سه روز در شهر به گردش و خرید سوغاتی پرداختیم. لازم به ذکر است که هزینه‌ی انجام این برنامه از مشهد و بالعکس حدود ۲۰۰۰ دلار است.

با آرزوی موفقیت و سلامتی برای تمام کوهنوردان عزیز ایران. Δ

گرفتن کپسول Epi به مبلغ هر کدام ۲ دلار ساعت ۱ بعدازظهر با کوله‌های بسیار سنگین به طرف کمپ ۱ در ارتفاع ۴۵۰۰ متری حرکت کردیم و ساعت ۶ بعدازظهر به محل کمپ رسیده و چادر زدیم.

پنجشنبه ۹/۵/۸۲ پس از شب مانی و هم هوایی در ارتفاع ۴۵۰۰ متر کمپ یک فردا صبح به طرف BC بازگشتیم تا فردا بقیه‌ی بارهای خود را به کمپ یک ببریم.

جمعه ۱۰/۵/۸۲ ساعت ۱۰ صبح به طرف C1 حرکت کردیم و بقیه‌ی بارهای خود را به وسیله‌ی اسب که وسایل کوهنوردان را از قرار هر کیلو یک دلار حمل می‌کردند به کمپ یک رساندیم.

شنبه ۱۱/۵/۸۲ شب قبل برف سنگینی در کمپ یک بارید و ما توانستیم ساعت ۱۱/۳۰ دقیقه صبح پس از بهبود نسبی وضع هوا به طرف کمپ دو با کوله‌های سنگین حرکت کنیم و پس از ۷ ساعت تلاش و گذشتن از شکافهای متعدد در ساعت ۶/۳۰ دقیقه بعدازظهر به کمپ دو در ارتفاع ۵۳۰۰ متر رسیدیم و چادر زدیم.

یکشنبه ۱۲/۵/۸۲ امروز پس از شب‌مانی در ارتفاع ۵۳۰۰ متر کمپ دوم جهت استراحت و آمادگی برای حمله‌ی نهایی به طرف پایین حرکت کردیم و در مدت ۷ ساعت پس از عبور از کمپ یک به BC رسیدیم.

دوشنبه ۱۳/۵/۸۲ امروز استراحت داشتیم و وضعیت هوا به شدت متغیر بود.

سه شنبه ۱۳/۵/۸۲ روز دوم استراحت بود که شب گذشته برف سنگینی در BC بارید که موجب شکسته شدن چند چادر از جمله چادر رستوران شد.

چهارشنبه ۱۴/۵/۸۲ امروز برای حمله‌ی نهایی به طرف C1 حرکت کردیم و روز قبل نیز پس از مذاکره با یک راهنما قرار شد ایشان در مقابل دریافت روزانه ۴۵ دلار ما را تا قله همراهی کنند.

پنجشنبه ۱۵/۵/۸۲ امروز در هوای خوب با بقیه‌ی وسایل به طرف C2 حرکت کردیم و در تمام طول مسیر به علت وجود شکافهای عمیق با طناب حمایت حرکت می‌کردیم. چادر ما در اثر دو روز هوای طوفانی و سقوط سنگ بر روی آن صدمه دیده بود که پس از کمی تعمیر آن را در محل دیگری نصب کردیم.

جمعه ۱۷/۵/۸۲ امروز ساعت ۱۰ صبح با کوله‌های سنگین به طرف C3 حرکت کردیم و پس از صعود قله سر راهی و از «دلنیا» به ارتفاع ۶۳۰۰ متر و

# نکاتی پیرامون ساز و برگ

## کوهنوردی

• مترجم: هادی فوقانی

### لباس مناسب برای صعودهای فنی

**صعود فنی فعالیتی دو مرحله‌ای است: مرحله‌ی پیش‌روی و مرحله‌ی حمایت. مرحله‌ی اول فعالیتی است شدید و همراه با تعرق زیاد و مرحله‌ی دوم فعالیتی است که در آن گاه ممکن است پیش از یکساعت کوهنورد مجبور به توقف و انجام کیفیت‌گامیت شود که طبعاً همراه با سرد شدن بدن او خواهد بود بنابراین اگر کوهنورد مراقب نباشد، بدنش خیس خواهد شد و سپس سرما خواهد خورد و سرماخوردگی او مقدمه‌ای بر از دست دادن حرارت و کاهش دمای بدنش خواهد شد که او را از پا خواهد انداخت.**

تنها راه غلبه بر این مشکل آن است که کوهنورد لباسش را طوری انتخاب کند که در هنگام حرکت و پیش‌روی میزان تعرق بدنش به حداقل برسد و در هنگام توقف و حمایت بدنش گرم بماند. تجربه نشان داده است که بهترین انتخاب آن است که در مرحله‌ی اول یک «لباس پیش‌روی» با حداقل وزن و حجم بپوشیم و در مرحله‌ی دوم لایه‌ی تکمیلی دیگری را بر آن اضافه کنیم. ذیلاً شرح بیشتری را در این مورد می‌آوریم.

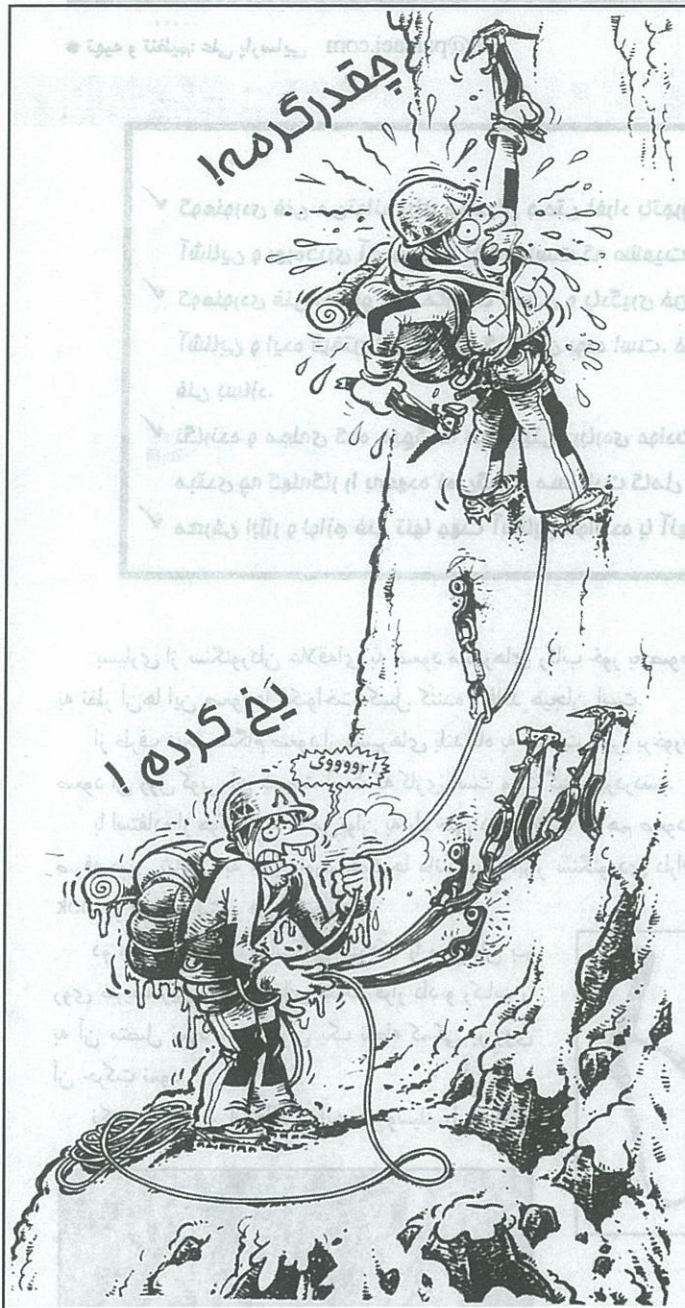
روش سنتی: برخی از کوهنوردان برای یکنواخت نگه داشتن دمای بدن توصیه می‌کنند که در مرحله‌ی حمایت در زیر لایه‌ی بیرونی پوشش (مثلاً کاپشن یا ژاکت رویی) یک لایه عایقی اضافه کنیم و در هنگام پیش‌روی این

لایه‌ی عایقی را از تن درآوریم. اما این روند، روندی زمان‌بر است، زیرا مستلزم آن است که مثلاً در هنگام حمایت ابتدا لایه‌ی بیرونی را از تن درآوریم و سپس لایه‌ی عایقی را اضافه کنیم و آنگاه مجدداً لایه‌ی بیرونی را بپوشیم. در شروع پیش‌روی نیز به همین ترتیب با درآوردن و پوشیدن مجدد لباس رویی مواجه خواهیم شد. به علاوه این روش مستلزم تنظیم دوباره‌ی صندلی صعود در هر مرحله خواهد بود.

اضافه بر این‌ها کاپشن و شلواری که به حد کافی گشاد باشند تا بتوان لایه‌های عایقی را در زیر آنها پوشید، لباس‌هایی حجیم، سنگین و دست و پاگیر از آب درخواهند آمد. در عوض پیشنهاد می‌کنیم توصیه‌های زیر را بکار بندید و در عمل و از طریق آزمون لباس‌های گرم گوناگون، بهترین سیستم دلخواه خویش را به دست آورید.

توصیه ۱: برای مرحله‌ی اول یا مرحله‌ی حرکت یک «لباس پیش‌روی» انتخاب کنید.

شالوده‌ی این سیستم پوششی خشک و گرم بر یک «لباس پیش‌روی» قابل انعطاف و سبک نهاده شده است. بسته به شرایط، لایه‌ی بیرونی این «لباس پیش‌روی» می‌تواند دارای یک ساختار کشیاف باشد و یا خیلی ساده یک بادگیر سبک باشد که بر روی لباس زیر بلندی پوشیده شده است. این لباس پیش‌روی حداقلی در هنگام حرکت شما را گرم نگه خواهد داشت اما به خاطر داشتنه باشید که عضلات سرد کارآمدتر از عضلاتی هستند که بیش از حد گرم شده‌اند. این لباس همچنین مانع تعرق زیاد می‌شود، بالاخره در این لباس بدن شما انرژی زیادی را صرف خنک کردن خویش نمی‌کند. بدین ترتیب چون در موقع سر طناب بودن عرق زیادی نخواهید کرد، بنابراین در موقع توقف و حمایت نیز لایه‌ی عایقی لباس شما خیلی خیس نخواهد شد و همچنین احساس خنکی یا سرمای بیش از حد نخواهید کرد، احساسی که به خاطر تبخیر سریع رطوبت‌های زیاد ناشی از تعرق پدید می‌آید. لباس پیش‌روی باید مجهز به زیپ‌هایی باشد تا به کمک آنها بتوان در هنگام حرکت به تنظیم دقیق و دل‌خواه سیستم پوششی دست یافت.



**توصیه ۲:** در مرحله‌ی اول یا مرحله‌ی حرکت از پوشیدن کاپشن ضدآب و قابل تنفس خویش اجتناب کنید.

اگر هوا آن قدر سرد است که برای لباس پیش‌روی خویش به لایه‌های بیشتری نیاز دارید، باید اطمینان حاصل کنید که لایه‌های عایقی بعدی‌تان قابل تنفس‌تر از لایه‌های زیرین باشند، به نحوی که این لایه‌ها بتوانند به راحتی هرگونه رطوبت تبخیر شونده‌ای را از بدن شما دور کنند. فقط به هنگام بارش باران یا برف آبدار است که باید کاپشن ضدآب و قابل تنفس خویش (مثلاً کاپشن گورتکس خویش) را بیوشید. اگر کاپشن ضدآب و قابل تنفس خود را در مواقعی جز این به تن کنید، هر چقدر هم که این کاپشن قابل تنفس باشد باز به راحتی همه‌ی رطوبت‌های حاصل از تعرق را به بیرون هدایت نخواهد کرد. عوض استفاده از چنین کاپشنی، ژاکت یا کاپشنی را انتخاب کنید که دارای لایه‌ی عایقی سبکی بوده و لایه‌ی بیرونی آن دارای ساختاری شبیه به نایلون‌های معمولی باشد که دارای این مزیت هم هستند که بسیار ارزان‌تر از کاپشن‌های ضدآب و قابل تنفس هستند و یا می‌توانید از ژاکت‌های کشاف استفاده کنید. هر دوی اینها کاملاً گرم، مقاوم در برابر باد و به نحو تعجب آوری قابل تنفس هستند. در مورد شلوار باید گفت که چون در موقع فعالیت از پاهای نسبت به بالاتنه کمتری ساطع می‌شود، بنابراین احتمال اینکه شلوار کوهنورد با رطوبت ناشی از تعرق خیس شود کمتر است. به این دلیل در لباس پیش‌روی می‌توان تمام مدت از شلوارهایی استفاده کرد که خاصیت ضدآب بودن لایه‌ی بیرونی آنها بیشتر است، مانند شلوارهایی از پارچه‌ی ضدآب و قابل تنفس، که البته همانطور که در بالا گفتیم از پوشیدن کاپشنی با چنین جنسی برای قسمت بالاتنه باید حتی المقدور احتراز کرد.

**توصیه ۳:** برای مرحله‌ی دوم یا مرحله‌ی حمایت کاپشن یا ژاکت خوب و مرغوبی را انتخاب کنید و در این زمینه حسّست به خرج ندهید.

در مرحله‌ی حمایت باید یک کاپشن خوب و بزرگ را روی لباس پیش‌روی خود بیوشید و زیپ‌های شلوار و کاپشن‌تان را هم ببندید. سپس ابزار حمایت را مستقر کرده و خودتان را برای یک حمایت دوساعته آماده کنید. در این مرحله بیشتر رطوبتی که در لباس پیش‌روی پدید آمده است به داخل لباس حمایت نفوذ خواهد کرد. بنابراین بهتر است از لباس‌هایی استفاده کنید که در آنها مواد عایقی مصنوعی به کار رفته است زیرا پر وقتی رطوبت می‌گیرد مقدار زیادی از خاصیت عایقی خویش را از دست می‌دهد. در این مرحله هم تا می‌توانید از لباس‌های ضدآب قابل تنفس اجتناب کنید زیرا این لباس‌ها به خوبی لباس‌هایی که لایه‌ی بیرونی آنها از نایلون معمولی است رطوبت را به خارج هدایت نمی‌کنند. در هر صورت لباس حمایت شما نمدار خواهد شد اما شما می‌توانید لباس حمایتتان را در جان پناه یا شب هنگام در کیسه خوابتان خشک کنید. Δ

## لوازم کوهنوردی کوهسار

### «گرگان»

عامل مستقیم فروش لوازم کوهنوردی معروف‌ترین شرکت‌های تولیدی در استانهای گلستان، سمنان و مازندران  
نشانی: شهرداری - پشت بانک صادرات - طبقه دوم سالن ورزشی طنّاز - تلفن: ۰۱۷۱-۲۲۳۳۹۱۵ نصیری

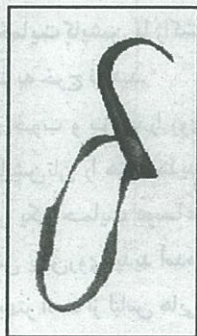
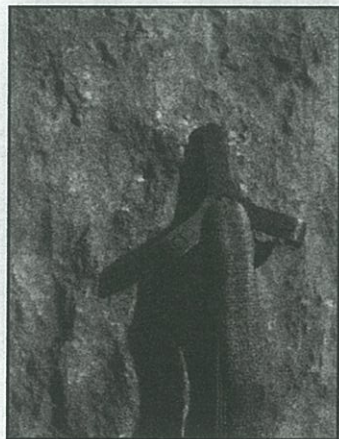
### تذکر:

- ✓ کوهنوردی فنی می‌تواند برای مبتدیان و متی افراد باتجربه بسیار خطرناک باشد. نکاتی که در این مقاله ذکر شده تنها برای آشنایی و بهره‌گیری آن دسته از افرادی است که سلامیت و توانایی کافی انهام مصعدهای فنی را دارند.
- ✓ کوهنوردی فنی امتیاج به ممارست تمرین و یادگیری فن زیر نظر یک مربی مجرب را دارد. نکات ذکرشده تنها به عنوان آشنایی و ایده گرفتن از روش‌های گوناگون بوده است. فوآندن این مطالب به تنهایی نمی‌تواند از هیچ شفضی یک کوهنورد فنی بسازد.
- ✓ نگارنده و مجله‌ی کوه هیچ‌گونه مسؤلیتی درباره‌ی موآدث اهماالی برای افرادی که از این توصیه‌ها استفاده نموده‌اند چه مبتدی چه کهنه‌کار را به‌عهده نمی‌گیرند. مسؤلیت کامل استفاده از توصیه‌ها و تصاویر این مطالب بر عهده‌ی فوآنده است.
- ✓ مصرفی ابزار و لوازم فنی تنها جهت آشنایی فوآنده با آنها بوده و هدف تبلیغ ابزار از تولیدی خاصی نمی‌باشد.

بسیاری از سنگنوردان علاقه‌ای به صعود مسیرهای رکاب خور بخصوص آن دسته از مسیرهایی که به صورت مسلسل وار رول کوبی شده است را ندارند و به نظر آن‌ها این صعودها یکنواخت، کسل کننده و فاقد هیجان است. از طرف دیگر هنگام صعود از مسیرهای بلند گاه به قسمت هایی برخورد می‌کنیم که فاقد هرگونه درز و شکاف برای نصب حمایت میانی است و تنها چاره‌ی صعود آن رول کوبی آن قسمت است که کاری است وقت گیر و پردردسر. با استفاده از هوک Hook می‌توان به راه حلی دست یافت که هم صعود مصنوعی را به عملی جالب و متنوع تبدیل کند و همچنین در مصرف انرژی و زمان صرفه‌جویی شایانی به عمل آورد. هوک‌ها مانند سایر ابزار سنگنوردی دارای سایزها و اندازه‌های متنوعی هستند. امروز در ایران سه مدل sky - bat hook و Talon بیشتر در دسترسند.

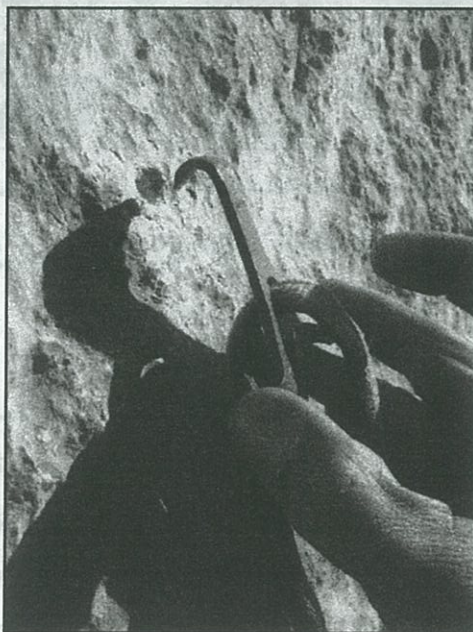
دو مدل بت هوک و اسکای هوک را می‌توان بر روی ظریف‌ترین برآمدگی‌های سنگ قرار داد و رکاب را به آن متصل نمود و به عنوان یک نقطه کمکی بر روی آن حرکت نمود.

نکته‌ی مهم در استفاده از این دو وسیله را می‌توان



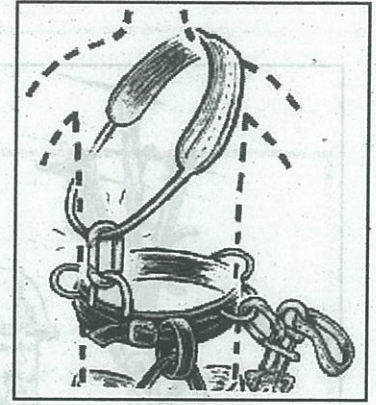
۱. فشار یکنواخت در هنگام سوار شدن بر روی آن ۲. دقت در انتخاب محل قرار دادن (که شکننده نباشد) دانست.

اما تالون این وسیله از سه پره تشکیل شده که عرض نوک هر یک با دیگری متفاوت است. هنگام رول کوبی در مسیرهای صاف می‌توان به جای یک سوراخ عمیق با مته یک سوراخ ۱ سانتی‌متری ایجاد کرد. سپس سر تالون را داخل سوراخ گذاشت و با چکش بر روی آن کوبید و رکاب را بر روی آن قرار داد. در این حالت اگر یک مسیر ۱۵ متری را بخواهیم در میان یک دیواره رول کوبی کنیم می‌توانیم رول اول را زده سپس سوراخ دوم و سوم را برای تالون ایجاد کنیم و از نقطه‌ی سوم رول سوم را بزنیم. بنابراین به جای کوبیدن ۱۰ رول در فاصله‌ی یک و نیم متری از هم کافی است ۳ رول در مسیر بکوبیم.

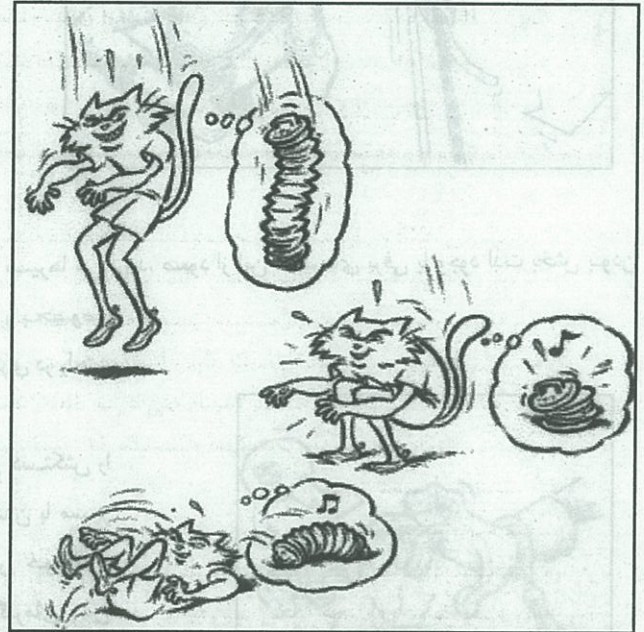




هنگام صعود از مسیرهای بلند و بیشتر از یک طول طناب که احتیاج به ابزارگذاری دارند نحوه‌ی به همراه بردن ابزار و چگونگی اتصال آن‌ها به صندلی و حمایل نقش مهمی در راحتی صعود بازی می‌کند. اندازه بودن حمایل و دست پاگیر نبودن آن هم از نکاتی است که به آن توجه داشت یکی از رایج‌ترین اشکالاتی که حمایل به وجود می‌آورد چرخیدن از بغل به جلوی بدن سنگنورد است که جلوی دید او را می‌گیرد. برای رهایی از این مشکل کافی است یک کارابین به تسمه‌های کنار صندلی خود بزنید و آن را به حمایل خود متصل کنید و ابزار را در پشت آن کارابین بر روی حمایل آویزان کنید.



فرندهایی که خودشان دارای تسمه‌ی بلند هستند را تا حد امکان از نزدیک‌ترین جای ممکن به صندلی



وصل کنید. مزیت این کار را وقتی هنگام صعود این ابزار به پای شما پیچیده نمی‌شوند درک خواهید کرد.

در تمرینات سالتی سنگنوردی معمولاً به تشک یا فوم نرم در زیر دیواره قرار داده شده تا در صورت سقوط سنگنورد (که بسیار زیاد پیش می‌آید) از صدمات احتمالی بکاهد. در سالن‌های تمرین سنگنوردی دیدن این صحنه که یک نفر از بالای دیواره تراورس به پایین بیفتد امری است عادی. اما این پرش‌ها به خصوص آن‌هایی که کسی از شدت مراقب سنگنورد نیست تا با



گرفتن از شدت ضربه کم کند به مرور زمان باعث ایجاد آسیب‌های جدی در ناحیه‌ی زانو و همچنین پاشنه‌ی پای سنگنورد می‌شود. (اکثر سنگنوردان به علت پوشیدن کفش‌های تنگ به هیچ عنوان علاقه‌ای به افتادن بر روی پنجه‌ی پا ندارند.) بهتر است برای کاستن از این آسیب روش افتادن گریه‌ای را در نظر داشته باشید. هنگامیکه به پایین می‌پرید به جای مستقیم گرفتن پاها (که بدترین حالت است) به پاهایتان حالت ارتجاعی و فنری بدهید. اگر اندازه‌ی تشک اجازه می‌دهد همانند تصاویر سعی کنید از پشت بر روی زمین بغلتید تا ضربه به جای انتقال بر روی زانوهایتان در سطح بدنتان خنثی شود.

### چی گفتی؟

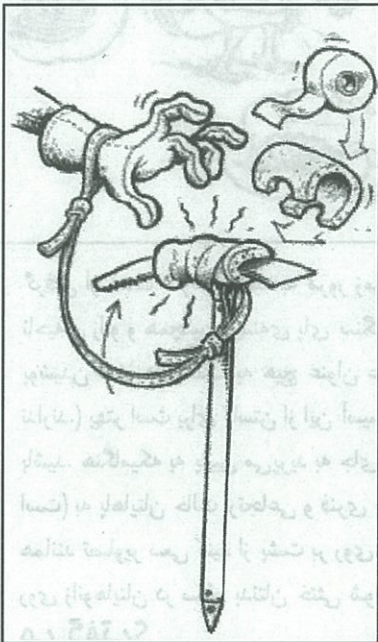
این جمله‌ای است که همواره و بارها بر روی مسیرهای بلند بین نفرات یک کرده تکرار می‌شود. باد، حالت مسیر، بُعد مسافت ارتباط بین نفرات کرده صعود را دچار مشکل می‌کند، به خصوص که در اکثر دیواره‌ها بعد از چند متر صعود، صعود کننده از دید حمایتچی دور می‌شود. اشتباه در درک کلمات می‌تواند به حادثه‌ی خطرناکی منجر شود. فرض کنید صعودکننده به کارگاه بالا رسیده و اعلام می‌کند: حمایت آزاد و حمایت‌چی به جای آن حمایت آماده را بشنود و خود را از حمایت آزادکنند...



طبیعتاً هر چقدر نفرات سعی در بلند داد زدن داشته باشند در صورت مساعد نبودن وضعیت هوا یا باد یا بوران کار ارتباط گیری سخت می شود. برای پرهیز از این حالت استفاده از کلمات قراردادی در تمامی کتابها و کلاسهای آموزش توصیه شده ولی اگر صدا به هیچ عنوان گویا نبود چه باید کرد؛ در این حالت بگذارید طناب با شما سخن بگوید. با کشیدن قراردادی طناب می توان به خوبی منظور را به نفر دوم منتقل کرد. فرضاً سه بار کشیدن یعنی به کارگاه رسیدم. حمایت آزاد. دوبار کشش یعنی صعود کن. در حالتی که نفرات مشغول فرود هستند وقتی نفر به کارگاه پایین رسید و خود کاملاً از طناب جدا کرد می تواند با شک دادن و کمی بالا و پایین کشیدن طناب به نفرات خود بفهماند که فرود بیایند. نکته ی مهم چک کردن علائم قبل از صعود و دقت در حین کار است.

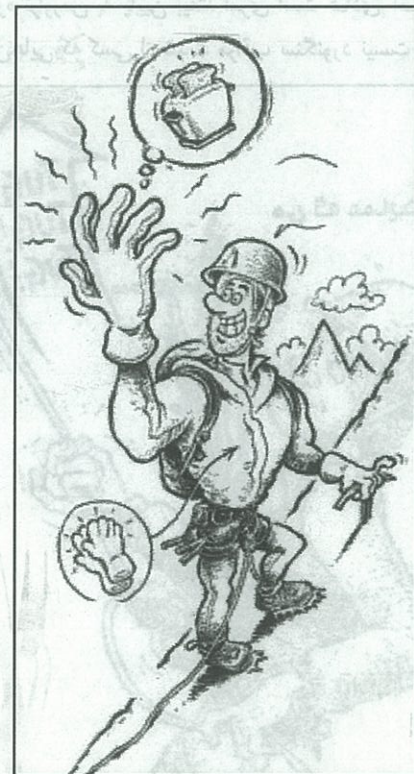
### کوهنوردی در برف

فصل بهار در بین کوهنوردان یکی از محبوبترین فصول برای صعود قله خارج از شهر است و بخصوص وجود برفچالهای به جا مانده از زمستان که به زیبایی مسیرها می افزاید. صعود از این مسیرهای برفی با وجود لذت بخش بودن می تواند در هنگام تغییر هوای بهاره و بارش گاهی به خیس شدن کوهنورد و بخصوص دستکش های او بیانجامد. به همراه داشتن دستکش اضافه در این مواقع کمک مؤثری در راحتی صعود است.



اما اگر این دستکش را قبل از درگیر شدن با مسیر برفی در لباس خود قرار دهیم به علت گرمای بدن گرم می ماند و هنگام استفاده آسودگی بسیار زیادی را به همراه می آورد.

