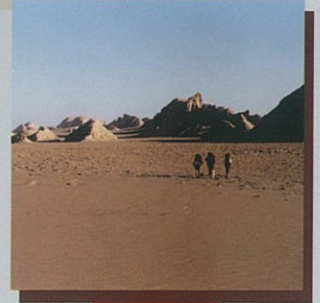
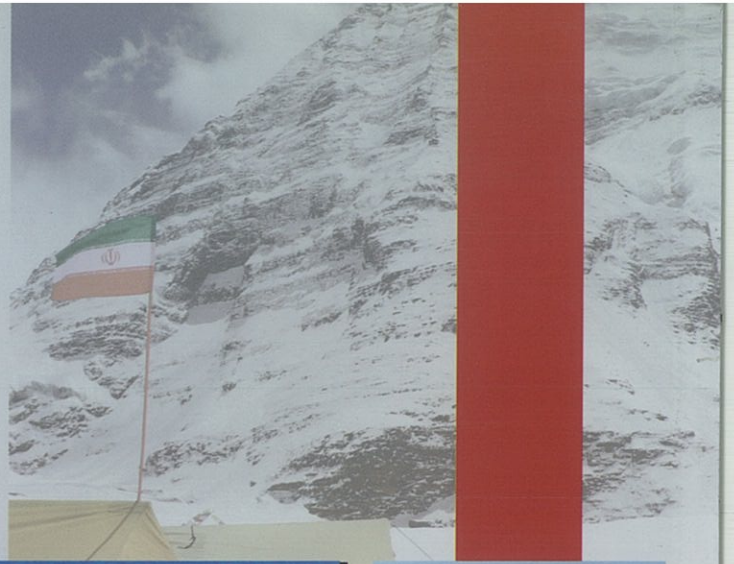


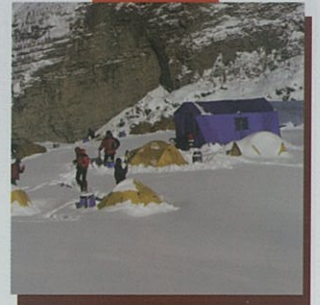
# ۴۵ کوه

فصلنامه

**KOUH** Mountain Sport سال دوازدهم - زمستان ۱۳۸۵  
بهاء : ۱۲۰۰ تومان



عبور از کویر لوت



دائولگیری

بازگشت شجاعانه



هشدار، زمستان در راه است  
مواقب سرما زدگی باشید.

## مسیر شناسی آزاد کوه

# LAVAN

Climbing Shoes Co  
www.lavanclimbingshoes.com

لاوان در زبان شیرین کردی به معنی جوانان  
لاوان همچون نکینی در خلیج فارس  
لاوان محصولی جدید - Trekking  
لاوان امروز ، کشوری دیروز





# Bonadak

## شرکت کفش بتادک

تولید کننده انواع کفش های :

Mountaineering	کوه نوردی
Trekking	راه پیمایی
Walking	پیاده روی
Climbing	سنگ نوردی

### مراکز فروش :



۰۲۱ - ۶۶۴۶۰۵۷۰	فروشگاه بتادک	تهران
۰۳۱۱ - ۶۲۴۲۹۷۶	آلپ اسپرت	اصفهان
۰۱۷۱ - ۲۲۳۲۱۱۲	کانون	کرگان
۰۹۱۱۱۷۰۴۶۹۸	پوشش نجات	کرگان
۰۱۴۱ - ۲۲۰۰۷۴۲	مطیعی	قائم شهر
۰۹۱۷۷۱۷۶۸۲۴	لشکری	شیراز
۰۸۷۱ - ۲۲۶۵۱۲۵	نود	سنندج
۰۴۱۱ - ۶۵۸۵۵۵۲	مصطفی پور	تبریز
۰۳۴۱ - ۲۲۲۸۷۵۷	غلامی	کرمان
۰۸۲۱ - ۷۲۹۲۵۴۴	بهستون	کرمانشاه
۰۸۶۱ - ۲۲۳۳۸۹۸	جلالی	اراک
۰۵۱۱ - ۶۰۶۵۸۳۲	ستاره شرق	مشهد
۰۲۸۱ - ۲۲۳۳۱۱۹	حبیبی	قزوین
۰۸۱۱ - ۲۵۲۱۴۶۹	اسپرت کوهستان	همدان
۰۶۱۱ - ۲۲۳۹۴۲۹	تاراز	اهواز



Design: M. Azimifard / kalout

[WWW.bonadak.com](http://WWW.bonadak.com)

دفتر مرکزی: تهران، میدان مزیریه، خیابان ولیعصر شمالی، مقابل پاساژ تابان، شماره ۱۲۹۸



**غوغنوس**  
Ghoghnous Co.

**دیوار ه و گیر ه های سنگنوردی**

گیر ه های توکار و گیر ه های روکار

دیوار ه سنگنوردی یک تکه

دیوار ه های مقاوم به آتش

دیوار ه های کامپوزیت ( مرکب )

دیوار ه های چوبی

پانلهای  $1 \times 1 \text{ m}^2$

پانلهای  $1 \times 3 \text{ m}^2$

صفحه آموزش ( سیمولاتور )

کوهستان کودک



## Indoor Climbing Walls

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

### INDOOR CLIMBING WALLS & CLIMBING HOLDS

Inside & Outside climbing holds

Concrete indoor climbing walls

Fire resistant walls

Composite walls

Wooden walls

3D panels  $1 \times 1 \text{ m}^2$

3D panels  $1 \times 3 \text{ m}^2$

Training boards

Baby Mountain

**پوشاک کوهنوردی و سنگنوردی**

Mountaineering & Climbing Cloths

اصفهان ، خیابان رودکی ، شماره ۳۱۰

تلفن : ۰۳۱۱۷۷۷۵۷۴۴

فکس : ۰۳۱۱۷۷۵۹۲۶۴

No.310 , Roodaki St. , Isfahan , Iran

Tel : +98 311 7775744

Fax : +98 311 7759264



RNT PRODUCTION/CORBIS

Website : [www.ircta.com](http://www.ircta.com)  
E-mail : [carvan@ircta.com](mailto:carvan@ircta.com)

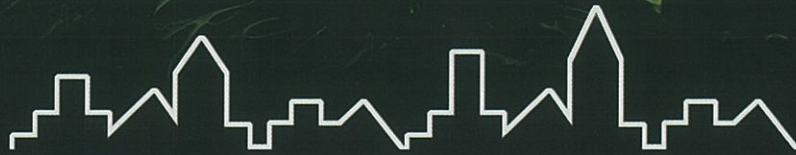
نشانی : تهران\_خیابان کارگر شمالی\_خیابان فکوری\_خیابان صالحی\_بن بست شش متری\_پلاک 30

TEL: 88028903 - 88007637 FAX : 88631924





**GARMONT®**



**حفاظت از قلب دوم شما ماموریت ماست**



تهران میدان هفت تیر اول خیابان مفتاح جنوبی پلاک ۲۴۵ طبقه ۳

تلفکس : ۸۸۸۲۰۸۴۱

موبایل : ۰۹۱۲۱۱۸۰۴۷۹

# شرکت کوهنوردی کسا

اولین تولید کننده دیواره های مصنوعی سنگنوردی در ایران  
( ۸ سال تجربه موفق )



طراح و مجری دیواره سنگنوردی قهرمانی آسیا

E-Mail: info@kassa.ir

www.kassa.ir



دفتر مرکزی :

خیابان شریعتی - نرسیده به سه راه طالقانی - کوچه نقدی - مجتمع رازی - واحد ۲

تلفن : ۷۷۵۱۰۴۶۳ - فکس : ۷۷۵۱۰۴۶۴

# CASSIN<sup>TM</sup>

توزیع کننده لوازم و تجهیزات تخصصی کوهنوردی - سنگنوردی - یخ نوردی



Marmot



E-mail : [info@kassa.ir](mailto:info@kassa.ir)

[www.kassa.ir](http://www.kassa.ir)

### دفتر مرکزی :

تهران - خ شریعتی - سه راه طالقانی - کوچه نقدی - مجتمع اداری رازی - واحد ۲  
تلفن : ۷۷۵۱۰۴۶۳ فکس : ۷۷۵۱۰۴۶۴

### فروشگاه شماره ۱ :

تهران - خ ولیعصر - بالاتر از میدان منیریه - نرسیده به مسجد فخریه - پاساژ فخریه  
تلفن : ۶۶۹۶۳۵۱ - ۶۶۹۶۱۱۹۳



شرکت کوهنوردی کسا

به نام خداوند جان و خرد

# فصلنامه کوه

# ۴۵

۴۸	الکساندر روچکین، لوکوموتیو روسی	۲	حرف اول
۴۹	کمک های اولیه در کوه	۴	عبور از لوت
۵۳	مهارت های عبور از رودخانه	۸	صعود زمستانی اشترانکوه
۵۶	قله نوشاخ	۱۰	تالاب گاوخونی
۵۹	بهمن	۱۲	صعودی شجاعانه به دانولاگیری
۶۵	تجهیزات مخصوص صعودهای زمستانه	۲۰	کیش کیه؟
۶۸	در چه بندی مسیرهای منطقه هیمالیا	۲۷	کلاهن
۷۲	کوه نوردی توام با اسکی	۲۸	قله آزادکوه
۷۳	کوه عریان	۳۰	اورامان
۷۸	در هوای رقیق	۳۲	راه پیمایی در ارتفاع صفر
۸۲	کوکوشکا	۳۳	پیکره سنگی بابادود
۸۶	یاد قدیر	۳۴	کلیدهای طلایی فرهنگ
۸۹	نکات فنی	۳۶	غار آبیشو
۹۷	ایتترنت	۳۸	تیرگان، روز دماوند
۹۹	از حوادث درس بیاموزیم	۴۰	مسیر ذکاهی به شبت
۱۰۱	سازمان جهانی ایتتر اسکی	۴۲	رویگردی تازه به سرمازدگی
۱۰۴	اخبار	۴۵	مشخصات فنی طناب های کوه نوردی
<b>Azad kouh peak</b>	<b>۱۱۲</b>	<b>۴۶</b>	<b>قانون و کوه نوردی</b>



ISSN - 1027-104 - X

عکس روی جلد: آزادکوه، عکس: اکبر هاشمی نژاد  
طرح جلد: تبلیغات رسام

فرم اشتراک صفحه ۹۸

سال دوازدهم - زمستان ۱۳۸۵

\*\*\*\*\*

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:  
دکتر حسن صالحی مقدم

\*\*\*

زیر نظر شورای نویسندگان

\*\*\*\*\*

با تشکر از: دکتر محسن محسنین

جلیل کتیبه‌ای - مهندس وارطان زاکاریان -  
 مهدی شیرازی - رضا چهکنوبی - مرتضی موسوی -  
 مسعود اشرفی - مهندس شهبور صمصم - مهندس م.برزگر  
 - علی پارسلی - مهدی داورپور که با همکاری صمیمانه در  
 قسمت تحریریه و اجرایی، تلاوم انتشار مجله را  
 امکان پذیر ساخته‌اند  
 \*\*\*

گرافیک و صفحه آرایی: فاطمه صبوری

لیتوگرافی و چاپ صفحات رنگی: چاپ فرارنگ آریا

۸۸۳۲۰۹۲۶ - ۷

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 منعی 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 خطالرسانی حتماً با کروکی و عکس همراه باشد تا امکان استفاده از آن جهت دیگران فراهم گردد. فصلنامه کوه از درج گزارش های داخلی که تکراری و مربوط به سال های قبل است، معذور می باشد. صحت و سقم مطالب آگهی ها به عهده آگهی دهنده می باشد.

fasl nameyekouh@yahoo.com

پست الکترونیکی:

نشانی: تهران، صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۹۳۸

نمبر: ۲۲۷۱۲۸۱۷

تلفن: ۲۲۷۱۲۸۱۶ و ۲۲۷۴۵۳۵۴

## شناخت اولویت ها

### مقدمه:

#### تعاریف پایه \*

تربیت بدنی : بخش مهمی از تعلیم و تربیت است که از طریق حرکت و فعالیت های بدنی جریان رشد را در تمام ابعاد وجودی انسان تسهیل می کند و باعث شکوفایی استعداد های مطلوب می گردد .

ورزش : فعالیت بدنی و مهارتی قاعده مند و سازمان یافته با دستوردهای معین که می تواند رقابت مند نیز باشد.

ورزش پرورشی، ورزشی است که از طریق آن فرد در قالب خانواده و نهاد های رسمی آموزشی ، به صورت آگاهانه در دوره های خاص ، مهارت های ورزشی را فرا می گیرد؛ به گونه ای که به نقش و ارزش این فرایند در سلامت جسمی و روحی و موفقیت در زندگی پی ببرد .

فرایند ورزش پرورشی شامل دو بخش آموزشی و فوق برنامه است که عبارتند از:

ورزش همگانی و تفریحی : به فعالیت های تربیت بدنی و ورزش آحاد جامعه اطلاق می گردد که به طور منظم فردی یا در گروه های رسمی و غیر رسمی برای رفع نیازهای جسمی و روانی و با هدف تامین سلامت و نشاط و بهبود روابط اجتماعی به صورت آگاهانه اجرا می شود.

بخش هایی از این ورزش می تواند به صورت غیرسازمان یافته و در اشکال متنوع صورت پذیرد.

ورزش قهرمانی عبارت است از ورزش های رقابتی و سازمان یافته ای که با توجه به قوانین و مقررات خاص برای ارتقای رکوردهای ورزشی و کسب رتبه یا مدال انجام می شود.

ورزش حرفه ای : عبارت است از فعالیت های ورزشی و سازمان یافته ای که به صورت رتبه مند و هدفمند به منظور کسب درآمد، برای توسعه ارزش های اقتصادی و اجتماعی انجام می شود.

#### حوزه پشتیبانی نظام

وظایف پشتیبانی های لازم برای تحقق توسعه تربیت بدنی و ورزش در مولفه های چهارگانه در چارچوب برنامه ها و سیاست های کلان مصوب مدیریت عالی نظام به شرح زیر است:

- مسئولیت اعمال پشتیبانی های لازم در ورزش پرورشی به عهده دولت است که بخشی از آن با مشارکت مردم می تواند صورت پذیرد.
- مسئولیت اعمال پشتیبانی های لازم در ورزش همگانی و تفریحی با حمایت ویژه دولت به عهده بخش های غیردولتی و مردمی است.
- مسئولیت اعمال پشتیبانی های لازم در ورزش قهرمانی به عهده بخش های غیردولتی و خصوصی است که با حمایت دولت صورت می پذیرد.
- مسئولیت اعمال پشتیبانی های لازم در ورزش حرفه ای به عهده بخش های غیردولتی و خصوصی است.

#### حوزه اجرایی نظام

وظایف و مأموریت های اجرایی در عرصه های چهارگانه تربیت بدنی و ورزش در چارچوب سیاست ها و برنامه های مصوب مدیریت عالی نظام به شرح زیر است:

- مسئولیت انجام فعالیت های اجرایی در عرصه ورزش پرورشی به عهده دستگاه های دولتی اجرایی ذی ربط (آموزش و پرورش ، وزارت علوم و تحقیقات و فن آوری و ...) است.

- مسئولیت انجام کلیه فعالیت های اجرایی در عرصه ورزش همگانی و تفریحی به عهده بخش غیردولتی است. (شهرداری ها و نهادهای مردمی و داوطلبان و سایر نهادها) است.

- مسئولیت انجام کلیه فعالیت های اجرایی در عرصه ورزش قهرمانی به عهده بخش غیردولتی است.

- مسئولیت انجام کلیه فعالیت های اجرایی در عرصه ورزش حرفه ای به عهده بخش غیردولتی است.

\*برگرفته از سند راهبردی نظام جامع تربیت بدنی و ورزش کشور

و اما....

### اول :

شناخت فلسفه وجودی، طرح، برنامه، فرصت، آمار و اطلاعات، توان و بضاعت اجتماعی، رشد و تعالی، توسعه کمی و کیفی را به همراه دارد. حفظ نشاط و شادابی جامعه، تقویت توانمندی و کارایی افراد، کسب افتخارات ملی و بین المللی از رهگذر تدوین و اجرای طرح های راهبردی و مشخص مبتنی بر اولویت ها انجام می شود.

آشنایی با عرصه حقوقی و مدنی اجتماعی و دولتی جهت پیشبرد و پیشرفت اهداف مصوب در هر برنامه بسیار ضروری و مهم است. برقراری توازن جسمی و روحی، مادی و معنوی از مقدمات ورود به حریم اجرایی است. اولویت های رسیدن به توسعه پایدار، قبل از هرگونه اقدام اجرایی شامل شناخت قوانین، رویه ها، آیین نامه ها، معیارها، روش ها و بیش از همه مستلزم مطالعه و پژوهش است. از این رو، مفاد سند راهبردی نظام جامع تربیت بدنی و ورزش مصوب ۸۲/۶/۹ هیات دولت و چهار مولفه اصلی آن شامل: ورزش های پرورشی، همگانی و تفریحی، قهرمانی، حرفه ای برای مدیریت کوهنوردی بسیار مهم است.

### دوم:

در چندسال اخیر، درخصوص عمومی سازی ورزش بسیار سخن گفته شده است. ورزش برای آحاد جامعه توصیه می شود. شاید یکی از دلایل عدیده، سرریز جامعه به مکان های ورزشی، توسط مسئولین هدایت انرژی، ایجاد روحیه شادمانی و نشاط، سلامتی، تفریح، پر کردن اوقات فراغت و مبارزه با معضلات اجتماعی و... باشد.

تقریباً تمام فدراسیون ها جهت عمومی سازی ورزش متبوع خود مورد عتاب قرار گرفته اند.

شاخص ترین و نمادین ترین مظهر آن در کوهنوردی است که در صعودهای مناسبی و سراسری ظهور می نماید. اصل صعودهای سراسری، خود جای بحث و تامل فراوان دارد. آیا فدراسیون کوهنوردی، نهادی تخصصی و سیاست گذار و مدیر و ناظر است و یا مجری اموری است که در شرح وظایف فدراسیون دیگری مانند فدراسیون ورزش های همگانی آمده است؟ این که مکرر شنیده می شود «کوهنوردی ورزشی ارزان است» حراج ناآگاهانه فرهنگی یک ورزش است که حتی در مقایسه با دیگر ورزش ها نیز چنین نیست. زیربنای عمومی سازی، ساماندهی، تجهیز و امکانات، آموزش فراگیر و بسترسازی فرهنگی است.

### سوم:

سوال این است که الویت ها در تدوین برنامه های کوتاه، میان، بلندمدت در کوهنوردی کدام است؟ تاسیس و ایجاد نهادهای مدنی (N.G.O)، انجمن ها، اتحادیه ها، ساخت و ساز جان پناه ها و پناهگاه ها، تعمیر و نگهداری، شرکت های تعاونی، مدارس و آموزشگاه های کوهنوردی، انتشار نشریات، امور بین الملل، صعودهای سریع، واردات و صادرات تجهیزات کوهنوردی، فعالیت های برون مرزی، کوهپیمایی خانوادگی، صعودهای ورزشی، اسکی کوهستان، دوچرخه کوهستان، امور بانوان، امور فرهنگی، گشایش ها، برنامه های نو، اصلاحات در تشکیلات کوهنوردی، برنامه های عمومی و سراسری، نقد، رقابت و مسابقه، امور پیش کسوتان و....

کدام یک از ارکان مسئولیتی حقوقی و یا حقیقی عهده دار و پیگیر امور فوق است؟ و وظایف خود را بجا و تمام و کمال انجام می دهند. عدم شناخت وظیفه، موازی کاری، و احتمالاً دخالت در امور دیگری، فرسایش تشکیلاتی را به همراه دارد. بحث و گفت و گو، بازنگری و روزآمدسازی اندیشه ها و بهره مندی از خرد جمعی مبتنی بر آگاهی، تکامل را به همراه دارد. ذکر این مسئله حائز اهمیت است که تمامی کارهای انجام شده و یا نشده، مستلزم بازنگری و ارزیابی کمی و کیفی است. این بازنگری می بایست با پرهیز و اجتناب از گروه بندی ها و سلیق شخصی انجام شود. قرار نیست کسی از خارج برای اصلاحات امور تشکیلات کوهنوردی به ایران بیاید.

فصلنامه کوه بر این باور است که سمت و سوی همایش ها، گردهمایی ها و جشنواره ها می بایست به سمت میانی و اصول پایه در تشکیلات، اداری و آموزشی و فرهنگی باشد. پی گیری و استمرار عملکرد مثبت و مقبول گذشتگان و به دور از حب و بغض توسط آیندگان، مسیر را هموار و توسعه را پایدار می سازد. Δ

در پایان با مصرعی از خواجه شیراز ، سخن را به پایان می رسانیم.

### فلک را سقف بشکافیم و طرحی نو در اندازیم

دکتر حسن صالحی مقدم

# عبور از لوت

## سرزمین کلوت های بی پایان

گزارش: فرامرز پارسی



در ۱۲/۳۰ شمالی و ۸۴/۱۶ شرقی در ارتفاع ۲۳۸ متری از سطح دریا متوقف شدیم. کلوت ها در زیر مهتاب بسیار خیال انگیز بودند و حالا که آنها را از نزدیک می دیدیم و لمس می کردیم و به کیفیت آنها پی می بردیم التهاب کمتری داشتیم. صبح ساعت ۷/۲۴ حرکت کردیم.

در حالی که با دیدن هر کلوت جدید تحت تأثیر زیبایی آن قرار می گرفتیم با هیجان زیاد به مسیر ادامه دادیم. کلوت ها با فواصلی بین ۲۰۰ تا ۵۰۰ متر از هم قرار داشتند و ارتفاع آنها به ۲۰ تا ۳۰ متر می رسید. فضای بین آنها را تپه های ملسه و در مواردی خاک سفت با قطعات پف کرده گچ پر می کرده هیچ گیاهی وجود نداشت اما مگس به وفور یافت می شد و تصور چرخه غذایی آنها برای ما دشوار بود. هر چه جلوتر می رفتیم کلوت ها به هم پیوسته تر می شد و دره های بین آنها کوتاه تر، دیگر برای عبور باید مسیر سلاخه تر را انتخاب می کردیم و به ناچار از خط مستقیمی که GPS نشان می داد منحرف می شدیم.

دمای هوا به حدود ۳۵ درجه می رسید. هر یک ساعت برای خوردن آب متوقف می شدیم و حدود ۱۰۰ سی سی آب می خوردیم. ساعت ۱۲/۲۸ در ۳/۹۷، ۳۰ شمالی و ۱۶۶/۵۸ شرقی در ارتفاع ۲۸۹ متری از سطح دریا و دمای ۴۲ درجه برای ناهار متوقف شدیم، ناهار که شامل آب دوغ خیار با گردو و کشمش بود. در سایه یک کلوت خورده شد. بعد از حدود یک ساعت دوباره حرکت کردیم ولی شکل کلوت ها دیگر ترسناک شده بود انگار در رشته تخت سلیمان مشغول کوه نوردی بودیم و این با تصور اولیه ما تفاوت زیادی داشت در اینجا عمق دره ها به نسبت بلندترین قسمت ها به نزدیک ۱۰۰ متر می رسید.

تاوول ها کم کم خودنمایی می کرد ولی هنوز کاملاً قابل تحمل بود، با پایین رفتن خورشید و خنک شدن هوا راه پیمایی آسان تر شده بود ولی پر شیب تر شدن کلوتها در مواقعی ناچارمان می کرد برای بالا رفتن از دستهایمان نیز استفاده کنیم. حالا هوا تاریک شده بود دهان ها خشک و چشم انداز عبور هر لحظه ناامید کننده تر می شد. دیگر خبری از ماسه در بین کلوت ها نبود. شیب تپه ها چنان تند شده بود که پایین آمدن از آنها همواره خطر پیچ خوردن یا یا سرنگون شدن را به همراه داشت و می بایست در حالی از این

ساعت ۱۰/۳۰ بعد از ظهر روز پنجشنبه ۸۳۹/۵ در ۱۵/۲۹ شمالی و ۳۴/۸۰ شرقی در ارتفاع ۳۱۰ متری از سطح دریا در حدود ۶ کیلومتری شمال شرق روستای کشیت از توابع کلباف کرمان در حاشیه لوت، مجهول ترین و جذاب ترین کویر ایران و شاید جهان، تیم ۵ نفره ما راه پیمایی به سمت شمال شرق این کویر یعنی روستای ده سلم از توابع نهبندان خراسان جنوبی را آغاز کرد.

در مسیر حرکت یک رود شور با آب کم و زلال وجود داشت که در میان دره های شکاف مانند در دل دشت پیش می رفت و در دو سوی آن نی و درخت های تاغ نسبتاً بلندی خطی ماریچ و سبز را در دل کویر به وجود آورده بود در دور دست خط کوتاهی از ارتفاعات چون تپه هایی پیوسته به چشم می خورد. اینها می بایست کلوت ها باشد. کویر لوت خود از چند کویر تشکیل شده که کویر غربی آن به طول تقریباً ۱۵۰ کیلومتر و به عرض ۸۰ کیلومتر در جهت جنوب به شمال اندکی متمایل به غرب از رشته های به هم فشرده کلوت که در زبان انگلیسی یاردانگ نامیده می شود تشکیل شده است. این تپه های فرسوده از باد و باران با هسته هایی از رس فشرده دارای پوسته هایی هوازده می باشند که چون خاکی پف کرده سطح آنها را پوشش داده است فشرده ترین محدوده کلوت ها در مرکز این کویر است که دارای دره های خندقی و پرتگاه هایی به عمق ۱۰۰ متر می باشند و در قسمت های جنوبی و شمالی آن دارای فشرده گی کمتری شده و به صورت تپه هایی منفرد و شکل های بسیار بدیع در سطح صاف دشت دیده می شوند. در منطقه شهداد کرمان در اطراف روستای ده صیف این نوع از کلوت ها را می توان مشاهده کرد.

از زمان حرکت با حدود ۲۰ کیلومتر پیاده روی به ابتدای کلوت ها رسیدیم این در حالی بود که حدود ۵ کیلومتر آخر، زمین از هر نوع پوشش گیاهی خالی بود و شباهت زیادی به باتلاق ها و زمین های غرب ریگ جن داشت در نزدیکی کلوت ها زمین سفت تر می شد و تعداد زیادی رد ماشین وجود داشت که از جنوب شرق به شمال غرب امتداد یافته و به احتمال زیاد متعلق به قاچاقچی ها بود.

سعی کردیم در پشت اولین کلوت پناه گرفته تا صبح استراحت کنیم چرا که ترجیح می دادیم با توجه به نا اشنایی با کلوت ها در روز با آنها درگیر شویم. بنابراین

تا ۲/۵ کیلومتر در ساعت بود. ساعت ۱ شب خستگی متوقف مان کرد (۲۷/۳۴، ۵۸ شرقی و ۱۳/۹۵، ۳۰ شمالی و در ارتفاع ۲۳۷ متری) ولی از نظر روحی وضع خوبی داشتیم راه پیمایی در شب آب کمتری مصرف می‌کند. فردا ساعت ۷ صبح حرکت کردیم. هنوز ۲ ساعت از حرکت مان نگذشته بود که در حدود ساعت ۹ هوا به شدت گرم شد، گرم تر از روز قبل و به حدود ۴۰ درجه رسید.

بعد از عبور از یک دشت نسبتاً صاف به عرض حدود ۵۰۰ متر به یک دیواره کلویت رسیدیم، باد نسبتاً تندی خاک را هوا کرده بود و در چنین شرایطی بالا رفتن از کلویت مقابل بسیار دشوار می‌نمود. ساعت حدود ۱۰ صبح بود که گرما به حدود ۴۷ درجه رسید، حرکت عملاً غیر ممکن بود وضعیت جسمی من در این لحظه از همه بدتر بود به ناچار در شکافی نسبتاً عمیق که سایه‌ای محدود ایجاد کرده بود اتراق کردیم، عوارض تشنگی شدید و غلظت خون قدرت تصمیم‌گیری را از من گرفته بود ضربان قلبم بسیار تند بود.

دوستان خیلی سریع یک لیوان آب خارج از جیره به همراه یک ORS به من دادند و همه خود را در میان ماسه‌ها فرو بردیم تا کمی از خنکی زمین استفاده کنیم. در شرایطی قرار گرفته بودیم که نه تنها مطلوب نبود بلکه پیش بینی آن را نیز نکرده بودیم.

نه به این معنی که پیش بینی تشنگی یا خستگی یا آسیب‌های جسمانی را نکرده باشیم بلکه فضای موجود اساساً نا آشنا بود و با همه چیز آن نا آشنا بودیم، بنابر این اضطراب ما طبیعی و ناگوار بود. ۳ ساعت در چنین شرایطی سپری شد، بعد از خوردن ناهار حال همه کمی بهتر شده بود و زاویه آفتاب اندکی ملایم‌تر بود و در شکافی که

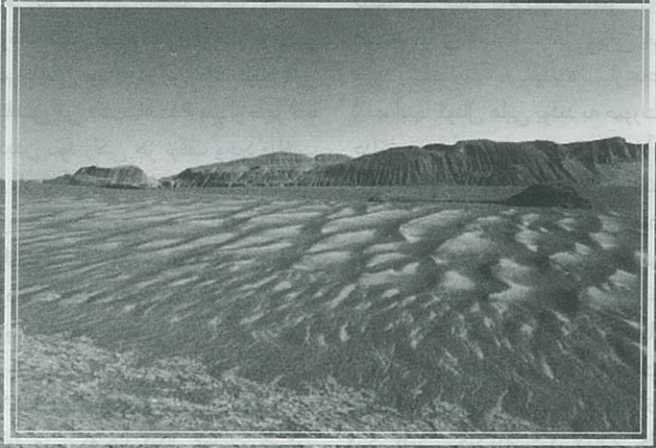
قرار داشتیم به صورت نشسته نیز می‌توانستیم از سایه استفاده کنیم. همه را دور خود جمع کردم باید تصمیم می‌گرفتم حدود ۳ روز از آغاز مسافرت می‌گذشت تقریباً نیمی از ذخیره آب مان به پایان رسیده بود، در حالی که حدود ۲۵٪ مسیر را طی کرده بودیم هوا بی‌اندازه گرم بود بار ما حدود ۲۰ تا ۲۲ کیلوگرم بود و این امکان وجود داشت که ادامه راه از این نیز دشوارتر باشد

علاوه بر این بعد از عبور از کلویت‌ها قسمت‌هایی از نقشه که عوارضی غیر از کلویت را نشان می‌داد ممکن بود ترکیبی از عوارض طبیعی پیچیده چون تپه‌های ماسه روان و یا مسیرهای باتلاقی باشد. گزینه‌های پیش رو را بررسی کردیم اولین گزینه بازگشت بود. ولی هم به این دلیل که از کلویت‌هایی پایین آمده بودیم که تصور بازگشت از آن نیز سخت بود و به نظر می‌رسید که بازگشت از آن ۳ روز به طول انجامد و هم این موضوع که بازگشت شرایط روحی بدتری را به همه تحمیل خواهد کرد.

گزینه دوم ماندن بود. در چنین شرایطی با حیره‌آبی که در اختیار داشتیم حتی قادر بودیم تا ۶ روز دوام بیاوریم و امیدوار باشیم که دوستانی که مسیر را برای آنها مشخص کرده بودیم یا هلی کوپتر به دنبال ما بیایند اما اشکال این گزینه در این بود که جان خود را به اراده دیگران می‌سپردیم و با توجه به شرایط کشورمان ممکن بود که نیروی انتظامی هلی کوپتر در اختیار دوستان مان قرار ندهد همچنین ممکن بود شرایط جوی برای چندین روز چنان به هم بریزد که امکان استفاده از هلی کوپتر وجود نداشته باشد از همه بدتر به انتظار نشستن در حالی که توان حرکت وجود دارد کار بسیار دشواری بود. اما گزینه آخر بر تلاش ما استوار بود. مشکل اساسی به غیر از گرما سرعت کم پیشروی ما

دیوارهای تقریباً عمودی به پایین می‌دویدیم که تنها در حال پریدن پاشنه پا را در خاک نرم سطح کلویت می‌کوبیدیم. ساعت ۱۰/۳۰ بر روی یک کلویت بلند که دیواره پرتگاه آن غیر قابل عبور می‌نمود متوقف شدیم. روحیه همه بسیار خراب بود شاید آن شب بدترین شب سفر بود نمی‌دانستیم آیا روز بعد مسیر از این نیز دشوارتر خواهد بود یا نه. بهتر بود به فکر امکانات مان باشیم. میزان آب، خستگی بچه‌ها، تاول پاها و از همه مهم‌تر روحیه‌ها.

چای خوردیم و بعد شام، دو عدد کنسرو تن که ۵ نفری حتی تمامش هم نکرده بودیم بی‌اشتها بودیم هم به دلیل تشنگی و هم به دلیل اضطراب. صبح با زدن سپیده صبح بر خاستیم، کار خوبی کرده بودیم که متوقف شده بودیم چرا که پرتگاه روبه روی مان بسیار عمیق بود. با کمی دور شدن از مسیر، راه رفتن به کف دره را پیدا کردیم. هنوز یک ساعتی پیش روی نکرده بودیم که به بن بست رسیدیم دره‌ای که با سختی از میان آن پیشروی کرده بودیم با یک دیواره ۲/۵ متری و بعد شبی نزدیک به دیواره و در حدود ۵ متر در کنار چند گودال بزرگ که اعماق آن قابل رویت نبود مسدود می‌شد.



کوله‌ها را به زمین گذاشتیم و به شیوه‌ای بلوی به صورت رفتن روی شانه یک نفر خود را به بالای دیواره ۲/۵ متری رساند. چرا که خاک پف کرده هیچ امکانی برای ایجاد گیره نداشت، نفر بالا طناب می‌انداخت و بعد از بالا کشیدن کوله‌ها بچه‌ها را بالا می‌کشید.

عبور از این منطقه که حداقل ۲۰۰ متر طول داشت حدود ۱/۵ ساعت به طول انجامید در حالی که طبق برنامه در این مدت می‌بایست بیش از ۶ کیلومتر راه رفته باشیم. هنوز ۱۰ دقیقه به ساعت ۱۲ بود که به علت شرایط بدنی نا مناسب یکی از

همراهان دیگر امکان پیش روی نداشتیم در قسمتی نسبتاً مرتفع در سایه یک دیوار کلویت در کنار یک چاله ریگ بزرگ استراحت کردیم و ناهار خوردیم. وضعیت او کمی نگران کننده بود ولی با استراحت حدود یک ساعت و نیمه و خوردن آب دوغ خیار به عنوان ناهار کمی وضعیت بهتر شد از همه مهم‌تر اینکه بعد از حرکت با عبور از یک کلویت به دشت نسبتاً باری رسیدیم که امتداد دشت در مسیر حرکت ما بود و تا کلویت بعدی حدود ۲ کیلومتر در این دشت حرکت کردیم.

روحیه بچه‌ها خیلی بهتر شد. خوردن یک پرتقال که دو پر از آن سهم هر نفر می‌شد و بو کردن پوست آن که بوی بهشت می‌داد تأثیر عمیقی بر همه داشت.

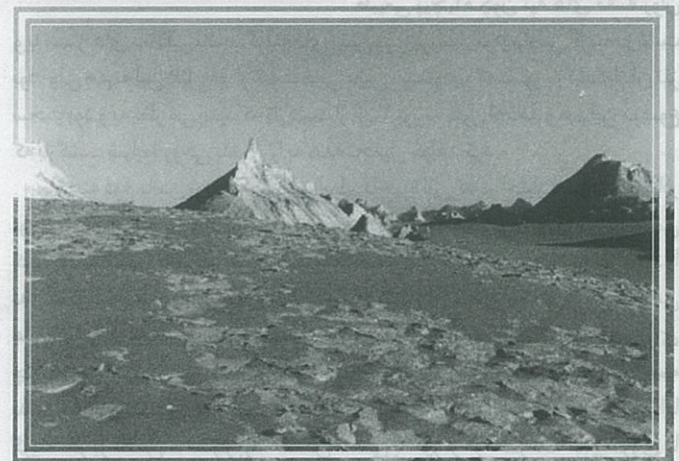
امروز با وجود گرمای زیاد هوا گاهی ابرهایی از نوع سیروس پنبه‌ای یا کمپوسیروس آسمان را می‌پوشاند حالا که نزدیک غروب آفتاب بود این ابرها آسمان را پر کرده بودند و ما اصلاً خوشحال نبودیم چرا که امکان پیاده روی شبانه را از ما می‌گرفت. در برنامه‌های کویری همیشه سعی می‌کنیم زمان حرکت ما بین ۱۱ تا ۱۷ ماه قمری باشد تا از نور مهتاب حداکثر استفاده را بکنیم ولی حالا با تاریک شدن هوا و ماندن ماه در پشت ابرهای هر چند نازک، تاریکی بیش از آن بود که امکان ادامه مسیر باشد حدود ساعت ۷ شب به ناچار متوقف شدیم. خوشبختانه ساعت ۹ شب ابرها کنار رفتند و دوباره مهتاب کلویت‌ها را روشن کرد و مشخص شد دیواره ترسناکی که روبه روی مان بود چندان هم صعب‌العبور نیست. حدود ۴ ساعت دیگر راه پیمایی مفید انجام دادیم و تقریباً ۱۰ کیلومتر دیگر حرکت کردیم متوسط سرعت حرکت در این راه پیمایی با باری که حالا کمی کمتر از ۳۰ کیلوگرم شده بود حدود ۲



بود با چنان کوله‌هایی بر روی شیب کلوت‌ها حرکت به راستی دشوار بود تنها راه چاره سبک کردن بار بود می بایست آن قدر از وزن کوله پشتی‌ها کم می‌کردیم که بتوانیم سرعت خود را حداقل ۵۰٪ افزایش دهیم علاوه بر این تنها راه موفقیت در این بود که بیش از ۱۸۰ کیلومتر باقی مانده را در ۳ روز طی می‌کردیم و این به معنی راه پیمایی ۲۴ ساعته و نخوابیدن بود پس احتیاجی به کیسه خواب نداشتیم، قابل‌لمه - کتری - وسایل چای - نان که دیگر به علت گرما و شرایط جسمی میلی به آن نداشتیم - لباس اضافه ( برای شب‌های سرد حداقل یک کاپشن یا پلیور گرم برداشته بودیم ) دوربین عکاسی - چراغ گاز و کپسول - حتی کمربند و عینک را هم کنار گذاشتیم هیچ رحمی وجود نداشت هر گرمی که سبک‌تر می‌شدیم امکان موفقیت بیشتر بود تنها آب - کمی غذا - نقشه‌ها - GPS - فیلم‌های عکس‌هایی که گرفته بودیم را با خود برداشتیم حالا کوله پشتی‌ها نزدیک به ۱۱ کیلو شده بود

و واقعاً قادر بودیم با تحرک بیشتری به مسیر خود ادامه دهیم، وقتی این گزینه انتخاب شد انگار همه روحیه گرفتیم و وسایل اضافی را در گوشه‌ای جمع کردیم ( ۴۳ / ۲۸ ، ۵۸ شرقی و ۱۵ / ۳۰ شمالی ) آیا هرگز کسی از اینجا عبور خواهد کرد و اگر چنین شود با دیدن این وسایل چه فکری خواهد کرد. ساعت حدود ۴ بعد از ظهر بود و بلند شده بودیم که راه بیفتیم که یکی از دوستان با هیجان و ترس فریاد زد آنجا را ببین این دیگر چیست؟

برگشتیم در سمت شمال غرب آسمان کاملاً سیاه بود. دیواره‌ای سیاه از زمین تا آسمان، فریاد زدم توفان. تنها فرصت داشتیم چغیه‌ها را دور سرو صورت خود بپیچیم کمتر از ۳۰ ثانیه بعد امواج شلاق‌گونه توفان تا مرز بر هم زدن تعادل به ما هجوم آورد به سرعت به یکدیگر چسبیدیم در واقع توفان جریان تند هوا نبود بلکه سیلی از ماسه بود، فریاد می‌کشیدیم که راهی جز حرکت نداریم و گرنه در زیر ماسه مدفون می‌شویم. هوا آن چنان تاریک شده بود و میدان دید چنان کم که چند قدم جلوتر را بیشتر نمی‌دیدیم به هم چسبیده حرکت می‌کردیم و نفر جلو در حالی که GPS را در چند سانتی متری چشم خود نگاه داشته بود در جهتی که دستگاه نشان می‌داد گام برمی‌داشت. در عین وحشت شدیدی که به ما حاکم شده بود از رنگ به رنگ شدن امواج ماسه در حیرت بودیم قهوه‌ای - سبز - بنفش - نارنجی و نکته مهم رطوبتی بود که در این غوغا کاملاً قابل احساس بود و به طرز محسوسی تشنگی را کاهش می‌داد. ساعت ۶ بعد از ظهر هوا چنان تاریک شده بود که جلوی پا نیز قابل دیدن نبود راهی جز توقف وجود نداشت بنابراین در شکاف یکی از کلوت‌ها که جریان باد در آن می‌چرخید و کمی از شدتش کاسته می‌شد متوقف شدیم، حس می‌کردم زیر پلک‌هایم پر از ماسه شده است حدود یک ساعت به همین صورت گذشت حالا کمی از شدت باد کاسته شده بود بنابراین حجم ماسه‌ای معلق در هوا کمتر شده بود و نور ماه که تازه طلوع کرده بود کمی فضا را روشن کرده بود دوباره حرکت کردیم اصلاً روحیه نداشتیم با چشم‌هایی که می‌سوخت در فضایی مبهم به سمتی که GPS نشان می‌داد حرکت خود را ادامه دادیم. حدود ساعت ۱۲ شب توفان به طرز محسوسی کاهش پیدا کرد و حالا دیگر توفانی در کار نبود باد نسبتاً تند بود و سرمای هوا بیشتر از شب‌های قبل بود در طول مسیر به چند گودال عظیم برخوردیم

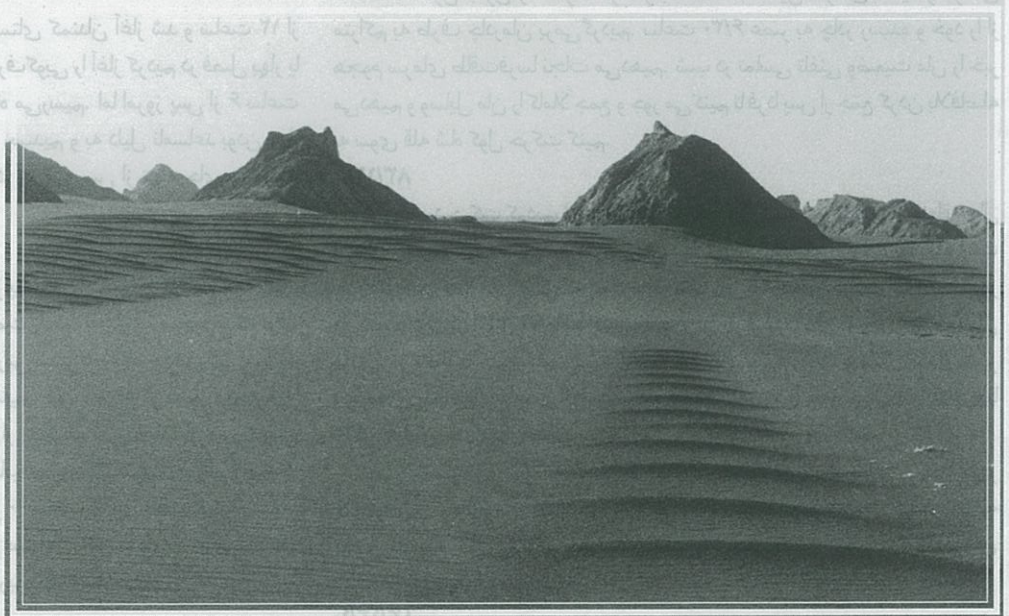


که ناچار شدیم آنها را دور بزنیم هیجان شرایطی که دچارش بودیم مانع می‌شد تا با ریتم منطقی قدم برداریم و برای اینکه مطمئن شویم مسیرها ما را به شرایط بهتری رسانده است با قدم‌های تند حرکت می‌کردیم خوشبختانه سبک شدن کوله‌ها بسیار مفید بود بعد از عبور از یک رشته طولانی از کلوت‌ها و استراحت کوتاهی که در بالای آن داشتیم با دره‌ای وسیع از توده‌های عظیمی از ماسه داخل آن روبه‌رو شدیم. صبح در حالی که از گرمی آفتاب تازه طلوع کرده انرژی می‌گرفتیم روحیه مجدداً پیدا کرده بودیم. برای صبحانه در ۲۰/۸، ۳۰ شمالی و ۲۱/۳۳، ۵۸ شرقی توقف کردیم از روی نقشه راه بسیار خوبی پیموده بودیم. چیز زیادی به پایان کلوت‌ها نمانده بود همین‌طور نقشه نشان می‌داد که فاصله کلوت‌ها بعد از این بیشتر شده و این به معنی سرعت بالاتر پیشروی بود بنابراین بعد از حدود یک ساعت استراحت، حرکت کردیم. برخلاف روز گذشته هوا اصلاً گرم نبود حداکثر ۳۰ درجه، کلوت‌ها از هم باز تر شده بودند و ما با هیجان زیادی با سرعت قابل قبولی یعنی حدود ۵ کیلومتر در ساعت پیش می‌رفتیم حدود یک ساعت بعد با پدیده بسیار عجیبی روبه‌رو شدیم، بقایای دریاچه‌های خشک شده اینها گودال‌هایی بودند به صورت بیضی به طول و عرض ۵۰۰ در ۲۵۰ متر که حداکثر عمق آنها حدود ۱۰ متر بود و رد آب ( داغ آب ) در حال خشک شدن دریاچه کاملاً حکایت از وجود آب در این گودال‌ها داشت. بسیار افسوس خوردیم که دوربین را نیز بر زمین گذاشته و رها کرده بودیم. با وجودی که دشت‌های بین کلوت‌ها زیاد شده بودند ولی کاملاً محسوس بود که در حال کم کردن ارتفاع هستیم. ساعت ۴/۵ بعد از یک بریدی پرتگاه مانند طولانی به گودال عظیمی رسیدیم که ارتفاع عمیق‌ترین نقطه آن حدود ۹۰ متر از سطح دریا بود در این مکان به دوستان گفتیم که فکر می‌کنم افتخار عبور از عمیق‌ترین نقطه فلات ایران را بدست آورده‌ایم. نقطه‌ای که بر خلاف بلندترین نقطه این فلات یعنی قله دماوند بسیار ناشناخته و مهجور باقی مانده است. بعد از این گودی دیگر کلوتی وجود نداشت در لابلای خاک پف کرده سنگ ریزه هم دیده می‌شد و این نوید پایان منطقه کلوت‌ها بود حالا تنها دلشوره ما وضعیت زمین بعد از کلوت‌ها بود آیا با توده‌های عظیم ماسه روبرو خواهیم شد و یا با شوره زار و مناطق باطلاتی هر چه جلوتر می‌رفتیم زمین سفت‌تر می‌شد حالا دیگر با یک سر بالایی ملایم روبرو بودیم و در دور دست حدود ۲۰ کیلومتر جلوتر دیواره‌ای از بلندی‌هایی که چندان هم مرتفع به نظر نمی‌رسید به چشم می‌خورد در تاریکی هوا پیش می‌رفتیم و بر خلاف شب گذشته که در سکوتی مایوس‌کننده گذشته بود در استراحت‌ها صدای خنده‌بچه‌ها که به هر موضوعی می‌خندیدند بلند بود و اینها همه حکایت از این داشت که احتمال زیادی به زنده ماندن ما می‌دادیم هوا به سرعت رو به سردی می‌رفت و ما در تاریکی حرکت می‌کردیم و منتظر بالا آمدن مهتاب که هر شب دیرتر از شب قبل بالا می‌آمد بودیم بعد از چهار ساعت راه پیمایی به رشته‌ای که از دور دست می‌دیدیم رسیدیم و با پدیده‌ای که از قبل انتظار آن را داشتیم روبه‌رو شدیم. شهر لوت که به مراتب از شهر لوتی که آلفونس گابریل از آن عکاسی کرده بود بزرگ‌تر بود. اما به هر حال هم شب بود و هم ما دیگر دوربینی برای عکاسی نداشتیم حدود ساعت ۱۲ شب تصمیم گرفتیم ساعتی استراحت کنیم در حالی

که هوا سرد بود به هم چسبیدیم ولی پس از حدود نیم ساعت در اثر سرمای که با وجود باد نسبتاً شدید عاجزمان کرده بود ناچار از حرکت شدیم. در یک روزی که گذشته بود سرمای هوا موجب شده بود که مصرف آب مان پایین بیاید و حالا از اندوخته آب خود بسیار راضی بودیم در حالی که فکر می کردیم حداکثر دو روز پیش رو داریم عملاً برای ۳ روز آب داشتیم. برای صبحانه مختصری حلوا و نان با آب خوردیم. پس از حدود نیم ساعت استراحت دوباره حرکت کردیم هوا گرم تر می شد ولی ما هنوز از سرمای شب گذشته می لرزیدیم. باد ملایم و خنکی می وزید و ما که از حس کردن اشعه خورشید روی صورت مان اصلاً احساس بدی نداشتیم بر روی سطح بسیار صافی که با سنگ ریزه پوشیده شده بود حرکت می کردیم حالا همه جا پر بود از رد ماشین قاچاقچی ها. ساعت ۱۰/۵ صبح به علت خستگی شدید توقف کردیم و تا ساعت ۱۲ خوابیدیم و بعد از خوردن مقناری قرمه و آب حرکت کردیم از اوایل صبح در دور دست دو کوه درست روبه روی مسیر حرکت ما به چشم می خورد که بنابر نقشه ما دست راستی کوه سیخ و دست چپی که بلندتر هم بود کوه سیمرغ بود و ده سلم می بایست در پشت این کوه ها قرار داشته باشد. دشت پهناور و عدم وجود هر نوع برجستگی موجب شده بود تا مقیاس کوه برای ما مشخص نباشد. کم کم هوا رو به تاریکی می رفت و ما با سرعتی بسیار خوب یعنی حدوداً ۵ کیلومتر در ساعت راه می رفتیم حالا وزن کوله ها در حدود ۶ تا ۷ کیلوگرم رسیده بود و دیگر وزن آن را احساس نمی کردیم و کوله پشتی بخشی از بدن ما شده بود. سرعت زیاد حرکت جنگ دوباره با پاکش ها را شروع کرده بود و تاول های جدید خود نمایی می کردند ساعت ۸ شب وقتی که تازه ماه بالا آمده بود و ما در یک مسیر کم عمق که سنگ های کوچک تری داشت راه می رفتیم چیزی شبیه یک شاخه کوچک را دیدیم با هیچان به سمتش پیش رفتیم درست بود یک شاخه کوچک بود که احتمالاً در یک بارندگی به این قسمت که عاری از هر گیاهی بود رسیده بود به همه گفتیم دقت کنید تا چوب پیدا کنیم در کمتر از نیم ساعت در حال حرکت به قدری چوب جمع کردیم که آتش روشن کنیم در سرمای که حالا نزدیک به صفر درجه بود و بادی که به زیر یک لای پیراهن نفوذ می کرد لذت گرمای آتش وصف ناشدنی است. دوباره حرکت کردیم حالا همه به فکر پیدا کردن چوب بودیم و انگار راه رفتن انگیزه جدیدی پیدا کرده بود. ساعت ۱۰ شب دوباره آتش روشن کردیم این بار حدود نیم ساعت دوام داشت در کنار حرارت اندک آن برای ذقایی به خواب رفتیم ولی سرمای شدید مجدداً وادار به حرکت مان کرد حالا دیگر به فکر آب خوردن هم نبودیم گرسنه هم نبودیم فقط با سرما و خواب آلودگی مبارزه می کردیم. در این شرایط است

که طلوع خورشید به آرزو تبدیل می شود ساعت ۵ صبح گوشه آسمان اندکی روشن تر به نظر می رسید. حالا دیگر از مسئول GPS زمان را نمی پرسیدیم بلکه مسافت پیش رو را سؤال می کردیم. وقتی هوا کمی روشن تر شد به قدری همه جا زیبا بود که باورمان نمی شد ما در فاصله بسیار کمی از کوه سیمرغ قرار داشتیم و کوه در دست چپ ما قرار داشت و در انبوهی از بوته های بلند تاغ حرکت می کردیم دریایی از هیزم بود برگ های سبز تاغ، علف های کوتاه گوشتی، رنگ سرخ خاک و صخره های کبود کوه سیمرغ بهشتی را پدید آورده بود که قابل تصور نبود اشعه خورشید از پشت کوه به سمت ما می پاشید و از شدت هیجان با تمام خستگی قدم هایی را می دویدیم و از شادی فریاد می کشیدیم همه جا پر از رد حیوانات بود حیات از همه جا می جوشید عمیقاً از وجود این همه زیبایی ناشی از حیات گیاهان و جانوران به وجد می آمدیم دیگر یقین داشتیم چیزی مانع پایان موفقیت آمیز سفر ما نخواهد بود. ساعت ۷/۳۰ برای صبحانه ایستادیم آتشی بر افروختیم که معنی جشن پیروزی داشته باشد و در گرمای آن آرام گرفتیم. شاید هرگز لذت دوستی و همراه بودن را به این شکل نچشیده بودیم. می دانستیم که یک روز دیگر از راه پیمایی باقی مانده بنابراین پس از ساعتی استراحت حرکت خود را آغاز کردیم به قدری آب در اختیار داشتیم که جیره بندی را لغو کردیم در واقع سرمای هوا و راه پیمایی شبانه مصرف آب را به حدی پایین آورده بود که نفری حدود ۴ لیتر آب برای مان باقی مانده بود منطقه کاملاً کوهستانی بود برعکس روز گذشته مناظر در هر ساعت تغییر می کرد و ما در پشت هر بلندی منتظر بودیم تا ده سلم را از دور دست مشاهده کنیم در ساعت ۶ بعد از ظهر بالاخره لکه سبزی در فاصله حدود ۱۰ کیلومتری دیده شد دوباره مراسم جشن و پایکوبی برقرار شد. ذقایی بعد هوا تاریک شد و ما که منتظر بودیم چراغ های روستا را ببینیم با تاریکی مطلق روبرو، تصور کردیم که اشتباه رفته ایم اما مسیر حرکت درست بود و GPS مشخص می کرد که حدود ۵ کیلومتر بیشتر باقی نمانده است در حالی که اصلاً از اینکه چرا چراغ های روستا را نمی بینیم سر در نمی آوردیم پس از ساعتی حرکت خود را روبه روی دیوار بلغی دیدیم که پس از آن انبوه درختان نخل وجود داشت. سفر ۱۸۰ کیلومتری ما با بیش از ۲۴۰ کیلومتر راه پیمایی به پایان رسیده بود. با دیدن نور ضعیفی در آن نزدیکی به طرف آن رفتیم دو نفر در حال آبیاری بودند در حالی که سعی می کردیم با توضیحات مان مانع از ترسیدن آنها بشویم از آنها خواستیم که خانه رئیس شورای روستا را به ما نشان دهند به دلیل تاول های زیاد پا پشت سر یکی از این دو روستایی لنگان لنگان حرکت کردیم به خانه رئیس شورای ده رسیدیم در زردیم خانمی در را گشود و امواج محبت و مهمان نوازی چنان ما را در بر گرفت که چیزی برای گفتن نیافتیم. لحظاتی بعد همه در اتاقی بودیم که از گرمای آن کم مانده بود به خواب برویم مرد خانه آقای سلمان عزیزانه بی آنکه بپرسد که هستیم از ما پرسید چه می خواهیم و با چای گرم و خرما از ما پذیرایی کرد و تا فردا صبح چنان مهمان نوازی کردند که شرح آن خود موضوع مقاله ای خواهد بود. فردا صبح از خانواده علی زاده جدا شدیم و روستای ده سلم را ترک گفتیم این روستا که آخرین پناهگاه انسان در برابر لوت عظیم در میان نخلستانی سبز چون لکه ای سبز به چشم می آمد از ما دور می شد و اتموسیل ما به سمت نهبندان حرکت می کرد و ما در سکوت لحظات این سفر عجیب را در ذهن مرور می کردیم. △

اعضای گروه: فرامرز پارسی - حسین کحاله - محمد رضا شیشه چی ها - رضا قلعه ای - سعید بربری



در شماره گذشته (۴۴) مطلبی تحت عنوان «برگی از صعود» در صفحه ۴۲ چاپ شد که به اشتباه، نام نویسنده آقای رضا زارعی درج شده بود. مطلب فوق از آقای حسن نجاریان است که ضمن پوزش، بدین وسیله تصحیح می شود.

# صعود زمستانی خط الراس اشترانکوه

گزارش: هیات کوهنوردی الیگودرز



شدن هوا زیر تیغه پناه می‌گیریم ولی نه تنها هوا بهتر نشد بلکه مه غلیظ میدان دید ما را کاملاً محدود کرده است. چاره را در این می‌بینیم که به پناهگاه برگردیم و به امید هوایی بهتر شب را مجدداً در پناهگاه استراحت کنیم.

۸۳/۱۲/۸

شب گذشته تا صبح برف باریده بود. نزدیک صبح بارش برف قطع شده و هوا بهتر شد. مسیر دیروز در زیر برف پنهان بود و تیغه با زیبایی خاص خود به خوبی دیده می‌شد. با سعی و احتیاط کامل و با حمایت یکدیگر ۴ ساعته به زیر تیغه رسیده و چادر می‌زنیم. مجدداً پس از استراحتی کوتاه به سمت تیغه حرکت می‌کنیم و با تلاشی ۴ ساعته قله کول جنون را صعود کرده و بلافاصله به دلیل سرمای شدید و ابرهای متراکم به طرف چادرمان برمی‌گردیم. ساعت ۶:۳۰ عصر به چادر رسیده و خود را از هجوم سرمای طاقت‌فرسا نجات می‌دهیم. شب در تماسی تلفنی وضعیت مان را خبر می‌دهیم و وسایل مان را کاملاً جمع و جور می‌کنیم تا فردا پس از جمع کردن بلافاصله به سوی قله شاه کول حرکت کنیم.

۸۳/۱۲/۹

صبح زود حرکت کردیم، اولین هدف قله شاه کول است. مسیرمان از منطقه چال‌های از زیر تیغه کول جنون می‌گذرد. نیمی از مسیر را برف‌های یخ زده پوشانده است ولی مثل این که از یال اصلی که به گردنه منتهی می‌شد امکان حرکت نداریم. مجبور می‌شویم کوله‌ها را طناب حمایت کنیم و بدون کوله از قسمت‌های صخره‌ای که به یال منتهی می‌شوند با احتیاط عبور کنیم. پس از سه ساعت برف کوبی و کانال زنی از مسیر دیواره‌های بلند و بالا کشیدن کوله‌های آویزان به طناب، خود را به زیر تیغه و بالاخره با تلاش فراوان به بالای خط الراس می‌رسانیم و نفس راحتی می‌کشیم.

پس از استراحتی کوتاه به سمت قله کمندان حرکت می‌کنیم. ساعت ۳ بعدازظهر باد و توفان و ابر و سرمای شدید عرصه را به ما تنگ کرد و مجبورمان می‌کند در زیر قله کمندان در پناه بادگیری چادر بزنیم تا آن شب را در پناه چادر از گزند جان‌سوز سرمای شدید درامان بمانیم.

۸۳/۱۲/۱۰

صبح زود آماده حرکت به سوی قله کمندان می‌شویم مسیر کاملاً با برف یخ زده پوشیده است، مجبور می‌شویم بعد از کمندان تا رسیدن به قله تخت شاه پنج کارگاه بزنیم روز سخت و طاقت‌فرسایی بود؛ وقت زیادی برای طی کردن مسیری نسبتاً کوتاه

زمستان سال ۸۳ در ایران و جهان به دلیل بارندگی‌های فراوان و سرمای بی‌سابقه در بادها خواهد ماند. در این سردترین زمستان سی ساله اخیر دو تن از کوهنوردان گروه آرش شهرستان الیگودرز، مجید نعمت‌الهی و عبدالرضا نعمت‌الهی با حمایت بقیه اعضای گروه به سرپرستی محسن رضایی تصمیم گرفتند در سخت‌ترین شرایط، خط الراس اشترانکوه را از کول جنون تا قله پازن پیر... که حدود ۳۰ قله می‌باشد، طی نمایند. در این جدال سهمگین بین انسان و طبیعت این دو کوهنورد پس از ۱۴ روز تلاش و جدال با سرما و برف و بهمن و یخ و توفان‌های سهمگین، بر دیو یاس و ناامیدی فایق آمدند. آنچه در زیر می‌آید تنها برداشتی است از یادداشت‌های آنان.

۸۳/۱۲/۵

ساعت ۱۱ حرکت از الیگودرز به سوی روستای کمندان آغاز شد و ساعت ۱۲ از روستای کمندان به سوی پناهگاه کول جنون برف کوبی را آغاز کردیم در فصل بهار یا تابستان پس از سه ساعت راه‌پیمایی به پناهگاه می‌رسیم. اما امروز پس از ۶ ساعت برف کوبی به چشمه شاه تخت یا چشمه بهادر رسیدیم و به دلیل نامساعد بودن هوا، حجم زیاد برف و تاریکی در همین مکان چادر زدیم و پس از تهیه چای و غذا به استراحت پرداختیم.

۸۳/۱۲/۶

با وجود نامساعد بودن هوا صبح زود مسیر پناهگاه را در پیش گرفتیم و به دلیل برف سنگینی که در منطقه خوابیده است از سمت راست به طرف صخره‌ها که برف کمتری داشت تغییر مسیر می‌دهیم. پس از تراورس مسیر به منطقه بهمن گیر رسیدیم و مجبور شدیم از یک مسیر خطرناک عبور نماییم. نفر جلو که در مسیر بهمن قرار گرفته بود خوشحانه با کمی شانس و استفاده از کلنگ و کمی شتاب از مسیر بهمن خارج شد. راهی جز بازگشت از این مسیر و انتخاب مسیر دیگر نبود. با صرف ۴ ساعت وقت بهمن را دور زده و از مسیری دیگر پس از ۱۰ ساعت تلاش طاقت فرسا و بدون استراحت به پناهگاه کول جنون می‌رسیم. غذا و استراحت جان تازه‌ای به ما می‌بخشد. برودت دما حدوداً ۴۰ درجه زیر صفر است و بهترین جا، کیسه خواب.

۸۳/۱۲/۷

امروز هوا مساعد نیست ابر و مه فضا را تیره کرده و سرما بیداد می‌کند. صبح زود به قصد صعود به تیغه کول جنون حرکت می‌کنیم با احتیاط و سرعت کم مسیر را طی نموده ساعت حدود ۱۲ زیر تیغه مستقر می‌شویم و تا ساعت ۲ بعدازظهر به امید بهتر



از ما گرفته بود. تنها کاری که انجام دادیم این بود که هر دو ساعت یک بار برای مدفون نشدن در برف از چادر بیرون برویم و برف‌ها را کنار بزنیم.

۸۳/۱۲/۱۶

گویا امروز روز ماست از بارش برف خبری نیست، ساعت ۶ صبح با وسایل و خوردن کمی تنقلات به جای صبحانه حرکت می‌کنیم. امروز به دلیل بارش دو روز گذشته و زمین‌گیر شدن می‌بایست مسیر بیشتری را طی کنیم اما ارتفاع وحشتناک برف و گذرگاه‌های خوابیده از بهمن سرعت ما را به حداقل رسانده است. پس از عبور از گردنه کول لکه و کول خشک که با سختی و حمایت طناب و استفاده از کرامپون می‌باشد میرزایی و مگسک را پشت سر می‌گذاریم. امروز روز خطرناکی است ولی روز ماست. بخت با ما یاری می‌کند و زمانی که ما در پناه صخره بزرگی قرار داریم بهمنی سرازیر می‌شود با چشمانی بهت‌زده بهمن را نظاره می‌کنیم پس از ۱۲ ساعت تلاش بی‌وقفه خودمان را به فیاله ستون می‌رسانیم و در پناه قله چادر می‌زنیم. به دلیل باد شدید مجبور می‌شویم جای چادر را عوض کنیم و به کمک برف دیوارهای مناسب در برابر باد بسازیم. آن شب به علت سرمای شدید و وزش باد و خیس بودن وسایل مان تقریباً تا صبح بیدار مانده و لرزیدیم.

۸۳/۱۲/۱۷

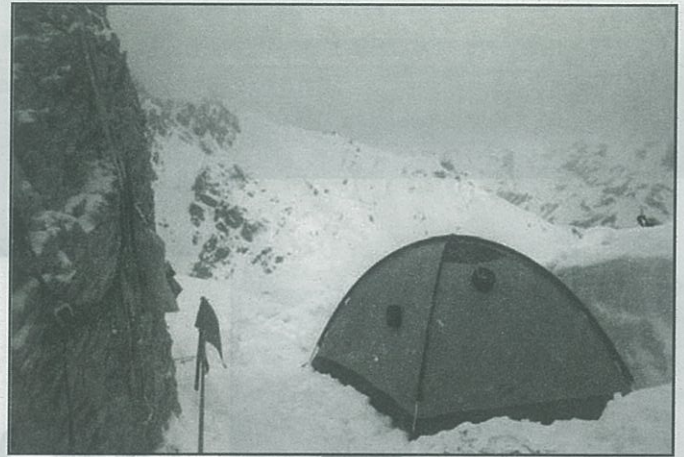
توقف ما در روزهای ۱۴ و ۱۵ اسفند باعث شد که غذای مان تقریباً تمام شود و سوخت هم به اتمام برسد. ساعت ۶ صبح حرکت را آغاز می‌کنیم هوا گرفته و باد سرد شدیدی می‌وزد. نقاب‌های پوشیده از برف و خطرناک را با سختی و احتیاط پشت سر می‌گذاریم. شدت باد در بعضی از مواقع به حدی است که مجبوریم مسیر را سینه‌خیز طی کنیم. امکان ماندن در



استراحت نیست باید تا شب نشده خودمان را به قلعه رستم برسانیم در غیر این صورت امکان صلحه دیدن از سرما و گرسنگی بعید نیست. حدود ساعت ۱۰ صبح بران را به سمت قله گل‌گل پشت سر می‌گذاریم و حدود ساعت ۱۲/۳۰ دقیقه موفق به صعود گل‌گل می‌شویم و به سرعت به سمت یازن پیر حرکت می‌کنیم. مقصد ما روستای قلعه رستم است ولی به علت دوری مسیر و نداشتن سوخت و آذوقه مجبور به بازگشت به طرف گل‌گل و جان پناه چال کبود می‌شویم. در نیمه‌های راه با تلقن به آقای رضایی خبر بازگشت‌مان از این مسیر را می‌دهیم. جان پناه چال کبود پر از برف است به سرعت به سمت پناهگاه گل‌گل سرازیر می‌شویم حدود ساعت ۷ عصر داخل پناهگاه می‌شویم و هنوز لحظاتی نگذشته است که دوستان مان با وسایل کامل از راه می‌رسند. آنها بلافاصله چادر را در پناهگاه علم کرده و بستر و خشک کردن و رسیدگی به ما مشغول می‌شوند. خوابی گرم و بی‌دغدغه آرام آرام به سراغ مان می‌آید.

۸۳/۱۲/۱۸

صبح زود پس از صرف صبحانه چهار نفره به سمت روستای تیون حرکت می‌کنیم با وجود برفی بودن مسیر و طولانی شدن زمان انگار که در جاده آسفالتی حرکت می‌کنیم. حدود یک بعدازظهر پس از چندین روز تلاش بی‌وقفه روستای تیون را به سمت الیگودرز ترک می‌کنیم. Δ



سپری کرده‌ایم. به هنگام غروب در زیر قله تخت شاه چادر زده و به مشورت برای چگونگی طی کردن مسیر فردا می‌نشینیم.

۸۳/۱۲/۱۱

صبح زود آماده حرکت شدیم در اینجا مسیر، ترکیبی از یخ و سنگ است. با دشواری آن را پشت سر می‌گذاریم و پس از دو ساعت طولانی و خطرناک به یال اصلی می‌رسیم. مسیرمان را به طرف گردنه از نادر ادامه می‌دهیم. حدود ساعت یک بعدازظهر از گردنه از نادر و از روی نقاب‌هایی که به دره از نادر منتهی می‌شود گذشته و پس از دو ساعت تلاش مرگبار به بالای گردنه پیاره می‌رسیم. ساعت ۳/۵ بعدازظهر با دیدن تعدادی از کوه‌نوردان، محسن رضایی، حمید پرهیزگار، غلامرضا داوودی و مجید نظری از فاصله‌های دور بارقه امید در دلمان روشن می‌شود و سرمای جانکاه را فراموش می‌کنیم. به دلیل خطر ریزش بهمن نمی‌توانیم با فریاد شادی مان را از حضور آنان اعلام کنیم تنها به تکان دادن دست اکتفا می‌کنیم. گویا امکان نزدیک شدن به همدیگر هم وجود ندارد. این دوستان که برای حمایت از ما و تامین آذوقه برای ما آمده‌اند مجبور می‌شوند همان پایین چادر بزنند و ما نیز بالاجبار روی گردنه پیاره محل نسبتاً امنی پیدا کرده و چادر می‌زنیم و شب را به امید دیدار دوستان با اشتیاق فراوان به استراحت می‌پردازیم.

۸۳/۱۲/۱۲

صبح امروز پس از صرف صبحانه‌ای مختصر برای نزدیک شدن به دوستان به طرفشان حرکت می‌کنیم هدف آنها هم رسیدن به ماست. حدود ساعت ۱۱ در گردنه پیاره به همدیگر می‌رسیم و همگی با هم به سوی قله حرکت می‌کنیم. دشواری مسیر سبب کندی حرکت ماست. ساعت ۵ بعدازظهر در زیر قله پیاره چادر می‌زنیم. دوستان آقای رضایی به علت نامساعد بودن وضع هوا در چند روز آینده پیشنهاد برگشت به اتفاق را می‌دهد.

۸۳/۱۲/۱۳

ساعت ۵ صبح به همراه دوستان صبحانه را صرف کرده و با انرژی مضاعف به مسیر ادامه می‌دهیم. دو ساعت بعد قله پیاره را به همراه هم صعود می‌کنیم. پس از خلاقظی، دوستان از مسیر گردنه پیاره رو به دره تخت پایین می‌روند و ما نیز حرکت خود را به سمت مهرجمال ادامه می‌دهیم در مسیری سخت و جانکاه پس از ۱۲ ساعت حرکت و زدن چندین کارگه در تیغه‌های صعب‌العبور مسیر و پشت سر نهادن خطرات فراوان و در سرمای فوق تصور که دیگر هرگونه فعالیتی را از ما گرفته بود به گردنه تخت شاه می‌رسیم. به هر سختی که هست چادر می‌زنیم و شب را در درون آن به استراحت می‌پردازیم.

۸۳/۱۲/۱۴

دیشب سرمای که تا مغز استخوان نفوذ می‌کرد امکان خواب راحت را از ما گرفته بود. توفان بی‌امان و برف و باد شدید یک لحظه تا صبح آرام‌مان نگذاشت. با رسیدن صبح و روشن شدن هوا، توفان بر شدت خود افزود به طوری که به هیچ وجه اجازه خروج از چادر را به ما نمی‌داد. تمام طول روز را به گوش کردن رادیوی اهدایی دوستان مان و خبرهای هواشناسی سپری کردیم.

۸۳/۱۲/۱۵

امروز یازدهمین روز حرکت ما بود و برف باز هم امکان حرکت را مثل روز گذشته



## تالاب گاوخونی

دکتر افشین ایران پور

از جنوب به اسفنداران دستجرد و از غرب به جرقویه محدود می شود. این تالاب در منتهی الیه رودخانه‌های زاینده رود، زر چشمه و ایزدخواست قرار گرفته است. ارتفاع تالاب از سطح دریا ۱۴۷۵ متر و نوسانات آب در آن به نیم (۰/۵) متر می رسد، حداکثر عمق این تالاب در فصل پر آبی حدود ۱ (یک) متر است. مساحت تالاب ۴۷۰ کیلومتر مربع گرچه وسعت آن متغیر و تا ۷۱۹ کیلومتر مربع دریاچه می رسد. بیشترین عرض آن ۱۵ کیلومتر و طول آن تقریباً ۲۵ کیلومتر می باشد. منبع تامین آب تالاب، رودخانه زاینده رود است. آب های ورودی به آن ناشی از شور آب ها و زهک های زمین های مجاور رودخانه است. میزان آب دریاچه بستگی زیادی به وضعیت آب وهوایی، بارش و حجم آب ورودی رودخانه زاینده رود داشته و بسیار متغیر است به طوری که در سال های کم باران تقریباً تمامی تالاب در فصل تابستان خشک می شود و وسعت بخش دائمی تالاب در فصل تابستان تا ۱۲۰ کیلومتر مربع کاهش می یابد. اطراف تالاب را اراضی غیر مزروعی فرا گرفته است. فقط در بخش شمال غربی آن آثار زراعت مشاهده می شود که به علت شوری آب، کشاورزان دست از زراعت برداشته اند و در حال حاضر تا شعاع حدود ۱۵ کیلومتری اطراف تالاب زمین زراعتی و آبادی وجود ندارد.

محیط پیرامون تالاب با ویژگی های خاص و متفاوت جغرافیایی همراه است. بخش های شمالی و شمال غربی آن که در مصب رودخانه قرار گرفته آخرین حد جریان آب شیرین رودخانه است، مصب رودخانه انباشته از جلبک های سبز بوده و حرکت آب در این ناحیه کند است. ابتدای آن را نیزارها و گزستان انبوه فرا گرفته است. در کنار و اطراف مصب آبگیرهای زیاد وجود دارد که به دلیل شور بودن نسبی اراضی، آب آن شور شده و معمولاً در طول تابستان تبخیر می شود. در حاشیه جنوبی تالاب نمک زار وسیعی وجود دارد که در اثر تبخیر زیاد آب و باقی ماندن و انباشته شدن کریستال های نمک بوجود آمده است. نمک این بخش استخراج شده و مورد بهره برداری قرار می گیرد. در غرب و جنوب غربی منطقه تپه های ماسه بادی قرار دارد که خود اکوسیستمی متفاوت با تالاب و مصب آن را بوجود آورده است. این تپه ها در اثر وزش بادهای کویری شکل گرفته اند و عاری از پوشش گیاهی طبیعی و خاصی هستند و از نظر زیبایی شناسی جایگاه ویژه ای برای خود دارند و شکل گیری آنها بر حسب تغییرات جهت وزش باد متفاوت است گاهی ارتفاع این تپه ها به بیش از ۱۵۰ متر می رسد. نهایتاً بخش شرقی تالاب را دشتی تپه ماهوری محاط در کوهستان های بلند و در طول محور اصفهان - ناین احاطه کرده است. کوه سیاه در منتهی الیه شمال غربی این دشت و در کنار مصب تالاب گاوخونی قرار گرفته است. پوشش گیاهی این تپه ماهورها و دشت ها از گیاهان خشکی پسند استپی متنوع مثل درمنه دشتی، اشنان، جازو سفید، خارشتر، انواع شوهرها، ارمک، گز، قیچ، پرند، سید و افرا تشکیل شده است.

سفر به مناطق ناشناخته و حتی کمی شناخته شده، جذابیت خاصی دارد خصوصاً اینکه برای به دست آوردن اطلاعات کمی زحمت و مشقت چاشنی کار باشد البته ممکن است در این میان کلی آدم های خاص و جالب در سر راه مان قرار گیرند و باب آشنایی باز شود که این هم از محسنات این گونه سفرهاست. گاوخونی از جمله مناطقی است که می توان گفت تمام این مشخصات را یک جا داراست و برای سفری دو روزه همراه با کمی هیجان برنامه ای ایده آل است. قبل از شروع سفر این اطلاعات می تواند انگیزه بیشتری در شما به وجود آورد و مطمئن باشید که سفری به یاد ماندنی در پیش رو خواهید داشت.

### وجه تسمیه گاوخونی:

از دیرباز تاکنون در متون مختلف و محاوره، بومیان منطقه، گاوخونی را در اشکال مختلف تلفظ کرده و نگاشته اند؛ از جمله گاوخونی، گود خونی، گور خونی، گاوخانه، گاوخانی، گاوخوانی و آخر آب، که در زبان محلی ساکنین شهر ورزنه گالختی و دریا نیز گفته می شود. همچنین بعضی ها اعتقاد بر این دارند که در گذشته گورخرهای بسیاری در این تالاب زندگی می کردند. اکوسیستم منطقه خیلی مرطوب تر از زمان فعلی بوده به طوری که پرندگان و حیوانات مختلف در کنار آن می زیسته اند و حتی در حکایت ها آمده است بهرام گور در حین شکار گور خر در این باتلاق فرو رفته است و ممکن است یکی از وجه تسمیه های آن گورخونی بوده است که بعداً به گاوخونی تبدیل شده است.

### تالاب، دریاچه و یا باتلاق گاوخونی کدام درست است؟

اولین تعریف علمی تالاب توسط کنوانسیون بین المللی رامسر ارائه شد. بر اساس این تعریف تالاب شامل مناطق مردابی، آب مانده، نم زارهای سیاه و باتلاقی، برکه های مصنوعی یا طبیعی که به طور دائم و یا موقت دارای آبی ساکن یا روان، شیرین، شور یا نیمه شور هستند و یا مناطقی از سواحل دریا است که در هنگام جزر ارتفاع آب در آنها بیش از ۶ متر نباشد. با توجه به ناقص بودن تعریف فوق که بعضاً دارای نقاط مبهمی است کمیسیون تالاب های کشور در سال ۱۳۶۲ تعریف دیگری را به شرح ذیل از تالاب ها عنوان کرد که نسبت به بقیه قابل درک تر و کامل تر است: "تالاب ناحیه ای از مظاهر طبیعی و خدادادی است که در روند پیدایش، خاک آن توسط آب های سطحی زیر زمینی به صورت اشباع شده درآمده و در طی یک دوره کفی و شرایط عادی محیطی تشکیل شده است و دارای توالی زیستی می باشد. این مجموعه دارای جوامعی از گیاهان جمعیت های از جانوران ویژه است که امکان سازگاری در چنین نواحی را دارند."

### کمی درباره گاوخونی:

تالاب گاوخونی در انتهایی ترین قسمت حوضه آبریز زاینده رود قرار دارد. وسعت آن بالغ بر ۳۶۱۶ کیلومتر مربع که حدود ۲۸۷۱ کیلومتر آن در استان اصفهان و مابقی در استان یزد قرار گرفته است. از شمال به کوهپایه سگزی از شرق به حوضه کویر سیاه کوه

کنار پل باستانی ساخته شده است، اقامت کرد (مراقب پشه ها و تردد شغال ها باشید!)  
 جاده ای که به سمت تالاب می رود در قسمت شمالی زاینده رود قرار دارد. این جاده  
 خاکی است و پس از ۱۶ کیلومتر جاده فرعی که با تابلو آبیشار شاخ کنار مشخص شده از  
 آن منشعب می شود و ۵۰۰ متر بعد به زاینده رود می رسد. در اینجا آبیاری که ارتفاع آن  
 حدود ۲ متر است قرار دارد. بیشتر به نظر می آید که آب بندی بوده برای هدایت آب به  
 زمین های پایین دست.

۳۰ کیلومتر بعد از ورزنه به مصب زاینده رود در تالاب گاوخونی می رسیم. رودخانه  
 در تالاب پخش می شود و به تدریج در این سرزمین سفید رنگ محو می شود. هنوز هم  
 می توان به راحتی دسته های بزرگ فلامینگو را در مصب رود مشاهده کرد. حدود ۳۰۰-  
 ۴۰۰ متر می توان وارد ساحل تالاب شد از این به بعد به علت وجود گل های چسبنده  
 حرکت مشکل است.

سیاه کوه که توده ای بزرگ از سنگ های سیاه است در شمال این منطقه قرار دارد  
 و به راحتی می توان برای مشاهده بهتر تالاب از آن بالا رفت.