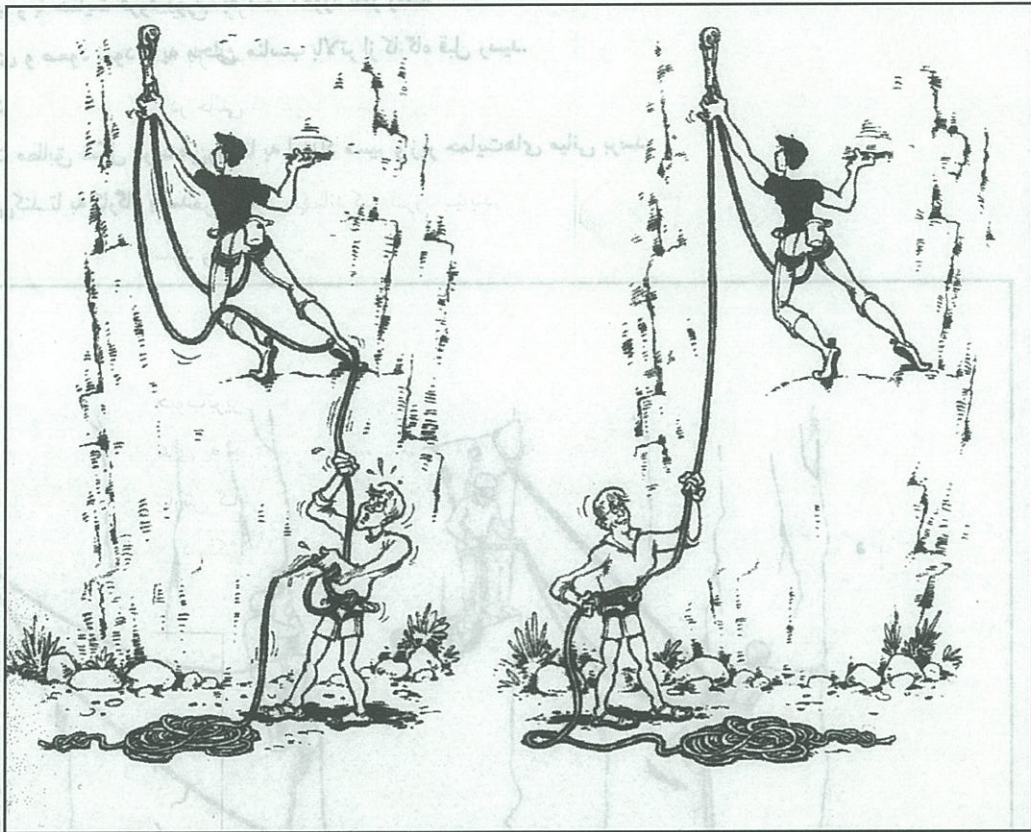
تیغهی کلنگ در هنگام صعود از یخ و برف به علت ماهیت فلزی خود به سرعت سرد می شود و انتقال این سرما به دست بخصوص وقتی که دستکش مناسبی



به دست نداشته باشیم می تواند به کرخ شدن دست و حتی سرمازدگی بیانجامد. برای جلوگیری از این اتفاق می توان از روش زیر بهره جست. یک تکه فوم پلاستیکی را مطابق شکل بریده با چسب نواری بر روی تیغهی کلنگ می چسبانیم. فقط باید دقت کرده تیغهی کلنگ به حد کافی از زیر فوم بیرون بماند تا بتوان در هنگام سقوط از آن استفاده نمود.

## صعودهای ورزشی

مناسب بودن مکان حمایت چی بخصوص در مسیرهایی که از زمین شروع می‌شوند عامل مهمی در ایمنی و سهولت کار سر طناب است. حمایت چی باید در محلی نزدیک به سنگ و در حالتی بایستد که بتواند حرکات صعود کننده را به خوبی زیر نظر داشته باشد و در مواقع لزوم به او طناب بدهد. جایگیری غلط حمایت چی باعث ایجاد اشکال برای صعود کننده و حتی اصابت او به زمین با وجود انداختن طناب در حمایت میانی اول می‌شود.

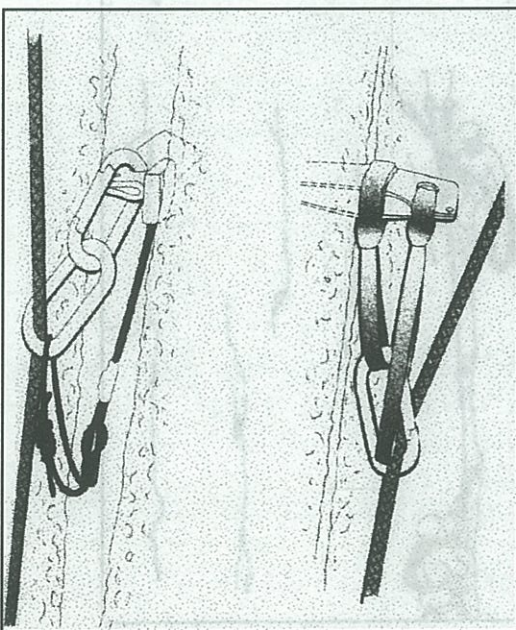


## ابزارگذاری

گاهی در مسیرهای دیواره ای ابزاری که به همراه داریم مناسب جایی نیست که باید در آن حمایت میانی نصب کنیم. در این می‌توان با کمی ابتکار و ترکیب لوازم حمایت مناسبی را به وجود آورد.

معمولاً ترکیب یک کیل با میل ضخامت مورد نیاز را تأمین می‌کند. اما در این میان یک نکته‌ی مهم را نباید فراموش کرد. در صورتی که ابزار از جای خود درآید آن ابزاری که به عنوان ضامن از آن استفاده شده به پایین پرت می‌شود!

برای جلوگیری از این کار می‌توان همانند شکل از تسمه یا طنابچه‌های کمکی بهره جست تا از پرت شدن وسیله جلوگیری شود.



### پاندوله و تغییر جهت

گاهی در مسیرهای دیواره‌های شکافی که مشغول صعود از آن هستیم کور می‌شود و امکان ادامه‌ی مسیر وجود ندارد. برای ادامه‌ی مسیر باید چند متر به سمت دیگر برویم تا به شکاف دیگری دسترسی پیدا کنیم. ولی مسیر افقی بین ما و شکاف کناری کاملاً صاف است و امکان گیره گرفتن و تراورس در آن وجود ندارد. در این حالت:

۱- باید یک کارگاه زد.

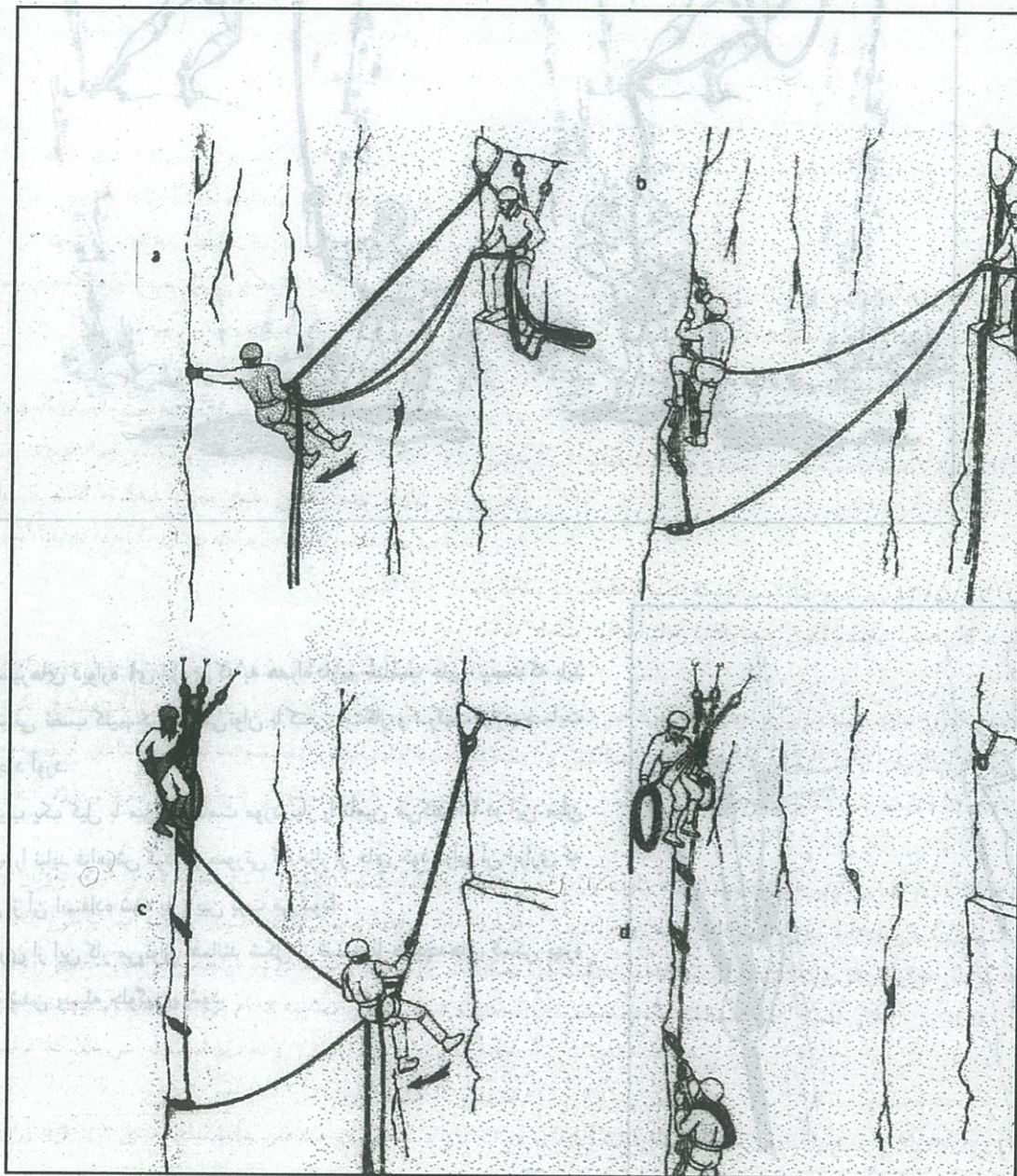
۲- به وسیله‌ی طناب و با حمایت فرود مورب به سمت مورد نظر رفت.

۳- مسیر را ابزارگذاری و صعود نمود تا به محلی مناسب بالاتر از کارگاه قبل رسید.

۴- کارگاه مناسبی زد.

۵- نفر دوم با حمایت مطابق شکل فرود می‌رود تا به امتداد مسیر و زیر حمایت‌های میانی برسد.

۶- مسیر را صعود می‌کند تا به کارگاه برسد.



# برای شما خوانده‌ایم



## I N T E R N E T

**توجه:** ماهیت ذاتی اینترنت تغییرپذیری آن می‌باشد. نگارنده و مجله کوه مسئولیتی در قبال تغییر آدرس‌هایی که در زیر معرفی شده‌اند و همچنین محتوای سایت‌ها و وب لاگ‌ها ندارند.

فعالیت فدراسیون و کمیته‌های آن و زمان برگزاری دوره‌ها و سایر اخبار را در آن پیدا کرد. یکی دیگر از بخش‌های این سایت مجموعه دستورالعمل‌های برپایی دوره‌های مختلف کوهنوردی و شرایط برپایی آن‌ها می‌باشد که قابل Download (دریافت) از این سایت می‌باشد.

**مسئور و یک پرسش غریب**

<http://www.camp4.com/index.php?newsid=519>

نام رینهولد مسنر اولین فاتح تمام قله هشت هزار متری برای بسیاری از کوهنوردان دنیا آشناست و علاقه‌مندان به کوهنوردی کم و بیش از شرح صعودهای وی باخبر هستند.

قله‌ی نانگاپاربات اولین صعود مسنر به یک قله‌ی هشت هزار متر بود. وی این صعود را به همراه برادرش انجام داد. هنگامی که وی به تنهایی از سمت دیگر این کوه به پایین بازگشت گفت: بعد از صعود قله برادر وی دچار ارتفاع زدگی حاد شد و آنها مجبور شدند از مسیر دیگری غیر از مسیر صعود به پایین بازگردند و هنگامی که به دامنه‌های کوه رسیدند یک بهمین برادرش را مدفون کرد. این اتفاق تأثیر عمیقی بر روی مسنر گذاشت و او همواره در کتاب‌های خود از آن به تلخی یاد می‌کند. اما امروزه اعضای آن تیم، روایت عجیب دیگری را از آن صعود بازگو می‌کنند. روایتی که مسنر را واداشته اعلام کند: به نانگاپاربات باز می‌گردد و آنقدر بهمین‌های آن منطقه را می‌کاود تا پیکر برادرش را پیدا کند تا ثابت کند... بد نیست بقیه‌ی مطالب را در این آدرس بخوانید.

**Golden Dry فن آوری انقلابی** <http://www.dry-cover.info>

دوست داشتید در صعودهای خود از طنابی استفاده کنید که هرگز خیس نشود و بعد از یک سقوط بر روی یک لبه دو سانتی متری پاره هم نشود!!! سری به سایت بالا بزنید. این آرزو صورت تحقق به خود گرفته است.

**من فقط می‌خواهم صعود کنم** <http://www.humar.com>

صعود دیواره‌ی نویسته به تصور بسیاری، یکی از بزرگترین دستاوردهای کوهنوردی در هیمالیا محسوب می‌شد. صعودی که پایان تلخ پرت شدن یکی از انجام دهندگانش از فراز قله بر اثر وزش شدید باد، رنگ غم‌انگیزی به خود گرفت. توماس هومار کوهنورد اسلونیایی بعد از این صعود جبهه‌ی جنوبی دانولاگیری را به تنهایی ظرف هشت روز صعود کرد. کاری که بزرگترین هیمالیانوردان دنیا را بر آن واداشت تا برای استقبال او به فرودگاه شهر زادگاهش بروند. هومار چندی بعد از این صعود هنگام تعمیر خانه‌اش به داخل یک چاله افتاد و هر دو پایش شکست. شدت آسیب به حدی بود که پزشکان راه رفتن را برای او محال می‌دانستند اما او سلامتی خود را بازیافت و ماه پیش بردیواره‌ی جنوبی اکوانگاکوا مسیر مستقیمی‌گشود. سری به سایت او بزنید. Δ

**سایت گل کوه** <http://www.golkooh.com/>

این سایت جزو معدود سایت‌های کوهنوردی به زبان فارسی است که به بازدید کنندگان خود امکان ارسال گزارشات، ترجمه‌ها و تصاویر را از داخل خود می‌دهد. بخش‌های این سایت عبارتند از: کوهنوردی، طبیعت گردی، گالری، خواندنیها، ثبت نام اعضا، گالری و...

**گروه کوهنوردی آرش سنندج**

<http://www.arashsena.netfirms.com>

در وب سایت این گروه فعال کوهنوردی کردستان همیشه می‌توان از آخرین اخبار فعالیت‌های این گروه مطلع شد.

**یادداشت‌های یک کوهنورد**

<http://mohammadvalinejad.persianblog.com>

نام وب لاگ محمد والی نژاد دانشجوی کوهنورد است. وی در این وب لاگ که عمدتاً با عکس‌های زیبایی تزئین می‌شود نه تنها از کوهنوردی می‌نویسد بلکه گوشه چشمی به روابط اجتماعی کوهنوردی و منش آنان نیز دارد. به قول او: حتی اگر نتوانی به اوج برسی، همین که تلاش کرده‌ای تا از این روزمرگی حتی با یک جستن کوچک، جدا شوی، با ارزش است. پس تا صعودی دیگر، لذتی دیگر، پروازی دیگر، تجربه‌ای دیگر...

**کوه... کوهنورد... کوهنوردی**

<http://www.climbing.persianblog.com>

توسط کوهنوردی به نام محمد نوشته می‌شود. وی می‌گوید: سلام به همه‌ی عزیزانی که به کوه و کوهنوردی علاقه دارند. سعی من بر این است که توی این وب لاگ مطالب مفید و آموزنده‌ای که در ارتباط با کوهنوردی می‌خوانم یا از دیگران یاد می‌گیرم در اختیار شما قرار دهم.

امیدوارم که با راهنمایی‌ها و آموخته‌های خود؛ من را در هر چه پربارتر کردن این وب لاگ یاری کنید.

**پایگاه اطلاعاتی کوهنوردی ایران**

<http://www.persianebuy.com/mountain>

نام سایت بسیار جالبی است که توسط کوهنوردان عزیز همدانی طراحی و ایجاد شده است. این سایت یکی از زیباترین و خوش ساخت‌ترین سایت‌های موجود در زمینه‌ی کوهنوردی به فارسی می‌باشد و کاملاً مشخص است که زحمت بسیار زیادی در طراحی آن کشیده شده است.

**آغاز به کار رسمی سایت فدراسیون کوهنوردی**

[www.iranmountfed.com](http://www.iranmountfed.com)

در شماره‌ی قبل خبر از ایجاد آزمایشی سایت فدراسیون کوهنوردی داده بودیم. این سایت رسماً شروع به کار نموده و تقریباً هر هفته می‌توان اخبار جدید

## فروشگاه ورزشی فرهنگ

عرضه کننده لوازم کوهنوردی  
در استان یزد

نماینده انحصاری و عامل فروش  
معروفترین تولیدات وسایل کوهنوردی

### با نازلترین قیمت

عرضه کننده ی CD اورست - چوآیو

سنگنوردی و صفره نوردی

با یک تماس برای شما ارسال می شود.

یزد:

خیابان ایران شهر - روبروی هنرستان شهید رجایی

ورزشی فرهنگ - محمد مهدی کمالیان

تلفن: ۰۳۵۱-۶۲۶۲۴۱۸

۰۹۱۳۱۵۳۲۶۵۱

## کوهستان خالی از خطر نیست

با آموزش، تمرین، امتیاط، فودداری از  
غرور بیجا و برنامه ریزی صحیح امکان بروز  
مادته را به حداقل ممکن برسانیم.

## جناب آقای صادق آقاجانی

انتخاب جناب عالی را به ریاست اتحادیه  
کوهنوردی آسیا و همچنین انتخاب

## جناب آقای همایون بختیاری

را به سمت دبیر اتحادیه کوهنوردی آسیا  
تبریک می گوئیم.

هیئت کوهنوردی تفرش  
تمجیدی

دوست و همنورد گرامی

جناب آقای ذبیح الله حمیدی

فقدان دردناک خواهر عزیزتان را از صمیم قلب تسلیت می گوئیم.  
خانه کوهنوردان تهران

تفنیف ویژه برای مشترکین مجله

## GPS

گیرنده ماهواره ای سیستم موقعیت یابی جهانی

هنگام تفریحات علمی، کوهنوردی، شکار، ماهیگیری و مسافرت در زمین و هوا

و دریا از محل خود، مسیر طی شده و راهی که پیش رو دارید مطلع شوید.

### اطلاعات دریافتی توسط etrex:

طول و عرض جغرافیایی و ارتفاع در هر نقطه از زمین و دریا و هوا ثبت مختصات  
جغرافیایی هر نقطه با نام و نشانه گرافیکی دلفواه هدایت به هر نقطه مورد نظر با  
وارد کردن مختصات جغرافیایی راهنمایی جهت بازگشت به مبدا و یا هر موقعیت  
ثبت شده نمایش سرعت در هر لحظه، سرعت متوسط و حداکثر سرعت مناسبه فاصله  
طی شده و فاصله باقیمانده تا مقصد نمایش مدت زمان سفر و زمان باقیمانده تا  
مقصد ثبت اتوماتیک مسیر حرکت برای ده مسیر جداگانه مناسبه زمان طلوع و  
غروب فورشید در هر مکان اتصال به کامپیوتر برای دریافت و یا ذخیره اطلاعات نمایش  
جهت جغرافیایی هنگام حرکت قابلیت نصب در اتومبیل و کشتی مقام در برابر نفوذ  
آب و گرد و غبار

### شرکت مهرآفرین سبیل

لطفاً برای کسب اطلاعات بیشتر و آگاهی از مشخصات سایر گیرنده ها با ما تماس بگیرید.

تهران - میدان انقلاب - خیابان آزادی - کوچه شهید مهدی جنتی - پلاک ۳۳

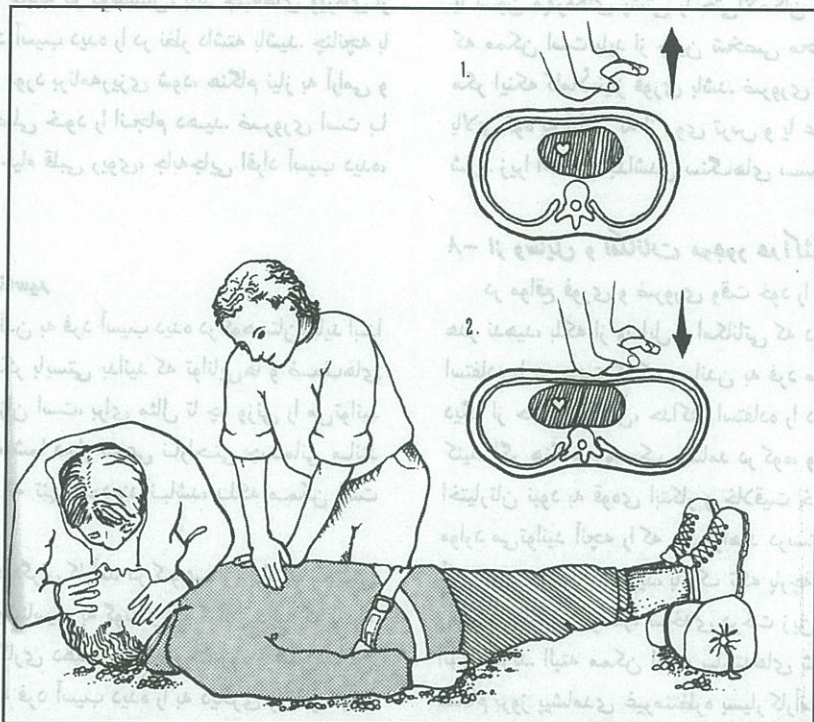
تلفن: ۶۹۴۹۵۰۴ - ۶۹۳۲۲۵۹ موبایل: ۰۹۱۱۲۱۴۰۷۶۴ فاکس: ۶۹۴۹۳۸۹



# راهنمای امداد و نجات در کوهستان

«از بروز حوادث در کوه پیشگیری کنیم»

● ترجمه: وحید عرفانی



حادثه، به ویژه در کوهستان هیچگاه خبر نمی‌کند و معمولاً در زمان و مکانی پیش می‌آید که بروز آن مورد انتظار نیست. ممکن است خطرناک‌ترین پیشامد در کوه به علت کوچکترین بی‌توجهی و سهل‌انگاری بروز نماید. از طرفی هر حادثه در کوهستان خطرناک و مرگ‌آور نمی‌باشد، بلکه عدم دسترسی فوری یا ناآگاهانه در جهت مقابله‌ی درست و فنی با آن می‌تواند خطر بروز مرگ یا آسیب‌های جبران‌ناپذیری به وجود آورد. همگی ما در مراقبت از سلامت و ایمنی خود و دیگران در کوهستان وظیفه‌ای بر عهده داریم که شاید از هر وظیفه‌ی دیگری مهم‌تر باشد. عقل سلیم حکم می‌کند که ما بتوانیم هنگام بروز پیشامدهای اضطراری، به خصوص خطرات در کوهستان، به اقدامی تعیین‌کننده و سودمند دست بزنیم. مطالعه‌ی این راهنمای کمک‌های اولیه (امداد و نجات) را به تمامی عزیزان و به ویژه کوهنوردان گرامی توصیه می‌نمایم.

## ۱- فونسر باشیر

سعی کنید در هنگام کمک به فرد آسیب دیده در کوه، خونسرد باشید تا بتوانید به آسانی تصمیم بگیرید و از همه مهم‌تر از افزودن بر اضطراب فرد مصدوم بپرهیزید. در گرفتن تصمیم‌های خود شتاب نکنید، بلکه همواره کوشش کنید آنچه می‌توانید انجام دهید. بنابراین تمرکز کنید و اقدامات خود را به شیوه‌ای اطمینان‌بخش و سنجیده به انجام برسانید. دلداری دادن و بیان کلمات شیرین و محبت‌آمیز، موجب کاهش آشفته‌گی و فشارهای روحی فرد آسیب دیده می‌شود. فراموش نشود که آرامش محیط و اطرافیان فرد مصدوم می‌تواند به نحو شگفت‌آوری از شدیدتر شدن وضعیت اضطراری پیشگیری کند.

## ۲- صفات امدادگر را از یاد نبرید

نقش شما به عنوان امدادگری غیرحرفه‌ای در کوهستان، تشخیص و

انجام کمک‌های اولیه برای شرایط خطرناک، پیش از رساندن فرد آسیب دیده به پزشک یا نزدیک‌ترین مرکز درمانی است. به طور کلی داشتن صبر، دوستی، مهربانی و دلسوزی از صفات مهم یک امدادگر در کوهستان است. یک امدادگر خوب در کوهستان باید نکات زیر را فراموش نکند: با دقت به همه‌ی نشانه‌ها، آسیب‌ها و بیماری‌ها توجه نماید. آنچه را که از اصول کمک‌های اولیه آموخته است با کاردانی، درستی و دقت به کار بندد، تا بتواند به نحو شایسته موجب نجات جان فرد آسیب دیده و نیز جلوگیری از شدیدتر شدن آسیب و افزایش بهبودی او شود. با آرامش و حوصله از فرد آسیب دیده مراقبت کرده و از درد او بکاهد. بر اساس نوع آسیب و بیماری و نیز موقعیت فوری کمک‌رسانی، فرد مصدوم را به نزدیک پایگاه امداد و نجات در کوهستان و یا نزدیک‌ترین مرکز درمانی برساند. با روش‌های سنجیده و درست از میزان ترس فرد آسیب دیده کاسته و او را دلداری می‌دهد. با

**۷- از خطرات محیطی غافل نباشید**

در صورت وجود خطرات محیطی، مانند ریزش سنگ از بالای کوه هر چه سریع‌تر فرد آسیب دیده را با رعایت اصول کمک‌های اولیه و ایمنی به جای امنی انتقال دهید، البته توجه گردد که فرد با شکستگی احتمالی گردن یا ستون مهره‌های پشتی را حتی الامکان نباید حرکت داد، بنابراین تا آنجا که ممکن است باید از چنین شخصی محافظت شود و حرکت داده نشود، مگر اینکه کاملاً نیاز فوری باشد. ضروری است در هنگام ریزش سنگ از بالای کوه به آرامی نه از روی ترس و یا عجله، به فرد آسیب دیده نزدیک شوید زیرا احتمال جدا شدن سنگ‌های سست و ریختن آنها روی او وجود دارد.

**۸- از وسایل و امکانات موجود حداکثر استفاده کنید**

در مواقع فوری و ضروری وقت خود را به علت فراهم نبودن وسایل به هدر ندهید، بلکه از وسایل و امکاناتی که در دسترس شما است حداکثر استفاده را در جهت کمک رساندن به فرد مصدوم انجام دهید، به عبارت دیگر از حداقل وسایل، حداکثر استفاده را در بهبود حال فرد آسیب دیده کنید. اگر هنگام بروز یک پیشامد در کوه، وسیله یا ابزاری که نیاز دارید در اختیارتان نبود به قوهی ابتکار و خلاقیت خود روی آورید. در بسیاری از موارد می‌توانید آنچه را که می‌خواهید درست کنید. برای مثال با ورقه‌ی آلومینیومی فنجان بسازید، با یک تکه پارچه یا پیراهن تمیز یک باند و یا با روزنامه، بالش زیرانداز، شاخه‌ی درخت زین کوله پشتی و کلنگ کوه یک آتل بسازید. البته ممکن است ساخته‌های شما بی‌عیب نباشد، اما شاید هنگام بروز پیشامدی غیرمنتظره بسیار کارآمد و با ارزش باشد.

**۹- آسیب بیشتری وارد نیاورید**

این هشدار، یکی از مهم‌ترین اقدامات فوری در کمک‌های اولیه به شمار می‌آید. یک امدادگر باید در همه‌ی شرایط، خود و فرد آسیب دیده و دیگران را به خطر نیندازد و از همه مهم‌تر از وارد آمدن آسیب بیشتر جلوگیری کند. هنگام ارائه‌ی کمک‌های اولیه ممکن است در قضاوت خود به اشتباه بیفتید و به فرد مصدوم آسیب‌های روحی و یا جسمی وارد کنید، البته این مسئله نباید شما را در یاری رساندن، دچار تردید نماید.

**۱۰- با تنفس مصنوعی آشنا شوید**

برای اجرای تنفس مصنوعی چندین روش موجود است. در اینجا تنها روش تنفس مصنوعی دهان به دهان توضیح داده می‌شود. فرد مصدوم را به پشت بخوابانید، صورت او باید به سمت بالا باشد، به گونه‌ای که گردنش نباید خم شده باشد. در غیر این صورت راه تنفس او بسته می‌شود. دهان او را از وجود اجسام خارجی و ترشحات پاک کنید. برای این کار انگشت خود را وارد دهان او کرده به سرعت پشت دندان‌ها و روی زبانش تا حلق بگردانید. این کار نباید بیش از یک تا دو ثانیه طول بکشد، زیرا برای رسانیدن هوا به شش‌ها وقت را نباید به هدر داد. با دست خود بینی فرد آسیب دیده را گرفته، مسدود کنید تا هوا از آنجا بیرون نرود. یک نفس عمیق کشیده دهان خود را باز کرده روی دهان فرد مصدوم و انگشت شست خود را به گونه‌ای قرار دهید که منفذی باقی نماند. بعد نفس خود را با فشار بیرون بدهید تا سینه‌ی فرد آسیب دیده بالا بیاید. هنگامی که سینه‌ی فرد مصدوم بالا آمد دمیدن را

علاقه‌مندی و دوستی از فرد مصدوم مراقبت می‌کند. همیشه چهره‌ی خندان و بانشاط او باعث آرامش و تقویت روحیه‌ی فرد آسیب دیده می‌شود.

**۳- راهنمای ارائه کمک‌های اولیه را در نظر داشته باشید**

پیش از رویارویی با یک حادثه در کوهستان، باید جنبه‌های ویژه‌ای از ارائه‌ی کمک‌های اولیه به فرد آسیب دیده را در نظر داشته باشید. چنانچه با فرصت و صرف وقت در این مورد برنامه‌ریزی شود، هنگام نیاز به آرامی و به خوبی می‌توانید اقدامات اصلی خود را انجام دهید. ضروری است با روش‌های تنفس مصنوعی، احیاء قلبی ریوی، جابه‌جایی افراد آسیب دیده، زخم‌بندی و غیره آشنا باشید.

**۴- توانایی‌های خود را بشناسید**

پیش از اقدام و کمک رساندن به فرد آسیب دیده در کوهستان، باید ابتدا خود را بشناسید، به عبارت دیگر بایستی بدانید که توانایی‌ها و ضعف‌های جسمی و روحی شما تا چه میزان است، برای مثال تا چه وزنی را می‌توانید جا به جا کنید، به ویژه چنانچه شما دچار نوعی ناراحتی جسمانی مانند کمردرد باشید شاید تلاش‌تان نه تنها سودمند نباشد، بلکه ممکن است زیان‌بار هم باشد.