با ادامه جاده به سمت شرق و پس از ۲۴ کیلومتر به چشمه رعد و ۶ کیلومتر جلوتر به  
 قلعه خرگوشی می رسیم. قلعه خرگوشی، کاروان سربازی است که در سردر آن ۱۰۲۳ ه. ق  
 حک شده. این کاروان سرا در روزگاران قدیم در مسیر جاده ابریشم قرار داشته، اکنون نیز به  
 یمن داشتن یک حلقه چاه آبشخور گوسفندان است. می گویند وجه تسمیه آن به خاطر  
 وجود خرگوشان بسیار در این محل بوده است. عده دیگری این نام را به این سبب می دانند  
 که مالک آنجا در روزگار قدیم برای ورود کاروان ها از آنها مالیات می گرفته که اصطلاحاً به  
 آن مالیات بر مبنای "گوش خر" می گفتند. مثلاً چند راس گوسفند را یک گوش خر و چند  
 نفر انسان را یک گوش خر و هر راس خر را با بار یک گوش خر محاسبه می کردند.

این منطقه معادن سنگ گرانیت قرمز بسیار معروفی دارد. از قلعه خرگوشی تا روستای  
 سورک ۲۶ کیلومتر فاصله است. از این پس جاده آسفالت شده و ۶۰ کیلومتر بعد به شهر  
 باستانی و زیبای عقدا در حد فاصل یزد به ناین می رسد. Δ

ارتفاع	مختصات جغرافیایی	نام محل
1503m	N:32°08.094' E:52°37.235'	حسن آباد
1483m	N:32°18.638' E:52°40.733'	تپه های شنی
1493m	N:32°25.305' E:52°38.992'	ورزنه
1473m	N:32°20.977' E:52°48.149'	آبشار شاخ کنار
1468m	N:32°17.503' E:52°53.951'	تالاب گاوخونی
1757m	N:32°12.569' E:53°08.765'	چشمه رعد
1825m	N:32°11.933' E:53°11.490'	قلعه خرگوشی
2004m	N:32°09.110' E:53°25.265'	سورک

#### برنامه سفر:

پس از گذر از اصفهان وارد جاده محمدآباد- حسن آباد که در جنوب شرقی شهر  
 اصفهان قرار دارد، می شویم. پس از ۹۰ کیلومتر به شهر کوچک حسن آباد  
 می رسیم. حسن آباد در غرب تالاب گاوخونی قرار دارد. برای بازدید از تپه های ماسه  
 ای دو راه در پیش رو قرار دارد: می توان حدود ۱۰ کیلومتر را به سمت جنوب رفت و در  
 منطقه خارا که محل استحصال نمک از تالاب است، این تپه ها را مشاهده کرد و یا  
 وارد جاده ورزنه شد. نزدیک ترین تپه های ماسه ای به جاده آسفالت شده حسن آباد - ورزنه  
 تقریباً در ۳۰ کیلومتر قرار دارد. موقعیت دقیق این تپه ها را می توانید در جدول بالا پیدا  
 کنید. در صورتی که بارندگی نباشد با اتومبیل شخصی می توان فاصله جاده تا تپه ها  
 (حدود ۵۰۰ متر) را طی کرد.

شهر ورزنه در کنار زاینده رود قرار دارد. پل قدیمی و کبوترخانه بسیار بزرگ شهر از  
 مناطق دیدنی هستند. به راحتی می توان شب، در کنار زاینده رود و در پارک کوچکی که در

TravelPlan for Windows  
July/August 1997

# GPS

## WWW.IRAN-GPS.IR

### سیستم موقعیت یاب جهانی

**GPSMap 60**



**سری 60**

- گیرنده های بسیار قوی
- دارای نقشه ایران و جهان
- قابلیت نصب آنتن خارجی
- عمر باتری طولانی
- صفحه بزرگ
- و دیگر امکانات سری Etrex

**GPSMap 76**



**سری 76**

- شناور شدن روی آب
- نقشه ایران و جهان
- آلارم مسیر
- قابلیت نصب آنتن خارجی
- و دیگر امکانات سری Etrex

**Forerunner**



**سری ورزشی**

- کالری مصرفی
- مسافت طی شده
- ضربان قلب
- رقیب ورزشی

**Etrex**



**سری etrex**

- نقشه ایران و جهان
- طول و عرض جغرافیایی و ارتفاع
- ثبت مختصات جغرافیایی
- نمایش سرعت لحظه ای و متوسط
- محاسبه فاصله طی شده و مانده
- ثبت مسیر و زمان مسافرت
- محاسبه طلوع و غروب خورشید و ماه
- محاسبه مساحت
- مقاوم در برابر آب و گرد و غبار
- صفحه سیاه و سفید و رنگی و ...
- قطب نمای مقناطیسی

**Etrex Summit**



**Etrex Vista cx**



**سری Rino**

- تماس با یکدیگر
- نمایش موقعیت دیگران
- ارسال پیام کوتاه
- دارای برد 8 کیلومتر
- نقشه ایران و جهان

**Rino 120 & 130**



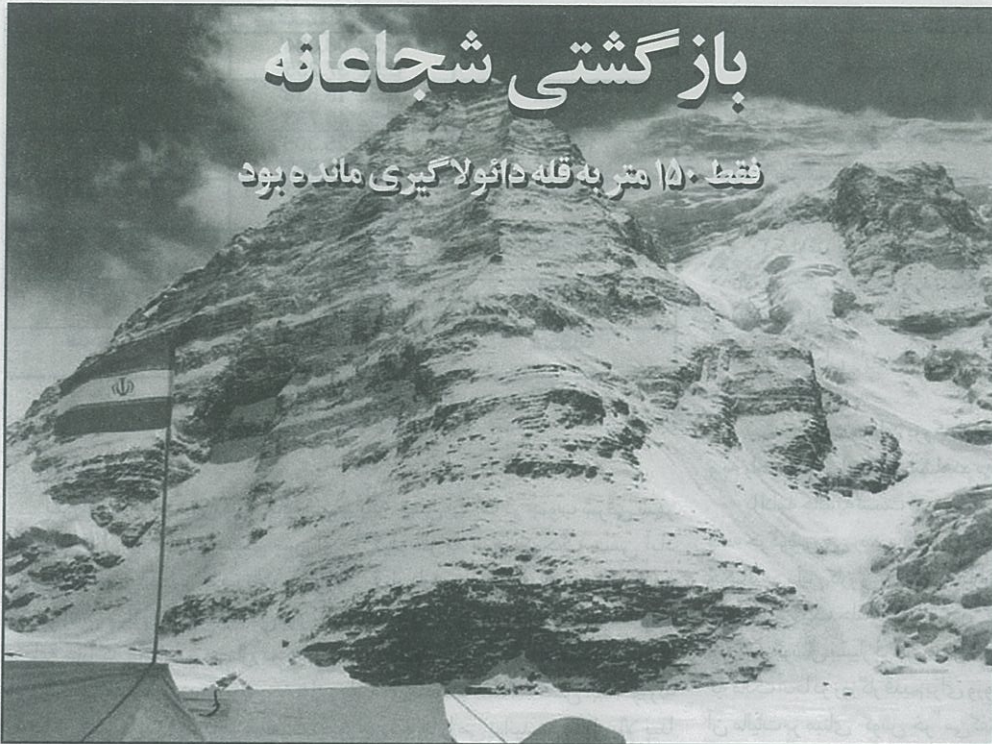
**شرکت ایران جی پی اس**

تهران - طاقالی - فرسیده - به سپهبد قرنی - پلاک 307 - طبقه سوم تلفن: 66932259 - 88916233 - 09121968261 - فکس: 66949389

(C) L.W. Wil

# بازگشتی شجاعانه

فقط ۱۵۰ متر به قله دائولاگیری مانده بود



گزارش: مهدی اعتمادی فر

در بهار سال جاری سه نفر از کوه‌نوردان ایران با هزینه شخصی جهت صعود به قله دائولاگیری (هفتمین قله ۸۰۰۰ متری جهان) عازم نپال شدند. این تیم پس از دوبار تلاش در حالی که فقط ۱۵۰ متر با قله اصلی فاصله داشتند گرفتار هوای نامساعد شده و ناچار راه بازگشت را پیش گرفتند. با توجه به صعود آنها تا ارتفاع ۸۰۰۰ متری، تصمیم شجاعانه آنها به بازگشت را باید نوعی پیروزی قلمداد کرد.

گذشته به طور مقطعی برنامه‌هایی در مناطق هیمالیا و پامیر به اجرا درآورده بودیم. مناطق برای مان ناشناخته نبود. ما فقط به دنبال قله‌ای بودیم که با معیارهای ما نزدیک باشد. عوامل مختلفی در انتخاب قله دائولاگیری به عنوان ملاک انتخاب نقش داشتند: علاقه به ادامه برنامه‌های صعودهای ملی کشور و فتح همه ۸۰۰۰ متری‌های جهان به نام ایران باعث شد از بین K2، کانچن چونگا، آنپورنا و دائولاگیری را با توجه به امکانات موجود و تمام بضاعت خود انتخاب کنیم.

تقریباً هجده ماه قبل از اجرای برنامه به طور مداوم در شهر و کوهستان به تمرین پرداختیم و در این مدت به تحقیق و جمع‌آوری اطلاعات لازم مشغول بودیم. در نهایت قراردادی مبنی بر اعزام یک تیم سه نفره با شرکت تامسروک بسته شد. با توجه به هزینه‌های بالا جهت اخذ مجوز صعود به ارتفاعات بالای ۸۰۰۰ متر و مشکلات دیگر تصمیم گرفتیم دو مجوز برای صعود تهیه کنیم و نفر سوم به عنوان نفر پشتیبانی تیم، تا کمپ اصلی ما را همراهی کند. تنظیم لیست خرید، تدارکات غذایی و دارویی و مبلقی لوازم تماماً در مدت یک ماه تهیه و خریداری شد. کلیه بارها اعم از خرید تجهیزات و کسری برنامه و به امانت گرفتن سه تخته چادر ۷۲۵ و طناب از فدراسیون کوه‌نوردی، بالغ بر ۱۸۰ کیلوگرم بسته‌بندی و در ۹ بشکه پلاستیکی و سه کیسه بار جای داده شد و در اسفندماه ۸۴ توسط کارگو هوایی به نپال ارسال شد. مقداری لوازم و مواد غذایی شامل آب معدنی، آب میوه‌ها و نوشابه گازدار و غیره نیز در کاتماندو خریداری شد که بعداً به بارها اضافه شد. در نهایت تیم سه نفره ما با ۲۲۰ کیلو بار عازم منطقه شد.

## در کاتماندو (۸۵/۱/۱۵)

در ساعت ۶/۴۵ دقیقه به وقت محلی چرخ‌های هواپیما با باند فرودگاه اصابت کرد و پس از لحظاتی کوتاه در سالن گمرک فرودگاه - دومستیک - به طرف محل اخذ ویزا حرکت کردیم. در این بین متوجه شدیم که ابتدا باید فرم‌های ورودی را پر کرده و بعد به قسمت صدور ویزا مراجعه کنیم با پرداخت ۹۰ دلار، برای هر یک از ما، مدت دو ماه اقامت صادر شد.

لازم بود بعضی از لوازم از قبیل کپسول‌های گاز Epi و پرداخت وجه جهت، باربر ارتفاع و معرفی اعضای تیم به همدیگر هماهنگی‌های لازم به عمل آید. ناگهان با پیشنهاد غیرمنتظره نماینده شرکت مبنی بر حرکت به طرف منطقه مواجه شدیم که به

## جغرافیای منطقه:

رشته کوه هیمالیای بزرگ به صورت نواری مرتفع تمامی قسمت‌های شمالی هندوستان، نپال، بوتان را پوشانده است که مهم‌ترین قسمت‌های هیمالیای مرکزی در کشور نپال قرار دارد. قسمت اعظم قله هشت هزار متری جهان در نپال و مرزهای جنوبی ایالت تبت چین قرار دارند. کانچن چونگا، چوآیو (شویو)، ماکالو، شیشاپانگما، لوتسه، ماناسلو، اورست، آنپورنا و دائولاگیری.

در شرقی‌ترین بخش هیمالیا کانچن چونگا (۸۵۹۸ متر) قرار دارد که اولین هشت هزار متری از شرق نپال است و همین طور که به سمت غرب نپال می‌رویم با پشت سر گذاشتن هفت قله هشت هزار متری، به منطقه آنپورناها به ارتفاع ۸۰۹۱ متر می‌رسیم. در قسمت جنوبی، قله ماشاپوشر بسیار زیبا و هرمی شکل از داخل شهر بخارا کاملاً قابل رؤیت می‌باشد. بد نیست بدانید که یکی از مسیرهای برگشت سریع از کمپ اصلی دائولاگیری، شهرک «مارفا» می‌باشد و معمولاً تیم‌ها در شرایط خوب هوا جهت سریع‌تر رسیدن به شهر پس از ۲ روز راهپیمایی و عبور از گردنه‌ای مرتفع - ۵۲۰۰ متری - خود را به منطقه «بخارکا» و در نهایت به شهر «مارفا» می‌رسانند. در صورتی که مسیر مخالف یعنی کمپ اصلی به «بنی» را انتخاب کنند و به طور متوسط روزانه هشت ساعت راهپیمایی نمایند پنج روز وقت لازم است تا به شهر برسند. دائولاگیری اصلی از رخ شمال ترکیبی است از برف و یخ متراکم و با شکاف‌های متعدد به عمق ۱۰ تا ۵۰ متر و حتی بیشتر که در طول منطقه پراکنده و دائماً در حال تغییر می‌باشند.

دائولاگیری به ارتفاع ۸۱۶۷ متر، هفتمین ۸۰۰۰ متری جهان و سومین قله از جهت ریسک‌پذیری صعود در جهان ارزیابی شده است.

اولین بار این قله در سال ۱۹۶۰ توسط یک تیم مشترک سویسی و اتریشی صعود گردید و سرپرستی تیم به عهده «کورت دایمرگ» بود و شریک‌های تیم «نیما دورجی» و «ناونگ دورجی» بودند.

جالب است بدانید که می‌توانید در شهر کاتماندو مسافرخانه و هتل از شبی ۱۰ دلار تا ۳۰۰ دلار پیدا کنید.

## گزارش برنامه

انگیزه اجرای برنامه از اواخر سال ۸۳ به ذهن ما خطور کرد. با توجه به اینکه در

و کمپ اصلی پرواز کنیم به همین دلیل از شب قبل آخرین بازمینی لوازم همراه را انجام دادیم و لباس‌های گرم را برای اولین بار آماده کردیم. ساعت ۶ صبح وارد فرودگاه شدیم پس از طی مراحل بازدید و کنترل بالاخره با دومین پرواز در ساعت ۱۰/۱۵ دقیقه حرکت کردیم. پس از ۴۵ دقیقه به کمپ اصلی رسیدیم. مسیری که باید در مدت ۱۲ روز طی کنیم. ساعت ۱۱ بر روی یخچال‌های کمپ اصلی فرود آمدیم و سریعاً به تخلیه بارها پرداختیم پس از کمی بررسی توانستیم در نقطه‌ای مناسب در محل کمپ اصلی برای برپایی چادرها، جایی درست کنیم. جایی که ۴۰ روز باید در آنجا زندگی می‌کردیم. کمپ ما شامل یک چادر بزرگ جهت آشپزخانه و چادری دیگر به عنوان غذاخوری و اجتماعات و چادر سوم هم به عنوان انبار که کلیه بارها و لوازم آشپزخانه را به آن منتقل کردیم. به محض ورود به کمپ اصلی بارش شدید برف باعث شد تا هلی‌کوپتر بعدی ۳ روز بعد به کمپ اصلی وارد شود.

۸۵/۱/۲۹

هوا ابری است و منطقه در حال بارش برف، مجبور هستیم از کف‌های سنگین استفاده کنیم. هوا خراب است امیدی به آمدن بقیه لوازم نیست تا ظهر سه بار اطراف چادرها را پارو کردیم. حال همه‌مان خوب است بعد از شام هم رفتیم داخل چادر انبار کمی ورزش کردیم.

۸۵/۱/۳۰

با صدای هلی‌کوپتر از چادر خارج شدیم و مشاهده کردیم. هوا صاف شده و بسیار سرد است. قرار گذاشتیم جهت هم‌هوایی، پیاده‌روی داشته باشیم. در جهت طول یخچال به طرف بالای کمپ شروع به حرکت کردیم. در طول راه مشغول بررسی مسیر و نحوه دستیابی به ارتفاعات بالاتر بودیم و هیچ گاه تصویر قله از جلوی چشمانمان محو نمی‌شد. یک ساعت پیاده‌روی کردیم در بین راه بودیم که تیم هلند و همچنین بقیه لوازم ما هم رسید. باطری خورشیدی را وصل کردیم. آشپزخانه هنوز به هم ریخته است. در تیم ما یک نفر کلمبیایی به نام کامیلو است. جوان بسیار خوش مشرب و زرنگی است از صبح تا شب به همه سر می‌زند و به همه کمپ‌ها سرکشی می‌کند. به دلیل آشنایی به زبان اسپانیایی و انگلیسی از سوابق خوبی نیز برخوردار بود. توانسته بود در سال ۲۰۰۳، ۲ کیلومتر را صعود کند. این چهارمین قله ۸۰۰۰ متری او بود. به طور کلی تمام تیم‌هایی که به داتلوا آمده بودند از تیم‌های حرفه‌ای بودند که این خود بر جدی بودن قله حکایت می‌کرد.

### کل تیم‌های حاضر در منطقه شامل:

تیم اسپانیا (۱)	به سرپرستی آقای کارلوس سوریا با سن ۶۵ سال - تعداد ۷ نفر - پنجمین قله ۵ تا ۸۰۰۰ متری
تیم اسپانیا (۲)	به سرپرستی کارلوس پونر در حدود ۴۷ سال - تعداد ۵ نفر - هفتمین قله ۷ تا ۸۰۰۰ متری
تیم ایران	مشترک - از ۳۷ سال تا ۴۷ سال سن - ۳ نفر دومین قله ۸۰۰۰ متری
تیم کلمبیا	۱ نفر کامیلو Lopes - ۲۶ سال سن - سومین قله ۸۰۰۰ متری
تیم ایتالیا	۵ نفر سرپرستی خاتم ماروتی با حدود ۵۰ سال سن هشتمین قله ۸۰۰۰ متری
تیم هلند	۲ نفر، یک مرد و زن و دو شریا - چهار قله ۸۰۰۰ متری
تیم مجارستان	۵ نفر شامل دو زن و سه مرد

تیم ایتالیا و اسپانیا مشترکاً طناب ثابت اولیه مسیر را نصب کرده‌اند. شیبی حدود ۶۰ درجه برف و یخ که در کناره دیواره‌هایی به طول ۱۲۰ متر که به طرف بالا و مستقیم کشیده شده، این مسیر تنها مسیر ممکن برای رسیدن به کمپ اول است. در ابتدای طناب ثابت هم یک شکاف یخی در ارتفاع ۴۶۹۰ متری وجود دارد که یخچال را به دو نیم کرده که در اوایل فصل به خاطر وجود برف‌های بیشتر، زیاد قابل رویت نیست. ولی در روزهای پایانی کاملاً مشخص می‌شود. بعداً در کاتماندو فهمیدیم که یک آلمانی نیز در داخل آن افتاده است.

۸۵/۱/۳۱

هر شب تا صبح صدای بهمین می‌آید، بهمین‌هایی که زمین را می‌لرزاند داتلوا



هیچ عنوان با برنامه قبلی هماهنگی نداشت با توجه به برنامه‌ریزی از قبل خودمان می‌بایست مقداری از لوازم و تدارکات خود را در کاتماندو تهیه می‌کردیم.

بخشی از این موضوعات به علت وضعیت بحرانی کاتماندو بود و همین‌طور عدم وجود تیم‌های دیگر جهت صعود به قله داتلواگیری که برای شرکت اعزام کاروان کوچک ما چندان مقرون به صرفه نبود. عرصه تا جایی به ما تنگ شد که در مقطعی زمزمه منتفی شدن برنامه نیز مطرح شد.

۸۵/۱/۳۴

تیم ما به همراه خدمه آشپزخانه و شریامینگما از راه زمینی عازم پخارا شدیم. مسافت کاتماندو تا پخارا تقریباً ۲۸۰ کیلومتر می‌باشد که در زمان ۴ تا ۵ ساعت طی می‌شود. این مسیر بسیار زیبا و جذاب است جاده نه چندان عریض و نه چندان ایمن، گاهی جاده تا کناره‌های رودخانه پایین می‌رود و گاهی ارتفاع می‌گیرد چیزی شبیه به جاده چالوس خودمان، روستاها و شهرک‌های کوچک و بزرگ که جاده از بین آنها عبور می‌کند. در تمام مدت ما مواجهه بودیم با دستجات مختلف از مردم و انقلابی‌ها که جلوی کاروان ما را می‌بستند و هر بار شریا منگما با زبان چرب و نرم خود آنها را راضی می‌کرد.

۸۵/۱/۳۵

بعد از صرف صبحانه به راه افتادیم. بعد از عبور از چند آبادی در ساعت ۷/۳۰ دقیقه وارد پخارا شدیم. اولین چیزی که نظر ما را به خود جلب کرد، رشته کوه بلندی بود که در سمت شمال شهر خودنمایی می‌کرد. این رشته کوه آنپورنا بود و قله ماشاپوشر با شکل برج مانند جلوتر از بقیه به چشم می‌خورد. پخارا شهر بزرگی است که از مناظر طبیعی زیبا هیچ چیزی کم ندارد. جهت بازدید دریاچه بزرگ و زیبایی شهر حرکت کردیم.

۸۵/۱/۳۶

حوالی ۶ صبح با مینی‌بوس به سمت منطقه‌ای کوهستانی در شمال شهر حرکت کردیم. در میانه راه باز جاده سنگ‌چین شده بود. پس از سی دقیقه پیاده‌روی در آسفالت وارد جنگل شدیم. مسیر تماماً با سنگ مثل پلکان پوشیده بود و راهی باریک که در دل جنگل به طرف بالا می‌رفت، بعد از طی ۲/۳۰ دقیقه پیاده‌روی و عبور از چند دهکده جنگلی به قله‌ای رسیدیم که محل استقرار پاسگاه نظامی بود و همین‌طور یک دکل تلویزیونی، از این نقطه می‌توان منظره زیبایی از خط‌الراس آنپورناهای ۱ و ۲ را مشاهده کرد و در صورت نبودن ابر و غبار می‌توان قله داتلواگیری را در دور دست دید.

۸۵/۱/۳۸

به دلیل حکومت نظامی و اقامت طولانی در کاتماندو، قرار است با هلی‌کوپتر به منطقه



قله‌ای است پر از برف و برای همین بهمن‌های بزرگی دارد که بعضی از آن‌ها تا کمپ اصلی هم می‌آید به طوری که هوای منطقه را تاریک می‌کند و دمای محیط را تا ۱۰ درجه پایین می‌آورد. این موضوع کمی باعث نگرانی ما بود. چون که مسیر صعود در بیشتر جاها بهمن گیر بود و باعث شد که ما با دقت بیشتری نسبت به رخدادهای اطراف توجه کنیم. قله دثولاگیری با چهار کمپ قابل صعود است ولی به علت خطرناک بودن محل کمپ یک که در ارتفاع ۴۹۰۰ متری قرار داشت و انهدام کمپ ایتالیایی‌ها در آنجا قرار شد که کمپ یک را حذف کرده و با یک فشار مضاعف کوه‌نوردان به محل کمپ دو که در ارتفاع ۵۵۰۰ متری بود، بروند. در نتیجه برای صعود باید برای سه کمپ در ارتفاع ۵۵۰۰، ۶۸۰۰، ۷۴۰۰ تا ۷۳۰۰ متری برنامه‌ریزی می‌کردیم.

امروز هیچ تیمی صعود نمی‌کند به همه اطلاع دادند، جلسه‌ای مشترک با حضور تمامی تیم‌های حاضر در منطقه ساعت دو بعدازظهر برقرار است. دستور جلسه هم درخصوص گرفتن تصمیمات مشترک و هماهنگی جهت صعود و همین‌طور تقسیم کار جهت نصب طناب‌های ثابت مسیر و ارزیابی لوازم بود. با حضور همه تیم‌ها جلسه شروع شد، سرپرست جلسه هم «کارلوس پونر» بود که با مشورت همه قرار شده که تیم اسپانیا برای نصب ثابت‌های اولیه اقدام کند و بعد تیم ایران و ایتالیا مشترکاً با هم کار کنند. آقای اعتمادفر هم در مورد آمادگی تیم ایران برای همکاری با سایر تیم‌ها اعلام آمادگی کردند. قرار شد ثابت‌های مسیر کمپ یک به دو را در صورتی که نیاز به ثابت‌گذاری باشد، ما نصب کنیم و در غیر این صورت دو به سه را نصب کنیم. بعد از جلسه رفتیم سراغ بارها و بستن کوله‌پشتی‌ها، فردا طناب‌های ثابت بالغ بر دو حلقه ۲۰۰ متری که مجموعاً ۴۰۰ متر بود را از تیم اسپانیا تحویل گرفتیم تا با خود به کمپ حمل کنیم.

۸۵/۲/۱  
با توجه به درخواست شریا مینگما، کلیه بارهای ارتفاع بالا را در اختیار خودش قرار

بود. پس از جاگذاری طناب‌ها پرچم‌گذاری مسیر، راه کمپ اصلی را در پیش می‌گیریم و ساعت ۵ بعدازظهر به کمپ اصلی می‌رسیم. روز ۸۵/۲/۳ را به استراحت و جابه‌جایی لوازم و تنظیم کوله‌پشتی‌ها پرداختیم.

۸۵/۲/۴  
برخلاف صعود روز اول تصمیم داریم برای فرار از گرما ساعت ۴/۱۵ دقیقه حرکت کنیم تا از خطر بهمن‌ها درامان باشیم و از مزیت یخ‌زدگی مسیر بهتر استفاده کنیم. با هم‌هوایی قبلی سربعاً ثابت‌گذاری اول را رد کردیم و هوا هنوز کاملاً روشن نیست که یک بهمن بزرگ از زیر خط‌الراس منتهی به قله وارد مسیر می‌شود. در انتهای دشت از شیب تند بالا می‌کشیم. بعد از عبور از دو شکاف بزرگ با احتیاط در ساعت ۱۱ صبح به محل کمپ یک می‌رسیم. با تعجب متوجه می‌شویم. شریا مینگما چادر کمپ یک را نصب نکرده بعد از کلی صرف وقت و هدر دادن انرژی‌های بارزش خودمان چادر را نصب و به داخل آن می‌رویم و با بی‌سیم به کمپ اصلی خبر می‌دهیم که از موقعیت چادر راضی نیستیم و تاکید می‌کنیم باید جای چادر به بالاتر منتقل شود. فردا صبح به طرف کمپ اصلی حرکت می‌کنیم. قرار گذاشتیم که کلیه کارهای عکاسی و فیلمبرداری تا این مقطع را انجام دهیم تا در دفعات بعد دچار اتلاف وقت نشویم.

۸۵/۲/۶  
یک پیاده‌روی ساده ترتیب می‌دهیم. بعدازظهر باد شدیدی می‌وزد که چادر انبار را فرو می‌ریزد. بقیه روز را سرگرم رسیدگی به خودمان و شارژ دستگاه‌های برقی هستیم. از سرگرمی‌هایی مانند: منج و مارپله هم بی‌بهره نبودیم.

۸۵/۲/۸  
امروز قرار گذاشتیم آقای نادر فروتنیان را هم با خودمان بالا ببریم. البته با مینگما صحبت کرده بودیم که مشکل قانونی گریبان‌مان را نگیرد. پس از حدود ۴۵ دقیقه حرکت در ابتدای طناب‌های ثابت، متأسفانه کرامپون‌های دوست‌مان مشکل پیدا می‌کند و او باید برگردد، ناراحت از عدم همراهی دوست‌مان به راه خودمان ادامه می‌دهیم. سرحال‌تر از قبل به محل کمپ یک در ارتفاع ۵۴۰۰ متری می‌رسیم. از بابت این



دادیم تا بتواند به تدریج بارهای کمپ‌ها را به بالا منتقل کند. کل بارهای بالا شامل ۴ تخته چادر ارتفاع و ۴ بسته شامل مواد غذایی و سوختی بود. طبق برنامه باید تا روز ۲۷ اردیبهشت، برنامه کمپ حمله تمام و کمال آماده باشد.

۸۵/۲/۲  
ساعت ۵/۴۵ دقیقه از خواب بیدار شدیم. در ساعت ۷ صبح حرکت کردیم تیم ایتالیایی را جلوی خودمان می‌بینیم، بعد از ساعتی صعود و عبور از حاشیه دره بالایی پیشانی یخی به ابتدای یک دشت برفی می‌رسیم. قابل ذکر است تا اینجا باید از کلاه کاسکت استفاده کرد چون مسیر تراورس تماماً در خطر ریزش سنگ است. حالا هوا بسیار گرم و ناراحت‌کننده و غیرقابل تحمل است. ناگزیر، تمام لباس‌های گرم را درمی‌آوریم، هنوز اصطلاحاً آب‌بندی نشده‌ایم. مینگما لوازم کمپ یک و چادر کمپ دو را در نقطه‌ای گذاشت و یک پرچم راهنمای ایران را هم در کنارش قرار داد و به کمپ اصلی برگشت. صعود امروز ما جهت حمل طناب ثابت تا ارتفاع ۵۲۰۰ متری و هم‌هوایی



موضوع از مینگما ناراحتیم. به هر تقدیر چادر کمپ یک را جمع کرده و به سوی ۵۵۰۰ متری حرکت می‌کنیم. محل کمپ دو یا همان یک جای بسیار مسطح و مناسبی است.

۸۵/۲/۹

ساعت ۸/۴۵ دقیقه در هوایی خوب به طرف کمپ تدارکاتی به ارتفاع ۶۴۰۰ متر حرکت می‌کنیم. این کمپ مابین کمپ یک و کمپ دو برقرار شده است. مسیر با شیبی ملایم شروع می‌شود و البته با برف کوبی و پس از عبور از دو شیب بلندتر تقریباً بر روی یال سوار می‌شویم. طبق برنامه امشب را در ۶۴۰۰ متری، کمپ می‌زنیم تا هم‌هوایی انجام شود. بقیه تیم‌ها به طرف ۶۸۰۰ متری می‌روند و چادر می‌زنند. ولی مجدداً برمی‌گردند. امروز تعدادی پرچم راهنما نیز تا کمپ ۶۴۰۰ نصب کردیم تا مسیر را برای روزهای حمله آماده کرده باشیم. ساعت ۱۲/۳۰ دقیقه در کمپ بودیم؛ پس از نصب چادر، مینگما خداحافظی کرد و به طرف کمپ اصلی برگشت.

۸۵/۲/۱۰

ساعت ۵/۳۰ دقیقه صبح بیدار شدیم و شروع به جمع‌آوری لوازم کردیم. تصمیم داریم تا ارتفاع ۶۸۰۰ متری کمپ دو صعود کنیم تا برای حمله به قله به هم‌هوایی نهایی برسیم. بدون حمل کوله‌پشتی‌ها حرکت می‌کنیم. امروز تیم دو نفره قزاق به طرف کمپ سوم یا حمله در حرکت هستند و همچنین شریک‌های تیم هلند هم جهت بارگذاری و نصب کمپ حمله روانه بالا هستند. پس از ارتفاع‌گیری مورد نظر سریعاً به طرف

کمپ میانی و در نهایت به کمپ اصلی برمی‌گردیم. از تاریخ ۱۱ تا ۱۴ اردیبهشت، استراحت داشتیم. در این سه روز قرار بود که مینگما به طرف کمپ دو و کمپ سوم صعود کند تا لوازم و تجهیزات لازم را به کمپ حمله ببرد. متأسفانه به هیچ عنوان این کار عملی نشد چون که ایشان از رفتن به طرف کمپ‌های بالا ظفره می‌رفت که در نهایت مجبور شدیم او را اخراج کنیم و گزارش رفتن او را به شرکت تلفنی اعلام کنیم. بارفتن مینگما از این زمان به بعد کلیه برنامه‌ریزی ما به هم خورد.

۸۵/۲/۱۵

سه نفره امروز به طرف بالا حرکت کردیم. بعد از عبور از مسیر همیشگی به تیم ایتالیایی‌ها رسیدیم. هر دو تیم تصمیم داریم کار قله را تمام کنیم. مسیر به طور مداوم در حال تغییر و تحول است، مخصوصاً باز شدن شکاف‌های زیاد در طول مسیر که بسیار هم خطرناک هستند. در ارتفاع ۵۰۰۰ متر از دوست‌مان خداحافظی کرده و بالا می‌رویم. وزن بارهای سنگین از یک طرف و آفتاب و گرمای شدید غیرقابل تحمل بود. مقداری برف توی کلاه خودم کردم تا شاید سرم کمی خنک شود. نمی‌دانم با بقیه بارهایی که در کمپ یک منتظر ماست چه باید بکنیم. به هر تقدیر در ساعت ۱/۲۰ دقیقه در کمپ یک هستیم و پس از کمی استراحت و تجدید قوا به طرف کمپ میانی به راه می‌افتیم. در بعدازظهر به کمپ می‌رسیم.

۸۵/۲/۱۶

تصمیم بر این است که به کمپ دوم برویم. با اضافه شدن یک تخته چادر مجبور هستیم آن را روی زمین بکشیم. چون واقعاً حمل آن بر روی کوله‌پشتی‌های سنگین امکان‌پذیر نبود. امروز مجبور هستیم که به کمپ دو یا همان سوم برویم تا با بقیه کوه‌نوردان بتوانیم از نظر زمانی عازم قله بشویم. بالاخره چادر را روی کوله‌پشتی بستیم. در ساعت ۱/۳۰ دقیقه به طور ناگهانی یک جبهه هوای خراب راه ارتفاعات را در پیش گرفت و ما را غافلگیر کرد. شرایط بسیار سختی پیش آمد در دو طرف مسیر شیب‌های بلندی بود که منتظر کوچک‌ترین بی‌احتیاطی ما بودند. بار سنگین هم فشار زیادی به ما می‌آورد. از طرفی بوران کاملاً دید را از ما گرفته بود و کاملاً توی سر و صورت‌مان می‌کوبید. فقط ثانیه‌شماری می‌کردیم که زودتر به محل کمپ برسیم، تصمیم گرفتیم در جایی چادر بزنیم ولی اصلاً جای مناسبی نبود. بالاخره چادر هلندی‌ها را دیدیم چند دقیقه به همین منوال سعی کردیم اطراف چادر آنها جایی را آماده کنیم و چادرمان را نصب کنیم. اما توفان سهمگین‌تر از آن بود که بتوانیم حتی چادر را از روی کوله‌پشتی

موضوع از مینگما ناراحتیم. به هر تقدیر چادر کمپ یک را جمع کرده و به سوی ۵۵۰۰ متری حرکت می‌کنیم. محل کمپ دو یا همان یک جای بسیار مسطح و مناسبی است.

۸۵/۲/۹

ساعت ۸/۴۵ دقیقه در هوایی خوب به طرف کمپ تدارکاتی به ارتفاع ۶۴۰۰ متر حرکت می‌کنیم. این کمپ مابین کمپ یک و کمپ دو برقرار شده است. مسیر با شیبی ملایم شروع می‌شود و البته با برف کوبی و پس از عبور از دو شیب بلندتر تقریباً بر روی یال سوار می‌شویم. طبق برنامه امشب را در ۶۴۰۰ متری، کمپ می‌زنیم تا هم‌هوایی انجام شود. بقیه تیم‌ها به طرف ۶۸۰۰ متری می‌روند و چادر می‌زنند. ولی مجدداً برمی‌گردند. امروز تعدادی پرچم راهنما نیز تا کمپ ۶۴۰۰ نصب کردیم تا مسیر را برای روزهای حمله آماده کرده باشیم. ساعت ۱۲/۳۰ دقیقه در کمپ بودیم؛ پس از نصب چادر، مینگما خداحافظی کرد و به طرف کمپ اصلی برگشت.

۸۵/۲/۱۰

ساعت ۵/۳۰ دقیقه صبح بیدار شدیم و شروع به جمع‌آوری لوازم کردیم. تصمیم داریم تا ارتفاع ۶۸۰۰ متری کمپ دو صعود کنیم تا برای حمله به قله به هم‌هوایی نهایی برسیم. بدون حمل کوله‌پشتی‌ها حرکت می‌کنیم. امروز تیم دو نفره قزاق به طرف کمپ سوم یا حمله در حرکت هستند و همچنین شریک‌های تیم هلند هم جهت بارگذاری و نصب کمپ حمله روانه بالا هستند. پس از ارتفاع‌گیری مورد نظر سریعاً به طرف



# رسام

طراحی، چاپ، تبلیغات

کاتالوگ - پوستر - بروشور - سر برگ  
طراحی و ساخت دکوراسیون نمایشگاهی  
طراحی وب سایت - عکاسی صنعتی دیجیتال  
طراحی و ساخت تابلوهای تبلیغاتی فلکسی فیس

تلفن: ۰۲۱-۵۷۵۵۹۶۹۰ ۵۰۰۰۱۲۰  
۵۰۶۳۵۸۱  
آدرس: تهران، خیابان ولیعصر، پلاک ۱۰۶  
۰۲۱-۵۷۵۵۹۶۹۰  
E-mail: RASSAM\_ASHTABIOTARSO.COM  
E-mail: ASHTABI\_MOHSENOTARSO.COM

باز کنیم با یک تصمیم به موقع خود را به داخل چادر هلندی‌ها انداختیم. خوشبختانه خالی از سکنه بود. به هر شکلی، شب را به صبح رساندیم تا ببینیم خدای بزرگ چه سرنوشتی را برای مان رقم زده است.

۸۵/۲/۱۷

امروز منطقه به همان سرعتی که دیروز میل به جهنم برفی شده بود، تبدیل به روزی آفتابی گردید، اما با یاد نسبتاً شدیدی. تیم ایتالیایی‌ها هم در ارتفاع ۷۳۰۰ متری زمین گیر شده بودند. یک نفر از آنها روز قبل مثل ما به توفان برخورد و در نتیجه به آنها نرسیده بود. به اجبار تا صبح خودش را در یک چادر خراب بین مسیر نگه داشته بود که در بازگشت پیش ما آمد. امکان بالا رفتن نبود با توجه به اینکه وضعیت هوا مبهم بود، سریعاً یک تخته چادرمان را در محل کمپ دوم نصب کردیم. لوازمی را که با خود همراه آورده بودیم، بیشترشان لوازم روز حمله از جمله لباس‌های مخصوص پر بود که همگی را داخل چادر به امان خدا سپردیم. با تماس رادیویی با کمپ اصلی متوجه شدیم باید سریع ارتفاع کم کنیم و برگردیم تا دوباره گرفتار نشویم. بالاخره ساعت ۱/۳۰ دقیقه در کمپ اصلی بودیم.

۸۵/۲/۲۰

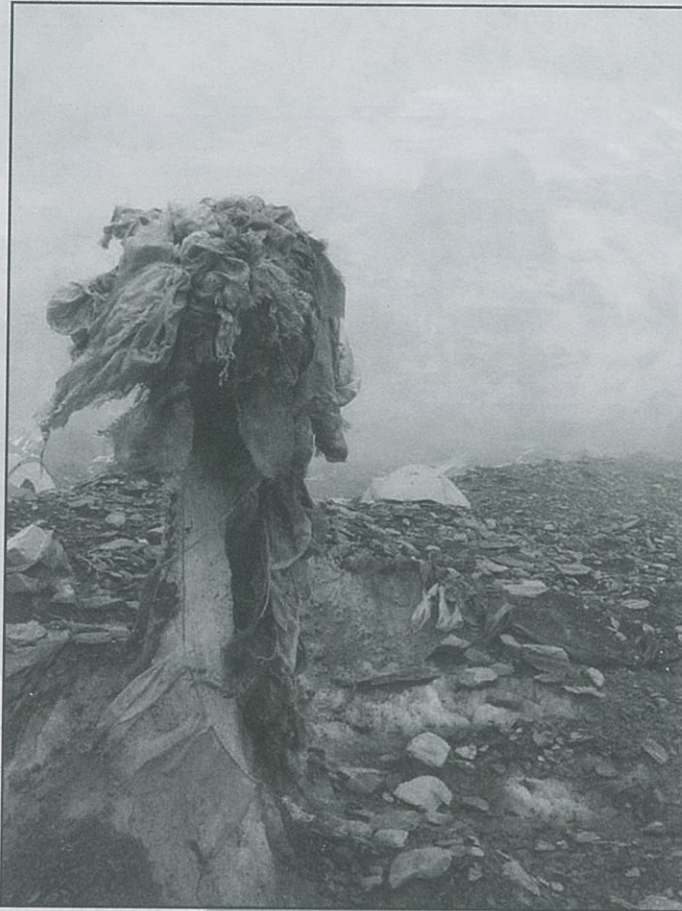
هوا همچنان ابری است و امروز سرپرست تیم مجارستان جهت آشنایی با سکنه کمپ پیش ما آمد و کلی اطلاعات دست اول به او دادیم. آنها سه روز است که وارد شده‌اند به نظر ما خیلی دیر عمل کرده‌اند. هوا همه را کلافه کرده، سرپرست ایتالیایی‌ها مدام جلوی چادرش می‌نشیند و با شدت به سیگارش پک می‌زند. تجهیزات ارزشمند ما هم تا ارتفاع ۶۸۰۰ متری پراکنده‌اند. الان بیشتر نگران لوازم هستیم.

۸۵/۲/۲۵ آخرین فرصت

در روزهای قبل تمام تیم‌ها اطلاعات غیرمنطقی از وضعیت هوای منطقه را به دست آوردند که جالب نبود. البته علت آن را نمی‌دانیم ولی با پرس و جو به این نتیجه رسیدیم که در چند روز آبی یک هوای خوب ۴ تا ۵ روزه خواهیم داشت که تنها دو روز طلایی خواهد بود. با این حساب تنها فرصت ممکن برای همه همین چند روز بود. مخصوصاً تیم ما که تا ۷ روز آینده طبق قرارداد باید منطقه را ترک کند و باربرها هم طبق برنامه در روز معین جهت حمل وسایل به پایین در کمپ اصلی خواهند بود. چه تیم صعود کرده باشد و چه صعود نکرده باشد. پس از خداحافظی از دوستان طبق روال روزهای قبل، حرکت کردیم. قبارق و سرحال. به علت توجه به اصول هم‌هوایی هیچ‌گونه مشکلی از نظر ارتفاع یا مشکلات مربوط به آن نداشتیم و البته چند روز اقامت اجباری در کمپ اصلی برای مان خوب بود. ساعت ۱۲ ظهر به کمپ یک رسیدیم. بقیه هم آمده بودند تا شانس خودشان را امتحان کنند. تصمیم داریم پس از مدتی استراحت به ۶۳۰۰ متری یا کمپ میانی برویم. با رفتن ما بقیه ماندند و فقط تیم پیشرو ایتالیایی‌ها در کمپ میانی ماندند. پس از رسیدن متوجه شدیم باید چادر را از زیر کلی برف که در روزهای قبل باریده است، بیرون بکشیم. بعد از یک ساعت و چهل و پنج دقیقه فعالیت توانستیم داخل چادر بخزیم.

۸۵/۲/۲۶

ساعت ۸ صبح به راه افتادیم. هنوز هم باید کمی بار حمل کنیم و مدام مینگما را



لعت می‌کنیم که چطور ما را گرفتار کرده؛ آرزو داشتیم در این برنامه با گرفتن شریای ارتفاع از بارکشی نجات پیدا کنیم که نشد. بدتر هم شد. متوجه شدیم جوان ایتالیایی به پایین برمی‌گردد و البته حق هم داشت و متأسف بودیم که این بار دوم بود که به داتولاگیری می‌آید و ناموفق برمی‌گردد. بعد از فراز و نشیب مسیر در ساعت ۱۲/۱۵ دقیقه در کمپ دوم مستقر شدیم. مجموع تیم‌های حاضر شامل: هلنده ایران، اسپانیه مجارستان و ایتالیا که در مجموع ۱۳ نفر بودیم جهت حمله حاضر شدیم. از این مجموع دو نفر ایتالیایی و دو نفر شریا زودتر بالا رفته و در کمپ سوم یا همان کمپ حمله در ارتفاع ۷۳۰۰ متر بودند. در بعدازظهر همان روز شریاها به کمپ دوم مراجعه کردند تا مجدداً با هم تیم‌های خود صعود کنند. لوازم غیرضروری را جدا کردیم. چند پاکت سوپ، مقداری شربت، کپسول سوخت و شکلات را برداشتیم.

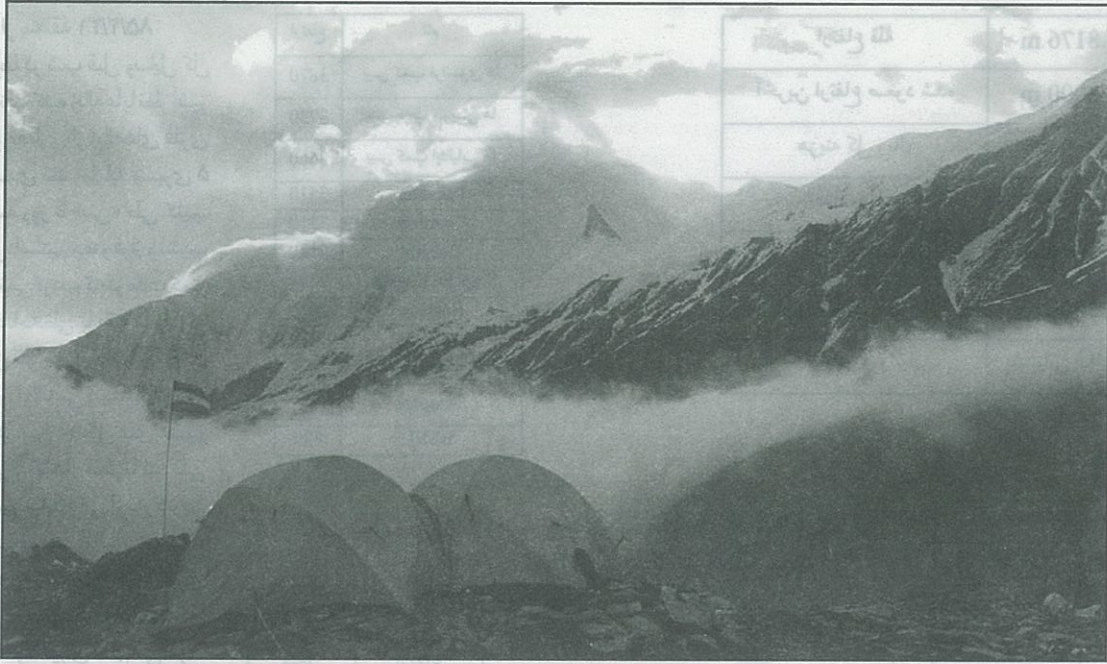
۸۵/۲/۲۷

چادر را سریعاً جمع کردیم چون مجبوریم چادر را هم با خود ببریم - وزن اضافه - اسپانیایی‌ها زنگ‌تر از بقیه دو ساعت زودتر به راه افتادند از اینجا به بعد مسیر با شیبی تند و بلند ادامه پیدا می‌کند.

از ۶۸۰۰ تا ۷۴۰۰ متر را ۳ روز قبل ثابت‌گذاری کرده بودند و مقداری از راه را هم شریاهای هلند روز گذشته به نصب طناب اقدام کرده بودند. مسیر اکثراً یخ زده و خطرناک است باید با حوصله صعود کرد در چند جای مسیر مخصوصاً قبل از کمپ حمله باید روی نیش کرامپون حرکت کرد. مسیری پرتنوع و حساس بالاخره با خستگی به محل کمپ سوم در ارتفاع ۷۳۰۰ متر می‌رسیم. جایی که تقریباً چادرها را روی هم پلهای بنا می‌کنند و کلاً جای مناسبی نیست. پس از کمی جست و جو فقط یک محل را کمی بهتر دیدیم که مجبور شدیم برای نصب چادر اقدام به ایجاد حفره در داخل شیب برف و یخ کنیم.

با کلی تلاش توانستیم پس از ۳ ساعت کار طاقت‌فرسا یک تاقچه یخی به طول ۲ متر و عرض ۸۰ سانتی‌متر ایجاد کنیم. توسط تبرخ و میخ یخ و تسمه چادر را روی شیب ثابت کردیم و تقریباً به حالت نیمه معلق بودیم. به هر تقدیر ساعت ۷ شب داخل چادر شدیم. باید سریعاً خود را آماده حمله می‌کردیم و همچنین چیزی برای خوردن تهیه می‌کردیم تا انرژی از دست رفته را جبران کنیم. همین که این کارها را انجام دادیم. ساعت ۱۲ شب شده بود. ساعت‌ها بود که همسایه‌ها خوابیده بودند. ضمناً داشتیم فراموش می‌کردیم، زمانی که داشتیم چادر را نصب می‌کردیم دو نفر ایتالیایی، یک زن و یک مرد که روز قبل بالا بودند موفق به صعود قله شده بودند. در راه بازگشت از آنها هم سوالاتی از مسیر و زمان صعود کردیم.

حالا روز قبل و روز نو با هم قاطی شده بود. ما از روز ۲۷ وارد روز ۲۸ شده‌ایم. ساعت ۱/۴۵ دقیقه هلندی‌ها و دو نفر شریاهای شان حرکت کردند. پشت سر آنها ما از داخل چادر زدیم بیرون. به محض باز کردن زیب چادر به خاطر خطرناک بودن محل، یک راست باید یومار را به طناب زده پشت سر ما یک نفر مجارستانی حرکت می‌کرد و دو نفر اسپانیایی هم ۱۰۰ متر بالاتر در ۷۴۰۰ متر کمپ زده بودند. بعد از کمپ هم باید از شیب تند یخی ۶۰-۷۰ درجه بالا می‌رفتیم. در یک لحظه متوجه شدیم در پشت آنپورنا رعد و برقی زده شد. حدود ساعت ۵ صبح دره‌های پایین پوشیده از ابر بود و کمپ اصلی هم غیرقابل رؤیت با



دیگر را هم در چادر باقی می‌گذاریم و به طرف طناب ثابت می‌رویم. مسیر خطرناک و پرشیب است. تازه متوجه شدیم چه مسیر طولانی را از کمپ دو تا سه بالا آمده‌ایم. در ارتفاع ۶۸۰۰ متری گرفتاری جدیدی شروع می‌شود. به علت مه غلیظ نمی‌توانیم به درستی مسیر را پیدا کنیم. بالاخره به کمپ میانی می‌رسیم. به علت نداشتن زیراناز، کیسه خواب‌ها را کف چادر انداختیم و کمی شربت ORS درست کرده و با زحمت می‌خوریم. شاید نفری یک لیوان، بسیار تشنه‌ایم. نه غذای درستی خورده‌ایم و نه آبی. همه به عشق قله فراموش شده بود ولی حالا داشت فشار می‌آورد. به سختی توانستیم خبر سالم بودن را به کمپ اصلی مخابره کنیم.

۸۵/۲۳۰

باید تمامی لوازم و تجهیزات و چادرها را تا کمپ اصلی جمع کنیم کاری بسیار سخت و نفس‌گیر به‌طور متوسط در حدود دو ساعت برای برچیدن هر چادر وقت تلف می‌شود. همه به خاطر این بود که چادرهای ۶۳۰۰-۵۵۰۰ متری تا خرخره در برف و یخ فرو رفته بود. به‌طور متوسط هر کلام با باری حدود ۴۰ کیلو به طرف پایین حرکت می‌کنیم که بسیار سخت است. آن هم مسیری طولانی که باید از شکاف‌های یخچالی هم بپاییم. بالاخره در ساعت ۲ بعدازظهر «نار» با شربت آلبیومو به استقبال مان می‌آید. خبر بد دیگر این بود که قرار است همین امشب باربرها جهت بردن و جمع کردن کمپ به کمپ اصلی برسند و ما مجبوریم با همه خستگی همین امشب تمام لوازم را جمع کنیم.

## پایگاه الکترونیکی کوه بان

www.koohban.com

سایت به روز کوهستان

تلفن های تماس

۰۲۱-۶۶۸۴۱۷۰۳

۰۲۱-۶۶۸۴۰۸۲۳

۰۲۱-۶۶۸۴۳۸۲۴

بهترین معرف الکترونیکی محصولات شما

این حال هوای اینجا خوب بود و ظاهراً مشکلی نبود. در ساعت ۷ صبح متوجه شدیم چند چراغ روشن به طرف ما در حرکت است و در حال پایین آمدن هستند. تیم هلندی و دو شریای توانمند آنها در حال برگشت بودند با تعجب سؤال کردیم که چرا برمی‌گردید، گفتند که خیلی سردمان است و هوا دارد تغییر می‌کند.

این موضوع در آن لحظه برای ما غیرقابل لمس بود و در هر صورت به صعود ادامه دادیم. پس از مدتی دو نفر اسپانیایی را هم دیدیم که با سرعت به پایین می‌آیند. با دیدن آنها متوجه شدیم که ظاهراً در ارتفاع بالاتر خبرهایی است که ما بی‌خبریم. در ساعت ۹ صبح یک مجارستانی هم برگشت. حالا فقط ما بودیم و چند ساعت تا قله اصلی. متوجه شدیم که باید به سرعت خود بیافزاییم، هوای خراب در ارتفاع بود. باد و پودر برف با سرعت از بالای سر ما زوزه‌کشان عبور می‌کرد. با ادامه صعود به بالاتر شرایط هر لحظه بدتر و بدتر می‌شد. کم‌کم فکر برگشت و یا ادامه مسیر به فکرمان خطور کرد، ایستادیم. باید اول محاسبه می‌کردیم و بعد تصمیم می‌گرفتیم. حالا آقای اعتمادفر ۵۰ متر بالاتر از من در حال فیلم برداری بود. بی‌اختیار مجموعه‌ای از تصاویر دوستان از دست‌رفته‌مان، عزیزی، خادم، اوراز، حراستی و رابوکی از نظرم عبور می‌کرد که چرا دیگر در بین ما نیستند و کوه‌نوردی نمی‌کنند. این واقعیت طبیعت است که ما در آن قرار داشتیم، این ما بودیم که به حریم او پا گذاشته بودیم و به‌طور کلی این هیماالیا است که به ما می‌گوید که می‌توانیم بالا برویم و یا پایین. همیشه خطای انسانی است که همه را به نابودی می‌کشاند و نه کوهستان.

از این نقطه - ۸۰۰۰ متری - تا قله طبق برآورد مسیر و اطلاعات گرفته شده از تیم ایتالیایی، سه ساعت و چهل و پنج دقیقه زمان لازم است. با احتساب بیست دقیقه بر روی قله و زمان برگشت تا این نقطه و محل کمپ جمعاً به هشت ساعت وقت نیاز داشتیم. البته در صورتی که هوا یاری می‌کرد که اصلاً این‌طور نبود. قطعاً رفتن ما با برگشتی بی‌سرانجام همراه بود و هیچ تضمینی وجود نداشت. در ساعت ۱۰/۴۵ دقیقه بای سیم خبر بازگشت‌مان را به کمپ اصلی اطلاع دادیم و راه بازگشت را در پیش گرفتیم. با دل و نگاهی به پشت سرو با تمام زحمات و رنج‌هایی که برای آمدن کشیده بودیم و بار سنگین هزینه‌های کم‌رشدن و حرف و سخن‌ها و تلاش‌هایی که برای صعود کردیم.

۸۵/۲۳۹

هوا هنوز ابری است. ولی از شدت باد کلاسته شده در این ارتفاع با آن همه باد و شیب حدود ۲۰ سانتی‌متر برف نشسته که نشان از حجم بیشتر برف در ارتفاعات پایین‌تر است. سریعاً آماده برگشت می‌شویم. تقریباً دو روز است چیزی نخورده‌ایم. یعنی اصلاً وقت پیدا نکردیم. به علت وضعیت فوق‌العاده از جمع کردن چادر منصرف می‌شویم. چند وسیله

8176 m	ارتفاع قله
8000 m	آخرین ارتفاع صعود شده
۲۴۰/۰۰۰/۰۰۰	هزینه کل ریال
سه نفر	تعداد نفرات
8000 m	مهدی اعتمادفر
8000 m	امیر حسین جابر انصاری
BC	پشتیبانی

ارتفاع	نام
3870	بیس کمپ فرانسوی ها
3730	بیس کمپ سویسی ها
3660	بیس کمپ ایتالیایی ها
3510	Pakabon
3110	Choriban
2520	Dobang
2310	Lapche Kharka
2080	Boghare
1180	Darbamg
950	Babiyachaur
	Tatopani
830	BENI

**خداحافظی از منطقه ۸۵/۲۳۱**  
با آمدن باربرها در شب قبل وسایل کل کمپ اصلی جمع شد، کلیه زباله‌ها با نظر آشیز تیم سوزانده شد و مقداری از زباله‌های فلزی هم جداگانه بسته‌بندی شد. ما باید مسیری ۵ روزه را در مدت سه روز تا «بنی» طی کنیم. مسیری که اگر می‌دانستیم چقدر فراز و نشیب دارد اصلاً موافقت نمی‌کردیم که در مدت کمتر برگردیم. بعد از خداحافظی با بقیه تیم‌ها که هنوز منتظر باربران خودشان بودند با خاطراتی خوب و بده منطقه را ترک می‌کنیم. بقیه مسیر تا شهر «بنی» را در بین جنگل‌های بسیار زیبا و مسیرهایی گاه‌آه خطرناک طی می‌کنیم. این مسیر شاید یکی از بزرگترین تراورس‌های مناطق هیمالیایی باشد. مسیری که از جبهه شمالی دائولاگیری شروع و بعد از طی یک مسیر هلالی شکل بزرگ در جنوب دائولاگیری ختم می‌شود. از ادامه رخ‌داده‌ها و گزارش برنامه به علت حساس نبودن تا رسیدن به تهران صرف نظر می‌کنیم، امیدواریم توانسته باشیم کوه‌نوردان ایرانی را با یکی از بکرترین قله جهان آشنا کرده باشیم. Δ

نام صعود کننده: مهدی اعتماد فر	
ارتفاع ۷۰۱۰ متر	قله خان تنگری
ارتفاع ۷۰۵۰ متر	قله دوشنبه
ارتفاع ۷۱۰۵ متر	قله کورژ نفسکایا
ارتفاع ۷۱۳۴ متر	قله لنین
ارتفاع ۷۴۳۹ متر	قله پاپدا
ارتفاع ۷۴۹۵ متر	قله کمونیزم
ارتفاع ۸۰۴۷ متر	قله پرودیک (۱)
تا ارتفاع ۸۰۰۰ متر	قله دائولاگیری

نام و ارتفاع قله‌ای که قبلاً توسط این کوه‌نوردان صعود شده است.

نام صعود کننده: امیر حسین جابر انصاری	
ارتفاع ۷۱۳۴ متر	قله لنین
ارتفاع ۸۰۱۸ متر	قله پرودیک (۲)
تا ارتفاع ۸۰۰۰ متر	قله دائولاگیری

ارتفاع	محل
4700	BC
5500	C1
6300	MC2
6800	C2
7300	C3

## شرکت خدمات کوه نوردی اطهر تبریز

مجری برنامه های کوه نوردی برون مرزی با مجوز شماره ۸۲/۱۰/۱۶

۱۵۰۸۱



TABRIZ MOUNTAINEERS ATHAR CO.  
TEL: 5510796

### صعود قله معروف و زیبای کشور ترکیه در تمام فصول

قلل آارات - کاج کار - آرجیس - سبحان - دمیرکازیک

و صعود به قله البروس (روسیه) - شاه داغی (آذربایجان) - کازبک (گرجستان) و... دیدار از کمپ اصلی اورست راهنمایی و پشتیبانی تیم های کوه نوردی در صعودهای درون مرزی به ویژه سه‌سهند - سیلان - قلعه تاریخی بابک در آذربایجان شرقی

توضیح اینکه در صورت درخواست ادارات - نهادها - ارگان ها - هیات ها و گروه های کوه نوردی - کوه نوردان و علاقه مندان مشخصات هر یک از برنامه های درخواستی به آدرس آنها ارسال خواهد شد.

مرکز ارتباطی ما: تلفکس دفتر مرکزی: ۰۴۱۱-۵۵۱۰۷۹۶

تلفن های تماس: ۰۹۱۴۴۱۲۴۹۳۷ و ۰۴۱۱-۵۵۶۰۳۴۱ و ۰۳۱۱-۲۳۶۰۷۵۲ و ۰۹۱۴۳۱۷۶۲۵۴ و ۰۹۱۴۳۱۰۶۹۴۴

آدرس: تبریز - خیابان خیام - ایستگاه مسجد میانه - روبه روی بانک سپه - تلفن ۵۵۱۰۷۹۶



آژانس ایرانگردی و جهانگردی  
سرزمین خورشید



شگفتیهای پاکستان و افغانستان را با ما تجربه کنید.



۷ روزه	کمپ اصلی قله نانگا پاربات	۲۷ روزه	قله اسپانتیک ۷۰۲۷ متر
۷ روزه	کمپ اصلی قله راکپوشی	۲۰ روزه	قله منگلیک سار ۶۰۵۰ متر
	کمپ اصلی قله K2 ۲۱ روزه		

برای اولین بار صعود به قله نوشاخ ۷۴۹۲ متر در افغانستان (تابستان ۸۶)

خانتنگری ۷۰۱۰ متر ۲۸ روزه

کمونیم ۷۴۹۵ متر ۲۸ روزه

لنین ۷۱۳۵ متر ۲۲ روزه

پوبدا ۷۴۳۹ متر ۲۸ روزه

کورژونفسکای ۷۱۰۵ متر ۲۸ روزه

ماربل وال ۶۴۰۰ متر ۲۲ روزه

قله ایلندپیک

کلیمانجارو

زائر کوهنورد: صعودی بیاد ماندنی به یکی از قله خراسان، زیارت حرم مطهر امام هشتم (ع)  
رزرواسیون هتل در مشهد مقدس با تخفیف ویژه برای کوهنوردان

آماده همکاری با سازمانها، آژانسهای مسافرتی و گردشگری، گروهها و باشگاههای کوهنوردی سراسر کشور

مشهد- میدان تختی - طبقه فوقانی نمایشگاه گل اردیبهشت - پلاک ۱۸

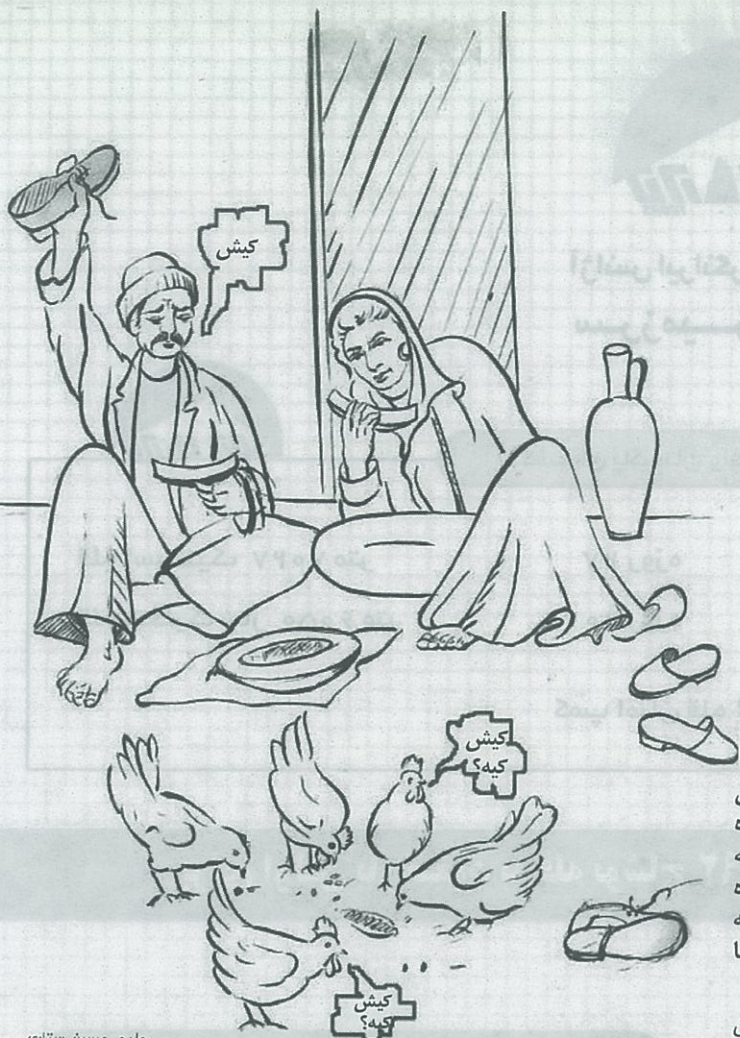
تلفن: ۷۲۹۰۷۲۱ (۰۵۱۱) تلفکس: ۷۲۹۸۵۰۰ (۰۵۱۱) همراه: ۴۵۹۹ ۵۰۲ ۰۹۱۵ مهدی عمیدی

sunlandtour@yahoo.com

www.sunlandtours.ir

# کیش کیه؟

رحیم دانایی



در فرهنگ کشورما، انواع و اقسام ضرب المثل ها جهت موارد مختلف زندگی وجود دارد. یکی از این ضرب المثل ها می گوید: انسان از یک سوراخ دوبار گزیده نمی شود. منشاء اصلی این ضرب المثل برای من مشخص نیست و نمی دانم که از کجا آمده است، ولی مقصود و مفهوم اصلی آن این است که انسان یک اشتباه را دوبار تکرار نمی کند. اما اگر حوصله کنید و این مقاله را تا انتها بخوانید، من به شما نشان خواهم داد که نخیر، اتفاقاً انسان از یک سوراخ می تواند بارها و بارها گزیده شود. مخصوصاً که فرد اهل ورزش کوه نوردی باشد!

فکر اینکه چنین مقاله ای بنویسم و دو کلمه حرف حساب با دوستان و هم نوردان ندیده خودم بزنم، به سال پیش در چنین ایامی، یعنی فصل پاییز برمی گردد. یک روز صبح جمعه، پس از مدت ها گرفتاری فرصتی برایم پیش آمد که تا شیرپلا در شمال تهران بروم و برگردم. بعد از پست امداد هلال احمر، مرحله ای از راه است که مسیر سنگی و صخره ای می شود. چیزی از این منطقه پیش نرفته بودم و درست در نزدیکی اولین پله فلزی بودم که یکی دوتا سنگ از بالا جلوی من افتادند. سرم را که بلند کردم، دیدم که یک نفر در حال سقوط و اصابت به سنگ هاست و بالاخره هم بدن او با شدت به سنگی که در سه متری من بود، اصابت کرد. تمام این حادثه در عرض ۳-۴ ثانیه اتفاق افتاد و شوکه شده بودم که چه اتفاقی افتاده است. به سراغ فردی که پرت شده بود رفتم. جوانی بود بیست و چندساله که یک بادگیر به تن و یک کفش کی کرز که آج های آن ساییده شده بود به پا داشت. کل تجهیزات او (که البته اگر بتوانیم آنها را تجهیزات کوهنوردی به حساب بیاوریم خیلی حرف است) همین دو قلم بودند. بخشی از مخ او، همراه مقداری خون روی سنگ پخش شده بود. دست او را بلند کردم، از سه جا شکسته بود و سایر قسمت های بدن او هم به همین ترتیب بودند. کم کم افراد دیگر هم رسیدند و ترتیب انتقال او را به پلئین دادیم.

به بالای سرم که نگاه کردم، فهمیدم که جریان از چه قرار بوده است. در بالای پلکان اول، شیار سنگی شیب داری وجود دارد که خیلی ها به خیال خود با سنگ نوردی از آن بالا می روند تا هم فاصله را کوتاه کنند و هم به خیال خود، سنگ نوردی کنند. البته در این سنگ نوردی، تکنیکه ابزار، کفش، کارگاه، سرطاب، آموزش، تبحر و سایر چیزهایی که سنگ نوردان به آنها اهمیت می دهند هیچ نقشی ندارند. فقط کافی است که انسان یک تیر خلاص به پدیده ای به نام ایمنی بزند و سنگ نوردی خود را شروع کند. در چندسال اخیر، چندین بار شاهد بوده ام که چگونه افراد از این مسیر بالا رفته اند و در میانه راه گیر کرده اند و راه پیش یا بازگشت نداشته اند.

چند هفته بعدجواد حضرتی پور به اتفاق گروهی از کوه نوردان شهر کرچ، در همین نقطه مشغول صعود بودند که یک نفر از همین سنگ نوردان از بالا سقوط می کند و ضمن سقوط باعث ریزش سنگ به سر مرحوم حضرتی پور می شود که او را مجروح

طرم، فسلین ستاری

می کند و بعداً در بیمارستان جان می سپارد. فرد سقوط کرده هم درجا کشته می شود. چند لحظه بعد رفیق او نیز سقوط کرده و کشته می شود. یعنی دقیقاً همان اشتباه فردی که جلوی من سقوط کرده بود، در اینجا تکرار می شود، با این تفاوت که تلفات حادثه در اینجا سه برابر می شود. فکر کنم که شما کم کم، مثل من دارید معتقد می شوید که انسان می تواند از یک سوراخ چندبار گزیده شود.

همان طور که گفتم سال هاست که هرچند وقتی کسی از این مسیر پر تردد به خیال سنگ نوردی بالا می رود و دچار مشکل می شود و هیچ ارگانی هم تابه حال تلاش نکرده است که با قرار دادن یک تابلوی اخطار، حداقل هشدار در مورد خطر آنجا به این گونه افراد بدهد. عدم توجه به مسایل ایمنی در کوه نوردی و تکرار فجایع مشابه، فقط محدود به چیزهایی که در بالا شرح داده شد، نمی شود. سال های زیادی است که در آموزش های اولیه کوه نوردی و برنامه ریزی صعودها، توجه به وضع هوا و جدی گرفتن آن در قبل و در حین برنامه مطرح شده و می شود. اما با کمال تأسف بزرگ ترین حادثه و فاجعه کوه نوردی در ایران که طی آن دوازده کوه نورد از شهر قزوین جان خود را بر اثر سیل در دره آندرسم از دست دادند، بر اثر عدم توجه به وضع خراب جوی و بارش باران که هم از طرف هواشناسی پیش بینی شده بود و هم توسط ستاد حوادث غیرمترقبه هشدار داده شده بود اتفاق افتاد. خیلی عجیب است که در یک برنامه فنی دوازده نفر به منطقه ای خطرناک و سیل گیر بروند ولی به هیچ وجه وضع هوا را کنترل نکنند و یا به آن بی اعتنا باشند. از آن عجیب تر این است که این تیم در آن دره تنها نبوده و یک تیم دیگر هم با اشتباهات مشابه دست به اجرای این برنامه زده بوده است که با خوش شانس می شود و قیل از سیل از دره خارج می شود.

اشتباه دره آندرسم را چند سال قبل جلال رابوکی، کوهنورد فعال و با سابقه ایران در دماوند مرتکب شد و جان خود را بر اثر این اهمال، یعنی یکی از الفباهای کوه نوردی از دست داد. البته خود مرحوم رابوکی، مرگ رفیق و هم نورد خود، مجید بنی هاشم را که اوهم به دلیل مشابهی جان خود را در کوه و در همان برنامه ای که هر دوشرکت داشتند،

از دست داد ناپدید گرفت. دوسال بعد از حادثه مرحوم رابوکی، یکی از مسئولین یک تشکیلات کوه نوردی (که در مورد داشتن تجربه او شک و شبهه ای وجود نداشت، در زمانی که سه روز پیایی در تهران و ارتفاعات بارندگی مداوم وجود داشت، برای صعود به قله توچال اقدام کرد که بر اثر مه شدید، روی قله گم شد و دو روز در زیر یک سنگ پناه گرفت تا هوا خوب شد. البته در طی مدتی که او در حال تحمل مشکلات و سختی های بیواک کردن بود، مشقات و فشار زیادی راه، هم به کوه نوردان وهم خانواده خود که در به در به دنبال پیدا کردن او بودند، تحمیل کرد. یک سال قبل از او، پدری همراه دو پسر خود که در کوه نوردی بسیار تازه کار بودند، همین اشتباه استاد را در همان منطقه مرتکب شدند و هر سه کشته و مدتی بدن آنها طعمه حیوانات شده بود. شبیه این حوادث برای مرحوم عبدالله عزیزی و حسین حراستی پیش آمد که در صعود به قله کمونیزم، می گویند که هدف آنها صعود نیست و آمادگی بدنی ندارند بلکه می خواهند تا بیس کمپ بروند. متأسفانه و برخلاف چیزهای گفته شده، در آن حادثه جامعه کوه نوردی ایران مواجه با از دست دادن دونفر از فعالان خود شد.

همان طور که در آغاز عنوان شده، انگار که کوه نوردان عزم خود را جزم کرده اند که تجربه از «یک سوراخ چندبار گزیده شدن» را بارها و بارها تجربه کنند و هیچ درسی هم از آنها نگیرند. در سال گذشته مرحوم بهرام جعفری (مسئول سابق پناهگاه شیرپلا) در حین فرود از دماوند در حال سر خوردن بر روی برف وارد منطقه ای پوشیده از یخ می شود و به دلیل عدم توانایی در کنترل و ترمز کردن مصدوم و کشته می شود. این خبر در خیلی جاها درج و گفته شد و افراد زیادی از کم و کیف و اشتباه مربوطه، اطلاع پیدا کردند. اما با کمال ناباوری چند ماه بعد در منطقه قاش مستان، یک تیم کوه نوردی از اصفهان با فاجعه کاملاً مشابهی مواجه می شود و دو خانم و یک آقا از این تیم، در حال سر خوردن روی یخ و عدم توانایی در کنترل خود، به تخته سنگ های مسیر برخورد کرده و بدن آنها متلاشی می شود. یک سال قبل هم درست حادثه ای مانند این دو در «دالان کوه» اصفهان برای یک تیم دانشجویی دانشگاه خواجه نصیر اتفاق می افتد و یک خانم و آقا در آن کشته می شوند. گزیده شدن های مکرر از یک سوراخ را می بینید؟

همه کسانی که در فعالیت های کوه نوردی هستند به فراخور فعالیت و ارتباطاتی که با افراد و گروه های مختلف دارند، حتماً می توانند چند دوجین از این مسایل را از گذشته های دور تا به امروز تعریف کنند. هر چند وقتی، حادثه ای درست مشابه حوادث قبل اتفاق می افتد و تعدادی انسان کشته و مجروح و خانواده های آنان داغدار می شوند و بعد از مدتی دوباره داستان از نو تکرار می شود و انگار که در این جریان، تجربه، سواد، تجهیزات، آموزش و ... هیچ نقشی ایفا نمی کنند. تیم امداد کرمانشاهی ها سال گذشته در منطقه کول جنو همان اشتباهی را مرتکب می شود که محمد اوراز در تیم ملی کوه نوردی و روی کوهی ۸۰۰۰ متری مرتکب شد. یعنی هر دو آنها می دانستند که بلافاصله پس از بارش برف و قبل از تثبیت تخته برف، نباید روی سطح شیب دار مستعد بهمین حرکت کرد. اما هر دو آنها این اصل مهم را زیر پا می گذارند و با جان خود تاوان این اشتباه را می پردازند.

بعد از بررسی و مطالعه این حوادث مشابه و زنجیره ای، برای انسان این سوال پیش می آید که آیا واقعا این چیزی که ما به آن می پردازیم ورزش کوه نوردی است یا انجام یک عادت گریز ناپذیر؟ این افراد که خطرات کوه را می شناختند، چرا نسبت به آنها این قدر ساد و پیش پا افتاده برخورد کرده اند؟

به این خبر بسیار تازه که در فصلنامه کوه شماره ۴۴ یعنی پلئیز ۸۵ درج شده است توجه فرمایید: «یک تیم پنج نفره گروه کوه نوردی... مشهد در شرایط سخت جوی (وجود برف، تگرگ، رعد و برق و توفان) در تاریخ ۸۵/۵/۶ موفق به فتح آرارات در کشور ترکیه شد.» یک بار دیگر این خبر را بخوانید در شرایطی که هم برف می آمده هم تگرگ و هم رعد و برق وجود داشته و هم توفان، این تیم پنج نفره موفق به صعود قله ای در یک کشور دیگر شده است. واقعاً برای من این سوال مطرح است که سرپرست این تیم در چه حالتی دستور توقف صعود و اجرای آنرا در هوای بهتری می داده است؟ (احتمالاً در زمانی که یک شهاب بزرگ به طرف قله آرارات در حرکت می بود!) مگر برف که باعث محدود شدن دید و بوجود آمدن خطر ریزش بهمین می شود و رعد و برق و توفان، علائم خطر (یعنی علائم مرگ برای کوه نورد) نیستند که ایشان چهار نفر را با خودش تا روی قله برده است و اگر یک اتفاقی می افتاد (که بارها افتاده و افرادی جان خود را از دست داده اند)،

ایشان چه پشتوانه و نیروی امدادی داشت؟ البته با این شانس که تیم در صعود خود آورده است، حتماً از این پس، دیگر هیچ اهمیتی به مسایل هوا و جوی و شرایط کوهستان نخواهد داد و همین روش را در صعودهای آینده هم در پیش خواهد گرفت.

در بعضی از صعودها که شخصاً با هوای خراب مواجه شده ام و راه بازگشت را در پیش گرفته ام، مواجه با کوه نوردانی خارجی شده ام که برای صعود به کشور ما آمده بودند. آنها نیز با دیدن هوای خراب با صلاح دید راهنمای ایرانی خود و یا تصمیم گروه خود، ریسک بیشتری نکرده و راه پائین را در پیش گرفته بودند (علی رغم اینکه شاید سال ها و یا هرگز به کشور ما یا کوه های آن پا نگذارند). از جمله افرادی که در بین خارجیانی که به کشور ما آمدند و نتوانستند روی قله دماوند آن پا بگذارند، بلغه کوه نوردی معاصر، رینهولد مسنر است که او هم به دلیل شرایط خراب جوی، بدون صعود دماوند ایران را ترک کرد (قابل توجه سرپرست مشهدی تیم آرارات!!).

متأسفانه در همین برخوردهایی که با تیم های خارجی داشته ام، اختلاف بزرگی در شیوه و منش کوه نوردی که ما انجام می دهیم و چیزی که آنها انجام می دهند، دیده ام. احتمالاً چیزی که ما انجام می دهیم کاریکاتوری از کوه نوردی است، نه خود آن. این مسئله چیزی است که آنها نیز آنرا درک کرده اند و بارها متذکر شده اند.

در تابستان ۸۴ چند تیم ایرانی در منطقه آرارات حضور داشتند که راهنما و مقامات ترک در ظهر روزی که به کمپ نهایی رسیده بودند، به همه اعضای تیم پیشنهاد می کند که تا ساعت ۲ بامداد استراحت کنند و پس از نیمه شب صعود خود را متفقاً به سوی قله شروع نمایند. همه اعضای تیم از جمله ایتالیایی ها، فرانسوی ها و اسپانیایی ها و تعدادی از ایرانیان پیشنهاد را قبول می کنند بجز عده ای از کوه نوردان ایرانی که مخالفت می کنند که با وجود داشتن وقت اضافی، آنها می توانند به تنهایی در همان روز به قله صعود کنند. سرپرست ترک هوای خراب بعدازظهرها را عنوان می کند ولی ایرانیان زیر بار نمی روند و روی درخواست خود پافشاری می کنند. بالاخره سرپرست ترک پس از اصرار زیاد

خاندان معزز زرین قلم - جناب آقای حسن زرین قلم

اعضای محترم باشگاه کوهنوردی واسکی دماوند

اینک در غم درگذشت بزرگمرد فتح چکادهای رفیع ایران و جهان

استاد ارادتمند زرین قلم به سوگ شسته ایم. روحش شاد.

هرگز از خاطرم نمی رود اولین صعود کوهنوردان ایرانی به بلندترین قله

اروپا را که با کلههای استوار استاد زرین قلم و هموردانش انجام گرفت.

پیام در پنجاه و سومین سالگرد تأسیس باشگاه کوهنوردی واسکی دماوند

یادشان، راهشان و مراسمشان را پاس بدریم.

محمدرضا محصیان - عضو باشگاه کوهنوردی واسکی دماوند

موافقت می کند که ایرانی ها به تنهایی به سوی قله بروند و می گوید که: "نمی دانم این چه وضعی است که ایرانیان همیشه می خواهند سریع به قله برسند؟" گروه ایرانی تیم از بقیه جدا می شوند و به سوی قله رهسپار می شوند و ضمن مواجه شدن با هوای خراب بعدازظهر، مسیر را گم می کنند و شب خسته و مانده و بدون صعود به قله به کمپ بازمی گردند و به دلیل خستگی بیش از حد در نیمه شب هم قادر نمی شوند که همراه با تیم اصلی صعود کنند.