به طور کلی برای آنکه امدادگری کارآمد در کوهستان باشید بایستی توانایی‌های خود را به درستی بشناسید، به گونه‌ای که کاملاً بدانید که با چه شرایطی نمی‌توانید خود را سازگاری دهید، تا در صورت روبرو شدن با آن شرایط، وظیفه‌ی کمک‌رسانی به فرد آسیب دیده را به دیگری واگذار کنید.

**۵- مراقب روحیه‌ی فرد آسیب دیده باشید**

کوشش کنید که فرد آسیب دیده را به آرامش و خونسرد بودن دعوت نمایید. بنابراین ضروری است به روحیه‌ی فرد آسیب دیده در کوهستان در همه‌ی شرایط توجه نموده، اطمینان او را جلب کنید و از بیان مطالبی که ممکن است باعث بروز ترس او گردد، جداً خودداری نمایید. میل به زنده ماندن را در فرد مصدوم تقویت کنید، به عبارت دیگر با روحیه دادن به فرد مصدوم می‌توان احساس ترس، ناامیدی، خستگی و تنهایی را در او کاهش داد. همچنین از بروز خطرات بعدی آن مانند ایجاد وحشت، دلهره، اضطراب و دیگر ناراحتی‌های روحی که ناشی از بروز حادثه در کوهستان اتفاق می‌افتد، جلوگیری کرد. هرگز نگذارید که فرد آسیب‌دیده زخم‌های خود را ببیند.

**۶- بر خود مسلط باشید**

شاید از بروز پیشامدی که در کوه اتفاق افتاده یا در حال وقوع است بسیار ناراحت و حتی دچار خوش شدیدترین احساسات شوید، اما باید بر احساسات خود مسلط شوید. به طور کلی در صورت وقوع یک حادثه در کوه، دستپاچه نشوید، بلکه ضروری است بر خود مسلط باشید و تسلط خود را بر فرد آسیب دیده، به ویژه در مراحل اولیه حفظ کنید. همواره کوشش کنید بر آنچه می‌توانید انجام دهید تمرکز نمایید و اقدامات خود را به شیوه‌ای اطمینان بخش انجام دهید. ضروری است در همه شرایط اعتماد به نفس داشته باشید. در یاری رساندن به فرد آسیب دیده مطمئن باشید که می‌توانید اقدامات درستی انجام دهید.

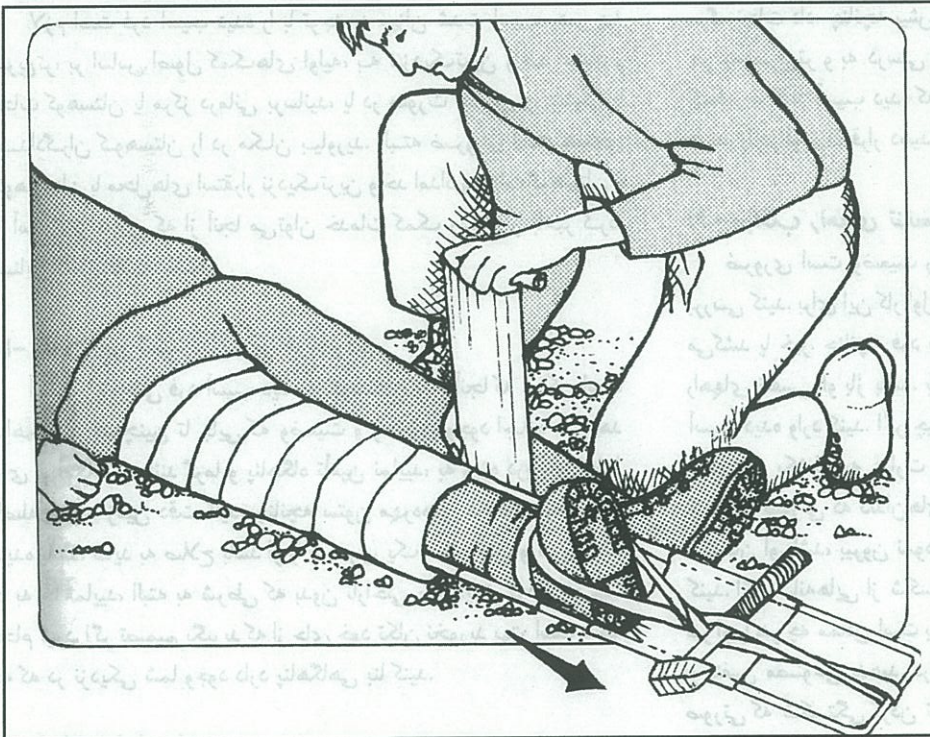
واحد امداد پزشکی در کوهستان و یا نزدیکترین مرکز درمانی جهت کمک اساسی اطلاع دهید. اگر با شکستگی ستون مهره‌ها یا گردن فرد آسیب دیده روبرو شدید و یا به شکستگی مشکوک هستید، برای نجاتش، او را حرکت ندهید. حرکت دادن فرد مصدوم ممکن است منجر به فلج دائمی و یا مرگ او شود.

### ۱۳- در انجام کارها، بهترین تصمیم را انتخاب کنید

با انجام اقدامی سریع و مناسب می‌توانید نتیجه‌ی بسیاری از پیشامدها در کوه را تغییر دهید. بهتر است بدانید که اقدام شما برای فردی که در کوهستان آسیب دیده است می‌تواند تعیین کننده باشد. یک امدادگر باید مطمئن باشد که برای کمک کردن به فرد آسیب دیده بهترین تصمیم ممکن را بگیرد. همچنین از انجام دادن اقدامات غیرضروری و اضافی خودداری کند.

### ۱۵- شکستگی‌ها را جدی بگیرید

چنانچه فکر می‌کنید که فرد آسیب دیده در کوه دچار شکستگی استخوان است خیلی با دقت و به آرامی او را معاینه کنید. دستکاری خشن موجب شدیدتر شدن درد و آسیب فراوان می‌شود. علاوه بر این لبه‌های استخوان شکسته مانند تیغ بُرنده‌اند. در ضمن، حرکت دادن ممکن است عضلات، اعصاب، رگها و پوست را پاره کند. به جز در موارد خیلی فوری، فرد مصدوم را حرکت ندهید و در این صورت هم باید خیلی به آرامی حرکت داد.



اگر زخم همراه با شکستگی است مانند تمام زخم‌های دیگر آن را پانسمان کنید. چنانچه فرد آسیب دیده خونریزی داشت خون آن را بند بیاورید. به طور کلی تمام شکستگی‌ها را باید بی حرکت کرد. استخوان‌های بلند، لگن، ستون مهره‌ها، پشت و گردن را باید حتماً پیش از جا به جایی و انتقال

متوقف کنید و دهانتان را از روی دهان او بردارید. در حالی که به بازدم فرد آسیب دیده گوش می‌دهید یک دم عمیق دیگر بکشید، وقتی که بازدم بیمار تمام شد دوباره در دهان او بدمید. ده تا پانزده نفس اول باید عمیق و با فشار بوده و به سرعت انجام گیرد. در هر دقیقه، ۱۲ مرتبه این عمل را انجام دهید تا زمانی که شخص خفه شده شروع به تنفس بکند. در حین تنفس مصنوعی و در فاصله‌ی دمیدن هوا به درون ریه، معده را با دست‌تان کمی فشار دهید تا اگر هوا داخل معده شده خارج گردد.

### ۱۱- مراقب علائم حیاتی باشید

با معاینه و توجه به علائم حیاتی فرد آسیب دیده مانند نبض، تنفس، درجه حرارت، رنگ صورت، فشارخون معمولاً نوع کمک لازم مشخص می‌شود. با توجه به بالا و پایین رفتن سینه یا قرار دادن دست یا آرنج، جلوی دهان و بینی فرد مصدوم، از وضع تنفس او باخبر خواهید شد. چنانچه فرد آسیب دیده در کوهستان احساس سرما کند و بدنش سرد و پوستش رنگ پریده به نظر برسد، باید هر چه سریع‌تر با کیسه خواب، پوشاک و قمقمه‌ی آب گرم، او را گرم کنید.

### ۱۲- زخم را بپوشانید

هر نوع بریدگی در پوشش جلدی پوست، یک زخم به شمار می‌رود. چنانچه پانسمان یا زخم بندی فرد آسیب دیده در کوهستان در ابتدا خوب انجام شود، زخم را از آلودگی خارجی محافظت کرده و میکروب‌ها و آلودگی

را هم از زخم دور نگه می‌دارد و مانع شدیدتر شدن آسیب می‌گردد. قبل از آنکه به زخمی دست بزنید باید دقت کنید که دست‌های شما تمیز باشد. هنگام بستن زخم سعی نکنید که زخم را تمیز نمایید، به عبارت دیگر نباید داخل زخم را بکاویید، یا زایده‌های گیر کرده در آن را درآورید، بلکه فقط گاز استریل یا پارچه تمیزی را روی زخم بگذارید و دست یا چیز دیگری را به زخم نزنید. دنباله‌های نوار را به طور صاف (نه پیچ خورده) دور اندام چرخانیده و ببندید تا فشار یکنواختی به تمام سطح پانسمان وارد آید. فراموش نشود که کناره‌های پانسمان را به دقت مسدود کنید تا میکروب و آلودگی وارد زخم نشود. برای زخم بندی از مصرف پنبه خودداری کنید، زیرا رشته‌های پنبه ممکن است به زخم بچسبند. اگر فرد آسیب دیده خونریزی یا زخمی در شکم دارد، هیچ چیز از راه دهان به او نخورانید.

### ۱۳- از حرکت دادن فرد آسیب دیده خودداری کنید

حتی الامکان از حرکت دادن فرد آسیب دیده، به ویژه در حالت شکستگی‌های ستون مهره‌ها خودداری نموده و بلافاصله به نزدیکترین

انجام هر کاری با صدای بلند کمک بخواهید. چنانچه دیگران در اطراف محیط حادثه حضور دارند بتوانند شما را یاری کنند. این امکان وجود دارد که در یک زمان، چند نفر یا چند آسیب دیدگی را درمان نمایید. امکان دیگر این است که در همان حال که مشغول انجام کمک‌های اولیه هستید، کوهنورد دیگری به نزدیک واحد امداد و نجات یا مرکز فوریت‌های پزشکی اطلاع دهد. به طور کلی تصمیم شما هر چه باشد به طور حتم با کمک خواستن با صدای بلند می‌توانید توجه گروهی را که در آن نزدیکی می‌باشد، به طرف خود جلب کرده و هر کمکی که می‌تواند عرضه کنند را از آنان طلب نمایید.

#### ۲۰- کمک‌های خود را دقیق انجام دهید

حادثه در کوهستان به هر شکلی که می‌خواهد باشد وظیفه‌ی یک امدادگر آن است که هر چه سریع‌تر و با آرامش و به درستی به نجات فرد آسیب دیده بپردازد. اگر در یاری رساندن به فرد مصدوم تنها هستید، حداکثر تلاش خود را انجام بدهید. در مراحل اولیه‌ی کمک به فرد آسیب دیده در کوه، ابتدا نوع آسیب یا بیماری را تشخیص دهید تا بتوانید از روی اصول صحیح کمک‌های اولیه، اقدامات خود را شروع کنید. با اجرای کمک‌های اولیه در کوه به روش صحیح می‌توان از عفونی شدن زخم، جا به جا شدن استخوان‌های شکسته، خونریزی شدید، بروز شوک و غیره در فرد آسیب دیده جلوگیری نمود. باید توجه داشت که خونریزی شدید، توقف عمل تنفس و مسمومیت به درمان فوری نیاز دارد. در مواردی که تنفس فرد آسیب دیده قطع شده باشد از طریق تنفس مصنوعی ممکن است فرد مصدوم را از مرگ نجات داد. چنانچه بیش از یک فرد آسیب دیده در کوه وجود دارد، باید هر چه سریع‌تر و به درستی تصمیم بگیرید که اول به کدام یک بپردازید، کمک به افراد آسیب دیده که خونریزی شدید و زخم‌های بیشتر از دیگران دارند، را در اولویت قرار دهید.

#### ۲۱- مراقب راههای تنفسی فرد آسیب دیده باشید

ضروری است وضعیت راه تنفس، نفس کشیدن فرد آسیب دیده را بررسی کنید. برای این کار اول راه تنفس او را باز کنید، سپس ببینید آیا نفس می‌کشد یا خیر. چنانچه فرد مصدوم بیهوش است اطمینان حاصل کنید که راههای تنفسی او باز باشد. به سرعت انگشتان خود را در داخل دهان فرد آسیب دیده وارد کنید. اگر چیزی در دهانش باشد، خارج نموده و زبان او را نیز بیرون بکشید، به عبارت دیگر زبان فرد مصدوم باید در جلو دهان قرار گیرد. در صورتی که دندان‌های مصنوعی، آدامس و یا اشیاء خارجی دیگری در دهان او باشد، بیرون نموده، کف و ترشح‌های زیاد را با دستمال تمیز کنید. اگر نشانه‌هایی از شکستگی گردن در فرد آسیب دیده، دیده نمی‌شود سر او را هر چه ممکن است به عقب بیاورید. حال چنانچه نفس نمی‌کشد به او تنفس مصنوعی بدهید. در صورتی که فرد مصدوم استفراغ می‌کند (در صورتی که شکستگی گردن نداشته باشد) سر او را به یک طرف بگردانید تا موادی که استفراغ می‌شود وارد مجاری تنفسی او نگردد. چنانچه فرد آسیب دیده شکستگی گردن داشته باشد تمام بدن او را به یک طرف بگردانید تا خطری او را تهدید نکند و برای چند ساعت چیزی به او نخورانید. Δ

از محل حادثه، آتل بندی (بی حرکت) کرد. برای آتل بندی در کوهستان می‌توان از تکه‌های چوب، شاخه‌ی درختان، چوب دستی، روزنامه تا شده، کلنگ کوهنوردی، تیرک چادر، مقوای نازک و غیره استفاده نمود. روی آتل را نیز با مواد نرم و پارچه بپوشانید. برای بی حرکت کردن استخوان‌های ساق پا، لگن و ران فرد آسیب دیده می‌توان بین ساق پای شکسته و پای سالم، پارچه‌ی نرمی مانند پتو، لباس کوهنوردی و غیره قرار داد و هر دو پا را در چند نقطه به هم بست. لازم نیست کفش فرد مصدوم را از پایش خارج کنید.

#### ۱۶- همواره خطر را ارزیابی کنید

در بسیاری از مواقع اضطراری، اوضاع هر دقیقه و گاهی هر ثانیه در حال تغییر و دگرگونی است. هوشیاری و آگاهی امدادگر باید فراتر از دیگران باشد. بنابراین فرد آسیب دیده را به سرعت معاینه نموده و از نظر شرایط تهدید کننده مانند نارسایی تنفسی، نزدن نبض، خونریزی شریانی، شکستگی‌ها، زخم‌ها و غیره او را واریسی کنید. فراموش نشود که مراقبت و هوشیاری پیوسته امدادگر و سنجش مداوم خطرات، می‌تواند در جلوگیری از شدیدتر شدن اوضاع مؤثر باشد. به طور کلی یک امدادگر باید مطمئن باشد که پس از ارزیابی خطر در کوهستان می‌تواند در انجام اقدامات، بهترین تصمیم ممکن را بگیرد، به گونه‌ای که برای کمک کردن فرد مصدوم، جان خود و فرد آسیب دیده را به خطر نمی‌اندازد.

#### ۱۷- فرد آسیب دیده را به مرکز درمانی برسانید

لازم است فرد آسیب دیده را با توجه به میزان شدت آسیب، هر چه سریع‌تر، بر اساس اصول کمک‌های اولیه، به نزدیک‌ترین واحد امداد و نجات کوهستان یا مرکز درمانی برسانید، یا در صورت نیاز فوری پزشکی یا امدادگران کوهستان را در مکان بیاورید. البته ضروری است همگی کوهنوردان با محل‌های استقرار نزدیک‌ترین واحد امداد و نجات کوهستان و یا آسان‌ترین جایی که از آنجا می‌توان خدمات کمک رسانی را باخبر کرد، آشنایی کامل داشته باشند.

#### ۱۸- راحتی فرد آسیب دیده را فراهم کنید

آسایش و راحتی فرد آسیب دیده در کوهستان را تا آنجا که ممکن است فراهم کنید. همچنین تا جایی که وضعیت و وسایل موجود اجازه می‌دهد برای او امکاناتی مانند گرما و پناهگاه تأمین نمایید، به ویژه درباره‌ی حفظ فاصله‌ی او با زمین دقت کنید. چنانچه ستون مهره‌های فرد مصدوم آسیب ندیده باشد، شاید به صلاح باشد او را به سوی یک مکان امن و سرپوشیده جا به جا نمایید، البته به شرطی که بدون ناراحتی یا شدیدتر کردن زخم‌ها انجام گیرد. اگر تصمیم بگیرید که از جای خود تکان نخورید بهتر است با هر چه که در نزدیکی شما وجود دارد پناهگاهی بنا کنید.

#### ۱۹- از دیگران کمک بگیرید

همیشه به یاد داشته باشید که در هر پیشامد اضطراری، به ویژه در کوهستان یکی از اقدام‌های بسیار مهم «درخواست کمک» است. پیش از

# گفتگو

## پناهگاه شروین

● گزارش از: نرگس روحانی سراجی

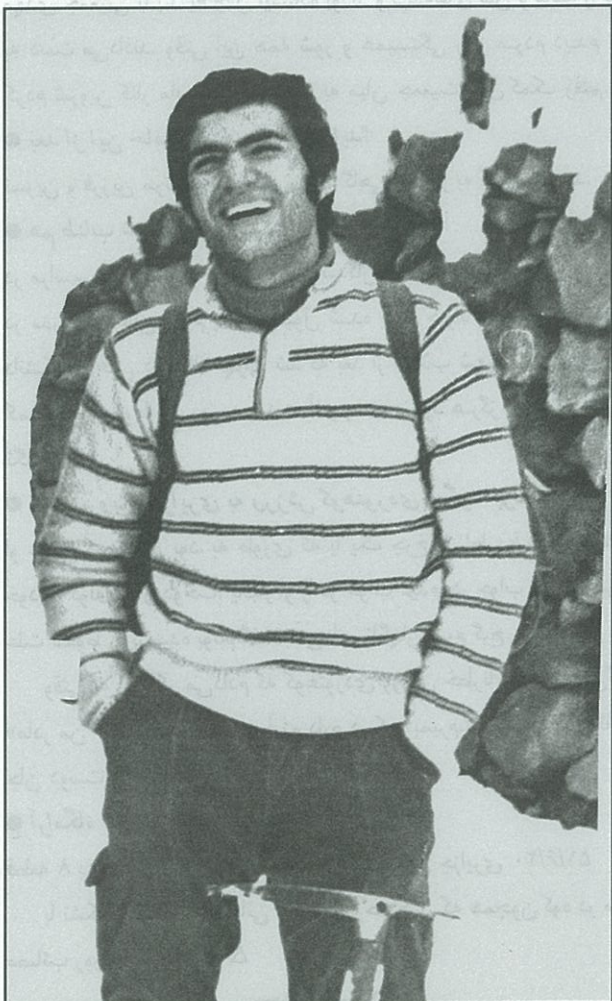
تغییر هوشیار در عین زندگی، آنگاه که فلسفه پس از جنگ ۴۲ تا  
 ● در مقابل عقل ریاضی و منطقی و روشمند و علمی و دقیق و بی‌شائبه و بی‌طرف  
 ● و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف  
 ● و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف و بی‌شائبه و بی‌طرف

نظم ریخته‌ها به چشمه‌ها، غنچه‌ها و زینت‌ها در همه پناهگاه ردفا و ریخته‌ها  
 ● در ده‌ها ساله ریخته‌ها و چشمه‌ها همیشه شمشاد در ریخته‌ها و ریخته‌ها  
 ● ریخته‌ها و ریخته‌ها با همه پناهگاه ردفا و ریخته‌ها و ریخته‌ها و ریخته‌ها  
 ● ریخته‌ها و ریخته‌ها با همه پناهگاه ردفا و ریخته‌ها و ریخته‌ها و ریخته‌ها

در پای دیواره‌ی بندیچال در منطقه‌ی پس قلعه و نزدیکی پناهگاه شیرپلا پناهگاهی وجود دارد به نام «شروین». راستی می‌دانید شروین که بود؟ و چرا این پناهگاه به نام او نامگذاری شد؟

پناهگاه شروین با وسعت ۳۸ متر مربع با ابعاد ۶/۵×۳ متر با ظرفیت خواب برای ۳۵ نفر با مصالح سنگ و سیمان و آهک با سقف اول بلوک و سقف دوم آهنی واقع در بند یخچال در سال ۵۲ توسط باشگاه کاه ساخته شد تا یاد رشادت کوهنورد جوان زنده یاد شروین جزایری برای همیشه در تاریخ زنده بماند. پای صحبت مادر شروین می‌نشینیم تا از کم و کیف قضیه باخبر شویم.

در محیطی صمیمی با مادری مهربان به گفتگو نشستیم. برق چشمان او به انسان امید می‌داد، خطوط چهره‌ی او حاکی از صبر و مقاومت او در برابر حوادث روزگار و طبیعت بود. **● لطفاً خودتان را برای ما معرفی کنید.** «بله، من در مقام خبرنگار و خبرنگار بنده معصومه میرهاشمی متولد ۱۳۱۳ تهران محله عودلاجان، دیپلمه، بازنشسته اداره ثبت و اسناد شمیران هستم. **● خانم میرهاشمی چند فرزند دارید؟** «بله، من پنج فرزند دارم: **● فرزند به نام‌های زرین دخت - نسرين - فرزین - شروین - رامین.** **● کدامیک از فرزندان شما به کوه و طبیعت علاقه داشتند؟** زرین دخت و شروین از همه بیشتر به کوه علاقه‌مند بودند. **● در مورد شروین برایمان بیشتر بگویید.** «شروین متولد ۵ مرداد ۱۳۳۳ تهران که در محله‌ی سید نصرالدین به دنیا آمد. تحصیلات ابتدایی را در مدرسه‌ی بختیاری که واقع در پشت خیابان دانشگاه بود به اتمام رسانید. در این زمان یکی از خواهرانش به نام نسرين در دانشگاه فردوسی مشهد قبول شده بود و برای اینکه خواهر تنها نباشد او را همراه خواهرش به مشهد فرستادیم. ۳ سال در مشهد اقامت داشت و بعد که شیرین فارغ‌التحصیل شد به تهران بازگشت. دیپلم بازرگانی را در تهران گرفت. پسری لاغر با قد ۱۸۰ سانتی‌متر که دارای چشمانی نافذ بود. عاشق کوه بود و همیشه اوقات فراغتش را به ورزش کوهنوردی و سنگنوردی می‌پرداخت. **● از چه زمانی به کوه‌نوردی و سنگنوردی پرداخت؟**



● لطفاً، روایت کنید، چگونه و با چه کسانی؟

# مقتطفات

از ۱۵ سالگی با پسر همسایه که بعداً دامادمان شد به کوه می‌رفت.

● آیا دوره‌های کوه‌پیمایی و سنگ‌نوردی را گذرانده بود.

دوره‌های کوه‌پیمایی و سنگ‌نوردی را به طور کامل گذرانده بود.

● عضو باشگاه یا گروه خاصی بود؟

عضو رسمی باشگاه کوهنوردی کاوه واقع در خیابان بهار بود.

● از همنوردان شروین چه کسی را به یاد دارید؟

آقایان مهدی مینویی، بیژن جوانفر، داود صانعی نژاد، جواد محسنی و آقای

تاجدار که همگی از کوهنوردان باتجربه بودند.

● روز پنجشنبه ۹ شهریور ۵۱ چه اتفاقی افتاد؟

وقتی از اداره به منزل آمدم، شروین در حال دوختن پارگی کوله‌اش بود.

این کوله را چند وقت پیش خودش با دقت دوخته بود. آماده‌ی رفتن به کوه

بود. پرسیدم باز هم قصد رفتن به کوه دارد؟ گفت: این دفعه بار آخر است که به

کوه می‌روم چون هفته‌ی دیگر اسامی قبول شدگان کنکور را می‌زنند یا باید

دانشگاه بروم یا به سربازی و دیگر فرصتی برای رفتن به کوه ندارم.

● چطور متوجه حادثه شدید؟

صبح روز جمعه ۱۰ شهریور ۵۱ وقتی بیدار شدم فشاری روی قلبم حس

می‌کردم. منزل برادرم واقع در کارخانه قند کرج مهمان بودیم. آن زمان ۳۷

سالم بود. ساعت ۱۱/۱۰ ناگهان ضربان قلبم بالا رفت. ساعت را نگاه کردم.

چند ثانیه احساس خلاء کردم و عرق سردی به تنم نشست و بعد آرام آرام به

حالت عادی برگشتم. سریع به تهران برگشتیم. آن زمان منزل ما در خیابان

جمالزاده بود. دختر همسایه رنگ پریده جلو آمد و به آرامی با شوهرم صحبت

کرد. شوهرم رو به من کرد که برای شروین حادثه‌ای پیش آمده و پایش

شکسته و باید به بیمارستان برویم. در راه متوجه گریه‌های همسرم شدم و

می‌گفت شروین کوهنورد قابل است. احتمالاً اتفاق دیگری برای او افتاده.

● کدام بیمارستان بستری بود؟

بیمارستان (رضا پهلوی سابق) شهدا واقع در میدان تجریش.

● زمان رساندن مصدوم تا بیمارستان چقدر طول کشیده بود؟

۲ ساعت.

● پزشکان علت مرگ را چه تشخیص دادند؟

دیواره‌ی بند یخچال حدود ۲۰۰ متر طول دارد. حدود ۱۵ متر به انتهای آن

میخ از شکاف درآمده این را اعلام می‌کند و بلافاصله پاندول می‌شود و بعد

سقوط می‌کند. زمان سقوط با خودش سنگ هم می‌برد که این سنگ‌ها روی

مخچه‌ی او اصابت می‌کنند.

● همنوردان او در این حادثه آسیبی دیدند؟

جواد محسنی و آقای تاجدار هم به پایین پرت شدند. جواد محسنی زمان

سقوط سنگ به شکمش کشیده می‌شود و شکم دچار پارگی می‌شود که به

بیمارستان منتقل می‌شود. آقای تاجدار هم از ناحیه‌ی کمر به شدت آسیب

می‌بیند.

● چه کسی به فکر بنای یادبود برای شروین جزایری شد؟

اعضای باشگاه کوهنوردی کاوه، بعد از مراسم چهلم تصمیم گرفتند بنای

یادبودی برای شروین بسازند.

● آیا هزینه‌ای از شما درخواست کردند؟

خیر. تمام هزینه‌ی آن را باشگاه کاوه داد.

● از مراسم ساخت پناهگاه شروین چه خاطره‌ای دارید؟

یکروز بعد از چهلم شروین مرا به منطقه پس قلعه بردند. بعد از دوراهی گذر

مهدی جمعیتی تا بند یخچال ایستاده بودند و کیسه‌های شن و ماسه را دست

به دست می‌دادند. وقتی این همه شور و همبستگی را از مردم دیدم حس

کردم شروین کنار ماست و خودم هم به میان جمعیت برای کمک رفتم.

● بعد از این حادثه باز هم کوه رفته‌اید؟

نسرین و فرزین مرتب به کوه می‌رفتند. گاهی مرا نیز به کوه می‌بردند.

● هم طناب شروین چه شد؟

در مراسم هفت شروین اسامی قبول شدگان کنکور اعلام شده بود و شروین

در مدرسه‌ی عالی علوم بانکی قبول شده بود. جواد محسنی دانشجوی

دانشکده‌ی فنی دانشگاه تهران شد که بعد از انقلاب شهید شد و تاجدار که

کمرش در سقوط آن روز به شدت آسیب دیده بود هرگز به کوهستان پا

نگذاشت.

● نظر شروین جزایری به ورزش کوهنوردی چگونه بود؟

او عاشق کوهستان بود. به طوری که با یک چرخ خیاطی قدیمی بالاخره

خودش کوله‌اش را دوخت. یکبار او را در خواب دیدم. در جواب پرسش من که

علت سقوط را پرسیده بودم گفت نمی‌دانم ناگهان سرم گیج رفت.

وقتی به او تذکر می‌دادم که کوهنوردی ورزش خطرناکی است می‌گفت:

«مادر من عاشق کوه هستم و آرزو دارم در کوه بمیرم.» کوهنوردی را تا پای

جان دوست داشت.