واقعاً چرا چنین تفاوت فاحشی بین کوه نوردی ما و ملت های دیگر وجود دارد؟ چرا آنها این قدر برای شرایط جوی، برنامه ریزی، سرپرستی و مسایلی مثل بهمن، ایمنی، محیط زیست، لذت بردن از طبیعت (به جای فقط قله زدن) و... اهمیت زیادی قایل می شوند و ما بی اعتنا به آنها، کار خودمان را می کنیم و حتی زمانی که می بینیم که هم نوردان ما به دلیل رعایت نکردن این نکات به هلاکت می رسند ما هم اشتباهات آنها را تکرار می کنیم؟

در کجای این قانون غیر مکتوب کوه نوردی آمده است که تیمی ساعت ۱۱ شب روی دیواره علم کوه صعود کند و فرد صعود کننده در آن وقت و آن زمان و آن شرایط از حمایت خارج شود تا حادثه ای مانند سقوط مرحوم مصغر مهرپویا از ارتفاع ۶۰۰ متری به

پایان یابد؟



وقوع بپیوندد. شک و شبهه ای وجود ندارد که چه مرحوم رابوکی، چه محمد اوراز و یا اصغر مهرپویا و یا صدها نفری که در کوه ها جان خود را از دست داده اند، اطلاع کافی از این نکات ایمنی در کوه نوردی را داشته اند و چه بسا در نقش یک مربی، آنها را برای دیگران تدریس هم کرده اند، ولی چرا آنها خود این اولیه ترین اصول ایمنی و کوه نوردی را زیر پا گذاشتند؟ به قول حافظ: "نکته ای دارم ز دانشمند مجلس باز پرس / توبه فرمایان چرا خود توبه کمتر می کنند؟" چرا بین اشتباه یک استاد پیش کسوت کوه نوردی و اشتباه یک نفر تازه کار در این کشور تفاوتی وجود ندارد؟ پس مسئله آن دو پیراهن بیشتری که پاره کرده اند چه می شود؟ با توجه به روند حوادث کوه نوردی در کشور ما، در آینده باید انتظار "کوردار" شدن در زمینه تلفات کوه نوردی را داشته باشیم، درست مثل تلفات حوادث رانندگی و سقوط هواپیما، که در این زمینه ها صاحب "عنوان" هستیم.

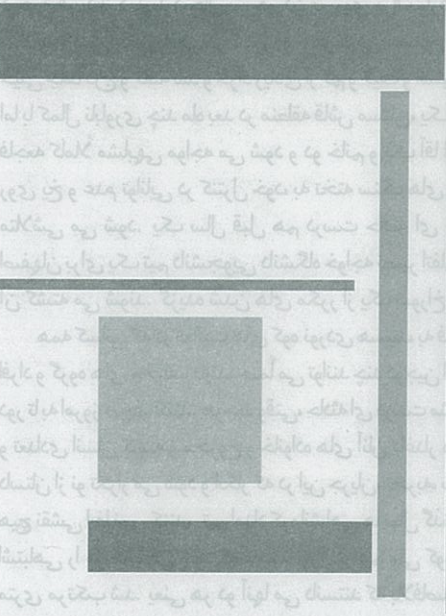
در زمینه علت های عدم رعایت مسایل ایمنی و اصول اولیه کوه نوردی، می توان پاره ای از آنها را بیان کرد. اما اینها همه دلایل نیستند و موارد بیشتری را می توان بر شمرد. شاید شما نیز با کمی تأمل و تفکر بتوانید درباره سایر موارد به نتایجی دست پیدا کنید و با مطرح کردن آنها راه های جلوگیری از بوجود آمدن فاجعه های بیشتر را به هم نوردان خود نشان دهید. اصولاً امروزه در سطح جامعه، ما مواجه با گرایش غالب در زمینه عدم توجه به

اصول ایمنی هستیم.

هر چه که اسم نظم، انضباط، مقررات، قانون و ایمنی داشته باشد، هستیم. یکی از نمادهای بارز آن را در طرز رانندگی کردن و رعایت مقررات و قانون و ایمنی در جامعه می توان دید. همه کسانی که رانندگی می کنند با فراگیری آئین نامه و مطالعه قوانین و امتحان مربوطه از وجود کلیه موارد ریز و درشت ایمنی جهت خود، همراهان خود و دیگران اطلاع دارند، ولی گرایش عمده این است که عملاً هیچ کدام از این قوانین و شرایط را رعایت ننمایند و عدم رعایت قانون را به حساب زرنگی خود بگذارند.

یک اصل علمی و مهم فلسفه دیالکتیکی از ارتباط متقابل پدیده های اجتماعی برهم صحبت می کند. برطبق این اصل همه پدیده های اجتماعی در یک جامعه به نوعی روی یکدیگر تاثیر می گذارند. بنابراین ما نمی توانیم در جامعه ای زندگی کنیم که مثلاً موتور سواران آن خیابان، پیاده رو، ورود ممنوع و هر جا و هر شکلی از رانندگی را حق خود بدانند و در عین حال دارای یک ورزش ایمن کوهنوردی و افرادی باشیم که کلیه اصول و نکات ایمنی این ورزش را رعایت کنند. اصلاً مهم نیست که بنده و شما موتور یا وسیله نقلیه ای را می رانیم یا نه، بلکه مهم این است که این موج خلاف و عدم رعایت اصول اولیه را روزانه می بینیم، آنرا لمس می کنیم و به نوعی از آن تاثیر می پذیریم. این موج را می توان در خیلی از اداره ها در مورد بخش نامه هایی که هرگز اجرا نمی شوند،

در بسیاری از موارد مشاهده کردیم.



دید. این موج را می توان درجایی دید که میلیاردها تومان خرج تبلیغات و آموزش می شود تا به مردم تفهیم کند که زباله را در چه ساعتی در خیابان بگذارند و در چه جاهایی قرار دهند. همه هم تفهیم می شوند، ولی عملاً همان چیزی را انجام می دهند که قبل از این تبلیغات انجام می دادند.

مردمی که برای عبور ایمن آنها از جاده ها و خیابانها، پل هوایی می زنند ولی کماکان از زیرپل و خیابان های پرتردد رد می شوند و سپس برای جلوگیری از تردد آنها و استفاده از پل، وسط خیابان را زده کشی می کنند ولی آنها حاضرند که از روی زده ها بپزند و حتی در زیر پل ها توسط خودروها کشته شوند، زمانی که در ورزش کوه نوردی به سطحی بهمن گیر برسند، آیا فکر می کنید که مسیر خود را تغییر می دهند و یکباره مسایل ایمنی را رعایت می کنند؟ اینجاست که براساس اصل تاثیر متقابل پدیده ها بر روی یکدیگر، این افراد مانند زندگی روزمره خود، از روی شیب بهمنی عبور می کنند و شاید هم کشته شوند ولی مانند عبور از زیرپل ها، از اشتباه خود درس نگیرند.

در نزدیکی محل اقامت من، یک شرکت بزرگ ساختمانی چندساله است که درحال ساختن یک مجتمع بزرگ است. بلافاصله بعد از درب نگهداری کارگاه تابلوی بزرگی نصب شده است که همه به راحتی می توانند آن را ببینند. روی آن نوشته شده: "اول ایمنی، بعد کار. بدون کلاه ایمنی وارد نشوید". جالب اینجاست که درطول این چندسال،

هیچکس کلاه ایمنی نپوشیده است.

من حتی یک نفر (بلکه یک نفر) را هم با کلاه ایمنی در محوطه کارگاه ندیده ام. چند نفر از پرسنل این کارگاه با دیدن کوله پشتی و وسایل کوه من، علاقه خود را به کوه نوردی به من بیان کرده اند. با تعریف هایی که از این کارگاه و مسایل ایمنی (و یا تحقیر مسایل ایمنی) در آن کردم، آیا شما فکر می کنید که این آدم ها که سال هاست به طور روزمره مسایل ایمنی را بی خیال بوده اند، در کوه ها به آنها حساس می شوند و رعایت کامل ایمنی را خواهند کرد؟ من که فکر نمی کنم.

علت دیگری که به پیدایش شرایط حاضر کمک کرده است، مسئله دید ما ایرانی ها از زندگی است. در فلسفه های غربی، انسان ها دائماً در تلاش و مبارزه و جنگ با سرنوشت خود هستند، حتی اگر به قضا و تقدیر و جبر اعتقاد داشته باشند. اما برعکس آنها، در فلسفه های شرق و بخصوص فلسفه ما ایرانی ها، انسان ها در چنگال سرنوشت اسیر هستند و این سرنوشت است که آینده آنها را رقم خواهد زد. ملتی که معتقد باشد که سرنوشت هر کس بر روی پیشانی او نوشته شده و باید نشست و دید که قسمت چه می شود و شعر ورد زبانش "پیمانہ چو پر شد، چه بغداد و چه بلخ" باشد، مطمئناً در رعایت نکات ایمنی به حداقلی قناعت می کند و بس. بقیه چیزها را تقدیر مشخص خواهد کرد.

"تنگه گلو" در مسیر حصارچال، جایی است که حتی در تابستان هم بقیمانده بهمن هایی که در فصول قبل در آن فرود آمده اند را می توان دید. اما بدون توجه به این خطر که همه از وجود آن اطلاع دارند، یک تیم معروف از یکی از مراکز استان ها در صعود زمستانی به علم کوه، این مسیر را انتخاب کرد و علی رغم این که از خطرات این مسیر آگاه بود، خود را به دست تقدیر و سرنوشت و شانس سپرد. نتیجه اینکه در راه بازگشت در این تنگه، یک بهمن روی سر آنها فرود آمد. خوشبختانه این حادثه تلفات جانی نداشت.

ضعف فرهنگی نیز از دیگر مسایل بوجود آمدن فاجعه های ریز و درشت کوه نوردی بوده است. هر ساله جماعت زیادی جذب ورزش کوه نوردی می شوند و علاقه مندان آن بیشتر از گذشته می گردند، و از این رو نیاز به کار فرهنگی و آموزش کوه نوردی را چند برابر می سازند. اما بزرگ ترین تشکیلات دولتی در امر کوه نوردی که هم پول و بودجه

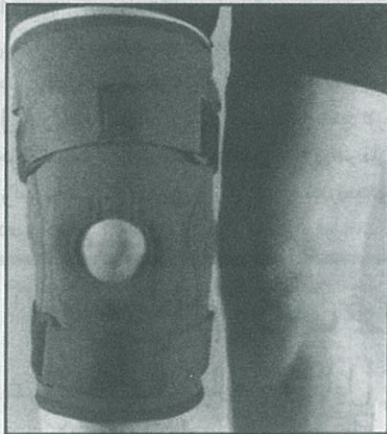
دارد و هم نیروی متخصص، به دلیل سیاست های غلط و عدم مدیریت صحیح، تابه حال حتی یک جزوه یا اعلامیه هشدار دهنده یا آگاهی دهنده برای این خیل عظیم مشتاقان کوه نوردی منتشر نکرده است. اصلاً این تشکیلات به خیلی از چیزهایی که در این مقاله خواندید و خیلی از نظرات کوه نوردان ریز و درشت، اعتقاد ندارد و در طول این چند سال همیشه خود را زده است به "کوچه علی چپ". واقعاً جای تأسف است که با این همه مسئله و مشکل در این ورزش، این تشکیلات هدف خود را معطوف کوه های ۸۰۰۰ متری که فرسنگ ها از کشور ما و اهداف فعلی کوه نوردان فعلی ما دور هستند، کرده است و اگر هم چیزی منتشر شده است در رابطه با این کوه ها بوده است. به راستی چه فاصله عظیمی میان اهداف این سازمان و مسایلی که کوه نوردان هموطن ما با آن درگیر هستند وجود دارد، فاصله ای به عظمت همان کوه های ۸۰۰۰ متری. دریغ و افسوس که این تشکیلات سال های طولانی زیادی را که می توانست برای پرورش و آموزش دادن کوه نوردان و ارتقا سطح کوه نوردی ایرانی انجام دهد، از دست داد. به عنوان مثال اگر این تشکیلات برای جان انسان ها ارزش قائل بود فقط یک تابلو هشدار دهنده در ابتدای مسیر سنگی که در راه شیرپلا وجود دارد (و عده ای به غلط به عنوان سنگ نوردی از آن بالا می روند) نصب می کرد، حتماً تعداد فاجعه ها و کشته های این قسمت به تعدادی که در حال حاضر هستند، نمی رسید.

غرور بی جا از دیگر عوامل به وجود آمدن حوادث بوده اند. اصولاً ما در زندگی روزمره دیدی منفی نسبت به چیزی به نام احتیاط و ایمنی داریم. کسانی که موارد ایمنی و احتیاط و نظم را مراعات می کنند، معمولاً برچسب محافظه کار و سوسول و ... به آنها زده می شود. تا چندی پیش که کمربند ایمنی خودروها اجباری نشده بود، استفاده کنندگان از آن مورد تمسخر دیگران قرار می گرفتند. کوه نوردی هم از این امر مستثنی نیست. بر روی مسیرهای سنگ نوردی به ندرت می توان به اشخاصی برخورد کرد که از کلاه ایمنی استفاده کنند (حتی اگر مزایای آنرا بدانند) و اصولاً کلاه ایمنی چیزی دست و پاگیر تلقی می شود. در همین رابطه می توان موارد دیگری مثل عدم استفاده از طناب

## سلامتی و نشاط با محصولات ارتوپدی - ورزشی

### (هانی طب) مرکز تخصصی پروتزهای ورزشی (شنا، اسکی، ...)

بامدیریت (هادی روحانی) کارشناس ارتوپدی فنی، دارای تحصیلات تکمیلی از انگلستان



زانو بند چهار فنره

میدان ونک - گاندی شمالی

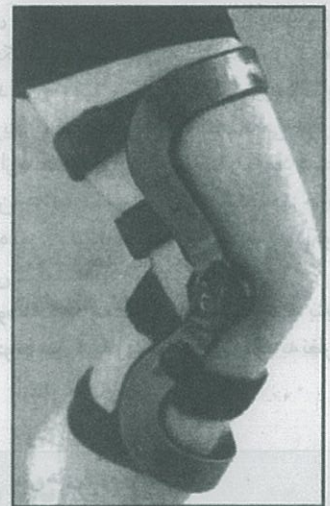
خیابان صانعی - ساختمان نگین (۶)

تلفکس ۸۸۷۹۵۶۴۱

شعبه دوم: خیابان گاندی - کوچه بیستم - پلاک ۱۶ ۰۹۱۲۲۰۳۰۶۵۶



انواع کفی طبی از جنس سیلیکون محصول آلمان  
برای جلوگیری ضربات ناشی از عکس العمل زمین  
(درمان کف پای دردناک)



زانو بند سخت برای درمان ضایعات  
مینیسک و لیگامان مفصل زانو



پتلا بند (کشکک بند) برای جلوگیری از لغزندگی و سایش

استخوان پتلا (کشکک) بخصوص در سرازیری ها

(مخصوص کوهنوردان)

از شهرستانها نماینده فعال پذیرفته می شود

حمایت، گره پروسیک و... را نام برد که عدم استفاده از آنها تا به حال در جای خود ضربه‌های مهلکی نصیب هم نوردان ما کرده است. آمار دقیقی از تعداد تلفات و کشته شدگان کوه نوردی کشور ما وجود ندارد ولی قدر مسلم آن است که این آمار هر ساله رو به افزایش است. یاد و خاطره کسانی که بر اثر اشتباهاتی کوچک برای همیشه ما را ترک کردند همیشه با تأثر و تأسف همراه است. کسانی که این ورزش سال‌ها زحمت کشیده بود تا افرادی مانند آنها را پرورش دهد و کسانی که اگر بودند می‌توانستند در آموزش دیگران نقش بزرگی ایفا کنند.

در عالم تخیل و تنهایی، همیشه به این فکر می‌کنم که چقدر خوب می‌شد که انسان نیرویی می‌داشت و می‌توانست از دست رفته‌ها را دوباره به جمع خود بیآورد. نمی‌دانم که شما هم فیلم "بازگشت به آینده" *Back to the future* به کارگردانی مایکل فاکس را دیده‌اید یا نه؟ قهرمان این فیلم ماشین مخصوصی دارد که با سوار شدن به آن به زمان‌های مختلف مسافرت می‌کند و با آدم‌های آن عصر ارتباط برقرار می‌کند. هر دفعه که به یاد این فیلم می‌افتم، آرزو می‌کنم که ای کاش یکی از این خودروها را داشتم و با آن به سراغ دوستان از دست رفته خود می‌رفتم. به تایلستان ۸۴، دره آندرسن می‌رفتم و دوازده نفر اعضای تیم "طبیعت و خانواده" را قبل از اینکه سیل آنها را به کام خود ببرد، سوار می‌کردم. به اردیبهشت ۸۱ و دماوند می‌رفتم و آقای رابوکی را قبل از این که باد به دره بخار پرت کند، سوار می‌کردم و از او می‌خواستم که در آن روز توفانی دماوند را به حال خود بگذارد، به اسفند ۸۳ و هفت خوان علم کوه می‌رفتم و به دوست هم نورد، حسن زرافشان می‌گفتم که: "تویی که جان چندین انسان را در امداد نجات دادی، چرا درحالی که کسالت تو برطرف نشده به کوه آمده‌ای تا جان خود را در آنجا بگذاری؟" به گاشتر بروم می‌رفتم و به محمد اوراز می‌گفتم که برادر، بهمن‌ها به هیچ انسان قوی و ضعیفی رحم نمی‌کنند امروز روز صعود نیست، سوار شو تا سر نوشت خود را تغییر دهی. سپس به همه زمان‌ها و کوه‌های ایران سر می‌زدم و همه عزیزانی که دچار سانحه شده بودند را سوار اتومبیل مخصوص خود می‌کردم و آنها را به زمان حال باز می‌گرداندم. آنها را یک به یک تحویل بستگان خود می‌دادم و همراه آنان فریاد می‌زدم که پدران، مادران، همسران و دوستان، ما مقصریم. مقصریم که برای اندکی لذت بیشتر بردن از چیزی که منافع آن فقط برای شخص خودمان بوده است، زندگی را برای شما تیره و تار کرده‌ایم. مقصریم به خاطر این که علی‌رغم آموزش‌ها و تجربه‌های ریز و درشتی که در طول فعالیت‌های کوه نوردی خود کسب کرده بودیم، آنها را در موقع خود به کار نبردیم و خود و شما را با فاجعه روبه‌رو کردیم. مقصریم، چون به جای دقت، مدیریت، ایمنی و... سهل‌انگاری را جایگزین آنها نمودیم و مقصریم که باعث شدیم تا چشمان شما هنگام نگاه به کوه‌ها، همیشه مملو از اشک باشند و قول می‌دهیم که از این پس حتی یک لحظه هم در هنگام لحظات حاد، تصمیمی اشتباه و خطرناک را اختیار نکنیم، قول می‌دهیم که از این پس در فعالیت‌های کوه نوردی خود، صرفاً به فکر لذت شخصی خود نباشیم و بازگشت سالم به کانون خانواده را در نظر داشته باشیم. قول می‌دهیم که اصول و موارد ایمنی کوه نوردی را از این پس صددرصد در برنامه‌های خود اجرا کنیم. قول می‌دهیم که... و قول می‌دهیم که... و قول می‌دهیم که...

ولی نه، اینها فقط افکار تخیلی من در انزوا و تنهایی هستند. درعالم واقعیت چنین ماشینی وجود ندارد و هم نوردان ما برای همیشه ما را ترک کرده‌اند. در ورزش کوه نوردی، مرگ خیلی بیشتر از سایر ورزش‌ها به سراغ افراد آن می‌آید. اما نکته اینجاست که بخشی از خطراتی که برای علاقمندان این ورزش وجود دارد شناخته شده هستند و می‌توان از قبل از بروز و وقوع آنها جلوگیری کرد. کاری که این دوستان می‌توانستند انجام دهند و انجام ندادند. بدیهی است که ما هر درجه‌ای از ایمنی را که رعایت کنیم بازهم مواجه با حوادث غیر مترقبه و ناگهانی خواهیم شد. اما مسئله مهم این است که آیا جان باختگان بعدی نیز بر اثر صعود در ساعت ۱۱ شب، یا صعود در روزی توفانی و برفی و یا حرکت بر روی شیب بهمن گیر جان خود را از دست خواهند داد؟ یعنی این همه تجربه بس نیست؟ آیا ما همیشه باید روی یک دایره حرکت کنیم و روی آن دور بزنیم تا بباییم سر جای اول خود؟  
 حوادث مذکور و مشابه کوه نوردی، من را به یاد داستان آن دو روستایی می‌اندازد که در ایوان خانه خود مشغول خربزه خوردن بودند. جماعتی از مرغ‌های درون حیاط با دیدن تخمه‌های خربزه به ایوان هجوم بردند و آمدند روی فرش. یکی از روستائیان گفت: "کیش! کیش!" مرغ‌ها ایستادند و از یکدیگر پرسیدند که: "کیش کیه؟" اما همه اظهار کردند که کیش نیستند. بنابراین مرغ‌ها نتیجه گرفتند که مقصود روستائیان از کیش، کسی خارج از گروه آنهاست. آنها مجدداً به طرف تخمه‌ها هجوم بردند. یکی از روستائیان لنگه کفشی را به طرف مرغ‌ها پرتاب کرد و گفت: "کیش! لنگه کفش به یکی از مرغ‌ها خورد و لنگان از ایوان فرار کرد. مرغ‌ها با دیدن این صحنه گفتند که: "آهان، کیش این بود، بنابراین مجدداً به طرف تخمه‌ها هجوم بردند. روستایی مجدداً یک لنگه کفش به طرف مرغ‌ها پرتاب کرد و به مرغی دیگر خورد. مرغ‌ها گفتند: "آهان، این یکی هم اسمش کیش بود و اعلام نمی‌کرد." خلاصه آن قدر این عمل تکرار شد تا در پایان مرغ‌ها فهمیدند که مقصود روستایی از کیش، همه آنها بوده است.  
 حال و وضع ما هم امروزه مانند آن مرغ‌هاست. اشتباهات را تکرار می‌کنیم بدون اینکه از آنها درس بگیریم و دیگر از آن سوراخ گزیده نشویم. همه فکر می‌کنیم که حادثه‌ای که برای هم نورد ما اتفاق می‌افتد، برای ما اتفاق نخواهد افتاد. کوه‌ها بنابر طبیعت خود، نیروهای مهیب و عظیم هستند که کوچک‌ترین کم‌بها دادن به آنها باعث تکرار فاجعه‌ای دیگر خواهد شد. آنها مدت‌هاست مانند آن روستائیان، نهیب خود را بر ما زده‌اند و این ما هستیم که باید تهدید آنها را جدی بگیریم. در اینجا وقتی از "ما" صحبت می‌شود یعنی همه، یعنی آن پیش‌کسوتی که بیشتر از تعداد موهای سرش قله‌ها را صعود کرده و آن کسی که امروزه با یکی دو بار کوه رفتن، علاقه مند به این ورزش شده و می‌خواهد با خرید تجهیزات کوه نوردی به جمع کوه نوردان بیوندد. نهیب و فریاد و تهدید کوه‌ها، کوچک و بزرگ و فعال و غیر فعال نمی‌شناسد، بیاید آنرا جدی بگیریم.  
 با توجه به این که شما تا اینجا حوصله کرده و مقاله را مطالعه نموده‌اید، بنابراین اکنون باید قادر باشید که به این سؤال جواب بدهید که: "کیش کیه؟... واقعاً به نظر شما کیش کیه؟"  
 من که نیستم، شما چطور؟؟

## تشکر و قدردانی

از تمامی بستگان، دوستان، جامعه ورزشی کوه نوردان ایران، مسئولین سازمان تربیت بدنی، کمیته ملی المپیک، فدراسیون کوه نوردی و جامعه هنرمندان ایران که در مراسم تشییع و ترحیم عزیز از دست رفته مان شادروان استاد ثارا... زرین قلم شرکت نموده و یا با ارسال گل، پیام تسلیت با ما ابراز همدردی نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نماییم.

حسن زرین قلم و خانواده

## فروشگاه ورزشی فرهنگ

عرضه کننده لوازم و وسایل کوه نوردی  
 شرکت‌های معتبر در استان یزد  
**CD صعود بانوان کوه نورد ایران به اورست**  
**موجود می‌باشد**

یزد - خ ایرانشهر - روبروی هنرستان شهید رجایی - ورزشی فرهنگ  
 محمد مهدی کاملیان ۰۹۱۳۱۵۳۲۶۵۱ و ۰۳۵۱-۶۲۶۲۴۱۸

# فروش پایان يك معامله نیست، بلکه آغاز يك مسئولیت است.

هم نورد گرامی، نظر به هدف شرکت هفت گوهر در بهبود مستمر کیفیت کالا و برآورده کردن نیازهای مستقیم مصرف کنندگان، نیازمند همکاری شما عزیزان هستیم.

لذا خواهشمند است نسبت به تکمیل و ارسال فرم ذیل اقدام فرمائید.

شرکت هفت گوهر \_\_\_\_\_

## آشنایی با شرکت:

- از چه طریقی با شرکت هفت گوهر آشنا شده اید.

مجله کوه  نمایشگاه های ورزشی  تبلیغات محیطی  محصولات  فروشگاه ها  سایر موارد

## طراحی:

- در فرایند طراحی شرکت نکات زیر را مورد بررسی قرار می دهد، به نظر شما کدام یک از موارد ذکر شده امتیاز بیشتری دارد؟ (از شماره ۱ بالاترین امتیاز تا ۶ کمترین امتیاز نمره دهید)

تطابق با استانداردهای مرتبط  نوآوری و طرحهای جدید  دوام و طول عمر محصول  زیبایی   
قیمت پایین  وزن کم

## بسته بندی:

- شرکت هفت گوهر به موجب مناسب نگاه داشتن قیمت کالا و رویکردهای زیست محیطی بسته بندی محصولات خود را تا حد امکان تقلیل داده است.

بسته بندی کنونی تا چه حد رضایت شما را برآورده می کند؟  
خیلی خوب  خوب  متوسط  ضعیف

## توزیع و فروش:

- تا کنون از کدام یک از محصولات هفت گوهر استفاده کرده اید؟ (نام ببرید)

- آیا محصولات شرکت به نحو مناسب و در دسترس توزیع می شود؟  
بلی  خیر

## گارانتی و خدمات پس از فروش:

- آیا تا کنون از گارانتی و خدمات پس از فروش محصولات استفاده نموده اید؟  
بلی  خیر

(در صورت مثبت بودن جواب، آیا کیفیت این فرایند مورد تأیید شما می باشد؟)  
بلی  خیر

## انتقادات و پیشنهادها:

- به نظر شما چه محصولاتی را بایستی در آینده تولید کرد؟

- هر گونه توضیح و پیشنهاد یا انتقاد دیگر:

تلفن تماس: \_\_\_\_\_

در صورت تمایل نام و نام خانوادگی: \_\_\_\_\_



تسهلات و تسهیلات ویژه برای مشتریان ویژه

در ادامه به شما اطلاع می‌دهیم که چگونه می‌توانید از تسهیلات ویژه ما استفاده کنید.

شرکت هفت گهر



تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه:

فرستنده: .....

تسهلات ویژه:

.....

تسهلات ویژه:

.....

تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

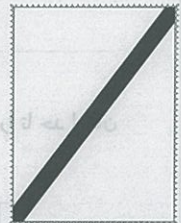
تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه

تسهلات ویژه برای مشتریان ویژه



نیازی به نمبر نیست



# پست جواب قبول

هزینه پستی بر اساس قرارداد شماره ۳۰-۱۶۷۶۴ پرداخت شده است

گیرنده: تهران - صندوق پستی ۱۱۴-۱۶۵۹۵

شرکت هفت گهر

تسهلات ویژه:

تسهلات ویژه:

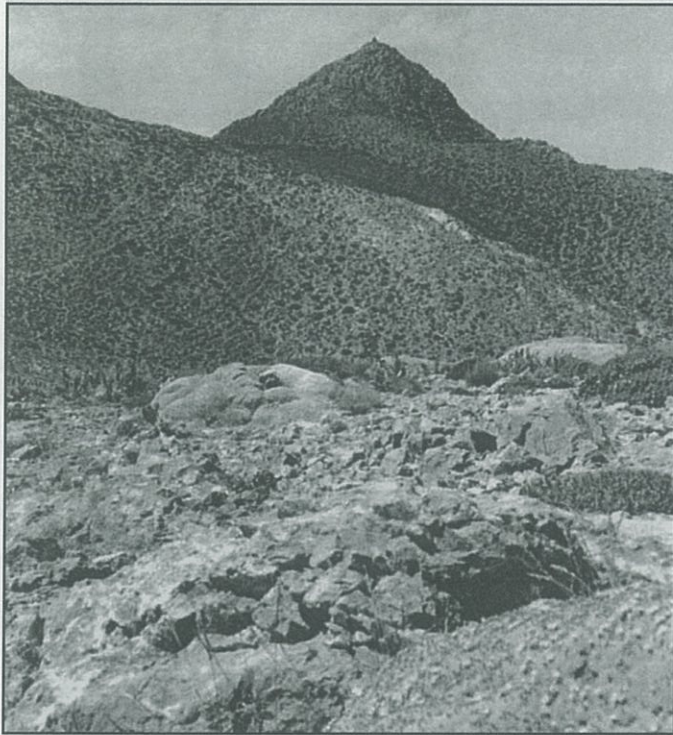


# کلاهون

گزارش: ابوالحسن میرعمارتی

ایران یکی از پنج کشور دنیاست که مناطق طبیعی بی نظیری برای گردشگری و کوهنوردی در اختیار دارد و منطقه فیروزکوه گوشه‌ای از این دنیای کم‌نظیر است. روستاهای اطراف شهرستان فیروزکوه که در فاصله‌های نزدیک به این شهر قرار گرفته‌اند دارای طبیعتی بکر و زیبا و مناظر دیدنی بسیاری است. اکثر این مناطق و کوه‌های بلند آن، از شمال غرب تا شمال شرق فیروزکوه قرار گرفته است و می‌تواند در برنامه‌های یک روزه کوهنوردان و طبیعت گردان شهرها و استان‌های همجوار جایی برای خود داشته باشد. از آن جمله می‌توان به غارهای بورنیک، رودافشان (مجهز به روشنایی) (۱) تنگه واشی و قلعه‌های تخت علی، کلاهون و آب باریک (از آخرین قلعه‌های خط الراءس قره داغ)، ورسه سر، می‌ورد، قدمگاه و اتابک اشاره نمود. علاوه بر آن برنامه‌های راه‌پیمایی بیش از یک روز، مانند راه‌پیمایی کتالان به منطقه سواد کوه (دراسله - شش رودبار)، لزور به منطقه امیری (هراز - وانا)، گلپزگند به فیلبند (منطقه دشت سرآمل) را به اجرا گذاشت و از دیدنی‌ها و چشم‌اندازهای آن لذت برده و با فرهنگ آداب و سنن مردم خون‌گرم منطقه آشنا گردید.

روستای «ورسخوران» در دامنه شمالی قله (تخت علی) و در شمال شرقی قله



«کلاهون» در دره‌ای دنج و آرام قرار گرفته است. این روستا یکی از میادای صعود به قلعه‌های شرقی یال قره داغ می‌باشد.

ورسخوران لایه‌لای درختان میوه و تبریزی آرمیده و سکوت دل‌انگیز آن به انسان آرامش می‌بخشد.

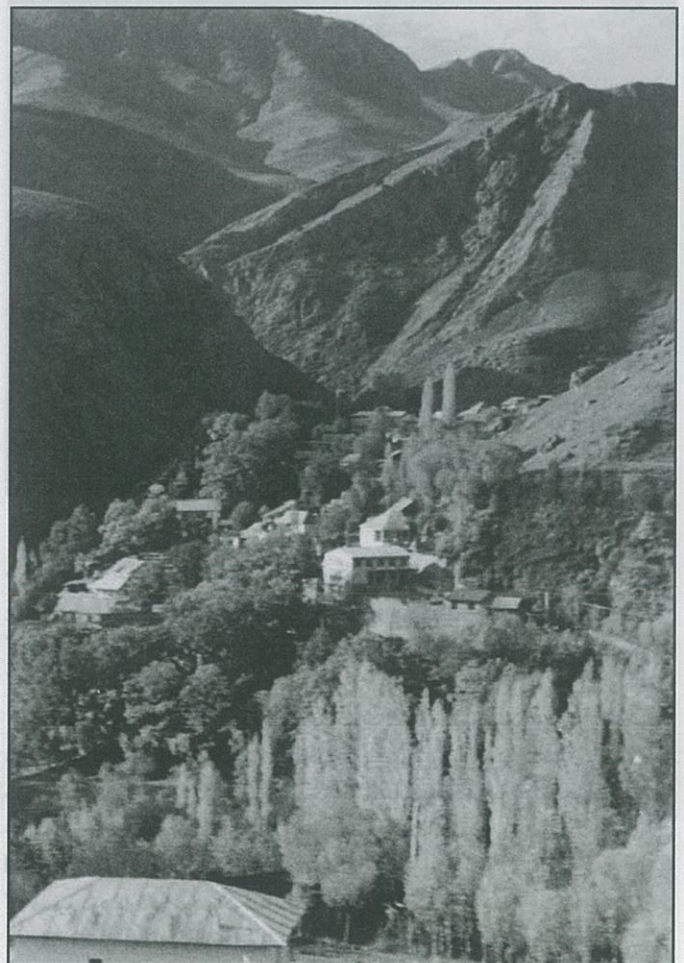
در انتهای روستا امامزاده «خزرنبی» با یک زایرسرا که پذیرای زایران است، قرار گرفته و در ضلع غربی آن چشمه آبی وجود دارد که پس از تاءمین آب روستا مازاد آن تشکیل رودخانه می‌دهد. این چشمه یکی از سرچشمه‌های رودخانه نمرود است. مسیر صعود به قله تخت علی و کلاهون، چند قدم مانده به امامزاده خزرنبی و از کنار قبرستان آن در مسیری پاکوب آغاز می‌گردد. این راه ابتدا به طرف شمال و در یک قوس که امامزاده را از بالا دور می‌زند به طرف جنوب ادامه داشته و پس از دو ساعت کوه‌پیمایی به گوسفندسرا و چشمه تخت علی می‌رسد.

در جنوب گوسفند سرا قله تخت علی و در غرب آن قله کلاهون دیده می‌شود از چشمه تخت علی کمی متمایل به جنوب غربی و پس از یک ساعت کوه‌پیمایی به گردنه تخت علی و بر روی خط الراءس شرقی قره‌داغ می‌رسد. از این نقطه در پایین دست و در سمت جنوب، جاده فیروزکوه - تهران در منطقه دلی‌چای قابل رؤیت است.

ادامه مسیر به سوی شرق در کمتر از یک ساعت به قله ۳۵۰۰ متری تخت علی می‌رسد و به طرف غرب با گذشتن از چند فراز و نشیب در میان گل‌سنگ‌های بزرگ و دیدنی پس از دو ساعت کوه‌پیمایی در شیبی نه چندان تند به قله کلاه‌خود مانند کلاهون با ارتفاع ۳۶۵۰ متر رسیده و از فراز آن از شمال غرب تا شمال شرق، قلعه‌های پاشوره و دماوند، کوه‌های امیری، میشینه مرگ، بوم، میشکاخونی و... تا پرچنان دیده می‌شود. راه دسترسی به روستای ورسخوران از کنار پمپ بنزین نمرود (چند کیلومتری فیروزکوه) به طرف روستای «سله بن» است. در انتهای روستای «سله بن» جاده‌ای به سمت جنوب و به طرف ورسخوران منشعب می‌گردد که پس از گذشتن از پل رودخانه نمرود بعد از طی چند کیلومتر با انشعابی دیگر به سمت چپ به ورسخوران متصل می‌شود.  $\Delta$

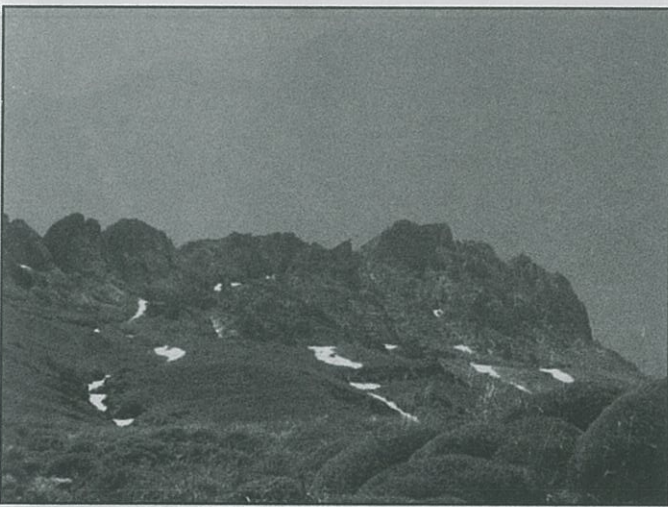
## پانوش:

۱- در روستای رودافشان قبل از حرکت به طرف غار با مسئول روشنایی هماهنگی نمایید تا پرژکتورهای داخل غار را روشن نمایند.





# قله آزادکوه



## مسیرشناسی صعود قله البرز مرکزی

گزارش: اکبر هاشمی نژاد

### موقعیت جغرافیایی

الف - منطقه‌ای:

قله آزادکوه در بخش شمال غرب رشته کوه البرز مرکزی و در شمال روستاهای کوهستانی کلاک و نسن از توابع شهر بلده واقع شده است. (تهران - جاده چالوس - بعد از تونل کندوان - پل زنگوله - راه آسفالتی شهر بلده بعد از گردنه لایشم - روستای نسن و کلاک)

ب - سطح الارضی:

آزادکوه فقط از طریق یال جنوبی به گردنه جنوبی آن و از طریق کوه‌های کم‌ارتفاع چله‌کوه و چورن به قله یخچال و دیگر قله البرز مرکزی متصل می‌شود و در سایر جبهه‌ها مستقل و آزاد است. قله از رخ غربی تا کنار رودخانه دره نسن، سراسر دیواره می‌باشد. جبهه شمالی آزادکوه نیز گستره‌ای دیواره‌ای داشته که از غرب به دیواره اصلی قله و در شرق به گردنه شرقی، که تا تنگ کلاک امتداد دارد متصل است. یال جنوبی تنها یال خاکی و مسیر نرمال صعود آزادکوه می‌باشد.

### مسیر شناسی

۱- مسیر روستای کلاک:

این مسیر در جهت شمال به جنوب و در مجاورت رودخانه امتداد می‌یابد که بعد از مسافتی از کوچه باغ‌ها، دره به دو شاخه تقسیم می‌شود (دوراهی گوسفندسرای اصلی دره کلاک) که مسیر صعود در امتداد جنوبی - با زاویه به غرب - و رو به تنگ کلاک ادامه

می‌یابد بعد از عبور از تنگ کلاک و دور زدن گردنه شرقی مسیر پاکوب در جهت غربی در یک تراورس روی تپه‌های چله‌کوه رو به گردنه جنوبی آزادکوه امتداد دارد. بعد از رسیدن به گردنه جنوبی یال اصلی جنوبی با پاکوب‌های مشخص به قله می‌رسد.

۲- مسیر دره روستای نسن:

مسیر صعود در حاشیه رودخانه و رو به جنوب تا کناره دیواره بلند غربی آزادکوه امتداد می‌یابد در این منطقه بعد از عبور از حاشیه دیوار غربی، دره به دو شاخه اصلی تقسیم می‌شود که امتداد جنوبی آن به گردنه سوتک و امتداد شرقی آن به گردنه جنوبی آزادکوه (خاک سرخ) می‌رسد مسیر دره شرقی، مسیر صعود بوده که بعد از رسیدن به گردنه جنوبی از طریق پاکوب‌های یال جنوبی به قله می‌رسد.

۳- مسیر دره وارنگه رود و گردنه سوتک:

این مسیر طولانی از روستای وارنگه‌رود در حاشیه جاده گچسار به دیزین آغاز می‌شود.



پیمایش دره کلاک تا تنگ کلاک و استفاده از یال غربی کنار تنگه باید قبل از دوراهی دره کلاک (مسافتی بعد از باغها) از طریق یال بلندی رو به غرب ابتدا به حاشیه کوه کلاک (کوه صخره‌ای در سایه دیواره شمالی آزادکوه) و سپس توسط یال‌های کوتاه زیر دیواره شمالی به محل مناسبی برای ورود به گرده رسید، قابل ذکر است که بهترین محل برای استقرار روی تیغه همان دهلیز ورودی مسیر تابستان و بالای صخره‌های تنگ کلاک می‌باشد.

#### مشخصات مهم مسیرهای صعود در زمستان:

- در صورت صعود از مسیر دره کلاک:
- ۱- مسیر صعود در نزدیکی تنگ کلاک در ارتفاعی بالاتر از مسیر تابستانی نسبت به عمق دره قرار دارد.
- ۲- بعد از عبور از تنگ کلاک به جای استفاده از مسیر تراورس تابستانی، باید تا ارتفاعی نزدیک به روی یال و تپه‌های امتداد شرقی گرده جنوبی بالا آمده سپس در جهت غرب رو به گرده صعود کنیم.
- ۳- بر روی گرده و یال جنوبی آزادکوه باد و توفان‌های شدید زمستانی در زمان زیادی از شب و روز مستولی می‌باشد.
- ۴- مناسب‌ترین محل کمپ زمستانی مسیر کلاک گوسفندسرای بعد از دوراهی دره می‌باشد.

#### در صورت صعود از گرده شرقی:

- ۱- بعد از عبور از کوچه باغ‌های دره کلاک از طریق یال‌هایی که در امتداد غرب و جنوب غرب از دره جدا می‌شود به سمت قله صخره‌ای کلاک در ضلع شمالی گرده صعود می‌کنیم.
- ۲- دالانی که بر ساخته کوه کلاک و دیواره شمالی آزادکوه و در امتداد غرب به شرق می‌باشد، همراه وزش دایمی بادهای غربی و شامل بوران‌های شدید برگرفته از یخچال شمالی آزادکوه می‌باشد.
- ۳- یخچال شمالی به علت وزش باد دایمی و سایه همیشگی دیواره بر روی آن، سطحی یخ زده داشته و صعود و فرود آزاد و بدون استفاده از کرامپون بر روی آن را دشوار می‌نماید.
- ۴- بر روی گرده شرقی، دهلیزها و سوزنی‌های آفتاب‌رو و جنوبی آن، با دهلیزها و سوزنی‌های در سایه و شمالی آن در دو وضعیت کاملاً متفاوت خشک و یخ‌زده می‌باشند.
- ۵- محل مناسب برای کمپ زمستانی در صعود گرده شرقی، سنگ‌چین‌های بازمانده از گوسفندسرای قدیمی در پای شرقی کوه کلاک می‌باشد.
- ۶- مسیر فرود از قله، همان مسیر گرده شرقی و یخچال شمالی می‌باشد. Δ

مسیر صعود در دره وارنگه رود در کنار رودخانه اصلی در جهت شرق امتداد دارد که ادامه مسیر بعد از رسیدن به دوراهی دره سوتک (برای رسیدن به دوراهی سوتک - سومین دره منشعب شده رو به شمال در دره اصلی وارنگه رود - باید از امتداد جنوبی کوه‌های سرخاب و خرسنگ عبور کنیم) در جهت شمال از دره وارنگه رود جدا شده به سمت دشت سوتک و از طریق آن به گرده شمالی آن می‌رسد. از روی گرده سوتک رخ‌نمای جنوبی و دیوار غربی آزادکوه به وضوح دیده می‌شود. از روی گرده، دره شمالی را فرود آمده تا به نزدیک دیواره غربی آزادکوه می‌رسیم. در این ناحیه دره به دو راه تقسیم می‌شود که امتداد فرود شمالی دره در کنار رودخانه به روستای نسن و امتداد شرقی در مجاورت دیواره آزادکوه به گرده جنوبی قله آزادکوه (خاک سرخ) می‌رسد. مسیر دره شرقی، مسیر صعود بوده که بعد از رسیدن به گرده و از طریق یال جنوبی به قله می‌رسد.

#### ۴- مسیر صعود گرده شرقی:

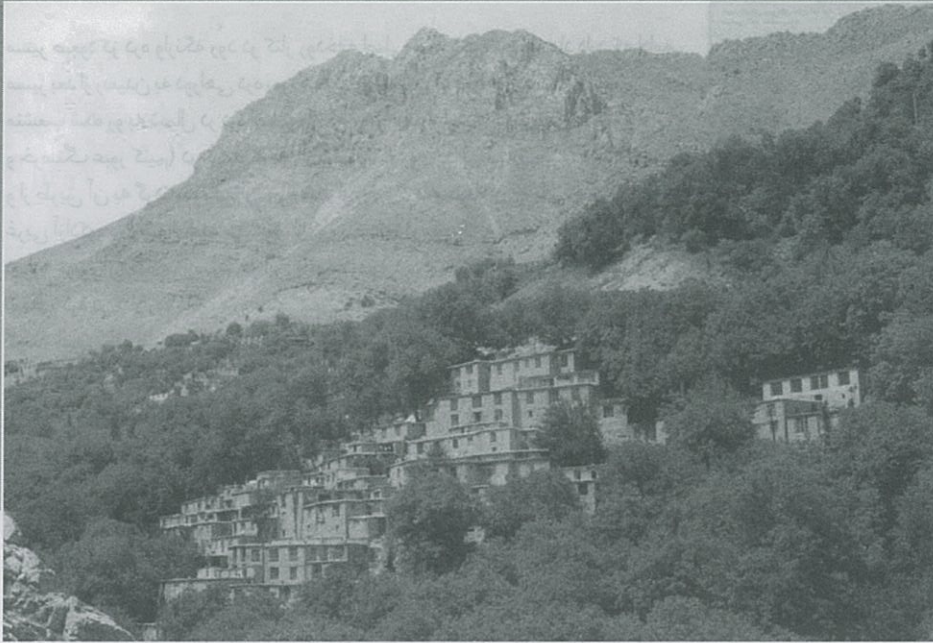
مسیر دره کلاک را ادامه داده و در ابتدای ورودی تنگ کلاک بالا می‌رویم قبل از ورودی تنگه یال کوتاهی رو به غرب و در سایه گرده به محل مناسبی برای ورود به گرده وجود دارد. (تیغه شرقی در قسمت تنگ کلاک به خاطر داشتن ساختار دیواره‌ای امکان صعود آزاد را دشوار می‌کند) بعد از دور زدن صخره‌های تنگ کلاک از طریق یال ذکر شده و رسیدن به روی تیغه، مسیر را در امتداد غرب رو به قله ادامه می‌دهیم. در تمام طول مسیر از روی لبه اصلی گرده قابل عبور است. در صورت لزوم در بخش‌هایی از مسیر تیغه در رخ جنوبی، امکان تراورس‌های کوتاه وجود دارد.

#### مشخصات مهم مسیرهای صعود نرمال:

- ۱- مسیر دره کلاک با توجه به طول مسیر امکان صعود یک روزه از روستای کلاک را دارا می‌باشد.
  - ۲- در فواصل دره کلاک تا تنگ کلاک می‌توان از رودخانه و چشمه‌های مجاور رودخانه برای برداشت آب استفاده کرد بعد از تنگ کلاک جز یک چشمه کوچک فصلی، در کنار مسیر صعود چشمه آب وجود ندارد.
  - ۳- مکان‌های مناسب شبمانی در مسیر صعود کلاک: الف - در حاشیه باغ‌ها و زمین‌های زراعی روستا ب - بعد از دوراهی دره کلاک و رسیدن به نزدیکی‌های تنها گوسفندسرای دره. پ - بعد از تنگ کلاک و رسیدن به چمن‌زار بالای تنگه.
  - ۴- مسیر دره روستای نسن برای صعود یک و نیم روزه از روستای نسن مناسب است.
  - ۵- بهترین محل شبمانی این مسیر در دشت کوچک دوراهی گرده سوتک و گرده چله کوه در پای دیواره غربی و در کنار رودخانه می‌باشد. (این محل آخرین نقطه برداشت آب در این مسیر می‌باشد)
  - ۶- گرده جنوبی آزادکوه (چله کوه یا خاک سرخ) به علت وزش دایم بادهای غربی و نبود آب، جای مناسبی برای شبمانی نمی‌باشد.
  - ۷- مسیر وارنگه رود را به علت طولانی بودن بهتر است بعد از صعود قله از دره کلاک برای فرود و بازگشت استفاده شود که در این صورت مسیر مناسب برای صعود دو روز کامل از روستای وارنگه رود می‌باشد.
  - ۸- بهترین شبمانی مسیر وارنگه رود همان مکان شبمانی مسیر دره نسن می‌باشد. (دشت سوتک نیز در صورت طراحی سه روزه برنامه صعود و بازگشت به وارنگه رود، مکان مناسبی برای کمپ اصلی می‌باشد.)
- #### مسیرهای صعود در زمستان:
- ۱- مسیر دره نسن به علت ساختار سطحی دره و احتمال ریزش برف در تمام طول دره از جناح‌های غربی و شرقی دره، فاقد شرایط لازم برای عبور در برف زمستانی است. همچنین امکان ورود به دره وارنگه رود و دشت سوتک به علت حجم زیاد برف در زمستان به این منطقه وجود ندارد.
  - ۲- مسیر دره کلاک در شرایط جوی که مناسب ریزش برف نیست (ثبات هوا و عدم ریزش برف جدید روی لایه‌های سفت برف گذشته و نبود بادهای شدید در منطقه در ماه‌های کهریف زمستان امکان صعود با خطرپذیری را دارا می‌باشد).
  - ۳- مسیر گرده شرقی آزادکوه به عنوان یک مسیر فنی و ترکیبی در زمستان شرایط صعود بدون خطر برف را دارد با این توجه که برای رسیدن به روی گرده به جای

# اورامان، آتشی به جای مانده از تمدنی کهنسال

گردآوری: سلام اسماعیل سرخ (دیواندره)



دلیل قرار گرفتن در منطقه کوهستانی عموماً پلکانی شکل است و بام هر خانه‌ای حیاط خانه‌ای دیگر است.»

اورامان از جهت معماری، تعامل انسان با طبیعت شاید بسی بیشتر از میمند قابلیت و توانایی لازم برای ثبت جهانی را داشته باشد. اورامان تنها روستای خشک‌چین کشور محسوب می‌شود. علاقه‌مندی مردم اورامان به ابزارهای سنتی و کهن باعث شده است که زندگی بی‌دغدغه در این کوهستان‌ها بیش از همه، مردم را به زمین نزدیک گرداند، مصالح ساختمانی در اورامان همانی است که طبیعت به رایگان در اختیار مردم گذاشته است. رونق و اعتلای معماری بومی اورامان، گواه آن است که این سرزمین از کانون‌های نخستین زیست بشری در اعصار کهن بوده است.

کمبود زمین باعث تجمع زنجیره‌وار خانه‌ها، احشام و مردمان به همدیگر شده است. به علت کار، سبک کشاورزی در کوهستان اورامان، مردم عموماً به صنایع دستی مشغول هستند. این صنایع کوچک محلی در بازارهای شهرهای هم‌جوار به فروش می‌رسد. کشت‌کاران اورامانی معمولاً کشت‌های خود را با سنگ یا پرچین‌هایی که از شاخه و برگ درختان شکسته‌اند، محصور کرده‌اند. انار و گردو، دو محصول برجسته این کوهستان‌هاست که باغ‌داران اورامانی از دوران باستان می‌شناسند. قداست انار در دین زرتشتی باعث شده که هنوز این درخت را با احترام بنگرند.

وجود این‌همه‌های مذهبی و اماکن متبرکه نشان دهنده علاقه و اعتقاد قوی دینی در میان ساکنین محلی می‌باشد به طوری که این محل از جهت بناهای مذهبی درخور توجه است؛ در اینجا می‌توان کهن‌ترین نمونه‌های معماری اسلامی به جا مانده در ایران را دید که بسیاری از مساجد اورامانات در سده اول هجری ساخته شده‌اند.

اعتقادات مردم اورامان باعث شده است که مراسم و آداب دینی در این جا بیشتر مورد عمل باشد گرچه این آداب و مراسم با دیگر نقاط تفاوت چندانی ندارد، ولی از نظر کیفیت به علت ارتباط کم با دیگر نقاط هنوز کهنگی و قداست خود را حفظ کرده است. در بیشتر کوه‌های دنج این منطقه می‌توان مزارهایی کهن را ببینید که علی‌رغم گذشت زمان، کمترین تخریبی متوجه آن نشده است.

نام این سرزمین هنوز توسط اینانی بشر تغییر داده نشده است. نام اورامان گویای کهنگی و ارتباط این منطقه با سرزمین کهن بین‌النهرین است، میراث

شانزدهم شهریور ماه سال جاری، هفتمین جایزه جهانی «ملینا مرکوری» به روستای صخره‌ای میمند اهدا گردید. این جایزه جهانی که یونسکو آن را هر دو سال یک بار اهدا می‌کند در سال ۱۹۹۹ به سه محوطه طبیعی: پارک «الیشیاز جویچو» در فلسطین، دره «وینالس» در کوبا و موزه هنر باز هوایی «پدوال» در کشور لیتوانی اهدا گردید. در سال ۲۰۰۱ این جایزه مشترکاً به محوطه‌های طبیعی کهن «موریادیو جیل» در الجزایر و مرکز «هدلند ایگرا» در نروژ تعلق گرفت. جایزه سال ۲۰۰۳ را نیز پارک «گگا» در ژاپن دریافت کرد ولی در سال ۲۰۰۵ این جایزه در میان تعداد زیادی از محوطه‌های طبیعی و باستانی کهن ارسال شده به سازمان یونسکو به روستای میمند در استان کرمان تعلق گرفت. در مراسم اهدای این جایزه که جمعی از مدیران ارشد میراث فرهنگی جهان حضور داشتند، عنوان شد که انتخاب این روستا صرفاً به دلیل «بافت خاص زندگی در آن» بوده است.

این روستا که در استان کرمان و در نزدیکی شهر بابک قرار گرفته است امروز بسیاری از چشم‌های جهانیان را به خود معطوف داشته است. سکنه روستا با گذشت ۳۰ قرن، هنوز در خانه‌های صخره‌ای که خود آن را (کیچه) می‌نامند، زندگی می‌کنند در اینجا حیات، ممت و تمام شئونات زندگی هنوز قدمت و قداست خود را از دست نداده است و تعامل استان با طبیعت در اینجا جلوه‌های دلربایی را به معرض دید همگان می‌گذارد. هم‌زمان با انتشار این خبر مهم شبکه‌های جهانی به خصوص شبکه ملی ژاپن تصاویری از این روستای صخره‌ای پخش کرد، گوینده با بیان زندگی خاص در سواحل اقیانوس آرام و خانه‌هایی ساخته شده از نی، از زیستن در نقب‌های صخره‌ای در هزاره سوم با تعجب یاد کرد. این منبع همچنین افزود: «امروز باید جهانیان تصدیق کنند که در هیاهوی شهرنشینی در بیشتر نقاط جهان بوم‌گاه‌هایی وجود دارند که در آن مردمان هنوز سادگی، صداقت و بی‌آلایشی کهن را از یاد نبرده‌اند.

اورامان، یکی از این نقاط است که قدمتی بسیار بیشتر از میمند دارد، نوع خاص معماری در اینجا نیز بسیار دیگرگون و چشم‌نواز است. قرن‌هاست که مردم اورامان در خانه‌هایی که عموماً (خشک‌چین) است زندگی را ترانه می‌کنند و همان گونه که «اریکافریدل» در (ده کوه) گفته است (وقتی به این محل می‌رسی، خیال می‌کنی که به زندگی هزار سال پیش بازگشته‌ای و با مردم آن دوره‌ها گفت و گو می‌کنی. غافل از اینکه در متن همین قصه با انسانی هم صحبت شده‌ای که با عرق جیبش در قطعه زمین‌های سنگلاخی و بدون آسفالت، با تیغه‌های فولادی تراکتور شخم می‌زند و بدر می‌باشد. خانه‌ها در این جا به

فرهنگی بسیاری از پادشاهان آشور و سومر را می‌توان در اورامان مشاهده کرد. وجود نقش‌نگاری در غارهای کهنسال اورامان گویای حیات در پنج هزار سال پیش است. کشف قباله‌های کهنسال یونانی و تعداد زیادی مسکوکات و قطعات شکسته در این محل نشان از حیات اسکندرانی و دیاسپورای یونانی در این محل را دارد. بسیاری از حوادث عمده تاریخ باستان در گوشه و کنار این سرزمین روی داده است، تاریخ این محل همچون طبیعتش غنی و پرمحتوا است. این بهشت پنهان که از سه منظر فرهنگی، تاریخی و طبیعی در خور توجه جهانی است، یکی از منحصربه‌فردترین مناطق طبیعی کشور است. از منظر طبیعی شاید تصور آن برای بسیاری از مسافرانی که برای نخستین بار به این سرزمین وارد می‌شوند، هیجان‌انگیز و مسحورکننده باشد چرا که به سرزمینی بکر و ناشناخته وارد می‌شوند که تا نیم قرن پیش عبور و مرور در آن اصلاً صورت نمی‌پذیرفت. طبیعت زیبا و بدیع آن طراوت و شادابی بی‌نظیری به منطقه بخشیده است.

یک گشت و گذار کوتاه در کوه‌های اورامان، حالتی به انسان می‌دهد که زنگار زندگی شهری و ملال ناشی از آن را از دل‌ها می‌زداید. مسافر این سرزمین هر که باشد هر قدر باهنرها و دست‌سازهای بومی بیگانه، در نگاه اول باز خواهد یافت که چه سان مردمان این کهن بوم هنوز از دست‌افزارهای کهن خود محافظت نموده‌اند و از آنها برای برآوردن مایحتاج روزمره سود می‌برند. تلفیق دلچسب زندگی روزمره با طبیعت بکر، لطف و جذابیتی به اورامان داده که به حق شایسته آن است که در جمع میراث برجسته جهانی ماندگار گردد. فرهنگ این جامعه که آمیزه‌ای از «میترایسیم»، «زرتشتی‌گری» و اسلام است، از آن چنان غنایی برخوردار است که گمان نخواهد رفت با گذشت قرن‌ها غبار روزمرگی بر خود بیند. مطالعه در سنت‌ها و افسانه‌های این مردم نه تنها بر غنای مطالعات

مردم‌شناسی خواهد افزود بلکه بازتاب درون این مردم را بیشتر برای ما می‌شکافد؛ یادداشت‌هایی که از ته دل حقیقت می‌آید در چنبره تمدن ماشینی قداست خود را از دست دهد. سنن باستانی در اینجا همچون کلکسیونری از دستبرد زمانه در امان مانده است مثلاً غیر از اعیاد اسلامی و عید نوروز، سده در این محل جشن می‌گیرند. جشن پیرشالیار که پیر زرتشتی بوده است با گذشت قرن‌ها هنوز در اورامان با حرارت و شور برگزار می‌گردد این جشن را پاره‌ای از محققین به زرتشت و تعدادی نیز به مهرپرستان منسوب می‌دارند. به هر روی علی‌رغم اینکه غرب کشور در دوران سلاله‌های چهارگانه پیش از اسلام کانون منازعات غرب و شرق بوده است، در هیچ دوره‌ای، نشانی از حذف و یا هضم آن در میان فرهنگ اقوام غالب به چشم نمی‌آید. بارزترین دلیل این امر را باید در عدم توان لازم این فرهنگ‌ها در قبال فرهنگ بومی اورامان دانست، در ابتدای قرن چهارم قبل از میلاد «گزننفون» هنگام عبور از میل‌های موجود در این جا، توصیفی منسجم از شیوه تربیت و زندگی آنها به دست داده است که نشان از تعامل این مردمان با طبیعت بومی می‌دهد.

منازعات به دلیل فرهنگ قوی محل، بیشتر رنگ سیاسی داشته است تا فرهنگی و دینی. به همین دلیل می‌بینیم که هلنیزاسیون با وجود اینکه در قلب اورامان رسوخ کرده ولی کمتر بر بافت جامعه صدمه رسانده است. کوتاه سخن اینکه؛ با تمام این اوصاف هنوز بسیاری از مردم کشور ما، اورامان را نمی‌شناسند و پرونده ثبت آن در کردستان و ایران هنوز سال‌هاست که در انتظار ثبت به سر می‌برد و هر بار با عناوین مختلف به استان برگشت داده می‌شود. امروزه این میراث غرورآفرین و پرجلوه با کوشش تمدن شهری دیری نمی‌پاید که خالی از سکنه گردد. استعمال سازه‌ها و مصالح جدید در اورامان بیشتر از پرونده ثبت، شتاب گرفته است.  $\Delta$

منبع: سیروان شماره ۳۷۴

## بنا به آمار گرایش کار در ارتفاع (Work At Height) و دست‌یابی با طناب (Rope Access) در دهه اخیر در صنعت

رشد چشم‌گیری داشته است.



## داشتن یکی از مدارک بین‌المللی اتمادیه صنعتی کار در ارتفاع در اکثر کشورهای جهان بعنوان یک مدرک معتبر

مهارتی مورد قبول است و معتبرترین مراکز آموزش کار در ارتفاع در کشور انگلستان مشغول به فعالیت هستند.

آیا مایل به طی نمودن دوره‌های تخصصی کار در ارتفاع و امداد و نجات در انگلستان و کسب مدرک بین‌المللی هستید؟



مدارس آموزش کوهنوردی و امداد و نجات کوهستان انگلستان جزو بهترین مراکز آموزش کوهنوردی در رده‌های تخصصی

می‌باشند و علاقه‌مندان می‌توانند در این مراکز در دوره‌های تخصصی مطابق با نیازهای خاص خود شرکت کنند. این

دوره‌ها در سطوح مختلف و بانسبت یک مربی سه شاگرد برگزار می‌گردد و تمامی لوازم مورد نیاز فنی و اقامتی در طی دوره

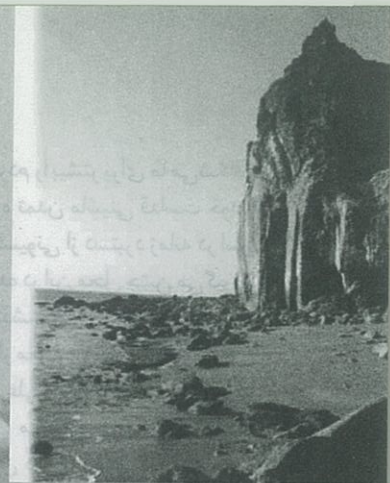
ارائه می‌گردد.

آیا مایل به طی نمودن دوره‌های تخصصی کوهنوردی و امداد و نجات کوهستان در انگلستان و دریافت مدرک کوهنوردی هستید؟

برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.

تلفن: ۷۷۵۳۳۲۰۰ و ۷۷۵۳۳۱۷۳ فکس: ۷۷۵۲۰۵۶۶

# راه‌پیمایی در ارتفاع صفر



## گزارش: گروه کوه‌نوردی الاله تهران

با وجود عدم نیاز به کروکی تعدادی از نقاط خاص در محیط جزیره به همراه مشخصات آنها و فواصل طی شده جهت برنامه‌ریزی بهتر در فهرست زیر تهیه شده است.

**روز چهارم:**  
بازگشت از جزیره هرمز به بندرعباس و در نهایت برگشت به تهران.  
نکاتی در خصوص برنامه:

- محیط کامل جزیره (کنار ساحل) حدود ۲۸ کیلومتر می‌باشد.
- یک دور کامل جزیره با احتساب زمان‌های توقف و با در نظر گرفتن سرعت متوسط حدود ۲/۷ کیلومتر بر ساعت نزدیک به ۱۱ ساعت به طول انجامید.
- منطقه مسکونی جزیره دارای امکانات آب و برق می‌باشد با این وجود جهت مصرف آب شرب مناسب می‌توانید آب معدنی مورد مصرف خود را از جزیره خریداری کنید یا آب همراه خود ببرید.
- حداقل آب مورد نیاز برای هر نفر در طول اجرای راه‌پیمایی حدود ۳ لیتر می‌باشد.
- بهترین زمان اجرای برنامه به علت گرم بودن هوا ماه بهمن می‌باشد.
- استفاده از کفش سبک و مناسب راه‌پیمایی و لباس مناسب هوای گرم بسیار مهم می‌باشد.
- از نکات جالب در طی مسیر تفاوت بافت ساحل شرقی و غربی نسبت به ساحل جنوبی می‌باشد کرانه غربی و شرقی ساحلی ماسه‌ای و در مقابل کرانه جنوبی ساحلی صخره‌ای با فضایی متفاوت می‌باشد.
- پیشنهاد می‌شود که صبحانه قبل از طلوع خورشید صرف شود که در غیر این صورت می‌بایست در آفتاب میل شود.
- با وجود تمام زیبایی‌های مسیر، در این منطقه نیز از آلودگی محیط زیست در امان نخواهید بود و گاه‌گاه شاهد آشغال‌هایی خواهید بود که امواج دریا با خود به ساحل آورده است.
- لازم به ذکر است جاده‌ای آسفالت نیز در پیرامون جزیره در فاصله‌ای دورتر از ساحل قرار دارد که انتخاب این جاده به عنوان مسیر راه‌پیمایی، یعنی از دست دادن بسیاری از زیبایی‌های کنار ساحل. △

در برنامه با راه‌پیمایی به دور جزیره‌ای دور دست می‌توان شاهد یکی دیگر از زیبایی‌های طبیعت بود، طبیعتی خاص در سواحل جزیره هرمز، مسیری که از یک سمت با امواج دریا و از سمت دیگر با صخره‌ها و تپه‌های رنگی با اشکال گوناگون مزین شده است. محیطی که گویا فضای سیاره دیگری می‌باشد. مکانی کاملاً متفاوت با کوهستان و آنچه که در تصور وجود دارد. مسیر زیبایی که جز با قدم گذاشتن در آنجا قابل توصیف نخواهد بود.

جزیره هرمز با وسعتی حدود ۴۲ کیلومتر مربع در ۱۵ کیلومتری جنوب شرقی بندرعباس در تنگه هرمز قرار دارد. این جزیره دارای منطقه مسکونی کوچکی می‌باشد که علی‌رغم وجود معدن خاک سرخ و طبیعت زیبای آن، محرومیت در آنجا به چشم می‌خورد. ولی با این وجود با سفر به جزیره از امکانات اولیه زندگی برخوردار خواهید بود و می‌توانید مواد مورد نیاز خود را از آنجا تهیه کنید.

**بهمن ۱۳۸۴، روز اول**  
حرکت از تهران به مقصد بندرعباس توسط قطار.

### روز دوم:

پس از حدود ۱۷ ساعت مسافرت با قطار و رسیدن به بندرعباس، عازم اسکله شهر برای رفتن به جزیره هرمز با قایق موتوری شده که فاصله بندرعباس تا جزیره حدود نیم ساعت زمان می‌برد. باقی‌مانده روز دوم در جزیره هرمز را می‌توان با بازدید از قلعه زیبای پرتقالی‌ها مربوط به حدود سال ۱۵۰۰ میلادی و گوش سپردن به توضیحات راهنمای نوجوان قلعه آقای حسن دریایما که به صورت افتخاری با عشق و شور خاصی از تاریخچه و مشخصات قلعه صحبت می‌کند سپری کرد.

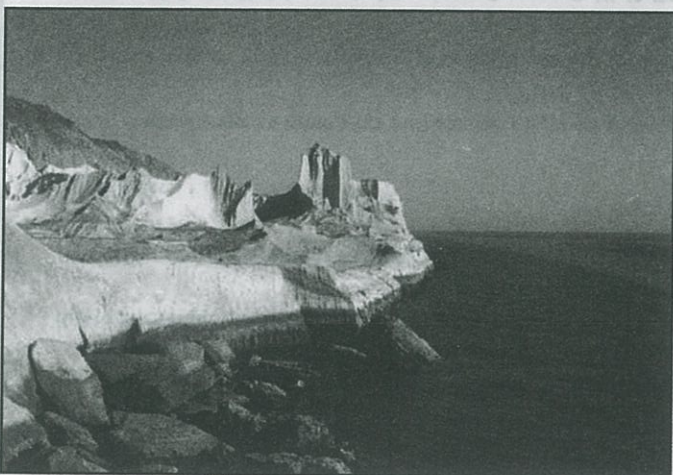
جهت شبمانی در جزیره نیز هیچ محدودیتی وجود ندارد هم می‌توان در خوابگاه تربیت بدنی داخل منطقه مسکونی جزیره و هم در کنار ساحل دور از منطقه مسکونی شب

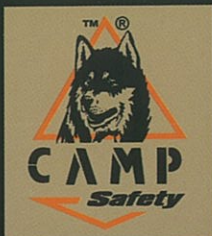
نقاط	مکان	مشخصات جغرافیایی	فاصله تا نقطه بعد
۱	پارک دولت	N27 05.519 E56 27.568	۲/۲ کیلو متر
۲	تلبسات گازگانی	N27 05.025 E56 29.228	۰/۴ کیلو متر
۳	بنای قدیمی و کورچک امام زاده	N27 04.798 E56 29.377	۵/۲ کیلو متر
۴	ساختمان محیط زیست	N27 02.636 E56 29.717	۵/۱ کیلو متر
۵	معدن خاک سرخ	N27 02.012 E56 27.714	۱/۲ کیلو متر
۶	قلعه پرتقالی‌ها	N27 05.995 E56 27.172	۷/۲ کیلو متر
۷	پارک دولت	N27 05.519 E56 27.568	-

را سپری کرد و یا حتی می‌توان قسمتی از مسیر را در این روز طی کرد و در مسیر اتراق کرد. پارک دولت در سمت شمال شرقی جزیره نیز دارای امکانات میز و صندلی و آلاچیق بوده و از دیگر نقاط جهت اتراق، مناسب‌تر می‌باشد.

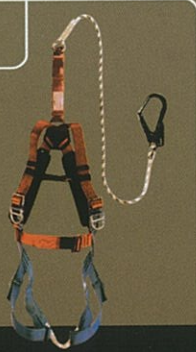
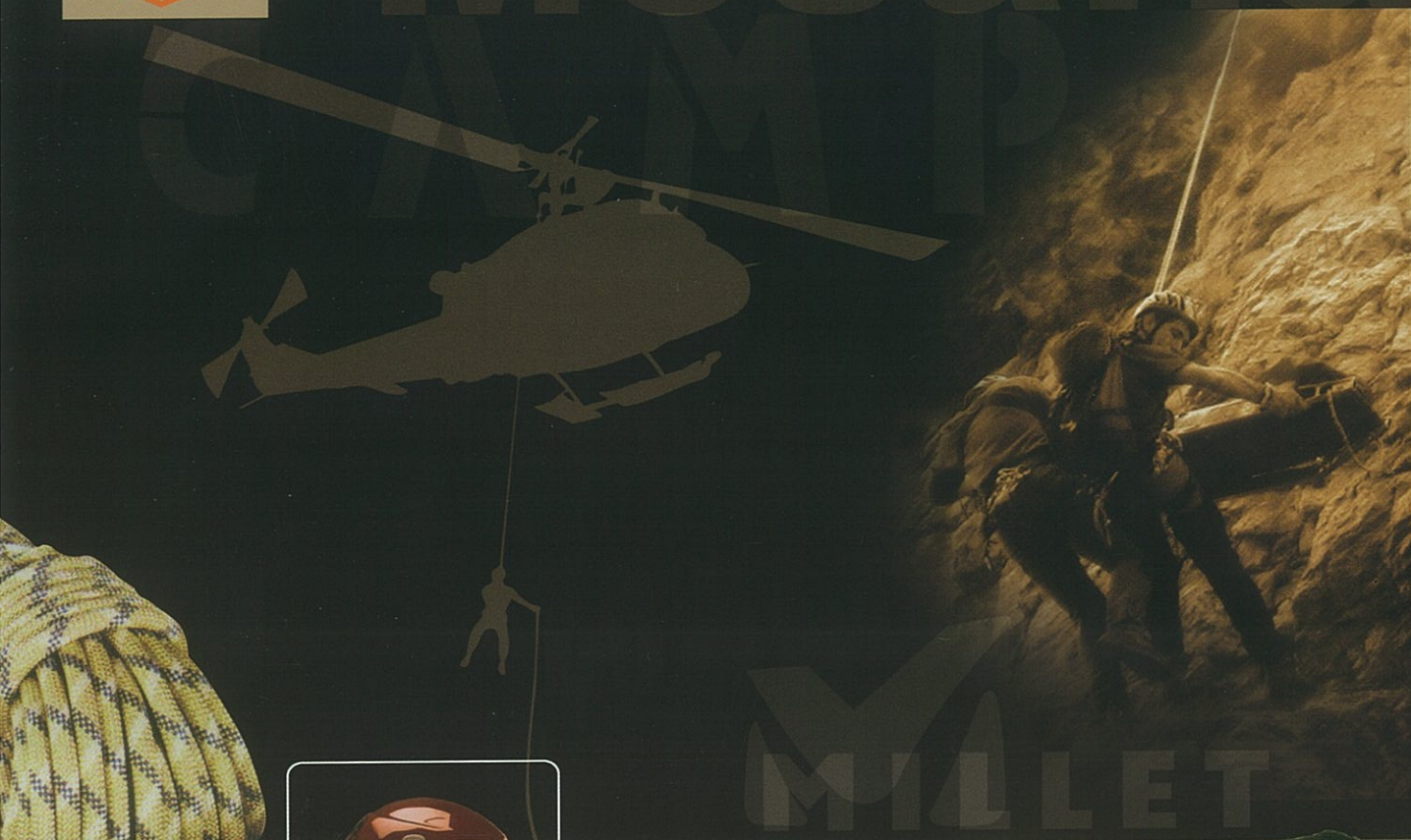
### روز سوم:

اجرای این برنامه به صورتی می‌باشد که احتیاج به کروکی نمی‌باشد و فقط کافی است که ساحل جزیره را نشان کرده و به حرکت خود در کنار ساحل ادامه داده تا پس از طی ۲۸ کیلومتر (محیط جزیره) به نقطه اول برسید و این از مزیت‌های آن می‌باشد که می‌توان بدون نگرانی از انتخاب مسیر و گم شدن، نهایت لذت از طبیعت را برد. پیشنهاد می‌شود جهت شرق به غرب (چپ‌گرد) برای گردش به دور جزیره انتخاب شود تا هم در حین حرکت پشت به آفتاب قرار گیرید و هم شاهد لحظه زیبای طلوع و غروب خورشید در طی مسیر باشید.





# Mosaffa Company



Designer: Vakilzadeh

**MILLET**



## شرکت ساز و ساخت مصفا

نماینده انحصاری **CAMP & Millet** در ایران

تهران : خیابان انقلاب • نرسیده به خیابان سپاه

کوچه فروغی • شماره ۴۷ • طبقه اول

فکس : ۷۷۶۵۲۴۷۱ - ۷۷۶۵۲۷۸۳ تلفن : ۷۷۵۲۸۷۹۴

E-mail: [homb7576@yahoo.com](mailto:homb7576@yahoo.com)

### تلفن فروشگاه ها

۶۶۴۶۰۵۷۰

۶۲۷۰۴۱۷

۵۲۶۰۳۶۲

۲۵۲۳۴۹۸

۷۲۹۲۵۴۴

۲۳۳۷۲۹۶

۲۲۲۱۲۵۰

۷۷۷۵۷۴۴ - ۵

۲۲۳۳۸۹۸

۲۲۵۰۲۳۰

۲۲۳۹۱۴۵

۶۰۶۵۸۳۲

۰۴۱۱۵۵۲۳۴۷۶

۰۸۱۱۲۵۲۰۸۵۳

### اسامی فروشگاه ها

فروشگاه بنادک

شرکت ناجیان شرق

فروشگاه صخره

فروشگاه قزل کوه

فروشگاه زرین

فروشگاه حق نگهدار

فروشگاه رضایی

شرکت ققنوس

فروشگاه پیک لج ور

فروشگاه شاهو

فروشگاه ک۲

اولین ستاره شرق

تختی

کولاک اسپرت

تهران

یزد

زنجان

همدان

کرمانشاه

شیراز

خرم آباد

اصفهان

اراک

سنندج

کرمان

مشهد

ارومیه

همدان

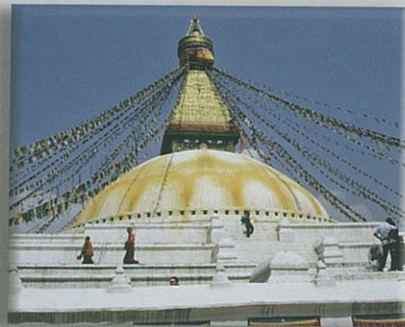
اگر به کیفیت خدمات می اندیشید با ما سفر کنید!



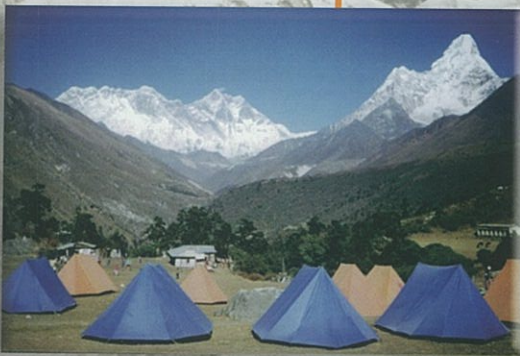
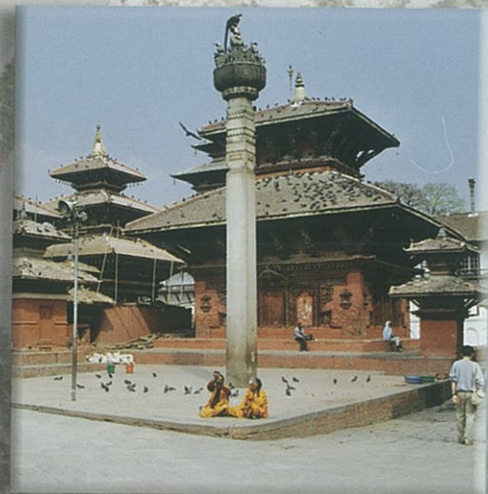
# EVEREST

## Expedition Trek

تور راهپیمایی کمپ اصلی اورست و دیدنیهای هیمالیا ۲۵ اسفند ۸۵ الی ۱۳ فروردین ۸۶



- بهمن ماه قله کلیمانجارو
- تابستان ۸۶ قله آرات

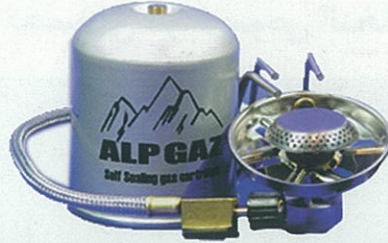


تلفن: ۸۸۶۳۹۹۶۵ همراه: ۰۹۱۲۳۷۷۰۳۵۴ سایت اینترنتی: [www.kalvan.ir](http://www.kalvan.ir)  
آدرس: تهران . خیابان فتحی شقاقی ، بین میدان سلماس و کاج شمالی . پلاک ۱۱۸ واحد ۳



# ALPAY *tour*

Adventure Sports & Travel Agency



نماینده فروش محصولات دیوتر آلمان  
 پفش محصولات LAFUMA-ASOLO-MEINDL  
 و سایر مارکهای معتبر اروپایی  
**ارگانیزاتور تورهای آرات و شاه داغ آذربایجان**  
 آدرس: اورمیه-غ ورزش- روبروی سالن شش هزار نفری  
 تجهیزات کوهنوردی آلبای



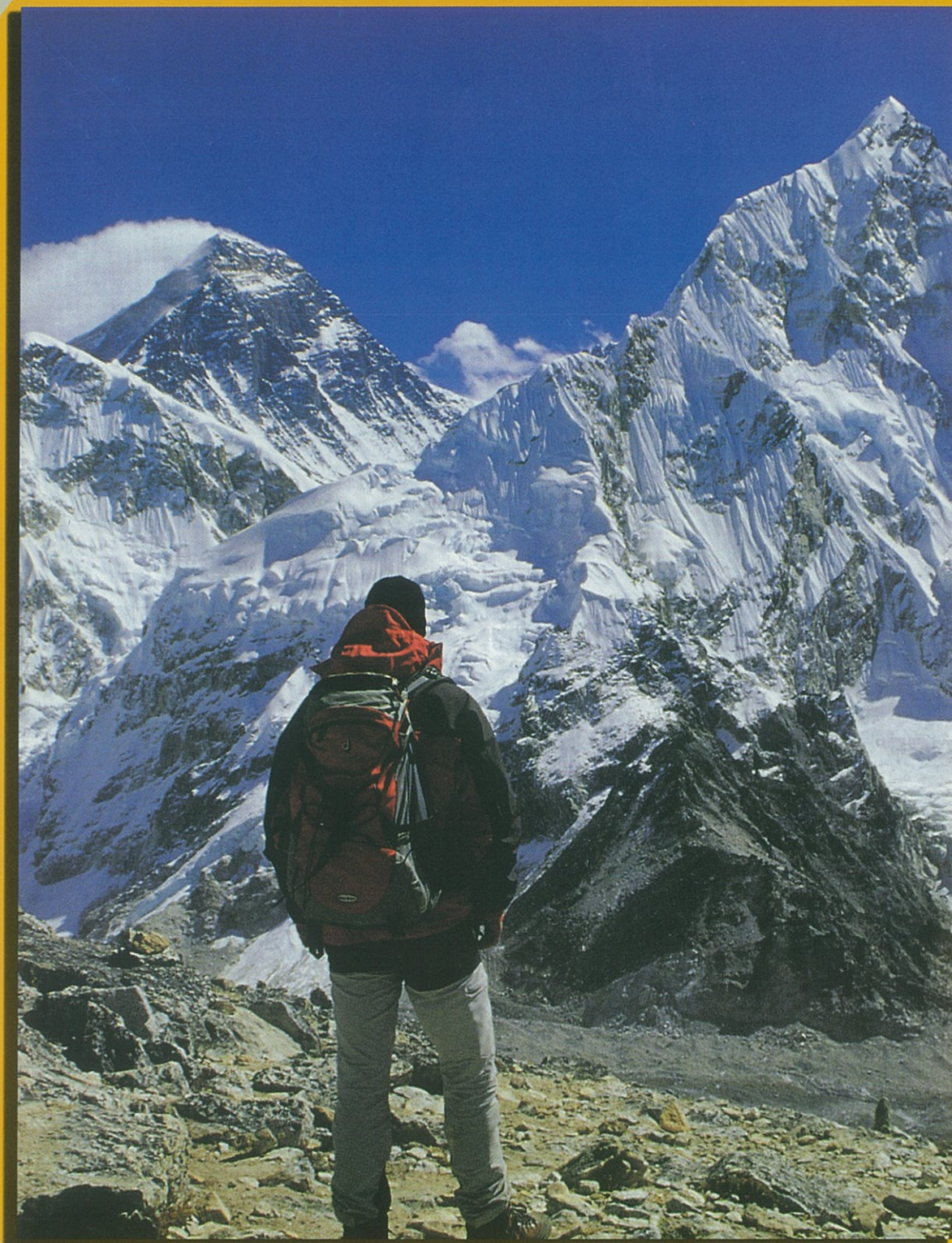
Address:  
 Varzesh St. Urmia-Iran  
 Tel&Fax: +98 441 3465797  
 GSM: +98 914 441 3735  
 +98 914 441 2128  
 E-mail: info@alpay.tour.com



# زاگروس رنج



عرضه کننده لوازم کوهنوردی و کمپینگ کمپانی های معتبر جهان  
همراه با:  
مشاوره تخصصی در خصوص انتخاب لوازم



تهران ، خیابان ولیعصر ، بالاتر از میدان منیریه ، روبروی خیابان راتق ، پلاک ۱۲۸۷  
مدیریت : اخترزند  
تلفکس : ۶۶۴۹۸۶۸۱ همراه : ۰۹۱۲۳۳۶۳۰۰۰

و سایر تولیدات تبریز کسری

کیسه خواب کرتکس و کاوری  
کوله پشتی ۴۰ الی ۷۰ لیتری و کاوری  
دستکش کرتکس آستر پلار  
کتر نوپوش کرتکس  
کتر کوتاه شنسکی  
زیرانداز  
پامچو کرتکس بارانی  
کاپشن شلوار کرتکس  
کاپشن شلوار پلار  
کلاه ضد طوفان پلار دولایه  
هدبند پلار دولایه  
جوراب حوله ای ۱۰۰٪ پشمی  
جوراب چادر کرتکس با الیاف خارجی

# تبریز کسری

تولید کننده کفشهای کوهنوردی



کد ۱

کوهپیمائی جدید طرح آئینا لایه کرتکس

فروش کلیه تجهیزات  
کوهنوردی و سنگنوردی



کد ۳

نیمه سنگین آستاری پلار لایه کرتکس

کد ۲

سبک کوهنوردی - لایه کرتکس



فروشگاه تبریز کسری      تلفن: ۰۴۱۱ - ۵۲۳ ۹۷۱۱

آدرس تولید: تبریز، اول خیابان ثقة الاسلام، نرسیده به آرامگاه شهریار

آدرس نمایندگی تهران: میدان منیریه، پاساژ کاوه، فروشگاه پورجم      تلفن: ۰۲۱ - ۶۶۹۵۰۷۷۰

beasat : 2814553



WWW.ZAGROSSPORT.IR

# زاگروس اسپرت

تولید تجهیزات کوهنوردی و سنگنوردی



تلفن: ۰۳۱۱-۴۴۶۲۷۴۲  
فکس: ۰۳۱۱-۴۴۶۶۲۸۷  
همراه: ۰۹۱۳۱۱۳۶۶۸۴

اصفهان خ عبدالرزاق جنب بانک سپه شماره ۲۵۸



دروازه‌های به‌سوی طبیعت

مدیریت جدید نیاک افتخار خدمت به تمام کوه‌نوردان پر تلاشی کشور را دارد

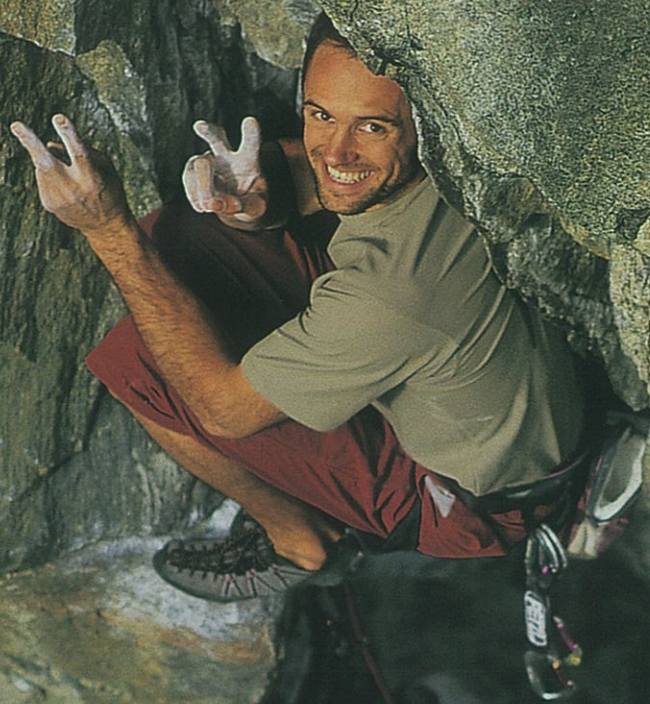
نیاک نماینده فروش معتبرترین  
کمپانی‌های لوازم تخصصی  
کوه‌نوردی اروپا با  
عرضه قیمت‌های مناسب  
در ایران می‌باشد  
مدیریت: علیرضا علی‌عسگری

خیابان فردوسی شمالی، نرسیده به میدان فردوسی، جنب بانک ملت، کوچه ضرابی، پلاک ۴  
تلفن: ۶۶۷۴۹۵۷۱ - ۶۶۷۴۹۵۷۲    شماره: ۶۶۷۴۹۵۷۳    ای‌میل: info@niyak.com





LA SPORTIVA  
innovation with passion



شرکت بازرگانی سروش کوهساران

تلفن: ۱۱۹۱۴۰۸۲ فکس: ۱۱۹۱۴۰۸۱ صندوق پستی: ۴۱۸۵ - ۱۴۱۵۵

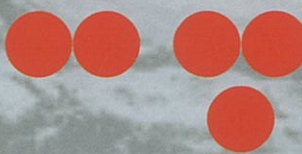
[www.souroshekouhsaran.com](http://www.souroshekouhsaran.com)

[info@souroshekouhsaran.com](mailto:info@souroshekouhsaran.com)

با مجوز اداره کل تربیت بدنی استان تهران



# اسپلات



**باشگاه**  
برنامه های کوهنوردی - کلاسهای آموزشی

سنگ نوردی . یخ نوردی . غار نوردی . کویر . جنگل . عبور از دره ها و آبشارهای بلند

**فروشگاه**  
عرضه لوازم کوهنوردی

لوازم فنی . کوله . کفش . چادر و کلیه اقلام ورزش کوهنوردی

**تولیدی**  
تولید لوازم کوهنوردی

بادگیر شلوار گورتکس . کیسه خواب . گتر . پانچو . روکش کوله و .....

با بیش از ۲۵ سال تجربه

ساعت کار : همه روزه به غیر از روزهای تعطیل از ساعت ۹ الی ۷ شب پنجشنبه ها تا ساعت ۲ بعد از ظهر

خیابان مفتوح جنوبی - ابتدای پل زیر گذر ( دروازه دولت ) پلاک ۷۸ - طبقه همکف

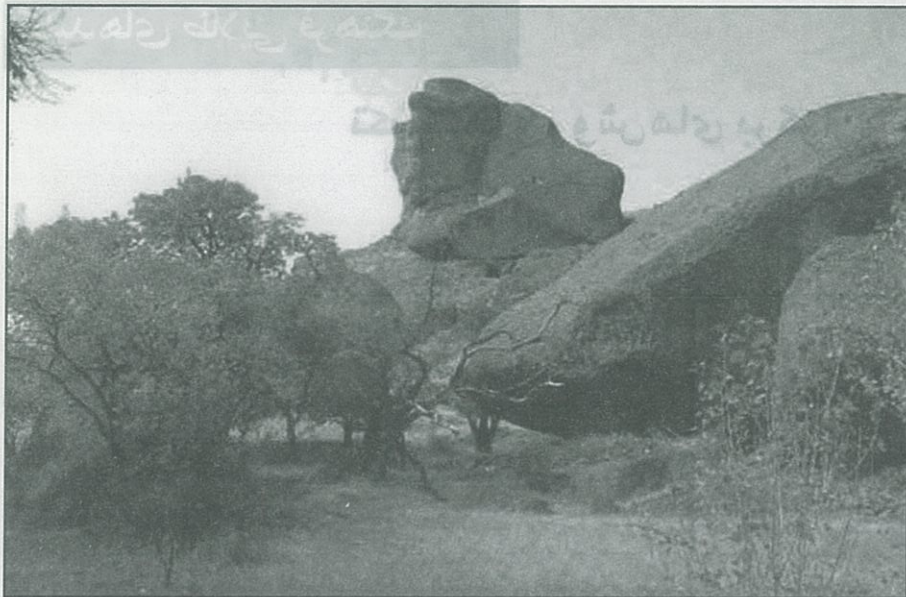
تلفن : ۸۸۳۱۳۳۹۷      تلفکسی : ۸۸۳۰۱۰۸۴

Web Site : [www.espilat.com](http://www.espilat.com)



# پیکره سنگی باباداوود (بهرام و اژدها؟)

گزارش: جعفر سپهری



عنبران علیا، روستایی در مجاورت مرزهای بین‌المللی واقع در شهرستان نمین استان اردبیل بخش عنبران است. این روستا مانند ماسوله کیلان، کوهپایه‌ای است. مردم آن به زبان تالشی (تاتی - گونه‌ای از پارسی باستان) صحبت می‌کنند. در منطقه عنبران علیا زیارتگاه‌های متعددی وجود دارد. زیارتگاه بابا خرم و حاج سکوتی (وزیر ایرانی دربار مصر) و شیخ شفیقی عنبرانی و... این منطقه در گذشته محروم از امکانات اولیه بود که خوشبختانه در سال‌های حاضر تلاش‌هایی برای رفع این نواقص صورت پذیرفته است.

عنبران از شهرهای تالش نشین ایران زمین در استان اردبیل می‌باشد. این شهر و روستاهای پیرامون آن به خوبی با زبان و فرهنگ اصیل ایران باستان آشنایی داشته و همواره در پاس داشت آن کوشیده‌اند. کلیم و مسند عنبران شهرت جهانی داشته و عسل و نان زرین آن معروف است. از دیدنی‌های عنبران می‌توان به هستل باند، خان هونی، عقاب تالش، تفرجگاه اینرو، تفرجگاه تانگی و پیکره سنگی بابا داوود اشاره کرد.

بانگله‌ی به کوه‌های سحرانگیز و زیبای سیلان و تالش، رویایی وصف‌ناپذیر، انسان‌را به ژرفای دلربایی‌های می‌برد. هنگامی که برای لذت بردن از این رویلها بر زمین خدا طراقی می‌کنی هوایی پاک همچون مرهمی آرام بخش روح آدمی را نوازش می‌دهد. این سرزمین سحرانگیز، که جان شیفته آدمی را به پرواز در بستر رویلها و می‌دارد، عنبران (سرزمین عنبر، بوی‌های خوش) نام دارد که با چشمانی تیزبین با غرور تمام به قلعه‌های سربفلک کشیده نظاره‌گر است.

قلعه‌های پر برف، باغ‌های گل، دشت‌های بی نظیر. آب و هوای بهشتی عنبران محصول الطاف خلوندیست که هوای کوهستانی آذربایجان را از یک سو و شبنم دریای مازندران را از فاصله‌ای متعادل دریافت کرده پس از ترکیب دوباره هوایی معتدل و روح بخش را به بندگان خدا ارزانی می‌دارد.

چنین منطقه‌ای گهواره تمدنی دیرپای است که آن را درخود پرورش داده و این تمدن ریشه در ژرفای تاریخ دارد. به

هرسوی این کتاب کهن که بنگریم تاریخ ایران زمین را دربردارد. زبان بلستانی، آرامگاه‌های پیش از اسلام، روستاهای مخروبه، پوشاک محلی، زیارتگاه‌ها و غیره در این موزه بکر و دست نخورده برای آیندگان به امانت گذاشته شده است.

یکی از نشانه‌های این زندگی تاریخی " پیکره سنگی باباداوود عنبران " است.

پس از طی مسافتی حدود یک کیلومتر از شهر عنبران (سقلی - پایین) به سوی روستای مرزی و تاریخی عنبران علیا (بالا)، در دره‌ای معروف به تانگی، بالاتر از چشمه "خان هونی" بر بلندای تپه‌ای معروف به بابا داوود عنبران، پیکره عظیمی به نام‌های بابا داوود یا ابوالهول ایران قرار دارد که یادآور پیکره سنگی ابوالهول مصر است. این پیکره سنگی بلستانی، جلوه‌گر سیمای نیم‌تنه انسانی است. گول پیکر که در کنار آن تمساحی عظیم الجثه آرمیده است. در ادامه این ساختار شگفت و حیرت‌انگیز، غاری بزرگ نظر بازدیدکنندگان را به خود جلب کرده و بر اهمیت این مجموعه دیدنی می‌افزاید.

شاید در دیدگاه و پندار سازندگان چیره‌دست این پادمان از نبرد بهرام و اژدها حکایت داشته که چگونه فرشته مقدس سرانجام بر آفریده اهریمن غالب آمده و جهانی را از شر نفس زهرآگین اژدها رهایی داده است.

شاید هم این همان جایگاهی باشد که زرتشت در کوه‌های آن ده سال را به عبادت و پرستش یکتای هستی گذراند تا به پیامبری منسوب شد.

اما در پندارها و باورهای مردم محلی، "بابا داوود" جایگاهی بس ژرف در تاریخ فرهنگ و مدنیت این سرزمین داشته است. برای دیدن این زیبایی‌ها باید با چشم دل نظاره‌گر گذشته تاریخی آن باشیم. گذشته‌ای که مطمئناً جنای از تاریخ و فرهنگ غنی ایران زمین، این گهواره گرمای تمدن، نیست. این منطقه به جهت دنج و آرام بودن بزرگانی از اولیای اله در خود پرورش داده که به سیروسلوک و عبادت و چله‌نشینی و رازونیز با یگانه هستی بخش جهانیان پرداخته‌اند. از این روستا که بعد معنوی این مکان ارجحیت بیشتری دارد. به طوری که اهالی برای

اهای نذر و قربانی خود به آنجا می‌آیند.

احاطه این پیکره سنگی توسط کوه‌های سربه‌فلک کشیده همانند دژی طبیعی و سترگ بر افسانه‌ای بودن آن دامن می‌زند. همچنین به جهت وجود آثاری از آبیگر وسد، از دوره‌های پیش از اسلام، در بخش شمالی پیکره، بر اهمیت آن می‌افزاید. اهالی می‌پندارند و می‌انگارند که این مجسمه به دلیل شباهت به صورت انسان توسط نیاکانشان تراشیده شده تا امروز که به شکل کنونی در آمده است. شواهد موجود پیرامون پیکره بیانگر اطراق افرادی در کنار آن برای مدتی طولانی بوده که آثاری را از خود به جای گذاشته‌اند.

برای نتیجه‌گیری علمی تکیه بر آرا اهالی و نظر عامه مردم نمی‌تواند ذهن کنجکاو و جستجوگر بیننده را قانع نماید. باید گروهی از باستان‌شناسان، با در نظر گرفتن لایه‌های فرهنگی و زبان باستانی منطقه، بررسی و مطالعات دامنه‌داری را برنامه‌ریزی نمایند تا هویت واقعی این پدیده شگرف روشن شود.

با نگاهی به برگه‌های تاریخ یک قرن گذشته به جهت جداسازی بخشی از عنبران از خاک ایران، توسط استعمارگران، و وجود آثار تاریخی مرتبط در فراسوی مرزهای کنونی، استفاده از سازمان‌های بین‌المللی برای روشن شدن زوایای پنهان پیکره سنگی بابا داوود عنبران، ضروری است.

مطمئناً با بررسی و اظهار نظر کارشناسان، باستان‌شناسان و پژوهشگران، آوازه این سرزمین افسانه‌ای و پیکره اسطوره‌ای آن، به دورترین نقاط جهان خواهد رسید. همچنین کوه نوردان و غارنوردان با گام نهان در غارهای لابیرنت مانند این منطقه، که بی‌شباهت به لابیرنت جزیره کرت هم نیست و اکتشاف این غارها، گامی دیگر در جهت شناسایی هرچه بیشتر منطقه خواهد بود.

این کاوش بزرگ هم برای تمدن تالش و کلوسیان وهم برای ایران، افتخاری بزرگ به حساب خواهد آمد. متعلقه‌ای که حلقه گردشگری کیلان شمال تالش آستارا گردنه حیران اردبیل و سرعین را به خوبی تکمیل می‌نماید. Δ

## تکنیک‌ها و روش‌های برگزاری جلسات

گردآوری: مهدی داورپور



### شروع نکردن در سر وقت

تصور کنید... جلسه قرار است ساعت ۱۰ صبح برگزار شود. افراد شروع به دور هم جمع شدن می‌کنند وقت مقرر فرا می‌رسد ولی همه حاضر نیستند قرار می‌شود پنج دقیقه به آنان فرصت داده شود قهوه ریخته شده است، بحث‌های موقتی گوناگون (و احتمالاً نه چندان مفیدی) میان گروه‌های مختلف شروع می‌شود زمان می‌گذرد و بالاخره جلسه با ۱۵ دقیقه تأخیر و یک نفر که هنوز نرسیده است، شروع می‌شود. درست موقعی که بالاخره مسائل به جای حساس می‌رسد سر و کله دیرآمده پیدا می‌شود. پنج دقیقه دیگر برای عنبرخواهی و جمع‌بندی تلف و جلسه مجدداً شروع می‌شود. احتمالاً شما با این نوع صحنه‌ها آشنا هستید. اگر، برای مثال، هشت نفر در موقعیتی که توصیف شد درگیر باشند به راحتی هشت بار هر بار نیم ساعت تلف می‌شود... یعنی، چهار نفر - ساعت و در بعضی سازمان‌ها بدون این که حتی این قضیه غیرعادی جلوه کند!

تأخیر در شروع جلسات که وقت را (به طور نامتناسبی) تلف می‌کند تفرغ بسیاری از افراد وقت شناس را برمی‌انگیزد و به همین خاطر به جای شروع با مطلبی مثبت باعث ایجاد اصطکاک می‌شود.

ارزش تأکید را دارد: همیشه جلسات را سر وقت شروع کنید.

ممکن است شروع با آن مشکل باشد اما تنها راه ترفیق عادت‌های پسندیده و ارزش قابل شدن برای وقت است. اگر شما در شرکت یا اداره‌ای تازه کار هستید پس آن طوری شروع کنید که می‌خواهید ادامه دهید. با ثبات باشید. بگذارید این حرف دهان به دهان بچرخد: «بهتر است برای جلسات فالانی دیر نکنید.»

ارزش تلاش را دارد. پس، در این جادو اصل وجود دارد:

اگر شما شرکت کننده هستید: وقت شناس باشید.

اگر جلسه مال شماست: خودتان وقت شناس باشید و سر وقت شروع کنید.

هر جلسه‌ای به یک نفر مسئول نیاز دارد. او را هر چه دلتان می‌خواهد بنامید اما مطمئن شوید که یکی باشد و نه هر کسی، یک شخص مناسب باشد زیرا نقش رئیس، همان گونه که خواهیم دید اساسی است.

مزایای جلسه‌ای که خوب هدایت شده باشد:

- جلسه بیشتر بر اهدافش متمرکز می‌شود - بحث را بیشتر می‌توان سازنده نگه داشت - بازیابی کاملی را قبل از اتخاذ تصمیم‌ها می‌توان تضمین کرد - همه جنبه‌های بحث را می‌توان

منعکس کرد و متعادل نگه داشت - برنامه‌ها را می‌توان رسمی و کمتر بحث‌انگیز حفظ کرد (حتی موقع برخورد با مسائل بحث‌انگیز) رئیس جلسه خوب جلسه را هدایت و بحث را در دست می‌گیرد و تلاش می‌کند تا ببیند اهداف - دقیقاً با کارایی و به طور مؤثری و بدون ضایع کردن وقت - برآورده شود. نظر به مسئولیت‌هایی که فهرست‌بندی شده باشد اهمیت انتخاب صحیح رهبری مناسب به وضوح مشخص است. هیچ جلسه‌ای بدون رهبری مناسب به آرامی اداره نمی‌شود (حتی اگر رهبر دقیقاً یکی از دو نفر باشد)

قبل از این که جلسه شروع شود شخص مناسبی را در مسند ریاست قرار دهید و قبول کنید که کسی باید مسئول باشد. با این وجود امتیازهایی را می‌توان ایجاد کرد ولی نظم غالب به پیشرفت کل روند کمک خواهد کرد.

هر کار دیگری که رئیس انجام دهد یا ندهد باید دو اصل مهم را وضع و اجرا کند:

۱- در هر زمان فقط یکی باید حرف بزند.

۲- رهبر تصمیم می‌گیرد چه کسی حرف بزند.

این دو اصل را رعایت کنید و بیشتر از این اندازه از پس خودش برمی‌آید.

رهبری جلسه وظیفه مهمی است. افرادی که رئیس جلسه هستند باید شعور این کار را داشته باشند و مهارت‌هایی را که باید یاد بگیرند و تمرین کنند به کار گیرند این امر ارزش قدری بررسی را دارد.

هر کسی که جلسه را اداره می‌کند باید:

- احترام افراد مشارکت کننده را نگه دارد.

- کارهای مقدماتی را صورت دهد و آماده بیاورد هر گونه مدارک مربوط را خوانده باشد و هر اقدامی را که به قبول مسئولیتش کمک می‌کند اجرا کند (باید دیگران را نیز ترغیب کند تا آماده شوند) این امر به سوی مشارکت‌های مهم‌تر و موجزتر در جلسه حرکت و در وقت صرفه جویی می‌کند

- موقع شناس باشد.

- به موقع شروع کند.

- تضمین کند که مسائل اجرایی را به طرز صحیحی سرپرستی کند (مثلاً: خوردنی‌ها و

آشامیدنی‌ها، یادداشت برداری و غیره)

آنان باید:

- با اقت کامل شروع و در جهت دستور جلسه هدایت کند.

### کویرنوردی در بکرترین و دشوارترین مسیر

#### کویر سیاه کوه اردکان

این کویر دارای قندیل‌ها و حفره‌های محکم و صعب العبوری است که در آن حتی امکان زندگی هیچ گیاه یا موجود زنده‌ای وجود ندارد.

لطفاً جهت ثبت نام برای ماه‌های فروردین، مهر، آبان و آذر سال

۱۳۸۶ دو ماه زودتر هماهنگی انجام شود.

انجمن کویرنوردی اردکان - محمدکمال اردکانی

۰۹۱۳۳۵۹۵۰۶۱

و وادار به تفکر می‌کند در حالی که به رئیس جلسه امکان می‌دهد اگر صلاح باشد پاسخ را آماده کند.

۵- پرسش‌های انحرافی - نوعی سؤال است که از رئیس جلسه می‌شود و به گروه برمی‌گردد: «سؤال خوبی است، نظر شما درباره آن چیست؟»

۶- پرسش‌های رو به توسعه - یا پرسیدن از اعضای گروه جواب سؤال قبلی را تأمین می‌کند. ادامه بحث به اندازه کنترل آن مهم است بدون آن جلسه نامتعادل خواهد شد و در نتیجه ممکن است کمتر موثر واقع شود.

جلسات مفید باید خلاق باشد آنها باید:

- وادار به تفکر کنند (دو فکر بهتر از یکی است)

- عقاید نو ایجاد کنند

- روش‌های جدید برای رسیدگی به مسائل پیدا کنند.

- باعث تحول شوند

- به راه حل‌های بدیع توجه کنند

- مشکلات را حل کنند

با این وجود عقاید جدید می‌تواند چرخهای منفی از حوادث ایجاد کند. رهبر باید مواظب باشد و اعضا را وادار کند که دآوری را مسکوت بگذارند و به عقاید ناشناخته فرصتی برای تجدید نظر بدهند. اجازه ندهید بحث (به نحو موثری) در حول و حوش امتیاز دادن به اشخاصی بچرخد که می‌گویند: «ایده شما فایده‌ای ندارد آن یکی بهتر است.»

خلاقیت نیاز به پرورش دارد و عقاید نیاز به بازبینی سازنده.

تنظیم زمان، همان طوری که قبلاً تذکر داده شده در هر جلسه‌ای مهم است.

بنابراین به زمان توجه کنید و در حالی که جلسه ادامه می‌یابد همه چیز را با توجه به زمان باقی مانده خوب تنظیم کنید - این امر به اندازه رئیس برای مشارکت کنندگان مهم است.

آیا لازم هستند؟ برای بعضی جلسات جواب ساده است: «نه» هم اکنون در بیشتر سازمان‌ها بیش از اندازه لازم کار دفتری هست. Δ

- در صورت لزوم افراد را معرفی کند (و یقیناً خودش افراد را می‌شناسد - کارت‌های اسامی می‌تواند در بعضی جلسات موثر واقع شود)

- اصول را تعیین کند.

- بحث و انواع افراد حاضر (پرحرف‌ها، ساکت‌ها، دعوی‌ها) را کنترل کند.

- در صورت لزوم وادار به مشارکت کند.

- پرسش‌هایی برای روشن شدن بکند (که می‌تواند در وقت خیلی صرفه جویی شود) همیشه ابتدا مسئله نامشخصی را زیر سؤال ببرد. اگر مسئله‌ای غلط فهمیده شده باشد وقت

بیشتری صرف سازمان‌دهی خواهد شد و مجبور می‌شود قسمتی را خلاصه یا عوض کند)

- مطمئن شود که همه فرصت اظهار نظر داشته باشند.

- بحث را به هنگام ادامه دهد.

ممکن است جمله «تأثیرهای اولیه تلاوم دارند» حرف تکراری باشد ولی واقعیت دارد و مهم هم هست. این چیزی است که از نظر تعریفه شما فقط یک بار شناس آن را دارید.

جلسه را به روشی شروع کنید که:

- مثبت باشد - روش و هدفش را مشخص کند - قدرت و حقایق رئیس بودن خودتان را ثابت کنید. - جو مناسبی ایجاد کند - برای آنچه که قرار است پیش بیاید ایجاد علاقه و شور و شوق کند - بلافاصله جدی تلقی شود.

شروعی جالب باعث می‌شود همه مسائل پس از آن به احتمال زیاد خوب پیش برود.

شش روش مطرح کردن پرسش:

۱- پرسش‌های آموزشی - برای کل گروه مطرح می‌شود و در شروع موضوع مفید است.

۲- پرسش‌های صریح - برای کل گروه مطرح می‌شود (که همه را به تفکر وادارد) و بعد از تک تک افراد به منظور کسب اولین نظر پرسیده می‌شود: «خوب حالا نظر شما درباره این موضوع چیست؟»

۳- مستقیم از یک شخص - جهت کسب پلسخی فردی یا بررسی درک.

۳- سؤال بدون انتظار جواب - سؤالی که مستلزم هیچ نوع جوابی نیست ولی مفید است

## فروشگاه آدیوس

طراح و تولیدکننده کوله چشمتی های کوهنوردی  
**CHALLENGER**



عرضه کننده انواع لوازم کوهنوردی - سنگ نوردی - کمپینگ

تعویض زیره ایرانی و خارجی و تعمیر انواع کفش‌های کوه‌نوردی سبک و سنگین

آدرس: تهران - خیابان ولیعصر - میدان منیریه - اول خیابان منیریه - پلاک ۲۴

تلفن: ۵۵۳۸۳۲۳۹ - فاکس: ۵۵۳۶۱۲۷۴

شاه‌پسند

# غار آبیشو

گزارش: دکتر حمیدی\*

باشد. برای رسیدن به دهانه غار می‌بایست ده‌ها کیلومتر در جاده‌های خاکی و پرفراز و نشیب سفر کرد. جاده مذکور در میان کوه‌های جنگلی منطقه به منظور حمل و نقل چوب درختان جنگل احداث شده است.

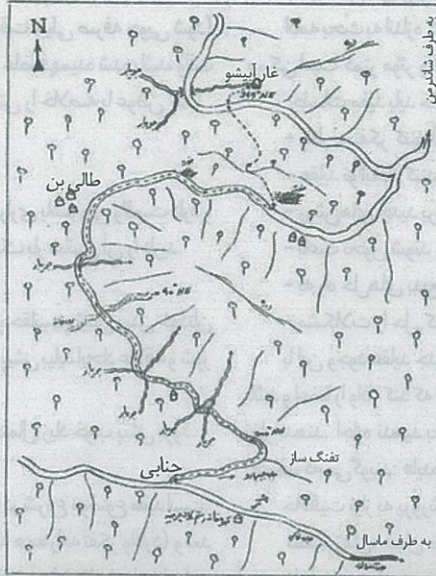
دهانه غار در فاصله صدمتری جاده واقع شده و از کنار جاده قابل رؤیت نمی‌باشد. از شاندرمن تا محلی که دهانه غار واقع شده است. حدود ۳۳ کیلومتر جاده خاکی در میان جنگل امتداد دارد. در روزهای بارانی و یا بلافاصله بعد از بارندگی، عبور از این جاده کار ساده‌ای نمی‌باشد و به طور معمول خودروهایی مانند مینی‌بوس نمی‌توانند از این مسیر بگذرند.

دهانه غار با گرای ۳۴۵ درجه شمال شرقی به جنوبی قابل رؤیت بوده و به دلیل ارتفاع زیاد منظره‌های شگرف را در مقابل دیدگان ما قرار می‌دهد. ابعاد دهانه حدود ۲۲×۹ متر می‌باشد.

میزان آب ورودی از بیرون غار در زمان‌های مختلف متغیر بوده و حتی در بعضی اوقات جریان آب کاملاً قطع می‌گردد. البته این موضوع تأثیر زیادی در آب جاری در اعماق غار نداشته و به نظر می‌رسد که آب جویبار داخل غار از منابع زیرزمینی تامین می‌گردد. هرچه به سمت انتهای غار پیشروی کنیم میزان آب در مسیر حرکت و نیز مقدار آبی که از آبشارها فرو می‌ریزد افزایش می‌یابد. برای رسیدن به دهانه غار می‌توان از دو راه استفاده کرد:

۱- در سمت چپ جاده ماسال به شاندرمن جاده‌های خاکی که در ابتدای آن دکه نگهداری وجود دارد در دل جنگل پیش می‌رود. این جاده به منظور حمل و نقل چوب‌های درختان جنگل احداث شده و شرکت چوکا از آن استفاده می‌کند. در طول مسیر در چند قسمت، جاده دو راهی می‌شود که حتماً باید از حضور راهنمایی آشنا به منطقه بهره گرفت. زمان تقریبی برای پیمودن جاده حدوداً دو ساعت می‌باشد.

۲- بعد از رسیدن به ماسال به سمت منطقه رامینه حرکت کرده و در جاده‌های آسفالتی مسیر را ادامه می‌دهیم. بعد از عبور از ایستگاه بازرسی جنگلبانی راه را ادامه داده پس از گذشتن از یک چشمه در سمت راست جاده و یک قهوه‌خانه (قهوه‌خانه رستم کلاه چرمینه) و طی مسافتی کوتاه به جاده‌های خاکی در سمت راست برمی‌خوریم. از این نقطه به بعد بهتر است پیاده‌روی را آغاز کنیم. این نقطه به «جنابی خوار» شهرت داشته و از اینجا به بعد مسیری افقی و طولانی پیش روی ما خواهد بود. البته این جاده برای تردد خودروهایی مانند جیپ و لندرو ساخته شده است. اما در عمل به هنگام بارندگی به علت گل‌زیلا حتی این خودروها هم نمی‌توانند حرکت کنند. به هر حال بعد از عبور از مناطق «تفنگ‌ساز» و «طالی‌بن» و عبور از کنار نواری صخره‌های در حاشیه سمت چپ جاده در نهایت باید وارد مسیری پاکوب



آبیشو نام غاری است شگفت‌انگیز در دل کوه‌ها و جنگل‌های غرب استان گیلان که هر غارنورد تلاشگر را به خود می‌خواند. دلیل انتخاب نام آبیشو برای این غار همانا جریان آبی است که در تمام طول غار وجود دارد. جویباری کوچک در ابتدای غار وجود دارد که هر چه بیشتر به درون غار می‌رویم جریان آن بیشتر شده و به تدریج تبدیل به نهری کوچک می‌گردد. این غار از سال‌ها قبل توسط افراد محلی شناسایی شده بود ولی تا سال ۱۳۸۱ تلاشی جدی و فنی برای کاوش و پیمایش آن انجام نشده بود. در نهایت غار آبیشو توسط چند تن از کوهنوردان تلاشگر گیلانی تا انتها پیمایش شد و از آن زمان تاکنون مورد بازدید تعداد بیشتری از دوستان قرار گرفته است.

غار آبیشو در قلب جنگل‌های ماسال و شاندرمن جای دارد. شاید یکی از دلایلی که تا به امروز این غار کمتر مورد توجه و کاوش قرار گرفته است دور از دسترس بودن آن

در سمت چپ جاده شویم. صعود از تپه‌های جنگلی و نه چندان بلند و مجدداً فرود از جانب دیگر آن، ما را به جاده‌ای دیگر می‌رساند که امتداد همان جاده شاندرمن به دهانه غار است. البته اگر بخواهیم از این صعود و فرود مختصر هم صرف‌نظر کنیم می‌توانیم همین جاده را ادامه داده و بعد از زمانی کوتاه به دوراهی دیگری که این جاده را به جاده شاندرمن متصل می‌سازد استفاده کنیم. در این حالت با حرکت به سمت چپ و در طول جاده جدید نیز می‌توان به محل دهانه غار رسید.

### ویژگی‌های غار آبیشو

آبیشو از غارهای منحصر به فرد در کشور ایران است. غاری تونلی و جریان آبی که از ابتدا تا انتهای غار همراه ماست. از ابتدای غار و از همان دهانه به بعد مسیر با شیبی تند به سمت اعماق غار ادامه می‌یابد. البته در بخش‌هایی از مسیر دالان‌ها و تالارهایی وجود دارند که کف آنها شیبی نداشته و افقی می‌باشد. در آبیشو غیر از چند مورد معدود اثری از دهلیزها و مسیرهای فرعی نیست. علی‌رغم آن که جریان آب داخل غار اثر بسزایی در تخریب چکیده‌های موجود داشته است، اما در بسیاری قسمت‌ها می‌توان استالاکمیت و استالاکتیت‌ها را مشاهده کرد. بلافاصله پس از ورود به غار تالاری با سقف بلند وجود دارد و سپس ادامه مسیر با گردشی به سمت چپ پیش روی ما خواهد بود. مسیر در ادامه از شیب بیشتری برخوردار بوده و باید با احتیاط و به صورت دست به سنگ طی شود. بعد از این مسیر که

حدود ۲۰۰ متر امتداد دارد به تالار کوچکی می‌رسیم که در انتهاب سمت چپ آن اولین آبشار قرار دارد. ارتفاع این آبشار حدود ۷ متر بوده و معمولاً خشک می‌باشد. برای پرهیز از فرود فنی می‌توان از دهلیزی که در کنار آبشار قرار دارد، به صورت خزیده پایین رفت. بلافاصله بعد از این آبشار دالانی فراخ وجود دارد که در سمت چپ آن دالانی به صورت نیم‌دایره قرار دارد که دوباره به دالان اصلی ختم می‌شود. زیباترین و غنی‌ترین مجموعه از استالاکمیت‌ها و استالاکتیت‌های مختلف غار آبیشو در این قسمت وجود دارد.

برای رسیدن به آبشار دوم راه زیادی را باید طی کرد. در میانه مسیر از چند چاهک کوچک که البته سرریز و جریان آب آنها بسیار دیندی است باید بگذریم. آبشار دوم به ارتفاع حدود ۵ متر کوچک‌ترین چاه در این غار بوده که بلافاصله بعد از آن چاه سوم قرار دارد. جریان و حجم آب از این آبشار به بعد به طور وضوح افزایش یافته و خیس شدن کامل غارنورد ضمن فرود از این آبشارها امری بدیهی و اجتناب‌ناپذیر است. چاه سوم حدود ۱۰ متر ارتفاع دارد. فاصله بین چاه‌های سوم و چهارم قدری زیادت‌تر بوده و در طی مسیر دوباره باید از دالان‌ها و یک چاهک بگذریم. آبشار چهارم نیز بلندتر از ۱۰ متر بوده و نیاز به فرود فنی دارد. در ادامه در ماراتنی از فرودها و حرکت در دالان‌ها و دهلیزها قرار می‌گیرید. آبشارهای پنجم، ششم و هفتم که ارتفاع آنها مابین ۱۰ تا ۱۵ متر متغیر می‌باشد به دشواری حرکت در

این غار می‌افزایند. شاید بزرگترین مشکل در پیمایش غار آبیشو حجمی از آب سرد باشد که همواره بر سر و روی شما فرو می‌ریزد. لباس‌های خیس شده غارنورد و بروند داخل غار عواملی هستند که پیمایش این غار را دشوار می‌سازند. آبشار هشتم نیز پایان بخش فرودهای ما خواهد بود. البته این فرود به دلیل آن که روی یک کلاهی صورت می‌پذیرد قدری متفاوت از سایرین است. این موضوع به ویژه در بازگشت و صعود باید مدنظر قرار گیرد. در انتهای غار آب جاری در آن که از ابتدای مسیر همراه و در کنار ما بوده با ورود به حفره و شیاری ما را به حال خود وامی‌گذارند و راهی دنیایی ناشناخته برای ما می‌شوند.

نکته مهم در فرودها آن است که هیچ یک از چاه‌ها دارای کارگاه مصنوعی نبوده و حتماً باید کارگاهی ایمن تدارک دید. خوشبختانه با قدری تامل می‌توان به عوارضی نظیر چکنده یا منقار سنگی دست یافت. در یک آبشار هم به دلیل عدم وجود این عوارض طبیعی با قراردادن سنگی به صورت گوه در یک شکاف کارگاهی مطمئن فراهم آمده است.

با توجه به ویژگی‌های این غار برخوردار از تجربه و مهارت‌های فنی غارنوردی در پیمایش آن شرط اول ورود به آن است. در ضمن، دقت بسیار در همراه داشتن ابزار و تجهیزات فنی و نیز پوشاک مناسب شرط موفقیت و سلامت در غار آبیشو است. Δ

\* گروه چکاد رشت



## شرکت توریستی البرز گشت

Alborz Gasht Tourism Co. Ltd.

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

سفر به قله‌ها	کوه‌های جهان	ایران زمین	آموزش	آلبوم	درباره ما
سامانی	کوه اصلی اورست				
کورژنفسکایا	کوه اصلی ماکالو				
لنین	کوه اصلی آنابورنا				
خان تنگری	کوه اصلی کی 2				
پوبدا	کوه اصلی نانگاپاربات				
موستاق آنا					
کلیمانجارو					
آارات					
البرور					

### و هر کجا شما اراده کنید

تماس با ما

تلفن: 09121973267 زارعی

09121481227 افلاکی

[reza.zarel@gmail.com](mailto:reza.zarel@gmail.com)



آن تیر سرنوشت ساز در نزدیکی‌ها فرود می‌آید، چنان که سیاوش کسرای سروده "مرزهامان تنگ! / خانه‌هامان کور!" می‌شد. و به تعبیر فردوس حاجیان، تیر آرش، زمین (خاک و آب) را حفظ می‌کند و همین عناصر به اضافه هوا (یاد) آن را هدایت می‌کنند تا عرصه بیشتری باز شود و اکسیژن [فضای زیستی] کافی برای انسان‌ها فراهم شود.

آن گونه که پژوهش‌های هاشم رضی نشان می‌دهد، آیین "آب ریزگان" یا پاشیدن آب که در جشن تیرگان و به روز تیر (سیزدهم) از ماه تیر انجام می‌شده، نوعی ستایش ستاره تیشتریه (ایزد باران) و نیز نمایش تاثیر آب بر پایین آوردن حرارت مزاج و دفع بیماری‌ها بوده است. در تاویل زیست بومی از این آیین، می‌توان گرمای داشت آب را دید که حیات، با آن آغاز یافته است، و بی‌آن می‌میرد. بازی با آب، و اغتسال هم برای بسیاری از جانداران - از جمله انسان - یکی از ضروریات ادامه زیست است.

از تاریخ طبری، درباره تیرانداختن آرش آمده است که "پس منوچهر بر وی با قوت بنگریست که او آرش بود و اندر همه روی زمین از او تیراندازتر

عباس محمدی \*

داستان‌های کهن، حماسه‌ها و اسطوره‌ها، از آن رو ماندگارند که در هر زمانه‌ای، بنا به وضع روزگار و نیاز آدمیان، نمودی نو می‌یابند، و ظرف آنها چنان است که مغزوف و خیال‌هایی دیگر بدان راه می‌یابد. نه فقط ظرفیت فراوان افسانه‌های ماندگار، بلکه همچنین جاودانگی چالش‌های پیش روی آدمی چنان بوده است که می‌شود صورت‌هایی از واقعیت و حقیقت را در رویایی‌ترین داستان‌های کهن نیز یافت. آیا نه این است که برای مثال، مهر بی‌پایان مادر به فرزند و دل شوره او از سرنوشت پسر گردن فراز را - که واقعیتی همیشگی است - می‌توان از پس پرده‌ی خیال، در چشمان نگران کتابیون، مادر اسفندیار دید که او را از رفتن به جنگ با رستم نهی می‌کند؟ یا دل بستگی به زادبوم را که حاصل سازگاری دیرین نسل اندر نسل به آب و خاکی ویژه است، نمی‌توان در حماسه شورانگیز آرش یافت که جان به سر تیر کرد تا زادگاه را نگاه دارد؟

و می‌توان با سود جستن از انگاره‌های کهن و شاخ و برگ پرلطاقت آنها، واقعیت‌های سخت امروزی را رنگی دیگر زد و با عناصر خیال‌انگیز افسانه‌ها، ذهن را آماده پذیرش یا روبرو شدن با این واقعیت‌ها ساخت. برای مثال شاید بتوان تیرگان - روزی که آرش تیر خود را از فراز کوه دماوند رها کرد تا خانه پدری را برای هم نوعان نگاه دارد، آریه‌ای کرد برای بیان این واقعیت زیستی که تمام زیستمدان - حتی انسان امروزی که با تقدیس فردیت، ارج نهاده می‌شود - خواه ناخواه فدایی زیست "گونه" به مفهوم بوم‌شناختی آن، هستند. چرا که هیچ کس (فردی) بدون "آشیان زیستی" (اصطلاحی که ادوارد ویلسون، زیست بوم‌شناس بزرگ به کار می‌برد) یعنی بدون مجموعه محیط و مهارت‌های سازگار یافته با آن، نمی‌تواند زنده بماند. نهایت این که امروزه کمتر فرد انسانی همچون آرش، جان خود را پیشکش دیگران، و یا همچون ملخ‌های دریایی، جسم خود را جزیره استراحت دیگر هم‌گونه‌ها برای گذر از دریای سرنوشت کند... اما به هر حال تن دادن به قید و بندهای اجتماع، و بازی کردن نقش یک مهره در ماشین سترگ جامعه، همان فنا شدن فرد برای گونه (اما به شکلی تدریجی) یا ایفای نقش یک حلقه در "زنجیره حیات" (شاه بیت گفته‌های بوم‌گرایان) است. اسطوره آرش، ترجمان این واقعیت ازلی است.

می‌توان تلاش جانانه آرش را برای حفظ خاک سرزمین، بیان رازآمیز این حقیقت دانست که از دست رفتن (فرسایش) خاک، از دست رفتن سبزی و سرزندگی است و یا کوشش برای پاسداری از مرزهای سرزمین را تلاش برای حفظ زیستگاه دانست که کوچک شدن آن (باز، به استناد پژوهش‌های ادوارد ویلسون)، کم شدن جمعیت گونه و در خطر افتادن زادآوری را در پی دارد؛ اگر

## تولیدی کفش کوه نوردی اورست

### مدل کفش‌های تولیدی

**کُد ۱: مدل لوا آلمانی - سنگین جایگزین دوپوش خارجی کاملاً ضدآب با مواد خارجی تزییق می‌شود (داخل کفش نمد طبیعی می‌باشد) (مخصوص صعودهای زمستانی ارتفاعات بلند)**  
**کُد ۲: مدل لوا آلمانی - نیمه سنگین ضدآب با مواد خارجی (مخصوص زمستان)**

**کُد ۳: مدل بستارد (نیمه سنگین ساقه بلند با لایه گورتکس)**  
**کُد ۴: سبک کوه پیمایی طرح اورست با زیره جدید و بیبرام**  
**پرسی با رویه چرم ترکیه - واترپروف ۱۰۰٪ ضدآب**  
**کُد ۵: کفش کوه پیمایی با زیره پرسی ماموت**

آدرس: تبریز - خیابان ثقة الاسلام بالاتر از آرامگاه

شهریار روبه روی بانک صادرات

تلفن: ۰۴۱۱-۵۲۳۸۹۹۴ همراه: ۰۳۰۱۰۵۶۰-۰۹۱۴

بیوک جباری اقدام

نماینده‌گی تهران: فروشگاه اورست: تجریش، روبه روی بیمارستان شهدا، پاساژ میری، طبقه همکف بازار، پلاک ۲۳، تلفن ۲۲۷۱۴۷۷۲ همراه: ۰۹۱۲۲۰۹۳۴۲۶ حسین زیرکی

گشت. چه داستانی بهتر از این، می تواند ارجح آب را در نظر ما که امروزه، بیشتر اوقات آن را به راحتی (و حتی ولنگاری) با چرخاندن یک شیر مصرف می کنیم، بنمایاند؟!

برای کوه نوردان، داستان آرش همیشه شورانگیزترین ماجرای کوه پیمایی، و تمثیلی در تایید گفته کوه نورد بزرگ، رینولد مسنر بوده است که می گوید، ما با صعود به کوه ها، نه بر آنها که بر خود غلبه می کنیم. با بالاروی از کوه ها، خود را می شناسیم، طبیعت را می شناسیم، دوست می یابیم، و مفهوم عشق به دوست و طبیعت را درمی یابیم. حاجیان، آرش را "شهید عشق" می نامد، به تفسیری دیگر می توان آرش و تلاش او را عاشقی کردن بر زندگی، و پیوند زدن زندگی خود با طبیعت و زندگی دیگران دانست. می توان در ظرف داستانی تیرگان، بسی مفاهیم پراج و امروزین دیگر ریخت، و در نشسته این پندارهای شیرین، راهی برای زیست بهتر و هماهنگ با سپهر زیستی جست ...

سیزدهم تیر (تیرگان) را روز دماوند می نامیم، و این راه را پی می جویم.  $\Delta$   
\* مدیر گروه دیده بان کوهستان انجمن کوه نوردان ایران

#### کتاب شناسی

- \* جشن های آب، هاشم رضی، انتشارات بهجت، تهران. ۱۳۸۲
- \* داستان های ایران باستان، احسان یار شاطر، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، چاپ ششم، تهران. ۱۳۸۱
- \* آرش، پیشرو در گفتگوی تمدن ها، فردوس حاجیان، نشر گفتمان خلاق، تهران. ۱۳۸۰
- \* تنوع حیات، ادوارد ویلسون، ترجمه: عبدالحسین وهاب زاده، انتشارات جهاد دانشگاهی مشهد، ۱۳۸۴

نمود. او را بفرمود بر سر کوه دماوند رود؛ آن یکی کوه است که بر روی زمین هیچ کوه از آن بلندتر نیست. و یکی تیر با همه قوت خود بیندازد تا خود کجا افتد. آرش از سر کوه تیری بینداخت به همه قوت خویش، و تیر از همه زمین طبرستان و زمین گرگان و زمین نیشابور و از سرخس و مرو در همه بیابان مرو بگذشت، و افراسیاب را سخت اندوه آمد.

امروز، با عدد و رقم می توان گفت که بلندترین قله بر زمین ما (ایران) و سرزمین های نزدیک به آن، دماوند است، و این کوه نه تنها تا شعاع ده ها کیلومتر را در اطراف خود از برکت آب و چمنزار برخوردار می کند، بلکه برای همه کشور، چشم انداز برجسته و نماد طبیعی و ملی و نمونه ارزشمند کوه برای چرخه حیات است. به این دلیل، می توان داستان های کهن را که با محوریت دماوند و آرش ساخته شده اند، در تفسیرهای امروزین، دستمایه تاکید بر نقش بی بدیل کوهستان در شکل گیری تمدن دانست. چرا که نخستین تمدن ها، در کناره رودهایی که از کوهستان سرچشمه می گیرند، پدید آمدند و در سرزمین های خشک (مانند ایران) همچنان تمامی زندگی و تمدن وابسته به کوه ها است.

جشن تیرگان، بزرگداشت پیروزی ستاره تشر - فرشته باران - بر اپوش دیو خشکی است. احسان یار شاطر، از متن اوستایی تشریست و متن پهلوی بندهشن نقل می کند که اهریمن بدنهاد چون خوبی جهان هرمزد را دید، حسد برد و اپوش را بر آن گماشت که تا باد گرم بوزاند و زمین ها را خشک کند. تشر، به یاری هرمز برخاست و پس از چند مزد سخت سرانجام بر اپوش چیره شد، و باران باریدن گرفت و پس از آن، تشر بانگ شادی برآورد که "خوشا بر من ای هرمزد، خوشا بر شما ای گیاهان و آب های روی زمین، خوشا بر شما ای سرزمین های آریایی.

اکنون جوی ها پر آب خواهد شد و به سوی کشتزارها و چمن ها روان خواهد

## لوازم کوهنوردی دونا

عرضه وسایل کوهنوردی - کوهپیمایی - کمپینگ - سنگنوردی  
کتاب - نشریات - CD آموزشی - نقشه و کارت پستال های زیبای انحصاری  
فروش لوازم کوهنوردی شما بصورت امانی

آدرس: بزرگراه رسالت - چهارراه مجیدیه - مجیدیه جنوبی  
(استاد حسن بنا) کوچه مقبسه - نبش بن بست نراقی - پلاک ۴۹ زنگ  
اول

۰۹۱۲ - ۲۰۲۱۶۸۲ - ۲۲۵۱۲۱۲۳

کیانوش فرهادی نژاد

Email: kianooshfn@yahoo.com

EVEREST

اورست

عرضه کننده بهترین

لوازم و پوشاک کوه نوردی

خارجی و داخلی با شرایط مناسب

برای تمام کوهنوردان

و گروه های کوه نوردی سراسر ایران

عرضه و فروش نشریات و کتب کوه نوردی

تجربش - روبروی بیمارستان شهداء، پاساژ میری،

طبقه همکف بازار، پلاک ۲۳

تلفن فروشگاه: ۲۲۷۱۴۷۷۲

تلفن همراه: ۰۹۱۲-۲۰۹۳۴۲۶

حسین زیرکی



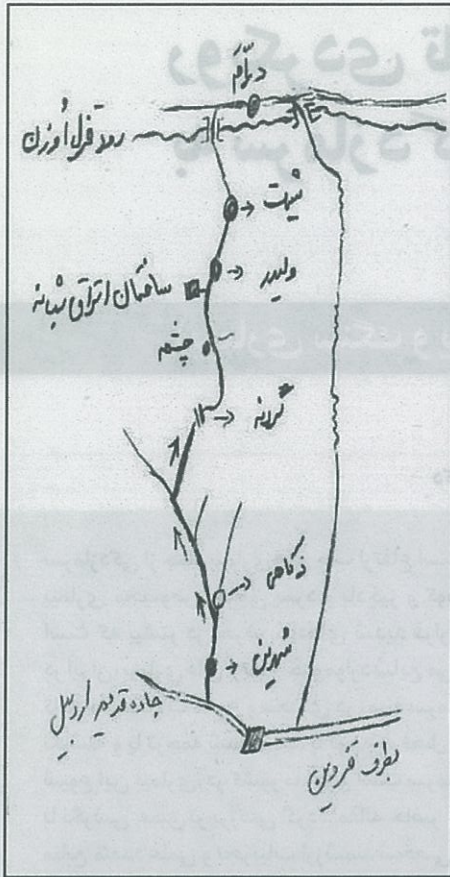
## مسیر ذکاهی به شیت

گزارش: اکبر داداشی\*

ما نیست. راه اصلی را که مستقیم است پی می‌گیریم که همواره به چپ متمایل می‌شود. در ساعت ۱۰/۳۰ دره دیگری از سمت راست به دره اصلی وارد می‌شود. ما با رها کردن دره اصلی وارد دره سمت راست شده و بلافاصله از سمت چپ دره جدید یال اصلی گردنه را ادامه می‌دهیم. این یال ما را به گردنه رهنمون خواهد کرد. با افزایش شیب یال برف تازه باریده راه پاکوب را پوشانیده و با حرکت به جلو برف زمستانی هم به آن اضافه می‌شود. در ساعت ۱۱/۳۰ به بالای گردنه می‌رسیم که محل نسبتاً مسطحی می‌باشد.

**سره و باد شدید حاکمان گردنه‌اند**  
حدود ۵ دقیقه در بالا راه‌پیمایی می‌کنیم به ابتدای سرازیری می‌رسیم و در همین محل با گردش ۶۰ درجه‌ای به راست از کمرکش کوه عبور کرده و به سنگ سفید رنگی می‌رسیم و با عبور از طرف بالادست سنگ سفید، بلافاصله به ته دره سرازیر می‌شویم. در آخرین روز فروردین منطقه سفیدپوش تداعی زمستان و ماه بهمن است.  
با فرود به ته دره و با کاسته شدن از ضخامت برف راه پاکوب خودنمایی می‌کند و در اندک زمانی با پایان شیب تند طبیعت بهاری جلوه‌گر می‌شود. برف آب‌ها، جویبار داخل دره را ایجاد و با حرکت به جلو هر لحظه بر مقدار آب افزوده شده و رودخانه کوچکی پدید می‌آورند. در نزدیکی ما خرسی بزرگ فرار را بر قرار ترجیح داده و با زحمت زیاد خود را از درون برف انبوه بالا می‌کشد.  
دیواره‌های نوک‌تیز طرفین دره، پرواز عقاب‌های بزرگ بر فراز صخره‌ها و قهقهه کبک‌ها و سبزی مراتع و درختچه‌ها دست در دست همدیگر برگی

۱۷ نفر از گروه بابک زنجان در ساعت ۶/۱۵ دقیقه با مینی‌بوس دربستی از زنجان حرکت کرده و ۷ صبح به شهرین می‌رسد از روستای شهرین تا ذکاهی جاده خاکی است و مینی‌بوس در جاده نامناسب به طرف روستای ذکاهی رهسپار می‌گردد.  
جاده نامناسب درون دربند، رودخانه زلال و خروشان و جاذبه‌های مسیر و طراوت هوای بهاری روح‌بخش و دل‌نوازند.  
ساعت ۸ صبح را نشان می‌دهد که حدود ۵۰ متر مانده به روستای ذکاهی از مینی‌بوس پیاده می‌شویم. در این محل دره‌ای از سمت چپ به دره اصلی وارد می‌شود و ما از راه پاکوب داخل دره فرعی در جهت خلاف جریان آب از کنار درختان به طرف بالا حرکت می‌کنیم و بعد از ۲۰ دقیقه با رسیدن به آخرین درختان مسیر برای صبحانه توقف می‌کنیم.  
ساعت ۹/۳۰ از مسیر پاکوب حرکت به بالای دره شروع می‌شود. بعد از ۳۰ دقیقه دره‌ای فرعی از سمت راست به دره اصلی وارد می‌شود که در عمل آبشخور و پاکوب فرعی است و ما می‌دانیم این در راه



به ذهن هر صاحب ذوقی خطور می کند: چندانکه نگاه می کنم هرسویی در باغ روان است ز کوثر جویی صحرا چو بهشت است ز کوثر کم گوی بنشین به بهشت با بهشتی رویی سرانجام در ساعت ۹ صبح به روستای بهشتی ولیدر (ولیان) می رسیم. روستا در دامنه پرشیبی قرار گرفته که یادآور مناظر ماسوله می باشد. بعد از عبور از روستا جاده به کنار رود خروشان کشیده شده و تا روستای شیت سکرآورترین مناظر طبیعی را به همراه دارد. ساعت ۱۱/۳۰ به روستای شیت می رسیم. جاده آسفاته خبر از پایان برنامه می دهد. با پایان یافتن کوهها و باز شدن دره ما وارد منطقه طارم که هوای تابستانی دارد می شویم جلگه پر برکت رودخانه قزل اوزن، غرق در محصولات کشاورزی و معروف به هندوستان ایران جلوه ای دیگر از تنوع آب و هوایی منطقه زنجان را ترسیم می نماید و دوستان ما سه فصل زمستان و بهار و تابستان را در طی چند ساعت تجربه می کنند. با سوار شدن بر پشت وانت نیسان و بعد از عبور از رودخانه در ساعت ۱۲ به روستای درام می رسیم. از درام تا زنجان بیش از یک ساعت و نیم راه نیست. Δ \* گروه بابک زنجان

خاطره انگیز را در دفتر خاطرات ما ثبت می کند. راه پاکوب ما را به جلو می برد و سرانجام در ۱۳/۳۰ چشمه ای نسبتاً پرآب و گوارا درست در کنار راه از زمین بیرون می زند. عبور از کنار چشمه و نوشیدن چند جرعه ای از آن و چشم بستن به زیبایی های اطراف دور از درایت است پس باید برای ساعاتی بساط ناهار را گسترانید و محو زیبایی های منطقه شد. ساعت ۱۵ حرکت به پایین را شروع می کنیم بعد از ۲۰ دقیقه راه پیمایی به یک ساختمان که شرایط مناسبی برای استراحت شبانه دارد می رسیم. با توجه به شروع ریزش باران و زیبایی اعجاب برانگیز منطقه اتراق می کنیم. مناظر اطراف و دره پایین دست که آب فراوان آن از دریندها عبور نموده و به صورت آبشارهای متعدد به پایین پرت می شود. وقت کافی و فرصتی مناسب را برای گلگشت فراهم می سازد. روز دوم: پس از صرف صبحانه در زیر ریزش ملایم باران در ساعت ۸ صبح راه خاکی تراکتوررو را ادامه می دهیم. مزارع سرسبز، باغ های گیلاس غرق در شکوفه و درختان تنومند گردو و فندق که به صورت چتری بر روی جاده خیمه زده اند همراه هوای دلپذیر بهاری مناظری نادر و فراموش نشدنی را در معرض دید قرار می دهند. در این جایی اختیار سروده عارف بزرگ نیشابور

# شیلر SHILER

شیلر نامی برتر در تولید بهترین پوشاک گورتکس آب بندی شده و موفقیت دوباره در شرایط دشوار و سرد ارتفاعات بالای ۷۰۰۰ متری پامیر و هیمالیا، مطابق با اصول و طرح های اروپایی

\*\*\*

کاپشن - شلوار گذردار - کیسه خواب - بادگیر کاپشن های فصلی و دیگر لوازم

\*\*\*

آماده سفارش برای کلیه اداره جات و سازمان ها

تلفن: ۰۹۱۳۳۵۷۶۰۷۱ - ۳۳۳۱۰۱۹۷

ایوب وند

منتظر اولین پلارهای فنی شیلر باشید

## ورزشی کی ۲

تهیه و تولید تجهیزات کوه نوردی سنگ نوردی - کمپینگ

فروشگاه: خیابان ولی عصر بالاتر از میدان منیریه پاساژ المپیک طبقه همکف پلاک ۲

فروشگاه

تلفن: ۶۶۴۸۲۱۵۲ تلفکس: ۶۶۹۷۰۱۶۷

تولیدی

تلفن: ۶۶۴۶۳۷۵۶ تلفکس: ۶۶۹۵۷۴۷۵

K2 SPORT

# رویکردی تازه به سرمازدگی

## (بیماری سنگ و یخ)

دکتر حمید مساعدیان\*

سرمازدگی از جمله بیماری‌های طب ارتفاع است. این بیماری مخصوص مناطق سرد و بادخیز و کوه‌هایی است که بیشتر در معرض بادهای شدید قرار دارند. در ایران، بیماری‌های ارتفاع جزو موارد شایع می‌باشد. تا به حال مقالات متنوع و متعددی در زمینه سرمازدگی نگاشته و یا ترجمه شده است، با توجه به فصل سرما، شیوع این بیماری، در کشور ما، لازم است سرمازدگی با نگرشی عمیق‌تر بررسی گردد. مقاله حاضر حاصل منابع متعدد علمی و تجربیات ارزشمند شخصی است که نگارنده چه خود و چه در بسیاری از بیمارانی که هر ساله جهت درمان مراجعه می‌کنند دیده و به کار گرفته است.



شدیدتر از سرما ی قطب. (این شرایط طبق گزارش سازمان هواشناسی در صعود زمستانی بین‌المللی سال ۱۳۷۶ در قله دماوند ایجاد شده بود که در آن صعود تعداد زیادی از کوه‌نوردان که وسایل مجهز و کافی نداشتند دچار سرمازدگی شدند) و یا اگر در فصل پاییز دمای هوا در شهر تهران ۱۵ درجه سانتی‌گراد باشد این دما در قله توچال حدود ۱۰- درجه سانتی‌گراد است و در صورت وجود باد در منطقه بسته به شدت وزش باد و سرعت آن دمای هوا تا ۲۵- درجه سانتی‌گراد پایین می‌آید. یعنی تا حدود ۴۰ درجه افت دما. در مسیرهایی که دارای بادهای دائمی می‌باشند همچون مسیر شیرپلا به قله توچال و مسیرهایی که از روی یال‌ها می‌گذرد باید بیشتر مراقب باد و سرمازدگی بود.

۳- رطوبت: منظور از رطوبت یعنی هرگونه خیسگی و رطوبت در تماس با بدن. این رطوبت می‌تواند ناشی از رطوبت ناشی از تعریق در پا خصوصاً در کفش‌های پلاستیک با جدارهای غیرقابل نفوذ باشد و یا ناشی از تعریق در البسه و خیس شدن لباس‌های زیر و یا در اثر سهل‌انگاری در راه رفتن و فرورفتن پا در چاله‌های آب و یا حتی شستن دست در هوای سرد، همگی می‌تواند شرایط را برای سرمازدگی مهیا کند.

۴- خستگی و ضعف: از عوامل مهم دیگر در بروز سرمازدگی می‌باشد. بروز سرماخوردگی قبلی و مصرف داروهای آرام‌بخش، آنتی‌هیستامین و هر داروی دیگری که باعث رخوت و سستی شود و یا وجود بیماری پیش‌زمینه‌ای عفونت تنفسی فوقانی و تحتانی، بی‌خوابی شب قبل از برنامه، خستگی جبران نشده روز قبل از برنامه که همگی باعث کندی حرکت و خواب آلودگی کوه‌نورد می‌شود که در نتیجه متابولیسم یا سوخت و ساز بدن کوه‌نورد کاهش

سرمازدگی وجه مشخصه کوه‌نوردان و اسکی‌بازان است. باز در بین این دو قشر، کوه‌نوردان با این بیماری بیشتر درگیرند چون شرایط بروز سرمازدگی در ورزش کوه‌نوردی بسیار مهیاتر است. در کشور ما اسکی کوهستان کمتر از اسکی در پیست‌های اسکی رواج دارد، در نتیجه شرایط بروز سرمازدگی جدی نیز کمتر می‌باشد و اگر سرمازدگی هم باشد بیشتر از درجه یک و حداکثر درجه دو است. پس اگر جوانی ورزشکار را دیدید که دچار قطع انگشتان دست یا پا گردیده به احتمال قوی کوه‌نورد می‌باشد.

### عوامل بروز سرمازدگی:

در اکثر منابع و کتب، عوامل بروز سرمازدگی را سه عامل: سرما، باد و رطوبت ذکر می‌کنند. این سه عامل جزو علل اصلی سرمازدگی می‌باشد ولی دلایل و شرایط دیگری نیز علاوه بر این عوامل باعث بروز سرمازدگی و یا تشدید آن می‌شوند که به اختصار شرح خواهیم داد:

۱- سرما: مسلماً جزو لاینفک علل سرمازدگی وجود سرما می‌باشد، این سرما می‌بایست شرایط زیر صفر درجه سانتی‌گراد را داشته باشد تا باعث بروز سرمازدگی باشد. ارتفاعات بلند، مناطق سردسیر و ترکیب این دو، شرایط را برای سرمازدگی بسیار فراهم می‌کنند.

۲- باد: باد جزو عواملی است که بر شدت سرما می‌افزاید، معمولاً در ارتفاعات بالا باد از شدت و سرعت بیشتری برخوردار است. باد می‌تواند درجه برودت هوا را تا شرایط غیرقابل تحملی پایین بیاورد به طور مثال اگر دمای هوا ۲۵ درجه زیر صفر باشد و باد نیز با سرعت ۹۰ کیلومتر در ساعت بوزد شدت سرما تا ۷۵- درجه سانتی‌گراد پایین می‌آید یعنی سرمای بسیار

می‌باید، می‌تواند باعث بروز سرمازدگی شود. مصرف مشروبات الکلی و یا مواد افیونی می‌تواند باعث افت حرکات و بروز ضعف و کسلی برای کوه‌نورد باشد که خود می‌تواند در بروز سرمازدگی و تشدید آن مؤثر باشد. سرمازدگی در بعدازظهرها بیشتر بروز می‌کند چون خستگی غالب‌تر است و حرکات کندتر و کم‌آبی شدیدتر می‌باشد.

۵- کم‌آبی و بی‌آبی: معضل اصلی در فعالیت کوه‌نوردی در فصل سرما

کمبود آب و نبود آب کافی می‌باشد. فعالیت زیاد و برف‌کوبی در فصل زمستان و تعریق فراوان، کوله‌کشی‌های سنگین و طولانی و طاقت‌فرسا، وجود مسیرهای طولانی در دسترسی به کوه‌ها و مناطق کوه‌نوردی به علت پوشیده شدن جاده‌ها و مسیرها از برف و ناچاراً طول کشیدن برنامه‌های زمستانی، خستگی زیاد و تنبلی در تهیه آب کافی که جبران‌کننده آب از دست رفته باشد، به همراه نداشتن آب کافی به علت سنگینی بار همراه در برنامه‌های زمستانی پوشیده شدن چشمه‌ها و نهرها از برف و یخ زدن سرچشمه‌ها و نهرها و در دسترس نبودن آب کافی، همه و همه باعث تشدید کم‌آبی شده و کم‌آبی باعث غلظت خون و عدم جریان مناسب خون در اندام‌های تحتانی و بروز سرمازدگی می‌شود.

۶- تماس با فلزات: یکی از عوامل بروز سرمازدگی‌های موضعی، تماس با فلزات است، نداشتن پوشش مناسب همچون دستکش هنگام حمل کلنگ کوه‌نوردی، تماس با قسمت فلزی باتوم کوه‌پیمایی، تماس با پیچ، یخ، کارابین، کرامپون و یا هر وسیله فلزی دیگر می‌تواند باعث سرمازدگی انگشتان دست شود. به همراه داشتن ساعت، دستبند، گردنبند، گوشواره، انگشتر و سایر فلزات تزئینی که هادی گرما می‌باشد می‌تواند باعث سرمازدگی موضعی پوست شود. سرمازدگی در عصرها هنگام نصب چادر و در تماس با تیرک چادر، در ابتدای صبح هنگام جمع‌آوری چادر و سایر لوازم و بستن کوله، در

۷- تماس با سنگ و یخ: تماس‌های مکرر با سنگ و یخ در صعودهای ترقیبی سنگ و یخ، صعودهای کرده‌ای، صعود از دیواره‌ها در زمستان، صعود از گرده‌ها که به ناچار باید از پوشش کمتر دستکش استفاده کرد و باید سنگ‌ها را بهتر لمس کرد (که خود باعث خستگی دستکش و تماس مستقیم دست با سنگ و یخ می‌شود) صعود از شیب‌های تند که فرد به ناچار از تماس با یخ و سنگ جهت کنترل و حفظ تعادل خود استفاده می‌کند همگی می‌تواند بروز سرمازدگی را تشدید کند (این مورد را در صعود گرده آلمان‌ها می‌توان به راحتی تجربه کرد) همچنین در مواردی که فرد مجبور به بیواک می‌شود در هنگام کندن تونل و غار برفی به ناچار باید از دست استفاده کند و نداشتن وسیله مناسب می‌تواند باعث سرمازدگی شود. (سرمازدگی شدید یکی از هموردان به خاطر بیواک در ارتفاع ۷۰۰۰ متری نمونه‌ای از این مورد است)

۸- ارتفاع بالا: مسلماً تمامی این شرایط در ارتفاع بالاتر که هوا سردتر، خستگی بیشتر و کم‌آبی شدیدتر است بیشتر بروز می‌کند همچنین در ارتفاع بالاتر از ۴۰۰۰ تا ۴۵۰۰ متر که وجود اکسیژن و فشار هوای کمتر می‌تواند متابولیسم و سوخت و ساز بدن را کاهش داده، اکسیژن‌رسانی به اندام‌های تحتانی را کاهش داده و از گرمای اندام‌ها بکاهد و سرمازدگی را تشدید کند. بروز بیماری‌های ارتفاع و کسالت ناشی از آن و کم‌حرکی و رخوت، سرمازدگی را تشدید می‌کند.

۹- فشار وارد بر عضو: فشار بیش از حد ناشی از لباس تنگ و نامناسب، کفش تنگ و نامناسب، زیاد بودن لباس‌ها و کم‌حرکی حاصل از آن، دستکش،

۵- کم‌آبی و بی‌آبی: معضل اصلی در فعالیت کوه‌نوردی در فصل سرما کمبود آب و نبود آب کافی می‌باشد. فعالیت زیاد و برف‌کوبی در فصل زمستان و تعریق فراوان، کوله‌کشی‌های سنگین و طولانی و طاقت‌فرسا، وجود مسیرهای طولانی در دسترسی به کوه‌ها و مناطق کوه‌نوردی به علت پوشیده شدن جاده‌ها و مسیرها از برف و ناچاراً طول کشیدن برنامه‌های زمستانی، خستگی زیاد و تنبلی در تهیه آب کافی که جبران‌کننده آب از دست رفته باشد، به همراه نداشتن آب کافی به علت سنگینی بار همراه در برنامه‌های زمستانی پوشیده شدن چشمه‌ها و نهرها از برف و یخ زدن سرچشمه‌ها و نهرها و در دسترس نبودن آب کافی، همه و همه باعث تشدید کم‌آبی شده و کم‌آبی باعث غلظت خون و عدم جریان مناسب خون در اندام‌های تحتانی و بروز سرمازدگی می‌شود.

۶- تماس با فلزات: یکی از عوامل بروز سرمازدگی‌های موضعی، تماس با فلزات است، نداشتن پوشش مناسب همچون دستکش هنگام حمل کلنگ کوه‌نوردی، تماس با قسمت فلزی باتوم کوه‌پیمایی، تماس با پیچ، یخ، کارابین، کرامپون و یا هر وسیله فلزی دیگر می‌تواند باعث سرمازدگی انگشتان دست شود. به همراه داشتن ساعت، دستبند، گردنبند، گوشواره، انگشتر و سایر فلزات تزئینی که هادی گرما می‌باشد می‌تواند باعث سرمازدگی موضعی پوست شود. سرمازدگی در عصرها هنگام نصب چادر و در تماس با تیرک چادر، در ابتدای صبح هنگام جمع‌آوری چادر و سایر لوازم و بستن کوله، در

۷- تماس با سنگ و یخ: تماس‌های مکرر با سنگ و یخ در صعودهای ترقیبی سنگ و یخ، صعودهای کرده‌ای، صعود از دیواره‌ها در زمستان، صعود از گرده‌ها که به ناچار باید از پوشش کمتر دستکش استفاده کرد و باید سنگ‌ها را بهتر لمس کرد (که خود باعث خستگی دستکش و تماس مستقیم دست با سنگ و یخ می‌شود) صعود از شیب‌های تند که فرد به ناچار از تماس با یخ و سنگ جهت کنترل و حفظ تعادل خود استفاده می‌کند همگی می‌تواند بروز سرمازدگی را تشدید کند (این مورد را در صعود گرده آلمان‌ها می‌توان به راحتی تجربه کرد) همچنین در مواردی که فرد مجبور به بیواک می‌شود در هنگام کندن تونل و غار برفی به ناچار باید از دست استفاده کند و نداشتن وسیله مناسب می‌تواند باعث سرمازدگی شود. (سرمازدگی شدید یکی از هموردان به خاطر بیواک در ارتفاع ۷۰۰۰ متری نمونه‌ای از این مورد است)

۸- ارتفاع بالا: مسلماً تمامی این شرایط در ارتفاع بالاتر که هوا سردتر، خستگی بیشتر و کم‌آبی شدیدتر است بیشتر بروز می‌کند همچنین در ارتفاع بالاتر از ۴۰۰۰ تا ۴۵۰۰ متر که وجود اکسیژن و فشار هوای کمتر می‌تواند متابولیسم و سوخت و ساز بدن را کاهش داده، اکسیژن‌رسانی به اندام‌های تحتانی را کاهش داده و از گرمای اندام‌ها بکاهد و سرمازدگی را تشدید کند. بروز بیماری‌های ارتفاع و کسالت ناشی از آن و کم‌حرکی و رخوت، سرمازدگی را تشدید می‌کند.

۹- فشار وارد بر عضو: فشار بیش از حد ناشی از لباس تنگ و نامناسب، کفش تنگ و نامناسب، زیاد بودن لباس‌ها و کم‌حرکی حاصل از آن، دستکش،

## گروه فرهنگی ققنوس پارس

مرکز پخش کتاب‌های:

سرمازدگی

تالیف: دکتر حمید مساعدیان

یخ‌نوردی و صعودهای ترکیبی

تالیف: افشین یوسفی

غار و غارنورد (چاپ سوم)

تالیف: علی جوانشاد

ناشر و مرکز پخش محصولات فرهنگی طبیعت (کارت پستال، پوستر)

افتتاح مجله الکترونیکی ققنوس (روز جهانی کوه‌ها، ۲۰ آذرماه ۱۳۸۵)

ناشر سالنامه‌ی کوه‌نوردی و طبیعت گردی



که صعود می کند به علت شرایط فعالیت بدنی بیشتر، بدنی گرم تر دارد ولی کسی که در حال حمایت کردن وی است به علت توقف طولانی، نداشتن جای مناسب برای تحرک و محدودیت در حرکت به علت شرایط حمایت هم نورد خود بیشتر در معرض سرمازدگی قرار می گیرد.

۱۴- سرمازدگی قبلی: سابقه سرمازدگی قبلی در عضو باعث افزایش حساسیت آن برای برخورد با موارد بعدی سرما می شود. اگر یک عضو در عرض یک ساعت دچار سرمازدگی شود، آن عضو در صورت سرمازدگی قبلی در عرض ۵ دقیقه دچار سرمازدگی مجدد خواهد شد. بنابراین باید بسیار احتیاط کرد. عضو سرمازده را حداقل در یک فصل سرما نباید در شرایط برخورد با برودت قرار داد و بعد از آن هم باید بسیار احتیاط کرد.

علاوه بر موارد ذکر شده ارایه چند پیشنهاد خالی از لطف نیست.

- الف - برای دستکش حتماً از بندهای حمایت برای جلوگیری از پرت شدن دستکش در یخچال ها و باد شدید استفاده کنید.
- ب - ابتدا به کاری که می خواهید انجام دهید فکر کنیم و شرایط بروز سرمازدگی را ارزیابی و سپس به آن کار مبادرت کنیم. مثل چادر زدن، تهیه آب، اجابت مزاج و...
- ج - در مسیرهای بادگیر و سرد حتماً از کت یا کاپشن بلند استفاده کنید تا هنگام حمل کوله فاصله ای بین کاپشن و شلوار فرد ایجاد نشود.  $\Delta$
- \*پزشک و عضو کمیسیون پزشکی اتحادیه جهانی کوه نوردی و دبیر کمیته پزشکی فدراسیون کوه نوردی



جوراب و شلوار (ناشی از ترس از سرمازدگی) می تواند فشار وارده بر عضو را بیشتر کند، در نتیجه خون رسانی عضو و اندام مربوطه دچار اختلال شده و می تواند عاملی در بروز سرمازدگی باشد.

۱۰- لباس نامناسب: لباس های نازک، غیراستاندارد، هادی گرما، نداشتن دستکش های مناسب همگی می تواند باعث بروز سرمازدگی شود. استفاده از دستکش های دوانگشتی و روکش دستکش می تواند از بروز سرمازدگی بکاهد. استفاده از جوراب پر در چادر هنگام استقرار شبانه در فصل زمستان استفاده از کلاه توفان، لباس های چندلایه، استفاده از لباس های حرفه ای تر با طراحی مناسب و از مواد صنعتی همچون گورتکس می تواند از بروز سرمازدگی بکاهد.

۱۱- بیماری های زمینه ای: وجود بیماری های زمینه ای، همچون پلی سایتمی یا غلظت خون، بیماری های متابولیک، دیابت یا بیماری قند می تواند در تشدید سرمازدگی موثر باشد. در پلی سایتمی یا افزایش غلظت خون (همچون موردی که در کم آبی ذکر شد)، خون نمی تواند به راحتی در اندام های تحتانی به گردش درآید در نتیجه خون رسانی و اکسیژن رسانی در اندام ها دچار اختلال شده و باعث بروز سرمازدگی می شود.

۱۲- محدودیت در حرکت عضو: هنگام صعود و وقتی که کلنگ یا باتوم کوه نوردی در دست داریم به علت محدودیت حرکتی که در عضو می باشد علایم سرمازدگی بیشتر از دستی که آزاد است بروز می کند. در نتیجه توصیه می شود در حرکت به ارتفاعات کلنگ را به تناوب (با توجه به شرایط مسیر و شیب) در دست ها نگه داریم و از آن در صعود کمک بگیریم. این مورد را در صعودها می توان به راحتی تجربه کرد.