● آرامگاه شروین کجا قرار دارد؟

قطعه ۸ بهشت زهرا. ردیف ۶۵ شماره ۳۹. شروین جزایری ۵۱/۶/۲۰

با تشکر از لطف و مهربانی این مادر زحمتکش که همچون کوه در مقابل

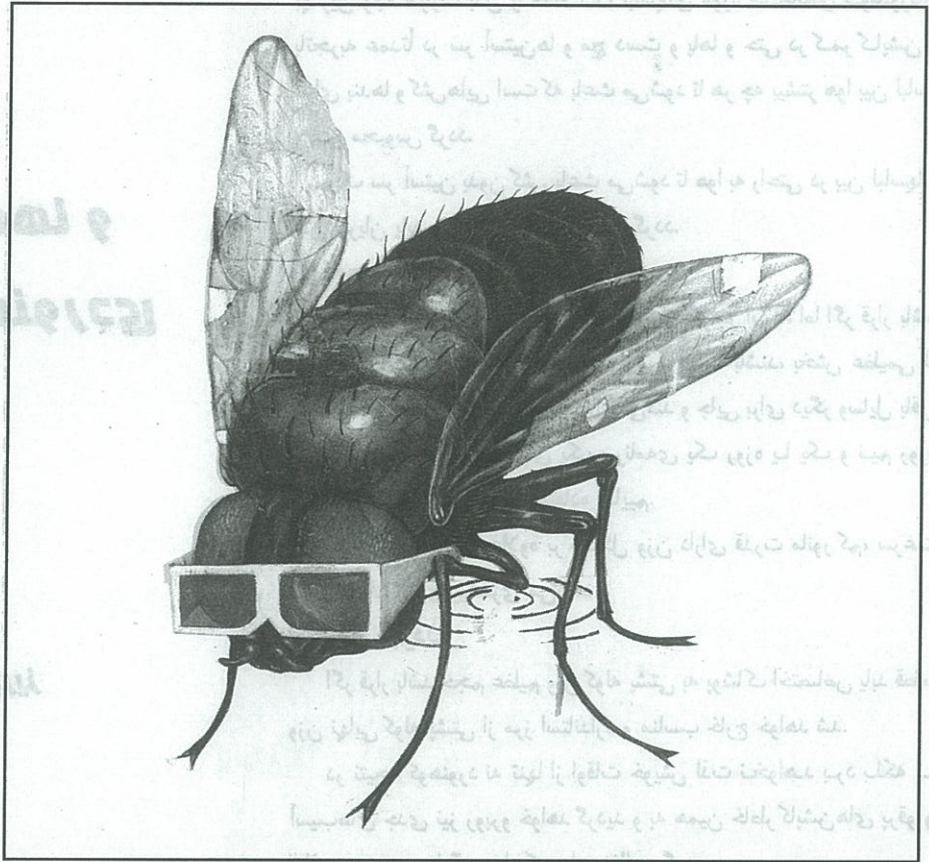
مصائب روزگار پابرجاست. Δ

روحش جاودانه باد

# آبچه هر کس باید درباره‌ی نیش حشرات

بر اند

• ایرج طریقی جاوید



درباره‌ی کودکان باید دوز تجویزی بر حسب وزن و سن آنها تعیین شود. ۲- مقدار کمی آمونوم را که برای مصارف خانگی استفاده می‌شود روی محل نیش زدگی قرار دهید.

نیش‌زدگی‌هایی که در ناحیه‌ی بینی یا دهان واقع شده‌اند باید فوراً به وسیله‌ی کادر پزشکی مورد بررسی قرار گیرند، زیرا خطر انسداد مجاری هوایی به دنبال تورم ناشی از این حادثه و در پی آن خفگی وجود دارد. علاوه بر این در صورت مشاهده‌ی هر یک از علائم زیر (که ممکن است نشانه‌ای از واکنش‌های حساسیتی به زهر زنبور باشند) فوراً به اورژانس پزشک خود مراجعه کنید.

ناحیه‌ی بزرگی از تروم، سرگیجه، تهوع یا استفراغ، تنفس غیرعادی، کهیر، تورم یا درد پایدار بیش از ۷۲ ساعت، احساس تنگی یا گرفتگی در گلو یا قفسه سینه، غش کردن به دنبال نیش زدگی.

## گزش عنکبوت

بیشتر عنکبوت‌ها به جز اندکی از آنها (به

ویژه‌هایی که در آب و هوای گرم یافت می‌شوند جنوب ایران) بی‌ضرر هستند. در صورت گزیدگی به وسیله‌ی این حشرات، انجام اقدامات زیر کمک کننده خواهد بود.

ناحیه‌ی مبتلا را با آب و صابون بشویید. این کار را ۲ تا ۳ بار در روز و تا زمان التیام پوست انجام دهید. ناحیه‌ی مبتلا را همانند موارد زنبورزدگی کمپرس سرد کنید و با خمیر بپوشانید و در صورت درد از استامینوفن استفاده کنید. برای پیشگیری از عفونت از یک پماد آنتی بیوتیک روی محل استفاده کنید. در موارد گزش اطفال دستهای آنها را تمیز نگه دارید. در صورتی که هرگونه شکی در خصوص گزیده شدن اطفال به وسیله‌ی عنکبوت‌های سمی وجود دارد حتماً فوراً به اورژانس مراجعه کنید. علائمی که مشکوک به گزیدگی توسط یک عنکبوت سمی هستند عبارتند از:

- یک ناحیه‌ی کبود شده در اطراف محل گزش که در اطراف آن یک حلقه‌ی سفید و یا اطراف این حلقه‌ی سفید یک ناحیه‌ی خارجی‌تر قرمز رنگ وجود دارد.
- احساس عمومی بیمار بودن بثورات پوستی در سطح بدن
- علائم عفونت همچون قرمزی و تورم در اطراف محل گزش
- دل درد، سردرد یا تب
- قرمز شدن یا صورتی رنگ شدن ادرار
- بی‌اشتهایی
- گرفتگی و سفتی عضلات بدن یا درد مفصلی Δ

وقتی زنبورگازتان گرفت چه باید بکنید؟ به دنبال گزش حشرات ۲ خطر مهم، انسان را تهدید می‌کند که محتمل‌تر بروز عفونت است و خطرناکتر، ایجاد واکنش‌های حساسیتی (که در برخی موارد حتی می‌تواند مرگ بار باشند).

## گزش زنبور

در صورت گزش زنبور(زنبور عسل، زنبور قرمز و دیگر انواع زنبور) چه باید کرد؟

زنبورها پس از نیش زدن نیش خود را که به کیسه‌ی حاوی زهر متصل است، در محل مورد نظر جا می‌گذارند. برای بیرون کشیدن این نیش با دست تلاش نکنید چون تنها باعث تخلیه‌ی بیشتر زهر از کیسه می‌شود. فقط با استفاده از شیئی با لبه‌ی صاف (و نه تیز) مثل یک کارت اعتباری یا چاقویی کند شده، آن را با دقت بسیار و کاملاً آرام، از محل خارج کنید.

ناحیه‌ی نیش زده شده را به دقت با آب و صابون ۲ تا ۳ بار در روز تا زمان التیام پوست بشویید. با یک پارچه‌ی نمدار و سرد و یا تکه یخی که داخل پارچه‌ای قرار داده‌اید برای چند دقیقه محل را کمپرس سرد کنید.

با آرد و آب اندکی خمیر درست کنید و روی محل قرار دهید، پس از ۱۵ تا ۲۰ دقیقه خمیر را از روی محل بردارید. در صورت وجود درد از استامینوفن برای تسکین استفاده کنید. در صورت عدم تسکین درد می‌توانید از این روشها نیز استفاده کنید:

۱- در صورت موافقت پزشک از یک آنتی هیستامین معمولی استفاده کنید.

## شرایط پوشاک کوهستان (۱) حفظ بدن در برابر سرمای محیط

یک کاپشن یا پیراهن خوب بایستی طوری طراحی و ساخته شود که به بهترین وجه حرارت بدن را حفظ کند، لباسهای مورد استفاده‌ی کوهنوردان باتجربه عمدتاً در سر آستین‌ها و مچ دست و پاها و حتی در کمر کاپشن‌ها دارای بندها و کش‌هایی است که باعث می‌شود تا هر چه بیشتر هوا بین لباس و بدن محبوس گردد.

یک سر آستین بدون کش باعث می‌شود تا هوا به راحتی در بین لباسها و بدن جریان یابد و باعث سرد شدن بدن گردد.

### (۲) حجم کم

می‌دانیم یک پوستین یا یک کت پَر خیلی گرمتر است، اما اگر قرار باشد تمام لباسها در یک برنامه کوهنوردی از این دست باشند، بخش عظیمی از کوله پشتی شما را فقط پوستین اشغال می‌کند و جایی برای دیگر وسایل باقی نمی‌ماند در نتیجه حتی برای یک برنامه‌ی یک روزه یا یک و نیم روزه بایستی از کوله پشتی بزرگ استفاده نماییم.

کوله پشتی بزرگ: علاوه بر مشکل وزن دارای قدرت مانور کم، سرعت کم و صرف انرژی بیشتری می‌باشد.

### (۳) سبک بودن

اگر قرار باشد حجم عظیم وزن کوله پشتی به پوشاک اختصاص یابد قطعاً وزن نهایی کوله پشتی از مرز استاندارد و مناسب خارج خواهد شد.

در نتیجه کوهنورد نه تنها از اوقات خویش لذت نخواهد برد بلکه با آسیب‌های جدی نیز روبرو خواهد گردید و به همین خاطر کاپشن‌های پر قو و الیاف مصنوعی جایگزین اورکت‌های نظامی گردید.

### (۴) مقاومت در برابر رطوبت

مسئله‌ی مقاومت در برابر رطوبت از اهمیت خاصی برخوردار است مخصوصاً در برنامه‌های زمستان اگر لباسها مانع نفوذ و ورود برف و باران و نزولات جوی نشوند چندان مورد توجه قرار نمی‌گیرند، البته این بدان معنا نیست که لایه‌ی رویی کاملاً واترپروف باشد، زیرا بدن به لحاظ تحرک، عرق می‌کند و چنانچه این رطوبت از بدن خارج نشود لباسهای داخل خیس خواهد شد که امروزه با اختراع پارچه «گورتکس» این مشکل رفع شده است.

### (۵) مقاومت در برابر باد

لباس بایستی به گونه‌ای انتخاب شود که باد نتواند به راحتی در آن نفوذ کرده و باعث گردد تا لباسهای زیر که به لحاظ تعرق بدن مرطوب شده‌اند بلافاصله سرد شوند.

اگر لباسی به عنوان پوشاک «لایه دو» انتخاب می‌کنید این پوشاک حتی‌الامکان ریزبافت باشد تا بیشتر مانع نفوذ باد گردد.

یک کاپشن گشاد نیز می‌تواند علاوه بر سهولت کاربرد، باد را به راحتی از کنارهای بدن عبور دهد اما لباس تنگ همچون سپر مقاوم در برابر باد می‌ایستد و باد ناگزیر به راحتی به آن نفوذ می‌کند.

### (۶) مقاومت کلی پوشاک

## نگاهی بر

## انتشارات

## سازمانها، هیئت‌ها و

## گروه‌های کوهنوردی

### پیک آلپ

### گروه کوهنوردی و اسکی آلپ تبریز

### پوشاک در کوهستان

● تهیه و تنظیم: احمد نصیرزاد افتخار

پوشاک در زندگی بشر از دوران غارنشینی یکی از لوازم جدی حیات بوده است. برای نمونه می‌توان جسد انسان یخ زده در کوههای تیروال اتریش که در نتیجه‌ی عقب نشینی یک رودخانه‌ی یخی پیدا شده اشاره کرد. این انسان پوشاکی از چرم پوشیده بود که بین دو لایه چرم لباس خود را با پوشال دوخته بود. در هر صورت پوشاک در انسان به دو صورت کلی تقسیم می‌شود:

(۱) بستگی به موقعیت جغرافیایی بشر مثل قطب نشینان از پوست  
(۲) متناسب با مواد در دسترس مثل جنگل نشینان از فرآورده‌های گیاهی و حیوانی

تا قرن ۱۸ میلادی پوست، چرم و پوشال جزء اصلی لباسهای عامه‌ی مردم که با سرما سروکار داشتند پوشاک آنها را تشکیل می‌داد اما به تدریج این مواد جای خود را با پشم و پنبه عوض کردند و بالاخره امروزه در دنیای ورزش‌های غیرسالمی مخصوصاً کوهنوردی، از آخرین پدیده‌ی نساجی در توسعه‌ی کوهنوردی که رشد بسیار تندی داشته است می‌توان به سمپاتیکس، گورتکس و آخرین ساخته‌ی تسنولیت سرامیک اشاره کرد.

در میان طوفان و باد، برف، مه، و... آنچه کوهنورد را به سلامت به هدف می‌رساند عبارت است از:

۱- تجربه ۲- دانش کوهنوردی ۳- امکانات ۴- استفاده از هر سه مورد

مقاومت کلی پوشاک به سه عامل بستگی دارد:

- ۱- ظرافت دوخت
  - ۲- لطافت و سبک دوختی
  - ۳- نوع الیاف پوشاک
- که اگر سه مورد بالا نامناسب باشد، باعث می‌گردد تا بلافاصله پوشاک پاره شده و قابلیت و کارایی خود را از دست بدهد.
- به جای پوشیدن یک لباس خیلی ضخیم، از چند لایه لباس نازک استفاده نماییم: زیرا هر لایه لباس در لابلای خودش بخشی از حرارت بدن را حفظ می‌کند همچنین لایه‌های هوای بین لایه‌های لباس خود نوعی عایق بسیار خوب می‌باشد.
- با در نظر گرفتن: (۱) وضعیت محیط (۲) وضعیت فصل (۳) نوع برنامه (۴) مدت برنامه (۵) نوع شبنمایی (۶) فاصله تا کمپ (۷) آب و هوا (۸) پوشاک خود را انتخاب می‌کنیم.

## انواع پوشاک

- (الف) پوشاک طبیعی (پشم، پنبه، کرک، پرغو، پر غاز و...)
- (ب) پوشاک مصنوعی (نایلون، پلی استر، کولمکس و...)

## الیاف طبیعی Natural Fibre

الیافی هستند که ریشه در طبیعت دارند و پس از دریافت با مختصر تغییراتی برای استفاده‌ی پوشاک آماده می‌شوند.

### پشم

- ۱) بیش از ۱۲ هزار سال تاکنون بشر با پشم آشنا شده یعنی از زمانی که به دامداری و کشاورزی روی آورده است.
- ۲) پشم از پولک‌های ریز تشکیل شده و به طرز دقیق و حساب شده روی هم قرار گرفته‌اند.
- ۳) در اثر فشار و رطوبت و یا حرارت این اجزاء در هم گره خورده و حالتی مثل نم پیدا می‌کنند.
- ۴) گاه تعداد این اجزاء سوار شده بر هم، در یک اینچ به ۲۰۰۰ می‌رسد و به همین خاطر پوست انسان گاهی اذیت می‌شود.
- ۵) هوای ذخیره شده بین الیاف پشم حالت عایق ایجاد می‌کند.
- ۶) پشم نسبت به الیاف مصنوعی دارای وزن کم و گرمای زیاد است.
- ۷) الیاف پشم نسبت به سایر الیاف چون کمتر با بدن تماس پیدا می‌کند بنابراین حرارت کمتری از بدن خارج می‌گردد.
- ۸) سطح پشم در برابر آب مقاوم است و برعکس، قسمت داخلی آن به شدت آب را جذب می‌کند، به طوریکه می‌تواند تا ۳۰ درصد وزن خود آب را جذب نماید.
- ۹) خاصیت رطوبت‌پذیری و وجود خلل و فرج در پشم موجب می‌شود تا پشم، عرق بدن را جذب نموده و آن را تبخیر نماید.
- ۱۰) خاصیت اصلی پشم:

(الف) در صورت خیس شدن، گرمای خود را حفظ کند.

(ب) پشم رطوبت هوا را جذب کرده و لیف‌های هوا را آزاد می‌کند.

(۱۱) یک گرم پشم خشک وقتی خیس می‌شود ۲۷ کالری حرارت از دست می‌دهد.

(۱۲) الیاف پشم را می‌توان ۲۰ هزار بار خم کرد، بدون آنکه بشکند.

تذکره: پشم را نباید با آب داغ شست و به شدت چلانند، زیرا باعث خرابی الیاف آن خواهد بود.

### پنبه

کاربرد زیادی در صنعت نساجی دارد ولی در برنامه‌های کوهنوردی

مخصوصاً در برنامه‌های زمستانی کاربرد چندانی ندارد زیرا:

۱- به محض خیس شدن خاصیت عایق بودن خود را از دست می‌دهد.

۲- حرارت بدن را به راحتی به بیرون منتقل می‌کند.

۳- زمان زیادی طول می‌کشد تا خشک گردد.

### مزیت

پوشاک پنبه‌ای بهترین لباس برای برنامه‌های کویری و مسافرت در مناطق

گرم است و دلیل استفاده‌ی صحرائشینان از پنبه نیز همین دلیل می‌باشد.

## الیاف مصنوعی

### ۱) گرانی

۲) محدود بودن الیاف طبیعی

۳) نیاز روزافزون بشر به انواع گوناگون پوشاک

باعث شد تا دانشمندان برای به دست آوردن الیاف غیرطبیعی فعال شوند و

الیاف مصنوعی به دست آورند و امروزه بر اثر تحقیقات و آزمایش‌های گوناگون،

پوشاک‌های با الیاف مصنوعی به دست آمده است:

۱) ویسکوز - آلوفیل - کوفیل، ساخت کیسه خواب و لایه‌ی میانی کت‌ها و

کاپشن‌ها

۲) پلی استر - پلی آمید - پولار - پولارتیک، کاپشن‌های سبک

۳) گورتکس - سمپاتکس - کرودورا، ساخت کاپشن‌های هیمالیانوردی و آلپ

نوردی

۴) لی کرا - اینوش - کول ماکس، درپوش کفشهای تریکینگ و دوپوش

### پولار

ترکیبی از کرک مصنوعی و یک لایه پایل (پنبه‌ای)

۱- به گونه‌ای طراحی شده که رطوبت بدن را جذب و آن را به سطح بیرونی

بافت به آسانی انتقال می‌دهد.

۲- لیف‌های کوچکی روی سطح این الیاف باعث می‌شود که بین الیاف و

پوست بدن فاصله ایجاد شده و به پوست نجسید و یک لایه‌ی نازک هوا اجازه

دهد که رطوبت ناشی از تحرک به صورت بخار به الیاف اصلی برسد و آن نیز

به بیرون منتقل می‌گردد.

۳- این پارچه در مقابل عناصر بیرونی همچون باد و باران در حد زیادی مقاوم

است.

۴- سریع خشک می‌گردد.

۵- دوام زیادی دارند.

۶- مقاومت بسیار خوبی در برابر کپک‌زدگی از خود نشان می‌دهد.

۷- عدم جذب بوی عرق بدن.

۸- چنانچه صحیح شسته شوند، هیچ‌گاه چین خوردگی و چروک پیدا نمی‌کند و از فرم نیز نمی‌افتد.

۹- چون رطوبت را در خود نگه نمی‌دارد، در نتیجه در موقع خیس شدن سنگین نمی‌شوند.

### گورتکس

بزرگترین اختراع قرن در صنعت نساجی به شمار می‌رود که از سه لایه تشکیل شده است که با یک نگاه ساده ما آن را به صورت یک لایه می‌بینیم.

(۱) لایه‌ی رویی: از نفوذ رطوبت خارجی به داخل جلوگیری می‌کند و غالباً رنگی است.

(۲) لایه‌ی میانی: برای جلوگیری از نفوذ باران و برف

(۳) لایه‌ی زیرین: رطوبت بدن را جذب نموده و به خارج هدایت می‌کند.

گورتکس پارچه‌ای است از جنس پلی تترافلورواتیلن

P.T.F.E این پارچه شرایط زیر را برای مصرف کننده فراهم

می‌سازد:

(۱) جلوگیری از نفوذ قطرات باران Water proof

معمولاً با توجه به این اشکال اساسی که هر پارچه واترپروف

از داخل خیس می‌شود، شش اصلی پارچه گورتکس مشخص

می‌گردد، بدین معنا که از بابت خیس شدن بدن از داخل نیز

نگرانی نخواهد داشت.

(۲) جلوگیری از نفوذ باد و هوای سرد Wind proof

پوشاک گورتکس محافظ خوبی برای جلوگیری از نفوذ

بادهای شدید به داخل می‌باشد، این مقاومت در شرایط ورزش

بادی به شدت و سرعت ۵۵ متر بر ثانیه (۲۰۰ کیلومتر در ساعت)

ادامه خواهد داشت.

(۳) خروج رطوبت داخلی بدن از لایه‌ی پوشاک گورتکس

اصلی‌ترین خاصیت و اهمیت پارچه‌ی گورتکس خارج شدن

رطوبت‌های ناشی از تحرکات بدن می‌باشد. قطر لایه‌ی

گورتکس ۰/۲۵ میلی متر است.

در هر سانتی متر مربع پارچه‌ی گورتکس ۱/۴ میلیارد منفذ

وجود دارد، این منافذ بسیار بسیار ریز هستند و هر کدام قطری

برابر ۰/۲ میکرون دارند در حالی که اندازه‌ی قطر آب ۲۰۰۰ برابر

بزرگتر از این اندازه است. نکته‌ی جالب اینکه مولکولهای بخار و

رطوبتی که از بدن خارج می‌شود ۷۰۰ بار کوچکتر از منافذ ۰/۲

میکرونی پارچه‌ی گورتکس می‌باشد در نتیجه پارچه‌ی گورتکس

علاوه بر فراهم کردن زمینه‌ی خروج رطوبت داخلی، به راحتی در

مقابل نفوذ برف و باران به داخل بدن مقاومت می‌کند.

### چند نکته‌ی مهم در مورد پوشاک گورتکس

(۱) گورتکس به خوبی قابلیت خود را در حرارتی مابین ۲۴- تا ۲۷+ درجه‌ی سانتی گراد حفظ می‌کند.

(۲) همچنین قادر است آبی با فشار K.P.S ۷۶۰ را تحمل نماید و آن را از خود عبور ندهد.

(۳) در مقابل اشعه‌ی ماورای بنفش مقاوم است

(۴) در اثر گذشت زمان خاصیت‌های خود را از دست نمی‌دهد

(۵) هیچگاه پوشاک گورتکس را به لباسشویی ندهید

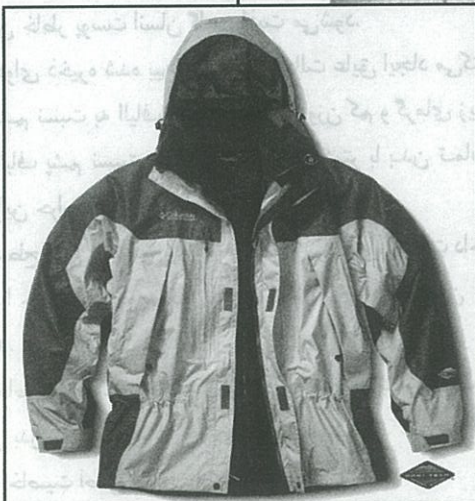
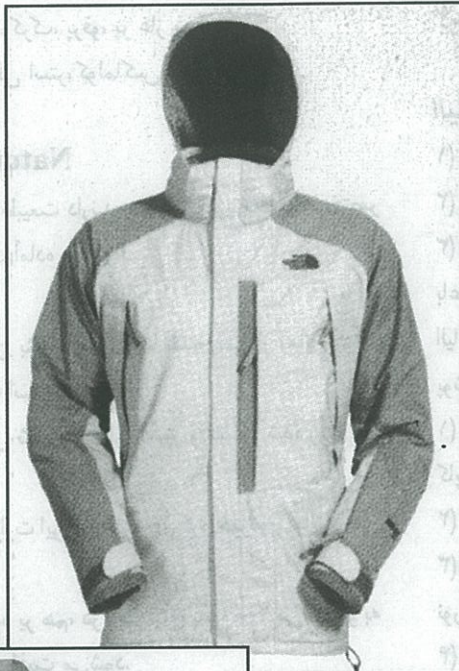
(۶) از پودرهای لباسشویی استاندارد و به میزان کم در شستشوی پارچه استفاده نمایید.

(۷) سعی کنید با نمک تماس پیدا نکنند زیرا خواص این پارچه کاهش می‌یابد.

(۸) در آب ولرم آنرا توسط برس پلاستیکی شستشو دهید.

(۹) در داخل کمد آویزان نمایید.

(۱۰) نباید اطو بکشید.



## کمپانیهای معتبر پولار و گورتکس

ایتالیا Ferino	انگلستان Barghous	آمریکا North.Face
ایتالیا Invicto	انگلستان Vau De	آلمان Salewa
ایتالیا Camp	انگلستان OR	آلمان Alpin
انگلستان British	آمریکا Pata goina	

## تسولیت سرامیک

آخرین پدیده‌ی صنعت نساجی است که از یک فیبر مصنوعی به نام تسولیت سرامیک ساخته شده است که ۷۰٪ آنرا پلی یولفین ۳۲/۶٪ را پلی استر و ۷/۴٪ سرامیک پلی استر تشکیل می‌دهد. این فیبر مصنوعی از تکنولوژی ساخت بسیار بالایی برخوردار است:

(۱) بسیار گرم (۲) در عین حال بسیار کم حجم است

### مزیت

(۱) فیبرهای دارای سرامیک، اشعه‌ی خورشید را جذب کرده و اشعه‌ی مادون قرمز را دفع می‌کنند. باقی‌مانده‌ی اشعه‌ی تاباننده‌ی خورشید ۶۵٪ تا ۷۰٪

(۲) این فیبرها، قابلیت جذب گرمای بدن و سپس منعکس کردن این گرما به سمت پوست را دارند. این سرامیک به گونه‌ای ساخته شده که در تمام

(۳) با این کار ضمن کاهش اختلاف دمای بدن، توانسته‌اند میزان نگهداری حرارت بدن را تا ۲۵٪ افزایش دهند.

پر قو - پر گاز در شرایط بد جوی و یا کوهنوردی زمستانی، داشتن پوشاک گرم الزامی است، این پوشاک میبایستی شرایطی چون: الف) حافظ

بدن در برابر سرما ب) حجم کم ج) سبک بودن د) مقاوم در برابر باد ه) مقاوم در برابر رطوبت ز) مقاومت کلی پوشاک را دارا باشند پس بنابراین

پوشاک پر به راحتی می‌تواند تمامی این شرایط را با هم داشته باشد. پس از شناخت پر به عنوان عایق خوب، کاربرد آن پوشاک برای کوه و

دشت به شدت افزایش یافت و البسه‌ای که امروزه از پر تهیه می‌شوند عبارتند از: کت، شلوار، ژبله، کیسه خواب، جوراب، دستکش، کلاه و...

اصلی‌ترین دلیل استفاده از پوشاک پر: الف) پوش یافتن پر، به هنگام پوش یافتن به خوبی هوا را در خود حفظ می‌کند.

ب) به نحو چشمگیری سبک است. ج) قابلیت فشرده شدن آن باعث می‌شود تا یک کاپشن پر به راحتی در یک کیسه‌ی کوچک جا داده شود.

پر قو یا پر گاز بهترین نوع پر در میان پرندگان هستند، زیرا: الف) به دلیل شرایط محیط زیست این نوع پرندگان که غالباً در محیطهای سرد می‌باشند.

ب) این پر از میزان چربی بالایی برخوردار است. ج) میزان جذب رطوبت و نگهداری آن بسیار کم است.

د) پر نرم و لطیف سینه قو فاقد ریشه‌های بزرگ استخوانی است. اغلب کاپشنهای غیر مرغوب به دلیل نداشتن پر خوب و همچنین روکش نامناسب اصطلاحاً پر می‌دهند یعنی از لابلای تار و پود پارچه پوشاک پر به

بیرون می‌زند.

در خصوص نوع دوخت البسه‌ی پر بایستی گفت که در این پوشاک نبایستی دوخت روی دوخت قرار گیرد، چرا که درست در محل درز دوخت خاصیت عایق بودن به راحتی از بین می‌رود و حرارت بدن از محل درزها خارج می‌شود.

از اشکالات عمده‌ی پر می‌توان به داشتن الکتریسیته‌ی ساکن و مقاومت کم آن در برابر آلودگی و کثیفی اشاره کرد.

## شستشوی پوشاک پر

(۱) حتی‌الامکان سعی کنید پوشاک پر شما کمتر کثیف شود تا کمتر ناچار به شستن آنها باشید.

(۲) قبل از شستن با کف دست پوشاک پر را فشار دهید تا هوای بین پرها خارج شود تا بهتر بتوانید آن را بشوید.

(۳) بهترین کار این است که خود شما با صبر و حوصله این کار را انجام دهید (شستشوی پر)

(۴) برای مدت چند ساعت در آب ولرم پوشاک را خیس کرده، سپس آنرا روی سطح صاف پهن کنید.

(۵) با استفاده از صابون و کف دستها، آنرا آرام شستشو دهید.

(۶) روی لکه‌های چربی و چرک بیشتر تأکید کنید.

(۷) پس از اینکه شستشو به پایان رسید، بدون چلانیدن آن را آویزان کنید تا آب به تدریج خارج شود.

(۸) چنانچه اگر از خشک کن ماشین لباسشویی استفاده می‌کنید آن را بر روی دور کند با هوای سرد تنظیم کنید.

(۹) خشک کردن پر به صورت طبیعی به زمان زیادی نیاز دارد که البته این روش بهترین است.

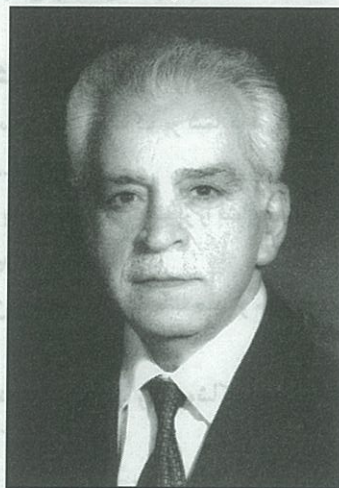
(۱۰) پوشاک پر را در معرض هوای آزاد قرار دهید تا از کپک زدن آنها جلوگیری شود.

(۱۱) برای شستن پوشاک پر در ماشین‌های لباسشویی بهتر است پوشاک کیسه خوابهای پر را در داخل کیسه‌های پارچه‌ای، قرار داده و با استفاده از آب سرد و با دور کند آن را شستشو داد (این روش برای پوشاک پری خوب است که دارای بند و زیپ فراوانی باشد.