۱۳- توقف در مسیر: در صعودهای کُرده ای و مسیرهای سنگی و صعود از یخچال ها بسیار باید مراقب توقف های طولانی هم نورد خود بود. فردی

**بزرگترین دانش این است که بدانیم دانش را در کجا پیدا کنیم**

شرکت راهنمایان کوه ایرانیان  
نخستین آموزشگاه کوه نوردی با مجوز رسمی از فدراسیون کوه نوردی  
و مورد تأیید سازمان تربیت بدنی

**آموزش های نظری:**

- هواشناسی
- نقشه خوانی، موقعیت یابی، کار با قطب نما و GPS
- مبانی علمی آمادگی جسمانی در کوه نوردی و سنگ نوردی
- تغذیه در کوهستان
- آشنایی با نشانه ها و عوارض بیماری های ارتفاع (کوه کرفتنی، ادم ها، هیپوترمی، سرمازدگی)
- معرفی مسیر صعود تعدادی از قله، دیواره ها و یخچال های معروف ایران
- آشنایی با پوشاک و ساز و برگ کوه نوردی
- ...

**آموزش های عملی:**

- کوهپیمایی
- برف و یخ
- سنگ نوردی
- سنگ نوردی سانی
- اسکی
- اسکی کوهستان
- غار نوردی
- بهمن شناسی و کار با زنده یاب بهمن
- کوه نوردی در زمستان و ساخت اتاق برفی
- ...

■ اجرای برنامه های مختلف و صعود قله  
صاحب امتیاز و مدیر آموزشی: فرهاد خلیلی خوشه مهر

تلفن: ۴۴۰۹۶۵۷۸

آدرس: فلکه دوم صادقیه، خیابان سازمان آب، مجتمع پردیسان طیف دوم شطرنج ۸۸

پسندیده کوه

**مربی و پیش کسوت گرامی  
جناب آقای ناصرستمی**

**مصیبت وارده را به جنابعالی و  
خانواده محترم تان تسلیت می گوئیم.**

**فصلنامه کوه**

# مشخصات فنی طناب‌های کوه‌نوردی

## قسمت پنجم

هادی فوقانی

در بخش‌های اول تا چهارم این نوشتار، هفت مشخصه اصلی (نیروی ضربه، تعداد سقوط، میزان کش آمدن طناب، لغزش پوسته بر روی هسته، تعداد تارهای بافته شده هسته، قطر و وزن هر متر طناب)، یک مشخصه تکمیلی (مقاومت طناب در برابر سقوط روی لبه تیز) و دو مشخصه فرعی (گره‌پذیری و میزان جذب رطوبت) طناب‌های دینامیک یا کش‌سان مورد بحث و بررسی قرار گرفت. اینک به یک مشخصه فرعی دیگر طناب‌های کش‌سان می‌پردازیم.

رنگ طناب: کوه‌نوردان معمولاً رنگ‌هایی را انتخاب می‌کنند که به خوبی از محیط متمایز شود. در این صورت مثلاً برای کسانی که از پایین، مسیر صعود را تماشا می‌کنند تشخیص طناب راحت‌تر است و در صورت عکاسی و فیلم‌برداری نیز، کار، چشم‌نوازتر می‌شود. به همین علت کوه‌نوردان معمولاً طرح‌های ترکیبی چشم‌نواز را ترجیح می‌دهند. آیا رنگ طناب می‌تواند همچنین حاوی اطلاعات مفیدی برای کاربر طناب باشد؟ پاسخ مثبت است. دقت بر موارد زیر می‌تواند این پاسخ را روشن‌تر کند:

**۱- طناب‌های دورنگ:** می‌دانیم که طناب‌های کش‌سان به سه دسته تقسیم می‌شوند: تک طناب، نیم طناب و زوج طناب. هنگام استفاده از تک طناب، صعودکننده یک رشته طناب متصل به صندلی خویش را از تمام حمایت‌های میانی می‌گذراند؛ هنگام استفاده از نیم‌طناب، صعودکننده دو رشته طناب متصل به صندلی خویش را یک در میان از حمایت‌های میانی می‌گذراند و به هنگام استفاده از زوج طناب، صعودکننده هر دو رشته طناب متصل به صندلی خویش را از تمام حمایت‌های میانی می‌گذراند.

اکنون فرض کنید که صعودکننده‌ای می‌خواهد مسیر نه چندان بلندی را با یک نیم‌طناب صعود کند. در چنین مواردی صعودکننده ترجیح می‌دهد که به جای این که دو حلقه طناب با خود بردارد از یک حلقه طناب استفاده کند. در این صورت او هر دو سر آزاد طناب خویش را به صندلی خود وصل می‌کند و حمایت‌چی هم امتداد هر دو طناب را از ابزار حمایت خویش عبور می‌دهد. صعودکننده، صعود خویش را آغاز می‌کند و باید یک در میان دو طناب متصل به صندلی خویش را از حمایت‌های میانی عبور دهد. بدیهی است اگر رنگ این دو متفاوت باشد کار او بسیار سهل‌تر خواهد بود. این اساس فلسفه تولید طناب‌های دورنگ است. پس طناب‌های دورنگ نیم‌طناب‌هایی هستند که رنگ آنها از نقطه وسط طول خویش تغییر می‌کند.

**۲- طناب‌های میان‌ساز:** اکنون فرض کنید که به جای استفاده از نیم‌طناب، دارید با یک حلقه تک‌طناب کار می‌کنید و می‌خواهید از کارگاه فرودی، فرود خویش را آغاز کنید. باید طناب خویش را تا نقطه وسط آن از حلقه فرود گذرانده و سپس دو رشته طناب را از ابزار فرود خویش عبور دهید. بدین ترتیب شما می‌توانید تا کمتر از نصف طول کل حلقه طناب فرود بروید و در آنجا کارگاه خویش را برپا دارید و یا از کارگاه آماده‌ای استفاده کنید و طناب خویش را با کشیدن آن از حلقه فرود بالا آزاد کنید و به همین ترتیب در صورت لزوم مرحله به مرحله فرود روید. بدیهی است که مشخص بودن وسط طناب کمک مؤثری به شما می‌کند و دیگر لازم نیست در هر مرحله وسط طناب را پیدا کنید. به همین علت بسیاری از کوه‌نوردان وسط این گونه

طناب‌ها را با نوار چسب مثلاً سیاه رنگ متمایز می‌کنند، اما اشکال کار این است که این نوارها به علت حرکت طناب در حمایت میانی‌ها و یا ابزارها به سرعت فرسوده شده و از بین می‌روند. برخی دیگر از کوه‌نوردان به کمک رنگ، وسط طناب خویش را، مثلاً با رنگ سیاه مشخص می‌کنند. اشکال این کار نیز این است که ممکن است این رنگ‌ها با روکش طناب واکنش شیمیایی انجام داده و تاثیر منفی بگذارد. اکنون تولیدکنندگان، تک‌طناب‌هایی را تولید می‌کنند که رنگ آنها درست در نقطه وسط طناب، سیاه می‌باشد.

**۳- طناب‌های دو طرح:** می‌دانیم که حتی سنگ‌نوردان با تجربه هم گاهی گرفتار وضعیت‌های دشواری می‌شوند که ناشی از کوتاهی طنابی است که روی آن فرود می‌روند. داوری نادرست در مورد نقطه وسط طناب حتی منجر به حوادث مرگباری شده است. برای یک سنگ‌نورد امتیاز بزرگی است که به راحتی بتواند به کمک طناب مسافت را تخمین بزند. برای مثال فرض کنید می‌خواهید با یک حلقه تک‌طناب، مسیری را به طور انفرادی ولی با حمایت صعود کنید. در این صورت یک سر طناب را در کارگاه ثابت کرده صندلی خود را به کمک یک گیری‌گیری یا یک گره پروسیک به طناب وصل کرده بقیه طناب را در فضا یا بر روی زمین رها می‌کنید و یا این که آن را حلقه کرده با خود حمل کنید (با توجه به احتمال لایخ شدن طناب آزاد و یا فشاری که از طرف وزن طناب آزاد می‌تواند بر گیری‌گیری یا گره پروسیک وارد شود).

ضمن صعود شما باید گیری‌گیری یا گره پروسیک خویش را روی طناب بالا برده سپس طناب را از زیر آن از حمایت‌های میانی عبور دهید. بدین ترتیب شما می‌توانید حداکثر تا نصف طول طناب، صعود کنید و سپس باید طناب خود را ثابت کرده، روی آن تا کارگاه قبلی فرود آمده، سر دیگر طناب را آزاد کرده، ضمن صعود مجدد با یومار، ابزارها و کارابین‌ها و گرده نوارهای خویش را جمع کنید و خود را به کارگاه بالایی برسانید. در صورت لزوم صعود خویش را ادامه دهید. اگر ضمن صعود، شما به هر علتی بیش از نصف طول طناب را صعود کنید، کارتان بسیار خطرناک خواهد بود، زیرا طنابی را که برای فرود در اختیار دارید، کوتاه‌تر از آن است که شما را به کارگاه قبلی برساند تا بتوانید همان گونه که در بالا گفته شد عمل کنید. اما اگر طرح و نقش مایه طناب شما از نقطه وسط تغییر کند شما در هر لحظه می‌توانید دریابید که آیا هنوز در نیمه اول طناب هستید و کارتان ایمن است یا این که دارید وارد نیمه دوم طناب می‌شوید و از مرحله ایمن عبور می‌کنید. این اساس فلسفه تولید طناب‌های دو طرح است. طناب‌های دو طرح، تک‌طناب‌هایی هستند که از نقطه وسط نقش مایه و طرح آنها تغییر می‌کند ولی رنگ مسلط ثابت می‌ماند. (برعکس طناب‌های دورنگ که از نقطه وسط رنگ آنها تغییر می‌کند ولی طرح و نقش مایه ثابت می‌ماند). برخی از تولیدکنندگان، چنین طناب‌های دو طرحی را تحت عنوان «safe control» یا طناب با کنترل ایمن تولید می‌کنند. منظور آن است که استفاده از چنین طناب‌هایی امکان اشتباه کردن در مورد طول و نقطه وسط طناب را به حداقل می‌رساند.

منبع: کاتالوگ ۲۰۰۵ شرکت BEAL

## قانون ... و کوه نوردی

بررسی مسئولیت‌های  
ناشی از رفتار حادثه‌زا

قسمت سوم

مهری (طاهره) جعفری\*

در شماره گذشته حوادث کوه‌نوردی را با توجه به نوع برخورد حقوقی با آنها، به دو دسته حوادث ناشی از دخالت مستقیم افراد و حوادثی که در اثر تاثیر غیرمستقیم آنها ایجاد می‌شود تقسیم کردیم. در بررسی این دو دسته از حوادث یادآور شدیم که اگر فردی دخالت مستقیم در وقوع یک حادثه نداشته باشد به معنی عدم مسئولیت وی نیست و از آن جا که ممکن است عملکرد او تخلف از مقررات ورزشی محسوب شود دارای مسئولیت است. در ادامه این بحث سعی داریم به شکل ملموس‌تری به مسئولیت‌های افراد در وقوع یک حادثه کوه‌نوردی بپردازیم.

همان‌طور که می‌دانیم اجرای هر برنامه‌ای دارای سه مرحله مهم است:

قبل از اجرا، حین اجرا و پس از اجرا.

کنش افراد برای رسیدن به هدف برنامه از تصمیم اولیه برای اجرای آن شروع می‌شود و تا پس از اجرای آن ادامه پیدا می‌کند.

رفتار آنها در این سه مرحله، می‌تواند از جنبه‌های مختلفی مورد بررسی قرار گیرد؛ مثل جنبه ورزشی و فنی که به دانش و توانمندی افراد در اجرای برنامه بستگی دارد.

اما مهم‌ترین جنبه‌ای که الزاما در مباحث کوه‌نوردی مورد توجه است، تعیین جایگاه افراد و توجه به رفتار آنها با یکدیگر به مثابه اعضای فعال در یک جامعه کوچک است.

هر جا که این شکل از کنش رفتاری بین افراد ایجاد می‌شود، به تبع آن، رابطه حقوقی افراد جایگاه آنها را نسبت به هم تعریف می‌کند.

پس از پدیدار شدن این رابطه مسئولیت‌ها نیز شکل می‌گیرد و اعضا مجبور به پاسخگویی نسبت به رفتارهای خود می‌شوند. یعنی با درک حد و مرزهای حقی که بر گردن دیگران دارند از آنها توقعاتی که در داخل همین حد و مرزها می‌گنجد پیدا می‌کنند.

در یک برنامه کوه‌نوردی چه در مرحله قبل از اجرا و در واقع تدارکات برنامه و چه در حین اجرا یا پس از آن، افراد در شرایطی قرار می‌گیرند که مجبور می‌شوند نسبت به تصمیمات و کارهای انجام یافته یا انجام نیافته خود دلیل منطقی، فنی و تخصصی ارائه دهند و این حق را هم نسبت به هم‌نوردان خود پیدا می‌کنند که دلایل رفتارها و عملکردهای آنها را جویا شوند.

بحث مسئولیت در حقوق نیز چیزی خارج از این چارچوب نیست. با توجه به این چارچوب، افراد در مقابل رفتارهای خود مسئول هستند و این مسئولیت در هر واقعه‌ای طبق شرایط خاصی اعمال می‌شود.

با بررسی این شرایط خاص که در زیر شرح آنها می‌آید یادآور می‌شویم که اگر حادثه‌ای در کوه‌نوردی ایجاد شود که بتوان آن را ناشی از عدم رعایت مقررات این ورزش دانست اصولا باید وجود این شرایط در مورد آن قابل اثبات باشد:

۱- فعل یا ترک فعل توسط فرد انجام شده باشد.

معنی فعل فرد در این جا این است که شخص کاری انجام داده باشد که آن کار موجب حادثه شود؛ مثلا در حمایت افراد از وسیله معیوب یا غیر استاندارد استفاده کرده باشد.

معنی ترک فعل توسط فرد نیز به این معنی است که شخصی که باید کاری را انجام می‌داده از انجام آن کار خودداری کرده باشد. مثلا یک سرپرست در مسیری که حمایت با طناب ضروری می‌نماید از استفاده از این حمایت خودداری کرده باشد.

۲- خسارتی به بار آمده باشد و فردی نسبت به این خسارت مدعی شود. هرچند تخلف از مقررات ورزشی حتی بدون ایجاد خسارت موجب برخورد انتظامی نسبت به فرد خاطی می‌شود؛ اما برای پیگیری یک حادثه در مراجع قضایی حتما باید وارد شدن خسارت اعم از مالی و جانی به اثبات برسد.

۳- بین فعل و ترک فعل و خسارت وارده رابطه سببیت باشد. یعنی اگر آن شخص کاری را که انجام داده انجام نمی‌داد حادثه‌ای هم رخ نمی‌داد و یا اگر کاری را که در آن شرایط باید به انجام می‌رساند ترک نمی‌کرد، حادثه‌ای هم ایجاد نمی‌شد.

مثلا اگر سرپرست یک تیم چادر را در مسیر بهمن بر پا نمی‌کرد در اثر این سهل‌انگاری او افراد تیم خسارت نمی‌دیدند؛ یا اگر سرپرستی که باید افراد را یکی یکی از مسیر بهمنی عبور می‌داد، اقدام به این کار می‌کرد، افراد در اثر سقوط ناشی از حرکت دسته‌جمعی روی مسیر بهمنی، دچار حادثه سقوط بهمن نمی‌شدند.

در ورزش کوه‌نوردی، موارد فراوانی وجود دارد که رابطه بین حادثه و خطای انسانی را نشان می‌دهد.

وقتی به این مرحله از شکل‌گیری روابط حقوقی در کوه‌نوردی می‌رسیم می‌بینیم حدود مسئولیت افراد پس از وقوع یک حادثه، با استفاده از دو گروه از منابعی که مقررات کوه‌نوردی را شکل می‌دهند، مورد قضاوت قرار می‌گیرد.

**الف- دانسته‌ها و تجربیات تثبیت شده کوه‌نوردی**

**ب- مقررات مدون و تبیین شده.**

در ورزش کوه‌نوردی، موارد فراوانی وجود دارد که رابطه بین حادثه و خطای انسانی را نشان می‌دهد.

وقتی به این مرحله از شکل‌گیری روابط حقوقی در کوه‌نوردی می‌رسیم می‌بینیم حدود مسئولیت افراد پس از وقوع یک حادثه، با استفاده از دو گروه از منابعی که مقررات کوه‌نوردی را شکل می‌دهند، مورد قضاوت قرار می‌گیرد.

**الف- دانسته‌ها و تجربیات تثبیت شده کوه‌نوردی**  
**ب- مقررات مدون و تبیین شده.**

در گروه اول، شخص با توجه به تجربه‌های خود در ورزش کوهنوردی سعی می‌کند اصول و قواعدی را که در این ورزش یاد گرفته یعنی از دیگران آموخته یا شخصا به این اصول دست یافته، به کار ببرد.

به عنوان مثال اگر در کوهنوردی این قاعده را بپذیریم که سرپرست باید از شرایط و الزامات برنامه پیش رو و سطح توانمندی افراد داوطلب شرکت در آن برنامه، اطلاعات کافی داشته باشد، بر اساس روش آموخته‌های تثبیت شده در این ورزش قضاوت کرده‌ایم.

حال با توجه به این قاعده، اگر یک تیم بدون کسب آمادگی‌های فنی مثل توانایی به کار بردن کلنگ یا گام‌برداری در یخچال وارد منطقه‌ی یخچالی شده باشد یا بدون آشنایی با تکنیک‌های حرکت روی سنگ مجبور به عبور از مسیر سنگی شود، سرپرست جوابگوی حوادثی خواهد بود که ناشی از عدم مطابقت توانمندی افراد با شرایط محیطی ایجاد می‌شود.

پرسشی که مسئولیت را متوجه سرپرست می‌کند این است که آیا در صورت عدم اهمال سرپرست در مطالعه منطقه مورد نظر برای عبور تیم خود، باز هم این حادثه ایجاد می‌شد؟ به عبارت دیگر اگر او آگاهانه یک تیم ناآشنا به فنون کوهنوردی را وارد یک مسیر فنی کرده است دلیل این کار او چه بوده و در مقابل اتهام تخلف از مقررات ورزشی چگونه از خود دفاع می‌کند؟

اگر این کار او به علت عدم آشنایی با سطح دانش فنی افراد یا درجه سختی مسیر بوده باز هم اهمال سرپرست در کسب این شناخت را که از وظایف او بوده نشان می‌دهد. در این مثال اگر حادثه‌ای رخ دهد و شاکتی خصوصی علیه سرپرست اعلام شکایت کند و با فرض این که قضاوت را به یک کارشناس در ورزش کوهنوردی بسپارند آن کارشناس با توجه به شرح وظایف تعریف شده برای سرپرست که در مباحث کوهنوردی به شکل دانش تجربی وارد شده قضاوت خواهد کرد.

در گروه دوم یعنی توجه به مقررات مدون ورزشی، مسئولیت افراد نسبت به همدیگر

در یک برنامه با توجه به این مقررات سنجیده می‌شود.

باید توجه داشت که هیچ کس نمی‌تواند با ادعای این که از مقررات باخبر نبوده است خود را بری از مسئولیت معرفی کند.

قانون گذار مقررات هر حوزه‌ای را پس از تصویب نسبت به همه افراد لازم‌الاجرا می‌داند و عدم اطلاع از آنها موجب رفع مسئولیت نمی‌شود.

در این روش هر کوهنوردی آشنا به مقررات این ورزش تلقی می‌شود. بنابر این اگر هرگونه قانون یا دستورالعمل یا بخشنامه‌ای تصویب شده باشد برای هر کوهنوردی لازم‌الاجرا خواهد بود.

قضاوت در رعایت یا عدم رعایت مقررات ورزشی طبق این روش، کار چندان سختی نیست. همان‌طور که قبلا گفته شد برخی رشته‌ها به علت شرایط مسابقه‌ای که دارند دارای مقررات مدون هستند و دیگر رشته‌ها نیز با توجه به مشترکاتی که با این ورزش‌های مسابقه‌ای دارند در برخی موارد از قوانین آنها تبعیت می‌کنند.

به عنوان مثال استفاده از لوازم فنی فاقد استاندارد UIAA و CE در حین اجرای تمامی ورزش‌هایی که در آنها این لوازم مورد استفاده قرار می‌گیرد، ممنوع است و اگر سرپرست یک برنامه یا مربی یک کلاس آموزشی اجازه استفاده از این نوع وسایل را بدهند مسئول شناخته می‌شوند. از موارد مشابه دیگر می‌توان به زدن کارگاه حمایتی غلط، حمایت نادرست، استفاده نادرست از ابزار خاص اشاره کرد.

با بررسی نقش تعیین‌کننده هر دو منبع در اثبات مسئولیت افراد در ورزش کوهنوردی، می‌توان به این نتیجه رسید که برای آشنایی با حدود مسئولیت افراد در یک حادثه کوهنوردی، آشنایی با هر دو دسته این منابع که مقررات ورزش کوهنوردی را تشکیل می‌دهند، لازم و ضروری می‌نماید.

لطفا نقطه‌نظرات و سوالات حقوقی خود را در این رابطه، به ای میل نویسنده: [mehri.jafari@yahoo.com](mailto:mehri.jafari@yahoo.com) یا به آدرس مجله ارسال فرمایید. Δ

\* (کارشناس حقوقی و مربی درجه ۳)

# مدرسه یخنوردی

## گروه کوهنوردی میگون

آقای سالار کیا: ۰۲۲۱-۳۵۳۲۹۹۰

۰۹۱۲۳۰۷۱۶۱۴

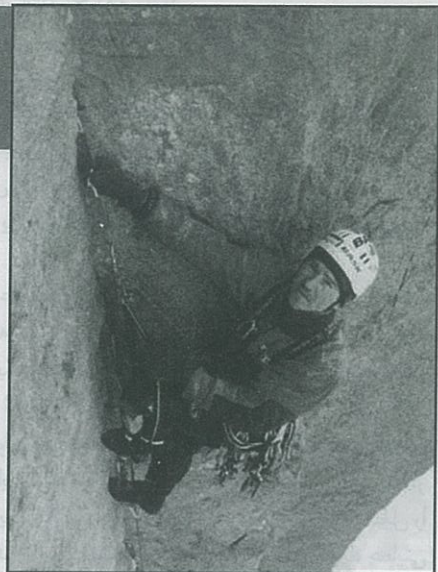
آقای کاظم سالار کیا

# MEYGOON ICE CLIMBING SCHOOL



# الکساندر روچکین یا همان لوکوموتیو روسی

ترجمه: شاپور صمصام



به طور اتفاقی بود که الکساندر روچکین در اولین دوره مسابقات قهرمانی

شوروی سابق شرکت کرد. سال ۱۹۹۱ که او در اردوی کوهنوردی در کشور قرقیزستان سرگرم آموزش دادن و تدریس دوره‌های کوهنوردی در سطح بسیار بالا بود که دعوت از تیم او صورت پذیرفت. (این تیم به سرپرستی روچکین) بر روی دیواره هزارمتری جبهه شمالی برگزار می‌شد که به مقام سوم دست یافت. همه خیلی تعجب کرده بودند، چون مسابقه بسیار مهمی بود

در اردوهای کوهنوردی شوروی یک روش متداول برای آموزش دادن و رده‌بندی متقاضیان وجود داشت، جهت به دست آوردن امتیاز برای شرکت کنندگان. روچکین موفق شد که با استعداد فوق‌العاده خود که عنوان افسانه‌ای «استاد ورزش» را در این دوره از مسابقات به دست آورد.

در این نوع مسابقات کوهنوردان مسیرها را خود انتخاب کرده و امتیاز آوردن بستگی به سرعت صعود و دشواری مسیر دارد. در نظر گرفتن کلیه نکات و مسایل ایمنی خود از اهمیت بالایی برخوردار است که در به دست آوردن امتیاز نقش به سزایی را ایفا می‌کند.

استفاده از طناب ثابت روش متداولی بود و صعود انفرادی انجام دادن اهمیت چندانی نداشت. امروزه همان روش سابق دنبال می‌شود، اما از زمان فروپاشی شوروی سابق برنامه‌های صعودهای سنگین دیگر توسط دولت پشتیبانی مالی صورت نمی‌گیرد و کوهنوردان باید به دنبال مؤسسات و یا مراکزی باشند که از آنها حمایت مالی کنند و یا خود باید هزینه‌های مربوطه را تقبل کنند.

روچکین ۴۲ ساله بدون کوچکترین شک و تردید نفر اول از نظر مهارت‌های فنی و موتور اصلی اولین صعود از جبهه شمالی دیواره «جانو» بود که در سال ۲۰۰۴ انجام پذیرفت و این قسمتی بود از برنامه‌های «دیواره‌های بلند» به سبک روسی. در این برنامه‌ها که شامل ده صعود از مسیرهای جدید می‌باشد توسط الکساندر ادنیسوف طراحی و برنامه‌ریزی شده است، روچکین تا به حال از هفت برنامه‌ای که در این مورد صورت گرفته در پنج صعود حضور فعال و بسیار چشمگیری داشته است، این صعودها شامل مسیرهای دیواره ترول در نروژ، دیواره ترنگو در پاکستان و جزایر بافین بوده است. این تابستان او عازم جبهه شمالی دیواره گاشبروم در پاکستان خواهد بود.

به خاطر مسایل اقتصادی و مالی حتی‌المقدور این ۱۰ برنامه مسیرهای نسبتاً نزدیکی را که با هزینه کمتری انجام می‌گیرد انتخاب کردند. برای برنامه صعود دیواره جانو آنها پشتیبانی و کمک‌های مالی و یا اسپانسر داشتند. در این برنامه از روش‌های قدیمی صعودهای سنگین استفاده کردند که این روش از نظر غربی‌ها هم اکنون منسوخ و قدیمی می‌باشد.

دوست و یار دیرینه روچکین از موسسه سرمایه‌های کوهستان می‌گوید: «گو این که اتحاد شوروی دیگر وجود ندارد اما روش‌های آن زمان که اکثراً قدیمی و کهنه شده است هنوز پابرجاست.

روچکین در ماه فوریه سفری به نیومشایر داشت، در انجمن آلپ آمریکا راجع به خطرات و مشکلات طاقت‌فرسای دیواره جانو ضمن ارائه عکس و فیلم سخنرانی مفصلی داشت. آنان ۵۰ روز تمام بر روی این دیواره سپری کردند. هر طور که حساب کنیم الکساندر روچکین واقعاً مرد آهنین می‌باشد. چکیده‌ای از مصاحبه وی با مجله «راک اند آیس» را به نظر خوانندگان می‌رسانیم:

- تا به حال در مسابقه‌ای پیروز شده‌اید؟

هفت بار در مسابقات نفر اول شدم ولی من برای نفر اول شدن شرکت نکردم به خاطر کوهنوردی شرکت کردم البته در مسابقات شرکت کردن یعنی مسیرهای مشکل تری را تجربه کردن.

- چرا ۱۰ مسیر دشوار بر روی دیواره‌های بلند.

به خاطر نشان دادن و ثابت کردن توان و مهارت‌های فنی کوهنوردی روسی این مسیرها را انتخاب کردیم. برای مدت طولانی به کلی منزوی شده بودند.

- تا به حال در آمریکا کوهنوردی کرده‌اید؟

(با لبخند) فقط در دنور.

- در صعود گاشبروم از چه روشی استفاده خواهید کرد.

ما اصطلاحاً از روش کپسولی - چیزی است بین روش آلپ و روش هیمالیا - به علت اینکه دیواره بسیار بلندی است.

- آیا شما علاقه‌مند هستید که به روش آلپ صعود کنید.

از نظر من روش آلپ بهترین روشی است برای چنین صعودهایی که خود من اکثراً از این روش استفاده می‌کنم و در جوامع و محافل کوهنوردی جهان این روش از اعتبار بالایی برخوردار است.

البته روچکین خیلی از برنامه‌ها را یک روزه و در زمان کوتاه‌تری از دیگر کوهنوردان انجام داده است در برنامه صعود دنور او این صعود را یک روزه انجام داد.

- در صعود جانو چرا از روش صعودهای سنگین استفاده کردید.

برای موفقیت در انجام این صعود تجربه نشان داد که روش آلپی به مدت ۲۹ سال نتوانست به این هدف دست یابد.

- شما واقعاً معتقد هستید که کسی بتواند دیواره جانو را به روش آلپ صعود کند.

بله اکنون که اطلاعات فراوانی از این دیواره به دست آورده‌ایم به نظر می‌رسد که این کار قابل اجرا می‌باشد اما کار بسیار مشکلی است.

- بعد از گاشبروم برنامه شما چیست؟

دو مسیر بعد بر روی دیواره‌ها هنوز مشخص نگردیده اما ما به فکر لوقوک ۳ می‌باشیم که دوبار برای صعود تلاش کرده‌ایم. ▽

LA SPORTIVA®



KOVEA



deuter



MERRELL  
Performance Footwear



# BONT

فروشگاه و نمایشگاه  
جدیدترین تجهیزات کوهنوردی

میدان منیریه ، پاساژ کاوه

طبقه همکف ، شماره ۲۲

تلفن : ۰۲۱ - ۶۶ ۹۵ ۱۳ ۱۰

۰۹۱۲ - ۳۲۲ ۷۰ ۵۸

زیرکی ( مدیر فروش )

E-mail: [jzclimbing@yahoo.com](mailto:jzclimbing@yahoo.com)

## .... خانه خالیست نخفته ست گل سرخ

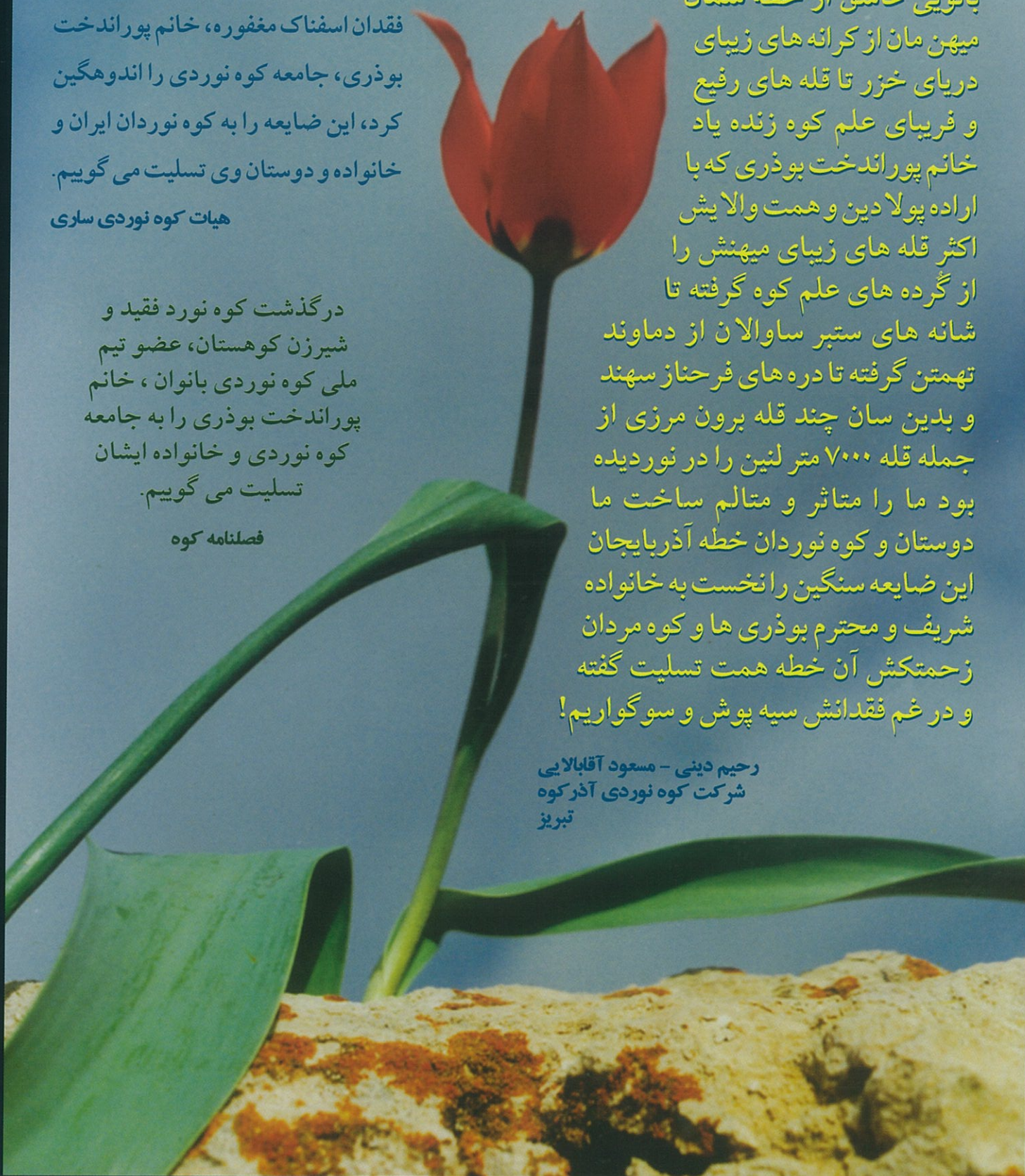
فقدان اسفناک مغفوره، خانم پوراندخت بوذری، جامعه کوه نوردی را اندوهگین کرد، این ضایعه را به کوه نوردان ایران و خانواده و دوستان وی تسلیت می گوئیم. هیات کوه نوردی ساری

درگذشت کوه نورد فقید و شیرزن کوهستان، عضو تیم ملی کوه نوردی بانوان، خانم پوراندخت بوذری را به جامعه کوه نوردی و خانواده ایشان تسلیت می گوئیم.

فصلنامه کوه

غروب غمگنانه شیرآهن کوه بانویی عاشق از خطه شمال میهن مان از کرانه های زیبای دریای خزر تا قله های رفیع و فریبای علم کوه زنده یاد خانم پوراندخت بوذری که با اراده پولادین و همت والایش اکثر قله های زیبای میهنش را از گرده های علم کوه گرفته تا شانه های ستبر ساوالان از دماوند تهمتن گرفته تا دره های فرحناز سهند و بدین سان چند قله برون مرزی از جمله قله ۷۰۰۰ متر لنین را در نوردیده بود ما را متاثر و متالم ساخت ما دوستان و کوه نوردان خطه آذربایجان این ضایعه سنگین را نخست به خانواده شریف و محترم بوذری ها و کوه مردان زحمتکش آن خطه همت تسلیت گفته و در غم فقدانش سیه پوش و سوگواریم!

رحیم دینی - مسعود آقبالایی  
شرکت کوه نوردی آذرکوه  
تبریز



# کمک های اولیه در کوه

## انجام اقدامات اولیه را در زخم ها جدی بگیرید

ترجمه و تدوین: وحید عرفانی



می شود. وقتی که سطح زخم کاملاً پوشانده شد، حالا نیاز به یک پانسمان مناسب دارد. چنانچه در موارد اضطراری پوشش های استریل در دسترس نبود از تمیز ترین پوشاک موجود مانند: دستمال، حوله یا دستمال یک بار مصرف غیر کاغذی و در نهایت تکه های لباس استفاده نمایید.

سرعت قطع خون ریزی با تمیزترین پانسمان در دسترس بسیار مهم است. شما معمولاً می توانید خون ریزی یک زخم باز را با پوشاندن و فشار مستقیم توسط یک پارچه خشک و استریل کنترل کنید. اگر پوشش اول نتوانست خون ریزی را بند بیاورد می توانید فشار را با لایه دوم بیشتر کنید و راه های کمکی مانند بالا نگه داشتن عضو آسیب دیده یا فشار بر نقاط نیز قابل استفاده است. با استفاده از پانسمان، روی زخم را بپوشانید. در زخم های شکم یک پانسمان روی زخم بگذارید و آن را با باند یا چسب محکم کنید. طوری که فشار کافی روی زخم اعمال شود. در صورت نفوذ خون از پانسمان، پانسمان دیگری روی آن قرار دهید. زخم های عمیق یا دارای خونریزی شدید را نباید شستشو دهید.

برای بند آوردن خون ریزی از روش فشار مستقیم روی زخم استفاده کنید. اگر در داخل زخم، عضوی از بدن مثلاً استخوان معلوم است، روی زخم را با پانسمانی غیر چسبنده بپوشانید مانند: گاز وازلین، سپس پانسمان را با چسبی محکم نگه دارید و از نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان یا مرکز درمانی کمک بگیرید. در صورتی که زخم باز در ناحیه شکم است برای جلوگیری از خروج محتویات شکم در هنگام سرفه یا استفراغ، روی پانسمان زخم را محکم نگه دارید.

**۳- در پیشگیری از بروز عفونت زخم ها پیش قدم باشید.**

زخم در اغلب موارد عفونت می کند. زخم های باز می توانند با هر گونه میکروبی آلوده شوند این آلودگی ها ممکن است از جسم آسیب رساننده، هوا، تنفس و یا انگشتان و یا از اجسام فرو رفته در زخم منتقل شود. خون ریزی می تواند کمی از آلودگی زخم را خارج کند و گلبول های سفید در گردش هم با میکروب های باقیمانده به مقابله می پردازند اما چنانچه کثیفی و بافت مرده در زخم باقی بماند می تواند

زخم عبارت است از شکاف و یا خراشی که در یک قسمت و یا قسمت های مختلف بدن در اثر عوامل مکانیکی پدید می آید. هر نوع بریدگی در پوشش جلدی پوست، یک زخم به شمار می رود؛ خواه از نوع فرورفتگی یک جسم نوک تیز باشد (مانند سوزن) و خواه به واسطه بریدگی یا در نتیجه خراش قسمتی از پوست باشد. در چنین حالت هایی میکروب وارد بدن می شود. زخم ها ممکن است خیلی کوچک و کم عمق یا خیلی عمیق باشند.

زخم ها را بر اساس علت بروز، تقسیم بندی می کنند. آسیب بافت های اطراف یا عفونت محل زخم، از جمله خطراتی هستند که در همه زخم ها وجود دارد.

### اقدامات اولیه

**۱- زخم ها را تمیز کنید.**

زخم ها باید با سرعت تمیز شوند. اطراف زخم را با آب و صابون بشویید و آن را خشک کنید.

روی زخم نباید فوت یا سرفه کنید. هرگز نباید فکر کنید که اگر چیزی داخل زخم نمی بینید، زخم تمیز است؛ در هر حال آن را شستشو دهید. در صورت کثیف بودن زخم، با استفاده از آب یا ماده شوینده بدون الکل، آن را بشویید. با یک گاز استریل زخم را خشک کنید. سپس روی آن یک گاز استریل بگذارید. به یاد داشته باشید که هرگز زخم بزرگی را که تازه خونریزی اش بند آمده است، شستشو ندهید. در زخم های ناحیه سر، چنانچه یک تکه از پوست روی زخم بلند شده است آن را سر جای خود روی زخم قرار دهید و به مصدوم اطمینان خاطر بدهید.

**۲- زخم را پانسمان کنید.**

پانسمان، پوششی است استریل که درست روی زخم گذاشته و باند پیچی می شود، استفاده از باند برای نگه داشتن پانسمان در محل و نظافت از ناحیه آسیب دیده بدن است. پانسمان را می توان با چسب زخم، چسب پانسمان، گره زدن باند یا پارچه در محل ثابت نگه داشت. بهبودی یک زخم به چگونگی اولین پانسمان مربوط

باعث گسترش عفونت در سرتاسر بدن شود.

چنانچه گردش خون ناحیه زخمی مناسب باشد، ترمیم زخم سریع تر روی می دهد و هرچه زخم از قلب دور تر باشد زمان ترمیم بیشتر طول می کشد و احتمال عفونت بیشتر می شود. در افرادی که دچار دیابت (بیماری قند) یا اختلالی در گردش خون هستند و نیز افراد مسن، ترمیم زخم آهسته تر است و به همین دلیل، احتمال عفونی شدن زخم بیشتر می باشد. در چنین مواردی خطر بروز کزاز نیز وجود دارد.

احتمال عفونت زخم های زیر بیشتر است: زخم های ناشی از گاز گرفتگی یا گزیدگی، زخم های نافذ (سوراخ شدگی) زخم های پا، له شدگی، زخم های کثیف و زخم هایی که به آن ها رسیدگی فوری نمی شود. هر زخمی که در عرض چهل و هشت ساعت رو به بهبودی نرود، در معرض خطر بیشتری برای عفونی شدن می باشد. در چنین مواردی ممکن است درمان با آنتی بیوتیک و یا درمان ضد کزاز نیاز باشد. در صورت پیشرفت (باوجود علائمی مانند: تب، لرزه، تشنگی و خواب آلودگی) حتما فرد آسیب دیده را به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان و یا مرکز درمانی برسانید.

به طور کلی باید به تمامی زخم ها رسیدگی شود تا عفونت نکنند و بهبودی تسریع شود. هنگام انجام کمک های اولیه برای زخم های باز باید نکات احتیاطی ویژه ای را برای جلوگیری از انتقال بیماری های مسری رعایت کنید: بهتر است دستکش استریل به دست کنید چنانچه دستکش ندارید، چند لایه از یک پارچه یا گاز و یا حتی پوششی پلاستیکی روی زخم بگذارید تا حایلی بین دست شما و زخم باشد. همیشه قبل و بعد از انجام کمک های اولیه خوب دست هایتان را بشویید. به طور کلی پیش از آنکه به زخمی دست بزنید باید دقت کنید که دست های تان را با صابون و یا در صورت امکان با الکل تمیز کنید و بگذارید با جریان هوا خشک شود.

چنانچه با زخمی برخورد کردید که بوی بدی دارد، مایع خاکستری رنگ و یا قهوه ای رنگی را ترشح می کند، حباب های هوا و تاول دارد؛ پوست

اطراف زخم سیاه است هرچه سریع تر مصدوم را به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان یا مرکز درمانی برسانید. این نشانه ها ممکن است علائم قانقاریا و یا مردگی نسج باشد.

#### ۴- به دنبال مداوای بریدگی ها باشید.

بریدگی، زخمی با لبه های صاف و هموار است که خون ریزی زیادی دارد. بریدگی ها، توسط یک شیء برنده و تیز و یا ضربه های مستقیم ایجاد می شود. در این زخم، پارگی عروق می تواند موجب بروز خون ریزی شدید شود. همچنین ساختارهای دیگر مانند تاندون ها، اعصاب پایین ران ها هم ممکن است آسیب ببینند.

#### ۵- زخم قطع شدگی نیاز به دقت جدی دارد.

کنده شدگی به پاره شدن و جدا شدن قسمتی از بافت می گویند. تکه کنده شده می تواند کاملاً جدا باشد یا با قطعه ای پوست به بدن متصل باشد. کنده شدگی ممکن است بافت کوچک یا بزرگی باشد. چنانچه اندام کاملاً قطع نشده، عضو آویزان را سر جای خود بگذارید و به سرعت با کنترل خونریزی، مصدوم را به نزدیک ترین مرکز درمانی منتقل کنید.

اگر کل یک قسمت از بدن جدا شده باشد به آن زخم قطع شدگی می گویند. قسمت قطع شده را باید در یک کیسه تمیز قرار داده و آن را سرد نگه داشته و با مصدوم به بیمارستان فرستاد تا در صورت امکان پیوند زده شود. از یخ هم برای سرد نگه داشتن عضو استفاده می شود. هیچ گاه عضو قطع شده را مستقیم درون

آب قرار ندهید.

#### ۶- از بروز سوراخ شدگی پیشگیری کنید.

فرو رفتن جسم خارجی تیز به داخل پوست بدن می تواند زخم سوراخ شدگی ایجاد کند. این زخم می تواند آسیب عمیقی ایجاد کند که به سرعت قابل تشخیص نیست. اگرچه محل ورود جسم تیز کوچک است، ولی می تواند به دلیل عمق نفوذ، به اندام های داخلی بدن آسیب برساند. به دلیل ورود جرم های آلوده کننده به داخل بدن، خطر بروز عفونت وجود دارد.

زخم های سوراخ شده می توانند آسیب های عمیقی ایجاد کنند که به سرعت قابل تشخیص نیست. زخم های سوراخ شده معمولاً خونریزی آزاد ندارند. اگر این اجسام در زخم باقی بمانند به آنها جسم باقی مانده می گویند. اقدامات اولیه در این مورد عبارتند از: رعایت نکات بهداشتی و استفاده از دستکش های پلاستیکی، زخم را تمیز کرده و با استفاده از فشار دو لبه زخم به همدیگر و نقطه فشار، خون ریزی را کنترل کنید، چنانچه شیء در زخم باقی مانده بود، حتما مصدوم را به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان یا مرکز درمانی برسانید.

#### ۷- مراقب زخم پارگی ها باشید.

پارگی، زخمی پوستی با لبه های نامنظم است. یکی از انواع شایع زخم باز، پارگی است. این زخم در آسیب های ورزشی و از جمله کوه نوردی دیده شده و در اثر ضربه های مستقیم ایجاد می شود. نیروهای له کننده یا پاره کننده باعث بروز زخم پارگی در بدن می شوند. خونریزی این زخم ها می تواند از بریدگی ها کمتر باشد ولی احتمال آسیب بافتی در اینها بیشتر است. پارگی های کوچک، مراقبت کمی نیاز دارند اما پارگی های بزرگه خون ریزی شدیدی دارند و تهدید کننده حیات هستند. این زخم ها معمولاً توسط جرم های گوناگونی آلوده می شوند، در نتیجه انتقال عفونت زیاد است.

#### ۸- زخم های ناحیه سر و صورت را جدی بگیرید.

پوست سر و صورت دارای عروق کوچک می باشد که در نزدیکی سطح آن جریان دارند، در نتیجه هرگونه بریدگی در این ناحیه، منجر به خونریزی های شدید و خون مردگی خواهد شد. به همین علت خون ریزی های سر، علی رغم اهمیت اندک واقعه، بسیار نگران کننده می باشد.

جراحت سر، خطرناک است مخصوصاً چنانچه با بیهوشی، گیجی و استفراغ همراه باشد. اغلب زخم سر بیشتر از یک آسیب ساده خطرناک می باشد. در برخی موارد خونریزی از سر، می تواند به علت بروز حوادث بسیار جدی مانند شکستگی جمجمه یا آسیب های سر و گردن باشد. به همین دلیل آسیب دیدگان دارای چنین جراحاتی باید بلاقت معاینه شوند. هر چند که زخم های سر و صورت به علت خون ریزی، برای فرد آسیب دیده و امدادگر، بار روانی و اضطراب ایجاد می کند.

اغلب زخم سر بیشتر از یک آسیب ساده خطرناک می باشد. در بیشتر موارد شما با فشار مستقیم روی محل خون ریزی سر و صورت، قادر به جلوگیری از خون ریزی هستید. فشار مستقیم در این ناحیه به علت نزدیکی استخوان جمجمه به پوست، بسیار موثر است. فشار مستقیم باعث فشرده شدن عروق بین دست و استخوان جمجمه شده و به این طریق خونریزی را بند می آورد.

مهم ترین اقدامات اولیه از زخم عبارتند از: روی زخم را با یک گاز استریل یا یک پارچه تمیز به مدت ۱۰ دقیقه محکم فشار دهید. در زخم های ناحیه سر با استفاده از یک پانسمان استریل یا یک پارچه تمیز بدون پرز روی زخم را ببوشانید



و روی آن محکم فشار بیاورید تا خون‌ریزی کاهش بیاید. در زخم‌های سر از یک پانسمان بزرگ‌تر از زخم استفاده کنید. پانسمان را با یک باند محکم کنید تا به زخم فشار وارد کند. چنانچه پانسمان خونی شد روی آن یک گاز استریل یا دستمال تمیز قرار دهید. اگر پانسمان دوم هم خونی شد، هر دوی آنها را بردارید و کار را از نو تکرار کنید. در خون‌ریزی‌های خفیف‌تر می‌توانید با استفاده از باند سه‌گوش، پانسمان را محکم کنید. مصدوم را بخوابانید، سر و شانه‌هایش را کمی بالاتر قرار دهید. فرد آسیب‌دیده را به نزدیک‌ترین پایگاه امداد کوهستان و یا مرکز درمانی ببرید و در طول راه علائم حیاتی (نبض، فشار خون، درجه حرارت، تنفس) او را کنترل کنید. مراقب درجه هوشیاری، نبض و تنفس او باشید. چنانچه شرایط او وخیم شد امکان ضربه مغزی وجود دارد. بریدگی در لایه خارجی می‌تواند با درد بسیار و خون‌ریزی فراوان همراه باشد. هیچ‌گاه سعی نکنید برای تمیز کردن زخم چیزی را داخل گوش کنید. مهم‌ترین اقدامات اولیه، زمانی که داخل گوش زخم شده، عبارتند از: روی زخم را با یک تکه گاز استریل یا دستمال تمیز به مدت ۱۰ دقیقه فشار دهید تا خون‌ریزی بند بیاید. روی گوش را با گاز استریل بپوشانید و آن را باند پیچی کنید. مصدوم را به حالت نیم‌ایستاده در آورید، طوری که سر وی به طرف سمت مجروح خم شود تا خون به آسانی بیرون بریزد. برای زخم‌های داخل‌گوشه، یک گاز را از داخل دهان روی زخم قرار دهید. در صورت لزوم یک گاز دیگر هم از خارج بگذارید. در طول این مدت به باز بودن راه هوایی فرد آسیب‌دیده دقت کنید.

را با یک پوشش استریل بپوشانید. مصدوم را به پشت بخوابانید. در صورتی که تا رسیدن به نزدیک‌ترین پایگاه تخصصی امداد کوهستان و مرکز درمانی زمان زیادی طول می‌کشد، پانسمان را بانداز کنید. هنگامی که می‌خواهید دو چشم مصدوم را پانسمان کنید، دلیل این کار را به او توضیح دهید. زیرا بستن هر دو چشم بسیار استرس‌زا می‌باشد و در طول این مدت در کنار فرد آسیب‌دیده بمانید و به او آرامش دهید. در زخم دهان، دهان مصدوم را نشویید، زیرا به لخته خون آسیب می‌رساند. چنانچه خون‌ریزی در مدت ۲۰ دقیقه بند نیامد، با نزدیک‌ترین پایگاه امداد کوهستان یا مرکز درمانی تماس بگیرید. از مصدوم بخواهید تا بنشیند و سرش را بر روی طرفی خم کند و به وی اجازه دهید تا خون را درون ظرف بریزد. گاز استریل یا پارچه تمیزی را روی زخم گذاشته و با انگشت شست خود از یک طرف و انگشت سیبیه از طرف دیگر، مستقیماً روی زخم فشار وارد کنید. این کار را به مدت ۱۰ دقیقه ادامه دهید و چنانچه لازم شد آن را تکرار کنید.

#### ۹ - مراقب جسم خارجی در زخم باشید.

در صورت وجود جسم خارجی در زخم مانند تکه‌های کوچک شیشه یا سنگ ریزه، باید قبل از درمان، آنها را خارج کنید. باقی‌ماندن چنین اجسامی در زخم می‌تواند باعث بروز عفونت زخم و تاخیر در بهبودی آن و نیز تغییر رنگ محل آسیب‌دیده در دراز مدت شود. اجسام خارجی کوچک را به وسیله آب از زخم بشویید. بهتر است برای بیرون آوردن اجسام خارجی، از موچین استفاده کنید. در غیر این صورت با دقت آنها را از زخم بیرون بیاورید یا به وسیله آب سرد این اجسام را بشویید. چنانچه چیزی در زخم فرو رفته و گیر کرده است، پانسمان و باند پیچی



#### زخم‌های چشم را باید به

سرعت مداوا کنید. چون ممکن است آسیب‌های دراز مدت برای دید فرد آسیب‌دیده ایجاد کند. ممکن است زخم چشم در اثر وارد آمدن ضربات مستقیم یا بریدن قطعات تیز و برنده فلزات و شیشه به داخل چشم، بریدگی یا خون‌مردگی رخ دهد. تمام آسیب‌های چشمی به علت بروز خطر احتمالی اختلال دید، خطرناک می‌باشد. حتی خراشیدگی‌های سطحی قرنیه می‌توانند باعث بروز زخم دائمی و در نتیجه اختلال دید در مصدوم شوند. در زخم چشم به مصدوم بگویید تا یک پانسمان استریل روی چشم آسیب‌دیده خود قرار دهد. مهم‌ترین اقدامات اولیه در زخم چشم عبارتند از: مصدوم را طوری بخوابانید که سرش روی پای شما باشد. به او بگویید که چشم‌هایش را ثابت و بدون حرکت نگاه دارد. روی چشم آسیب‌دیده

هم باید زخم را بپوشاند و هم

نگذارد جسم فرو رفته جا به جا شود. فراموش نشود که هر گونه حرکت دادن جسم خارجی در داخل زخم، ممکن است منجر به تشدید خون‌ریزی، درد و جراحات شده پس این کار را نکنید و فقط کمک‌های اولیه لازم را انجام دهید و به نزدیک‌ترین پایگاه امداد کوهستان و یا مرکز درمانی مراجعه کنید.

اگر بدن مجروح را جسم ثابت و سنگینی سوراخ کرده است، نگذارید فرد حرکت کند و منتظر دریافت کمک بمانید. سعی نکنید با زور ذراتی را که به طور عمیق در زخم فرو رفته اند خارج کنید، چون ممکن است با این کار به بافت‌های

اطراف آسیب وارد کرده و خونریزی را بیشتر کنید. بهتر است روی زخم را با پانسمان بپوشانید و آن را بانداز کنید. بدون اعمال فشار مستقیم روی جسم خارجی، زخم را بانداز کنید. در صورت فرو رفتن اجسام خارجی بزرگ در زخم، بهتر است اطراف اجسام خارجی را بانداز کنید تا روی آن هیچ گونه فشاری اعمال نشود. دقت کنید روی جسم خارجی را بانداز نکنید. هرگز سعی نکنید جسم خارجی فرو رفته به داخل چشم را خارج کنید.

#### ۱۰- هر نوع زخمی را در گردن جدی بگیرید.

گردن، محل قرارگیری اندام های مهمی مانند: نای، مری، شریان ها، عضلات، ستون مهره ها، و نخاع می باشد. چون آسیب به هر کدام از این اندام ها، تهدید کننده حیات است؛ بنابراین هر نوع آسیب به گردن را جدی بگیرید. از فشار مستقیم برای بند آوردن خونریزی زخم های گردن استفاده نمایید. پس از بند آمدن خون، پانسمان را انجام دهید. در بعضی از موارد باید با فشار نوک انگشت از بالا و پایین زخم، جلوی خون ریزی بیشتر را بگیرید.

#### ۱۱- زخم های شکم نیاز به توجه بیشتری دارند.

در زخم های بسیار شدید در شکم، ممکن است خون ریزی خارجی، بسیار شدید باشد و حتی محتویات شکم نیز خارج شوند. اما در اغلب آسیب ها، خون ریزی داخلی رخ می دهد که مخفی مانده و در صورت تاخیر در درمان می تواند کشنده باشد به علاوه در زخم های شکم، خطر بروز شوک و عفونت بسیار زیاد است.

به طور کلی زخم های دیواره شکم به علت عفونت و خونریزی داخلی و احتمال جراحات و آسیب هایی که ممکن است به اندام های حیاتی بدن وارد کند، بسیار خطرناک هستند. در این موارد باید مصدوم را به پشت خوابانده، زانوهای او را خم کرده و یک پتو یا کیسه خواب لوله شده یا پوشاک (شلوار، بادگیر، جلیقه و...) زیر زانوهای او قرار داد. با قرار دادن کوله پشتی، پوشاک کوه، پتو و یا کیسه خواب در پشت فرد آسیب دیده، وی را به وضع نیمه نشسته در آورید و او را طوری گرم نگه دارید که احساس ناراحتی نکند. زخم ممکن است بزرگ باشد، به گونه ای که بعضی اندام های داخلی شکم مانند روده از آن بیرون بیاید. در این صورت نباید اعضای خارج شده را وارد شکم کرد و از دادن هر گونه آشامیدنی یا خوراکی به وی خودداری کنید. لازم است او را فوراً به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان یا مرکز درمانی برسانید. در حالتی که امکان حرکت فرد آسیب دیده نیست، وی را به همان حالت نگه دارید و هرچه سریع تر به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان و مرکز درمانی گزارش دهید و پزشک یا نیروی امدادی را بر بالین مصدوم بیاورید.

#### ۱۲- مراقب خراشیدگی پوست باشید.

خراشیدگی، یک زخم سطحی است که در آن سطحی ترین لایه پوست خراشیده شده و سطح زیر آن سخت و دردناک می شود. خراشیدگی معمولاً به دنبال سر خوردن روی صخره یا دیوار سنگی یا کشیده شدن روی یک سطح، ایجاد می شود و ممکن است رگ های خونی سطحی پاره شوند و خون ترشح کند. اغلب در این حالت، آلودگی و میکروب به پوست آسیب دیده راه می یابد.

اقدامات موثری که می توان انجام داد عبارتند از: قبل از هر اقدامی دست های خود را با آب و صابون خوب بشویید. ناحیه خراشیده شده را با آب و گاز استریل یا پارچه تمیزی به آرامی با آب و صابون بشویید. برای پاک کردن هر زخم از یک تکه گاز تمیز استفاده کنید. هر گونه گرد و غبار و کثافت را از روی زخم بشویید. شاید این کار باعث خونریزی تازه ای شود. بنابراین روی زخم را با یک گاز استریل فشار دهید تا خونریزی بند بیاید. سعی کنید همه تکه های کوچک زاید و آشغال های روی خراشیدگی را پاک کنید. در صورت نیاز از انبرک یا موچین استفاده نمایید. گاز بزرگی روی زخم قرار دهید تا زخم و اطراف آن را بپوشاند؛ سپس آن را پانسمان کنید. روی بریدگی ها و خراشیدگی های عمیق را پنبه یا پارچه کرک دار نگذارید، زیرا به زخم می چسبد و جوش خوردن زخم را به تعویق می اندازد. پماد آنتی بیوتیک بمالید و پانسمان کنید. چنانچه نمی توانید خراشیدگی پوست را شستشو و تمیز کنید یا عمقی به نظر می رسد، از نزدیک

ترین پایگاه امداد کوهستان و یا مرکز درمانی کمک بگیرید.  
**۱۳- اقدامات اولیه را در مورد زخم قفسه سینه انجام دهید.**

اندام های حیاتی مهمی در اثر زخم قفسه سینه، دچار آسیب می شوند، از جمله ریه ها، عروق بزرگ خونی و قلب. هر زخمی که این اعضا بدن را درگیر نماید تهدید کننده حیات مصدوم است. مصدوم ممکن است دچار مشکل تنفسی، از کار افتادن ریه ها و وارد آمدن شوک شود. این نکته خیلی مهم است که قبل از رسیدن کمک، روی زخم را بپوشانید تا از ورود هوا به داخل ریه ها جلوگیری شود.

اقدامات موثری که می توان در این شرایط انجام داد عبارتند از: با نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان و مرکز درمانی تماس بگیرید. مصدوم با آسیب قفسه سینه را در وضعیت راحتی قرار دهید. تا زمانی که وسایل زخم بندی در دسترس نیست، باید لبه زخم را به هم فشار داده و یا کف دست خود را روی زخم بگذارید. مصدوم را در حالت نیمه خوابیده قرار دهید. روی زخم را با یک گاز استریل یا هر گونه پوشش استریل بپوشانید و سه طرف زخم را چسب بزنید. روی پانسمان را با روکش محافظ غذا، بپوشانید و برای محکم کردن آن سه طرف آن را چسب بزنید. اگر سوراخ زخم کوچک است، برای بستن آن می توان از نوار چسب نیز استفاده کرد و سپس روی آن را پانسمان نمود.

موقعیت مصدوم را کنترل نمایید. از دادن هر گونه آشامیدنی و خوراکی به فرد آسیب دیده خودداری کنید. برای به هوش آوردن فرد آسیب دیده آماده شوید و علائم شوک را نیز کنترل کنید. چنانچه مصدوم بی هوش شد و لازم بود او را در وضعیت بهبودی قرار دهید فرد آسیب دیده را به سمتی که مجروح است خم کنید. هرچه سریع تر فرد آسیب دیده را به نزدیک ترین پایگاه امداد کوهستان یا نزدیک ترین مرکز درمان برسانید و یا این که پزشک یا نیروی امدادی کوهستان یا مرکز درمانی را بر بالین فرد آسیب دیده بیاورید. △

#### منابع مورد استفاده:

- زخم ۱: کمک های اولیه، ترجمه و تألیف وحید عرفانی، چاپ ۱۳۸۰، واحد پزشکی مشاور، شرکت نفت فلات قاره ایران
- زخم ۲: آموزش کمک های اولیه، مترجمین دکتر مژده جلالی و دکتر مریم حضرتی، چاپ اول ۱۳۸۳، انتشارات دانش پرور
- زخم ۳: کمک های اولیه و اصول ایمنی، دکتر کتلین ا. هندل، ترجمه دکتر ونداد شریفی، چاپ اول، ۱۳۷۸، انتشارات ققنوس.
- زخم ۴: امدادگر اورژانس، ترجمه دکتر رضا شهرامی و دیگر همکاران، چاپ اول ۱۳۸۴، مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی
- زخم ۵: کمک های اولیه برای کودکان، نویسنده: میریام استایارد، مترجم: ندا کربلایی اسماعیلی، چاپ اول ۱۳۸۳، نشر پیدایش
- زخم ۶: کمک های اولیه، مولف دکتر محمد میرمعینی، چاپ اول، ۱۳۸۰، انتشارات آینه، کتاب کمک های اولیه در صدمات ورزشی، تألیف دکتر حسن اسدی، چاپ اول، ۱۳۸۳، انتشارات دانشگاه تهران.

جناب آقای افشین صبحی

مصیبت وارده را به شما

و خانواده محترم تان

تسلیت می گوئیم.

فصلنامه کوه

## مهارت‌های اولیه: عبور از رودخانه

ترجمه: وارطان زاکاریان



عبور از رودخانه به شکل مثلث یا گوه مانند، به مسیر رودخانه و نحوه قرار گرفتن افراد توجه شود.

اجرا و عملی‌تر می‌سازد. ولی شدت جریان بیشتری دارند. بستر تقریباً آرام و یکنواخت رودخانه شرایط عبور از آن را آسان‌تر و میسر می‌سازد. این نوع بستر یکنواخت رودخانه هیچ نقاط مشکوک و گودی‌های ناشناخته نخواهد داشت. متاسفانه معیارهای فوق اغلب منحصر به شرایط خاص می‌باشد. مثلاً گاهی در مسیرهای تنگ، آب رودخانه شتاب بیشتری دارد و برای عبور از آن مشکلات مختلف ایجاد می‌کند. در هر حال حتی از مسافت دور نیز می‌توان مسیر مناسب برای عبور از رودخانه را تشخیص داد. عموماً باید از عبور در پیچ و خم رودخانه اجتناب نمود زیرا جریان آب در کناره‌های مسیر رودخانه فرورفتگی‌هایی را ایجاد کرده و سبب فرسایش و برش‌های ناهماهنگ شده است به طوری که جریان در داخل فرورفتگی‌ها آرام و در قسمت‌های بیرونی آن شتاب پیدا می‌کند و با سرعت عبور می‌نماید. هنگام عبور در امتداد مسیر آب باید مراقب درخت‌ها، کنده درخت‌های کنده شده و شناور در آب، خرده اشیاءهای جمع شده در نقاط ساکن مسیر بود چرا که می‌توانند مشکل‌ساز و خطرآفرین باشند. توجه به شاخه‌های بزرگ و کوچک درختان که می‌توانند نقش یک صافی را ایفا کنند و آب از میان آنها عبور می‌کند ولی شخص شناور را به زیر آب فرو می‌برند، لازم است. حتی در زمانی که هیچ مشکل و خطری در مسیر عبور آب به نظر نمی‌رسد. علاوه بر موارد ذکر شده، ممکن است موارد دیگری نیز وجود داشته باشد که عبور از رودخانه را مشکل و خطرناک نماید مانند شتاب جریان آب که در بعضی از مکان‌ها به علت موقعیت زمین و گودی‌های ناشناخته شتاب داشته و

دسترسی به کوهستان و قله‌های سربه فلک کشیده یا به عبارت بهتر کوه‌پیمایی در هر کشوری اغلب با عبور از زمین‌های کم‌ارتفاع، دره‌ها، خط‌القعرها همراه است و طبیعتاً در این گذرگاه‌ها، رودخانه‌ها نقش حساسی در دسترسی به این مناطق دارند.

بررسی مسیر، شیب، شدت جریان آب رودخانه، پل‌های موقت محلی، پیچ و خم رودخانه‌ها و نحوه عبور از آن‌ها مواردی است که باید با دقت و هماهنگی با تعداد و قدرت و کارایی اعضای گروه به سرپرستی فردی شایسته انجام گیرد تا برنامه مورد نظر با موفقیت به پایان رسد. توجه داشته باشید اجرای برنامه موفق فقط رسیدن به مقصد نیست بلکه برگشتن به سلامت به مبداء نیز مورد نظر است. در این مقاله تحت عنوان «مهارت اولیه» خلاصه‌ای از نحوه عبور از رودخانه‌ها ارائه می‌شود:

هنگام بارش شدید باران، جریان رودخانه‌ها قوی‌تر شده و می‌تواند مشکلات بسیار زیادی برای کوه‌پیمایان و افرادی که برای طبیعت‌گردی به کوهستان می‌روند فراهم آورد. عبور از جریان شدید رودخانه‌ها می‌تواند مشکلاتی فراتر از خیس شدن کفش یا لباس و حتی لغزیدن پا و افتادن در آب را ایجاد نمایند. راه‌حل اصولی اجتناب از برخورد با این نوع جریان‌های شدید، هنگام کوه‌پیمایی و اجرای برنامه‌های گلگشت است. دقت در برنامه‌ریزی همراه با بررسی دقیق وضعیت و موانع طبیعی تقریباً می‌تواند از مواجهه با مشکلات و بروز حوادث جلوگیری نماید. در هر حال جاری شدن سیل در رودخانه‌های محلی همیشه قابل پیش‌بینی نیست و گاهی نیز عبور از مسیر رودخانه‌ها الزامی است. جریان شدید رودخانه‌ها دارای قدرت بالقوه زیادی است و عبور از آن نیاز به مهارت دارد. در صورت نداشتن مهارت‌های اولیه بروز مشکلات قطعی خواهد بود.

آب رودخانه‌ها سرد و کف آنها لغزنده و ناهموار و پوشیده از سنگ‌هایی با ابعاد مختلف است. هرکدام از موانع موجود در مسیر جریان آب مانند درخت‌ها، آبشارها، سنگ‌های بسیار بزرگ که آب از روی آنها و یا از کنار آنها عبور می‌کند می‌تواند برای شخصی که هنگام عبور از رودخانه پایش لغزیده و در داخل آب افتاده است خطرناک و حتی کشنده باشد. وسایل و ابزارآلات کوه‌نوردی برای عبور از آب‌های جاری رودخانه‌ها ساخته نشده‌اند و معمولاً این وسایل هنگام عبور از رودخانه‌ها بیشتر بازدارنده و مشکل‌ساز هستند تا کمک‌کننده. اگر هنگام عبور از رودخانه کاری اشتباه صورت پذیرد، می‌تواند مشکلات بسیار جدی برای اعضای گروه به وجود آورد: پخش و پراکنده شدن اعضای گروه و قطع ارتباط با یکدیگر و ابتلا بعضی از اعضای گروه به بیماری هیپوترمی، افتادن و مفقود شدن وسایل در آب به هنگام عبور از آب. مجروح شدن اعضای گروه در اثر برخورد آنها با موانعی که در مسیر رودخانه وجود دارد و غیره از این دست مشکلات است.

**انتخاب محل عبور از رودخانه:** اگر انتخاب جایگزینی برای عبور از جریان خروشان رودخانه وجود نداشته باشد مانند عبور از روی پل‌های دایم یا موقت و شما مجبور هستید از رودخانه عبور کنید. در این صورت انتخاب محل عبور باید با دقت و توجه به دو مورد مهم یعنی نقطه عبور و جریان پایین دست مسیر رودخانه باشد. محل عبور افراد بومی و یا محلی که افراد کمتری ممکن است در آن مسیر بلغزند؛ مناسب‌ترین محل و نقطه عبور، جایی است که جریان آب کم عمق و آهسته می‌شود. مسیرهای کم‌عرض، زمان عبور از آب را کاهش می‌دهند و ارتباط بین افراد را قابل

سبب افزایش سرعت آب می‌شود.

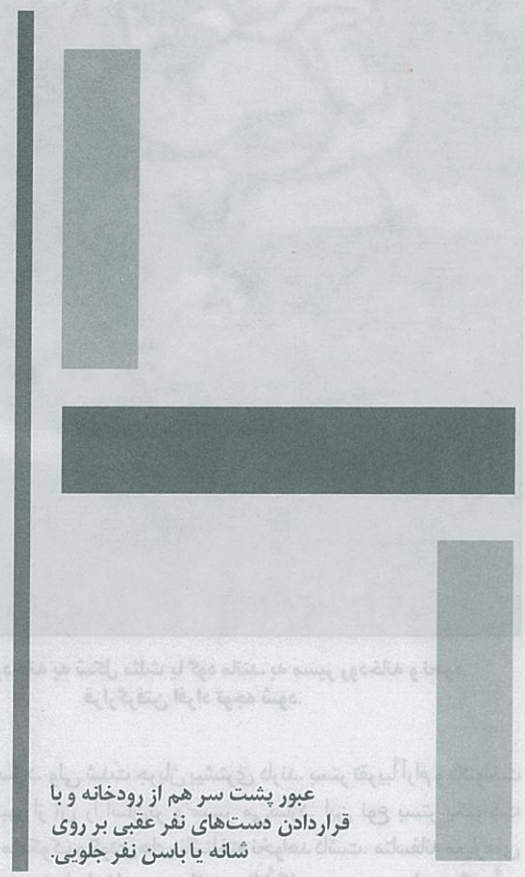
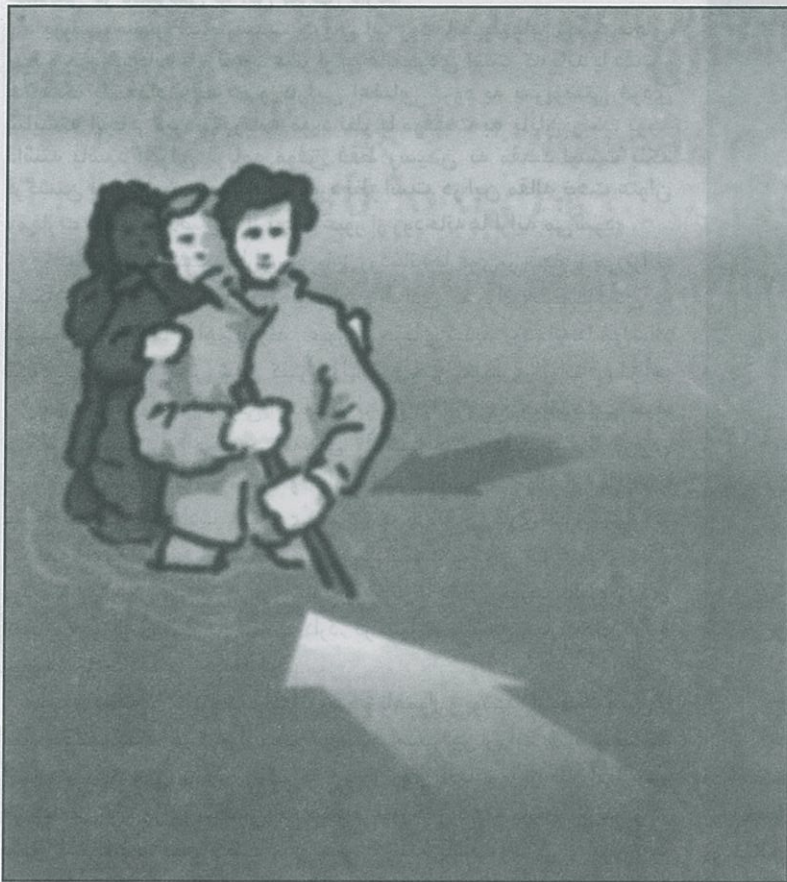
### آماده‌سازی برای عبور از رودخانه:

تمام وظایف و نقش‌ها در یک گروه باید برای اعضا بسیار روشن و مفهوم باشد. هماهنگ‌کننده باید قبل از عبور از رودخانه مکان آرامی پیدا کند و در آنجا برای اعضای گروه وظایف و نقش هر یک را توضیح دهد، این عمل حتی برای اعضای گروه‌هایی که تصادفاً گرد هم جمع شده‌اند نیز انجام شود. یکی از اعضای گروه باید نقش یا وظیفه هماهنگ‌کننده را داشته باشد و موقعیت‌ها و شرایط خطر را برای دیگران به طور جدی توضیح دهد تا هنگام بروز مشکلات از ایجاد سوءتفاهم‌ها و تشتت

تیز و برنده وجود داشته باشد و سبب بریدگی کف پا و ایجاد جراحات‌های عمیق و عدم توانایی شخص برای ادامه برنامه بشود.

### روش و تکنیک عبور از رودخانه:

اصل بر این است که انتخاب هر نوع روش برای عبور از رودخانه باید همراه با جرات و جسارت باشد لغزش پا بزرگ‌ترین خطر هنگام عبور از رودخانه است و اگر شخص هنگام گذر از رودخانه به پشت بیفتد در حالی که پایش در میان دو قطعه سنگ بزرگ گیر کرده باشد فشار و جریان آب می‌تواند سر او را به زیر آب فرو برده و در همان جا نگه‌داشته و او را خفه کند. هنگام حرکت باید پاهارو به جریان بالای مسیر آب قرار گیرد و باید با دقت و اطمینان قدم‌ها را



عبور پشت سر هم از رودخانه و با قراردادن دست‌های نفر عقبی بر روی شانه یا باسن نفر جلویی.

در جای محکم قرار داد. اگر شخص در امتداد جریان آب بلغزد مطمئن‌ترین روش شناوری در آب آن است که پاهای خود را در امتداد جریان آب و رو به بالا قرار دهد تا بتواند بدن را محافظت و از غلتیدن در آب جلوگیری کند. ضمناً در همین فرصت دیگر اعضای گروه نیز باید به سرعت به پایین دست رودخانه رفته تا بتوانند به او کمک کنند. یکی از مناسب‌ترین روش‌ها، ارایه چوب‌دست کوه‌نوردی یا چوب‌دست بلند به شخص شناور در آب است تا او بتواند آن را آسان‌تر بگیرد. این روش شانس نجات او را زیاد می‌کند.

### عبور شخص تنها از رودخانه:

زمانی پیش می‌آید که شخص مجبور است به تنهایی از رودخانه عبور کند، در این صورت تنها شانس او استفاده از چوب‌دست‌ها برای حمایت و عبوری مطمئن است. (دو چوب‌دست کوه‌نوردی یا یک یا دو چوب بلند و محکم) زمانی که بر چوب‌دست‌ها تکیه می‌کنید باید رو به جریان بالادست آب باشید و در هر زمان فقط یک نقطه از چهار نقطه تکیه‌گاه خود را حرکت

تصمیم‌گیری‌ها جلوگیری شود. قبل از اقدام به عبور از رودخانه باید پوشاک مناسب و لازم در نظر گرفته و پوشیده شود. تسمه کوله‌پشتی باید شل شود، سگک‌های تسمه‌های سینه و قسمت پایین کوله هر دو باز شوند. حال اگر شخصی هنگام عبور از رودخانه بلغزد و در آب افتد کوله می‌تواند مهره‌های پشت و ستون فقرات را حفاظت کند و اگر کوله از جنس پولیستر یا ضدآب باشد شناور می‌شود و می‌تواند برای شخص کمک خوبی باشد. هرگز نباید کفش یا چکمه‌ها را بدون جوراب پوشید. پوشیدن جوراب خیس نامناسب است ولی تهدیدکننده نیست. شلوارهای گشاد مانند شلوار کردی یا شلوارهای گشاد محلی مانع حرکت مناسب می‌شود ولی گتر می‌تواند این چنین شلوارها را در وضعیت مناسب نگه دارد. در بعضی از موارد مشاهده شده است که افراد گروه حتی با دمپایی یا کفش‌هایی نظیر آن اقدام به عبور از رودخانه می‌کنند، این نوع کفش‌ها شرایط لغزندگی شخص روی سنگ‌های صیقلی کف رودخانه را افزایش می‌دهد. توصیه می‌شود پای برهنه از رودخانه عبور نکنید زیرا در کف رودخانه ممکن است اشیای

شخص در آب زیاد است. در بررسی روش‌های مختلف عبور از رودخانه‌ها نشان می‌دهد که ایمنی عبور از رودخانه با استفاده از طناب اغلب میهم است. روش طناب نسبت به دو روش مثلثی (گوه‌ای) و مورب (زیگزاگ) کاربرد کمتری دارد.

- با توجه به مطالب فوق آیا عبور از رودخانه الزامی است: باید توجه داشت که عبور از رودخانه همراه با مشکلات و گاهی خطرناک است. تصمیم عبور از آن هنگام اجرای برنامه بسیار مهم است. زیرا تصمیم‌گیری نسنجیده سبب عدم موفقیت برنامه و پراکنده شدن افراد گروه می‌شود بنابراین باید روش جایگزین همیشه مدنظر باشد.

- آیا عبور از رودخانه راه حل نهایی است یا با طولانی‌تر کردن مسیر می‌توان به راه مطمئن‌تر نیز دسترسی پیدا کرد. اگر در استفاده از روش جایگزین نیاز به طی مسافت بیشتر ولی مطمئن و ایمنی است، آن را انتخاب کنید.

عبور از پل همیشه راه حل مطمئن و ارزشمندی است حتی اگر همراه با یک راه‌پیمایی طولانی باشد قبل از اجرای برنامه محل پل‌ها را از روی نقشه محلی بررسی کنید. در صورت امکان از افراد محلی سؤال کنید و هنگام اجرای برنامه بررسی‌های لازم را به عمل آورید. برای این کار می‌توانید با اعزام یک یا دو نفر در مسیرهای بالا دست و پایین دست رودخانه به منظور شناسایی، پل‌های محلی و یا محل مناسب برای عبور را بیابید. جریان‌های رودخانه در کوهستان همیشه همراه با ریزش‌های تند و بلند است و حتی در طی روز جریان آب رودخانه‌ها در بعدازظهر تندتر از صبح زود یا اوایل صبح است.

لذا در مواردی که مجبور به عبور از رودخانه هستید توجه داشته باشید پس از بارش باران و اوایل غروب مواجه با جریان شدید رودخانه خواهید شد و اگر تصمیم به برپایی اردو دارید توصیه می‌شود صبر کنید و حتی اردوی موقت برپا کنید تا زمان مناسب فرا رسد و یا روش بهتری برای عبور از رودخانه پیدا کنید.

- وقتی می‌خواهید روش جایگزین انتخاب کنید به نقشه نگاه کنید و تمامی موارد مربوط به: امکان عبور از پل‌ها، نقاط قابل دسترسی به محل عبور مناسب، چند شاخه شدن رودخانه، شاخه‌ها و انشعابات کوچک رودخانه، مکان‌هایی از رودخانه که امکان کاهش شدت جریان آب موجود است را ارزیابی کنید. سرعت جریان آب در محل‌های ورود به دریاچه‌ها و حتی اگر سطح دریاچه کم‌عمق باشد از محل خروج آب می‌توان با احتیاط عبور کرد. Δ

منبع: مجله سامیت، سال ۲۰۰۶

دهید نظیر همان اصلی که در سنگ‌نوردی نیز رعایت می‌شود. یک پا را در جهت حرکت رودخانه یا پایین‌تر از پای دیگر قرار دهید. شبیه حرکت خرچنگ در زیر آب یعنی کمی مورب و کمی مستقیم به جلو، ضمناً موقعیت بدن باید کمی نیم‌رخ یا مورب در مقابل نیروی جریان آب باشد و با این عمل می‌توان فشار جریان آب بر سطح بدن را تا حد ممکن کاهش داد. هنگام حرکت، پا باید تقریباً به شکل کشیدن بر زمین باشد، شبیه به جست و جو برای یافتن محلی خوب و مناسب برای قراردادن پا، البته امتیاز تنها عبور کردن در آن است که فرد برای عبور دیگران و مراقبت از آنها انرژی از دست نمی‌دهد ولی در مقابل، امکان حمایت از سوی دیگران هم برای او وجود ندارد.