## کول ماکس

به عنوان لایه‌ی میانی در تهیه‌ی کفشهای گل گشتی و کوه‌پیمایی یا به عبارت بهتر Trekking و نیز در کفشهای دوپوش هیمالیانوردی Expedition کاربرد دارد. کفشهایی که دارای لایه‌ی کول ماکس می‌باشند به سختی آب را از خود عبور می‌دهند در مواقعی که در نواحی بارانی در حال کوه پیمایی هستیم (در کفشهای Trekking). ولی کفشهای دوپوش Expedition که دارای لایه‌های آنبوش و کول ماکس می‌باشند به هیچ عنوان آب را از خود عبور نداده و تعرق پا را به راحتی به بیرون هدایت می‌کنند. Δ

**تارفت مرا از نظر آن چشم جهان بین  
کس واقف ما نیست که از دیده چهار رفت  
بر شمع نرفت از گذر آتش دل دوش  
آن دود که از سوز جگر بر سر ما رفت  
احرام چه بندیم که آن قبله نه اینجاست  
در سعی چه کوشیم که از مرده صفا رفت**



روز چهارشنبه ۸۲/۱۰/۲۴ چراغ عمر شخصی خاموش شد که به گردن ما شمیرانیها و شمیران حق بسیار بزرگی دارد.

**شادروان استاد اسماعیل نیاورانی** عمری را در کسوت معلمی و در راه اشاعه‌ی فرهنگ و آموزش فرزندان این خطه صرف کرد.

او چون کار آموزشی را کافی برای پرده دری جهل نمی‌دانست، بر آن شد که مجلسهای فرهنگی در منزل خود به وجود آورد و با همکاری بزرگان علم و ادب به روشنگری‌های ذهنی بپردازد، و همه می‌دانند که این گزینش او چه اثر ژرفی در اندیشه و اذهان مجلسیان آن محافل فرهنگی گذارده است.

ما شمیرانیها همگی منت‌پذیر او باید باشیم، چه هر چه او می‌گفت و می‌کرد درباره‌ی ترقی و تعالی شمیران بود. به سخنی دیگر او چشم جهان بینی بود که خدای بزرگ به شمیران عزیز ما عطا کرده بود.

مرحوم نیاورانی در این سالهای پایانی عمر بر آن بود که نوعی جغرافیای تاریخی برای شمیران تهیه کند، که علاوه بر شرح دهها اثر تاریخی، حاوی آداب و رسوم و سنن و لهجه‌های محلی شمیران باشد و خوشبختانه او این فراهم آوری خود را با موفقیت به پایان برد و در صدد بود که آن را به چاپ برساند که با هزاران اسف تیغ مرگ رشتنه‌ی حیات او را قطع کرد و امید آنکه با چاپ آن، دیگران بهره ور از این کار سترک شوند.

او دَرِد شمیران را به دل داشت و معتقد بود که سرنوشت ما با فلسطینیان گره خورده است. چرا که ما در سرزمین آبا و اجدادی خود نیز غریبه‌ایم.

**فصلنامه کوه فقدان این استاد فرهیخته را به  
بازماندگان، جامعه‌ی علم و ادب، فرهنگیان  
و اهالی شهران تسلیم می‌گوید.**

## صعود به قله بینالود

● گزارش از گروه کوهنوردی شرکت دخانیات ایران

منطقه‌ی کوهستانی هزارمسجد واقع در منتهی الیه جناح شمال شرقی رشته کوههای هزار مسجد در شمال شهرستان نیشابور قرار دارد. این رشته کوهها به دلیل دارا بودن چندین قله‌ی زیر سه هزار متر مانند کلاعلان، زرگران و... سالانه گروههای بسیاری از کوهنوردان را به سوی خود می‌کشاند. جانپناه این قله به نام «دوشهید» در ارتفاع ۲۷۳۰ متری واقع می‌باشد. رأس ساعت ۵/۳۰ دقیقه از شهرستان مشهد با وسیله نقلیه به سمت نیشابور حرکت کرده و از آنجا به روستای «صومعه» طی مسیر نمودیم. از آنجا که از روستای مذکور تا دامنه‌ی کوه جاده‌ای خاکی هست، لذا با کرایه‌ی نیشان وانت به طرف «خانه چی» که ۳۰ دقیقه فاصله دارد، ادامه مسیر داده و ساعت ۱۰ صبح است و ما از این منطقه که دوراهی «تاریک دره» نام دارد کوهپیمایی را آغاز می‌کنیم. مسیر صعود از کنار رودخانه به سمت شمال شرقی که نسبتاً صاف و حدود ۱/۵ ساعت زمان حرکت را به خود اختصاص می‌دهد. اندک اندک از سمت راست رودخانه با یک شیب تند ارتفاع می‌گیریم. بین راه به درختی می‌رسیم به نام درخت لته «که بنا به اعتقادات محلی از قدیم‌الایام دارای قد است می‌باشد و مردم نذورات خود را به پای این درخت هدیه می‌کنند» پس از عبور از کنار این درخت به روی تپه‌ای می‌رسیم که معروف به «کتل نردبان» می‌باشد. در این مکان به استراحت پرداخته و پس از ساعتی با چند افت‌وخیز در میان تپه‌ها و سنگلاخها به محلی می‌رسیم به نام «زرشک زار» همان‌طور که از اسم آن پیداست منطقه پر از درختان زرشک است از این محل پناهگاه کاملاً رویت می‌گردید. با برداشتن آب از یک شیب کوتاه عبور نموده و کنار پناهگاه «دوشهید» مدتی را به استراحت پرداختیم تا این مکان مدت ۴ ساعت کوهپیمایی داشتیم. سپس از مسیری که پاکوب می‌باشد با یک شیب ملایم طی مسیر نموده و با عبور از کنار گوسفندسرا، به یک دیواره که شیب آن واقعاً نفس‌گیر است ادامه‌ی مسیر می‌دهیم. پس از ۲/۵ ساعت طی مسیر از محل پناهگاه، گام بر قله‌ی بینالود می‌نهیم. مناظر اطراف به طور وصف‌ناپذیری دیدنی هستند و تماشای قله اطراف مانند زرگران - رشته کوه هزار مسجد و همچنین رودخانه‌های بزرگ اطراف جلوه‌ای بی‌نظیر دارد و ما از مسیری دیگر که از روی یال جناح چپ قله قرار دارد به طرف پناهگاه باز می‌گردیم.

نکته مهم: صعود زمستانی قله با خطرات ریزش برف همراه است و بهتر است با پیش‌بینی‌های لازم از راهنماهای محلی کمک گرفت. Δ

# تخریب منابع طبیعی و محیط زیست در مناطق کوهستانی



● سید علی اکبر سیدزاده\*

بزرگترین عامل تخریب و فرسایش مراتع نواحی کوهستانی در کشور ما، وجود دام بیش از حد یا به عبارت بهتر چرای دام «افزون بر ظرفیت مرتع» در پهنه‌ی این مناطق است. علائم تخریب و فرسایش مناطق کوهستانی عبارتند از:

- ۱- از میان رفتن و یا کاهش اندوخته‌ی پوشش گیاهی که بر اثر فشار چرای دام صورت می‌گیرد.
- ۲- کم شدن و یا از میان رفتن گیاهان باارزش مرتعی و گسترش گیاهان خاردار و تیغ‌دار در سطح مرتع که این هم به دلیل وجود دام افزون بر گنجایش مرتع است. به این ترتیب از تعداد گیاهان مرغوب و خوش‌خوراک کاسته شده و گیاهان خاردار و تیغ‌دار که خوش‌خوراکی کمتری داشته و در برابر فشار چرای دام هم مقاومند، جایگزین آنها می‌شوند.
- ۳- شسته شدن و از میان رفتن خاک و پدیدار شدن سنگ مادر.
- ۴- تغییر رنگ خاک و یا وجود خاکهایی با رنگ‌های گوناگون در روی یک شیب.
- ۵- بروز تغییرات فیزیکی و یا شیمیایی در خاک بدون آنکه ظاهر آن تغییر کند مانند قلیایی شدن، ماندابی شدن و شستشوی املاح خاک بر اثر رفتن آنها به طبقات پایین‌تر که امکان دسترسی گیاه به مواد غذایی لازم را ناممکن می‌سازد. بنابراین تخریب و فرسایش همیشه موجب شستشو و جابجایی خاک نمی‌شود بلکه ممکن است خاک در جای خود باشد ولی در حال تخریب و فرسایش باشد که آن را فرسایش نهانی گویند که خطرناک‌تر از فرسایش معمولی است.
- ۶- از میان رفتن پوشش گیاهی، لخت شدن خاک و پیدایش شیاروآبراهه‌در آن.

- ۷- گل شدن و یا کدر شدن رنگ آب رودخانه و یا آبراهه‌های موجود در منطقه به ویژه در هنگام بارندگی. بنابراین با اندکی دقت با نگرستن به آبهای خروجی و بدون رفتن به منطقه می‌توان تا حدودی به وجود و یا عدم وجود فرسایش در آن محل پی برد. اگر این آبها زلال و شفاف باشند فرسایش قابل توجهی وجود ندارد.
- ۸- به هوا برخاستن گرد و خاک در هنگام عبور گله و یا دیدن افراد در کوه.
- ۹- وجود مسیرهای افقی و یا لوزی شکل نزدیک به هم در روی شیب‌ها که معمولاً بر اثر رفت و آمد گله به وجود می‌آید.
- ۱۰- حرکت شن و سنگریزه و خاک و انباشته شدن آنها در جاهای کم شیب.

اقدامات پیشگیرانه برای جلوگیری و یا کاهش میزان تخریب و فرسایش و بهبود وضع محیط زیست کوهستان:

- ۱- کاستن از تعداد دامها و کنترل و نظارت بر چگونگی استفاده‌ی دامداران از مرتع که یکی از مشکلات پیچیده و مسائل اجتماعی - اقتصادی کنونی جامعه‌ی ماست و به این سادگی‌ها قابل حل نمی‌باشد و از چهارچوب این بحث خارج است.
- ۲- اجرای شیوه‌های اصولی بهره‌برداری از مراتع، تهیه و اجرای طرحهای مرتع‌داری و آبخیزداری و جنگلداری به منظور بازسازی و اصلاح منابع طبیعی و محیط زیست.
- ۳- بالا بردن دانش و سطح آگاهی دامداران و روستاییان ساکن در مناطق کوهستانی نسبت به منابع طبیعی از طریق سخنرانی و نمایش اسلاید و فیلم و چاپ و پخش نشریه و مقالات ساده هماهنگ با وضعیت محل.
- ۴- کمک‌های اقتصادی به دامداران و ساکنین نواحی کوهستانی مانند وام دادن، سوخت رسانی، دادن علوفه و کمک‌های دیگر به منظور بهبود وضع

زندگی آنان و کاستن از فشار روی مراتع و جنگلهای منطقه.

۵- در اجرای پروژه‌های ملی تلاش گردد که حتی‌المقدور تخریب کمتری صورت گیرد و خسارات وارده جبران شود مثلاً در اجرای جاده سازی که خسارات هنگفتی بر جای می‌گذارد باید در صورت امکان تقریباً به اندازه‌ی وسعت مراتع نابود شده در جای دیگری در همان منطقه اصلاح مرتع گردیده و یا جنگلکاری شود.

۶- افزایش سطح آگاهی مردم به ویژه علاقه‌مندان به طبیعت و کوه‌پیمایان در مسیرهای پر رفت و آمد آنان در مناطق کوهستانی به ویژه در شیب‌های مشرف به شهرها و مراکز جمعیت از طریق گفتگو و پخش اعلامیه و نصب تابلوهای هشداردهنده و گذاشتن ظروف بزرگ زباله به ویژه در اطراف پناهگاهها و بر پا کردن مسابقات ابتکاری با تعیین جایزه در رابطه با منابع طبیعی و پاکیزگی کوهستان ...

۷- پاکسازی مسیرهای رفت و آمد یاد شده به ویژه در محل‌های انباشت زباله و اطراف پناهگاههای کوهنوردی.

۸- خودداری گردشگران طبیعت و کوهنوردان از آلوده کردن محیط کوهستان، آتش زدن بوته‌ها و درختچه‌ها، خودداری از ایجاد راه‌ها و

مسیرهای جدید رفت و آمد به ویژه در هنگام دویدن در سرازیری کوه و خودداری از غلتاندن سنگها برای تفریح.

۹- برقراری ضوابط و مقررات هماهنگ با وضع محل برای شکار و حفظ نسل جانوران منطقه، به ویژه جانوران کمیاب و در حال انقراض، ایجاد پارک وحش‌های طبیعی منطبق با ضوابط زیست محیطی ناحیه.

۱۰- از ایجاد تأسیسات آلاینده‌ی محیط در درون یا حاشیه‌ی کوهستان خودداری و در صورت نیاز به ساخت آنها نیز باید به فیلترهای ویژه‌ی گرد و غبار و سایر امکانات لازم مجهز بوده و ضمناً از نوع صنایعی باشند که «پس آب» کمتری دارند.

شایان ذکر است که گردشگران طبیعت و کوهنوردان سهم بسیار اندکی در تخریب و فرسایش طبیعت دارند و بدون حل مسائل و مشکلات ناشی از عوامل اصلی ویرانگری و بحران‌زا که قبلاً تشریح شده است هرگز پروژه‌های اصلاح و بازسازی منابع طبیعی و محیط زیست به نتایج مطلوب دست نخواهد یافت. Δ

\* کارشناس منابع طبیعی

ادامه‌ی مطلب «K2 قله‌ای با...» از صفحه ۴۴

ولی دانه‌های یخ از چشم سرازیر می‌شود». در هر حال از میان ۱۹۶ کوهنوردی که از سال ۱۹۵۴ تاکنون قله‌ی K2 را فتح کردند ۱۴۴ نفر از یال آبروزی صعود کردند. از سال ۱۹۳۸ تاکنون ۵۳ کوهنورد جانشان را در راه فتح قله و یا حتی پس از فتح آن جانشان را از دست دادند که ۳۶ نفر از آنها در نقاط مختلف در امتداد همین یال بوده است.

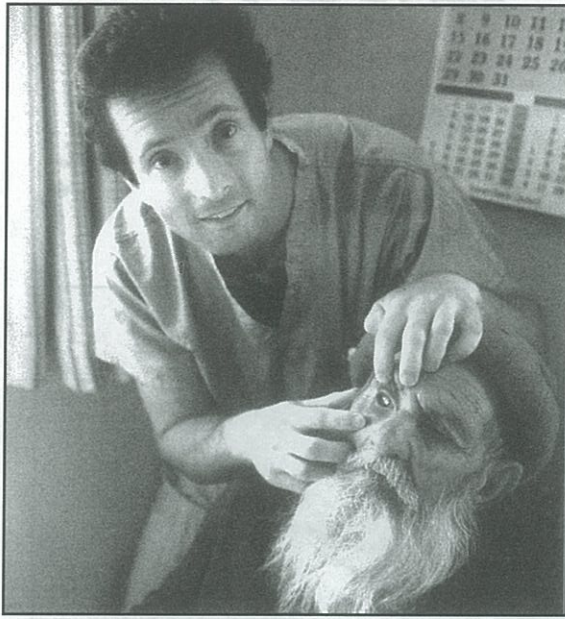
یال آبروزی با ردیفی از برجهای سنگی شروع می‌شود و تا قسمت زیرین برج و برجستگی آن ادامه دارد تا به شکاف یکصد متری می‌رسد و معروف به «دودکش هاوس» است نام این شکاف متناسب به بیل هاوس کوهنورد امریکایی است که در سال ۱۹۳۸ توانست از آن عبور کند. این دودکش شکافی است با درجه‌ی سختی ۵/۶ سنگنوردی و در ارتفاع ۷۳۰۰ متری قرار دارد.

بالتر از دودکش هاوس، هرم سیاه Black Pyramid قرار دارد. هر وجه این هرم مثلثی است از تخته سنگ‌های پوشیده از یخ و یا تکه‌های بزرگ یخ و ارتفاع آن حدود ۷۱۰۰ متر است. در رأس این هرم منطقه‌ای وسیع و قورمانندی قرار دارد که آخرین مکان برای برپایی کمپ چهارم قبل از رسیدن به قله می‌باشد. در همین نقطه بود که در سال ۱۹۸۶ آل روس اولین کوهنورد انگلیسی هنگام صعود به قله‌ی K2 در اثر خستگی مفرط و عدم توانایی به صعود بالاتر در همان جا توقف کرد ولی همراهان او مسیر را ادامه دادند. او جانش را در همین محل در اثر خستگی مفرط و سرمای بسیار شدید از دست داد. گروه چند دقیقه پس از ترک آل روس دو کوهنورد اطریشی به نام «آلفرد ایمیتسر» و «هانس وایزر» نیز در میان برف و سرما

در هم پیچیدند و آنها نیز فوت کردند.

از محل «شاندیال Shoulder» تا قله حدود ۲۲۵۰ پا یا حدود ۷۰۰ متر فاصله‌ی عمودی وجود دارد. اما برای رسیدن به قله باید از یک قوزمانند گذشت که تا زانو پوشیده از برف است و باید تراورس کرد. شیب ۳۵ متری و بیش از ۵۰ درجه. پس از این شیب دیگری است که مسافت آن تا یخچال «گودوین آستین» حدود ۱۲۰۰ متر است و اگر کوهنوردی در این شیب بلغزد تا یخچال گودوین آستین به پایین می‌شود (اگر زنده بماند) حداقل ۱۰ کوهنورد در این گلوگاه در اثر سقوط جانشان را از دست داده‌اند. مانند «تادئوس پیوتروفسکی» کوهنورد برجسته‌ی لهستانی و از بهترین و فنی‌ترین کوهنورد در صعودهای زمستانی بود. او در سال ۱۹۸۶ هنگام پایین آمدن از قله در یک شیب مرگ بار پایش لغزید. هر دو کرامپون او از کفش کنده شده و سبب شد تادئوس با سرعت به سمت پایین بلغزد از جرز ککوچکا که قبل از او حرکت می‌کند عبور کند هر چند ککوچکا (دومین فاتح ۱۴ قله‌ی بالاتر از ۸۰۰۰ متر) سعی داشت او را به طریقی نگهدارد ولی تادئوس با زخمی کردن ککوچکا به پایین سقوط کرده و جانش را از دست می‌دهد. بالاتر از آن شیب پوشیده از برف آخرین قوز نزدیک قله است که آن نیز لغزنده و پهن است. در این محل بود که در سال ۱۹۹۵ «آلیسون هاوگریوز» و همراهان پس از فتح قله او در اثر وزش باد شدید به دره پرتاب شد. Δ

ادامه دارد...



# جوف تائین

فاتح هفت قله، فارغ التحصیل دانشکده‌ی پزشکی هاروارد. کمک مخترع پرش با بانجی و سه بار صعود به اورست.

جوف تائین در مورد افتخاراتی که در بالا ذکر شد می‌گوید: «هیچوقت سودی از این افتخارات نبرده‌ام. اما در عوض، بودن در منطقه‌ی نپال مثل این است که در بهترین ضیافتها شرکت دارم.» وی استادیار چشم پزشکی دانشگاه ورمونت است و در برلینگتون کمک جراح می‌باشد، زندگی فوق‌العاده جذاب و ماجراجویانه‌ای را در پیش گرفته است. اما نکته‌ی مهم، بشردوستی و نودوستی وی می‌باشد که می‌تواند الهام بخش افراد دیگر باشد. در سال ۱۹۹۴ به همراه دکتر ساندوک روئیت که یک چشم پزشک نپالی بود، پروژه‌ی آب مروارید در هیمالیا ([www.Cureblindness.org](http://www.Cureblindness.org)) را دایر کردند که مأموریت این طرح بازگرداندن بینایی روستاییان نپالی بود. یکی از مناطقی که بیشترین میزان کوری‌های قابل درمان را در دنیا داراست. این فکر طی کوهنوردیهای متعدد و مواجهه با افراد نابینا قوت گرفت. در سال ۱۹۸۸ وی دوران رزیدنتی در دانشگاه شیکاگو و همچنین فرصت همراهی با لین هیل برای صعود به ال کاپیتان را قربانی کرد تا به عنوان پزشک تیم با گروه کوهنوردی برای صعود به اورست همراه شود.

این تصمیمی بود که شاید به نظر خیلی‌ها یک عمل نابخردانه تلقی شود. تائین در مورد تصمیم‌گیری خود می‌گوید: «به نظرم انجام این کار درست‌تر بود. بهتر است آدمی به دنبال میل باطنی و علائق خود باشد.»

بعد از ترک گروه کوهنوردی، تائین در نپال و در بیمارستان محلی فاپلو ماند. به دلیل شرایط اقلیمی، محیطی و ارثی (هیچکس از علت اصلی این مسئله آگاهی ندارد) مردم نپال نسبت به سایر مردم دیگر جهان بیشتر مبتلا به بیماری آب مروارید می‌شوند. در همین موقع او گروهی از پزشکان هلندی را مشاهده کرد که بر روی افرادی که سالها نابینا بوده‌اند جراحی آب مروارید انجام می‌دادند و فردای روز عمل، آنها قادر به دیدن بودند. تائین اظهار می‌کند «این جالب‌ترین چیزی بود که تا به حال شاهد بوده‌ام.» و هنگام ادای این جملات، هنوز آثاری از شگفتی در گفته‌هایش دیده می‌شد.

در اوایل سال ۱۹۹۰ تائین با روئیت آشنا شد. روئیت روش کم هزینه و پراثری را برای جراحی آب مروارید ابداع کرده بود که با بهره‌گیری از میکروسکوپ و کاشتن لنز صورت می‌گرفت و این در حالی بود که روش مزبور به صورت گسترده در کشورهای توسعه یافته به کار گرفته می‌شود و تا به حال در نپال چنین روشی ارائه نشده بود و تا به امروز آنها حدود بیش از ۳۰ پزشک را در منطقه آموزش داده‌اند و قصد دارند که دوره‌ی آموزشی نیز برای تعدادی از بیمارهای چشمی در نظر بگیرند. از سال ۱۹۹۴، پروژه‌ی مزبور تقریباً ۱۰۰۰۰ نفر را سالانه تحت پوشش قرار داده است.

وقتی وی را در لباس و کفشهای ورزشی می‌بینید که با سرعت و انرژی زیاد، در جاهای دورافتاده‌ی اطراف محل مسکونی‌اش پیاده روی می‌کند به نظر می‌رسد که یک شهروند ورمونتی باشد. در سن ۴۴ سالگی با آن صورت پسرانه باورتان نمی‌شود که این فرد مایلها سفر کرده باشد و پشت قاب عینک سیمی‌اش چشمان قهوه‌ای وجود دارد که از آنها گرمی و صداقت موج می‌زند. بدن ورزیده و عضلات به هم پیچیده وی را بیشتر شبیه کشتی گیران کرده تا کوهنوردان. در

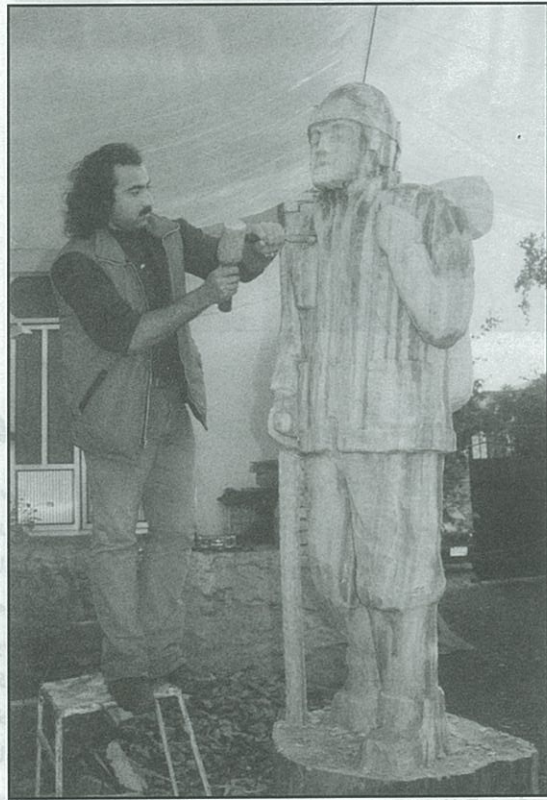
## مرد دارای صفات نیک

اواسط سال ۱۹۷۰ زمانی که به Yale رفته بود توجه تائین به کوهنوردی جلب شد و مجلات کوهنوردی را سریعتر از کتابهای درسی‌اش مطالعه می‌کرد. «تائین» فعالیت کوهنوردی خود را در سال ۱۹۷۴ در کوههای نیویورک و با همراهی «هنری لیستر» کوهنورد محلی آن منطقه آغاز کرد و پس از آن کوهنوردی در دیواره‌های گرانیتی یوسمیت، تتونر، بوگا بود و پارک ملی کوههای راکی عزم وی را برای کوهنوردی جزم کرد و سبب شد تا برای صعودهای مخاطره‌آمیز و جسورانه، تجدید نیرو کند و به تلاش خود ادامه دهد. تلاش «تائین» برای دستیابی به جاهای مرتفع محدود به کوهها نمی‌شود. دوست و همکار نزدیک وی «باب شیپارو» می‌گوید «حد متوسط برای «جوف» وجود ندارد و زندگی وی در بالاترین و عالی‌ترین مرتبه است.» شیپارو در سال ۱۹۷۸ در آکسفورد با تائین آشنا شد و روز بعد از ملاقات اولیه، برای صعود به «کورن وال» عزیمت کردند که اولین صعود از تعداد بی‌شمار صعودی بود که به اتفاق هم انجام داده بودند. شیپارو معتقد است که تائین در کوهنوردی بسیار قابل اطمینان، صادق، وظیفه شناس است اما در سفر غیرقابل پیش‌بینی است و سیاستمدارانه رفتار نمی‌کند و این در بعضی کشورها برای وی مشکل آفرین می‌شود. در فاصله‌ی بین دانشکده‌ی پزشکی تا دوران رزیدنتی که او مبادرت به صعود به دنالی، آکونگ‌گوا، کلیمانجارو کرد تا سال ۱۹۹۱ او چهارمین فردی بود که ۷ قله را صعود کرده بود و صعودهای بسیار سخت و شکنجه آوری را در دیواره‌ی دیاموند در کوه کنیا و کانگ شونگ در اورست را به انجام رسانید.

این روزها زندگی تائین به سادگی قبل نیست. در سال ۱۹۹۵ در دانشگاه دومونت موقعیت تدریس پیش آمد و وی به برلینگتون عزیمت کرد و در آنجا با جین که او نیز چشم‌پزشک بود آشنا شد. او بیوه بود و سه بچه نیز داشت و تائین پدرخوانده‌ی آنها شد. شاید تنها چیزی که حتی فکرش را نمی‌کرد. و اینکه چطور او توانست در زندگی خود تحول غیرمحمتمل و داستان مانند ایجاد کند و از یک کوهنورد عادی تبدیل به یک نودوست بین‌المللی شود؟ تائین با حالت آمیخته به تواضع لبخند می‌زند و می‌گوید «این یک نعمت غیرمترقبه است.» Δ

# اولین همایش اکوتوریسم و کوهنوردی استان گلستان

• رضا چکنویی



شگفت‌انگیزی برخوردار است. طبیعت ایران با ویژگیهای خاص و گوناگون دارد. اگر نگوییم مجموعه‌ای بی نظیر است، بدون شک نمونه‌ای کم نظیر در جهان به شمار می‌رود. از این رو در پهنه‌ی این سرزمین، هر گردشگر مشتاق و طبیعت دوست می‌تواند خواسته‌ها و علایق خود را بیابد. توجه و برنامه ریزی مناسب در خصوص استفاده از مکانهای طبیعی برای گردشگری می‌تواند بسیار سودآور باشد. اما نباید از یاد برد که طبیعت با همه‌ی سترگی کوهها و پهناوری دشتهای بسیار شکننده است. از این رو می‌بایست با احتیاط کامل و در نظر گرفتن تمامی جوانب، به رشد و توسعه‌ی این رشته از صنعت توریسم همت کرد.

استان گلستان در اواسط آذرماه سال ۸۲ میزبان اولین گردهم‌آیی اکوتوریسم بود. این برنامه با همت و پیگیری سامان ایرانگردی و جهانگردی استان گلستان و گروههای کوهنوردی این استان به مدت سه روز برگزار شد. در مراسم افتتاحیه‌ی این گردهمایی مدیر سازمان ایرانگردی و جهانگردی استان، آقای تقی نسب طی سخنرانی در این مراسم به معرفی جاذبه‌های طبیعی استان پرداخت و در ادامه آقای اینانلو که از فعالان اکوتوریسم کشور می‌باشند ضمن بیان ویژگیهای طبیعت استان، به مسئله‌ی اکوتوریسم و ضرورت‌های آن اشاره کرد. در پایان مراسم افتتاحیه از تندیس کوهنورد که توسط آقای نبی‌الله مصدق هنرمند و کوهنورد گرگانی از تنه‌ی یک درخت خشک شده‌ی راش به قطر ۱۱۰ سانتیمتر ساخته شده بود پرده برداری شد. در تهیه و ساخت این تندیس که نمادی از یک کوهنورد می‌باشد سازمان ایرانگردی و جهانگردی، دانشگاه علوم کشاورزی، اداره‌ی منابع طبیعی گرگان و هیئت ورزشهای همگانی، همکاری و مشارکت داشته‌اند. مجسمه‌ی چوبین با نام کوهیار پس از اتمام مراحل اندودکاری با مواد شیمیایی برای حفظ چوب آن که توسط دانشگاه علوم کشاورزی انجام خواهد شد در میدان ناهارخوران از مبادی اصلی مناطق کوهنوردی گرگان، نصب می‌شود.

در طول این گردهم‌آیی، میهمانان که همه از مسئولان و دست اندرکاران صنعت گردشگری کشور بودند از نزدیک با جاذبه‌های طبیعی این استان زیبا آشنا شدند.

از دیگر برنامه‌های این نشست، بازدید از نمایشگاه آثار چوبی بود که دست طبیعت آنها را به شکل‌های مختلف مانند حیوانات و انسان ساخته بود این مجموعه توسط آقای شریف موسوی از کوهنوردان و طبیعت دوستان با ذوق استان گردآوری شده بود.