### عبور گروهی از رودخانه:

هنگام عبور چند نفره از رودخانه اعضای گروه باید روشی را در نظر گیرند که همراه با حمایت متقابل باشد. در هر حال هرچه تعداد بیشتری در یک زمان در آب قرار گیرند امکان حمایت افراد از یکدیگر نیز بیشتر خواهد بود. هنگام عبور گروهی از آب تا آنجا که ممکن است ضمن آنکه در یک خط حرکت می‌کنید نسبت به جریان آب، سطح برخورد کوچکی ایجاد کنید. در این روش شخص راهنما یا جلودار به وسیله نفرات پشت سر حمایت می‌شود و این عمل تسلسل وار تا انتهای گروه ادامه می‌یابد. نفر پشت سر باید دست‌های خود را بر شانه یا باسن نفر جلویی قرار داده و با فشار دادن به پایین موقعیت او را در آب بیشتر تثبیت کند. این عمل امکان لغزش در امتداد جریان آب را کم می‌کند (شکل یک). چرخش‌های کوچک آب که به وسیله نفر جلویی ایجاد می‌شود نشانه کاهش فشار آب بر اعضای پشت سر است.


### حرکت گروه به شکل گوه یا سه گوش:

در این روش بزرگ‌ترین و قوی‌ترین فرد در نوک و راس این مثلث قرار می‌گیرد در جایی که می‌تواند چرخش‌های کوچک آب در پشت سر خود ایجاد کند تا دیگر اعضای گروه از نیروی اصلی فشار آب در امان بوده و بتوانند تقریباً در ایمنی لازم از رودخانه عبور کنند. در این روش عبور از رودخانه، حداقل اعضا باید سه نفر باشند (شکل ۲) در صورت حضور سرپرست رسمی در گروه بهتر است سرپرست گروه به همراه هر گروه سه نفره مسیر را طی کند. البته این به شرطی است که امکان بازگشت یک نفر وجود داشته باشد و خطری متوجه سرپرست نشود. عبور از رودخانه بدون آنکه تمامی لباس‌ها خیس شود شرط احتیاط اولیه و روش خوبی است به شرط آنکه همگی اعضای گروه به وظیفه خود به خوبی آگاه باشند.

**استفاده از طناب:** استفاده از طناب آخرین چاره برای عبور از رودخانه است. زیرا اگر از طناب به صورت نامناسب استفاده شود امکان غرق شدن

**کویر**

<< نخستین تولید کننده استرچ پلار ایرانی >>



پنیرش سفارش از ارگان‌ها، گروه‌ها و فروشگاه

دائرس ۰۹۱۲-۶۸۰۸۸۱۵ و ۰۲۱-۸۸۴۴۷۷۸۴

**گروه تبلیغات فرات**

هدایای نمایشگاهی، همایشی و تبلیغاتی

کازم مبهوتیان  
مدیرعامل



فرات

آدرس: خیابان سهروردی شمالی، خیابان ابن بعین  
خیابان شروش، پلاک ۲۶، طبقه دوم  
تلفن: ۸۸۵۲۱۸۰۵-۸ - ۵۵۶۹۸۷۱۴ - فاکس: ۸۸۵۲۱۸۰۹  
همراه: ۵۰۹۶ ۳۳۸ ۰۹۱۲ - ۸۳۷۰ ۱۳۰ ۰۹۱۲

## گذری بر کوه های افغانستان

# قله نوشاخ

گزارش: مهدی عمیدی (مشهد)

نوع قله: صخره ای

موقعیت: هندوکش چیترال، افغانستان، پاکستان

ارتفاع: ۷۴۹۲ متر

تاریخچه صعود: این کوه دارای چهار قله مجزا می باشد. قله اصلی در سال ۱۹۶۰ برای نخستین بار در امتداد ستیغ جنوب شرقی از سمت یخچال اسب سفید توسط یک تیم کوه نوردی ژاپنی به رهبری پروفسور سا کاتو صعود گردید. دومین قله بلند در این "سلسله جبال نوشاخ شرقی" با ارتفاع ۷۴۸۰ می باشد که در سال ۱۹۶۳ توسط دکتر گرالد گرابر و رادولف پیسچنیگراد از کشور اتریش صعود گردید.

سومین قله بلند سلسله جبال نوشاخ مرکزی با ارتفاع ۷۴۰۰ متر است.

اعضای تیم کوه نوردی اتریشی سال ۱۹۶۳ متشکل از آقای دکتر گرالد گرابر و رادولف پیسچنیگر نیز چهارمین قله سلسله جبال نوشاخ را به نام نوشاخ غربی نامیده می شد، در ارتفاع ۷۲۵۰ متر صعود کردند. مسیر افغانستان در امتداد ستیغ غربی و از جایی است که صعودی نسبتا مستقیم می باشد. یک تیم کوه نوردی لهستانی در سال ۱۹۷۳ نخستین صعود زمستانی آن را به طور موفقیت آمیزی انجام دادند. مسیر صعود به این قله هم از طریق پاکستان و هم از طریق افغانستان امکان دارد چرا که در مرز آنها واقع شده است.

در سال ۲۰۰۴ تیم ۱۲ نفره بین المللی موفق به صعود از مسیر افغانستان شدند. تازه می خواستم خستگی سفر پاکستان و صعود به قله منگلیکسار ۶۰۵۰ متری را از تنم بزدایم که تماس دوستانم از افغانستان مجال هر استراحتی را از من سلب کرد، خوشبختانه آنها توانسته بودند مجوزهای صعود و ورود به منطقه را برای من تهیه کنند. شوق فتحی دوباره خستگی ناشی از صعود قبلی را از تنم زدود بلافاصله با دوستانم، عظیم قیچی ساز (فاتح اورست) - که پیشنهاد این صعود را از قبل به او کرده بودم - تماس گرفتم و او را مطلع ساختم.

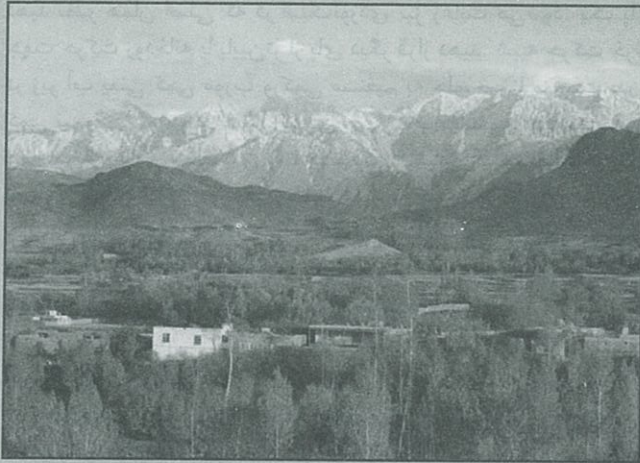
خوشبختانه من ۴ بار تجربه سفر به افغانستان و صعود قله های سرکش و مهجور و بکر آنجا را داشتم و می دانستم مشکلات و موانعی بر سر راه قرار دارد. به هر حال پس از موافقت عظیم اولین گام برای حرکت برداشته شد. با اینکه دو ماه از فصل صعود به قله نوشاخ گذشته بود خیلی سریع تدارکات سفر و هماهنگی های لازم به عمل آمد. در تاریخ چهارشنبه ۸۵/۷/۱۹ ایران را از مرز دوقارون پشت سر گذاشتیم و وارد شهر هرات شدیم. هرات شهری تاریخی که مقبره خواجه عبدالله انصاری و چنگیز خان مغول و ارگ کهن آن بر جاذبه های توریستی این شهر می افزاید. مردم آن فارسی زبان و اهل تسنن هستند و این شهر از امنیت خوبی برخوردار است.

پس از بازدید از اماکن تاریخی هرات و یک شب اقامت در آنجا، فردا با هواپیما به کابل رفته و پس از هماهنگی با سفارت ایران و اداره توریست افغانستان با هواپیما به مزار شریف در شمال افغانستان رفتیم.

به اعتقاد بیشتر مردم افغانستان مزار شریف، مدفن بیکر حضرت علی (ع) است که در زمان امام جعفر صادق از نجف اشرف به این شهر منتقل شد و نام مزار شریف از آن هنگام بر آن گفته شد.

با هماهنگی های انجام شده قرار بود با یک هلی کوپتر نظامی سازمان ملل به استان یا به قول افغانی ها ولایت بدخشان برویم ولی متأسفانه در دقائق آخر این امر ممکن نشد. یکشنبه ۸۵/۷/۲۳ به وسیله یک اتومبیل سواری مزار شریف را به قصد بدخشان ترک کردیم.

بعد از گذشتن ولایت های تخار و قندوز وارد منطقه کوهستانی و بسیار زیبای بدخشان شدیم و در یک مقایسه کوتاه می توان گفت جاده های کوهستانی بدخشان نسبت به بزرگراه قراقرم (اسلام آباد به گلکیت و اسکاردو) و جاده جیب روی اسکولی در مسیر قله ۸۲ و مسیر جیب روی شیمشال در مرز چین، بسیار پر پیچ و خم تر و شوسه و خامه (خاکی) و



کمی نیز خطرناک تر بود.

در کنار مناظر طبیعی زیبه تانک های منهدم شده روسی را دیدیم که اغلب در طول جاده خاطرات جنگی نابرابر را تداعی می کند. هر چه جلوتر می رفتیم جاده خراب تر و جاذبه های توریستی آن زیباتر می شد. جیب روسی ما به سر و صدا افتاده بود که به رودخانه رودخانه رسیدیم و در کنار این رودخانه شروع به افطار کردیم. شب شده بود و ما در امتداد رودخانه خروشان و پر آب به راه افتادیم. بر خلاف اکثر شهرهای افغانستان منطقه بدخشان از امنیت بسیار بالایی برخوردار است به طوری که ساعت دو نیمه شب به فیض آباد مرکز ولایت بدخشان رسیدیم دو ساعتی پس از رسیدن، باران شدید، فکر کردن به خستگی زیاد را از ما ربود و فردا با صاف شدن هوا متوجه سفید شدن کامل ارتفاعات از برف شدیم که تداعی شروع آغاز زمستان های سرد این منطقه را می کرد امروز پس از استراحت کوتاه و

کارهای اداری و مجوزهای لازم برای رسیدن به منطقه مرزی پاکستان و افغانستان راه افتادیم. لازم به ذکر است که در این شهر با نماینده آمریکایی یک شرکت توریستی آشنا شدیم که رهبر دو نفر کوه نورد انگلیسی بود که برای راهنمایی در منطقه بامیر و دیدن قوچ مارکوپولو و کل هیمالیایی به آنجا آمده بودند آن ها نیز مثل ما از گرانی هتل ها و ... برای توریست ها گلایه داشتند و به ما پیشنهاد کرد که در سفرهای آینده برای سهولت و دستیابی به قله نوشاخ از مسیر کشور تاجیکستان اقدام کنیم زیرا هم نزدیک تر است و هم راحت تر است و از لحاظ هزینه ها تفاوت زیادی



ندارد. در مسیر رسیدن به مرز پاکستان مناظر بدیع و جلوه های زیبایی کوهستانی و چمنزارهای وسیع و گله های اسب یله و وحشی، تحمل مشکلات پیش روی راه را برای ما آسان تر می ساخت. و در عین حال به خونگرمی و مهمان نوازی مثال زدنی مردم این ناحیه که منتهب اسماعیلی داشتند فکر می کردیم زیرا گرچه ما اولین کوه نوردان ایرانی بودیم که از این طریق سفر می کردیم اما بر خورد آنها به گونه ای بود که دوستانی دیر آشنا را دوباره ملاقات می کردند و از خاطرات خوش شان در ایران برای ما تعریف می کردند.

دو روز طول کشید تا به منطقه واخان رسیدیم در آنجا با دفتر توریستی هماهنگی های لازم به عمل آمد تا فردا صبح به همراه یک راهنمای محلی و ۳ نفر بار بر به سمت دره ابتدایی مسیر کمپ اصلی حرکت کنیم. آن شب نیز باران زیادی بارید و ارتفاعات منطقه دوباره از برف سنگین تری پذیرایی کرد برف آن قدر زیبا بود که اغلب مردم توصیه می کردند در این فصل و با وجود این برف و سرما وارد منطقه نشویم و نزدیک بود باربرها نیز با ما به بالا نیابند. ساعت ۸ صبح پنجشنبه ۲۷ مرداد راهپیمایی مان در کنار رودخانه آغاز شد پس از ۵ ساعت راه پیمایی به محل مناسبی جهت بر پایی چادر رسیدیم. فردا باید از منطقه مین گذاری شده عبور می کردیم این مین ها در زمان جنگ با طالبان و برای جلوگیری از تردد آنها توسط افغانی ها در مرز با پاکستان کار گذاشته شده بود.

ساعت ۸ صبح حرکت از کف رودخانه آغاز شد و قبل از رسیدن به منطقه مین گذاری شده ۱۰۰۰ متر از کف دره ارتفاع گرفتیم و کوه های در مسیر را تراورس کردیم. هنگام غروب به ابتدای یخچال کوه اسب سفید رسیدیم شب را استراحت کردیم و صبح ساعت ۶ حرکت خود را با کوبیدن برف های چند روز پیش که بر روی یخچال باریده بود شروع کردیم ساعت ۱۲ بعد از گذشتن محل کمپ اصلی سال های گذشته چادرمان را مقابل قله نوشاخ بر پا کردیم. ملنگ جان (راهنمایمان) مسیر صعود تیم های قبلی را به ما نشان داد و پس از تبادل اطلاعات لازم به همراه باربرها ما را ترک کردند پس از تفکیک وسایل فنی و تدارکات غذایی ساعت ۲ بعد از ظهر با رفتن آفتاب و آغاز سرمای شدید منطقه به داخل چادر رفته و من و عظیم، سکوت منطقه و تهایی خودمان را با کمپ اصلی خانتتگری و پوبدا و اورست مقایسه می کردیم ساعت ۹ صبح فردا با آن که امروز قصد استراحت داشتیم ولی تا ابتدای مسیر اقدام به صعود کردیم و متوجه شدیم آن مسیر کاملاً یخ زده است و صعود آن نیاز به ثابت گذاری دارد از صعود این مسیر صرف نظر کردیم و تصمیم گرفتیم فردا حرکت مان را از روی یال سنگی آغاز کنیم و با توجه به شرایط منطقه و وسایل فنی موجود و آمادگی جسمانی خوبی که داشتیم به صورت آلی صعود کنیم برای این منظور به چادر برگشته و یک چادر و مواد غذایی لازم برای ۵ روز و وسایل فنی را در کوله هایمان جا دادیم و برای فردا آماده شدیم.

### یکشنبه ۸۵/۸/۱

ساعت ۶ صبح از کمپ اصلی حرکت کردیم و با عبور از یخچال به ابتدای مسیر رسیدیم ابتدای مسیر شن اسکی بود و روی آن را برف پوشانده بود که با بستن

کرامپون، راحت تر و مطمئن تر به حرکت مان ادامه دادیم کوله های ما حدود ۲۵ کیلو گرم وزن داشت که بر روی سرعت ما تاثیر زیادی داشت کمی جلوتر از گردنه سنگی بر روی یال اصلی رسیدیم. پس از گذشتن از محل کمپ اول تیم های قبلی در ساعت ۳ بعد از ظهر در ارتفاع ۵۵۰۰ چادر زدیم تا امروز هوا پایدار ولی سرد بود فردا ساعت ۷ صبح به سمت کمپ دوم حرکت کردیم مسیر کاملاً از یخ بلوری پوشیده شده بود که بدون استفاده از تبریخ و نیش کرامپون صعود را غیر ممکن می کرد پس از گذشتن از محل کمپ ۲ و دو گردنه سنگی در ارتفاع ۶۵۰۰ متر با وجود آمادگی ولی به لحاظ

خرابی هوا و بارش برف متوقف شدیم و چادر زدیم فردا نیز بارش برف ادامه داشت و ما خسته از برفک های چادر و دراز کشیدن در کیسه خواب و نیز کمی هم سردرد من که خستگی را تشدید می کرد با سرمای شدید، شب سوم صعود را نیز به صبح رساندیم. ساعت ۵ صبح صعود را به سمت قله آغاز کردیم امروز هوا خوب بود ما می توانستیم قله تریچمیر را در پاکستان ببینیم باد شدید سرعت مان را کند کرده بود و با وجود کفش های ۳ پوش و دستکش های مناسب صعود دست ها و پاهای مان را سرما آزرده تا ساعت ۱۱ بالاتر از کمپ سوم یعنی در ارتفاع ۶۹۰۰ متر صعودمان را ادامه دادیم اما هوا دوباره خراب شد و به علت بارش برف دوباره به چادر برگشتیم. از نیمه شب منتظر هوای خوب بودیم ساعت ۳ صبح هوا خوب شده بود ولی به علت سرمای شدید نتوانستیم زودتر از ساعت ۵ صبح چادر را ترک کنیم.

طولی نکشید که پس از کمپ سوم یک کپسول اکسیژن و دو حلقه طناب پوسیده که از سال های قبل به جا مانده بود نظرمان را به خود جلب کرد تا ارتفاع ۷۲۰۰ من و عظیم به اتفاق صعود کردیم اما به خاطر شکستن فیکس کرامپون من و نیز کمی احساس سرما در انگشتان دستم با عظیم تصمیم گرفتیم او به تهایی صعود را ادامه دهد.

من همان جا منتظر برگشت او ماندم و عظیم با اقتدار و آمادگی کامل دهلیز زیر قله را به زیر کشید و صعود کرد. لحظات به کندی سپری می شد و من مضرب و امیدوار منتظر دیدن عظیم بودم ساعت ۳ بعد از ظهر بود که صدای عظیم که سلامت و فتح قله را به همراه داشت شوق را در چشمان منتظر من نشان داد آن تهایی و عظمت در آغوش یکدیگر بغض های مان ترکید و بلافاصله با کمک پرچم های راهنما به چادر بازگشتیم. شب از خستگی زیاد و شوق فتح قله بی هیچ گفت و گویی به خواب رفتیم. صبح روز بعد ساعت ۸ پس از جمع کردن چادر به سمت کمپ اصلی به راه افتادیم برف تازه بر روی یخ های مسیر حرکت ما را دشوارتر کرده بود ساعت ۵ بعد از ظهر بر روی یخچال رسیده و در نزدیکی چادر مان متوجه حضور ملنگ جان شدیم که با تلفن ثریا مکرراً با صدای بلند می گفت آنها زنده هستند.

او بعدا به ما گفت چند روز پس از حرکت شما و به دلیل هوای بسیار نامناسب منطقه و بارش های متعدد و تماس دوستان افغانی مان، فرماندار و مسئول دفتر توریستی و مردم منطقه نگران ما شده بودند و من را به همراه سه نفر دیگر تجهیز و برای نجات شما به منطقه اعزام کردند وقتی به آبادی رسیدیم با استقبال بسیار گرم مسئولین و مردم مواجه شدیم و روز بعد به افتخار صعود و سلامت ما مهمانی مفصلی برگزار شد که هیچ گاه خاطره آن را از یاد نخواهیم برد.

در پایان از زحمات دوستان مان از جمله جعفریان (مسئول رایزنی فرهنگی ایران در کابل) و میر عبدالوهاب مسئول مرزبانی بدخشان و دکتر فرمانعلی مسئول توریزم منطقه و دیگر دوستان افغانی مان و جناب آقای نعیم آبادی رئیس هیات کوه نوردی خراسان رضوی قدر دانی و تشکر می نمایم. Δ



# ایران کوه گشت

و در تمامی لفقات و قاطرات شیرین شما در دامان سبز طبیعت،  
با شما و در کنار تان خواهیم بود.

ادارات، دانشگاه ها، کارخانجات، سازمان ها، مدارس و...

## اجرای برنامه های ویژه کوهستان

مشکل ترین ها، زیباترین ها، هیجان انگیز ترین ها، متنوع ترین ها،  
در سطح کشور و خارج از کشور

## تهیه و تدارک لوازم و ابزار کوهنوردی با تخفیف ویژه

## برنامه های تضمینی (دماوند، دیواره و کوه و ۰۰۰)

۱

از میان اتبوه سبز جنگلهای ایران،  
از اعماق تنگ دره های ایران،  
از گستره وسیع پهن دشتهای ایران،  
از درون غار های زیبا و پارویی ایران،  
تا فراز رفیع قله سربلند ایران،

## اجرای تور های متنوع کوهنوردی

کل گشت، جنگل پیمایی، صعود به قله، غار نوردی، بازدید از دریاچه ها،  
دیدار از نقاط تاریخی و سیاحتی و...

## برنامه های آموزشی توسط مربیان رسمی فدراسیون

کارآموزی و مربیگری در زمینه های کوهپیمایی، برف و یخ، غار نوردی،  
سنگنوردی، پیشرفته، امداد و نجات و...

## برنامه ریزی و اجرای برنامه های خاص کوهنوردی

انتخاب برنامه از فهرست ۱۰۰ برنامه ایران کوه گشت به دلخواه شما، ویژه

## برنامه های آموزش کوهنوردی از مبتدی تا عالی

مدت دوره	عنوان دوره	تاریخ
3 روز	کارآموزی برف و یخ	7 دی
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	28 دی
3 روز	کارآموزی برف و یخ	4 بهمن
3 روز	کارآموزی برف و یخ	19 بهمن
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	26 بهمن
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	3 اسفند
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	10 اسفند
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	17 اسفند
3 روز	کارآموزی برف و یخ	15 فروردین
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	28 فروردین
2 روز	کارآموزی کوهپیمایی	30 فروردین
3 روز	کارآموزی برف و یخ	5 اردیبهشت
3 روز	کارآموزی برف و یخ	اردیبهشت

نشانی ثبت نام:

تهران، بالاتر از میدان ولیعهد، پیش پاساژ

المپیک، پلاک ۱۴۵۷، فروشگاه نایت اسپرت.

تلفن تماس: ۶۶۴۸۷۹۳۷ و ۴۴۷۱۷۰۵۰

09121468618

جهت ثبت نام در برنامه های ویژه حداقل از

۱ ماه قبل و برای سایر برنامه ها از ۲ هفته

قبل هماهنگ نمایید.

تاریخ	نام برنامه	مدت روز	نوع برنامه
6 دی	دماوند (مستلانی)	5 روز	ویژه
14 دی	دماوند (مستلانی)	5 روز	ویژه (رزرو)
18 دی	شهر کوه	4 روز	کوهنوردی
21 دی	کویر مرند	2 روز	خانوادگی-همگانی
22 دی	آبشار سنگان	1 روز	کوهنوردی
28 دی	آلود	2 روز	کوهنوردی
4 بهمن	کلیماچارو	13 روز	ویژه (رزرو)
5 بهمن	قصر بهرام	2 روز	خانوادگی-همگانی
5 بهمن	دماوند (مستلانی)	5 روز	ویژه (رزرو)
5 بهمن	پینالود	5 روز	کوهنوردی
6 بهمن	غار کبک	1 روز	کوهپیمایی
12 بهمن	کلیماچارو	18 روز	ویژه (رزرو)
19 بهمن	تفتان	5 روز	کوهنوردی
28 بهمن	گرگس	3 روز	کوهنوردی
3 اسفند	چ آبگرم لاریج	2 روز	خانوادگی-همگانی
10 اسفند	غار رود انشان	1 روز	خانوادگی-همگانی
10 اسفند	کلیماچارو	13 روز	ویژه (رزرو)
16 اسفند	آبشار تله زنگ	4 روز	کوهنوردی
24 اسفند	تور ویژه شیراز	6 روز	کوهنوردی-خاص
3 فروردین	پهن کعب اورست	15 روز	ویژه
17 فروردین	غار پشمراک	1 روز	خانوادگی-همگانی
24 فروردین	آبشار سنگان	1 روز	کوهپیمایی
30 فروردین	غار پشمراک	1 روز	خانوادگی-همگانی
31 فروردین	پرسون	1 روز	کوهپیمایی

برنامه خانوادگی، نیاز به آمادگی و وسایل خاصی ندارد و خانواده ها هم می توانند در آن شرکت کنند.

برنامه کوهپیمایی، حداقل آمادگی اولیه و توانایی صعود تا ارتفاعات ۲۷۰۰ متر برای آن کلیست.

برنامه کوهنوردی، نیاز به تجهیزات کامل و آمادگی صعود به ارتفاعات و تجربه کافی دارد.

برنامه ویژه، یک برنامه کوهنوردی خاص که به آموزش و اردوهای آمادگی نیاز دارد.

# بهمن برف

قسمت پنجم

ترجمه: وارطان زاکاریان

سلسه مطالب بهمن، جامع ترین نوشتاری است که تاکنون در این مورد چاپ شده است.

## کریستال‌های برف و خطرات بهمن

شکل و نوع کریستال برف به علت اختلاف در غلظت بخار آب در بعضی از انواع آن توان بالقوه بیشتری در ایجاد بهمن‌های خطرناک نسبت به دیگر کریستال‌های برف ایجاد می‌کنند. کریستال‌های ستاره‌ای شکل ظریف و کریستال‌های تجمعی فشنگی شکل همراه با کمی از بلورهای برفکی حاصل از قطره آب ابرسرد و گاهی بدون این قطرات به هم چسبیده و بلورهای شاخه‌ای شکل ایجاد می‌کنند غلظت آن حدود ۷۰۰ کیلوگرم در متر مکعب می‌باشد. این برف در ظرف چند روز از شیب‌های زیاد به پایین سرازیر می‌شود. ولی مانند برف پشته‌ای خطرناک نیست. اگر این بلورها در اثر وزش باد متوسط یا قوی به قسمت‌های کوچک شکسته شوند آنها مجدداً به هم پیوسته و به برف‌های پشته‌ای بزرگ تبدیل و خیلی خطرناک می‌شوند. بلورهای برف سوزنک شکل و یا بشقابی شکل در شرایط بدون وزش باد ریزش می‌کنند و تقریباً شرایط خطرناک سریع برای ریزش بهمن‌های حاصل از برف‌های شل و ول ایجاد می‌کنند. اگر این وضعیت ریزش برف با چسبندگی بیشتر را به دنبال داشته باشد یک لایه ضعیف لغزنده در میان لایه‌های برف ایجاد می‌کنند.  $\Delta$

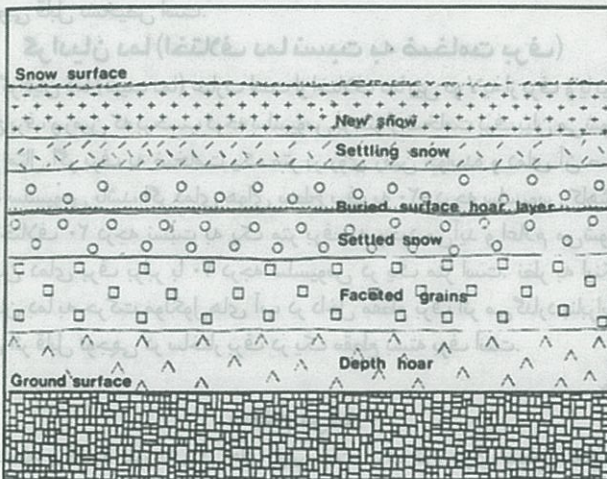
## اثر بلورهای برفکی

بلورهای برفکی بر روی انواع بلورهای دیگر که از ابر سرازیر می‌شود رشد می‌کند و نه تنها غلظت برف را افزایش می‌دهد بلکه نقطه اتصال بیشتری را برای ایجاد شرایط چسبیدن بلورها و یک تکه شدن آنها فراهم می‌کنند. بنابراین امکان افزایش شکل‌گیری برف‌های پشته‌ای به درجه و مقدار بلورهای برفکی تشکیل شده در ابر بستگی دارد. هر چند بلورهای برفکی شکل پراکنده پایداری اولیه بیشتری فراهم می‌کنند ولی شرایط رشد لایه‌های ضخیم برف پشته‌ای قبل از سرازیر شدن را آماده می‌سازد. بارش برف شدید از نوع بلورهای برفکی شکل همراه با باد شدید بر زمین نشسته و برف‌های پشته‌ای یک تکه بزرگ و خطرناک ایجاد می‌کنند. این نوع برف‌های پشته‌ای دارای دانسیته برابر با ۳۰۰ کیلوگرم در متر مکعب می‌باشد. برف‌های دانه‌ای قلمبه‌بلوری؛ این نوع برف به علت غلظت زیاد تا حدود ۲۵۰

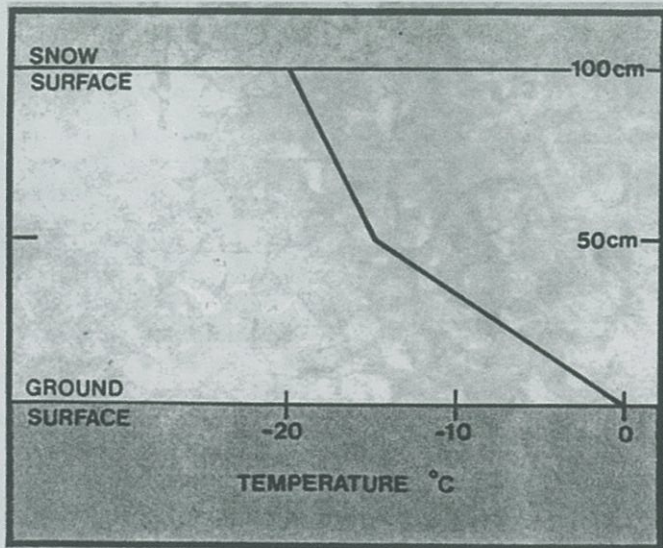
کیلوگرم در متر مکعب و تقریباً با قدرت کشش کم تشکیل می‌شوند و آماده برای نشستن و ایجاد برف پشته‌ای با ضخامت ۱۵ سانتی متر یا بیشتر است.

## برف روی زمین

برف روی زمین از چندین لایه بارش جامد تشکیل شده است که در اثر وزش باد، تابش خورشید و یا بارش باران تغییر شکل داده می‌شود. لایه‌های برف ممکن است به طور مشخص از هم جدا یا به طور غیر محسوس با هم ادغام شده باشند. لایه‌های ضعیف یا سطح میانی بین دو لایه می‌توانند سطح لغزنده بین لایه‌های یک مقطع بسته برف ایجاد کنند. ضخامت لایه‌های شناخته شده ممکن است از چند سانتی متر برف تازه تا یک میلی‌متر و یا کمتر از برف متبلور شده تشکیل شده باشد.



برف روی زمین تشکیل شده از چندین لایه مختلف



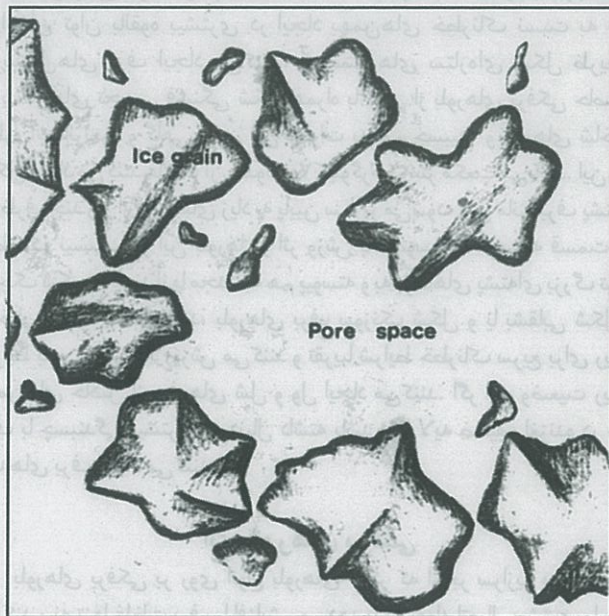
گرادیان دما اغلب در میان مقطع برف تغییر می‌کند. در این نمودار قسمت فوقانی دارای گرادیان ۱۰ درجه سلسیوس بر متر است و قسمت زیرین دارای گرادیان دمایی ۳۰ درجه سلسیوس در یک متر است.

به علت تغییرات پیوسته در دما و فشار در مقطع بسته برف که در اثر تغییر شرایط جوی رخ می‌دهد، ترکیبات فیزیکی برف نیز مرتباً تغییر می‌کند تا آن که ذوب و یا در محیط برف ثابت و یکپارچه شده و به یخ یخچالی تبدیل شود. با استفاده از یک ذره‌بین و آزمایش یک نمونه از برف منسجم از سطح برف تا ضخامت ۲ تا ۳۰ سانتی‌متر ملاحظه می‌شود. اگر دمای برف متوسط باشد لایه بسیار نازکی از بلورهای مدور یخ گلوله‌ای به فراوانی یافت می‌شود و به مقدار زیادی نیز فضای خالی مابین این نوع برف تقریباً کروی شکل ایجاد می‌شود که به آن منافذ گویند. دانه‌های برف ممکن است به هم وصل شوند و محل اتصال آن را باریکه اتصال گویند. هرچه محل اتصال برف دانه‌های گروهی شکل و یا قلبه‌ای ضخیم‌تر باشد ساختار برف قوی‌تر است. اغلب بهمن‌هایی که از جا کنده و سرازیر می‌شوند در روی لایه ضعیف از مقطع بسته برف و یا روی برف سخت و صاف قرار می‌گیرند. درک اولیه ترکیب لایه‌های اصلی هر مقطع برف برای تخمین خطرات بهمن ضروری و اساسی است.



یک مقطع برف تشکیل شده است از دانه‌های یخ قلبه که اغلب به وسیله باریکه اتصال به هم می‌پیوندند و منفذهایی از هوا در میان بلورهای به هم رسیده و پیوسته شده ایجاد می‌شود.

مقطع برف گرمای بیشتری از تابش خورشید را جذب می‌کند. با ته‌نشست شدن اجزای ریز گرد و غبار موجود در جو سطح برف بیشتر کدر می‌شود در نتیجه در اواخر فصل زمستان گودرفتگی‌هایی در سطح برف نمایان می‌شود که به آن کاسه‌های خورشیدی یا sun cups می‌گویند.



کاسه‌های خورشیدی به هنگام عبور از شیب محل‌های مناسبی برای استراحت کوه‌نوردان می‌باشند.

وزش باد موجک‌هایی نظیر موجک‌های ماسه‌های کنار دریا بر روی برف ایجاد می‌کنند ولی بادهای قوی‌تر برف‌ها را از مکانی پاک کرده و در جای دیگر ته‌نشست می‌کند. رنگ این نوع برف سفید گچی کدر و فشرده و اغلب به شکل برف‌های پشته‌ای مشاهده می‌شود. با مشاهده دقیق به سطح برف می‌توان اطلاعات خوبی درباره گذشته برف،

### سطح زمین

دمای سطح زمین در اقلیم‌های معتدل تقریباً نزدیک به صفر باقی می‌ماند. علت آن این است که قسمتی از گرما در سطح زمین باقی مانده است ولی دلیل اصلی خاصیت عایق حرارتی بودن برف تازه است. حتی در اقلیم‌های سردتر نیز که دمای زمین چندین درجه زیر صفر است اختلاف دمای قابل توجهی بین سطح زمین و سطح برف در هوای سرد مشاهده می‌شود. در اقلیم‌های سرد وقتی مقطع برف کم ضخامت باشد اختلاف دمای بین سطح زمین و سطح برف پوشیده بر آن به خوبی قابل تشخیص است.

### گرادیان دما (اختلاف دما نسبت به ضخامت برف)

گرادیان دما (شیب دما) عبارت است از اختلاف دما بین دو لایه از برف و یا بین سطح برف و زمین که برحسب درجه سلسیوس بر متر از ضخامت برف بیان می‌شود. برای مثال اگر برف به ضخامت یک متر بر روی زمین خوابیده و دمای آن صفر درجه سلسیوس باشد، اگر دمای هوای سطح برف به ۲۰- درجه سلسیوس کاهش یابد اختلاف ۲۰ درجه نسبت به یک متر برف به وجود می‌آید و اعلام می‌شود. گرادیان دمای برف برابر با ۲۰ درجه سلسیوس در یک متر است. نظر به اینکه گرادیان دما به حرکت مولکول‌های آب در داخل مقطع برف اثر می‌گذارد بنابراین دارای اثر قابل توجهی در ساختار برف در یک مقطع بسته برف است.

### سطح برف

سطح برف به طور دائم در حال تغییر است. برف تازه دارای سطح منعکس کننده زیاد و درخشان است و بیشتر تشعشعات خورشیدی را به جو زمین منعکس می‌کند. با شکسته شدن و چند تکه شدن کریستال‌های برف رنگ آن مات شده و

وضعیت کنونی آن و خطر بالقوه بهمن ایجاد شده از نوع برف به دست آورد.  
**برف نشست کرده (برف نشسته بر زمین)**

در شرایط هوای بدون وزش باد برف هنگام ریزش به طور یکنواخت بر ارتفاعات و دامنه‌های آن می‌نشیند. ریزش برف ممکن است متناسب با دما به شکل برف خشک و پرمانند یا ستاره‌ای شکل باشد یا برف آبدار بزرگ و کفه‌ای، خاصیت اصلی و اولیه یک لایه برف به نوع بلورهای آن، مقدار تعدیل بلورهای برف و به عوامل جوی نظیر وزش باد و دمای نزدیک سطح زمین در زمان ریزش برف و نشست آن بر زمین بستگی دارد.

ریزش برف همراه با وزش باد در رشد انواع برف اثر دارد. وقتی وزش باد قطع می‌شود برف در قسمت پشت کوه یا در میان دهلیزها و خط‌الراس‌ها نشست می‌کند. در منطقه گسترده‌ای در قسمت پشت کوه برف‌های پشته‌ای به هم چسبیده با اختلاف درجه سختی زیاد ته نشست می‌شوند. در صورتی که برف‌های پشته‌ای و جدا از هم در جایی رشد می‌کنند که تغییر کمی در زاویه شیب در امتداد کوه‌ها موجود باشد. ممکن است برف فقط به وسیله وزش باد از سمت پیش کوه برداشته شده و از فراز خط‌الراس یا یال کوه عبور داده و در سمت پشت کوه سرازیر و در آنجا نشست کند. یک بارش برف به میزان غیرعادی یا نشست برف قدیم که به وسیله باد بلند شده و انتقال داده شده سبب افزایش تنش در میان لایه‌های مقطع برف می‌شود در نتیجه امکان زیادی است که قشرهای نازک و ضعیف و یا سست ایجاد شود.

### مستقر شدن و قدرتمند شدن برف

اسکی بازها برحسب عادت برخی از انواع و حالت‌های برف را تشخیص می‌دهند و برحسب عبور آسان یا دشوار آن را طبقه‌بندی می‌کنند. حالت برف به ویژه تغییر حالت‌های برف به گسترش خطرات بهمن ارتباط دارد. تعریف برف جدید به برفی گویند که تازه باریده و فوراً قبل از آنکه تغییری در شکل‌گیری اولیه و در حالت تبلور آن به وجود آید در نظر گرفته شود.

بارش برف سرد جدید و تازه در شرایط تقریباً بدون وزش باد در نظر گرفته می‌شود. چندی پس از بارش به نسبت دمای موجود برف تازه تقریباً مستقر می‌شود. هر ۳۰ سانتی متر برف تازه حاوی ۸۵ تا ۹۰ درصد هواست و حدود ۲۰ سانتی متر نیز نشست می‌کند. بنابراین هنگام عبور اسکی باز از روی آن به جای آنکه تا زانو در داخل برف فرو رود فقط خطی به ضخامت چند سانتی متر از خود باقی می‌گذارد. عواملی که سبب این تغییرات می‌شود عبارتند از:

### دگردیسی

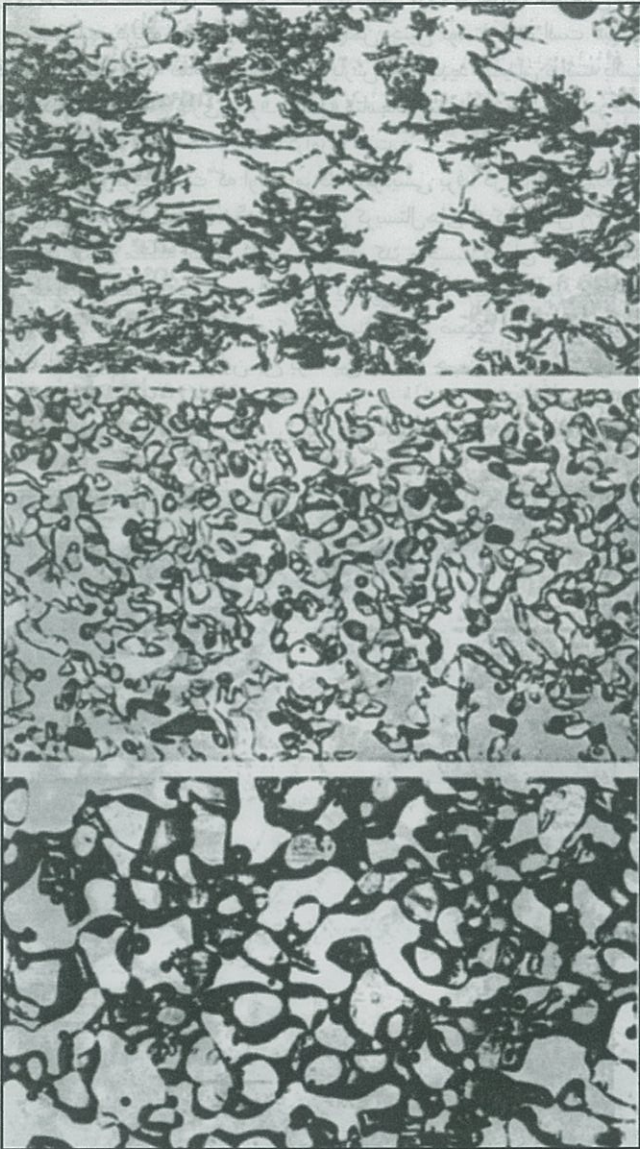
دگردیسی به معنای تغییر شکل تدریجی است و در این بحث به معنای تغییر شکل تدریجی ساختاری برف در مقطع بسته برف و همچنین تغییرات در مقطع یک بسته برف به علت دمای برف و اختلاف دما در لایه‌های مختلف برف در نظر گرفته می‌شود.

### دگردیسی هنگام هم‌دمایی برف

وقتی دمای خارج از برف نسبت به آن معتدل باشد یعنی نه خیلی سرد و نه خیلی گرم و یا وقتی مقطع بسته برف خیلی ضخیم باشد گرادیان دما (تغییرات دما نسبت به لایه‌های مختلف برف) کم خواهد شد و برف در اثر فرآیندی به نام دگردیسی هنگام هم‌دمایی برف تغییر می‌کند.

فرآیند طبیعی کاهش سطح دانه برف تا میزان حداقل سبب می‌شود ساختار بلورهای فرورفته و در هم برف خرد شده و به بلورهای کوچک مدور شکل یخ تبدیل شوند و در همان زمان به علت کاهش حجم اجزای متشکله برف، مقطع برف فشرده و در همان مکان یک‌پارچه می‌شود. برف در اولین نشست سبک و پرمانند یا کرکی شکل است و کریستال‌های برف در داخل یکدیگر قفل شده و انبوه چسبیده به هم را ایجاد می‌کند. برف در این مدت زمان حالت پایدار دارد و شیب‌های تند

کوه و سنگ‌های انبوه را می‌پوشاند ولی بعد از مدت زمانی مولکول‌های آب به کمک حرکت بخار آب از اعماق بلور به بدنه انتقال می‌یابند و عمل در هم قفل شدن بلورهای برف تخریب و سبب می‌شود بلورهای برف از هم فاصله گرفته و از هم جدا شوند. در این وضعیت برف ناپایدار می‌شود در پایان این فرآیند دانه‌های یخ تمام نشانه‌های ساختاری بلوری خود را از دست می‌دهد و به شکل مدور و گرد مانند تبدیل می‌شود. دانه‌های درشت یخ‌های مدور به کمک یخ‌های ریزدانه که از هم جدا شده‌اند رشد می‌کنند تا اینکه یکنواختی در اندازه و ابعاد برف داخل هر لایه ایجاد می‌شود.  
 سه مرحله فرآیند دگردیسی هنگام هم‌دمایی. شرح عکس‌ها از بالا به پایین:



برف جدید با غلظت ۱۰۰ کیلوگرم در متر مکعب، دانه‌های یخ بدون داشتن نشانه‌ای از کریستال‌های اولیه، دانه‌های یخ درشت دارای غلظت حدود ۴۶۰ کیلوگرم در متر مکعب مقیاس ۱۵/۱ است.

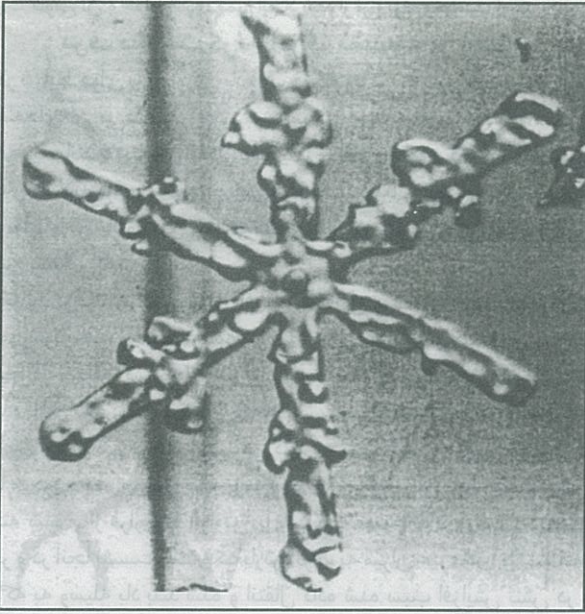
در دمای بین صفر تا منفی ۵ درجه سلسیوس در یک دوره زمانی کوتاه عمل دگردیسی سریع انجام می‌شود در این فاصله دمایی لایه‌های برف فشرده‌تر و چگالی آن بیشتر و برف پایدارتر و مقاوم‌تر می‌شود. وقتی دما به مقادیر کمتر از شرایط فوق کاهش یابد فرآیند عمل کند می‌شود تا آنکه در دمای ۴۰- درجه سلسیوس فرآیند دگردیسی تقریباً متوقف می‌شود.

عمل دگردیسی به علت افزایش وزن برف در اثر بارش بیشتر در شیب ۳۰ درجه با همان سرعت که در زمین صاف انجام می شود رخ نمی دهد. به این دلیل است که هنگام ارزیابی شیبهای بهمن خیز باید شیبهای کوچک از همان دامنه را نیز مورد آزمایش قرار داد.

برای اجتناب از برخورد با دورههای ناپایداری باید سعی شود تخمین زده شود دگردیسی برف با چه سرعت پیشرفت می کند. زمان قبل از پایداری برف که به دما بستگی دارد از یک یا دو روز تا چندین هفته تغییر می کند. حرکت برفهای انباشته کوچک یا بهمنهای کوچک در زمین شیبدار یا ریزش برفهایی انباشته شده از روی درختها نشانههای خوبی از رخداد دگردیسی برف در شرایط همدمایی است. در کتابی درباره اجتناب از خطرات بهمن چنین نوشته شده است «بهترین قانون آن است که به تمام شیبها پس از بارش برف جدید اطمینان نداشته باشید تا اینکه درختهای کاج عاری از برف شوند» متأسفانه متغیر بودن اقلیم جو در منطقه این قانون تجربی را به حالت استثنا درآورده است.

برف پودر برفی است که اولین مرحله دگردیسی برف در شرایط همدمایی را تحمل می کند. برف پودر مشخصات اولین کریستالهای کرکی شکل را از دست داده و در همان منطقه مستقر شده و رنگ آن کدر و چسبندگی آن کم می شود. عمل دگردیسی برف به وسیله وزن لایههای اضافی حاصل از بارش برف جدید سرعت می گیرد. این نوع برف سبک و چسبندگی آن ضعیف است و مورد پسند و علاقه اسکی بازها است. در این نوع برف پیچ زدن به چپ و راست به خوبی انجام می شود.

وقتی برف از درخت می ریزد، نشان دهنده شکل گیری استقرار و



به علت دگردیسی در حالت هم دمایی و مقداری نیز ایجاد برفک های بلوری است.

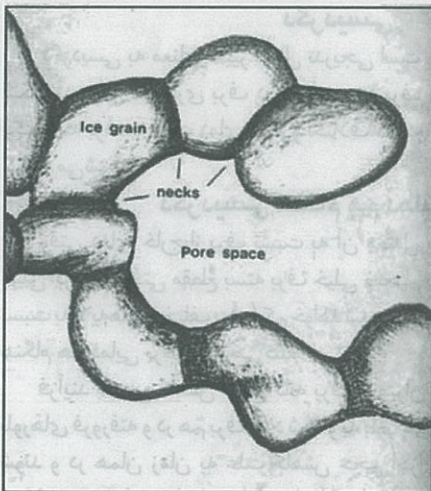
### برف چگونه قدرت و استحکام کسب می کند

توجه کرده اید که خط مسیر برف شکسته شده روز قبل در طی شب سخت و محکم می شود. این مقطع برف فشرده دارای استحکامی است که در اثر ادغام دانه های برف با هم ایجاد می شوند. یخ آبدیده یا یخ جوش خورده به هم یخی است که در میان دانه های چسبیده به هم وجود ندارد.

تصویر نشان می دهد چگونه تعدادی دانه های یخ به هم فشرده شده و یکپارچه می شوند. هنگامی اسکی کوهستان در مسیر کریستال های برف یا ریزدانه های یخ در اثر اعمال وزن اسکی باز به هم فشرده می شوند. نظر به این که فشار بخار آب در روی سطح محدب بیشتر از سطح مقعر می باشد لذا مولکول های بخار آب از هوای روی سطح محدب به سوی هوای روی سطح مقعر حرکت می کنند و مولکول های بیشتری از سطح یخ فشرده و جایگزین مولکول هایی که از سطح محدب خارجی شده اند، می شوند و در همان زمان هوای روی سطوح مقعر فوق اشباع و بر روی

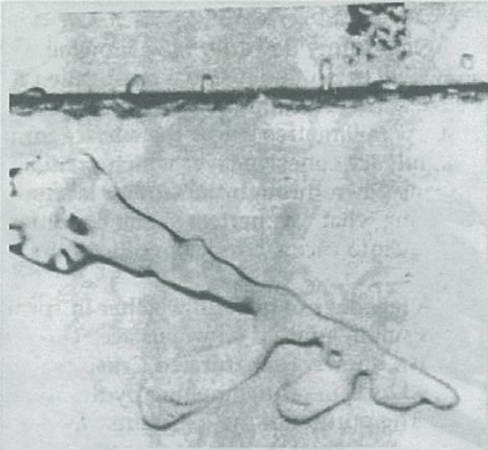
سطح یخ ته نشست و رسوب می کنند و در گرمایش مجدد پاریکه اتصال آب بین بلورهای برف کاهش می یابد و بست بین ریزدانه های یخ از بین می رود.

ریزدانه های یخ و پاریکه اتصال میان آنها



استحکام در مقطع پوشش برف است.

کریستال ستاره ای شکل نشان دهنده مدور شدن اولیه کریستال برف



تکه‌های بلورهای برف شکسته شده حاصل از باد

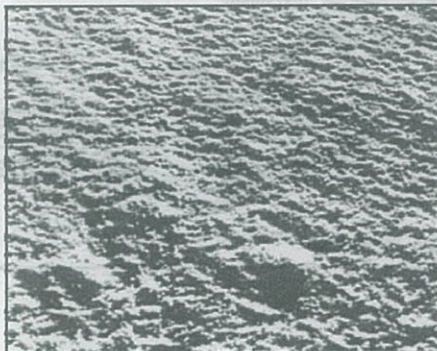


باد سطح برف را خراشیده و شکل ناهموار و برش دار ایجاد می‌کند

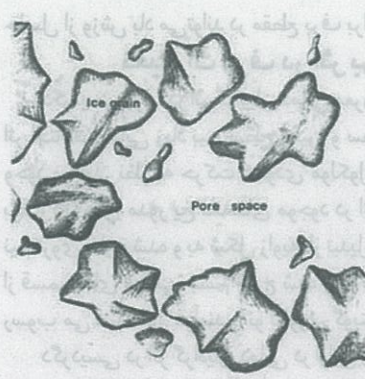
### اثر خورشید

وقتی خورشید پس از بارش برف تازه به آن بتابد برف پوسته‌ای شکل گسترش می‌یابد که به آن برف پوسته‌ای حاصل از تابش خورشید می‌گویند. مقدار ناچیز ذوب برف یک لایه نازکی از یخ چسبیده به برف

ایجاد می‌کند که به تدریج در سطح برف گسترش می‌یابد و وضعیت برف را در آن تغییر می‌دهد و آن برفی است که اسکی‌باز یا کوه‌نورد در یک روز شرایط عالی می‌بیند و روز بعد برف پوسته‌ای شرایط نامساعد فراهم می‌کند. چند روز هوای گرم و ثابت در فصل بهار گودی‌های کوچک در سطح برف ایجاد می‌کند که آنها را برف‌های پوسته‌ای سوراخ شده می‌گویند. این گودی‌ها در اثر اختلاف ذوب در سطح برف در اثر تشعشعات خورشیدی ایجاد می‌شود. قسمتی از دانه‌های یخ که بیشترین تابش خورشید را دریافت می‌کند چاله‌های کوچکی از آب در درون خود ایجاد می‌کند، عمق چاله‌ها به جهت تابش خورشید و به زاویه تابش خورشید به سطح برف بستگی دارد آنها به مرور زمان بزرگ‌تر می‌شوند، ترکیب باد و تابش خورشید می‌تواند الگوهای مختلف و زیبایی از این چاله‌ها را ایجاد کند. اگر برف زیرین محکم و چاله‌های ایجاد شده خیلی بزرگ نباشد، برف پوسته‌ای سطح بسیار عالی برای اسکی کردن به وجود می‌آورد. برف پوسته‌ای حاصل از تابش خورشید را نباید با یخ براق که روی برف را می‌پوشاند و در دوره‌های هوای سرد و آسمان صاف در اواخر بهار و اوایل تابستان ایجاد می‌شود یکی دانست.



تابش خورشید و وزش باد با هم ترکیب شده و برف‌های پوسته‌ای با چاله‌های کوچک ایجاد می‌کنند.



عمل یخ دانه‌های ریز و بست‌های اتصال که بین یخ دانه‌های ایجاد می‌شود و فضای خالی در میان آنها نشان داده می‌شود

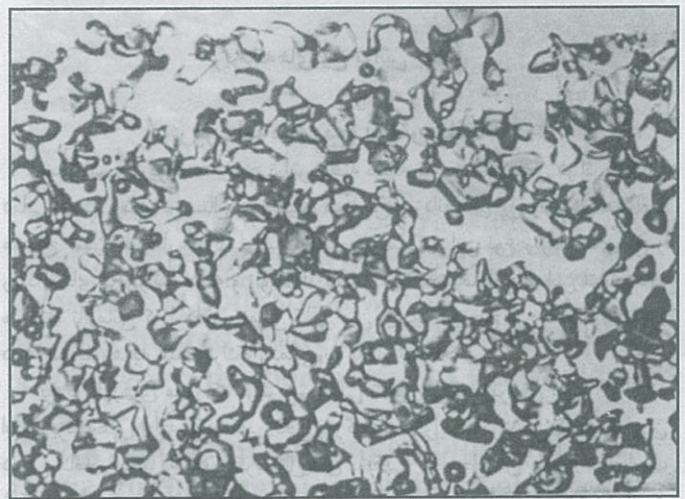
در صورت عدم وزش باد قابل ملاحظه و دمای زیاد فرآیند استقرار و استحکام، مقطع برف از هم گسسته نزدیک سطح برف را به تدریج متراکم‌تر می‌کند و هرچه ضخامت آن بیشتر شود مقطع برف نیز فشرده‌تر می‌شود.

### چگونه سطح برف تغییر می‌کند

اگر دما زیر صفر باقیمانده و خورشید نیز به سطح برف بتابد وضعیت برف می‌تواند برای چندین روز ثابت بماند. متأسفانه تغییرات زیادی در شرایط جوی رخ می‌دهد که وضعیت مطلوب مقطع برف را به حالت ناخوشایند قبل تبدیل می‌کند.

### اثر باد

باد یکی از نیروهای اصلی است که مشخصات برف تازه را تغییر می‌دهد. لایه‌های برفی که روی آن اسکی می‌کنند یا به وسیله شکسته شدن کریستال‌های برف قبل از آنکه به سطح زمین برسد و یا به وسیله چرخاندن برف در اطراف خود مثل آنکه دنبال جایی برای استقرار می‌گردد و یا به وسیله پخش مجدد آن وقتی که مستقر شدند تغییر می‌دهد. به علاوه باد سبب تبخیر سریع سطح مقطع برف حاوی بلورهای یخ از طریق انتقال بخار آب از سطح برف به مکان‌های دورتر می‌شود. برف پوسته‌ای: برفی است که در اثر وزش باد در سطح برف به وجود می‌آید. برف پوسته‌ای دارای لایه سخت و پوسته دار است و ناپیوستگی در برف ایجاد می‌کند. اگر برف جدید بر روی آن بیارد می‌تواند بر روی آن بلغزد. وقتی برف نه به قدر کافی سخت و نه به قدر کافی ضخیم باشد نمی‌تواند وزن مشخصی که روی آن راه می‌رود تحمل کند بنابراین به علت فرورفتن قدم‌ها در آن خستگی مفرط ایجاد می‌کند.



ریزدانه‌های برف فشرده در اثر باد در سطح برف و دانسیته برف در این حالت برابر با ۳۸۰ کیلوگرم در متر مکعب است. مقیاس تصویر ۱/۵۱ است.

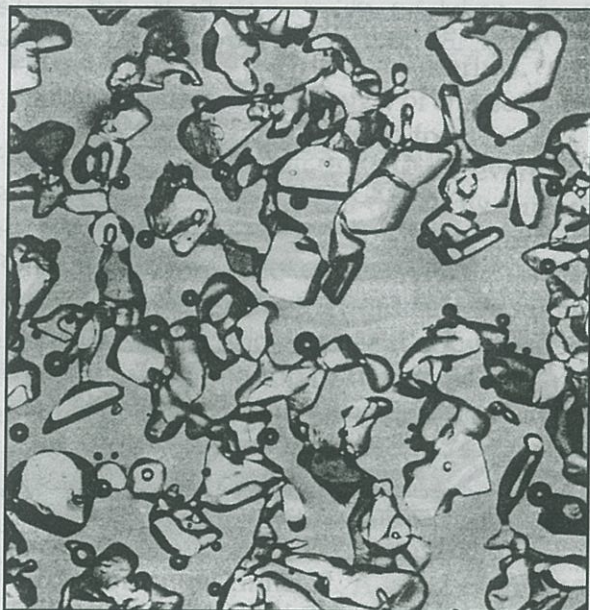
چاله‌های کوچک  
 معروف به فنجان  
 خورشیدی برای  
 کوه‌نوردان پله‌های  
 آماده برای صعود از  
 شیب را فراهم  
 می‌کند.



حاصل از وزش باد می‌تواند در مقطع برف برای چندین هفته باقی بماند.  
**تغییرات برف در اثر پروت فوق العاده**

دگرذیسی برف در اثر گرادیان دمایی معروف به TG-Metamorphism در اثر اختلاف دمایی زیاد بین سطح زمین و سطح برف در یک مقطع نازک برف به وجود می‌آید. نظر به حرکت عمودی مولکول‌های بخار آب در یک مقطع پوشش برف، دانه‌های مدور یخ دانه‌های موجود در اثر دگرذیسی هم‌دمایی از شکل تقریباً نیم‌کروی خارج شده و به شکل زاویه‌دار تبدیل می‌شوند. زیرا مولکول‌های بخار آب از قسمت‌های فوقانی جسم خارج شده و به قسمت زیرین ریزدانه یخ بالاتر از خود رسوب می‌کنند. این فرآیند را نوتبلوری گویند. مانند شکل زیر.

دگرذیسی در اثر گرادیان دمایی در اوایل زمستان در اقلیم‌های سرد وقتی مقطع برف هم نازک و هم غیرمنجسم باشد متداول‌تر است. بیشترین دگرذیسی در اثر گرادیان دمایی وقتی رخ می‌دهد که دما زیر ۲۰- درجه سلسیوس باشد. در برف‌های فشرده‌تر فضاهای خالی امکان کمی برای رشد کریستال‌های تک‌دانه را فراهم می‌سازند. گرادیان دمایی گسترده به وسیله ادغام ریزدانه‌های یخی با یکدیگر و با کمک نوتبلوری بخار آب استحکام بیشتری به برف می‌دهند.



ریزدانه‌های یخ تراش یافته

**ریزدانه‌های یخ تراش یافته**

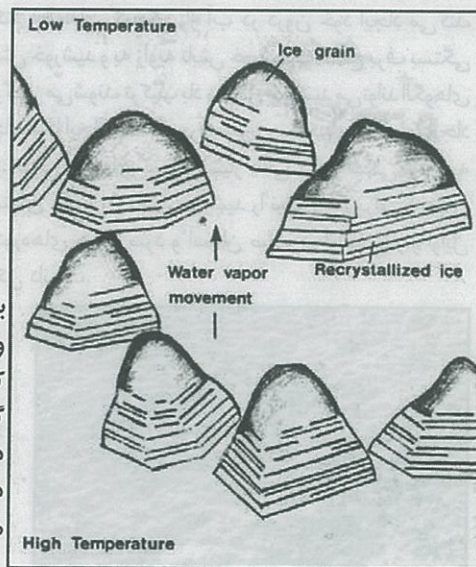
شکل‌گیری ریزدانه‌های یخ تراش یافته نشانه شروع دگرذیسی در اثر گرادیان دمایی است. رشد کریستال به وسیله گسترش ریزدانه‌های یخ زاویه‌دار همراه با مسطح شدن بلورها، آنها را تراشه مانند و یخ می‌کند این نوع ریزدانه‌های یخ را ریزدانه‌های یخ تراشه یافته و زاویه دار گویند. آنها مانند سطوح الماس تراش داده هستند. تا زمانی که اختلاف دمایی کافی بین ریزدانه‌های یخ در مقطع برف وجود دارد رشد بلورها به علت گرادیان دمایی به شکل تراشه‌های

یخ بر بلورهای مدور که در اثر هم‌دمایی شکل می‌گیرد برتری دارد. اگر اندازه ابعاد ریزدانه‌های اولیه یخ به قدر کافی بزرگ باشد فرآیند دگرذیسی در اثر گرادیان دمایی ادامه خواهد داشت و کریستال‌های بشقابی که سطح آن پله‌پله شده است شکل می‌گیرد و به آنها یخ دانه‌های ضخیم گویند، ممکن است اختلاف دما بین برف سرد جدید که بر سطح برف گرم قدیم می‌بارد برای یک لایه از ریزدانه‌های یخ تراشه دار به ضخامت ۱۰ تا ۴۰ سانتی‌متر متناسب برای گسترش در یک مقطع برف باشد این چنین لایه‌های ممکن است برای چند روز باقی بماند. ▽

**اثر باران**

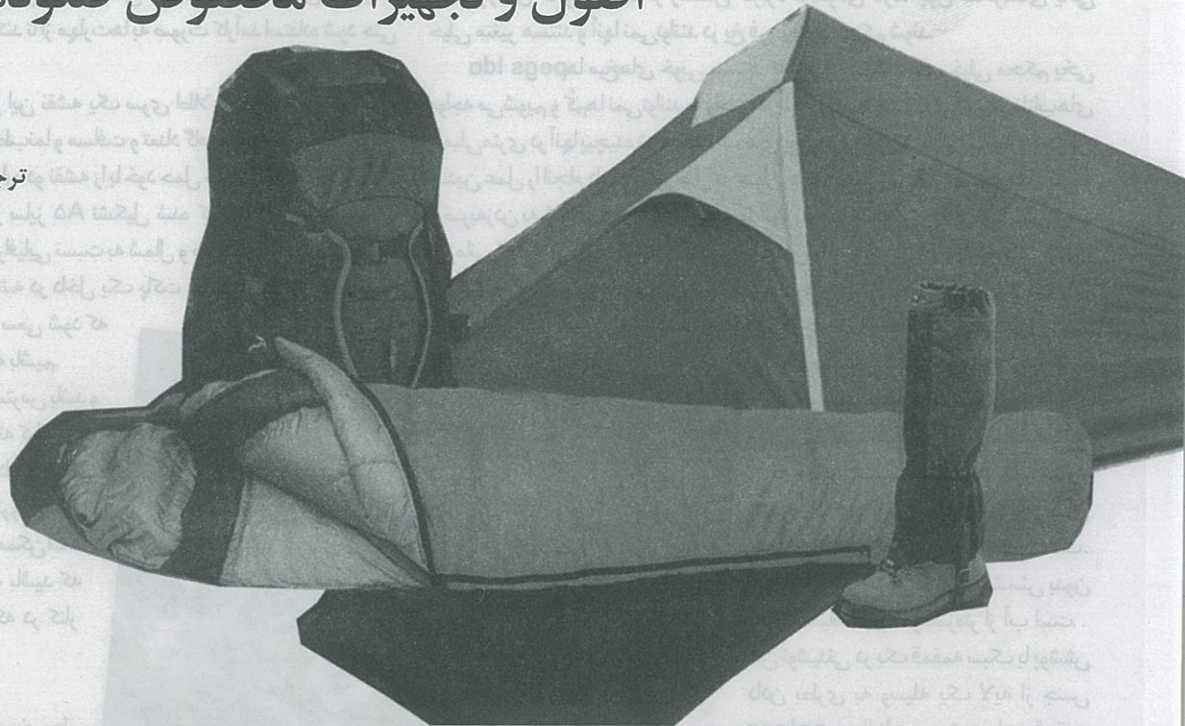
باران پوسته‌ای نازک از یخ در سطح برف ایجاد می‌کند و اگر این پوسته به وسیله برف جدید پوشیده شود ممکن است ضخامت آن بیشتر شود. بارش برف در شرایط فوق حرکت بهمین‌ها را سرعت می‌بخشد و منطقه وسیعی را تحت پوشش خود قرار می‌دهد.

یخ بلوری - در اثر رسوب و ته‌نشست بلورهای برف‌کی در شیب‌های هم‌جهت با جهت وزش ایجاد می‌شود. اغلب این نوع یخ در رشته کوه‌های مرتفع خاص شکل می‌گیرد و وقتی این چنین سطحی در زیر برف تازه مدفون می‌شود شیب بسیار خوبی برای اسکی‌بازها فراهم می‌شود. یادآوری می‌شود که شرایط مطلوب فراهم شده در لایه‌های حاصل از بارش‌های باران، تابش خورشید یا برف پوسته‌ای



برفک‌های ضخیم  
 وقتی شروع می‌شود  
 که بخار آب به علت  
 گرادیان دمایی زیاد  
 در قسمت زیرین یخ  
 دانه بالایی نوتبلور  
 می‌شود.

# اصول و تجهیزات مخصوص صعودهای زمستانی



ترجمه: امیر ساسان مهجور \*

حالی که خیس باشند. من فکر می‌کنم در روزهای صعود حتی با استفاده از بهترین لباس‌های ضدآب هم نمی‌توان خشک بود، بنابراین توجه به لایه‌های عایق رطوبتی لباس ضروری است. پرزهای پشمی و رشته‌ای که همان لایه‌های قدیمی هستند و مقاوم بوده در حالی که لباس‌های پشمی ضدآب جدید با لایه‌های روکش تزئینی مدت زمان طولانی لازم است تا خشک شوند پس پوشش‌های خوبی نبوده‌اند.

دستکش هم از نیازهای ضروری است که من حداقل همیشه یک جفت دستکش و تعدادی از دستکش‌های یک انگشتی اضافی به همراه دارم. انگشتان در سرمای مرطوب آسیب می‌بینند. کفش‌ها جزو مهم‌ترین وسایل تخصصی هستند و باید همراه کوهنورد باشند. جنس چرم برای ساختن چکمه‌ها در طی چند سال اخیر کاربرد کمتری یافته و برای مسیرهای مشکل و صعب‌العبور مناسب نیستند، به ویژه در قسمت‌هایی که آب و هوا خشک‌تر است. گرچه من برای رفتن به قله «بن» اولین انتخابم برای عبور از باتلاق‌ها و رودخانه‌ها و راه‌پیمایی طولانی روی یخ کفش‌های پلاستیکی است. چون آنها بیشتر ضدآب بوده و محافظت بیشتری از پاها می‌کنند.

## اسباب و لوازم دیگر

برای صعود زمستانی نیاز به یک کوله‌پشتی است که بتوان با شرایط خاصی که ایجاد می‌شود مقابله کرد. طناب‌های مخصوص و خشک ضروری هستند چون یخ نمی‌زند و ۶۰ متر از این طناب‌ها به صورت دو دسته و یا به صورت یک دسته دوتایی لازم است که کمک می‌کند تا سریع‌تر و بهتر صخره‌ها را طی کنیم. استفاده از صندلی زمانی که کرامپون برای راه رفتن روی یخ می‌پوشیم و یا بر روی سطح شیب‌داری می‌ایستیم الزامی است. بردن کنگ و تبر یخ به عنوان وسیله شخصی الزامی است. ولی باید در نظر داشت که بردن آن باعث برخوردش به صخره‌ها و یخ‌ها می‌شود پس کار را مشکل می‌کند در این زمان است که استفاده از کنگ‌های چند منظوره و پیچیده مناسب هستند که باعث می‌شود از تعداد ابزارها کم شود.

من همواره از کلاه **Spee helmet** در اسکاتلند استفاده می‌کنم که بهتر از استفاده از کلاه ایمنی پلی استایرن است چون مقاومت بیشتری دارد و همچنین در چارچوب کلاه جایی برای قرار گرفتن عینک وجود دارد. در زمین‌های ناصاف و به خصوص هنگام فرود استفاده از زانوبند می‌تواند مفید باشد و به عنوان یک محافظ برای زانوهای عمل می‌کند.

## جهت یابی

جهت‌یابی یک امر مهم در کوه‌پیمایی در کوه‌ها می‌باشد. یعنی با استفاده از جهت‌یابی

صعود از کوه‌های مرتفع نیاز به سعی و تلاش و روحیه مبارزه‌طلبی دارد و در این صعودها روبه‌رو شدن با مشکلاتی همچون باد شدید، کرخت شدن (بی‌حسی) اجتناب‌ناپذیر است و همچنین عمق زیادی از برف‌های نرم (که باعث فرورفتن در برف می‌شود) و یخ‌های پوسیده و قدیمی، کلوخه‌های گلی خیس، بالارفتن را مشکل می‌کند، پس چرا ما به خودمان در دسر و زحمت داده تا از این کوه‌ها بالا برویم؟ سوال خوبی است، اگر شما تصمیم بگیرید که به لندن سفر کنید صعود از کوه‌های اطراف انتخاب بدی نیست چون اگر در یک مکان و زمان معین یعنی در بالای قله «بن بن» و تنهایی در انتهای روز در زمانی که خورشید در خط افق آسمان در حال غروب است بایستید، هیچ جای دنیا مثل این نقطه نیست.

در همه فعالیت‌های کوه‌نوردی، تجربه، حرف اول را می‌زند و یک کلید برای بهتر انجام دادن عملیات است.

گرچه بعضی از افکار رایج اشاره دارند به این که برای به دست آوردن تجربه باید راه طولانی را پیمود تا بتوان نهایتاً به آن رسید و در نتیجه زندگی را آسان‌تر کرد.

## کی و کجا برویم؟

در گذشته برای پیش‌بینی وضعیت هوا از افراد مجرب و باتجربه استفاده می‌کردیم تا می‌توانستیم یک سفر موفقیت‌آمیز به سرزمین‌های یخی داشته باشیم ولی امروزه ما گنجینه‌ای از اطلاعات در دستمان است که در آن رمز و رازها و شگردهای زیادی از ورزش آمده است و این احماقانه است که به اسم سنت این اطلاعات نادیده گرفته شوند، این اطلاعات می‌توانند زمان وقوع بهممن و همچنین وضعیت و شرایط راه‌ها را به ما اطلاع دهند مثلاً سایت‌های اینترنتی مختص این موضوعات.

وضعیت کوه‌های بلند در طول شبانه‌روز متغیر بوده و ممکن است یک دفعه تغییر کند پس ما باید توانایی تصمیم‌گیری و انتخاب خود را در شرایط بعدی و دقایق آخر داشته باشیم و بتوانیم راه بهتری انتخاب کنیم که این امر کمک می‌کند که بتوانیم تعطیلات کوچک خود را به مسافرت‌های خوب تبدیل کنیم. برای پی بردن به وضعیت آب و هوا بهتر است به فصل **intro** از کتاب مرجع **Scotland winter climbs (SMC)** یا کتاب **Winter Mountauns Martin Morans Scottish** مراجعه کنید.

## سیستم لباس‌های کوه‌نوردی:

پوشش‌ها و لباس‌هایی برای صعودهای زمستان نیاز است که به طور باورنکردنی چند خصوصیت را همزمان داشته باشند. بهترین آنها لباس‌هایی است که گرم باشند در

می‌توان به مکان‌هایی دست یافت به طوری که کوه‌نورد هیچ گاه مسیر را گم نکند. دو امر برنامهریزی و تمرین مهم هستند که تمرین کمک می‌کند که فرد مهارت‌های لازم را به دست آورد و برنامهریزی کمک می‌کند تا از مهارت‌ها به صورت کارآمد استفاده شود حتی در شرایط سخت.

داشتن یک نقشه خاص که در این نقشه یک سری اطلاعات آورده می‌شود مثل زاویه موقعیت ما نسبت به شمال و قطب‌نما و مسافت و تعداد گام‌ها در واحد زمان برای هر مقیاس یابی درج شده است. من همواره دو نقشه را با خود حمل می‌کنم که هر یک از آنها شامل یک برش کاغذ چند لایه در سایز A5 تشکیل شده که گذرگاه‌ها و مسیرهای استاندارد را با استفاده از زاویه‌های جغرافیایی نسبت به شمال و مسافت‌ها را در پشت نقشه نشان داده است که به راحتی هر نقشه در داخل یک پاکت جا می‌گیرد که به صورت

ضدآب هم است. در ضمن بایستی سعی شود که همواره یک قطب‌نمای کم‌ری داشته باشیم.

ساعت شما بایستی همواره در دسترس باشد و بهتر است به جای مچ دست روی شانه کوله‌پشتی آویزان گردد چون به دفعات زیاد نیاز به دانستن زمان دارید. بایستی هر فرد از اعضای گروه وسایل شخصی جهت‌یابی را داشته باشد چون ممکن است که از گروه جدا شود و به یاد داشته باشید که جی.پی.اس. یک وسیله‌ای است که در کنار مهارت شما نیاز است.

#### مسیر عبور

وقتی که شما در حین بالا رفتن از صخره‌ها هستید باید یک نقشه کلی را در ذهن خود داشته باشید و مسیرها را به خاطر سپرده چرا که ممکن است هر لحظه مه‌گرفتگی رخ دهد پس بایستی سعی شود مسیر اغلب علامت‌گذاری شود تا به شما کمک کرده تا مسیر برگشتن را بهتر پیدا کنید. توجه به این جزئیات می‌تواند جهت‌یابی را برای شما راحت‌تر کند. همیشه بهتر است که زود به زود توقف کرده و تونیک و کرامپون‌ها و... را بپوشید. در مورد بالا و پایین رفتن شیب‌های ۴۰ درجه بایستی حتماً این مسئله

رعایت شود اغلب جاهایی را انتخاب کنید که دور از مسیر بالادست خطرناک باشند و همچنین پوشیدن لباس‌های اضافی برای جلوگیری از سرد شدن معقول است. همچنین کارهای دیگر مثل پوشیدن صندلی و... را انجام داده، در حالی که انگشتان به خاطر راه رفتن هنوز گرم هستند سعی کرده همه کارها را در یک توقف کوتاه انجام دهید تا زمان را از دست ندهد و فرصت کمی داده تا سردتان نشود.

#### مصونیت

پیدا کردن یک شرایط مصونیتی خوب در زمستان می‌تواند یک هنر واقعی باشد. روی یخ شما درگیر یک شرایط ناپایدار و متغیر و غیرقابل اطمینان هستید و تجربه تنها راه برای قضاوت کردن در مورد طاق‌های یخی یا نقاب‌های برفی است. شما اغلب بر روی صخره‌ها، گرفتار گل‌های یخ زده، شکاف‌های پر شده با یخ و تکه‌های یخ که در کرامپون کفش گیر کرده‌اند می‌شوید. (کارایی کفش کم می‌شود) در این زمان داشتن ایتکار و خلاقیت یک امر مهم است که بتوانید به نحوی با این مسایل کنار بیایید. همچنان که اگر کم‌ها در شکاف‌های یخی کوبیده باشند طناب‌ها ساییده می‌شوند بنابراین داشتن مجموعه‌ای اقتصادی از طناب‌ها و گیره‌ها ایده خوبی است. پیچ‌های یخ خوب هستند و اگر آنها در دیواره‌های یخی درست کار گذاشته شوند برای کلهش وزن خوب هستند و باعث شده بتوان در مکان‌های یخی، محکم قرار بگیرد. در ضمن با استفاده از این مجموعه، احتمال کمتری در ریزش و خرد شدن یخ در اثر ضربه با ابزارهای دیگر وجود دارد. چون

پیچ‌ها و رول‌ها در یخ دریل می‌شوند.

ابزارهای خانواده کم‌ها در زمستان کاربرد محدودی دارند چون صخره‌های یخی خیلی متغیر هستند و آنها نمی‌توانند در یخ فرو رفته و محکم شوند.

**pegs Ido** میخ‌های خوبی هستند که وقتی با شکاف‌های خیلی محکم یخی مواجه می‌شویم و کم‌ها نمی‌توانند به راحتی در آنها فرو روند استفاده می‌شود و طناب‌های ۴ میلی‌متری در آنها پیچیده شده است. تبرهای یخ بهترین ابزارند. با آنها می‌توان همزمان چندین عمل را انجام داد. به طور مثال به عنوان چکش عمل می‌کند (در توده‌های گلی و یا ضربه‌زدن به شکاف‌های پر شده از یخ و یا شیار زدن در تکه‌های یخ) اگر شما بیش از حد در زمانی که بالا می‌روید گرم‌تان شود شما آب بدن را از دست داده‌اید و بازه و عملکردتان کم می‌شود و همچنین لباس‌های شما خیس عرق می‌شود و خاصیت عایقی خود را از دست می‌دهد. هرچه شما مله‌تر باشید مستلزم رعایت

نظم بیشتری هستید و هرچه تجربه شما بیشتر باشد محافظت و نگهداری از خودتان راحت‌تر است در ضمن به خاطر داشته باشید که خوردن و نوشیدن اغلب مشکل است به ویژه اگر هوا هم نامساعد باشد ولی برای عملکرد و راحتی شما لازم است. نوشیدنی‌های گرمی مثل آب‌گرم بدون هسته سیاه اغلب خوشمزه‌تر از آب است. این نوشیدنی در یک قمقمه سبک با پوشش دادن بطری به وسیله یک لایه از جنس **nalgen** محافظت می‌شود. این قمقمه نوشیدنی را برای ۵-۴ ساعت گرم نگه داشته بدون نیاز به یک فلاسک سنگین بزرگ.