نکته‌ی مهم در این است که تاکنون طبیعت کشور ما همواره دستخوش بی‌مهری بوده و هر روز شاهد نابودی بخشی از آن به دلایل گوناگون می‌باشیم. بیشتر آسیب‌های وارده حاصل استفاده‌ی بی‌رویه و بدون کنترل خود ما از این منابع ارزشمند است. امروزه فعالیتهای تفریحی در مناطق طبیعی در صورت عدم مطالعه‌ی لازم و برنامه ریزی صحیح بر روی این مناطق اگر با پیش بینی و تمهیدات ضروری نباشد می‌تواند فاجعه‌ی تخریب محیط زیست را سرعت بخشد. Δ

صنعت توریسم امروزه در بین کشورهای گوناگون به لحاظ ویژگیهای اقتصادی که دارد از جایگاه خاصی برخوردار است؛ به گونه‌ای که بسیاری از دولت‌ها، طرحها و برنامه‌های زیرساختی خود را بر اساس درآمدهای حاصل از آن بنا نهاده‌اند و برای گسترش و پیشرفت در این زمینه سرمایه گذاریها می‌کنند و تدابیر بسیاری را انجام می‌دهند. مشکلات زندگی شهرنشینی و ماشینی باعث گردید تا گروهی از علاقه‌مندان به جهانگردی، به جای بازدید از شهرها و بازدید اماکن تاریخی، برای فرار از زندگی یکنواخت در شهرهای شلوغ، طبیعت را برای جایگاه سفر خود برگزینند و از همین رو رفته رفته رشته‌ی جدیدی در این صنعت به وجود آمده که امروزه ما آن را با عنوان اکوتوریسم Eco Tourism یا همان طبیعت‌گردی می‌شناسیم. این رشته به زیر مجموعه‌های متعددی تقسیم می‌شود مانند: کوه نوردی، اسکی، کویرنوردی، پیاده روی، ماهیگیری، پرندشناسی، قایقرانی و بسیاری از رشته‌های دیگر از این دست که به گونه‌ای در محیطهای طبیعی قابل اجرا باشد، از اجزای این رشته محسوب می‌شود. کشور ما، از تنوع طبیعی

# گوناگون

● ترجمه: مهندس منیژه برزگر

## رمز نقاشی‌های قدیمی قبیله‌ی مایا

قبایل کهن «مایا» خیلی به رنگ آبی علاقه‌مند بودند - امروزه محققان، رمز بقای درخشندگی این رنگ آبی را دریافته‌اند. آنها فهمیده‌اند که چگونه این رنگها پس از گذشت قرن‌ها، هنوز زیبا و درخشان هستند. بنا به گفته‌ی یکی از استادان دانشگاه تکزاس: مایاها ابتدا، گل و رنگ مورد نظر را حرارت می‌دادند. این عمل باعث می‌شد که رنگ کاملاً به داخل گل نفوذ کند و در حقیقت با آن ترکیب شود. این چنین رنگی نه تنها مقاوم و با ثبات است (قرن‌ها دوام کرده) بلکه از نظر محیط زیست نیز بی‌خطر است. شرکت‌های رنگ‌سازی می‌خواهند از این اطلاعات برای ساخت رنگ‌های کم‌خطر استفاده کنند.

**سؤال:** در تنگه‌ی جبل الطارق جریان آب در چه جهت است؟

**پاسخ:** در این تنگه آب در هر دو جهت شرق و غرب حرکت می‌کند. جریان‌های سطحی آب اقیانوس اطلس را در جهت شرق به داخل دریای مدیترانه می‌برد که چون دریای مدیترانه نسبتاً گرم و تبخیر در آن زیاد است، در نتیجه شوری و وزن مخصوص آب زیاد می‌شود. به همین دلیل آب شور سنگین به اعماق دریا می‌رود و از آنجا همراه با آب سنگین کف دریا به سمت غرب حرکت کرده به اقیانوس اطلس وارد می‌شود و این دور تسلسل همیشه ادامه دارد.

**سؤال:** چرا بعضی امواج اقیانوسها نورانی هستند؟

**پاسخ:** دریاها و اقیانوسها سرشار از جانوران تک سلولی به نام «دینو فلاژل‌ها» هستند که در برخی موارد، مواد شیمیایی از خود ترشح می‌کنند که این مواد خاصیت فلورسان دارند یعنی از آنها نور ساطع می‌شود. ماهی‌هایی که از این موجودات تک سلولی تغذیه می‌کنند به علت وجود این ماده‌ی شیمیایی، در اطراف بدن ماهی هاله‌ای از نور ایجاد می‌شود که باعث می‌شود این ماهی‌ها خیلی زود طعمه‌ی جانوران بزرگتر شوند. همچنین کشتی‌هایی که از چنین مناطقی عبور می‌کنند آنقدر به این ماده آغشته می‌شوند که از فواصل دور، نور ساطع شده‌ی آنها قابل رؤیت است.

## ممنوعیت شکار شیرها در آفریقا

مسئولین کشور بوتسوانا در آفریقا، سال گذشته با گذراندن قانونی جدید، شکار شیرها را اکیداً ممنوع کردند، از سراسر دنیا جمعیت‌های

مختلف شکار به این موضوع اعتراض کردند ولی حتی برخی زیست‌شناسان حیات وحش نیز مطمئن نیستند که این ممنوعیت ضروری باشد. کشاورزان، دامداران و شکارچیان محلی نیز با این موضوع مخالفند. «پل فانستن Funston» از مؤسسه‌ی «حمایت از جانوران کمیاب» می‌گوید: راه حل آنست که به بومیان آموزش دهیم که بتوانند با شیرها زندگی مسالمت‌آمیز داشته باشند و در ضمن چهارپایان خود را محفوظ نگاه دارند. فانستن اخیراً سه سال در این منطقه مطالعات تحقیقاتی در نواحی مرزی بوتسوانا و آفریقای جنوبی انجام داده است. با کمک و راهنمایی بومیان زیستگاه شیرها شناسایی شد و فرستنده‌های کوچک رادیویی به گردن برخی از آنها بسته شد تا مسیر آنها مشخص و تحت مطالعه قرار گیرد. در آن نواحی شیرها به دامها حمله می‌کنند و آنها را می‌کشند. فانستن دریافت که در فاصله‌ی سالهای ۱۹۹۷ تا ۲۰۰۱، کشاورزان ۹۳ فلامه شیر را کشته‌اند که در حدود ۳ درصد کل شیرهای آن ناحیه است و او می‌گوید که این رقم نشان می‌دهد که در این ناحیه حفاظت شده تعداد شیرها مناسب است و در حال انقراض نیستند.

## شناسایی انواع جدیدی از موجودات زنده که

### در بحرانی‌ترین شرایط زندگی می‌کنند

دانشمندان این موجودات را «اکستریموفیل» می‌نامند. موجوداتی که در گوشه و کنار منجمد - گاه سوزان و گاه بایر و خشک این کره‌ی زمین زندگی می‌کنند. در اطراف چشمه‌های گرم و عمیق اقیانوسها که درجه حرارت آن به بیش از ۷۰ درجه سانتیگراد می‌رسد گرم‌هایی زندگی می‌کنند. در یخهای فسیلی سیبری که بیش از سه میلیون سال قدمت دارند برخی موجودات زنده کشف شده‌اند. «هالوباکتیریا» نوعی موجود ذره‌بینی است که در آبهای بسیار شور (۱۰ برابر شوری آب دریا) به زندگی ادامه می‌دهند و نوعی باکتری یافت شده که تشعشعات اتمی، صد برابر آنچه که همه‌ی موجودات زنده را می‌کشد، تحمل می‌کند و به زندگی ادامه می‌دهد. «اکستریموفیل‌ها» از این نظر مهم هستند که می‌توانند مدل جدیدی از حیات در گوشه‌ای از کهکشان باشند. این اطلاعات در پروژه‌ی جستجوی حیات در کهکشانها مفید خواهد بود. Δ



# واژه نامه کوهنوردی

قسمت بیست و سوم

عباس محمدی



نوار پهنی که با یک سگک به درو کمر بسته می شود و از آن برای اتصال شخص به طناب استفاده می کنند (در غار یا در جاهایی که خطر سقوط جدی وجود ندارد).

waistlength → waistline حلقه‌ی کمری

waistline حلقه‌ی کمری

طنابی که چند دور به کمر پیچیده می شود و طناب صعود به آن متصل می شود. (امروزه انواع صندلی صعود به جای این حلقه‌ها به کار می رود).

waist tie گره‌ی کمر

اتصال مستقیم طناب صعود به کمر. این کار در گذشته متداول بود، و در صعودهای جدی امروزین به هیچ وجه معمول نیست.

walker راه پیمای، کوه گرد

کسی که به پیاده روی (در دامنه‌های کوهستانی) می پردازد، یا کوه نوردی غیر فنی می کند.

walking (mountaineering ←) کفش کوه سبک، کفش راه پیمایی

walking boots کفش کوه سبک، کفش راه پیمایی

wall دیواره

صخره‌هایی که شیب آنها بیش از ۷۵ درجه است، و ارتفاع کم و بیش قابل توجه دارند. (سنگ کوتاه - boulder ممکن است شیب زیاد داشته باشد، اما ارتفاع قابل توجه ندارد).

wand(Gr.) → wall دیواره

Warthog نوعی پیچ یخ

در این نوع حمایت، فرد حمایت کننده طناب را از شفاخته را از شفاخته می گذراند و در موقع لزوم با استفاده از اصطکاک بین طناب و پشت خود نفر هم طناب خود را مهار می کند.

waterfall ice یخ آبشاری

یخ ناشی از انجماد آبشارها در زمستان. طرفداران یخ نوردی‌های دشوار اقدام به صعود این نوع یخ می کنند.

waist belt کمربند حمایت

واژه نامه‌ی پیشنهادی آقای عباس محمدی با چاپ این قسمت به پایان می رسد. شکی نیست که نامبرده برای تدوین آن زمان بسیاری وقت گذاشته است. باشد که مورد استفاده‌ی دوستان مترجم قرار گیرد.

V-groove → groove

via(It.) → route

Vibram soles

زیره کفش کوه که نخستین بار در سال ۱۹۳۵ توسط کارخانه Vibram ایتالیا ساخته شد. امروزه کم و بیش به صورت اسم عام برای زیره‌های لاستیکی محکم و «گل دار» کفش کوه به کار می رود.

vire(Fr.) → ledge

voie(Fr.) → route

voie normale(Fr.) → ordinary/normal route

volcano آتش فشان، کوه آتش فشانی

V-shaped valley درهٔ هفتی

vermiculations

waist belay حمایت کمری (کفلی)

vertical piton میخ عمودی

(blade piton ←)

waist belt

variant

ناو

راه، مسیر

ویبرام

ven

vein

راه، مسیر

مسیر معمولی

verglas(Fr.)

درهٔ هفتی

نقش کزومی

میخ عمودی

vertical piton

(blade piton ←)

vetrato(It.) → verglas

نیم مسیر

مسیری که از یک مسیر قبلاً صعود شده، جدا می شود، و یا به یک چنین مسیری می پیوندد؛ مسیری که در یک بخش با مسیر دیگر مشترک است.

تنوره (کنج) هفتی

تنوره یا کنجی که دیواره‌هایش با زاویهٔ حاده یکدیگر را قطع می کنند.

رگه

مواد معدنی گوناگونی که در یک تخته سنگ یا صخره به صورت بافتی جداگانه شکل گرفته اند.

گیاه

علف، بوته، درختچه یا خاک روی صخره.

(gardening ←)

شیشه یخ

لایهٔ نازک یخ روی سنگ.

نقش‌های کرمی شکل روی دیواره‌ها و سقف

غار که بر اثر فرسایش ناشی از آب پدید آمده اند.

میخ عمودی

میخی که «چشم» آن با تیغه در یک صفحه قرار دارد و برای کوفتن در شکاف عمودی مناسب است.

(blade piton ←)

شیشه - یخ

**آبکند**  
water gap  
راه آب باریک که فقط در مواقع بارندگی دارای آب است.

**یخ آبی**  
water ice  
یخی که مستقیماً از منجمد شدن آب ایجاد شده و شکننده و نامناسب برای پله کتی است. (در مقابل یخی که تحت فشار یخچال پدید آمده است.)

**خط الرأس، آب پخشان**  
watershed  
خط مرزی مرتفع که تقسیم کننده شاخه‌های دو حوزه رودخانه‌ای است؛ امتداد قله‌هایی که با یالی مشترک به هم وصل می‌شوند.

**برفاب**  
water snow  
برف آبیکی، آمیزه برف و آب.

**نوار**  
webbing → tape

**گوهی چوبی**  
wedge  
برای کوبیدن در شکاف‌های بزرگ استفاده می‌شود. گاه به معنای گوه به طور کلی (چوبی، پلاستیکی، فلزی) هم به کار می‌رود.

**راه، مسیر**  
weg (Gr.) → route

**بهمین‌تر**  
wet avalanch  
بهمین برف آبیکی.

**نم - سرما، اثر نم - سرمای**  
wet chill  
تأثیر مشترک رطوبت و سرما. رطوبت به دو علت باعث تشدید اثر سرما می‌شود: ۱- هوای محبوس در میان لایه‌های پوشاک را با آب جایگزین می‌کند و به این ترتیب اثر عایق بودن پوشاک را از میان می‌برد. ۲- تبخیر آب باعث اتلاف دمای بدن می‌شود. در مجموع پوشاک خیس را مانند فتیله‌ی شمع که سوخت به سوی شعله می‌راند و گرمای بدن را بیرون می‌برد.

**(wind chill ← ←)**

**پوشاک آبی**  
wetsuete

**[غ] پوشاک ویژه برای غارپیمایی در غارهای آبی -**  
یا برای ورزش‌های آبی - از جنس نایلون که تنگ به بدن می‌چسبد و با نگه داشتن یک لایه‌ی نازک آب در نزدیکی بدن، آن را گرم نگاه می‌دارد.

**(dry suite ← ←)**

**چادر جعبه‌ای**  
Whillans box  
نوعی چادر مخصوص کوه‌های بلند که نخستین بار توسط Don Whillans طراحی شد. این نوع چادر به شکل مکعب مستطیل ساخته می‌شود.

**پاک سفیدی، برف گیجه**  
white-out  
محدود شدن دید در محیط برفی و مه‌آلود، ناتوانی در تشخیص فواصل و تمیز زمین و آسمان به علت ترکیب برف و مه.

**اثر باد - سرمای**  
windchill factor

تأثیر مشترک باد و سرما. سرما در یک هوای ساکن اثر کمتری بر بدن دارد تا در یک هوای توأم با باد، زیرا باد پوش گرمایی اطراف بدن را از میان می‌برد.  
**(wet chill ← ←)**

**تخته برف**  
windslab

لایه برفی که بر اثر تجمع برف بادآورد روی لایه‌ی کهنه‌تر تشکیل می‌شود.

**بهمین تخته‌ای**  
wind - slab avalanch

بهمین ناشی از ریزش «تخته برف»؛ بهمینی که به صورت لایه‌ها و تکه‌های بزرگ برف فرو می‌ریزد.

**صعود زمستانی**  
winter climbing/ascent

صعود یک قله یا دیواره در فصل زمستان که به علت دشوار بودن شرایط ارزش بیشتری نسبت به صعود در فصل‌های دیگر دارد.

**wire → wired nut**

**گوهی سیمی**  
wired nut

گوهی که به جای طناب یا نوار، دارای سیم است. معمولاً گوه‌های کوچک‌تر را سیمی می‌سازند، چرا که

طنابچه‌های باریک قدرت کمی دارند. ضمناً سیم امکان قراردادن گوه در شکاف‌های کمی دورتر از دسترس را فراهم می‌کند.

**گرده سیم**  
wire sling

حلقه‌ی سیمی برای انداختن به دور زیانه‌های سنگی لبه تیز و...

**مهار سیمی**  
wire tether

[غ] کابل فولادی به طول‌های مختلف که دو سر آن دارای رابط‌های C شکل است و برای متصل کردن نردبان غارپیمایی به نقاط حمایت مورد استفاده قرار می‌گیرد.

**مسیر کارشده**  
worked route

مسیری که چندین بار روی آن کار می‌کنند تا سرانجام بتوانند آن را صعود کنند.

**نیم دستکش**  
wristover

دستکش بدون انگشت، یا دستکشی که نوک انگشتان از آن بیرون می‌ماند، مناسب برای سنگ‌نوردی در هوای سرد.

**حلقه‌ی مچی**  
wrist sling

نواری که با یک حلقه‌ی فلزی به دسته‌ی کلنگ یخ متصل، و از سمت دیگر به مچ دست وصل می‌شود تا در صورت افتادن کلنگ مانع از دست رفتن آن شود.

**آدم برفی**  
yeti → abominable snowman

**کیسه‌ی زاردسکی**  
Zardsky sack

نوعی چادر شب‌مانی قدیمی، طراحی شده در آلمان.

**صعود مارپیچی**  
zigzag ascent

بالا رفتن از شیب‌های تند با حرکت به چپ و راست برای «شکستن» شیب.

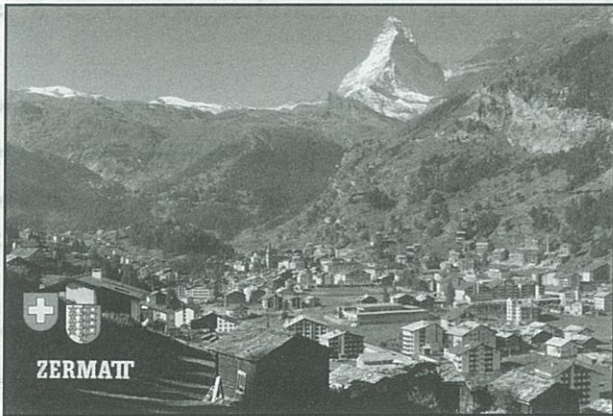
**شاخک، برج**  
zinne (Gr.)

قله‌ی سنگی نوک تیز. اصطلاحی که به ویژه برای کوه‌های منطقه‌ی دولومیت‌ها به کار می‌رود. Δ

وال اینویزر (زینال)  
ماترتال (زرمات)  
ساستال  
رشته دیابلون  
رشته میسچابل  
رشته ویس میس

## گذرگاه سیمپلون

مهمترین بخش در مرکز رشته‌ی دره زرمات است که سااستال و آرولا در پی آن قرار دارند. در جناح ایتالیایی رشته‌ی اصلی فقط ماکوگناکا در آنزاسکا و



برویل در والتورنا چه دارای اهمیت هستند. لازم به تذکر است که در این نواحی کلبه‌ها و پناهگاه‌های متعددی وجود دارد. کوهنوردی در این قسمت برای اهالی ابرلند یکسان شده است چرا که به نسبت شامونی و ایگولی فاقد مسیرهای جالب و سنگنوردی است. برعکس یخچال‌های متعددی را می‌توان در آنجا یافت که طولانی‌ترین آن یخچال گورنر نام دارد که یازده کیلومتر طول آن است.

به جز رشته‌های کومبین، لاگین هورن و ویس میس تمامی قله‌ها چهار هزار متری از طریق دره‌ی زرمات قابل دسترسی هستند و این همان عاملی است که این دره را به صورت مرکز عمده‌ی کوهنوردی درآورده است. تمامی قله مرتفع و مهم این منطقه تا سال ۱۸۶۰ صعود شده بودند تنها تعدادی از قله کوتاه و گمنام همچون دورن هورن با تاخیر صعود شدند. (۱۸۷۹) برجسته‌ترین اقدامی که در این رشته صورت گرفت تلاش پیگیرانه و قدرتمندانه‌ی ادوارد ویمپر برای صعود قله‌ی ماترهورن بود. دیگر صعودهای مهم از قرار زیر است:

- ۱۸۷۹: یال زرمات ماترهورن - مموری، بورگنر، پرتوس، جنتیا
  - ۱۸۸۲: ویرسل اسگرات، دنت بلانچ - آندرسون، بیکر، المر، پلینگر
  - ۱۸۸۷: توفلسگرات، تاش هورن - خانم و آقای مموری، بورگنر، اندرمان
  - ۱۸۸۹: یال فریکل، دنت بلانچ - گروبنی، پلینگر
  - ۱۸۹۵: اسچاگیلات، ویس هورن - بروم، برینر، ایمرین
  - ۱۹۰۱: روتون گرات، زینال روتورن - گروس، توگ والد
  - ۱۹۱۱: فورگن گوات، ماترهورن - پیانسزا، کارل، گاسپارد
- اهم جبهه‌هایی که در آن زمان صعود شد نیز از قرار زیر است:
- ۱۸۷۲: دهلیز مارنیلی در مون روزا - برادران نپدل بری، تیلور، اپمسنگ،



## Peg

## میخ

این واژه در بریتانیا می‌رود که جایگزین کلمه‌ی فرانسوی Piton گردد.

## Peg hammer

## چکش میخ

چکش مخصوص جادادن و خارج کردن میخ هاست که سر آن از جنس فولاد و بازوی آن از چوب گردو یا انواع دیگری از فلزات ساخته شده است و در اشکال مختلف تولید شده است. چکش سنگ معمولا در انتهای خود دارای ریسمانی است که جهت جلوگیری از سقوط احتمالی و جدا شدن از بدن تعیبه گردیده است تا با گره آن به طناب سینه این احتمال از بین برود. چکش‌های کلنگی که کلنگ کوتاه نامیده می‌شوند نیز در مسیرهای شیب‌دار یخچالی مورد استفاده قرار می‌گیرند.

## Pendule (Pendulum)

## پاندول

فرود افقی را گویند که مورد استفاده‌ی آن تغییر خط صعود یا فرود از یک شکاف به شکاف دیگر است.

## Penine Alps, the

## پنین

رشته‌ی اصلی آلپ که از گراند کل فرت در غرب آغاز و به گذرگاه سیمپلون در شرق ختم می‌گردد. پنین که یکی از بزرگترین رشته کوه‌های آلپ است دارای چهل و دو قله‌ی چهار هزار متری است که از آن جمله باید از مون روزا (۴۶۳۴ متر) سومین قله‌ی مرتفع در آلپ و ماترهورن بهترین و شناخته شده‌ترین قله‌ی آلپ نام برد.

مرز سوئیس - ایتالیا ادامه‌ی رشته اصلی است، دره‌های طولانی و متعددی در جناح‌های شمالی و جنوبی این رشته واقع شده‌اند که شمالی‌ها (سوئیس) به گودال‌های عمیق رن و جنوبی‌ها (ایتالیا) به دره‌ی استایا در شرق دشتهای لومباردی ختم می‌شوند. مابین این دره‌ها رشته‌ای از قله‌ها قرار دارند که هر چند در جنوب اهمیت کمی دارند اما در شمال مهمترین صعودها به شمار می‌روند.

دره‌ها و رشته‌ها از غرب به شرق از قرار زیرند:

وال انتر مونت	رشته‌ی کومبین
وال باگن (فیرنای)	رشته چیلون
وال هرنس (آرولا)	رشته دنت بلانچ

۱۹۰۶: جبهه‌ی جنوب غربی تاش هورن، رایان، برادران لوچ ماتر، یانگ نوبل صعودهای اخیر کماکان دشوارترین و خطرناک‌ترین صعودها در آلپ هستند. در سال‌های پس از جنگ جهانی اول نیز مسیرها، جبهه‌ها و یال‌های دشوار دیگری صعود شد که تعدادی از آنها در زیر آمده است:

۱۹۲۳: مسیر گریسی در قله‌ی مون کولون - خانم و آقای گریسی، پرالونگ

۱۹۲۵: تراورس بوکوتسین - ریچاردز، جرج

۱۹۲۵: جبهه‌ی شمالی دنت هرنس - ولژن باخ، اکربن

۱۹۲۸: جبهه‌ی شمالی و یال شمال شرقی دنت بلانچه - خانم و آقای ریچاردز، جرج

۱۹۳۱: جبهه‌ی شمالی مون بلان چیلون - اشتاینر، گورتر

برجسته‌ترین اقدامات پس از جنگ دوم جهانی صعودهای انفرادی و زمستانی همین مسیرها و مسیرهای مشابه بوده است که بازرترین آنها اقدام انفرادی بوناتی در زمستان ۱۹۶۵ روی مسیر مستقیم جبهه‌ی شمالی ماترهورن بوده است که با موفقیت به پایان رسید.

### فودوری (۱۹۲۴-۶۹) Phu Dorje (1924 - 69)

از شرباهای برجسته‌ی منطقه‌ی اورست است که در شش بار عزیمت به این قله، چهار بار به کل جنوبی و یک بار در سال ۱۹۶۵ به اتفاق تیم هندی به قله رسید. او سرانجام در میعادگاه همیشگی‌اش اورست در اثر ریزش یک پل برفی درگذشت.

### کیسه خواب نیم تنه Pied d' elephant

کیسه خواب کوتاهی که صرفاً ناحیه پا و باسن را می‌پوشاند و همراه با ژاکت دووت در بیواک مورد استفاده قرار می‌گیرد.

### تیغه Pillar (G. Pfeiler; Fr. Pileer; It. Pilastro)

بخشی تیغه مرتفع و باریک از یک صخره را گویند که معمولاً در یک نقطه به کوه متصل است اما در امتداد تیغه هر چه جلوتر می‌رویم حالت جدایی از آن را دارد. اصل کلمه‌ی تیغه معمولاً به صخره‌های دارای شیب زیاد اطلاق می‌گردد که در نهایت قله‌ای مختص به خود را دارد.

### بریدگی - طول طناب صعود Pitch (Fr. Longueur de Corde; It. Lunghezza)

فاصله‌ی بین دو بخش حمایت را که یک کوهنورد مجبور به عبور از آن است شیب یا بریدگی گویند. بنابراین بین دو حمایت ممکن است شیبی حدود بیست متر قرار داشته باشد اما یک کوهنورد شاید عملاً مجبور شود که برای طی این مسیر مسافتی حدود سی متر را بپیماید، لذا هم فاصله‌ی این بریدگی‌ها و هم مقدار مسافتی که طی خواهد شد با یکدیگر متفاوتند.

### میخ سنگنوردی Piton (Fr) (E peg. Am. Pin. G Haken. It, Chiodo)

میخ فلزی نسبتاً بزرگی است که برای قرار دادن درون شکاف صخره به

کار می‌رود. نمونه‌هایی دیگر از این میخ‌ها هم برای استفاده در یخچال طراحی شده است. میخ‌ها کلاً چهار مورد استفاده اصلی دارند:

۱- برای کنترل و نگهداری در حمایت متحرک

۲- برای کمک مستقیم زمانی که صخره بدون گیره یا به شکل کلاهدک است.

۳- زمانی که یک نقطه‌ی حمایت طبیعی وجود نداشته باشد.

۴- زمانی که جای مناسب برای فرود وجود نداشته باشد از میخ به عنوان نقطه‌ی مبدا استفاده می‌کنند.

پیش از جنگ جهانی دوم میخ‌های سنگنوردی به ندرت مورد استفاده‌ی کوهنوردان بریتانیایی قرار می‌گرفت کما اینکه این کار هنوز هم به شکل حرفه‌ای صورت می‌گیرد به طوری که در صعودهای مصنوعی نیز استفاده از آن را به حداقل رسانده‌اند، کلا صعودهای اولیه‌ای که با میخ صورت می‌گرفت شکل آزاد داشت چرا که کوهنورد نه تنها مهارت‌های کوهنوردی را کسب می‌کرد بلکه با متدهای گوناگون حمایت آشنا می‌شد.

برعکس در آلپ و ایالات متحده آمریکا شواهد زیادی از استفاده از میخ وجود دارد، شاید دلیل این مطلب طولانی بودن صعودها در آنجا و هوای متغیر این مناطق است و شاید هم طی یک مسیر میخکوبی شده به پیدا کردن راهنما جهت غلبه بر مشکلات ارجحیت داشته است.

با پیشرفت تکنیک بیواک، صعودهای طولانی ایمنی بیشتری پیدا کردند، این مسئله باعث گشت که ارزیابی مجددی از استفاده از میخ به عمل آید مخصوصاً در آمریکا که در طول تاریخ کوهنوردی خود با این پدیده روبرو بوده است. لذا در سیر تکاملی آن به ضرورت الحاق کارابین جهت عبور ساده‌ی طناب پی برده شد. اما دگرگونی اساسی در سال ۱۹۶۰ صورت گرفت که برای اولین بار در آمریکا میخ‌هایی از جنس کروم استیل ساخته شد که نمونه‌های مهم آن در تصویر نشان داده شده است. به دنبال این موفقیت بود که اشکالی دیگر در کار، به وجود آمد و آن اینکه در یک صعود دشوار که به صدها و حتی هزارها میخ نیاز است، کوهنورد چگونه چنین وزنی را تحمل کند. میخ‌های ساخته شده توسط شورویها که از جنس تیتانیوم و بسیار سبک هستند پاسخی به این نیاز بود که در آینده‌ی نزدیکی ممکن است با کیفیتی عالی‌تر نیز ارائه شود. اما باید به خاطر داشت استفاده از این نوع میخ که بسیار گران قیمت است در مسیرهای نه چندان دشوار به صرفه نیست.



طرز استفاده:

میخ‌ها عمدتاً همچون خشاب فشنگ به همراه کارابین‌ها دسته شده، از کمر کوهنورد آویزان می‌گردند که کوهنورد در زمان استفاده توسط چکش سنگنوردی آنها را به داخل شیار صخره می‌کوبد.

نحوه‌ی انتخاب میخ به شکل صعود و مسیر ارتباط دارد، و بدین ترتیب ما پیشاپیش، نه تنها می‌توانیم برآورد کنیم که آیا میخ‌های کوچک را ببریم بهتر است یا نه، بلکه اندازه‌ی شیارها را نیز به دست آورده‌ایم. لازم به تذکر است که کوبیدن میخ‌ها از نکات مهم است که باید با رعایت کامل اصول و ایمنی صورت پذیرد. ادامه دارد...

# آشنایی با گیاهان دارویی ایران

## رازک

### HOPS

#### Humulus lupulus

#### Cannainaceae

گردآورنده: نرگس روحانی سراجی

**گیاه‌شناسی:** رازک گیاهی علفی، چند ساله، دویایه، بالارونده و دارای اعضای پوشیده از تارهای خشن است و به حالت خودرو در جنگلها و اماکن پوشیده از درختچه‌ها و انبوه بوته‌ها می‌روید. رازک دارای برگهای متقابل، دنداندار و پایهی نر آن گل‌های کوچکی به وضع مجتمع به صورت خوشه‌های مخصوص دارد. در پایه‌های ماده رازک، گل‌هایی به رنگ سفید مایل به حنایی به حالت مجتمع به صورت مخروط‌های تقریباً کروی ظاهر می‌شود. میوهی این گیاه فندقه‌هایی است که در سطح و قاعده‌ی آنها، تارهای ترش‌جی فراوان به وجود می‌آید.

**خواص دارویی:** آرام بخش، مسکن، برای دل درده، آنتی بیوتیک، بادشکن، صفرابر، تقویت کننده، در درمان گوش درده، انقباضات روده‌ای و اسپاسم روده و معده، اولسرها، بی‌خوابی، افسردگی، آماس، سوختگی‌ها، تومورها، تورم‌ها، کم خونی، نرمی استخوان، اسهال، آب آوردن انساج، اسکوربوت، نقرس، ترشح مخاط استفاده می‌شود و تمایل به الکل را کاهش می‌دهد و یکی از بهترین گیاهان دارویی برای بازیابی سیستم عصبی است. حاوی مواد استروژنی می‌باشد که مفید برای بیماری زنان است.

**اندام مورد استفاده:** میوه‌ها، برگ‌ها، گلها

**صور دارویی:** دم کرده، تنتور، کمپرس، کپسول. Δ



## فرم اشتراک

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

۱. حق اشتراک یکساله فصلنامه کوه (۴ شماره در سال) در داخل ایران ۳۲۰۰۰ ریال با پست عادی، با پست سفارشی ۴۵۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۱۲۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب جاری ۳۰۷۰ بانک صادرات امین‌الملک کد ۴۷۶ یا سپهر (۰۱۰۰۲۶۲۴۷۳۰۰۰) بانک صادرات به نام فصلنامه‌ی کوه (قابل پرداخت در کلیه شعب) واریز گردد. (لطفاً به بانک تاکید فرمایید که درج نام فرستنده ضروری است.) و اصل فیش بانکی را همراه با فرم تکمیل شده به نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶ فصلنامه کوه ارسال فرمایید.
۲. کپی فیش بانکی را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگاه دارید.
۳. از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جداً خودداری فرمایید.
۴. هرگونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.
۵. دوره‌های صحافی شده فصلنامه ۸-۱، ۱۶-۹، ۲۴-۱۷ موجود می‌باشد.

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

نشانی: .....

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

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

**مشترک محترم:** در صورتی که پس از ۲۰ روز از آغاز فصل، مجله به دست شما نرسید، لطفاً اطلاع دهید تا مجدداً ارسال شود.

## ● اخبار فدراسیون کوهنوردی

شورای رقابت‌های آسیا جهت حضور در مسابقات قهرمانی آسیا به عنوان داور ناظر شرکت کرد و موفق به کسب صلاحیت به منظور شرکت در رقابت‌های جهانی گردید. بختیاری در ۸۲/۹/۱۰ به دعوت شورای رقابت‌های جهانی جهت شرکت در مرحله پایانی رقابت‌های سنگنوردی قهرمانی جهان در سال ۲۰۰۳ عازم کشور انگلستان شد. گفتنی است این مسابقات از ۱۳ لغایت ۱۷ آذر در سه رشته‌ی سرعت، سختی مسیر و بولدرینگ برگزار شد و سرداور این رقابت‌ها از کشور ایتالیا بود.

### ■ گاشربروم ۱ و آنچه گذشت

گزارش هیئت اعزامی کوهنوردی جمهوری اسلامی ایران به کشور پاکستان جهت فتح قله ۸۰۶۸ متری گاشربروم ۱، در ۱۲ آذرماه، در دانشگاه صنعتی امیرکبیر ارائه شد. به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوهنوردی این گزارش شامل پخش اسلاید، فیلم، توضیحات پزشکی، تیم، سرپرست، نفقات اعزامی، پرسش و پاسخ، گرامی‌داشت زنده یاد محمد اوراز و تجلیل از نفقات تیم با حضور مسئولین سازمان تربیت بدنی، فدراسیون کوهنوردی، فدراسیون پزشکی، کمیته‌ی تحقیق و خانواده‌ی شادروان اوراز برگزار گردید.

یادآور می‌شود برنامه‌ی صعود تیم ملی کوهنوردی کشورمان به این قله‌ی رفیع شهریبور ماه ۱۳۸۲ انجام شد که متأسفانه به دلیل ریزش بهمن در ارتفاع ۷۹۰۰ متری محمد اوراز پرافتخارترین کوهنورد کشورمان ۷۰۰ متر سقوط کرد و جان به جان آفرین تسلیم نمود. Δ

### کوهستان خالی از خطر نیست

با آموزش، تمرین،  
امتیاط، فودداری از  
غرور بیجا و برنامه‌ریزی  
صحیح امکان بروز  
مادته را به حداقل  
ممکن برسانیم.

جوی نامساعد همراه با بارش برف و چندین مرکز در استانهای سراسر کشور برگزار شد که کوهنوردان و عموم افرادی که در مبادی کوهنوردی شمال تهران حضور داشتند با کمک‌های نقدی و غیرنقدی خود در این همایش مردمی و بسیج عمومی شرکت کردند. لازم به یادآوری است که در این حادثه ۱۰ نفر از سنگ‌نوردان بم کشته شدند.

■ به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوهنوردی مجمع سالیانه فدراسیون کوهنوردی با حضور معاونت فنی فدراسیونهای ورزشی آقای کفایشیان، مسئولین فدراسیون کوهنوردی و روسای هیئت‌های کوهنوردی استانهای سراسر کشور و دیگر اعضای مجمع در ۴ بهمن ۸۲ برگزار شد. در این مجمع پیرامون تصویب تقویم ورزشی سال ۱۳۸۳، ارائه‌ی گزارش عملکرد فدراسیون و هیئت‌های استانها در سال ۸۲، گزارش بازرسی و خزانه‌دار فدراسیون و همچنین بحث و بررسی در خصوص مشکلات و مسائل موجود انجام گرفت.

■ همایون بختیاری رئیس کمیته‌ی روابط بین‌المللی فدراسیون کوهنوردی کشورمان به عنوان نماینده‌ی ایران در کلاسهای داوری بین‌المللی رقابت‌های سنگنوردی که در کشور فرانسه برگزار شد شرکت نمود و موفق به گذراندن این دوره شد. پس از آن وی به دعوت

### ■ یادمان کوهنورد فقید زنده یاد

#### محمد داودی

به مناسبت چهاردهمین سالگرد عروج عاشقانه‌ی کوهنورد فقید و فروتن، زنده یاد محمد داودی مراسم یادمانی با عنوان «یاد یاران» روز پنج‌شنبه ۸۲/۱۱/۹ برگزار گردید. به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوهنوردی: در این مراسم که کوهنوردان پیشکسوتان، مربیان، ورزشکاران و دوستان و نزدیکان شادروان داودی شرکت داشتند، علاوه بر گرامی‌داشت یاد و خاطره‌ی او، نمایشگاهی از عکس‌ها و وسایل وی نیز از صبح روز پنجشنبه و جمعه (۹ و ۱۰ بهمن) برپا شد و در معرض دید عموم قرار گرفت. گفتنی است محمد داودی نایب رئیس اسبق فدراسیون کوهنوردی در سال ۱۳۶۷ در اولین صعود زمستانی کشور به دیواره‌ی علم کوه به دلیل ادم ریوی درگذشت.

■ همایش «یاوران بم» که با سازماندهی فدراسیون کوهنوردی و مشارکت هیئت‌ها، گروه‌ها و نهادهای مختلف کوهنوردی در ۷ پایگاه تهران و چندین نقطه در سطح کشور انجام شد با استقبال بسیار خوبی توسط کوهنوردان و عموم مردم مواجه شد.

به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوهنوردی همایش «یاوران بم» با هدف حمایت کوهنوردان کشور از هموطنان زلزله زده ۱۲ دماه در ۷ پایگاه تهران مستقر در درکه، دربند، میدان تجریش، میدان قدس، پارک جمشیدیه و دارآباد در شرایط

# اخبار اخبار اخبار اخبار اخبار

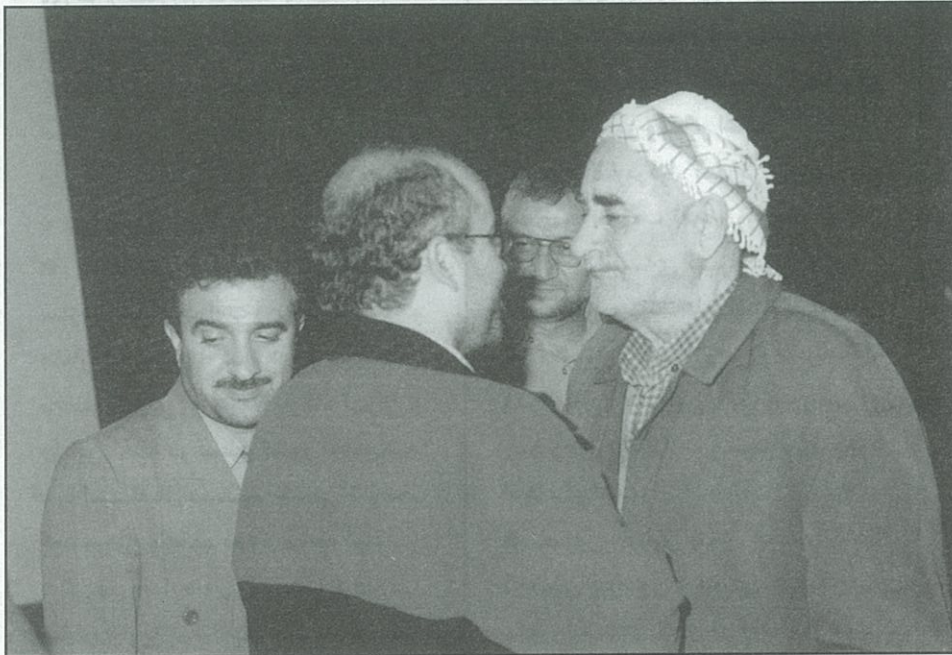
اخبار

همه‌انگهی کمیته‌ی دوچرخه سواران کوهستانی گنبد اولین مارا تن راه‌پیمایی گنبد- دانشمند آتا در مسافت ۵۷ کیلومتر با شرکت ۲۱ نفر از رده‌های مختلف سنی ۶۴-۱۷ سال با موفقیت کامل به اجرا درآمد.

■ سازمان دانش آموزی در تابستان ۸۲ اقدام به اعزام بیش از ۱۷۰۰ دانش‌آموز به ارتفاعات کلکچال نمود و دانش‌آموزان هر منطقه به نوبت یک روز را در این ارتفاعات و در طبیعت کوهستان سپری می‌کردند. همچنین تکنیکهای سنگ‌نوردی زیر نظر آقای توکلین آموزش داده شد.

■ رشته کوههای دالانکوه در مغرب اصفهان در امتداد جاده‌ی نجف آباد به داران جزء رشته کوههای مرکزی ایران و از مناطق سردسیر استان می‌باشد. این ارتفاعات به واسطه‌ی نزدیکی به سلسله جبال زاگرس از مناطق خوش آب و هوا در فصول مختلف سال خصوصاً بهار و تابستان می‌باشد. بارش‌های قابل توجه زمستانی خصوصاً برف از منابع تأمین‌کننده‌ی آب رودخانه‌ی زاینده رود می‌باشد که از این ارتفاعات سرچشمه می‌گیرد. پوشش گیاهی متنوع انواع گون، موسیر، تره کوهی، ریواس در فصل بهار لاله‌های واژگون زیبایی و تنوع خاصی به جلوه‌های طبیعی منطقه می‌دهد. پوشش جانوری نیز متنوع می‌باشد این منطقه از چراگاههای مهم دام برای دامداران بومی و عشایر کوچ‌کننده در طول سال می‌باشد. ارتفاعات دالانکوه دارای یک پناهگاه مهم کوهنوردی در دامنه‌ی کوه می‌باشد.

ادامه در صفحه ۹۴



از چپ به راست آقایان فیروزی، آقاجانی و حاج احمد اوراز

■ در زلزله‌ی بم متأسفانه ۱۰ نفر از سنگنوردان این شهرستان کشته شدند: مجید محمد حاضر، حمید اسماعیل زاده، رامین رنجبر، احسان عطارزاده، طادق عطاری، امید آبگین حسن زاده، امین قنبری فر، دکتر تهمتن، مسعود امان داری، ناصر مدافع بهزادی.

فصلنامه این ضایعه را به بازماندگان آنها تسلیت می‌گوید.

■ بر اثر سقوط چهار کوهنورد از ارتفاعات «میشوی» شهرستان مرند، یکی از آنها کشته و سه نفر دیگر زخمی شدند. در این حادثه غلامرضا علافی سرپرست گروه کوهنوردی «میشو» مرند که قصد نجات دوست حادثه دیده‌اش را داشت، خود به داخل دره سقوط کرد و جان باخت.

## فصلنامه کوه درگذشت غلامرضا علافی را به خانواده و دوستانش تسلیت می‌گوید.

■ به همت اداره‌ی تربیت بدنی و هیئت کوهنوردی سقز و گروه‌های کوهنوردی تابعه و با پشتیبانی بیدریغ فرمانداری آن شهرستان، مراسم یادمان محمد اوراز در روزهای ۱۳ و ۱۴ آذرماه برگزار گردید.

در این مراسم که همراه با سخنرانی و نمایشگاه عکس برگزار شد صعود به قله «رووش» نیز در نظر گرفته شده بود.

از هیئت‌ها و گروه‌های کوهنوردی استانهای هم‌جوار و تهران و کرج برای شرکت در این مراسم دعوت به عمل آمده بود. در این یادمان حاج احمد اوراز (پدر) و معروف اوراز (برادر) شادروان محمد اوراز و هم چنین آقای آقاجانی رئیس فدراسیون و آقای افلاکی نیز شرکت داشتند.

در شب جمعه مراسمی شامل شعرخوانی، سرود و خاطرات در برنامه

گنجانده شده بود و جناب آقای فیروزی فرماندار شهرستان در رابطه با برگزاری مراسم سخنانی ایراد کرد. از دیگر سخنرانان برنامه‌ی فوق آقایان (آقاجانی، افلاکی، معروف اوراز و مقبل هنرپژوه و آقای محمود عباسی «مسئول هیئت» بودند.

در روز ۱۴ آذر صعود به قله انجام شد که بیش از ۱۲۰۰ نفر از کوهنوردان در سنین مختلف و در یک هوای مه آلود به قله صعود کردند.

تمام مسیر قله با نصب پلاکاردهایی تزئین شده بود و راهنمایی‌های لازم نیز ارائه گردید.

■ به مناسبت بزرگداشت هفته‌ی تربیت بدنی به همت گروه‌های کوهنوردی مازیار گنبد و داغ سویین و

# انجمن سراسری کوهنوردان



## چه فبر؟

تیم ایرانی به اورست (۱۳۷۷) توسط عباس علی نژاد نمایش داده شد.

\* بیست و چهارمین نشست ماهانه در روز چهارشنبه ۸۲/۱۱/۱ در مرکز شکل‌های غیردولتی شهرداری منطقه ۶ تهران برگزار شد. در این نشست، گزارشی از فعالیت اعضا در جریان زمین لرزه‌ی بم داده شد. رحیم دانایی، اسلایدهای تکان دهنده‌ای از شهر زلزله زده‌ی بم نشان داد، و محمود نظریان مطالبی درباره‌ی کارهای امدادی که توسط کوهنوردان در بم انجام شد، بیان کرد.

همچنین در این نشست، رامین شجاعی با نمایش اسلاید، درباره‌ی شیوه‌های گوناگون صعود دیواره‌ها توضیحاتی داد.

\* مدتی است که سازمان میراث فرهنگی در صدد ثبت منطقه‌ی دربند به عنوان (اثر ملی) است. انجمن کوهنوردان حمایت خود را از این موضوع اعلام کرده و آمادگی دارد تا در اجرای آن و نظارت بر منطقه با آن سازمان همکاری کند. مسئول کمیته‌ی حفاظت کوهستان انجمن، با نوشتن مقاله‌ای (در روزنامه‌ی همشهری ۸۲/۶/۵) علاوه بر ارزش‌های فرهنگی عام و اهمیت زیست محیطی این منطقه، اشاره‌ای به نقش مهم دربند در شکل‌گیری و پیشرفت ورزش کوهنوردی ایران داشته است.

جای تأسف است که به تازگی، در خیابان دربند (تقاطع جعفرآباد) برای عریض کردن خیابان («اصلاح» ترافیکی) تعدادی از درختان قدیمی را قطع کرده‌اند. کمیته‌ی حفاظت کوهستان انجمن با نوشتن نامه‌ای به شهرداری منطقه‌ی یک تهران (رونوشت: روزنامه‌ی همشهری، سازمان میراث فرهنگی، و...) به این کار اعتراض کرد و از شهرداری خواست که در حفظ این میراث‌های باارزش توجه بیشتری داشته باشد. Δ

\* پس از زمین لرزه‌ی بم در روز ۵ دی، تعدادی از اعضای انجمن برای کمک رسانی، به این شهر رفتند که از میان آنان یک گروه هفت نفره‌ی پزشک، فعالیت قابل توجهی در منطقه داشتند و معادل تقریباً سه میلیون تومان دارو و لوازم پزشکی به منطقه بردند.

تعداد دیگری از اعضا به جمع‌آوری کمک‌های مالی پرداختند و از طریق تشکل‌های مردمی تقریباً یک میلیون تومان به زلزله‌زدگان کمک کردند (کمک‌های غیرمتمرکز و شخصی اعضا به حساب نیامده است). انجمن همچنین با همکاری فدراسیون کوهنوردی و گروه‌های تهران، در روز جمعه ۸۲/۱۰/۱۲ در مبادی کوهپیمایی شمال تهران به جمع‌آوری کمک‌های مالی پرداخت.

انجمن کوهنوردان ایران، جان باختن هم میهنانمان در

شهر بم را به همه‌ی ایرانیان تسلیم می‌گوید.

درگذشت پرویز تهمتن از پیشکسوتان کوهنوردی بم، و دیگر

کوهنوردان این شهر را به خانواده‌های آنان و جامعه‌ی

کوهنوردی کشور تسلیم می‌گوییم.

\* پاره‌ای از مقامات ورزشی و غیرورزشی کشور، در خصوص حادثه‌ی گاشربروم یک و درگذشت کوهنورد پرکار، محمد اوراز، از چند عضو انجمن مشاوره خواستند که اعضا به صورت فردی نظر خود را در این زمینه ارایه دادند.

\* بیست و سومین نشست ماهانه‌ی انجمن در روز چهارشنبه ۸۲/۱۰/۳ برگزار شد. در این نشست، پس از ارایه‌ی اخبار کوهنوردی و پرسش و پاسخ، فیلم و اسلایدهایی از برنامه‌ی صعود

### انجمن سراسری کوهنوردان

نشانی دفتر: تهران ۱۱۴۵۷، خیابان انقلاب، جنب لاله زانو، شماره‌ی ۶۳۲ (ساختمان ۶۰۹)،

طبقه‌ی چهارم، واحد ۱۲ (دفتر انجمن در روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۳ تا ۸ بعد از ظهر باز است).

تلفن: ۶۷۱۲۲۴۳ (۰۲۱)

نمبر: ۶۷۱۲۴۲۱ (۰۲۱)

[www.alpineclubofiran.com](http://www.alpineclubofiran.com)

# ضرورت اقدامات دولتی برای حفاظت از کوهها

محیط زیست کشور انجام داده و همکاری صادقانه‌ای با تشکلهای زیست محیطی داشته‌اند، با اهدای لوح، تقدیر و تشکر گردید.

## حفاظت از تنوع زیستی در اکوسیستمهای

### کوهستانی زاگرس

این پروژه که «طرح زاگرس» نامیده می‌شود توسط سازمان حفاظت محیط زیست در قالب تسهیلات محیط زیست جهانی ملل متحد (GEF) ارائه گردیده است، فاز مطالعاتی این طرح با هدف طراحی یک پروژه جامع به منظور حفاظت از دو تا سه منطقه از مناطق کوهستانی زاگرس از مهر ۱۳۸۱ با تأسیس دفتر طرح در محل موزه تاریخ طبیعی در تهران، کار خود را آغاز نموده و مشاور بین‌المللی طرح با مشورت دفتر عمران ملل متحد انتخاب گردیده است. طی بازدیدهای متعدد از نواحی مختلف کوهستانی، منطقه‌ی مورد نظر طرح، مشخص شده است. طبق آخرین تصمیمات اتخاذ شده، این طرح مناطقی از زاگرس در چهار استان اصفهان، فارس، کهگیلویه و بویر احمد و چهار محال و بختیاری را در بر می‌گیرد.

تنوع شرایط توپوگرافی، اقلیمی و ارتفاعی در ایران منجر به حضور گونه‌های متعدد و متنوع گیاهی و جانوری در اکوسیستم و رویشگاههای طبیعی سراسر کشور منجمله زاگرس گردیده است. تنوع زیستی موجود در اکوسیستم زاگرس نه تنها از بعد ملی حائز اهمیت است که از دیدگاه بین‌المللی نیز جایگاه ویژه و منحصر به فردی دارد.

دومین کارگاه مشورتی پروژه‌ی زاگرس در روزهای دهم و یازدهم دی ماه سال جاری (۱۳۸۲) در شهرکرد در استان چهار محال و بختیاری برگزار شد.

در اجرای بخشهای مختلف این پروژه از همکاری و مشارکت تشکلهای زیست محیطی منطقه استفاده می‌شود. شایان ذکر است که انجمن حفظ محیط کوهستان نیز در این طرح مشارکت داشته و از جمله اعضای تیم مشورتی - فنی طرح زاگرس می‌باشد.

## هفتمین کنفرانس جهانی کنوانسیون تنوع زیستی

این کنفرانس که COP7 نامیده می‌شود طی روزهای ۹ الی ۲۰ فوریه ۲۰۰۴ مطابق با ۲۰ بهمن تا ۱ اسفند ۱۳۸۲ در کوالالمپور - مالزی - برگزار خواهد گردید. «تنوع زیستی اکوسیستمهای کوهستانی» یکی از سه محور این کنفرانس جهانی می‌باشد.

این سری نشستها پس از کنفرانس زمین در ریودوژانیرو - برزیل - (۱۹۹۲) هر دو سال یکبار، به منظور حفاظت از تنوع زیستی جهان، تشکیل می‌شود. در این کنفرانس نمایندگان از سازمانهای دولتی ایران و همچنین نماینده‌ی انجمن حفظ محیط کوهستان، حضور داشتند. هدف از این سری نشستها تدوین کنوانسیون جهانی تنوع زیستی می‌باشد. در نشستهای COP7 اکثر آژانسهای وابسته به سازمان ملل متحد از جمله فائو، یونپ و... همچنین بسیاری از سازمانهای غیردولتی و گروههای اصلی مرتبط با تنوع زیستی حضور دارند. در نشستهای قبلی، برنامه‌ی عمل پیشنهادی تنوع زیستی کوهستان، تهیه گردیده است و در نشست کوالالمپور جهت تصویب نهایی ارائه گردید. Δ

بیش از یازده سال از «کنفرانس زمین» در ریودوژانیرو - برزیل - که در آن برای اولین بار «کوهستان» به عنوان یکی از اکوسیستمهای مهم و تأثیرگذار کره‌ی زمین مورد توجه جهانیان قرار گرفت، می‌گذرد. در این کنفرانس کشورهای جهان، از جمله ایران، با امضای مصوبات آن به حفظ محیط زیست و توسعه‌ی پایدار کوهستان متعهد شدند.

امروز با وجود آنکه کوهستان به یکی از مباحث عمده‌ی بین‌المللی تبدیل شده است و اکثر کشورهای کوهستانی جهان با جدیت برای توسعه‌ی پایدار کوهها در سطوح مختلف محلی، ملی و بین‌المللی تلاش می‌کنند و علی‌رغم آنکه نواحی کوهستانی در تأمین بخش عمده‌ای از منابع پایه‌ی کشورمان نقشی تعیین کننده و حیاتی ایفا می‌نمایند، متأسفانه هنوز هیچ یک از سازمانهای ذیربط دولتی در ایران به این امر توجهی نمی‌نمایند.

در مهر ماه سال جاری (۱۳۸۲) اولین کنفرانس اعضای مشارکت بین‌المللی برای توسعه‌ی پایدار کوهها در ایتالیا برگزار گردید. در این کنفرانس که در سطح وزرای امور خارجه‌ی کشورهای عضو تشکیل شد، تعدادی از مقامات ارشد ایتالیا از جمله وزیر خارجه و وزیر امور منطقه‌ای این کشور شرکت و سخنرانی نمودند که این موضوع حاکی از اهمیت کوهستان در سطح جهان می‌باشد.

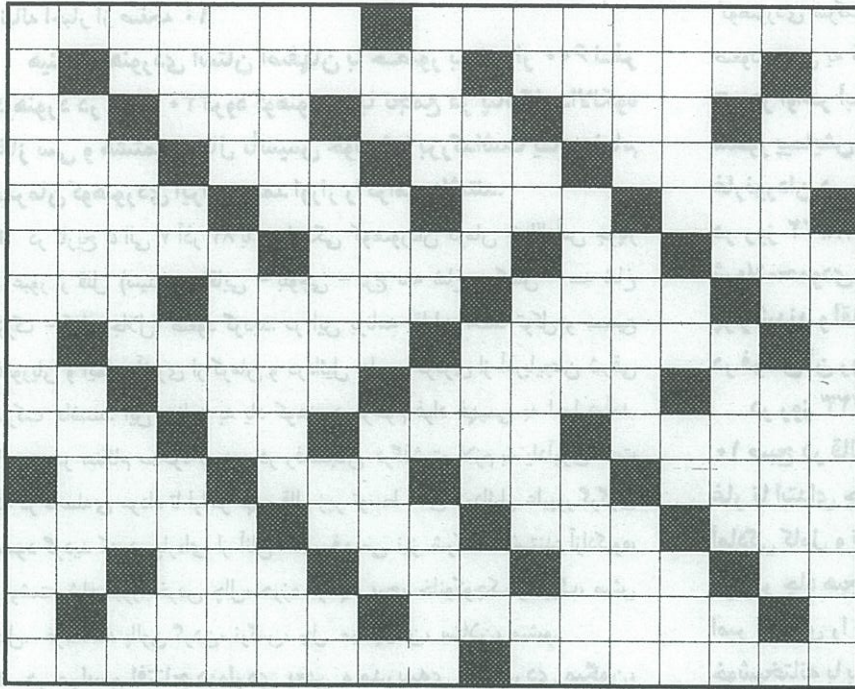
در فوریه سال جاری میلادی (۲۰۰۴) نشست جهانی کنوانسیون تنوع زیستی در کوالالمپور - مالزی - برگزار خواهد شد. یکی از سه محور موضوعی این نشست، تنوع زیستی در کوهها می‌باشد. این موارد تنها نمونه‌هایی از توجهات جامعه‌ی جهانی به کوهستان و اهمیت این بحث در سطح جهان می‌باشد. در حال حاضر یکی از محورهای اصلی فعالیت انجمن حفظ محیط کوهستان تأکید بر ضرورت ایجاد سازوکارهای حقوقی و قانونی کوهستان در اسازمانهای دولتی کشور می‌باشد و این امر به صورت خط مشی بلند مدت در چارچوب این انجمن دنبال می‌گردد. به همین منظور طی چند سال گذشته برای تشویق سازمانهای دولتی جهت پرداختن به موضوع کوهستان فعالیتهایی در این انجمن انجام شده است که از آن جمله می‌توان به ایجاد «کمیته‌ی فرعی کوهستان» در کمیته‌ی ملی توسعه‌ی پایدار کشور و تأسیس «دفتر کوهستان» در سازمان حفاظت محیط زیست اشاره نمود. هر چند در این زمینه نشانه‌های مثبتی در میان برخی مدیران و مسئولان دولتی دیده می‌شود اما با این وجود به نظر می‌رسد هنوز تا رسیدن به اهداف مورد نظر راهی طولانی در پیش است.

تحولات جهانی در سالهای اخیر به ویژه سال بین‌المللی کوهها و نتایج حاصل از آن حقایقی است که می‌تواند مورد توجه و استفاده‌ی مسئولین کشور قرار گیرد. استعداد و پتانسیل موجود در کوههای کشورمان کم نیست بلکه بسیار زیاد است و در این میان توانایی‌های تشکلهای مردمی می‌تواند در تسهیل و تسریع اهداف، مؤثر واقع شده و به تحقق توسعه‌ی پایدار کوهها در کشور کمک نماید.

## مراسم دهمین سالگرد تأسیس انجمن

این مراسم عصر روز چهارشنبه ۱۹ آذر در سالن همایشهای آکادمی ملی المپیک با حضور اعضای انجمن، کوهنوردان و کارشناسان محیط زیست، مدیران دولتی و علاقه‌مندان برگزار شد.