#### تکنیک کوه‌نوردی

بالا رفتن با کرامپون و ابزار و وسایل یخ‌نوردی نیاز به مهارت و تشخیص دارد به ویژه وقتی شما نیاز به کشیدن و حمل کردن وسایل‌تان در نواحی باسراشبی تندهستید. برای این که شما کوه‌نوردی جدی شوید بایستی عقاید و افکار‌تان را تغییر دهید. بالا رفتن با کرامپون نیاز به یک تعادل و ثبات خوبی دارد. با وجود برف‌های گریزانی که در سرما سقوط می‌کنند و طنابی که با خود حمل می‌کنید حرکت شما در اطراف لبه‌های یخی و صخره‌ای به راحتی

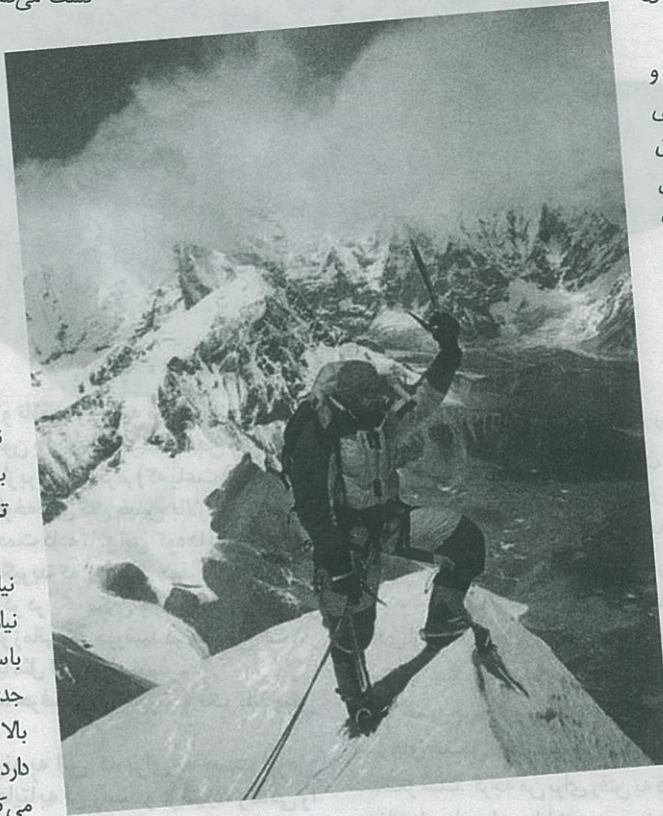
باعث شده که این لبه‌های تیز پرتگاه شکسته شود. برای حفظ تعادل همچنین نیاز است که ابزار با وزن متناسب با بدن حمل شود. یک نکته بسیار مهم در رابطه با کوه‌نوردی در برف این است که کوه‌نورد بایستی برای بالا رفتن به بدن خود تکیه کند. یک کوه‌نورد خوب در یک زمین ترکیبی از سنگ زانو، ران‌ها و آرنج‌ها و شانه‌هایش را به یک طریق کنترل شده و بسیار زیبا به کار می‌برد. کوه‌نوردی بدون طناب تقریباً در همه جای دنیا و هم در کوه‌های بزرگ منسوخ شده است. برای کوه‌نوردی‌های سخت تعیین یک هدف معین بسیار مهم است، همچنین بایستی در نظر داشت که فرد خیلی عقیده‌اش را تغییر ندهد. همچنین بایستی در یک تیم ارتباطی خوب با دیگر افراد گروه داشت چرا که اغلب ممکن است افراد در معرض دید نباشند و اگر هم وضعیت هوا مناسب نباشد حتی صدا هم شنیده نشود.

#### و در آخر:

چیزهای بسیار زیادی برای گرفتن از مقاله وجود دارد. اگر شما نسبت به توانایی خود مطمئن هستید بایستی در نظر داشته باشید که یک دوره آموزش یخ و برف‌نوردی را بگذرانید تا مهارت‌های لازم را به دست آورید که انجام چنین امری یک سرمایه‌گذاری عقلانه است. \*

برگرفته از فصلنامه کوهسار، دانشگاه شیراز

مجله British mountaineering concile





**DAZER** دستکاه دفع کننده فرا صوتی

وسيله ای سبک و موثر جهت دفع سگ

و سایر کربه ساقان

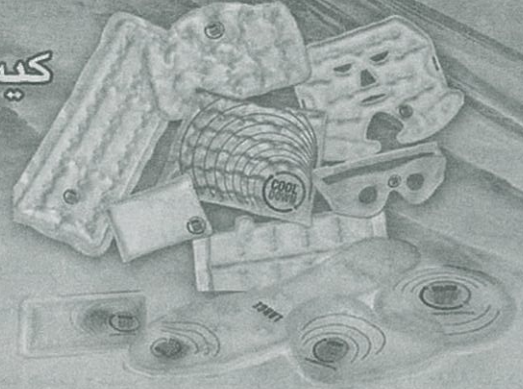
**مخصوص کوهنوردان**

کیسه های گرما بخش

**SOHLEN**

( با خیالی آسوده کوهنوردی کنید )

قبول نمایندگی از سراسر کشور



تلفن : ۰۴۱۱ - ۲۸۲۴۴۵۵

همراه : ۰۹۱۴۴۱۱۵۱۷۵

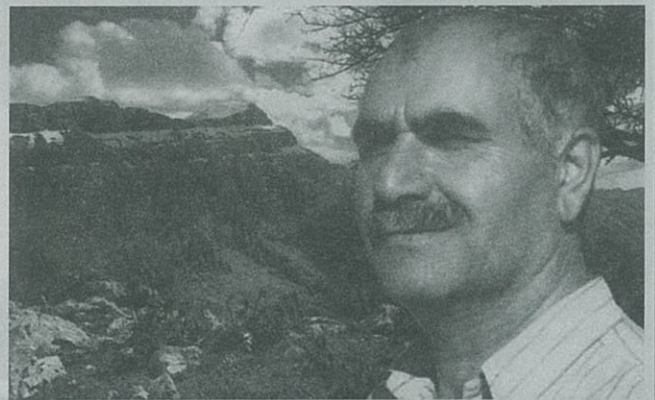
شرکت همراه ییگ آذر

### سپاس و تقدیر

بدینوسیله از کلیه سروران گرامی که با ارسال گل، پیام تسلیت، شرکت در مراسم تشییع، تدفین و ترحیم پدر مهربانم و همچنین دوستانی که ضمن اظهار همدردی، موجبات تسلی خاطر خانواده و بازماندگان را فراهم آوردند کمال سپاس را دارم و از خداوند متعال برای همه دوستان و آشنایان آرزوی سلامتی می نمایم.

کلیه دست اندرکاران صنعت کوه نوردی، هیات های کوه نوردی، گروه های کوه نوردی استان اصفهان، اتاق بازرگانی ایران، اتاق بازرگانی اصفهان، کلیه شرکت های همکار، سازمان جهاد کشاورزی، اتاق ایران و آلمان، فروشگاه های کشور، گمرک اصفهان، سازمان بازرگانی اصفهان، شرکت های حمل و نقل، اتاق بازرگانی و صنایع و معادن (ایران، اراک، سمنان)، بانک توسعه صادرات، بانک کشاورزی، اتحادیه صادر کنندگان محصولات کشاورزی، هیات امنای مسجد حضرت ابوالفضل، استانداری استان اصفهان، اتاق بازرگانی و صنایع و معادن ایران و آلمان و کلیه دوستان، همکاران و آشنایان.

محمدرضا مومنی



یادت گرامی ، سوخته دل کوه نوردی  
یک سال گذشت، ولی هنوز در باورمان نمی گنجد  
که آخرین پروازت را در ۲۵ آذرماه ۱۳۸۴  
بر فراز پیریز کوه تماشگر بوده ایم، اما می دانیم  
که هنوز در کوره راه های دوردست یاری گر  
همیشگی کوه نوردانی.

با عرض تسلیت به خانواده محترم احمودند  
و جامعه کوه نوردی درود  
خانه کوه نورد شهرستان درود

# پیشنهادی جدید برای درجه بندی مسیرهای قله های منطقه هیمالیا

ترجمه: وارطان زاکاریان

درجه VI پیشنهاد شده است. مانند: مسیر نرمال ماکالو ۲ به ارتفاع ۷۶۷۸ متر، پوشیده از برف با درجه پیشنهادی VI/PD یا مسیر نرمال مقاله شیشاپانگما مرکزی تا ارتفاع ۷۹۹۹ متر پوشیده از برف با درجه پیشنهادی VII/F و مسیر نرمال قله چوآویو به ارتفاع ۸۱۸۸ متر با درجه پیشنهادی VII/F و پوشیده از برف.

مسیر درجه هفت - درجه بندی این مسیر مانند مسیر درجه شش است که در آن چندین کمپ در ارتفاع بالا برپا شود و ترکیبی از فاکتورهای پیشنهادی در آن مؤثر باشند مانند: مسیر نرمال داتولاگیری به ارتفاع ۸۱۶۷ متر و پوشیده از برف با درجه پیشنهادی VII/AD و یا مسیر نرمال قله اصلی شیشاپانگما به ارتفاع ۸۰۱۲ متر دارای سطوح دیواره های سنگی و مسیرهای پوشیده از برف و برج های یخی با درجه پیشنهادی VII/PD.

مسیر درجه هشت - مسیر درجه هشت برای قله های بالاتر از ۸۵۰۰ متر در نظر گرفته شده است. با توجه به تعداد اندک قله های بالاتر از ۸۵۰۰ متر مانند اورست ۸۸۵۰ متر و K۲ به ارتفاع ۸۶۱۱ متر و با توجه به استقبال زیاد مردم برای صعود به قله اورست



این عکسی است که آن هینکس در اوایل صبح روز ۳۰ ماه می ۲۰۰۵ توانست در قله کان چن چونگا از خود بگیرد. در حالی که عکس دختر و نوه اش را در دست دارد. در عکس چهره رنج دیده او پس از ۱۸ ساعت صعود کاملاً مشخص است.

و نوع وسایل مورد استفاده در این مسیرها. بنابراین مسیرهای اورست و K۲ هنوز جزو این رده بندی در نظر گرفته نشده است.

## فعالیت های انجام شده در سال ۲۰۰۵ و ابتدای ۲۰۰۶ در منطقه اورست

قبل از فصل مونسون در اورست برای تعدادی از کوهنوردان که در ماه ژوئن ۲۰۰۵ به قله رسیدند قابل توجه می باشد. قبل از ماه ژوئن سال ۲۰۰۵ که به دوره قبل از مونسون معروف است فقط یک صعود که به وسیله کوهنوردان روسی و از

راهنمایی فرانسوی که در منطقه هیمالیا فعالیت مستمر داشته و در برنامه های صعودهای تجارتهای هم، مدتی است که همکاری دارد، به طور آزمایشی درجه بندی مسیرهای صعود قله های هیمالیا را، مطابق با درجه بندی اعداد لاتین تا هشت درجه پیشنهاد داده است. نام این راهنمای فرانسوی «پانولو گرویل» بوده و درجه بندی پیشنهادی وی تقریباً مانند درجه بندی یخ نوردی فرانسوی می باشد که از استاندارد آلیپی پیروی می کند. شرایط درجه بندی شامل تعدادی فاکتورهای متغیر مانند: ارتفاع، طول مسیر و نحوه دسترسی به آن، شکل طبیعی و سختی مسیر، خطرناک بودن آن، فرود از مسیر و غیره در نظر گرفته شده و به مانند تمامی روش های درجه بندی، تمامی فاکتورها در آن لحاظ شده است. هر فاکتوری به طور مجزا دارای معیارهای تشخیص و تعاریف مشخص می باشد که قابل بحث و بررسی است. از کلیه کوهنوردان و صاحب نظران دعوت شده است تا نظرات و پیشنهادات خود را در تایید و یا رد پیشنهاد فوق و شیوه اجرای آن ارائه کنند. در پایان منتخبی از بهترین نظریات، روش درجه بندی، ملاک کار قرار خواهد گرفت. درجه بندی همراه با نمونه اجرایی آن:

درجه یک - مسیری است که هیچ نوع اردوگاهی تا ارتفاع ۵۶۰۰ متر برپا نشود مانند مسیر معمولی قله ماردی هیمال به ارتفاع ۵۵۸۷ متر.

مسیر درجه دو - هر مسیری که در آن بین ارتفاع ۵۶۰۰ تا ۶۸۰۰ متر هیچ نوع کمپ برپا نشود و فاکتورهای مسیر پیشنهادی مستقیماً منطبق و گویا باشد. مانند مسیر متعارف آیلندیک به ارتفاع ۶۱۶۵ متر و مسیر پوشیده از برف که درجه پیشنهادی آن II/AD است.

مسیر درجه سه - هر مسیری که در آن فقط یک کمپ در ارتفاع ۵۶۰۰ تا ۶۸۰۰ متر برپا شده باشد و فاکتورهای موردنظر در ارزیابی، مستقیماً یا ترکیبی از آنها اثر بگذارد. مانند مسیر عادی قله «پالدور» به ارتفاع ۵۹۰۳ متر که پوشیده از برف و تخته سنگ های آسان برای صعود فنی می باشد و درجه پیشنهادی آن III/PD: یا مسیر عادی قله مراییک به ارتفاع ۶۴۷۶ متر پوشیده از برف و درجه پیشنهادی III/F: یا مسیر عادی قله لوبوچه اصلی (قله شرقی) پوشیده از برف و درجه پیشنهادی آن III/D است.

مسیر درجه چهار - هر مسیری که در آن چندین کمپ بین ارتفاع ۶۵۰۰ تا ۷۵۰۰ متر برپا شود و فاکتورهای مورد نظر مستقیماً یا ترکیبی از آنها در آن مؤثر باشد، مانند: مسیر معمولی قله آمادابلام به ارتفاع ۶۸۱۴ متر همراه با ترکیبی از چند عامل، برف و تخته سنگ هایی در مسیر، صعود با درجه IV/D تلقی می شود و یا یال جنوبی قله سینگوچولی به ارتفاع ۶۵۱۰ متر و یال پوشیده از برف آن با درجه پیشنهادی IV/TD و مسیر معمولی قله پوتاهیونچولی به ارتفاع ۷۲۴۶ متر و یال پوشیده از برف با درجه پیشنهادی IV/F.

مسیر درجه پنج - این مسیر مانند مسیر درجه چهار همراه با چندین عامل تشخیص پیشنهادی توأم با هم در تعیین درجه مسیر مؤثر می باشد. مانند مسیر عادی قله بارون تنسه به ارتفاع ۷۱۵۲ متر و مسیر پوشیده از برف با درجه پیشنهادی V/PD: یا مسیر عادی قله هیملونگ هیمال به ارتفاع ۷۱۲۶ متر و مسیر پوشیده از برف با درجه V/F: و مسیر یال غربی قله دورجی لهاکپا به ارتفاع ۶۹۶۶ متر و پوشیده از برف با درجه پیشنهادی V/AD.

مسیر درجه شش - هر مسیری که چندین کمپ در ارتفاع بالا بین ۷۵۰۰ تا ۸۵۰۰ متر برپا شود و در آن مسیر فاکتورهای پیشنهادی مستقیماً یا ترکیبی از آنها مؤثر باشد.

طریق جبهه شمالی انجام شد قابل توجه بود. بارش برف زیاد همراه با وزش باد شدید در ماه می سال ۲۰۰۵ صعود اغلب گروه‌های کوه‌نوردی که برای صعود به قله تلاش می‌کردند را بی‌نتیجه گذاشت ولی در پایان ماه می وقتی که آرامش نسبی حکمفرما شد گروه‌ها با سرعت سازمان‌بندی و با تعداد افراد زیاد صعودها را انجام دادند. وضعیت جوی در منطقه تبت ظاهراً کمی بهتر از مناطق دیگر شد. بنابراین کوه‌نوردان توانستند از همین منطقه اولین صعود خود را در ۲۱ ماه می انجام داده و به قله برسند. ولی از سوی جنوب تا ۳۰ ماه می هیچ صعودی انجام نشد و هیچ کوه‌نوردی برای صعود به قله تلاش نکرد. در هر حال در پایان این دوره حدود ۳۰۰ کوه‌نورد از مسیر جنوبی به قله رسیدند که حدود ۱۲۲ کوه‌نورد صعود خود را در ماه ژوئن به پایان رساندند و آخرین آنها در ۵ ماه ژوئن پای بر قله نهاد. تقریباً یکصد هیات کوه‌نوردی برای صعود به قله اورست در منطقه حضور داشتند. پرجمعیت‌ترین هیات از بیست و هفت کوه‌نورد تشکیل شده بود. بیش از نیمی از این هیات‌ها در صعودهای خود موفق نشدند و در بعضی از آنها حتی یکی از اعضا هم نتوانست به قله برسد.

اولین گروهی که از سمت جنوبی برای صعود به قله تلاش کردند، گروه کوه‌نوردان روسی بودند (شرح اولیه صعود این گروه در شماره ۴۴ مجله کوه به چاپ رسیده است) ولی شرح دسترسی این گروه به منطقه خود داستانی استثنایی و قابل توجه است. این گروه به حوادثی برخورد کردند که می‌توان گفت با شانس و اقبال بسیار توانستند از آنها رهایی یافته و برنامه خود را به اجرا درآورند. مروری بر این ماجرا خالی از لطف نخواهد بود.

سرپرست این گروه بزرگ «الکساندر ابراموف» که از کوه‌نوردان باسابقه روسی می‌باشد. با توجه به هزینه‌های سنگین سفر و خرید اجناس ترجیح می‌دهد که برنامه را به جای پرواز به لهاسا از طریق زمینی طی کنند. منطقه به علت اغتشاش و شورش‌های مائوئیست‌ها که بزرگراه دوستی را بسته اعلام کرده بودند مگر در شرایط و مواردی که با کسب مجوز رسمی عبور از آنها بتوانند عبور کنند. اعضای تیم کوه‌نوردان روسی با در دست داشتن مجوز از هفتم تا نهم ماه آوریل به وسیله ستون کامیون‌های ارتشی تاکواری همراهی شدند و تا مرز نیز بدون حادثه این سفر را طی کردند ولی «الکساندر ابراموف» و یکی از راهنماهای گروه «سرگئی ماچینکوف» مجبور بودند خریدهای ضروری خود را که قبلاً انجام نداده بودند تا نهم ماه به پایان برسانند. بنابراین حرکت این دو نفر به تأخیر افتاد و آنها سعی کردند با وسایل نقلیه و تاکسی محلی خود را به ستون کامیون‌های ارتشی برسانند اما هیچ یک از وسایل نقلیه مورد استفاده آنها مجوز عبور نداشته و یا شماره آنها تایید نشده بود. در مسافتی نه چندان دور از بزرگراه، سه نارنجک دست‌ساز به وسیله شورشیان به سمت وسیله نقلیه آنها پرتاب شد.

دو نارنجک در قسمت بیرونی اتومبیل منفجر شد ولی نارنجک سوم از شیشه عقبی به داخل ماشین وارد شد و جاشنی آن منفجر شد، ران پای چپ و لگن خاصره ماچینکوف به سختی صدمه دید و خرد شد. پس از این انفجار سرویس‌های آمبولانس او را به کاتماندو انتقال دادند تا تحت جراحی اساسی قرار گیرد. ابراموف در حالی که بیش از یک جین ترکش‌های ریز و درشت در بدنش جای گرفته بودند از منطقه فرار کرد. آنها شانس آوردند در حالی که در همان محل یک اتوبوس با مین زمینی برخورد کرده و در اثر انفجار مین سه نفر جان‌شان را از دست داده بودند. در هر حال ابراموف به سختی توانست به اعضای گروه خود ملحق شود و سفر زمینی خود را ادامه دهد. سرانجام آنها پس از اتمام ماجراها در تلاش برای صعود موفق شدند. ۱۰ نفر از اعضای تیم به همراه ۱۲ شریا به قله صعود کنند. ضمناً در این فاصله زمانی تا ۲۹ ماه آوریل یک هیات مذاکره به منطقه اعزام و پس از گفت و گوهای لازم، آرامش نسبی در منطقه حکمفرما شد. کوه‌نوردان و هیات‌های کوه‌نوردی با شتاب و بی‌وقفه به منطقه روی آوردند تا قبل از به پایان رسیدن فصل، بتوانند صعودهای خود را انجام دهند.

از صعودهای شاخص و قابل بحث آن سال می‌توان به موارد زیر اشاره کرد. کوه‌نورد شریای معروف «آپاشریا» رکورد قبلی خود را شکسته و با صعود به قله اورست توانست برای پانزدهمین بار قله اورست را صعود کند. در همین دوره مولیپاتی کوه‌نورد زن غیرشریای نیپالی به مناسبت جشن یکصدمین سالگرد کلوپ روتاری در نیپال توانست قله را صعود کند و به عنوان اولین زن غیرشریای نیپالی صعودکننده قله اورست نام خود

را در کتاب رکوردها به ثبت برساند. او جشن این موفقیت را با ازدواج با شریا و هم‌نورد خود بر روی قله اورست به اوج خود رساند. در همین روز اولین کوه‌نورد مغولستان توانست اولین صعود به قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر یعنی اورست را انجام داده و نام کشور خود را در دفتر رکوردها به ثبت برساند.

در ۲۹ ماه می ۲۰۰۵ اولین کوه‌نوردان زن ایرانی، خانم‌ها لاله کشاورز و فرخنده صادق به نام اولین کوه‌نوردان زن مسلمان در جهان توانستند قله اورست را صعود کنند. این رکورد به نام آنها ثبت شد. براساس گزارش‌های موثق این دو کوه‌نورد در ساعت ۱۰/۴۰ شب روز ۲۹ ماه می آخرین کمپ خود را ترک کرده و روز بعد همراه با دو کوه‌نورد مرد ایرانی بر روی قله ایستادند. در این گروه شریا کوه‌نورد لهاکپالچو نیز قله اورست را برای دوازدهمین بار صعود کرد. در هر حال کوه‌نوردان زن ایرانی هنگام بازگشت به کشور خود با استقبال زیاد دولت و مردم مواجه شده و هدایای ارزشمندی نیز به پاس این موفقیت دریافت می‌کنند. یادآوری می‌شود در بهار سال ۱۹۹۸ یک هیات از کوه‌نوردان ایرانی نیز توانستند برای اولین بار قله اورست را صعود کنند. کلیه این صعودها که از سال ۱۹۹۸ تا ۲۰۰۵ انجام شد با برنامه‌ریزی و سرپرستی رئیس فدراسیون کوه‌نوردی، صادق آقاجانی بوده است. چهار کوه‌نوردی که در سال ۱۹۹۸ توانستند قله را برای اولین بار صعود کنند عبارت بودند از: جلال چشمه قصبیان، محمدحسن نجاریان، حمیدرضا اولنج و زنده‌یاد محمد اوزار. آنها هم به هنگام بازگشت مورد استقبال زیاد مردم و دولت ایران قرار گرفتند.

در دوم ماه ژوئن لهاکپا شریا (شریاکوه‌نورد زن نیپال) توانست برای پنجمین بار به قله اورست صعود کند. در این صعود همسر او به نام «جورج دیجمارسکو» کوه‌نورد رومانی تبار تبعه آمریکا وی را همراهی می‌کرد. جورج دیجمارسکو، هفت سال است که در بهار هر سال از سوی تبت اقدام به صعود به قله اورست می‌کند. دو روز پس از این صعود یک کوه‌نورد زن ژاپنی به نام «چی‌یکو شیمادا» توانست در سن ۵۳ سالگی قله اورست را از مسیر شمالی صعود کند. او مسن‌ترین زن کوه‌نورد است که تاکنون توانسته است قله اورست را صعود کند. در این سال کوه‌نوردان و محققین چینی توانستند به کمک دستگاه‌های مخصوص و جی.پی.اس. ارتفاع قله اورست را بدون پوشش برف محاسبه نمایند که برابر با ۸۸۴۴/۳ متر است. در نتیجه می‌توان حدس زد که ارتفاع برف روی قله اورست خوشبختانه از ۵/۷ متر کمتر نشده است.

در طول مدت گزارش‌های صعود به قله اورست از اواسط ۲۰۰۵ تا اوایل ۲۰۰۶ فقط دو تیم صعودکننده سعی کردند از مسیرهای غیرمتعارف صعود کنند هر دو تیم صعودکننده مسیر مشترک ژاپنی‌ها و هورن‌بی را انتخاب کردند. شش کوه‌نورد از هیات کوه‌نوردی چک مسیری را انتخاب کردند که در آن طناب ثابت نصب شده بود. ولی به علت شرایط بد جوی آنها نتوانستند بیش از ۷۱۰۰ متر صعود کنند. بنابراین ناموفق به کمپ اصلی بازگشتند. گروه دوم طرح دیگری در نظر گرفتند. آنها اوایل ماه می صعود خود را به سبک آلبی آغاز کردند ولی به علت ابتلای کوه‌نورد ژاپنی به ادم ربوی نتوانستند

جناب آقای حسن زرین قلم

درگذشت پدر گرامی تان را

به شما و خانواده محترم تان

تسلیت می‌گوییم.

فصلنامه کوه



په چله په ښار کې

روز هیجدهم مه می از گردهای در ارتفاع ۶۳۰۰ متر که درست بالای کمپ ۲ قرار دارد حرکت کردند. این گرده یا برجستگی یکی از خطرناکترین قسمت‌های مسیر صعود است. این دو برای صعود جای پای دو هم‌نورد جلوتر از خود را انتخاب کرده بودند و ضمناً سه کوه‌نورد استرالیایی نیز کمی پایین‌تر از همین مسیر یعنی جای پای این دو حرکت می‌کردند و هر سه تیم آرام به سوی قله در حرکت بودند. گروه اول تازه گرده را به اتمام رساند و تقریباً در جایی امن در کنار برجی یخی مستقر شده بودند که ناگهان بهمنی عظیم از توده یخ فشرده از قسمت بالایی این برج یخی کنده شده و به پایین سرازیر می‌شود. این بهمن با دو کوه‌نورد اول برخورد نمی‌کند ولی با دو کوه‌نورد پایین که بالانکا و کونتر بودند برخورد می‌کند. گزارش شده است که در اثر این برخورد کونتر متحمل شکستگی استخوان و جراحات بدن از چندین نقطه می‌شود و بالانکا نیز از ناحیه سر ضربه می‌بیند که مدت ۱۸ ساعت را به حالت اغما می‌گذراند. دو کوه‌نوردی که پایین‌تر از آنها بودند با وجود جراحات مختصر به کمک آن دو شتافته و آنان را به کمپ دوم واقع در ارتفاع ۵۵۰۰ متر انتقال می‌دهند. در آنجا با وجود معالجات پزشکی که به وسیله پزشکان آمریکایی صورت می‌گیرد، کونتر فوت می‌کند. او دومین کوه‌نوردی است که در آخرین صعود از ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر و قبل از اتمام کار جانش را از دست می‌دهد. قبل از او در سال ۱۹۹۵ نیز «بنوبی شامو» در آخرین صعود خود که صعود به قله کان چن چونکا بود در مسیر صعود در اثر وزش باد بسیار شدید به دره پرت و ناپدید شد. پس از فوت کونتر تمامی کوه‌نوردان و هیات‌های صعود کننده روحیه خود را برای صعود از دست داده و صعود خود را ناتمام رها می‌کنند. حتی چند کوه‌نورد که در داتولاگیری مشغول به کار بودند و پس از صعود برنامه‌شان صعود آنپورنا بود، تلاش خود را در ارتفاع ۷۰۰۰ متر قله داتولاگیری در اثر وقوع توفان رعد و برق نیمه تمام گذاشته و به اردوگاه بازمی‌گردند. یک کوه‌نورد لهستانی به نام «بیوتر پوستلینک» که سعی داشت از سمت جنوب قله یعنی مسیر کوه‌نوردان انگلیسی که در سال ۱۹۷۰ باز کرده بودند صعود کند؛ و او نیز ۱۳ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کرده بود. در این صعود نتوانست بیش از ۷۴۰۰ متر بالاتر رود و ناموفق به کمپ اصلی بازگشت. ولی یکی از هم‌نوردان او به نام «مارسین سیوتک» پس از ناکامی در صعود به قله آنپورنا تصمیم گرفت یال شمالی قله اورست را بدون استفاده از کپسول اکسیژن صعود کند و در این تلاش موفق شد و نام او به عنوان اولین کوه‌نورد لهستانی که در این سال نتوانست قله اورست را بدون استفاده از ماسک اکسیژن صعود کند به ثبت رسید.

**تلاش‌های انجام شده برای صعود به قله کان چن چونکا**  
برای صعود به قله کان چن چونکا فقط دو هیات توانستند مجوز صعود دریافت

برنامه خود را به اتمام برسانند و به کمپ اصلی بازگشتند.

### فعالیت‌های کوه‌نوردان در منطقه آنپورنا

کوه‌نوردان پنج تیم برای صعود به قله آنپورنا از مسیر متعارف یا مسیر فرانسوی‌ها، معروف به جبهه شمالی قله آنپورنا یک به ارتفاع ۸۰۹۱ متر اقدام کردند. نتیجه تلاش‌های گروه‌های همراه با پیروزی، ناکامی و متأسفانه فاجعه بود. در ۱۲ ماه می «ادواستورس» و «وییکاگوستاوسن» ۱۳ روز پس از صعود به قله چوآویو و انجام هم‌هوایی لازم برای صعود به قله آنپورنا با هلی کوپتر، مستقیماً به منطقه پرواز کردند. آنها کمپ مرتفع خود را در ارتفاع ۶۹۰۰ برپا کردند و به مدت سه روز در منطقه برای بهبود وضعیت جوی منتظر شدند و پس از بهبود وضعیت هوا در مدت یازده ساعت توانستند قله را صعود کنند.

بد نیست بدانید که گروه کوه‌نوردان ایتالیایی برای صعود به قله مدت یک ماه مشغول نصب طناب ثابت در منطقه بودند. آنها موفق شدند تا کمپ سوم ثابت‌گذاری کنند که این امر تسهیلات زیادی برای صعود «ادواستورس» و «وییکاگوستاوسن» به قله فراهم آورد. پس از صعود به قله آنپورنا، ادواستورس ۴۶ ساله به عنوان دوازدهمین کوه‌نورد برجسته و اولین کوه‌نورد آمریکایی که توانست ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کند، معرفی شد. صعود این ۱۴ قله حاصل ۱۶ سال تلاش وی بود. ولی ناگفته نماند که او هنوز هم در آرزوی صعود به قله‌های مرتفع و بالاتر از ۸۰۰۰ متر است. او پس از بازگشت از آنپورنا دو قله برودپیک و شیشاپانگما را نیز مجدداً صعود کرد. قدرت ادواستورس زبازد کوه‌نوردان است. او تاکنون شش بار قله اورست را صعود کرده که چند مورد آن برای کارهای تحقیقاتی نظیر نصب دستگاه حس گر ارتفاع سنجی و همکاری با شرکت فیلم‌برداری ایماکس برای فیلم‌برداری مستند از منطقه اورست همراه با آراسلی سگارا کوه‌نورد زن اسپانیایی بوده است. ادواستورس پنجمین کوه‌نوردی است که بدون استفاده از کپسول اکسیژن توانسته است تمامی ۸۰۰۰ متری‌ها را صعود کند. دو کوه‌نورد دیگر نیز امید داشتند که با صعود به قله آنپورنا بتوانند صعود بر ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را تکمیل کنند. اما آن دو که ایتالیایی بودند، «آبیله بالانکا» ۴۸ ساله و «کریستین کونتر» ۴۳ ساله، نتوانستند به خواسته‌شان جامه عمل بپوشانند.

بالانکا، اورست و کان چن چونکا را با استفاده از کپسول اکسیژن صعود کرد ولی کونتر برای صعود این ۱۳ قله نه از کپسول اکسیژن و نه از شریا استفاده کرد. کونتر برای صعود به آنپورنا قبلاً از سمت شمال و جنوب تلاش کرده بود ولی موفق نشده بود. این دو کوه‌نورد، ۶ روز پس از صعود ادواستورس به قله آنپورنا در ساعت ۷/۱۵ دقیقه صبح

کنند. این دو هیات مشترکاً یک مجوز دریافت کردند. هر چند فعالیت آنها جدا از هم انجام شد. یکی از این دو هیات مرکب از شش کوهنورد از کشورهای مختلف و به سرپرستی راهنمای سویسی «هربرت جوز» بود. «آلن هینکس» کوهنورد انگلیسی همراه با شریای همیشگی خود «پاسانگ جلو» ۳۷ ساله نیز در این هیات بودند. تیم کوهنوردان «هربرت جوز» در شانزدهم آوریل به کمپ اصلی در ارتفاع ۵۵۰۰ متر که در زیر جبهه جنوبی قرار دارد رسیدند ولی پس از رسیدن و استقرار در کمپ به مدت ۳۶ روز مواجه با بارش شدید برف شده و عملاً هیچ فعالیتی نتوانستند انجام دهند. در این مدت آلن هینکس در ۲۴ آوریل به آنها پیوست.

در اواخر ماه آوریل و اوایل ماه می تیم هربرت جوز کمپ شماره یک را در ارتفاع ۶۲۵۰ متر و کمپ شماره دو را در ارتفاع ۶۸۴۰ متر برپا کردند. آنها در سیزدهم ماه می برای عبور از شکاف نزدیکی قله تجهیزات خود را آماده می کردند. آنها وسایل را که زیر برف مدفون شده بود خارج کرده و به ارتفاع ۷۶۰۰ متر حمل کردند. در کمپ سوم برف بسیار زیادی همراه با وزش باد شدید باریبه بود. لذا آنها مجبور شدند به کمپ اصلی بازگردند. شرایط بد جوی تا ۲۱ ماه می ادامه داشت. بنابراین آنها تلاش کردند که تجهیزات خود را که در کمپ دوم مدفون شده بود خارج کنند ولی به علت برف جدیدی که باریبه بود نتوانستند از کمپ اصلی تا کمپ اول بیشتر صعود کنند. در این تلاش به جز آلن هینکس و شریای خود مابقی تسلیم شده و تلاش خود را رها کرده و به کشور خود بازگشتند. ولی آلن هینکس که تا ارتفاع ۶۸۰۰ متر قبلاً هم هوا شده بود در آنجا باقی ماند تا آنکه وضعیت جوی کمی بهبود یافت. بارش برف نیز متوقف شده و دما نیز در حال افزایش بود او بی مصلی تلاش خود را برای صعود به قله کان چن چونکا آغاز کرد. روز بعد او و پاسانگ جلو به کمپ دوم رسیدند ولی برای رسیدن به کمپ بالاتر در ۲۸ ماه می در برف بسیار عمیق در ارتفاع بالاتر از ۷۰۰۰ متر هر چه تلاش کردند موفق نشدند و در ۲۹ ماه می تلاش خود را مجدداً ادامه دادند. اما تا ساعت ۵ بعدازظهر فقط توانستند تا ارتفاع ۷۴۰۰ متر برسند. بنابراین تصمیم گرفتند شب را در داخل چادر کوچکی که با خود داشتند بپا کنند.

در روز ۳۰ مه ژوئن آنها حدود ساعت یک و نیم صبح از کمپ کوچک خود خارج شدند. هر یک از آنها کپسول اکسیژنی به وزن سه کیلوگرم با خود حمل می کردند. هینکس نیز مطابق معمول مقدار سه لیتر آب را در چندین ظرف در داخل لباس پَر خود جاسازی کرده بود. در این صعود هینکس یک طناب کوچک در ابتدای شیب زیاد در مسیر برگشت نصب کرد تا هنگام فرود بتوانند مسیر برگشت به کمپ ۳ را تشخیص دهند. شرایط محیط بسیار بد و هیچ چیز قابل رویت نبود. ولی آنها تا ساعت ۲ تا ۳ بعدازظهر به صعود خود ادامه داده و تقریباً به ارتفاع ۸۲۰۰ متر و نزدیک به انتهای نقطه گانک وی می رسیدند. از این پس شیب مسیر بسیار زیاد و پوشیده از برف و یخ و سنگ می شود. بنابراین آنها برای دسترسی به یال غربی در زیر نقطه گانک وی کپسول اکسیژن خود را رها می کنند. پاسانگ جلو چراغ پیشانی و اورکت اضافی خود را در این نقطه باقی می گذارد. این دو کوهنورد سرتاسر شیب تند را به سختی صعود کرده و گاه گاهی با طناب شش میلی متری که هیات کوهنوردی هندوستان در صعود موفق خود نصب کرده بودند برخورد می کنند. هینکس قسمتی از این طناب را قطع کرده و در قسمت دیگر از مسیر پلهای مانند که از سنگ گرانیت می باشد نصب می کند. او براساس دوراندیشی خود این طناب را برای اطمینان خاطر به هنگام فرود و شرایط دید بسیار نامناسب در آن محل نصب می کند. در ساعت ۵ بعدازظهر وضعیت جوی که تا آن زمان برای صعود بسیار مناسب بود رو به وخامت می گذارد و برف نیز شروع به باریدن می کند. هینکس به علت اشتیاق فراوانی که برای صعود به قله داشت مصمم بود. حتی در شب نیز به قله برسد. از طرف دیگر شریای اوپاسانگ جلو با ناراضی راه را پشت سر او ادامه می دهد تا آنکه شیب سنگی را نیز صعود کرده و به ارتفاعی رسیدند که برف فقط قسمتهایی از ارتفاع را پوشانیده بود و کمی بالاتر از این موقعیت او تیرکهای راهنما برای صعود به قله را در برف تشخیص می دهد که در انتهای آنها قله قرار داشت. هینکس به تنهایی این قسمت را نیز صعود کرده و در ساعت ۷/۵ بعدازظهر پای بر قله می نهد. او در این صعود به جز یک دوربین دیجیتال کوچک چیز دیگری نظیر ساعت و ارتفاعسنج به همراه نداشت و فقط توانست با همان دوربین کوچک عکس قله را

بگیرد. پس از صعود به قله او فرود خود را در تاریکی شب و با استفاده از چراغ پیشانی در زیر ریزش برف آغاز کرده و در این میان راه را گم می کند او ناگهان متوجه می شود که وضعیت بسیار وخیم است. بر خود می لرزد و وحشت بر وجودش مستولی می گردد. حالا تنگی نفسش هم بر آن اضافه شده است، به هر صورت به خود آمده و با کنترل بر اعصاب و اعضای بدن خود به آرامی راه فرود را در پیش می گیرد. در امتداد مسیر فرود هیچ اثر و ردیایی از صعود پاسانگ جلو دیده نمی شود. کم کم او بر این باور که پاسانک جلو که به قله نیامده و زودتر برگشته است باید در گوشه کناری یخ زده و فوت کرده باشد. در هر حال او با این مشکلات تا ارتفاع ۷۵۰۰ متر و تقریباً سه چهارم فاصله از گانگ وی را فرود می آید. در این نقطه پاسانگ جلو را می بیند که بسیار آرام و کند به سمت پایین در حرکت است. این ملاقات در ساعت ۲/۵ صبح روز ۳۱ ماه می انجام شده و آنها در ساعت ۳/۵ صبح به چادر کوچک خود که شب قبل در آن بیواک کرده بودند می رسند. آنها در مدت ۲۶ ساعت تلاش بدون وقفه تقریباً خرد شده بودند. برای به دست آوردن انرژی از دست رفته تا بعدازظهر به استراحت پرداخته و سپس به سوی کمپ شماره یک فرود می آیند و در اوایل ماه ژوئن ۲۰۰۵ به کمپ اصلی می رسند. تا این زمان او ۴۲ روز را در منطقه بالاتر از کمپ اصلی گذرانیده بود. این کوهنورد اهل یورکشایر انگلستان قبلاً دو تلاش برای صعود به قله کان چن چونکا انجام داده بود که موفق نشده بود اولی در سال ۲۰۰۰ و تلاش دوم در سال ۲۰۰۳ بود. تا آن که توانست بار سوم قله را در ۳۰ ماه می ۲۰۰۵ صعود کند و پرونده صعود ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را به اتمام برساند. وی فعالیت خود را برای صعود به ۱۴ قله بالاتر از هشت هزار متر از سال ۱۹۸۷ با صعود به قله شیشاپانگما آغاز کرد. سپس ماناسلورا در سال ۱۹۸۹ و اورست را از جبهه شمالی در سال ۱۹۹۶ صعود کرده و آنپورنا را در سال ۲۰۰۲ از طریق مسیر اسپانیایی ها - که در سال ۱۹۸۷ باز کرده بودند - صعود کرد. او تا سال ۲۰۰۵ کلیه ۱۴ قله را صعود کرد. تقریباً تمام مسیرها را بدون استفاده از کپسول اکسیژن یا با حداقل استفاده از آن صعود کرد. او پس از صعود به قله کان چن چونکا مواجه با نقد و بررسی هایی شد که صعودهای او را به زیر علامت سوال می برد. ماجرا چنین بود که الیزابت هاوولی، مفسر رخدادهای کوهنوردی معتقد بود که براساس گزارش های کوهنورد فرانسوی که در سال ۱۹۹۰ هم نورد هینکس در صعود به قله چوآویو بود چنین گزارش کرده است: آنها بر اثر دید بسیار ضعیف فقط به فلات آخرین قله رسیده اند و برجستگی کوچک قله را که نشانه قله است هیچ کلام از اعضای گروه صعود نکرده اند و تنها به تصور این که به قله رسیده اند بازگشته اند. بنابراین هینکس نمی تواند مدعی فتح قله چوآویو که یکی از ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر است، باشد. هینکس در دفاع از تلاش های خود توضیح داد که او به تنهایی یک ساعت بعد از آن که دیگران از آن فلات برگشته اند به راه خود ادامه داده و با وجود دید بسیار کم آن برجستگی که قله بوده است را پیدا کرده و سپس بازگشته است. پس از بررسی های گوناگون، هیات های بررسی به نفع آلن هینکس رای داده و او را سیزدهمین کوهنورد برجسته فاتح ۱۴ قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر معرفی کرده اند.  $\Delta$

منبع: مجله کلایمب شماره ۱۷

**مربی و پیش کسوت گرامی جناب  
آقای رضا کفاش صعود موفقیت آمیز  
قله های گوگیو، کالا پاترا، آیلند پیک  
و بازدید از کمپ اصلی اورست را  
به جناب عالی و تیم همراه تبریک  
عرض می نمایم.**

گروه کوه نوردی شرکت مخابرات استان تهران

# کوه نوردی توام با اسکی

نوشته: مارتین چستر  
ترجمه: منیژه بزرگر

برای یک اسکی باز شاید لازم باشد با فنون کوه نوردی آشنا باشد، اما برای یک کوه نورد و امدادگر کوهستان یادگیری اسکی بسیار ضروری است.



توأم انجام دهید. یک روز صبح زود برخیزید از مسیری آشنا صعود کنید و سپس برای فرود پیست اسکی و یا مسیرهای مناسب را انتخاب کنید.

اگر شما واقعاً یک کوهنورد و صعودکننده باشید، مطمئن باشید که از این کار لذت فراوانی خواهید برد. من فکر می‌کنم از سُر خوردن بر روی برف کاری لذت‌بخش‌تر وجود نداشته باشد. احتمالاً شاید شما هم مانند خیلی‌ها بهانه بیاورید که بدن شما نمی‌تواند فشار اسکی را تحمل کند و برای اسکی کردن آمادگی ندارید. این را بدانید که اسکی بازی با توپ و دویدن به دنبال توپ نیست. فقط باید تعادل خود را حفظ کنید. من شخصاً دوستان و اشخاص زیادی دیده‌ام که در تمرینات اولیه زمین خورده‌اند و مثلاً سرشان ضربه خورده است. همه اینها به علت نداشتن تکنیک صحیح بوده است ولی در نهایت توانستند اسکی کردن صحیح را یاد بگیرند. در اینجا ذکر چند نکته ضروری است: خیلی زود به شیب‌های تند نروید. سرعت زیاد در مراحل اولیه یادگیری به معنای آن است که وقت کافی برای عکس العمل مناسب ندارید و زود تعادل خود را از دست می‌دهید. در جاهایی اسکی کنید که وسیع باشد و شیب ملایم داشته باشد، طوری که بتوانید تعادل خود را از دست ندهید. در سراسر جهان قله‌های بسیاری وجود دارد که بسیار ایده‌آل برای اسکی هستند که قسمت‌های مناسبی در پیست و خارج از پیست دارند که شلوغ نبوده و افراد کمی به آن جا می‌روند.

بسیار خوب حالا شما از یاد گرفتن اسکی لذت می‌برید ولی این یادگیری شما را به ارتفاعات نمی‌رساند. شاید هم با اسکی به داخل گودالی و یا شکافی فرو رفتید. باید بدانید که چگونه از آن خارج شوید. مسلماً باید در مسیرهای شناخته شده اسکی کرد و اگر می‌خواهید بیشتر بدانید مقاله شماره آینده را هم بخوانید.  $\Delta$

مارتین چستر مربی و راهنمای کوه‌نوردی است. اطلاعات بیشتر درباره او را در این سایت اینترنتی پیدا کنید. [www.eagleskiclub.org.uk](http://www.eagleskiclub.org.uk)  
منبع: مجله کلاسیب شماره ۱۱

۱۰ سال قبل من و دوستم تیم، از آرژانتیه برای یخ‌نوردی به راه افتادیم. با وانت کهنه و قدیمی خودمان تا ناحیه فرزینه راندگی کردیم و سپس پیاده به راه افتادیم. تیم مردی قوی و پرانرژی است ولی او هم مانند من خیلی زود خسته شد. فرورفتن در برف عمیق تمام رمق ما را کشیده بود. بیش از یک ساعت راه‌پیمایی و بیمودن کمتر از یک کیلومتر نشان از تلاش بیهوده ما را داشت. در همین زمان دو نفر ایتالیایی با اسکی، خیلی سریع از کنار ما گذشتند. با اکراه و برخلاف تمایل در ابتدای راه به سمت ماشین خود برگشتیم. ما که کوه‌نوردان باتجربه‌ای بودیم از اشتباهات خود پند نگرفته و تکراری دوباره بار دیگر برای یخ‌نوردی از کورمایور با ماشین خود تا آنجا که می‌شد پیشروی کردیم ولی....

پس از این وقایع دریافتیم که باید راه دیگری انتخاب کرده یا به طور کل از صعودهای زمستانی صرف‌نظر کنیم؛ و یا آن را محدود به قدم زدن در مسیرهای کوتاه کنیم. فراموش کردن صعودهای زمستانی کار آسانی نبود پس راه دیگر که همانا آموختن اسکی بود را در پیش گرفتیم. ابتدا چیزی شبیه آهویی کوچک بر روی یک قطعه بزرگ یخ بودیم و خیلی زود و خوب فهمیدیم که در غیر این صورت شاید مورد تحقیر دیگران واقع شویم.

نخستین توصیه ما برای شما جهت شروع اسکی این است: بعضی اشخاص در یادگیری اسکی سریع هستند و برخی به دنبال راه میان‌بری برای یادگیری می‌گردند. گاه شما می‌خواهید آموزش تدریجی داشته باشید - طی چند سال - و بعضی می‌خواهند خیلی سریع دوره آموزشی را تمام کنند ولی نکته اصلی این است که تمرین و ممارست را ادامه دهید هر قدر مسافت بیشتری اسکی کنید، بهتر یاد می‌گیرید.

در ابتدای یادگیری گویی از شدت ترس به کفش‌های اسکی چسبیده‌اید و خیلی می‌ترسید از این که با چیزی برخورد کرده و دچار شکستگی اعضا یا حتی بمیرید، ولی پس از دوبار تمرین متوجه می‌شوید که چقدر این حالت را دوست دارید و می‌خواهید که تمام روز اسکی کنید. نکته جالب این است که می‌توانید اسکی و صعود را هماهنگ و

# فرنام



## FARNAM MOUNTAIN CLIMBING

### اولین تولیدکننده پوشاک پلار در ایران

## مسابقه عکس فرنام

از کسانی که با محصولات فرنام در کوه و طبیعت عکس گرفته اند و مایل به شرکت در این مسابقه هستند دعوت می نمایم عکس خود را همراه با مشخصات کامل به آدرس ذیل ارسال و در مسابقه شرکت نمایند.

به بهترین عکسهای ارسالی جوایز قابل توجهی تقدیم می گردد

توجه :

عکسها باید: رنگی و واضح باشد ( عکسای ارسالی مسترد نمی گردد )

تولیدات فرنام شامل :

انواع پوشاک پلار، پانچو، زیرانداز، کیسه خواب، روکش ها و بعضی از لوازم کوهنوردی می باشد.

آدرس : تهران خیابان ولیعصر ( عج ) پائین تر از جمهوری کوچه نظام پلاک ۲۳ طبقه دوم

[www.farnam.net](http://www.farnam.net)  
[info@farnam.net](mailto:info@farnam.net)

تلفن دفتر مرکزی : ۶۶۴۹۱۲۷۳  
همراه : ۰۹۱۲ ۱۸۹ ۲۵ ۷۴

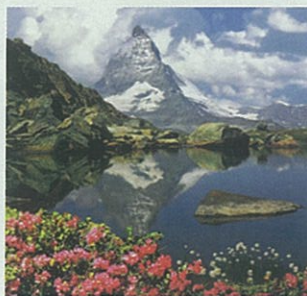
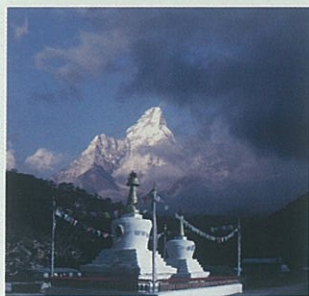
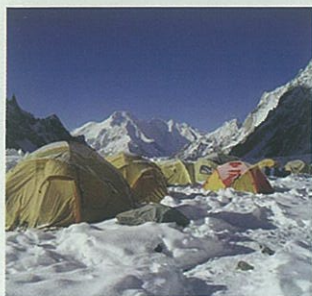


آواایمن گستر

نماینده انحصاری

Singing Rock  
Lanex  
Kong

تهران، میدان هفت تیر، خیابان مفتح شمالی، خیابان آرام، پلاک ۲۹/۱، واحد ۱۳  
تلفن: ۸۸۳۴۷۹۲۷-۸۸۳۴۷۹۲۸-۸۸۲۲۱۹۸  
E-mail: avaimen@dpimail.net  
فاکس: ۸۸۳۱۵۹۹



آژانس مسافرتی و طبیعت گردی

## دروازه آریان

پنجره ای به سوی شگفتی های طبیعت  
ایران و جهان



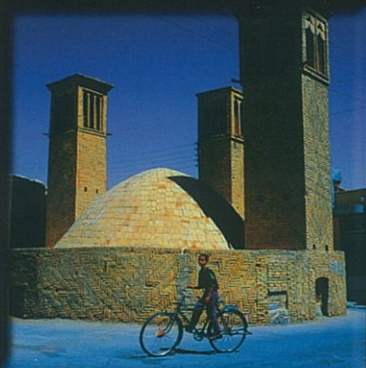
با دروازه آریان می شه سفر خوبی داشته باشی  
که از خاطر اتش لذت ببری، مثلاً:  
**پهمن ماه، کلبانبارو؛** آخرای اسفند، بیس کمپ اورست؛  
و **سبز تاستون** ماترهورن (سوس)، **مونبلان** (فرانسه)  
یا **بیس کمپ K2 زمستون هم میتونی ببری تر کیه اسکی؛**  
اگرم خواستی همین ایران خودمون، می تونی ببری؛  
طبیعت گردی، چنل پیمایی، اسکی،  
قایق سواری توی رودخانه خروشان، یا  
دوچرخه سواری و کویرپیمایی.  
راغب باشی، میتونی بیای؛ بلوار کشاورز، خیابان کلبانیان، پلاک ۱۱، طبقه ۶  
یا زنگ بزَن به: ۹-۱۰۵ ۱۱۹۷۷

بلوار کشاورز، خیابان کلبانیان، پلاک ۱۱، طبقه ۶

شرکت و فروشگاه **رامند** ۳۰ دی ماه افتتاح می شود

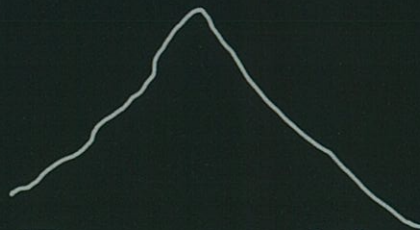
با همکاری و مشارکت شرکت **Best Components Inc.** کانادا

بزودی بهترینهای دنیا را برایتان به ارمان می آوریم



Design & Photo by: Hamid Yaghoobi

Julbo  
MAMMUT  
**Hi-Gear**



w w w . RamandCo . c o m

تهران، خ ولیعصر (بین جامی و جمهوری)، جنب بانک تجارت، ساختمان علوم، طبقه A ۶، واحد ۳۳

6 6 4 0 3 2 2 4



**Julbo®**



**MAMMUT**



**NVB** نماینده **Julbo** و **MAMMUT** در ایران

دفتر فروش: خیابان ولیعصر (بین جامی و جمهوری)،  
جنب بانک تجارت، ساختمان علوم، طبقه ۶A، واحد ۳۳،

تلفن: ۶۶۴۰۳۲۲۴

فروشگاه رامند



شرکت نسیم وصال بهاران  
دفتر و نمایشگاه مرکزی: خیابان شریعتی، بالاتر از مطهری  
مین بست نوبخت، پلاک ۸۰۰ (ساختمان مهر)، طبقه ۸، واحد ۲۰

تلفن: ۸۸۴۴۵۵۸۹ (۳ خط)

فکس: ۸۸۴۴۵۵۸۹

# CITY SPORT

## فروشگاه تخصصی لوازم ورزشی

خرید لوازم ، آموزش و تورهای  
گروه ما را تجربه کنید

افتتاح شد

اسکی کوهستان

اسنوبورد

سنگ نوردی

کوهنوردی

تنیس

اسکیت

کمپینگ

موتور ATV

پاراگلایدر

غواصی

پاورکایت

دوچرخه کوهستان



# شهر ورزش

خیابان استاد مطهری نبش میرزای شیرازی پلاک ۲۷۶ فروشگاه بزرگ شهر ورزش

تلفن : ۲۱-۸۸۹۹۱۹۲۰

نما بر : ۸۸۹۹۱۹۲۲

# همالیا

HIMALAYA

واردات و عرضه لوازم تخصصی کوهنوردی و کوهپیمائی  
پوشاک، کفش و کلیه لوازم جانبی با شرایط ویژه

THE NORTH FACE

جهت رفاه کوهنوردان نقد و اقساط (بدون درصد)

کلیه اقلام دارای ۳ ماه گارانتی و ۱ ماه قابل تعویض می باشد.



تهران: خیابان ولیعصر، تقاطع چهارراه امام خمینی مجتمع تجاری المپیک، طبقه همکف، شماره ۲۴۰  
دربند: تله سی یژ - پنجشنبه و جمعه و روزهای تعطیل تلفکس: ۶۶۴۹۱۹۱۰ همراه: ۰۹۱۲۶۷۲۹۲۲۱

سفارشات در اسرع وقت تأمین می شود  
به تعدادی از خریداران محترم  
به قید قرعه جوایز ارزنده ای  
در پایان سال اعطا می شود



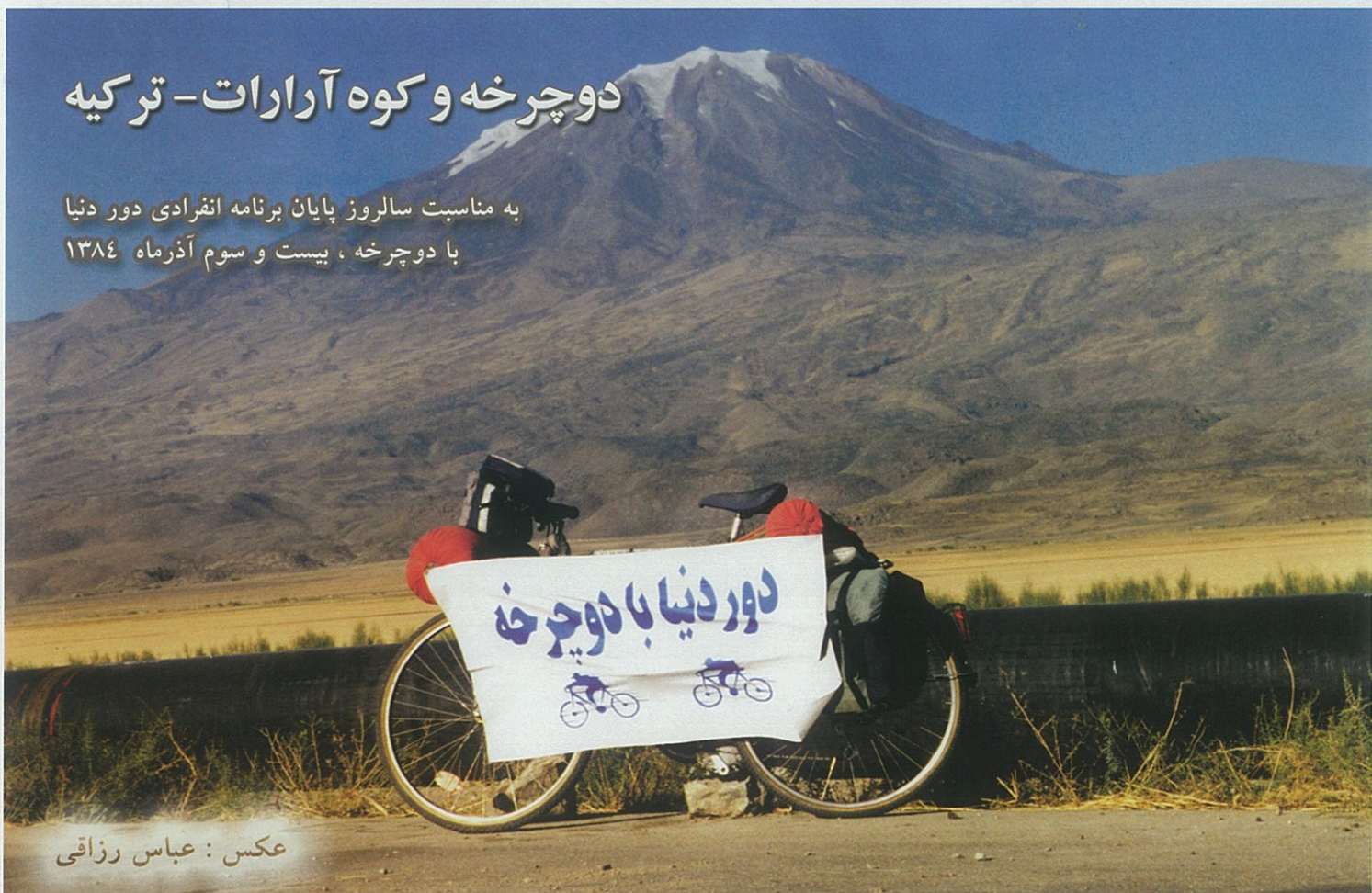
SALOMON

فروش فوق العاده اول فصل

فروشگاه همالیا به مناسبت اولین سال افتتاح  
کلیه اجناس خود را با شرایط ویژه ارائه می نماید

## دوچرخه و کوه آزارات - ترکیه

به مناسبت سالروز پایان برنامه انفرادی دور دنیا  
با دوچرخه، بیست و سوم آذرماه ۱۳۸۴



عکس: عباس رزاقی



100% fat-free



**METEOR III**  
**ULTRA-LIGHT 235 g**

فقط 235 گرم با 100% کارایی. کلاه METEOR III بسیار سبک با تهویه عالی که فراموش می کنید آن را به سر دارید، با پوشش داخلی فوم دار، سیستم تنظیم دقیق، گیره های نصب چراغ پیشانی و پایه تعبیه شده در طرفین کلاه برای نصب ویزور، جای شگ نیست که کلاه METEOR III برای راحتی و کارایی بهتر طراحی شده است.

**PETZL®**

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

# کوه عریان (نانگاپاریات)

## بی جواب

قسمت یازدهم

رینهولد مسنر

ترجمه: جمشید هدایت نسب

سلسله گزارش کوه عریان، داستان صعود رینهولد مسنر به قله نانگاپاریات است که در جریان آن برادر وی «گوتتر مسنر» جان خود را از دست داد.

بیاید، تنها می‌بایست جلو می‌رفتیم، آن قدر خسته بودیم که به چیز دیگری نمی‌توانستیم فکر کنیم. گوتتر کلنگش را در دست داشت چرا که برف زیر پا محکم بود و کرامپون او کمی شل شده بود. کمی مردد بود که کدام طرف برود و بعد دنبال من مسیر را ادامه داد. جلو راه را از میان برج‌های یخی باز می‌کردم، امکان هیچ گونه سقوط در شکاف وجود نداشت، بخش‌های بسیار ساده مسیر بود که حتی مومری هم از طناب برای صعود آن استفاده نکرده بود. مشکلات جدأ به آخر رسیده بودند.

دیگه مثل اتوبان شده بود، از روی یخچال‌های مرده که گل و لای روی آن را پوشانده بود به راست کشیدم جلوتر به تخته سنگ‌هایی رسیدم که کمی روی آن تلوتلو می‌خوردم، کماکان شکاف‌ها و برج‌های یخی به چشم می‌خوردند و مسیر من به سمت راست بهتر و مطمئن‌تر به نظر می‌آمد، لذا به سمت راست کشیدم که قبلاً قرار گذاشته بودیم. هنوز سر و کله گوتتر پیدا نشده بود ولی دلیلی برای نگرانی وجود نداشت، زیاد فکرم را متوجه او نکردم چون می‌دانستم ته‌ای بین ما وجود دارد که مانع دیدن او می‌شود، او حالا حتماً به کفی پایین رسیده است و یا نزدیک آن است و به زودی سر و کلاهش پیدا می‌شود. آفتاب بالا آمده بود و هوا حسابی گرم شده بود، تشعشع آفتاب روی یال ماتسنو دیده می‌شد. در همین لحظه اولین بهمن روی جبهه

سرازیر شد. گوتتر کجا بود؟ از روی یخچالی که بودم جوی آب روان بود، نشستیم و تا می‌توانستیم بی‌وقفه نوشیدیم.

درب و داغان بودم، همان جا کمی استراحت کردم و باز آب نوشیدم. چهارمین روزی بود که بدون هیچ‌گونه جان‌پناهی و بدون آب در این کوه در حرکت بودیم. امیدوار بودم که گوتتر هم یک جایی نشسته و مشغول نوشیدن آب است. گهگاهی نگاهی به بالای سر می‌انداختم ولی هنوز خبری از گوتتر نبود. نوشیدن آب یخچال حسابی سنگین کرده بود و پیش خودم فکر کردم شاید گوتتر مسیر دیگر را از لابه‌لای برج‌های یخی انتخاب کرده است و حتماً جایی مشغول نوشیدن آب است. نه جایی برای نگرانی نبود. حداقل هنوز نه. پس از یک استراحت نسبتاً طولانی به فرود خود ادامه دادم، تابش آفتاب، سنگینی ناشی از نوشیدن آب و

در انتهای دهلیزی بودیم که بدون دشواری در آن حرکت می‌کردیم و در واقع بخش فوقانی تیغه سنگی مومری محسوب می‌شد. بخش مشکل و تکنیکی را پشت سر گذاشته بودیم. تمام هم و غم خود را در رسیدن به یخچال پایین مسیر پیش از تابش شدید آفتاب گذاشته بودم، لذا به سرعت خود افزودم. گوتتر هم با کمی فاصله پشت سر من حرکت می‌کرد. می‌دانستم که جای نگرانی نیست و لازم نیست که مدام برگردم و نگاه کنم یا این که منتظرش بمانم. از شیب یخچال فرود می‌آمدیم، همه شکاف‌ها را به وضوح می‌شد تشخیص داد و کرامپون‌ها به خوبی درون یخ فرو می‌نشست. گوتتر سرحال‌تر از روز قبل بود و ظاهراً موفق شده بودیم.

«بعدها این طور شنیدم که خیلی‌ها بر این باور بودند که فرود از جبهه دیامیر را از قبل طراحی کرده بودیم در غیر این صورت قادر به یافتن مسیر فرود نمی‌شدیم. من قبلاً تصویری نداشتیم که مشکلات متعدد این مسیر می‌تواند بعضاً به سادگی حل شود و واقعاً هم طرح قبلی در کار نبود.»

شیب برفی مابین جبهه دیامیر و جبهه ماتسنو را پایین می‌رفتیم و مقصدمان دره پایین بود. تقریباً هر کس از جایی که برایش راحت‌تر بود پایین می‌آمد. من در یک جا به چپ می‌رفتم که از یک شیب تند اجتناب کنم و او از راست همان مسیر عبور کرد، با این وجود

کمی به انتظارش ماندم و نمی‌دانستم که صدای مرا می‌شنود یا نه، داد زدم که عجله کن تا آفتاب نرزد و خطر بهمن کم است باید خودمان را به پایین مسیر برسانیم. از من پرسید:

- آیا پایین مسیر وسط برج‌های یخی به راست می‌کشیم؟

ظاهراً یخ‌های اون قسمت همه فرو ریخته‌اند.

- آره، به نظر می‌رسد که سریع‌ترین راه رسیدن به پایین کوه است. بعداً جلوتر وقتی به چمنزار رسیدیم دم اولین چشمه منتظر هم می‌مانیم.

سرعت حرکت بیشتر شده بود متقاعد شده بودم که گوتتر همه چیز را به خوبی درک کرده است، هیچ مانع جدی دیگری وجود نداشت و من می‌خواستم که حتماً پیش از تاریکی هوا پایین کوه باشیم. اتفاق دیگری نمی‌توانست پیش

**درب و داغان بودم، همان جا کمی استراحت کردم و باز آب نوشیدم. چهارمین روزی بود که بدون هیچ‌گونه جان‌پناهی و بدون آب در این کوه در حرکت بودیم. امیدوار بودم که گوتتر هم یک جایی نشسته و مشغول نوشیدن آب است. گهگاهی نگاهی به بالای سر می‌انداختم ولی هنوز خبری از گوتتر نبود**

در آنجا در انتظار من است. باید یک جایی همین دور و بر باشد، به خودم جرات دادم و راه خود را ادامه دادم. کمی جلوتر به محل مسطح بزرگی رسیدم که چند تا تخته سنگ بزرگ وسط آن بود، جای بسیار عالی برای محل کمپ بود، چند تا قوطی کنسرو پیدا کردم که نشان از استفاده تیم‌های جبهه دیامیر از این محل به عنوان کمپ اصلی بود. صدای آب را شنیدم و به دنبال آن چشمه را پیدا کردم ولی از برادرم خبری نبود. کمی دیگر آب نوشیدم و نگاهی به اطراف انداختم و به ناگاه احساس ناراحتی کردم.

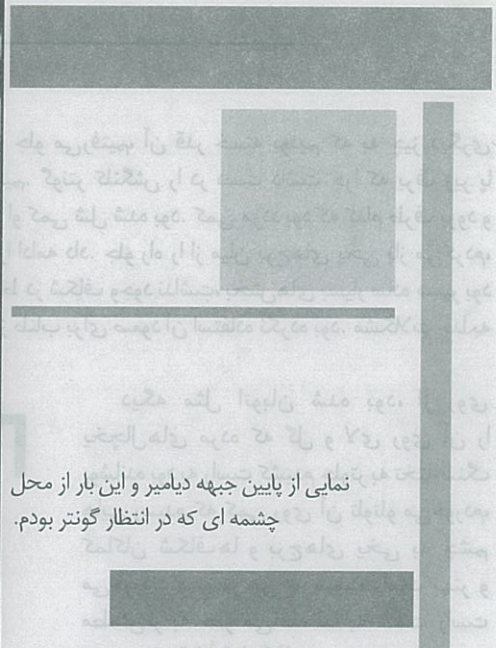
گوئتر کجا بود؟

- داد می‌زدم، گوئتر!

- هیچ جوابی نبود.

به آرامی بر روی یکی از تخته‌سنگ‌های وسط چمنزار رفتم و پوتین‌های سنگین خود را درآوردم. هوا خیلی داغ بود، با پای برهنه برگشتم لب چشمه و

خستگی باعث شده بود که مثل یک آدم پیر و مسن گام بردارم، غالباً می‌ایستادم و به طرف بالا نگاه می‌کردم. کماکان هیچ گونه نشانی از او نبود. حتماً یک جا نشسته و آب می‌نوشد، این را بارها به خودم گفتم، شاید که اصلاً مسیر او به سمت چمنزار پایین کوتاه‌تر است و این منم که باید عجله کنم و خودم را به او برسانم. تلو تلو می‌خوردم و برخورد پوتین‌هایم با سنگ‌های روی یخچال آنها را سر می‌داد و بعد تالاب صدای برخورد آنها را با برف آب شده پایین می‌شنیدم. به یک نهر یخچالی کوچک دیگر رسیدم. کلنگم را زدم روی برف و مجدداً خواستم آب بیشتری بنوشم. روی صخره‌ای نشستم، کوفته و مثل لش افتاده بودم. احساس کردم که صدایی می‌شنوم گویا نام مرا صدا می‌زدند و دیگر بار جمله کاملی را بیان می‌کنند. این همه صدا از کجا می‌آمد، حتی صدای مادرم را هم لابه‌لای آنها می‌شنیدم که همه با هم نجوا می‌کردند و از لابه‌لای خروش جویبار اسم خودم را می‌شنیدم: رینهولدا!



نمایی از پایین جبهه دیامیر و این بار از محل چشمه ای که در انتظار گوئتر بودم.

پاهایم را گذاشتم داخل آب. پیش خودم می‌گفتم هر آن ممکن است گوئتر سر برسد. ما نجات پیدا کرده بودیم. همین طور که پاهایم توی آب بود یک ساعتی سپری شد و من تمام مدت نگاهم به یخچال بود اما گوئتر نبود، چه باید کرد؟ داد می‌زدم و مدام مسیر را نگاه می‌کردم ولی نشانی از او نبود.

مجدداً کفش‌ها را به پا کردم و وسایلم را کنار تخته‌سنگ گذاشتم و آنجا را به عنوان نشانه‌ای در ذهن خود سپردم و دوباره به سوی جبهه به دنبال گوئتر حرکت کردم. اما اثری از گوئتر نبود، هنوز نه. یک مرتبه وحشتی غریب مرا گرفت و تصمیم گرفتم به محل کمپ برگردم، کلنگم را بردارم و از همان مسیر که پایین آمده بودم دوباره بالا بروم.

«اگر کسی چند ساعت قبل به من دستور می‌داد که مسیر را به طرف بالا برگردم قادر به انجام آن نبودم ولی حالا کمی از خستگی ام کاسته شده بود و در عین حال باید برادرم را پیدا می‌کردم، یک مرتبه که نمی‌توانست غیبش زده باشد. این فکر مدام مثل چکش تو سرم می‌خورد.»

برف مسیر نرم شده بود و سختی سحرگاه را نداشت، نور آفتاب روی یخچال منعکس می‌شد و حرارت را دوجندان می‌کرد، غالباً تا زانو در برف بودم و برف آب شده توی پوتین‌هایم راه پیدا کرده بود، اما اینها مهم نبودند. فکر گوئتر باعث شده بود که به حرکت خود ادامه دهم. متوجه کفی پایین جبهه شدم که روی

به اطرافم نگاه می‌کردم و کنجکاو بودم از بابت این حضور غریب، ولی باز آن کوه‌نورد تنها در آنجا بود اما از گوئتر خبری نبود، او حتماً راه دیگر را انتخاب کرده است. به سختی کلنگم را در دست گرفتم و بلند شدم، صداها مدت کوتاهی قطع شدند تا زمانی که به لبه یخچال مرده رسیدم، اصلاً صدای جمعیتی بود که منتظر من بودند - هیچ شکی نداشتیم. کمی آن طرف‌تر در سمت چپ اسبی را دیدم، بله یک اسب بود. نزدیکتر می‌شدند، باید مرا دیده باشند. پیش خودم این طور فکر می‌کردم. اسب توقف کرد و همین طور سایرین از حرکت باز ایستادند. نمی‌توانست یک تیم نجات باشد؟ برای این کار خیلی زود بود.

اول فکر کردم شاید تیم دیگری در منطقه است. آن طرف یخچال چند تا دام دیدم که احتمالاً به همراه چوپانان محلی بودند. به پایان یخچال که نزدیک شدم دریافتم که چیزی که مثل یک اسب دیده بودم شکافی بیش نبوده است و گله دام‌ها و چوپانان نیز تخته سنگ‌های داخل چمنزار و آدم‌ها هم دار و درخت. آخرین شیب را با سختی بسیار پشت سر نهادم و از هر چه که به دستم می‌آمد برای بالا کشیدن خودم استفاده می‌کردم، غالباً توقف می‌کردم و استراحتی کوتاه داشتم. نمی‌خواستم تسلیم شوم هرچند که رمقی برایم باقی نمانده بود. پاهایم دیگر دستورات را اجرا نمی‌کردند و این عمل خارج از توان من بود. تنها چیزی که مرا به ادامه حرکت وامی‌داشت پیدا کردن چشمه‌ای بود که گوئتر احتمالاً



نانگا پاربات از غرب، دره دیامیر در سایه قرار دارد.

- «اینجا رو پایین می‌ریم و بعد وسط برج‌ها به راست می‌کشیم.» این آخرین چیزی بود که گونتر گفت، چندین بار آن را تکرار کردم و زنگ آن در گوشم به دفعات تکرار شد. داخل یخچال مرده عقب می‌رفتم و دور خودم می‌چرخیدم. آیا دیوانه شده بودم؟!

همین طور که می‌رفتم چهره مادرمان در خانه جلوی چشمم آمد، برادرهایم و بعد دوباره مادرم را درون آشپزخانه می‌دیدم، به من نگاه می‌کرد. گونتر؟! ناپدید شده است؟ نمی‌تواند واقعیت داشته باشد.

خیلی دیر شده بود، به خودم می‌گفتم دیگه جایی نیست که دنبالش نگشته باشم، احتمالاً زیر بهمن دفن شده است.

«فکر نمی‌کنم دیگه کاری از دست من بریاید. صعوده‌های مشترک بسیاری را دو نفری با هم به انجام رسانده بودیم حتی از مسیرهای طولانی و دشوار و همیشه با هم برگشته بودیم. هنوز هم نمی‌توانستم باور کنم که او ناپدید شده و من باید بدون او به خانه بازگردم.»

گونتر! دوباره داد زدم.

زمستان قبل خواب دیده بودم که به تنهایی از نانگا پاربات برمی‌گردم و به کمپ اصلی که می‌رسم هیچ کس آنجا نیست. اون موقع هیچ تصویری از رؤیای خود نداشتم ولی حالا بعد از سال‌ها از خودم می‌پرسم که آیا تمام آن تصورات که خوابش را دیده بودم مرا راهی اینجا کرد یا این که رمز دیگری در کار بود.

گونتر!

با هر نعره‌ای که می‌کشیدم سکوت عمیق‌تر می‌شد و بیشتر از یخچال اطراف خود احساس خطر می‌کردم.

گونتر!

می‌بایست به حرکت ادامه می‌دادم اما شکافی سر راه بود لذا تصمیم گرفتم تا محل بهمن به عقب برگردم. مجدداً صدای شکستن یخ و حرکت سنگ و ریختن آنها به داخل شکاف به گوش می‌رسد. روی کپه‌ای از یخ متوقف شدم و باز فریاد زدم گونتر!

درست مثل حیوانی که گم شده است و زوزه می‌کشد گریه می‌کردم. تمام آن شب در خواب و بیداری در حالی که به شدت سردم بود مدام داد می‌زدم و نام او را می‌بردم. توانی برابم باقی نمانده بود، تنها شده بودم و ناامید. سحرگاه به طرف پایین به راه افتادم و نمی‌دانستم چه باید بکنم؛ بی‌خوابی، سرما و نگرانی

یخچال آن را سنگریزه‌ها پوشانده بود. این همان جایی بود که برای آخرین بار گونتر را دیدم. اما حالا هیچ ردیایی دیده نمی‌شد حتی از ردیاهای امروز صبح هر دوی ما هیچ اثری نبود. احساس پوچی و تهی بودن درونم را گرفته بود و ناامید شده بودم.

نگاهی به برف اطراف انداختم شاید که حفره‌ای باشد اما هیچ شکافی در یخچال اطراف ندیدم. داد می‌زدم و هیچ جوابی نمی‌گرفتم. اصلاً نمی‌توانستم فکر کنم که چه اتفاقی ممکن است برایش افتاده باشد. ناامیدانه به جست و جو ادامه دادم، دنبال برادرم بودم، دنبال راه فرود احتمالی دیگری. دنبال جوابی برای تمامی اینها و ناامید از تمامی آنها. آفتاب پایین می‌رفت که فرود از مسیر دیگر را آغاز کردم تا به پای جبهه دیامیر برگردم، اگر قبلاً دنبال من آمده بود حتماً پایین می‌دیدمش و در غیر این صورت این تنها راه ممکن دیگر است که شاید از آن پایین رفته باشد.

بهمن

کمی آن طرف‌تر یک مرتبه با بقایای بهمنی فروریخته مواجه شدم که قطعات بزرگ یخ و توده انبوه برف همه جا را فرا گرفته بود، قطعات یخی که تعدادی از آنها به بزرگی یک کمد بود که احتمالاً از برج‌های یخی بالا سرازیر شده بودند. در وهله اول از وجود این همه یخ حیران بودم و بعد به ناگاه ترس سراپای وجودم را فرا گرفت نمی‌توانستم باور کنم که گونتر زیر این همه برف و یخ دفن شده است و اینکه حالا او مرده است. نه، این نمی‌توانست حقیقت داشته باشد! اینکه گونتر درست همان موقعی از اینجا عبور کرده است که این برج‌ها فروریخته‌اند، این همه بدشمنی، نه این نمی‌تواند واقعیت داشته باشد. هوا رو به تاریکی می‌رفت، می‌بایست دره را پایین می‌رفتم و به دنبالش می‌گشتم تا پیدایش کنم. صدای زوزه باد و ریختن قطعات یخ احساسی را در ذهن من به وجود آورده بود که آنها را به شکل صدای پای گونتر می‌شنیدم و مدام فکر می‌کردم باید جایی همین نزدیک‌ها باشد، صدا را تعقیب می‌کردم. تمام هستی به ناگاه از حرکت ایستاد و سکون و سکوت عمیقی حکمفرما شد. سنگ‌های روی یخچال از حرکت باز ایستاده بودند، همه چیز مرده بود. در پایان یخچال دیوار سیاهی را می‌بینم که سمت راست و چپ آن آویزه‌های یخی بود و همراه سوم من هم آنجا ایستاده بود.

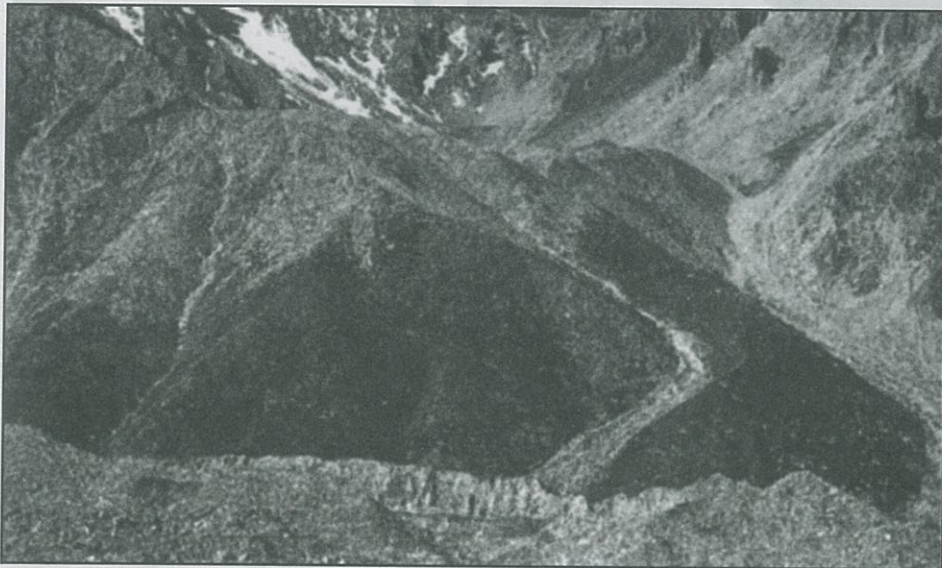
مرا در وادی بی‌خبری رها کرده بودند، درونم خالی بود و گویی داروی بیهوشی به من تزریق شده بود، گویی همه چیز به دست فراموشی سپرده شده بود، سر و مغزم را انگار که با پارچه‌ای محکم پیچیده بودند طوری که حتی نمی‌توانستم گریه کنم. دیگر مطمئن نبودم که من خودم هستم. فکر می‌کردم که آن نفر سوم خودش را جای من جازده و در هستی دیگری متفاوت از آنچه که من در آن حضور داشتم به نظاره‌ام نشسته است. ذرات سنگ و یخ بهمن کماکان سرجایشان بودند، آفتاب روی یال می‌درخشید و مه صبحگاهی دره را به سمت بالا ترک می‌کرد، هوا خوب بود و من نمی‌دانستم با مردم این دیار چقدر فاصله دارم. غیرارادی باز هم داد زدم؛  
گوئتر!

کوه‌نورد دیگری باز هم آنجا حضور داشت، ساکت و کلنگ بر دست راه دره را در پیش گرفت که آفتاب آن را روشن کرده بود. آفتابی که برای من نمی‌درخشید.