در این مراسم ابتدا دکتر احمدرضا یاور رییس هیئت مدیره، گزارش مختصری از فعالیتهای ده ساله و دستاوردهای انجمن کوهستان را ارائه نمود. سپس مهندس انوشیروان نجفی معاون محیط طبیعی سازمان حفاظت محیط زیست در زمینه‌ی تنوع زیستی کوهستان مقاله‌ای ارائه کرد. در این نشست کارنامه‌ی ده ساله‌ی انجمن کوهستان میان حاضران توزیع شد و از تعدادی اعضای قدیمی و همچنین تعدادی از افرادی که طی یک دهه‌ی گذشته خدماتی برای



بهرام ذوالفقاری

**تراورس**

- ۱- دیواره‌ی معروفی است در کشور ترکیه -
- ۲- اتومبیل آمریکایی - آخرین قله‌ی صعود شده از قله بالای هشت هزار متر توسط تیم ملی - از بیماری‌های تنفسی در ارتفاع ۳- خوک آبی - کلبه‌ای است از شاخ و برگ - رشته‌ی گیاهی - از گونه‌های جانوری - لقب انگلیسی ۴- عمل، کار - شهر بی قانون - پیشوند پان ایرانیسم - حرف ندا ۵- اندیشه - این منطقه توسط عراق بمباران شیمیایی شد - مخفف مانند - شمال نیست ۶- آفت گیاه است - از بر تشخیص نمی‌دهد - نوعی پوشش در فصل سرما - همنشین صدلی ۷- ضمیر خارجی - سی ب، ابر سفید - اکسیر عمر - گرو ۸- قلعه‌ای در نزدیکی فومن - مرتفع‌ترین کوه اروپا در روسیه ۹- اخوت بی‌پایان - عشایر - بند شلوار - نیمه چنبر ۱۰- از قله البرز مرکزی در منطقه‌ی لواسانات - سنگینی - تهران قدیم - نوعی مار است ۱۱- جمع اسیر - بین دو کوه یا یال قرار گرفته - تل - رشته کوه اروپا ۱۲- هوا از این طریق به شش‌ها می‌رسد - اهل قم - از گونه‌های جانوری شکاری - اطاق زیرزمینی تابستانی بود ۱۳- شکم بند طبی - خالص - از سیارات منظومه‌ی شمسی - تر - ساز شکوه گر ۱۴- تنگه‌ای است در غرب کشور ترکیه - تراشیدن چوب ۱۵- نوعی اسکی است - غاری است بین بوکان و مهاباد

**فرود**

- ۱- کوه یگانه در دشت گیلان - از قله چهارده گانه که توسط تیم ملی هم صعود شد ۲- این غار را معبد هرکول هم نامیده‌اند - دو قله در منطقه‌ی علم کوه ۳- دلیر - مغازه‌ی کوچک - سرپوش خانمها - راندن ۴- کارهای بیرونی ساختمان - همان شناور زیبای روی آب است - حرف تعجب - مجرای تنفسی ۵- از لوازم پوششی زمستانی - از شهرهای کوهنوردی ایران - گونه‌ای گیاهی، خوراکی و سمی ۶- به اسپری گرفتن - گستردگی - لحظه به لحظه

- ۷- چله‌ی کمان - پسوند جمع - پیکر این کوهنورد پس از ۵۶ سال در ارتفاع ۸۳۰۰ متری اورست کشف شد - ضمیر اشیا ۸- ایران سهام دار این کمپانی آلمانی است - شتر ماده - خودستایی ۹- فیلسوف شهیر آلمانی - عناده، پافشاری - حرف ربط - بلوغ گشته ۱۰- از سازه‌های کوبه‌ای - سرپناه - مرتبه، مقام ۱۱- اندک - چوب‌های موازی بارفیکس - از اجزاء گرم کننده‌ی بدن در فصل سرما - برابر است ۱۲- موشک محرک فضایی امریکایی است - فرزند زاده - این جانور عظیم‌الجثه اگر گرسنه نباشد بی‌آزار است ۱۳-

- بدهی‌ها - داد و ستد پول - رنگی است و کوهی ۱۴- این هم از گونه‌های وحشی جانوری است - موجود افسانه‌ای - آفرین - معلم اول ۱۵- نوعی شلوار - دره‌ای است با آبشارهای متعدد در منطقه‌ی کندوان - راهنما - مبارز ۱۶- یخچالی است در جبهه‌ی شمالی دماوند - او هم کوهیار است ۱۷- از لوازم فنی ساخت ایران - از قله رشته کوه

۱۷	۱۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	ا	ش	ن	ا	ه	ی	ا	ن	ا	ت	س	ه	ل	ر	ی	م
۲	ر	ا	و	ی	و	ا	و	ا	و	چ	ا	ن	ا	غ	ا	ی
۳	و	ه	س	ک	ز	ا	ل	ب	ا	ن	ا	ن	ا	ب	ن	ا
۴	ی	م	ا	چ	ر	د	ر	ه	ر	ی	م	د	م	د	م	ن
۵	ن	ع	ر	ت	ف	ر	ن	ه	ن	ر	ه	ن	ه	ن	ه	س
۶	ا	ل	و	ر	ا	ا	ا	و	ن	و	م	ن	م	ن	د	ه
۷	ن	م	ا	س	ق	ا	ر	ل	ک	ر	ل	ک	ا	ن	د	چ
۸	ر	و	ف	ب	و	ت	ل	و	پ	ی	ل	و	ن	و	ن	ا
۹	ا	ک	ی	ن	ع	ی	ا	ا	ی	ا	ل	ی	م	ا	ی	ج
۱۰	ا	ن	و	ا	ل	ا	ل	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ه
۱۱	س	و	ر	ی	ل	ن	ل	ه	ت	ک	ت	ک	ا	ت	ا	س
۱۲	و	ه	ا	و	ا	پ	و	پ	س	و	س	و	ش	م	ع	م
۱۳	ی	ی	د	ا	د	ا	ر	س	ا	ه	س	و	ک	ی	ب	ن
۱۴	ه	ک	ی	ا	ل	ق	ا	ل	د	ا	د	ر	پ	ی	ش	د
۱۵	ا	ه	و	ک	ی	ا	ن	ا	ه	ج	ا	ل	س	ا	د	ر

**حل جدول شماره قبل**

کوهنوردی شرکت ملی نفت ایران تجلیل به عمل آمد. در روز دوم همایش نیز صعود جمعی به قله‌ی مشاه انجام شد.

■ در اواخر آبان یک تیم چهار نفره از کوهنوردان کرمانشاه به منظور پیمایش و دستیابی به انتهای غار و همچنین بررسی محل دفن غارنوردان در چاه هیجده به لحاظ آلودگی فضای غار و آبهای جاری در روز ۸۲/۸/۲۲ با همراهی خانمها شهرزاد مالمیر، نسا اختزایی، شهلا محمودی و آقایان کوروش فرهنگ و امیر فصیحی راهی پناهگاه پراو شدند و آقایان یوسف سوری نیا، حسن خالدیان و میلاد قنبری در فردای آن روز به تیم ملحق گشتند.

در روز ۸۲/۸/۲۳ پس از گذراندن شبی سرد در پناهگاه ساعت ۱۰ صبح در قالب دو تیم وارد غار شدند. به منظور آشنایی بانوان با غار تا ابتدای چاه سوم به عمق ۳۷ متر نفوذ کردند و تیم اصلی با آمادگی کامل و تجهیزات استاندارد غارنوردی به ادامه راه پرداختند. در زیر چاه هیجدهم یاد و خاطره‌ی زنده یادان ویکتوریا کیانی راد و امیر احمدی را با قرائت فاتحه و روشن نمودن شمع گرامی داشتند. خوشبختانه با باز دیدی که از درب مسدود شده حفره محل دفن این عزیزان به عمل آوردند مطمئن شدند که نیازی به تعمیر نمی‌باشد و کاملاً محفوظ و دیواره‌ی آن سالم و غیر قابل نفوذ آب و هوا می‌باشد و محدوده‌ی آن عاری از هرگونه آلودگی هوا و آبهای جاری می‌باشد.

این برنامه به یاد شادروان هادی رجایی فرید که پیشکسوت فقید کوهنوردی و غارنوردی استان که در سال گذشته پس از بازگشت از صعود قله دماوند در برنامه مارا تن دماوند در اثر سانحه‌ی اتومبیل جان به جهان افرین تسلیم نمود اجرا گردید.

برنامه‌ی فوق به سرپرستی کمیته‌ی کوهنوردی هیئت استان انجام پذیرفت و سایر افراد شرکت کننده عبارتند از: مسعود مولایی (تدارکات)، حسن جوادیان (مسئول فنی)، مسعود یآوری (فنی)، پیمان یآوری (سرپرست).

■ گروه کوهنوردی جَمَد نوشهر به قله کهار و ناز صعود کردند. به غیر از زیباییهای منطقه، آنچه که گروه را بیش از حد تحت تأثیر قرار داده بود و شگفت زده کرده بود تواضع و میهمان نوازی اهالی روستای کلوان بود. خصلتی که در نزد روستاییان ما همواره وجود داشته است و کوهنوردان از آن بهره بردارند. شرکت کنندگان آقایان کریمی، فقیه، امینی، جباری.

■ اولین صعود زمستانه‌ی گروه کوهنوردی شرکت مخابرات استان اصفهان شامل کوهنوردان شهرستانهای اصفهان، شاهین شهر و زرین شهر با همکاری اداره‌ی مخابرات شهرستان میمه در مورخه ۴ الی ۵ دیماه سال جاری در منطقه‌ی عمومی کرکس با موفقیت صعود کوهنوردان به این قله به پایان رسید. اسامی صعود کنندگان: محمد نجفی، اکبر شاهزیدی، حمید علیخانی، رضا شجاعی، منصور صفدری، امیر همایونی، دکتر علیرضا آتش زاد، محراب قاندي، محمد احمدی، مظاهر احمدی، یوسف رجایی، محمدتقی رجایی، محمود طاهریان، مهدی سعیدی. Δ

هیئت کوهنوردی استان اصفهان با حضور بیش از ۶۰۰ نفر کوهنورد در قالب ۳۰ گروه کوهنوردی با تجمع در پناهگاه دالانکوه آغاز سی و هشتمین سال تأسیس خود را با بزرگداشت یاد و نام قهرمان کوهنوردی ایران محمد اوراز راگرامی داشتند.

■ در تاریخ ۵ الی ۷ آذر ۸۲ با هماهنگی کوهنوردان کرمان خطالرأس جوبار با عبور از قله (سیدی و آقایی - بلوچی - برج سه شاخ - کیش - سه شاخ بزرگ - کیل جلال) صعود گردید. در این برنامه آقایان احمد توکل و سمیع غفوریان و ایمان آشری از کرمان و دردائیل علیپور گرگری از آذربایجان شرقی شرکت داشتند. این برنامه به یاد کوهنورد مرحوم فواد فهیمی به اجرا درآمد. نامبرده در هنگام صخره نوردی در رفسنجان درگذشت. لازم به یادآوری است که در فاصله‌ی مرداد تا اواخر مهر، قله زیر توسط آقای دردائیل علیپور گرگری صعود گردید که در پاره‌ای از آنان آقای فهیمی نیز شرکت داشتند: آزادکوه، وروشت، شاه البرز، خرس چال، هرزه کوهها، برج، خلنو کوچک و بزرگ، میش چال، خرسنگ، پالون گردن، نرگس، چل مرشیدان، سلان، میشو.

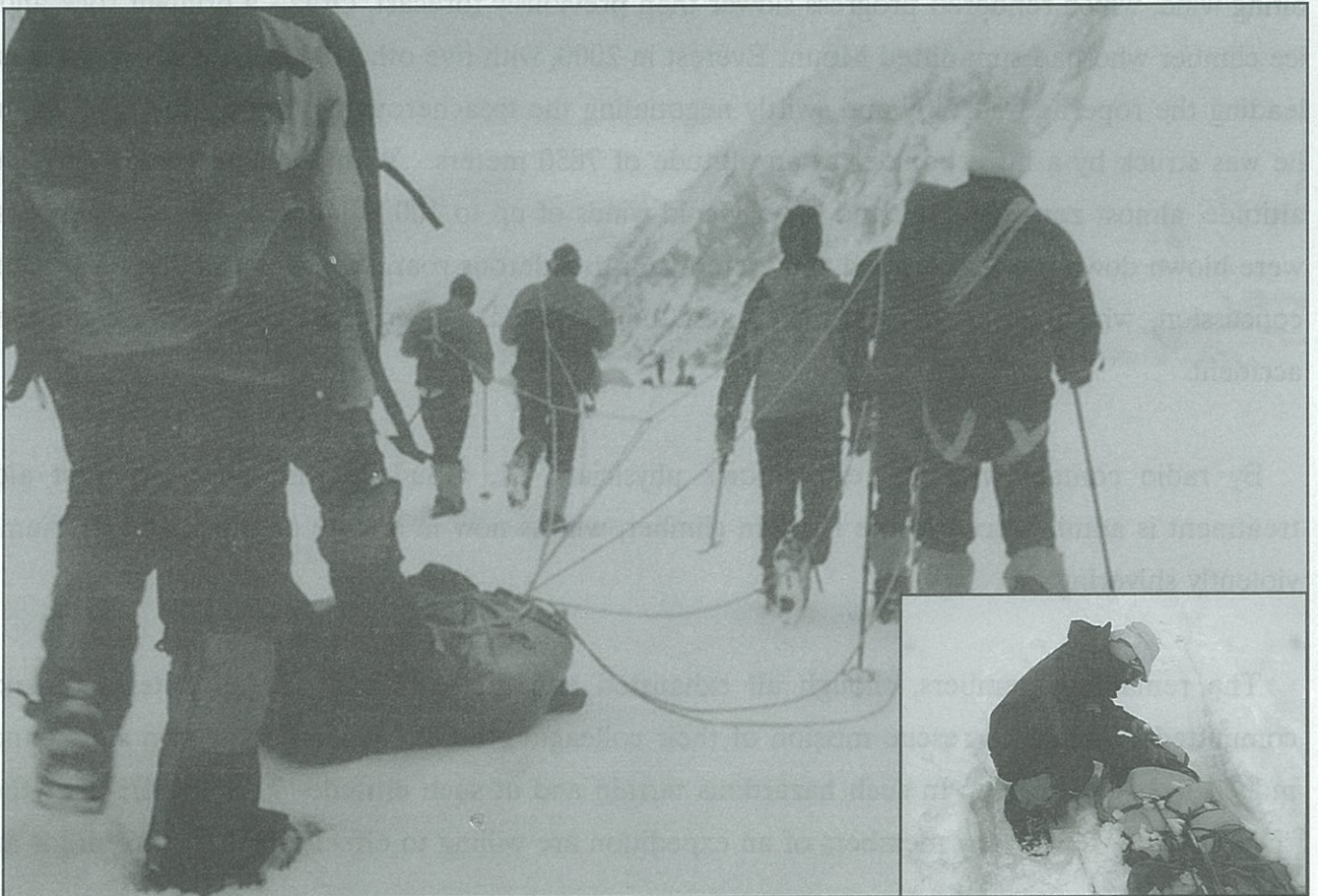
■ در مراسم افتتاح دیواره‌ی یخی و مدرسه‌ی یخ نوردی میگون، ریاست و تنی چند از مسئولین فدراسیون کوهنوردی، شهردار و مسئولین شورای شهر منطقه‌ی رودبار قصران، ریاست هیئت‌های کوهنوردی استان تهران و منطقه‌ی رودبار قصران و همچنین تعدادی از اعضای گروه‌های کوهنوردی و علاقه‌مندان حضور داشتند. این دیواره‌ی یخی که در ابتدای دره‌ی هملون، در نزدیکی میگون ایجاد شده، مساحتی در حدود ۳۰ متر طول و ۲۰ متر ارتفاع را شامل می‌شود و از سطوح صاف و قندیل‌های یخ بلوری تشکیل شده است. شیب این دیواره در اکثر قسمت‌ها نزدیک به قائم بوده و مکان مناسبی برای ورزش یخ‌نوردی محسوب می‌شود. این دیواره به وسیله‌ی انتقال و هدایت آب جاری از بالای این دره و به وسیله‌ی لوله‌های پلاستیکی بر روی سطح پر شیب و سنگی این قسمت به واسطه‌ی سرمای شدید این دره که ناشی از عدم تابش مستقیم آفتاب در این قسمت از دره بوده، ایجاد شده است. هزینه‌های اجرای این طرح توسط شورای شهر و شهرداری رودبار قصران و همچنین گروه کوهنوردی میگون تأمین شده و اجرای آن نیز توسط این گروه بوده است.

■ سومین همایش گروه‌های کوهنوردی شرکت ملی نفت در روزهای ۲۷ و ۲۸ آذرماه به یادبود شهید مهندس تندگویان و شهیدای سرافراز وزارت نفت در مجموعه‌ی تفریحی ورزشی ابعلی و باش رکت ۲۲۰ نفر از کوهنوردان صنعت نفت برگزار گردید. در این همایش که توسط گروه کوهنوردی پژوهشگاه صنعت نفت اجرا شد، ضمن ارائه‌ی عملکرد دهساله‌ی هیئت مزبور چندین سخنرانی علمی و تخصصی پیرامون حوادث کوهستان، تغذیه و پوشاک در کوه، یخ‌زدگی، صعودهای سرعتی و آشنایی با قله آفریقا ارائه گردید که مورد توجه حاضرین قرار گرفت. همچنین در این همایش از جناب آقای اقلای رئیس محترم کمیته‌ی هیمالیانوردی فدراسیون کوهنوردی و چهار تن از پیشکسوتان و بنیانگذاران

injured colleague. However, the members ruthless tenacity , unmitigated boldness and superlative courage impelled them to launch a rescue operation, by placing Oraz -now barely conscious- in a "Basket" and try to lower him down from the face. Passing the Spaniard's camp, who launched a summit bid, never to return. Snow and windslab avalanche, deepening cold and sub zero temperatures frustrated the operation and prolonged the huge risk the entire team faced, who were undoubtedly pushing their own limits to the extreme, as well as risking being swept off the face.

After four solid days of relentless effort and sacrifice they reached camp 1 at 5600 meters where they hoped helicopter evacuation could be implemented. By now the stricken colleague had gone into a deep coma, and their hopes are all pinned on the pilot, who has an immensely hazardous task in attempting to land in such treacherous conditions and against such appalling odds. Finally, after two attempts the injured climber is helicoptered to Skardu, and then to Islamabad, where after 22 days of hospitalization, in intensive care, he tragically passed away

The above is a truncated version of the epic and heroic story of breathtaking courage and determination of the Islamic Republic of Iran's team members in their ordeal of evacuating their stricken team member from 7800 meters on Gasherbrum I. Δ



# EVACUATION FROM "DEATH ZONE"

Compiled and Edited: Shapour Samsam

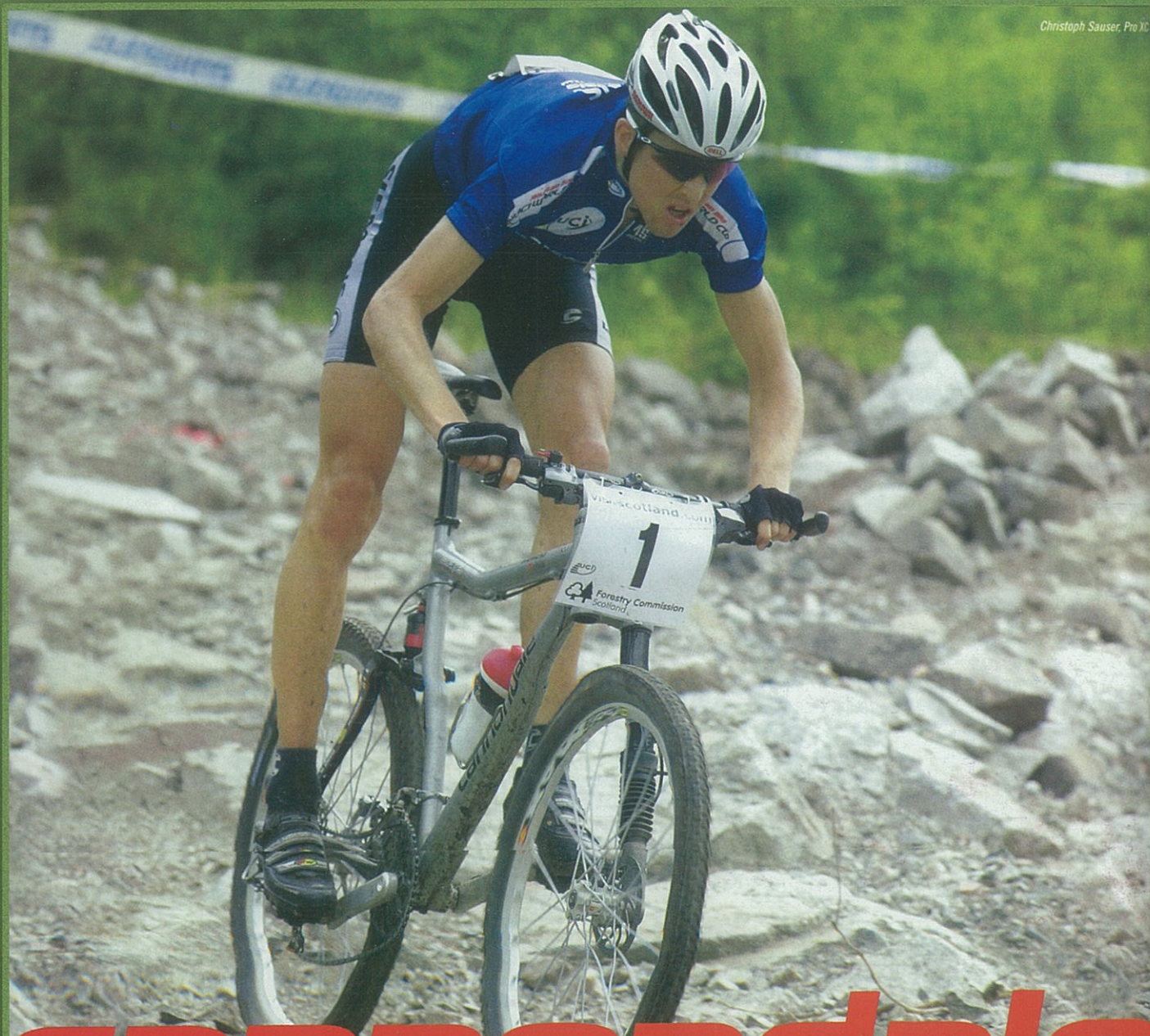
The history of mountaineering is littered with challenges: no sooner is one accomplished than another takes its place. The very act of attempting a major peak over 8000 meters involves a high degree of danger which, by careful planning and sober risk calculation, can be reduced to a degree, but, it can never be eliminated, since absolute caution, would stop you ever leaving Base Camp and would contradict the very point of high altitude mountaineering.

On August 16th. 03, two members of an eight member expedition of an Islamic Republic of Iran's expedition to Gasherbrum 1, namely M. Oraz and M. Pezoueh left camp four at 7300 meters for a summit bid. Armed with high altitude gear, and crampons, Oraz was in radio contact with expedition leader Aflaki at Base Camp, reporting to him the heavy snowfall and biting wind, which rendered progress slower than previously forecast. Oraz - a brilliant rock and ice climber who had summited Mount Everest in 2000, with five other 8000ers to his credit was leading the rope and adroitly and swiftly negotiating the treacherous ground on the face when he was struck by a huge boulder at an altitude of 7850 meters. With insidious effects of high altitude, almost zero visibility, and bitterly cold winds of up to 100 kilometers, the two climbers were blown down the face a good 600 meters in a thunderous roar. Oraz sustained severe brain concussion, which left a 15 centimeter gash on his head, which reveals the severity of the accident.

By radio contact with the expedition's physician, Dr. Goudarzi, the necessary first aid treatment is administered to the stricken climber, who is now in a state of shock and delirium, violently shivering.

The remaining members, though all exhausted and grief-stricken, are all determined and committed to launch a rescue mission of their colleague, thereby placing their own safety and indeed lives on the line. In such hazardous terrain and at such altitude- 7100 meters near the "Death Zone" few, if any members of an expedition are willing to effect a rescue mission for an

Christoph Sauser, Pro XC



# cannondale

انتخاب اول مرفه ای های جهان را  
در ایران هم، می توانید داشته باشید.

Gutex Co. No.403  
White Crown Building  
Sheikh Zayed RD  
PO BOX 30968  
Dubai UAE

Tel: 971-4332-5550  
Fax: 971-4332-8040



ماوند  
amaWand

www.damawand.com

آدرس فصلنامه کوه در سایت دماوند : [www.damawand.com/kouh.html](http://www.damawand.com/kouh.html)

E-mail : [kouh@damawand.com](mailto:kouh@damawand.com)

از سایت دماوند به پهنه تمامی کوه ها پا بگذارید

تجربیات سود مند خود را از کوه ها در دل دماوند ماندگار کنید

مشاور و مجری در کلیه امور طراحی گرافیک و وب سایت  
با امکانات گسترده در خدمت کوهنوردان و جامعه کوهنوردی

[info@damawand.com](mailto:info@damawand.com)

تلفن ۷۵۲۷۵۶۳ - ۰۲۱

محمد رضا ریشه چی فیاض

H.Yaghibi Photo

# کفش پایار

تولیدکننده انواع کفشهای کوهنوردی

همگام با آخرین مدل‌های

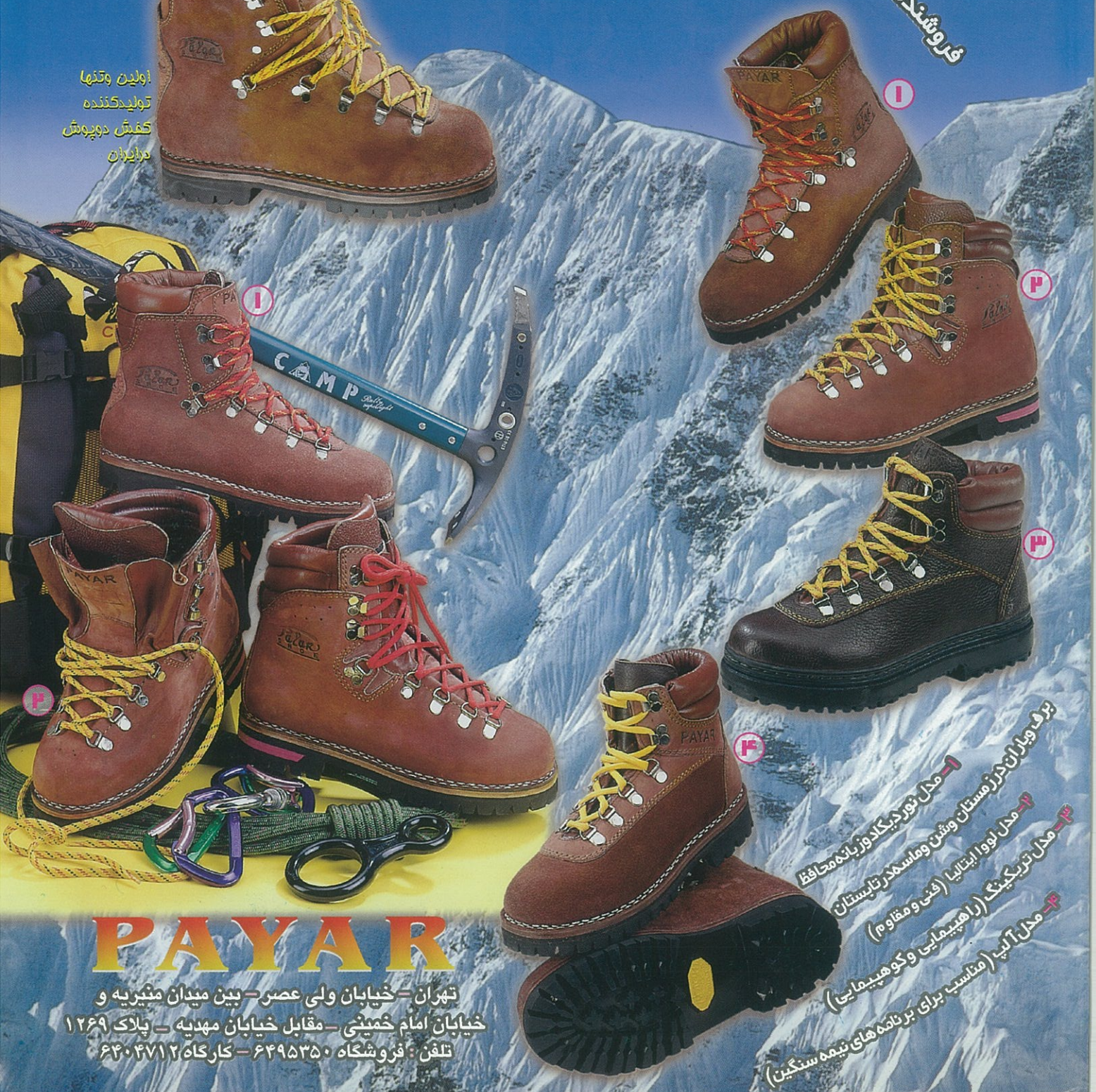
فنی اروپا

فروشنده کلیه لوازم کوهنوردی و کمپینگ

کفش چرمی دوپوش  
مدل آسولو ایتالیا

پوش داخلی چسبی (بدون بند) با  
لیه ایف و ویسکوز  
مقاوم در برابر سرما  
ساق قابل تحرک برای آسودگی پا جهت فرود

اولین و تنها  
تولیدکننده  
کفش دوپوش  
در ایران



- ۱- مدل تورجیکادوز بانه محافظ برف و یخ در ارتفاعات
- ۲- مدل لونا ایتالیا (فنی و مقاوم)
- ۳- مدل ترکیبک (راهپیمایی و کوهپیمایی)
- ۴- مدل آلب (مناسب برای برنامه‌های نیمه سنگین)

## PAYAR

تهران - خیابان ولی عصر - بین میدان منیریه و  
خیابان امام خمینی - مقابل خیابان مهدیه - پلاک ۱۲۶۹  
تلفن: فروشگاه ۶۴۹۵۳۵۰ - کارگاه ۶۴۰۴۷۱۲

# Sunscreen Cream Shandiz

تأیید شده در آمریکا مطابق با استاندارد FDA (سازمان نظارت بر مواد دارویی و بهداشتی آمریکا)



R.A.M.G.R.A.P.H.I.C.S.

کرم ضد آفتاب

# شاندیز

مناسب پوستهای حساس به

آفتاب سوختگی

**UVA/UVB/IR**



لابراتوار ویدا - تلفن دفتر مرکزی: ۰۶-۸۷۹۴۱۵۹ - تلفن مرکز پخش: ۰۶-۶۷۰۶۴۸۵