اطرافم نگاه کردم شاید کسی آمده باشد مثلاً گوئتر. و یا افرادی از کمپ اصلی تیم. تا عصر تنها بودم و کسی نیامد.

از طرف دیگه در کمپ اصلی حرف بر سر ارسال یک تیم کمکی بود و هرلیگ کوفر سناریوهای مختلفی را در سر داشت ولی قادر نبود خود را در پاسخ به این سؤال قانع کند که چطور ممکن است کسی بدون هیچ گونه وسیله و حمایتی از جبهه دیامیر فرود آید؟ آیا واقعاً غیرممکن بود؟ فلیکس کون: «مسئله غیبت برادران مسنر همه را سردرگم کرده بود، نمی‌دانستیم که ماجراجویی آنها تا کجا پیش رفته است، آنها حتی ابتدایی‌ترین وسایل لازم برای صعودهای آلپی را هم به همراه نداشتند. اما یک نکته برای ما مسجل شده بود و آن اینکه توافق با تیم را کنار گذاشته بودند و راه خودشان را رفته بودند.»

در همان زمان من تنها خود را برای بیتوته شبانه دیگری آماده کردم و زیر کلاهک یک تخته سنگ خزیدم و دیگر نه سرما، نه گرسنگی و نه انگشتان



۱۰ کیلومتر یخچال مرده ای که از پای جبهه دیامیر تا چمنزار پایین دره کشیده شده است. در پشت صحنه می‌توان روی گرده روپال سوار شد.

همین طور که فرد سوم را نظاره می‌کردم، دیدم که کلنگ به دست از میان برج‌های مسیر راه خود را باز می‌کند بدون اینکه فکر کند، چشمانش را جمع کرده بود و پوست دست و لب‌هایش ورم کرده بودند. از نور آفتاب روی جبهه دیامیر استفاده کردم و به طرف پایین راه افتادم. اصلاً نمی‌دانستم کجا می‌روم، بی‌هدف، پوچ و توخالی، فراموشی مطلق، انگار نه انگار که در نانگاپاریات بوده‌ام و یا گوئتری وجود داشته است. اصلاً هیچ وقت آدمی اینجا نبوده است حتی خود من. حاضر بودم بمیرم، هیچ نشانی از حرکت یا دلیل دیگری برای زنده ماندن وجود نداشت. پاهایم آن قدر ضعیف شده بود که یارای حمل مرا نداشت، گلویم خشک بود و صدایم در نمی‌آمد، هنوز برای سوآلی که تمام شب از خود می‌کردم از این که چه بر سر گوئتر آمده جوابی نداشتم.

در اینکه روند تدریجی مرگ من آغاز شده بود شکی نبوده، قادر به شنیدن چیزی نبودم حتی صدای نفس خودم را، با این وجود حضور فرد سوم را حس می‌کردم. به محل کمپ رسید پیراهنش را و بعد پوتین‌هایش را درآورد، جوراب‌هایش خیس بود و انگشتان پایش تاول زده و کبود شده بودند. شلوارش را بالا زده بود و مشغول ماساژ پاهایش بود.

لباس‌هایم را درآوردم و جلوی آفتاب انداختم روی تخته سنگ تا خشک شود، بوی نم و خاک و یخ و مرگ می‌داد. با پای لخت تا دم چشمه رفتم و گذاشتمشون توی آب سرد، دردش چندان کشنده نبود و می‌شد تحمل کرد، آنچه که مرا آزار می‌داد؛ نبود گوئتر بود و گر نه می‌دانستم که انگشتهایم برای ابد کبود باقی نمی‌ماند. چند ساعتی خوابیدم و وقتی بیدار شدم آفتاب بالای سرم بود، به

سرمازده، هیچ کدام مرا آزار نمی‌داد.

«هیچ دلیل قانع‌کننده‌ای برای ادامه دادن نمی‌دیدم، تنها چیزی که مرا به انجام آن وادار می‌کرد پاسخ به همه آنهایی بود که در خانه به انتظار نشسته بودند، به خصوص مادرم، اما حقیقتش اصلاً دل آن را نداشتیم که تنها راهی خانه شوم.»  
آن شب مثل سایر بیتوته‌های شبانه بسیار کم خوابیدم، نشانی از هوشیاری دیده نمی‌شد و بیشتر به مرده‌ای شباهت داشتم.

«هنوز هم نمی‌توانستم بپذیرم که فقط من آنجا حضور دارم و گوئتر مرده است، چهل روز را در این کوه با هم به سر آورده بودیم و چه لذتی با هم از این برنامه بردیم که هیچ‌گاه مثل آن را تجربه نکرده بودیم. شاید فقط زندگی روزمره ما و عادات‌ها بود که مانع گشته بود گوئتر را به چشم یک رفیق کوه ببینم. چشم که باز کردم برگ‌های مرطوب چمنزار را پیش از هر چیز دیگری دیدم، هوا سردتر بود و من هنوز زنده بودم.

وضعیت هوا کماکان ثابت و آرام بود و روشنایی کوهستان را دربر گرفته بود، نفس عمیقی کشیدم و پیش خودم گفتم این روز تازه شروع تازه‌ای را خواهد داشت. با این وجود غمگین‌تر از روز قبل بودم خود را از فضانوردی که در ماه است، تنها تر حس می‌کردم. هیچ‌گاه در زندگی‌ام تا این حد با سایر انسان‌ها فاصله نداشتم.»

باز هم بر طبق عادت صدایش زدم:

گوئتر!

آفتاب به پای جبهه رسید که تصمیم گرفتم کاری بکنم، دیگر این من نبودم

که تصمیم می‌گرفتم و فکر می‌کنم من و فرد سوم یکی شده بودیم. یکی از ما لباس‌ها را برداشت و آنها را به کاپشن ضدباد گره زد، کلنگ را از وسط آن رد کرد و سمت دیگرش را به شانه‌اش بست. نگاه آخری را به اطراف انداخت، شاید در انتظار هلیکوپتری بود؟

و این تنها چیزی بود که من به آن فکر می‌کردم؛ یک گروه نجات. داشتم نگاه می‌کردم که یکی از ماها برگشت و نایلون قرمز رنگی را برداشت و زیر سنگ سنگینی قرار داد که زیر نور آفتاب مثل یک پرچم دره‌تاز بود. «نشانی از من بود، تنها چیزی که برای گروه نجات می‌توانستم در آنجا بگذارم، قلم و کاغذی نداشتم که یادداشتی را بنویسم.»

### بازگشت از طریق دره دیامیر

مجدداً کوله‌بار لباس‌ها را بر دوش گرفتم، با آخرین نگاه بر روی پرچم در باد این آخرین نشان حیات من، آنجا را ترک کردم. یخچال مرده حدود ۱۰ کیلومتر تا پایین دره امتداد داشت که سمت راست آن را نواری از چمنزار با جویبارهای کوچک پوشانده بود و بر فراز آن گرده‌های سنگی با شیب زیاد سربلند کرده بودند. در میان مورن‌های یخچالی نقشی را می‌شد دید که چهار دست و پا خود را می‌کشد و به اطرافش نگاه می‌کند گویی که در انتظار کسی است، به سکوت اطرافش گوش فرا می‌دهد و باز نام برادرش را فریاد می‌زند اما کس دیگری جز او در آنجا نبود.

«پاهایم می‌سوخت، گلو خشک و زانوهایم ناتوان از تحمل وزنم، مثل یک حیوان زخمی روی سطح زمین می‌خزیدم و بی‌هدف به طرف پایین دره راه را ادامه می‌دادم. تنها برای حفظ بقا، امیدی نداشتم که به این زودی‌ها کسی را ببینم. به خودم گفتم «فقط برو جلو». بالاخره می‌آیند، مدام با خودم حرف می‌زدم انگار بد نبود و کمک می‌کرد، نشستن، غلتیدن در کام مرگ بود و بسیار خطرناک. هیچ کس از سرنوشت ما خبردار نمی‌شد، من می‌بایست به حرکت ادامه می‌دادم.»

از تخته سنگی که به اندازه یک صندلی وسط جویبار قرار داشت استفاده کردم و مجدداً پاهایم را داخل آب قرار دادم تا گوشت سوزان آن کمی آرام بگیرد. می‌دانستم که کار اشتباهی است ولی چاره‌ای نداشتم، درد بدی بود و تنها از این طریق

می‌توانستم آن را التیام دهم. گرسنه بودم و در عین حال تشنگی، مدام در طی مسیر داد می‌زدم؛ «آهای، سلام! تا متوجه من باشند و به دنبال من، طرف پای کوه نروند. باید به خانه بروم، حتماً! چون نه برادر دیگرم از مرگ گونتر مطلع است و هم نباید برای مادرم تا ابد انتظار و علامت سؤالی باقی بماند.»

جلوتر، از دهکده‌ای متروکه عبور کردم که کسی در آن نبود و فقط چند کلبه کوچک، لب پرتگاهی واقع شده بودند. دیگه صبر نکردم که ببینم چند سال است به این روز افتاده‌اند، به راه خود ادامه دادم. فقط احتمال دادم که ریزش سنگ عامل ترک کلبه‌ها بوده است چون سقف کلبه‌ها، همه درب و داغان بود و فرو ریخته بود و حفره‌های عمیقی در سطح زمین دیده می‌شد.

وسوسه تسلیم شدن و نشستن روی زمین کم نبود، بله مردن بعضی وقت‌ها آسان‌تر است. ولی من تصمیم را گرفته بودم. به طرف خانه!

بعد از نیم ساعت استراحت با بی‌صبری آشنای خود را دیدم که مورن‌های یخچالی را پایین می‌رود، دلا می‌شد و با درد فراوان بیشتر مسیر را می‌خزید و از میان صف بی‌انتهای صخره‌ها می‌گذشت، دقایق و ساعت‌ها می‌گذشتند اما او از حرکت نمی‌ایستاد، به تخته سنگ بزرگی می‌رسید، تکیه می‌داد، چرتی می‌زد و دوباره بلند می‌شد و شاید صدها و صدها بار این کار را تکرار می‌کرد و باز روی

پاهایش می‌ایستاد. آن فرد من بودم.

اما انسان‌ها کجا بودند؟ بایستی در اسرع وقت آنها را ببینم، نمی‌دانستم دهکده کدام طرف یخچال می‌تواند واقع شده باشد و نمی‌خواستم که از کنار آنها بی‌اطلاع عبور کنم. حتماً تا الان یک گروه نجات به راه افتاده است؟ می‌دانستم که بدون غذا و پناهگاه به آخر خط رسیده بودم و کارم تمام بود. اما مرگ واژه ناآشنایی نبود و آن را به خوبی می‌شناختم، حداقل چند روز بود که با من بود و دیگر ترسی از آن نداشتم. تسلیمش نشدم و راهم را ادامه دادم.

از بابت مسیر شک داشتم، در واقع تردید و دودلی در همه موارد وجود داشت، شک از خودم، شک از این که کسی برای کمک به سراغم خواهد آمد یا نه، البته این دلیلی نبود که از ادامه راه بمانم فقط می‌خواستم تا حدی اطمینان داشته باشم چون فرضاً صدایی را از آن طرف یخچال می‌شنیدم و مایل بودم نگاهی داشته باشم شاید واقعاً کسی آنجا باشد. یکی از پوتین‌هایم وضعش خراب بود، درش آوردم، از پاهایم خون می‌آمد برای حفظ تعادل به هر چیزی در جنگل اطرافم چنگ می‌زدم. خسته بودم و بسیار خسته ولی هنوز برای مردن حاضر نشده بودم، هرچند که پیشروی من دیگه تقریباً سانتی‌متری شده بود. پیش خودم فکر کردم: «چه خوب بود اگر که فقط می‌توانستم به یکی اطلاع دهم که چه بر ما گذشته» شاید برایم کافی بود. کمی به خواب فرو رفتم و وقتی چشم باز کردم بعدازظهر بود، احتمالاً یکی دوساعتی خوابیده بودم.

صدایی از درونم مجدداً مرا به «ادامه حرکت» تشویق کرده به این خاطر که شب می‌شد، دیگر شب و روز هم مفهوم خود را از دست داده بودند بلکه به این دلیل که وظیفه خود را به آخر برسانم؛ به خانه برسم و مادرم را در جریان بگذارم. مورن‌ها را به پایان رسانده و به حوزه درختان جنگلی رسیدم. در تعجب بودم که چه راهی را باید با پای برهنه پیمود. «چرا آنها نمی‌آیند؟ مگه کمپ اصلی آن قدر فاصله داشت، شاید هم آنها نمی‌دانند که چه بر سر ما آمده است.»

ناگهان برق روشنائی در تاریکی دمید و کمی امید پیدا کردم. حرکت برگ درختان را دیدم و چیزی که مثل یک سایه آنجا ایستاده بود. چمنزاری با کلبه‌ای کوچک که آن طرف‌ترش گله گاوها به چرا مشغول بودند و

**اگر کسی چند ساعت قبل به من دستور می‌داد که مسیر را به طرف بالا بروم قادر به انجام آن نبودم ولی حالا کمی از خستگی‌ام کاسته شده بود و در عین حال باید برادرم را پیدا می‌کردم، یک مرتبه که نمی‌توانست غیبش زده باشد. این فکر مدام مثل چکش تو سرم می‌خورد**

آیا کسی که آنجا ایستاده بود یک مرد بود؟ بله او یک انسان بود! «می‌خواستم خود را متقاعد کنم که نجات پیدا کرده‌ام، ایا واقعاً چیزی که دیدم انسان بود. چه انتظار طولانی برای این لحظه، طوری که قبول آن را برایم باور نکردنی ساخته بود. از ترس هذیان قادر به درک مرز مابین واقعیت و خیال نبودم. اما دیگه طاقت ناامیدی و یاس بیشتر را نداشتم، آگه این یکی هم راست نمی‌بود جداً همین‌جا می‌نشستم و می‌مردم.» سلام! کسی آنجاست؟

تا آنجا که می‌توانستم صدایم را بلند کردم و فریاد زدم، اما کسی که تو سایه چمنزار بود لابه‌لای درختان خود را از دید من گم کرد و فرد دیگری را هم در آن اطراف ندیدم. ناامیدانه دوباره داد زدم و باز بلندتر فریاد می‌زدم. اما آن فرد که احتمالاً در مزرعه کار می‌کرد برگشت. من فقط این امید را داشتم که اون واقعاً یک انسان بوده است.

برای یک لحظه فکر کردم که شاید وجود درختان و گاوها باعث شده که اشتباهاً این تصور را بکنم که کسی آنجاست. اما یک مرتبه دیدم که تعداد آدم‌ها بیشتر و بیشتر شد. مردم واقعی، نه سایه و یا ارواح، آن قدر نزدیک شدند که توانستم آنها را لمس کنم. △

# در هوای رقیق

گرده جنوب شرقی، ۲۰ اردیبهشت ۱۳۷۵ (۱۰امی ۱۹۹۶)، ارتفاع ۸۴۱۲ متر

## فصل ۱۲

جان کراکوتر

ترجمه: فاطمه تیموری

مقدمه مترجم:

دلیل انتخاب کتاب برای ترجمه نگاه عاقلانه و نه صرفاً عاشقانه عاشقان صعود به کوه های رفیع بود. این کتاب ابعاد مختلفی دارد. زیرا نه فقط به مسئله تکنیکی صعود بلکه به دیگر ابعاد آشکار و پنهان انسان نیز می پردازد. وی به طرز چشمگیری ابعاد ناشناخته و بی پاسخ انسان را در شرایطی بس بحرانی به تصویر کشیده است. چندملیتی بودن اعضای گروه ها بر این جذابیت افزوده است. زبان کتاب همواره زبان عاشق، و عشق به طبیعت و زندگی باقی می ماند. یاس در آن راهی ندارد و کلامش مهرآمیز است. و آخر اینکه در گزارش این صعود مرگبار بسیار واقع گرایانه عمل می کند و نه صرفاً از روی شیفتگی، شاید هم ماندن در کفه عقل است که او را از مرگ نجات می دهد، ولی به چه بهایی؟

معرفی نویسنده:

کتاب «در هوای رقیق» نوشته ی جان کراکوتر در سال ۱۹۹۷ توسط انتشارات ویلارد در نیویورک منتشر شد. کتاب «در هوای رقیق» یک گزارش شخصی از فاجعه اورست است. در مقدمه کتاب، او که مامور تهیه گزارش صعود به اورست برای مجله آوت ساید بود همراه گروه نیویولندی به سرپرستی راب هال عازم هیمالیا شد. وی می نویسد: چهار تن از پنج نفر هم گروه من که به قله صعود کردند، از جمله راب هال، در یک طوفان مرگبار جان باختند. زمانی که من به کمپ اصلی رسیدم ۹ تن دیگر از اعضای چهارگروه صعودکننده جان باخته بودند. کراکوتر در مقدمه کتاب خود ادامه می دهد: دلایل بسیار زیادی برای نرفتن به اورست وجود داشت اما سعی در صعود به اورست فی نفسه حرکتی است غیرمنطقی و در حقیقت غلبه «اشتیاق پیروزی» بر رفتار عاقلانه است. او مقدمه خود را این گونه به پایان می برد، حقیقت ساده این است که من آگاهانه به اورست رفتم و با دست زدن به چنین عملی شریک مرگ انسان های نازنین شدم. رویدادی که خواه ناخواه تا مدت های مدیدی بر وجدان من سنگینی خواهد کرد.

همین قدر می توانم بگویم که اورست پرشیب ترین و خوفناک ترین پرتگاه هایی را دارد که من تا به حال دیده ام. در آنجا هر کلامی درباره یک شیب برفی آسان، افسانه ای بیش نیست. عزیزم، در مجموع این کار، کار پرهیجانی است، نمی دانی چقدر مجذوب آن شده ام، چه فضایی و چقدر زیبا!

جورجی لی مالوری  
در نامه ای به همسرش

بخش صعود تضمین شود. اینکه تا آن وقت از سال هیچ گروهی به قله نرسیده بود باعث نگرانی او شده بود. چون این موضوع نشان می داد که بیشتر طول مسیر ثابت گذاری نشده است.

«گوران کروپ»، کوهنورد تک رو سوئدی، در روز ۱۳ اردیبهشت تا ۱۰۷ متری قله صعود کرده بود اما زحمت ثابت گذاری را به خود نداده بود. کوهنوردان گروه مونته نگرو به ارتفاعی بالاتر از او صعود کرده بودند و چند طناب ثابت کار گذاشته بودند. آنها در حین صعود هرچه طناب داشتند به دلیل بی تجربگی در ارتفاع ۴۲۷ متری بالای گردنه به کار گرفته بودند حتی طناب ها را روی شیب های ملایمی که در حقیقت به طناب ثابت احتیاجی نداشت حرام کرده بودند. به این ترتیب در صبح روز صعود ما به قله، در مسیر پرتگاه های گرده جنوب شرقی فقط طناب هایی وجود داشت که بقایای طناب های کهنه و مندرس صعودهای قبلی بود که از میان یخ بیرون زده بود.

هال و فیشر که این مسئله را پیش بینی کرده بودند قبل از ترک اردوگاه اصلی یک جلسه با راهنماهای دو تیم تشکیل دادند و قرار بر این شد که از هر تیم، دو شریک و یک سردار صعود - انگ دورجی و لوپسانگ - نود دقیقه قبل از گروه های اصلی حرکت کنند. به این ترتیب آنها وقت کافی داشتند تا در قسمت هایی که نیاز به نصب طناب ثابت می باشد قبل از رسیدن افراد دو گروه طناب نصب نمایند. «بیدل

بالای گردنه جنوبی و در «منطقه مرگ»، بقا به وضوح در گرو رقابت با زمان است. به هنگام ترک اردوگاه شماره چهار در تاریخ ۲۰ اردیبهشت هر یک از افراد گروه دو کپسول اکسیژن به وزن سه کیلو با خود حمل می کردند و قرار بود سومین کپسول را در قله جنوبی تحویل بگیرند محلی که شریکها کپسول های اکسیژن را انبار کرده بودند. قاعدتاً با مصرف محتاطانه، سه لیتر در دقیقه، هر کپسول بین پنج تا شش ساعت دوام می آورد. در ساعت چهار یا پنج، اکسیژن همه افراد تمام می شد. در این مقطع با تکیه بر هم هوایی و آمادگی جسمی هر یک از ما هنوز می توانستیم در بالای گردنه جنوبی دوام بیاوریم - ولی خوب، نه برای مدت زیادی. در این شرایط فرد خیلی زود در برابر بیماری های ادم مغز و ریه، سرمازدگی، ارتفاع زدگی و عدم توانایی در تصمیم گیری صحیح مقاومت خود را از دست می دهد و در نتیجه خطر مرگ به شدت افزایش می یابد.

«هال» که چهار بار قبلاً به اورست صعود کرده بود مانند دیگران خوب می دانست که همه افراد باید خیلی سریع صعود کنند و فرود بیایند. با در نظر گرفتن این مسئله که بعضی از افراد گروهش از توانایی و مهارت های لازم در کوهنوردی برخوردار نیستند «هال» تصمیم گرفت تا به طناب هایی که قبل از صعود نصب شده بود تکیه کند تا به این ترتیب سلامت مشتری ها و سرعت افراد گروه ها و فیشر در مشکل ترین

من» به خاطر می‌آورد که: «راب» یادآور شد که این مسئله چقدر مهم است. او می‌خواست به هر قیمتی شده از ایجاد راه‌بندان که باعث اتلاف وقت می‌شد جلوگیری کند.»

اگر چه، به دلایل نامعلومی، هیچ یک از شریاها شب ۱۹ اردیبهشت قبل از ما گردنه جنوبی را ترک نکردند، شاید توفان شدید که تا ساعت ۷/۳۰ دقیقه صبح آرام نگرفت مانع از این شد که آنها طبق قرار قبلی صبح زود حرکت کنند. بعد از برنامه صعود، لوپسانگ روی این موضوع پافشاری می‌کرد که هال و فیشر برنامه ثابت‌گذاری را قبل از صعود مشتریان در آخرین لحظات ملغی کرده بودند زیرا به آنها خبر رسیده بود که گروه کوه‌نوردان مونته‌نگرو تا ارتفاع قله جنوبی را طناب نصب کرده‌اند. اما اگر فرض لوپسانگ صحیح باشد، نه «بیدل من»، نه «گروم» و نه «بوکریف»، سه راهنمایی که زنده ماندند، هیچ یک از این تغییر برنامه اطلاع نداشتند و چنانچه برنامه نصب طناب تماماً ملغی شده بود در آن صورت دلیلی وجود نداشت تا هنگام



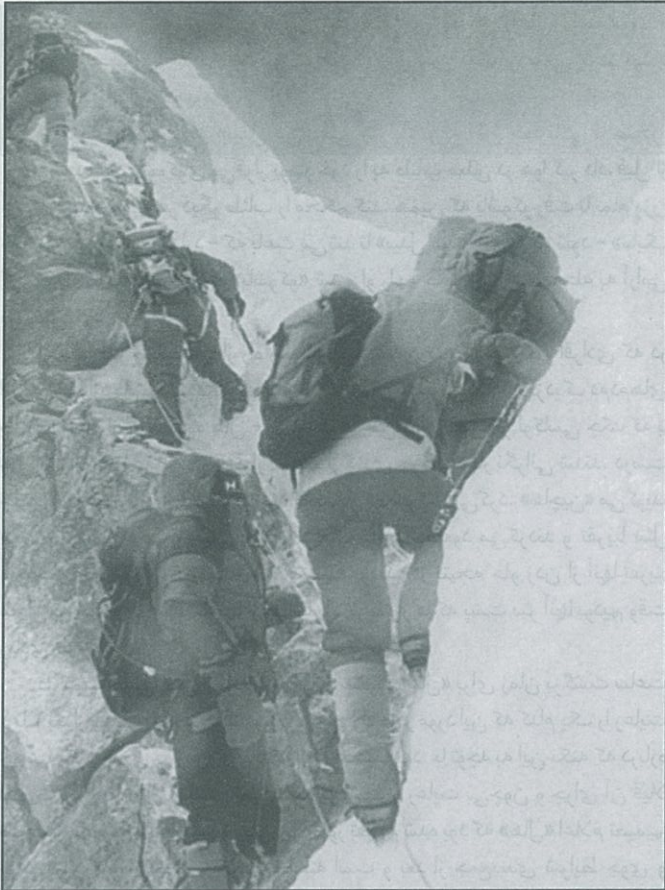
ترک اردوگاه شماره چهار لوپسانگ و انگ دورجی به عنوان نفر اول گروه خود هر یک ۹۱ متر طناب با خود حمل کنند.

به هر صورت قبل از زمان صعود، بالاتر از ارتفاع ۸۳۵۲ متر، هیچ جا طنابی نصب نشده بود. وقتی انگ دورجی و من در ساعت ۵/۳۰ دقیقه صبح به «بالکن» رسیدیم چیزی بیشتر از یک ساعت از بقیه افراد گروه هال جلوتر بودیم. در آن مقطع زمانی ما به راحتی می‌توانستیم طناب‌ها را کار بگذاریم. اما «راب» به صراحت مرا از این کار منع کرده بود و لوپسانگ، خیلی پایین‌تر از ما، در حال یک‌دک کش کردن «پیت‌من» بود. بنابراین کسی نبود تا به «انگ دورجی» کمک کند.

«انگ دورجی» آدم ساکت و کج خلقی بود و وقتی نشستیم تا بالا آمدن خورشید را تماشا کنیم به نظرم رسید اوقاتش تلخ است و سعی من برای این که سر صحبت را با او باز کنم بی‌نتیجه ماند. فکر کردم شاید دلیل کج‌خلقی او درد دندانی باشد که در دو هفته گذشته آسه کرده بود و دردناک شده بود. شاید هم به فکر ارواحی بود که چهار روز قبل بر او ظاهر شده بودند. صبح روز بعد او احساس ناآرامی شدیدی می‌کند. او قبل از صعود به آبشار یخی به یکی از دوستانش گفته بود در طول شب ارواحی بر او ظاهر شده‌اند. انگ دورجی که جوان و شدیداً معتقد بود چنین نشانه‌های بدبینی را سرسری می‌گرفت.

هر چند امکان داشت که او واقعاً از دست لوپسانگ که به نظر او آدم متظاهری بود عصبانی شده باشد. در سال ۱۳۷۴ (۱۹۹۵ میلادی)، هال هر دوی آنها، لوپسانگ و انگ دورجی را برای برنامه صعود خود به اورست استخدام کرده بود و دو شریا در آن برنامه صعود با یکدیگر خوب همکاری نکرده بودند.

آن سال در روز صعود به قله، گروه هال دیروقت، حدود ساعت ۱/۳۰ دقیقه بعدازظهر به قله جنوبی رسیده بود و با برف غیرثابتی مواجه شده بود که آخرین باریکه گرده جنوبی را پوشانده بود. هال به جای انگ دورجی یک راهنمای استرالیایی به نام «گی کاتر» را همراه لوپسانگ جلو می‌فرستد تا امکان صعود به ارتفاعات بالاتر را در این برف بررسی کنند. «انگ دورجی» که سردار صعود آن برنامه بود این مسئله



را یک توهین تلقی می‌کند. کمی بعد وقتی به پایین قدمگاه هیلاری می‌رسد هال تصمیم می‌گیرد صعود را متوقف کند و به لوپسانگ و کاتر علامت می‌دهد تا فرود بیایند. اما لوپسانگ این دستور را نادیده می‌گیرد، طناب خود را از کاتر جدا می‌کند و به تنهایی به صعود خود به قله ادامه می‌دهد. هال از نافرمانی لوپسانگ عصبانی می‌شود. انگ دورجی هم مثل کارفرمای خود از این حرکت ناخشنود می‌شود.

امسال با وجود اینکه آن دو در دو تیم مختلف به کار گرفته شده بودند بار دیگر از انگ دورجی خواسته شده بود تا در روز صعود به قله با «لوپسانگ» کار کند و به نظر می‌آمد «لوپسانگ» باز هم مثل گذشته عمل می‌کند. شش هفته بود که «انگ دورجی» فراتر از حدود مسئولیت خود انجام وظیفه کرده بود و حالا ظاهراً دیگر از اینکه بیش از وظایف محوله‌اش زحمت بکشد خسته شده بود. او با قیافه‌ای عبوس کنار من روی برف نشست و منتظر رسیدن «لوپسانگ» شد و در این میان طنابی هم نصب نشد. در نتیجه ۹۰ دقیقه بعد بالاتر از «بالکن» در ارتفاع ۸۵۳۴ متر من به راه‌بندان برخوردم. در این محل افراد گروه‌های مختلف با هم قاطی شده بودند و در مقابل آنها تعدادی صخره عظیم پلکانی قرار داشت که عبور ایمن از آن به طناب ثابت نیاز داشت. مشتری‌ها در پایین صخره بی‌صبرانه تقریباً بیش از یک ساعت در حالی که به هم چسبیده بودند انتظار می‌کشیدند و «بیدل من» - که عهده‌دار وظایف «لوپسانگ» شده بود - با زحمت زیاد مشغول طناب دادن بود.

در این موقعیت بی‌طاقتی و بی‌تجربگی فنی «یاشوکو نامبا» یکی از مشتریان «هال» نزدیک بود فاجعه بیافریند. او که یک کادر موفق فدرال اکسپرس در توکیو بود شباهتی به نمونه بارزی از یک زن میانسال ژاپنی بردبار و اهل تمکین نداشت. «یاشوکو» روزی با خنده به من گفته بود که در خانه آشپزی و نظافت برعهده همسرش است. تصمیم به صعود اورست او را در ژاپن به یک چهره مشهور مبدل کرده بود. «یاشوکو نامبا» قبلاً ضمن برنامه، کوه‌نورد کند و نامطمئنی بود اما امروز در پای قله بیش از هر زمان دیگری احساس قدرت می‌کرد. «جان تاسکه»، هم چادر «یاشوکو» در اردوگاه شماره چهار می‌گوید، «از زمانی که به قله جنوبی رسیدیم ذهن

باشوکو به شدت روی قله متمرکز شده بود. مثل این بود که در حال خلسه است.» باشوکو از لحظه‌ای که گردنه را ترک کرد با پس زدن دیگران سعی کرده بود تا خودش را به اول صف برساند.

و اکنون در حالی که «بیدل من» سی متر بالاتر به طرز خطرناکی از صخره آویزان شده بود باشوکوی بی‌قرار یومار خود را به طناب معلق در هوا گیر داده، قبل از آن که «بیدل من» سر دیگر طناب را محکم کند. همین که باشوکو رفت تا تمام وزن خود را روی طناب بگذارد - که باعث می‌شد تا «بیدل من» از جا کنده شود - «مایک گروم» با شتاب مانع حرکت «باشوکو» شد و او را به خاطر این همه عجله به آرامی سرزنش کرد.

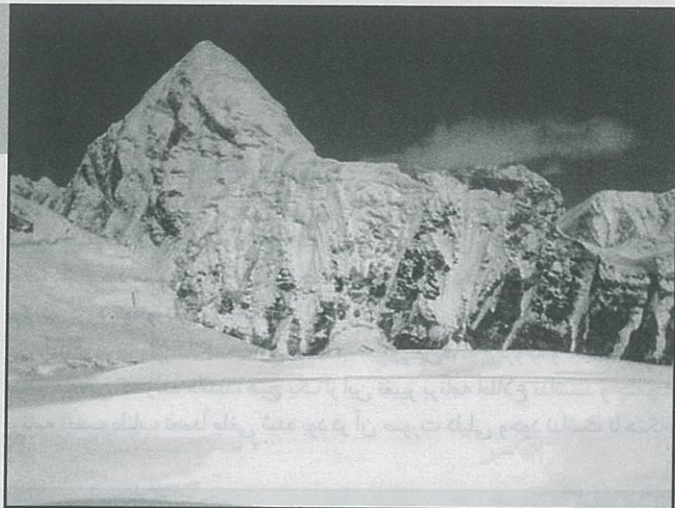
ازدحام کنار طناب‌ها با از راه رسیدن افراد بعدی تشدید می‌شد و افرادی که در انتهای این ازدحام بودند بیشتر و بیشتر از نظر زمان عقب می‌افتادند. نزدیک دم‌دم‌های صبح سه تن از افراد گروه هال - استوارت هاچین، جان تاسکه و لوکاسی چک که با هال نزدیک به آخر این گروه قرار داشتند از کندی حرکت دچار نگرانی شدند. درست جلوی آنها گروه تایوان قرار گرفته بود که بسیار کند حرکت می‌کرد. «هاچین» می‌گوید: «آنها با روش خاصی، خیلی خیلی نزدیک به هم صعود می‌کردند و تقریباً مثل ورقه‌های نان برش خورده به هم چسبیده بودند. در نتیجه جلو زدن از آنها تقریباً محال به نظر می‌رسید. تا آنها از طناب بالا بروند از ما که پشت سر آنها بودیم وقت زیادی تلف شد.»

در کمپ اصلی، قبل از تلاش ما برای صعود، «هال» برای زمان برگشت ساعت ۱ یا ۲ بعدازظهر را در نظر گرفته بود. او هیچ وقت در مورد این که کدام یک را رعایت خواهیم کرد چیزی بر زبان نیاورد که البته عجیب بود. با توجه به این نکته که درباره اهمیت، مهلت زمان از پیش تعیین شده برگشت و رعایت بی‌چون و چرای آن قبلاً صحبت کرده بود. به ما کم و بیش این طور تفهیم شده بود که «هال» اعلام تصمیم نهایی را در روز صعود مسکوت گذاشته است و بعد از جمع‌بندی شرایط جوی و عوامل دیگر شخصاً مسئولیت برگشت همه را در ساعت مناسب برعهده خواهد گرفت.

اواسط صبح ۲۰ اردیبهشت، هنوز هال اعلام نکرده بود ساعت برگشت ما چه ساعتی خواهد بود. «هاچین» که طبیعت محافظه‌کاری داشت حدس می‌زد که ساعت برگشت احتمالاً ساعت یک بعدازظهر خواهد بود. حدود ساعت ۱۱ «هال» به «تاسکه» و «هاچین» گفت که تا قله هنوز سه ساعت راه در پیش دارند و بعد جلو پرید و سعی کرد تا از گروه تایوان جلو بزند. «هاچین» می‌گوید: «به نظر بسیار بعید می‌رسید که ما شانس برای رسیدن به قله قبل از ساعت یک بعدازظهر، که ساعت مقرر برگشت بود، داشته باشیم.» در این زمان یک بحث کوتاه بین این سه نفر درگرفت. «کاسی چک» اول مایل نبود شکست را بپذیرد ولی «تاسکه» و «هاچین» او را ترغیب کردند و در ساعت ۱۱/۳۰ دقیقه هر سه نفر به قله پشت کردند و به طرف پایین سرازیر شدند. «هال»، شریا «کامی» و «لاکپا چیری» را همراه آنان پایین فرستاد.

تصمیم به بازگشت برای این سه نفر در آن زمان حتماً کار بسیار مشکلی بود. همچنین برای «فرانک فیش‌بک» که چند ساعت قبل از آنها پایین رفته بود. کوه‌نوردی زنان و مردان کوه نورد را در کنار هم آبدیده می‌کند تا به آسانی از

**حتی با استفاده از کپسول اکسیژن تنفس در قله اورست مانند تنفس در سطح دریا نیست. صعود، بالای قله جنوبی، با استفاده از رگلاتور که کمتر از دو لیتر اکسیژن در دقیقه بیرون می‌داد من مجبور بودم بعد از برداشتن هر قدم سنگین توقف کنم**



اهداف خود دست نکشند. در این آخرین مرحله صعود، همگی ما با خطرات و سختی‌های فراوانی دست و پنجه نرم کرده بودیم که می‌توانست افراد متعادل‌تر را مدت‌ها پیش به خانه فرستاده باشد. برای رسیدن به این ارتفاع باید از شخصیت سرسخت و غیرمعمولی برخوردار بود.

متاسفانه فردی که خود را ملزم می‌کند تا از ناراحتی‌های شخصی خود چشم‌پوشی کند و به تلاش برای صعود ادامه دهد اغلب علایم و نشانه‌های خطرات بزرگ و جدی را هم نادیده می‌گیرد و این اساسی‌ترین نکته یک دوراهی است که هر صعود کننده اورست در نهایت با آن روبه‌رو می‌شود. برای موفقیت باید از انگیزه‌ای بسیار قوی برخوردار باشید اما اگر این انگیزه بیش از حد هم قوی باشد احتمالاً جان خواهید باخت. علاوه بر این بالاتر از ارتفاع ۷۹۲۵ متر مرز بین شور و اشتیاق موجه و تب و تاب غیرمنطقی بیش از یک مو نیست. به همین دلیل است که در دامنه‌های اورست، اجساد پراکنده شده‌اند.

«تاسکه»، «هاچین»، «کاسی چک» و «فیش‌بک» هر یک مبلغی حدود ۷۰/۰۰۰ دلار هزینه کرده بودند و هفته‌های متمادی برای انجام این صعود زجر کشیده بودند. آنها مردانی بلندهمت بودند و از شکست بویی نبرده بودند چه رسد به وانهادن. اما در برابر یک تصمیم حیاتی آنها جزو آن دسته از افرادی بودند که در آن روز تصمیم عاقلانه و درستی اتخاذ کردند.

در بالای صخره پلکانی، جایی که «جان»، «استوارت» و «لو» به قله پشت کردند و به پایین برگشتند طناب‌های ثابت تمام می‌شد و مسیر از این نقطه به بعد در شیب تندی به موازات یک تیغه برفی پوشیده با برف یازده سفت می‌چرخید و به قله جنوبی منتهی می‌شد. جایی که وقتی من ساعت ۱۱ صبح به آنجا رسیدم با دومین ازدحام که شدیدتر از ازدحام قبلی بود مواجه شدم. کمی بالاتر، آن طور که به نظر می‌آمد، مسافتی به اندازه پرتاب یک سنگ، بریدگی عمودی قدمگاه هیلاری و کمی بالاتر از آن خود قله قرار گرفته بود. من که به دلیل خستگی و از صلابت آنچه در برابر خود می‌دیدم مات و مقهور شده بودم چند عکس گرفتم و بعد با راهنما «اندی هریس»، «نیل بیدلمن» و «آناتولی بوکریف» نشستیم و منتظر شدیم تا شریاها مسیر دیواره برفی چشمگیر کرده قله را طناب ثابت بگذارند.

در این زمان بود که من متوجه شدم «لوپسانگ» هم مانند «بوکریف» از کپسول اکسیژن استفاده نمی‌کند. اگر چه این کوه‌نورد روسی قبلاً دوبار و «لوپسانگ» سه بار قله را بدون اکسیژن فتح کرده بودند ولی از این که «فیش‌بک» به آنها اجازه داده بود تا در مقام راهنما بدون اکسیژن به قله صعود کنند متعجب شدم چرا که این موضوع به نفع مشتری‌ان نبود. و بیشتر تعجب کردم وقتی که متوجه شدم «بوکریف» کوله‌پشتی با خود حمل نمی‌کند. معمولاً راهنماها طناب، وسایل کمک‌های اولیه، لوازم نجات از شکاف‌های یخی، لباس اضافی و دیگر ملزومات کمک‌رسانی به مشتری‌ها را در موارد اضطراری در کوله‌پشتی خود حمل می‌کنند. «بوکریف» اولین راهنمایی بود



تصور کنم یکی از آنها به من اجازه خواهد داد تا من نفر اول این صعود حسرت‌انگیز باشم.

در نهایت، بوکریفه به عنوان راهنمای ارشد و تنها فردی که در میان ما قبلاً به اورست صعود کرده بود به این افتخار نایل شد. او در حالی که بیدل من برایش طناب می‌داد به طرز استادانه‌ای از شیب بالا رفت. ولی روند صعود روند کندی بود. ضمن اینکه او به سختی به طرف راس قدمگاه صعود می‌کرد من نگاهی به ساعت انداختم، احتمال داشت اکسیژن من تمام شود. اولین کپسول اکسیژن من حدود هفت ساعت دوام آورده بود و در ساعت ۷ صبح در «بالکن» تمام شده بود. با در نظر گرفتن این میزان مصرف به عنوان معیار سنجش، در قله جنوبی حساب کرده بودم دومین کپسول در ساعت ۲ بعدازظهر تمام می‌شود و در کمال خوش‌باوری تصور کرده بودم در آن صورت وقت کافی خواهیم داشت تا به قله برسیم و به قله جنوبی برگردم و از سومین کپسول اکسیژن خود استفاده کنم. ولی حالا ساعت یک بعدازظهر بود و من کم‌کم نسبت به آنچه تصور کرده بودم مشکوک می‌شدم.

در بالای «قدمگاه» من نگرانی خود را با «بیدل من» در میان گذاشتم و از او پرسیدم اگر اشکالی نمی‌بیند به جای آن که من بمانم و برای کارگذاری آخرین حلقه طناب در امتداد گرده به او کمک کنم، زودتر به قله صعود کنم. او با متانت به من پاسخ داد: «تو برو بالا، من کار را تمام می‌کنم.»

پا کشان و به کندی من آخرین چند قدم مانده به قله را پیمودم. احساس می‌کردم در زیر آب هستم و زندگی با یک چهارم سرعت خود در جریان است. بعد خودم را بالای لبه باریک یخی یافتیم که مزین به یک کپسول خالی اکسیژن و یک دیرک نقشه‌برداری له و لورده بود و بعد از آن دیگر جایی نبود تا بالاتر بروی. یک رشته پرچم دعوای بودایی در باد به شدت تکان می‌خورد. خیلی پایین‌تر، در آن بخش از کوهستان که هیچ‌گاه چشمم به آن نیافتاده بود، فلات خشک تبت قرار داشت باخاکی به رنگ آخراپی که تا چشم کار می‌کرد امتداد داشت و با افق درهم آمیخته بود.

فرض بر این است که فتح قله اورست به موجی از شادی و شغف عمیق دامن بزند، علی‌رغم تمام مشکلات هرچه باشد در این زمان به آن چیزی رسیده بودم که از زمان بچگی در آرزویش بودم. اما رسیدن به قله در حقیقت فقط نیمی از موفقیت بود. فکر فرود طولانی و خطرناکی که در پیش رو داشتم هرگونه حس خوشایندی را در من سرکوب کرده بود. Δ

که من می‌دیدم این اصل را نادیده گرفته است. من در هیچ کوهی، هیچ راهنمایی را ندیده بودم که این رسم را زیر پا بگذارد.

معلوم شد او به هنگام ترک اردوگاه شماره چهار کپسول اکسیژن و کوله‌پشتی با خود داشته است. او بعداً به من گفت اگر چه خیال داشته است از کپسول اکسیژن استفاده کند ولی فکر کرده بهتر است کپسول دم دستش باشد تا در صورت نیاز در ارتفاعات بالاتر از آن استفاده نماید. بنابراین وقتی به «بالکن» رسیده بود کوله‌پشتی خود را خالی کرده و کپسول اکسیژن، رگلاتور و ماسک را به «بیدل من» داده بود تا برایش بالا ببرد. چون در این مرحله «بوکریف» از اکسیژن کمکی استفاده نمی‌کرد ظاهراً تصمیم گرفته بود تا بار خودش را کم کند تا سبک‌تر شود و به این ترتیب نیاز خود را به اکسیژن برای تنفس در هوای بسیار رقیق به حداقل ممکن برساند.

نیمه با ۲۰ گره سرعت بر گردنه وزیدن گرفته بود، برف را بلند می‌کرد و بر جبهه کانگ شانگ می‌پاشید اما در بالای سر ما آسمان به شدت آبی بود. من در لباس گرم و نرم پر قوی خود زیر آفتاب در ارتفاع ۸۷۴۸ متر نشسته بودم و در بهت و ناباوری بام دنیا را نظاره می‌کردم تا آنجا که گذشت زمان را کاملاً از یاد برده بودم. هیچ یک از ما متوجه این واقعیت نبودیم که «انگ دورچی» و «تاگوانگ نوریو»، یکی دیگر از شریک‌های گروه هال، در کنار ما نشسته‌اند و جرعه جرعه از فلاسک خود چای می‌نوشند و هیچ عجله‌ای هم برای بالا رفتن ندارند. حدود ساعت ۱۱/۴۰ «بیدل من» بالاخره پرسید، «هی، انگ دورچی نمی‌خواهی طناب‌ها را کار بگذاری؟» انگ دورچی خیلی صریح و فوری جواب داد، «نه». شاید دلیل پاسخ منفی او این بود که هیچ یک از شریک‌های فیشر برای کمک به او در آنجا حضور نداشتند.

«بیدل من» که با تجمع جمعیت در قله جنوبی نگران شده بود «هریس» و «بوکریف» را از جای بلند کرد و به طور جدی پیشنهاد داد تا آنها خودشان طناب‌ها را کار بگذارند. وقتی من این را شنیدم سریعاً برای کمک داوطلب شدم. «بیدل من» یک حلقه طناب ۴۶ متری از کوله‌اش بیرون کشید، من یک حلقه طناب دیگر از «انگ دورچی» گرفتم و سرظهر همراه «بوکریف» و «هریس»، کار طناب‌گذاری روی گرده قله را شروع کردیم در حالی که در آن زمان چیزی حدود یک ساعت از وقت ما سوخته بود.

حتی با استفاده از کپسول اکسیژن تنفس در قله اورست مانند تنفس در سطح دریا نیست. ضمن صعود، بالای قله جنوبی، با استفاده از رگلاتور که کمتر از دو لیتر اکسیژن در دقیقه بیرون می‌داد من مجبور بودم بعد از برداشتن هر قدم سنگین توقف کنم. سه یا چهار نفس عمیق بکشم، بعد یک قدم دیگر بردارم، توقف کنم و بار دیگر سه، چهار نفس عمیق بکشم و این سریع‌ترین سرعتی بود که با آن می‌توانستم به صعود خود ادامه دهم. از آنجا که سیستم اکسیژنی که ما از آن استفاده می‌کردیم ترکیب رقیقی از اکسیژن و هوای معمولی بود تنفس در ارتفاع ۸۸۳۹ متر مثل تنفس بدون اکسیژن کمکی در ارتفاع ۷۹۲۵ متر بود. اما استفاده از کپسول اکسیژن کمکی مزایای دیگری داشت که کمیت آن به آسانی قابل ارزیابی نیست.

هنگام صعود در امتداد گرده قله جنوبی و فرورودن اکسیژن به درون شش‌هایم، به گونه‌ای غریب و غیرقابل توصیف، احساس آرامش می‌کردم. در فراسوی ماسک پلاستیکی من دنیا به طرز شگفت‌انگیزی واضح و مشخص بود ولی کاملاً واقعی به نظر نمی‌رسید. مثل این بود که در برابر چشمانم و آن سوی عینک کوهم یک فیلم سینمایی را با حرکت آهسته به نمایش گذاشته باشند. احساس تخدیر می‌کردم. احساس می‌کردم از زمین کنده شده‌ام و از تحریرات خارجی کاملاً در امان هستم. من مجبور بودم بارها و بارها به خود یادآوری کنم که در هر دو طرف من ورطه‌ای به عمق ۲۱۳۴ متر قرار گرفته است و همه چیز در اینجا در معرض خطر است و با کوچک‌ترین لغزشی جان خواهیم باخت.

بعد از نیم ساعت صعود در بالای قله جنوبی من به قدمگاه هیلاری رسیدم که یکی از مشهورترین شیب‌ها در کوه‌نوردی است و از دوازده متر یخ و صخره هولناک تقریباً عمودی تشکیل شده است. مانند هر کوه‌نورد جدی دیگر من از ته دل آرزو داشتم تا نفر اول طناب باشم و از قدمگاه بالا بروم. هر چند مشخص بود که بوکریفه بیدل من و هریس، هر سه نفر همین احساس را دارند و این خیال باطلی بود که من

# گوکوشکا و ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری

## زیر گرفتن مار

قسمت هفتم

### جرزی کوکوشکا

ترجمه: جمشید هدایت‌نسب

تفاوت دارد و ارزش‌های خاص خود را دارد. از من خواست که انجام این کار را به او محول نمایم و او نهایت تلاش خود را خواهد کرد. این که آیا کار ما را در لابه‌لای پوشه کار رئیس رد کرده و امضا را گرفته و یا از راه دیگری، بی‌خبرم ولی مهم این بود که این کار انجام شد.

انتقال وسایل با کمک یک کامیون بنز ۵۰۶ صورت گرفت. با پرداخت چند دلار در روز و شانس دیدن یخچال بالتور... «روزیک وارسکی» و «تومک سویات کوفکسی» عهده‌دار انتقال وسایل ما شدند تا جایی که جاده ادامه دارد. زمانی که به اسلام‌آباد پرواز کردیم «ورنر» پیشاپیش آنجا در انتظارمان بود و کامیون تومک و روزیک نیز روز بعد به آنجا رسید. همه چیز به خوبی پیش می‌رفت که یک مرتبه موردی ناخوشایند که فکرش را هم نمی‌کردیم به عنوان مانع جدید سر راهمان سبز شد. گویا وزارت توریسم پاکستان با گنجاندن نام ما در فهرست تیم سوئیسی نمی‌خواست موافقت کند. آیا دلیلش می‌توانست صعود قله گاشربروم ۲ در سال گذشته باشد؟! شخصاً فکر می‌کردم علت اصلی باید به مراتب مهم‌تر از این مساله باشد. بالاخره متوجه شدم که چون اغلب کوه‌نوردان یاد گرفته بودند که با یک تیم می‌آیند و نام‌شان را در فهرست تیم دیگر هم وارد می‌کردند و بدین ترتیب دو قله را هم‌زمان صعود می‌کردند این مانع جدید گذاشته شده است. قابل قبول بود که کشور نسبتاً فقیری چون پاکستان به فکر منافعتش باشد و برای هر تیم و هر قله یک مجوز صادر نماید. دیگر کاری از دست «ورنر» و ما ساخته نبود و پیوستن به تیم K2 غیرممکن بود. تنها خوش‌شانسی ما این بود که به علت همراه داشتن مجوز صعود قله گاشربروم ۴، مشمول ارفاق مسئولین قرار گرفتیم و توانستیم تیم خود را عوض کرده و به تیم یانور مازر ملحق شویم.

اما این برای من که قبلاً قله برودپیک را هر چند غیرقانونی از مسیر عادی صعود کرده بودم چندان خوشایند نبود، شاید تنها فرقی که داشت این بود که این بار صعود ما قانونی بود البته می‌توانستیم آن را از مسیری نو صعود کنیم و یا اینکه تمامی قله میانی آن را به زیر پای درآوریم در هر حال می‌توانستیم با برودپیک کار خود را شروع و در گاشربروم ۴ که دیواره آن جاذبه خاصی داشت و به راحتی از کنکور دیا می‌توانستیم به پای آن برسیم و محل گذر تمام کوه‌نوردان راهی به قله K2 بود به پایان بریم. فکر این دیواره همچون آهن‌ربایی ذهن مرا به خود مشغول کرده بود طوری که به اتفاق «وتیک» تصمیم گرفتیم که بعد از برودپیک تلاشی را روی آن و قله ۷۹۲۰ متری‌اش داشته باشیم هر چند که جایگاهی میان چهارده قله هشت هزار متری نداشت.

در آخرین دقایق پیش از حرکت به طرف کمپ اصلی، تغییر برنامه «تومک» و «روزیک» و بازگشت آنها به لهستان آزرده‌گی خاطر ما را به همراه داشت هر چند که وعده کردند برای جمع‌آوری وسایل و برگشت به لهستان مجدداً باز خواهند گشت. حال چاره‌ای نداشتیم جز اینکه یا کامیون محلی با هزینه‌های بالا کرایه کنیم و یا اینکه

برودپیک از مسیر قله شمالی و میانی - سال صعود ۱۹۸۴

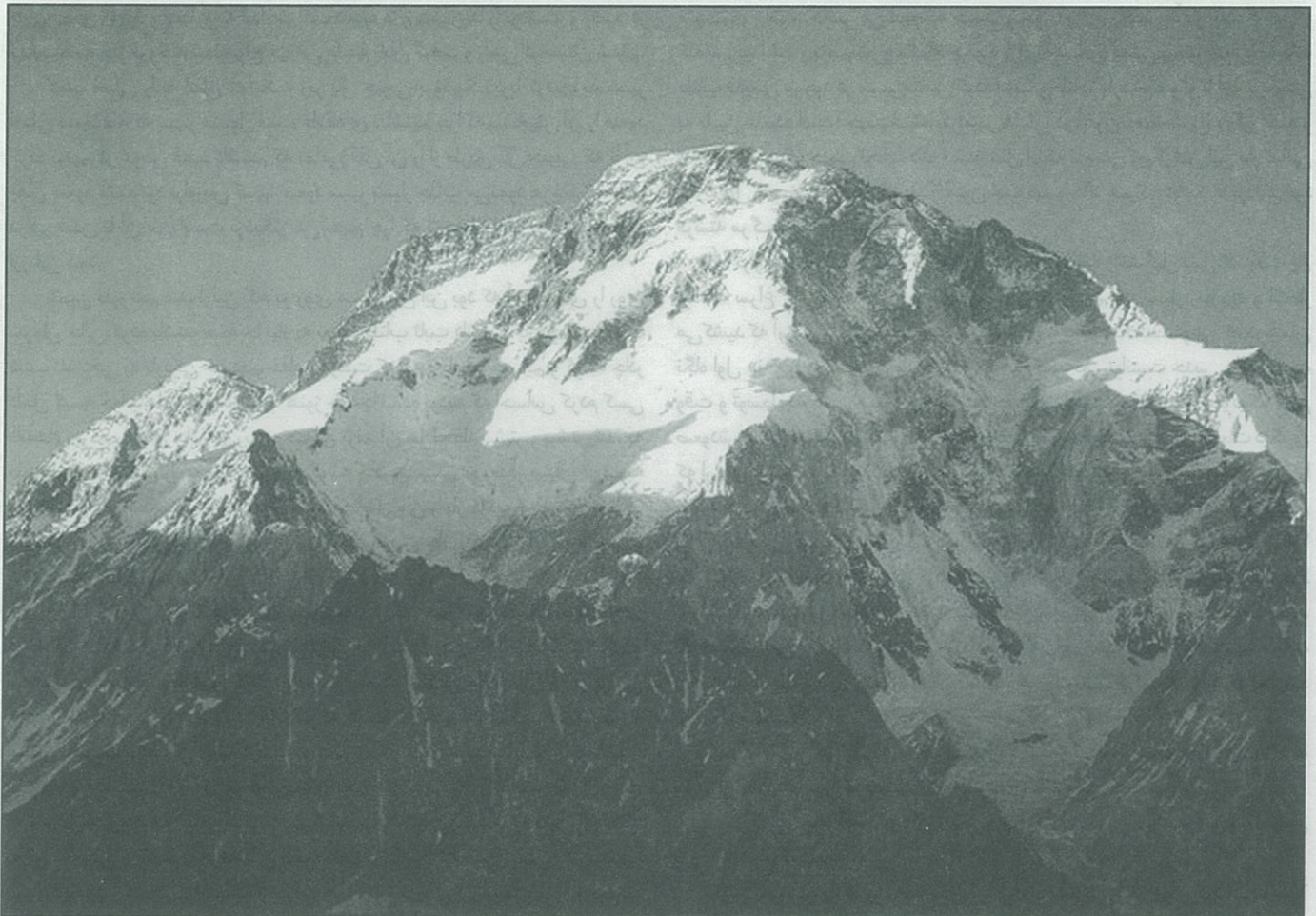
در صورتی که فقط اسم ما را به فهرست سفر K2 اضافه نماید، چقدر باید پرداخت نمایم؟

استفان ورنر اهل سوئیس و سازمانده سفرهای تجاری به هیمالیا پس از کمی تامل پاسخ داد. برای هر نفر هزار دلار. فکر می‌کنم چنین شخصی به خوبی به ارزش واقعی پول واقف است و این را هم خوب می‌دانم که او وضعیت ما را کاملاً درک کرده و رعایت ما را کرده بود وگرنه چنین مبلغی را پیشنهاد نمی‌داد. پس از کمی حساب و کتاب و مقایسه فرانک سوئیس را با اسلوتی (۱) و هزار جور فکر و خیال و سبک و سنگین کردن و سازماندهی برنامه‌ها در ذهن، دل را به دریا زده و پاسخ مثبت دادیم. ما را هم به فهرست خودتان اضافه کنید.

پیشنهاد سوئیسی‌ها غیرقابل تصور و باورنکردنی بود، در واقع من و وتیک پس از سگ دو زدن‌های طولانی و پرداخت مبلغ مشابه فقط می‌توانستیم موفق به دریافت مجوز شویم. حال تنها کاری که مانده بود این بود که بخشی از خرید را با پول خودمان، انجام دهیم و برای مابقی، قرارمان با ورنر در اسلام‌آباد به سراغش برویم. در ضمن از آنجا که من و وتیک مایل به صعود دونفره بودیم برای ما مزیت بزرگی بود که ورنر ما را آزاد گذاشته بود و کاری به کار ما نداشت. از طرف دیگر یانور تازر، لهستانی دیگر اهل کاتووایس هم قصد صعود چهارنفره به قله برودپیک را داشتند، لذا به منظور تسهیل در امر سازماندهی و تدارکات تصمیم گرفتیم که در این امر با آنان خود را همراه و سهیم نماییم.

با توجه به وضعیت نامطلوب و کمیابی وسایل و مواد مورد نیاز در آن زمان به خصوص گوشت، انجام صعودهای بزرگ در لهستان کار ساده‌ای نبود. خاطره‌ای از درخواست صدور و تحویل گوشت اضافه بر سازمان در ذهنم برای همیشه نقش بسته و هیچ‌گاه فراموش نمی‌کنم. زمانی که در اداره مربوطه با خلق تنگ رئیس وقت روبه‌رو شدم که خواهان توضیح بیشتر و سؤالش که اساساً تمام این کارها برای چیست؟ شکیبایی من در بیان علل صعود، هیمالیا و نیاز مصرفی گوشت بیشتر تنها یک جواب به همراه داشت و آن این که کسی که چنین افکاری در سردارد بهتر است که کوپن‌های تمام سال را نگه داشته و در زمان نیاز از آن استفاده نماید و به همین راحتی مرا قبل از اینکه کلامم را به پایان برم از اتاق بیرون انداخت، در عین حال بدون گوشت نمی‌توانستم به پاکستان پرواز کنم.

مایوس و ناامید از رئیس، تلاش خود را متوجه خانمی کردم که در نهایت حد سهمیه مورد نظر را بررسی و درباره آن تصمیم می‌گرفت. کمی شکلات، پرچم باشگاه و یک دسته گل را هم چاشنی کار کردم و با تقاضانامه باشگاه به سراغش رفتم و نظرش را به این مطلب معطوف ساختم که صعود ما با سفرهای معمولی و تعطیلات



سالتو و پشتک وارو از ماشین پرید بیرون و با جفت پاها اومد روی زمین، خوب این یکی که علی رغم کوفتگی در کل سالم بود ولی از بقیه خبری نداشتیم، حتماً ریزش و جابه‌جایی بارها روی سر و کله آنها در عقب کامیون صدمات جدی به آنها زده است که صدای ناله و غرولند تک‌تک آنها خیال مرا راحت کرد. اما کامیون درب و داغان بود و بیشتر به درد اوراقلی می‌خورد. کامیون را گذاشته و به سمت گیلگیت حرکت کردیم. در گیلگیت به سراغ شرخان کوه‌نورد برجسته و بانوفذ پاکستانی که در آنجا زندگی می‌کرده رفتیم وی همراهی بسیاری از تیم‌های لهستانی را در پرونده خود داشت. پدرش از افسران یازنشته نیروی هوایی بود که این امر نفوذ و اعتبار او را در شورای محلی دوچندان کرده بود به طوری که جرثقیل ارسالی از جانب وی لاشه کامیون ما را از بستر رودخانه به داخل شهر کشاند. سپس تعمیرگاهی را معرفی کرد که دستی به این آهن قراضه بکشند. البته این جا تعمیرگاه واقعی مرسدس نبود! دو نفر داخل آن کار می‌کردند که یکی چکش دستش بود و دیگری آچار و مدعی بودند که آن را درست خواهند کرد و گویا فقط به چند قطعه نیاز داشتند. آنها تا بازگشت ما از قله، دو ماه فرصت داشتند، «اوک وسترنلوند» هم که به اتریش بازمی‌گشت، قول داده بود که قطعات مورد نیاز را برای آنها ارسال دارد. متنی را تهیه کردیم طوری که «تومک» و «روزیک» از خواندن آن شوکه نشوند و ماجرا را برایشان توضیح دادیم، در هر حال این آهن‌پاره به آنها تعلق داشت و کم مانده بود دیروز به عنوان اوراقلی بفروشیشمش، بعد دیدیم که بهتر است خود آنها تصمیم بگیرند. حالا که دیگه ماشین نداشتیم می‌بایست از حجم بار موجود می‌کاستیم. غذا، کیسه خواب، چادر و تجهیزات کوه‌نوردی را درست به اندازه برداشتیم و دوباره کل وسایل را از نو بسته‌بندی کردیم و مابقی را برای تهیه پول تعمیرگاه و کرایه کامیون فروختیم. حراج خیابانی ما کم مانده بود که مایه دردسر شود و سر و کله پلیس پیدا شود. مراجعین می‌آمدند و اظهار می‌داشتند که شنیده‌اند ما چیزهایی برای فروش داریم و خواهان دیدن آنها بودند. یکی از آنها علی رغم حجم زیاد ظروف، کنسرو و... نگاهش متوجه

خودمان کامیون را برانیم. از بخت خوش یک اتریشی عضو تیم به نام «ادک وسترنلوند» نیز دارای گواهینامه رانندگی بین‌المللی بود و بدین ترتیب فاصله ۶۰۰ کیلومتری اسلام‌آباد تا اسکارو را بعد از ظهر همان روز ساعت ۴ آغاز کردیم و تا بامداد روز بعد یکسره رانندگی کردیم البته راننده نوبتی عوض می‌شد. ساعت هشت صبح مجدداً نشستیم پشت فرمان و جاده ترسناک و خسته‌کننده را ادامه دادیم، نحوه رانندگی مردم محلی از یک طرف و پرتگاه‌ها و رودخانه خروشان از سوی دیگر ما را به تن آدم سیخ می‌کرد. اسم این جاده به غلط بزرگراه قره‌قوروم بود. من دو دستی فرمان را چسبیده بودم و حوصله این جور شوخی‌ها را نداشتیم.

همین طور که گاز می‌دادم یک مرتبه از روی ماری که در جاده می‌خزید عبور کردم. بناگاه عرق سردی بر چهره‌ام نشست و حس عجیبی در من بیدار شد. نکند دیدن مار به مانند عبور گربه سیاه از جاده‌های لهستان و دیدن آن بدشگون باشد. ۱۵۰ کیلومتری اسکارو متوجه شدیم که آن حس و نگرانی من بی‌مورد نبوده است. ریزش بهمن جاده را طوری بسته بود که حداقل چهارروز وقت نیاز بود که مجدداً باز شود. سر فرمان را به طرف گیلگیت کج کردیم که حدود ۶۵ کیلومتر با مافاصله داشت و نزدیک‌ترین شهر بود. از جاده پر پیچ و خم کوهستانی خارج شدیم و با نمایان شدن دره سرسبز گویی به دنیای دیگری پای نهادیم. وسط جاده آسفالت را گرفته بودم و می‌راندم، گهگاهی نه‌ری کوچک روی جاده جاری بود یا به پل باریکی برخورد کرده و از آن عبور می‌کردیم. کامیون کمی اضافه بار داشت ولی چندان مهم نبود. با رسیدن به یکی از این پل‌ها سر فرمان را کمی به راست گرفتم که وسط پل قرار بگیرم که ناگهان متوجه شدم کنترل ماشین از دستم خارج شده است، چرخ جلو با جدول کنار پل برخورد کرده بود و ما در سرازیری شیبی که یک راست به داخل رودخانه می‌رفت قرار گرفته بودیم که درست مقابل آن شیب تند دیگری قرار داشت که کامیون ما را متوقف کرد. به صدلی چسبیده بودم لذا صدمه‌ای هم ندیدم، «روزیک پاولوسکی» جودوکار با یک

صابون‌های ما بود و چند روپیه انداخت کف دست ما و صابون‌ها را برداشت و رفت. در نهایت همه چیز فروخته شد، حراج خیابانی ما هم پایان گرفت و راهی کوهستان شدیم. کمپ اصلی را به اتفاق «وتیک» زیر یال جنوبی برودپیک برپا کردیم، به مسیر اصلی صعود قله که بسیار متداول است علاقه‌ای نداشتیم چرا که بیشاپیش آن را صعود کرده بودیم در عوض قصد داشتیم که تمامی قله آن را از طریق یال جنوبی که تا آن زمان صعود نشده بود تراورس کنیم. صعود مسیر بسیار جذاب می‌نمود هرچند که برای درگیر شدن با آن می‌بایست نزدیکتر می‌شدیم چرا که از محل چادر به درستی قابل ارزیابی نبود.

همین طور هم شده اولین گام بر روی مسیر مثل این بود که آب سردی را روی سرمان خالی کرده باشند، همه جا نیاز به نصب طناب ثابت داشتیم. بار دوم روی یک شیب تند یخی به تاریکی خوردیم، غذایی درست کردیم و با ولع خوردیم و گوشه چادر داخل کیسه خواب‌های خود خزیدیم. هنوز جابه‌جا نشده بودیم که احساس کردم کسی دانه‌های برنج را روی چادر می‌ریزد و صدای ترنم آن هر لحظه بیشتر و بیشتر شد. به طور طبیعی خودمان را جمع کردیم و به گوشه چادر چسبیدیم و بعد از صدای دوضربه شدید، چادر پاره شده بود، سکوت برقرار شده، چشمانمان را باز کردیم و دو تکه سنگ نسبتاً بزرگ به بزرگی سر آدم، درست وسط چادر همان جایی که چند لحظه پیش ولو شده بودیم، افتاده بود.

اینجا دیگه چی بود؟ کجا می‌نوانستیم برویم؟ شب هنگام وسط یک شیب پنجاه درجه گیر افتاده بودیم؛ فکر می‌کردیم بهترین جا را برای زدن چادر انتخاب کرده‌ایم و سه ساعت هم وقت صرفش کرده بودیم. در ناامیدی تلاش مختصری برای برپایی چادر در نقطه دیگر کردیم ولی آخر الامر به «وتیک» گفتم اگر بمب دیگری هم از آسمان پایین بیاید احتمال اینکه درست در همان محل قبلی فرود آید بسیار ناچیز است، بیا و همین جا شب را سر کنیم. «وتیک» پاسخی نداد و در حالی که هم چادر از دست رفته بود و هم روحیه درب و داغانی داشتیم شب را به صبح رساندیم. به دنبال آن اجباراً به کمپ اصلی بازگشتیم. در تلاشی مجدد که تا ارتفاع ۶۲۰۰ متری پیش رفتیم شیب بسیار تند یخی که حتی با کمک کرامپون هم نمی‌شد روی آن ایستاد، ما را از فعالیت بیشتر بازداشت. فکر می‌کنم در نهایت صعود قله از یال جنوبی امکان‌پذیر بود ولی امکان تراورس با توجه به این مسیر دشوار منتفی بود و همین باعث شد که «وتیک» نظر اولیه را رها کند و جبهه شمالی را برای شروع کار پیشنهاد نماید. هرچند نظر دیگری داشتیم، سکوت کردم و چیزی نگفتم. در کمپ اصلی بحث از سر گرفته شد و برای من دشوار بود که صعود بارزش یال جنوبی را رها کنم، «وتیک» تو حال و هوای خودش بود هیچ رقم کنار نمی‌آمد تا این که کاسه صبر من هم لبریز شد و گفتم حالا که اینقدر به هم وابسته هستیم باشد راه تورو می‌ریم. اما فقط بریم، باید یه کاری کرد، دست روی دست گذاشتن فایده‌ای ندارد.

صعود را از مسیری نو شروع کردیم و پنج روز به طول انجامید. صعود قله شمالی دشوار بود، قله مرکزی به نسبت ساده‌تر، کار را بدون مشکل خاصی تمام کردیم. تلاش ناموفق ما روی یال جنوبی هم هوایی لازم را ایجاد کرده بود. هرچند نظر «وتیک» مبنی بر ساده‌تر بودن مسیر شمالی برای تراورس صحت داشت ولی من کماکان دوست داشتیم این تراورس را از سمت جنوب شروع می‌کردیم.

از مسیر شمال صعود قله، فرود خود را آغاز کردیم و سر راه باردپای گروه ایتالیایی و هم‌قطاران لهستانی یانوژ ماژر و سایرین برخورد کردیم. حوالی کمپ دوم آنها در ارتفاع ۶۴۰۰ متری متوجه شدیم که از «وتیک» خبری نیست. او همچین آدمی نبود که سرش را پایین بیاندازد و بی‌خبر جایی برود. مدتی در انتظارش

نشستم و داشتم حاضر می‌شدم که جست و جو را برای یافتنش آغاز کنم که سر و کله‌اش پیدا شد و برایم شرح داد که چگونه برای احساس ایمنی بیشتر خود را به یک طناب قدیمی موجود در مسیر متصل کرده است و طناب پاره شده و او تا لب پرتگاهی به پایین غلتیده است؛ خوشبختانه، کرامپون‌هایش در آخرین لحظه با یخ درگیر شده و جان او را از مرگ حتمی نجات داده است. مثل اینکه بدیمنی زیر گرفتن این مار تمامی ندارد، اول مجوز K2 را ندادند بعد کامیون چپ شد و حالا هم که «وتیک» نزدیک بود فرشته مرگ را ملاقات کند.

اما تراورس قله برودپیک کل هدف ما در این برنامه را تشکیل نمی‌داد. وقت آن بود که سراغ گاشربروم ۴ و دیواره معروف آن می‌رفتیم که بسیار زیبا بود و انتظار می‌کشید که آرزوی دیرین و غیرممکن کوه‌نوردان را تحقق بخشد. کوهی که در همان نگاه اول «نه» را در نگاهش می‌خواندی و هیچ‌کس نمی‌توانست حدس بزند که چه وقت و توسط چه کسی صعود خواهد شد، حقیقتش اولین بار که آن را از نزدیک دیدم صعودش را غیرممکن دانستم. با تماشای مجدد دیواره ۳۰۰۰ متری آن در دفعات دیگری که از پای آن رد می‌شدم کمی این باور را در خود به دست آوردم که شاید بتوان آن را صعود کرد. «وتیک» در ارتباط با این دیواره بسیار صحبت می‌کرد و من فکر می‌کردم برای صعود آن داشتن اراده‌ای پولادین شرط اول است. در یک تجربه آزمایشی ۲۰۰ متر دیواره را صعود کردم و سعی کردم مسیر را به خاطر بسپارم. کم‌کم به خواست خود باور می‌کردم. پس از چند روز استراحت و تفکر و اطمینان از پایدار ماندن وضع هوا، بالاخره یک روز حوصله‌مان سرآمد و کوله‌باری را برای مدت پنج روز بستیم و مسیر ۸ ساعته کمپ اصلی تا پای دیواره را طی نموده و صعود را شروع کردیم. تا ابد که نمی‌شد به انتظار نشست!

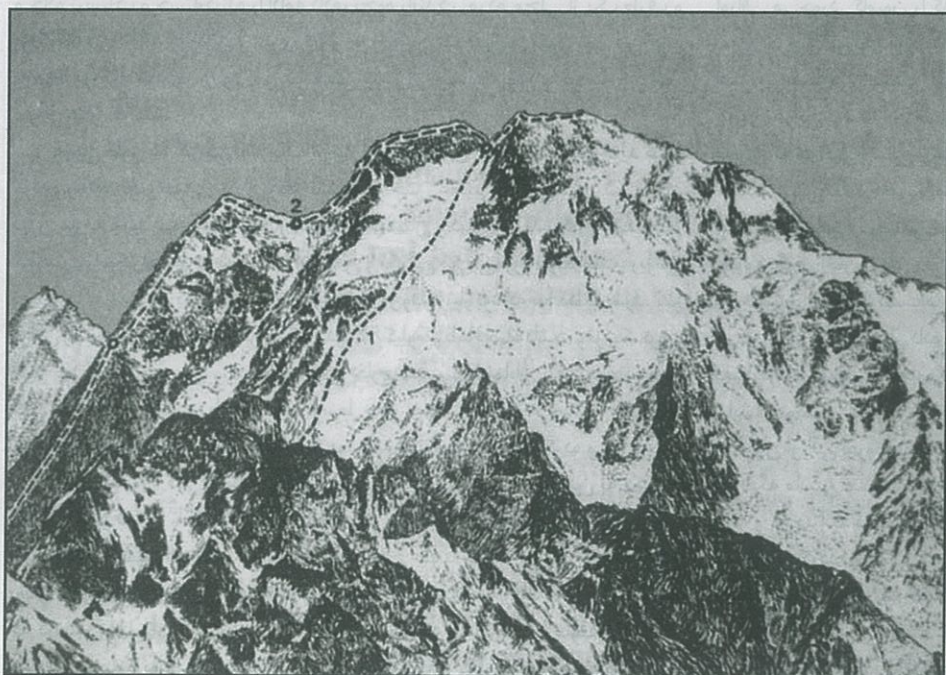
کمی از شروع حرکت مان به طرف دیواره نگذاشته بود که یک مرتبه «وتیک» زده سرش و نشست زمین و خواست که سر و ته کنیم و راهی خانه شویم.

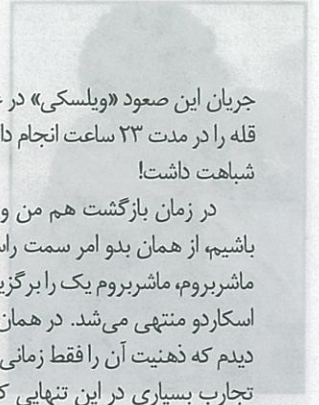
- می‌دونی چیه، اصلاً بره گم شه، دیواره به دلیم خوش نیومده، هوا هم همین طور... بذار برگردیم خونه.

خیلی عصبانی بودم، این همه سال مرا ترغیب به صعود این دیواره کرده بود و حالا که پای دیواره هستیم خودش عقب نشست بود.

- بسیار خوب وتیک! برمی‌گردیم ولی تا یک مدت دور و بر من نیا.

به کمپ اصلی بازگشتیم و عملاً برنامه ما پایان گرفت. ماژر، ویلسکی پاولووسکی و فیوت موفق شده بودند قله را در یک تیم چهار نفره از مسیر عادی صعود نمایند. در





جریان این صعود «ویلسکی» در عین حال رکورد تازه‌ای به جا گذاشت او صعود و فرود قله را در مدت ۲۳ ساعت انجام داده بود که خارق العاده بود؛ نه به کوه‌نوردی، بلکه به دو شباهت داشت!

در زمان بازگشت هم من و هم «وتیک» نیاز خاصی را حس می‌کردیم که تنها باشییم از همان بدو امر سمت راست را برای فرود خود برگزید و من مسیر غیر معمول ماشربروم، ماشربروم یک را برگزیدم که کوتاه‌تر بود و با گذشت از دهکده‌های بین راه به اسکارو منتهی می‌شد. در همان ابتدای کار قله زیبا «بیارچدی» به ارتفاع ۶۷۰۰ متر را دیدم که ذهنیت آن را فقط زمانی توانستم پاک کنم که یک روزه قله آن را صعود کردم، تجارب بسیاری در این تنهایی کوهستان مستقر است. بدون همراه با خودم صحبت می‌کردم و هر کاری را که دلم می‌خواست انجام می‌دادم و خود را جزئی از این کوهستان بزرگ حس می‌کردم. اطلاعات و نقشه‌های ما از منطقه چندان دقیق نیستند و قره قوروم را به درستی معرفی نمی‌کنند از آشنی‌زمان پیش از فرود پرسیده بودم او معتقد بود که بهتر است یک طناب ۱۰ متری با خودم بردارم. درست افتاده بودم در دل نقاب‌ها و شکاف‌ها، اگر دو نفر بودیم مشکلی نبود یکی سر طناب را می‌گرفت ولی تنهایی می‌بایست مطمئن بودم که اگر بیرم آن طرف شکاف را می‌گیرم یا نه و اگر داخل شکاف بیافتم توان خروج از آن را ندارم. بالاخره از بخش مورن‌های یخچالی در انتهای برآمدگی یخچال چمنزار سبز و وسیعی را دیدم که جدا از دنیای سفید و سیاه صخره و برف سر راه بود. هوا رو به تاریکی بود و هنوز تعدادی برج یخی سر راه بود که هر آن امکان ریزش آنها وجود داشت. در آخرین لحظه یک دیواره پانزده متری ارتباط مرا با چمنزار قطع می‌کرد. فکر می‌کنم این همان جایی بود که آشنی‌ما فکر می‌کرد با یک طناب ۱۰ متری از آن عبور خواهیم کرد. پیش خودم قسم خوردم که اگر روزی روزگاری دوباره ببینمش با او در این باره و میزان اطلاعاتش صحبت کنم.

پس از زدن یک پیچ یخ و بستن طناب دیدم که حداقل آخر طناب پنج متر تا سطح زمین فاصله دارد. مانده بودم بپریم یا نه؟ ارتفاعی حدود طبقه اول یک خانه با زمین فاصله داشتیم. حتی اگر پایم نمی‌شکست باز سخت بود تصمیم بگیرم چون ممکن بود شکافی اون پایین باشد. در عین حال راه دیگری نداشتیم اول کوله را انداختیم بعد صندلی فرود را بستیم و به آخر طناب که رسیدیم یواشکی پایم را پایین آوردم و خود را از طناب آزاد کردم. نوک کرامیون‌هایم با یخ تماس پیدا کرد، از شکاف پنهان خبری نبود، بار و بندیل را ریختم توی کوله و راه افتادم و چند قدم جلوتر به چمن‌زار رسیدم. انگار داخل بهشت بودم، چادرم را زدم و در عالم خلسه خود داخل کیسه خواب دراز کشیدم و دقایق تلاش پرماجرایی خود را به تصویر کشیدم که بسیار خوشایند بود ولی دوام چندانی نداشت و با روشنایی روز و تابش خورشید مجدداً چادر را جمع کرده و راهی پایین شدم. به جمع روستاییان و مردمی رسیدم که تماماً خودکفا بودند و گویی طی هزاران سال زندگی شان هیچ تغییری نکرده است و حال غریبه‌ای از کوره راه صخره‌های بالای سرشان پای در حریم دهکده‌شان نهاده بود. ترس را در نگاه زنان و کودکان شان می‌شد دید که با کنجکاوای همراه بود، حرف می‌زدیم و با آنها شوخی می‌کردم ولی قادر به ارتباط زبانی با آنها نبودم. پارچ پر از شیر برایم آوردند و مقداری به بچه‌های شان

شکلات دادم و پس از نوشیدن شیر به راه خود ادامه دادم. چند ساعت جلوتر دهکده‌ای دیگر را دیدم که هفته‌ای یک بار با جیب می‌شد از آنجا به طرف اسکارو رفت، جلوی مدرسه‌ای بودم که معلم آن مرا به اقامت شبانه در آنجا دعوت کرد:

- امشب را نزد من بمان.
- بالاخره یک نفر پیدا شده بود که می‌توانستم با او حرف بزنم.
- از کجا می‌آیی؟ تنهایی؟ دوستانت کجا هستند؟
- از ماشربروم لا می‌آیم و تنها هستم.
- چطور می‌شه آخه؟ پس بقیه؟
- بقیه‌ای در کار نیست، تک و تنهاییم...
- اما امکان ندارد فقط پنج سال پیش یک گروه آمریکایی موفق شدند از این گردنه و گذرگاه پایین بیایند.

اینکه معلم نمی‌توانست مرا باور کند برای من بسیار خوشایند بود و نشان می‌داد که فرود از این مسیر به تنهایی کمتر از صعود قله برودپیک نبوده است. قصد نداشتم منتظر ماشین بمانم از معلم بی‌باور ولی میهمان نواز خداحافظی کردم و راه دره سبز را ادامه دادم. در ارتفاع دو تا سه هزار متری گرمای مطبوعی بود و درختان زردآلوی فراوانی سر راه بود که دل سیری از آن خوردم.

در اسکارو «وتیک» را مجدداً دیدم و در گیلگیت به اتفاق به سراغ کامیون مان رفتیم که مجدداً سراپا بود و ظاهراً همه چیزش را بسته بودند ولی کماکان کار نمی‌کرد. از قطعات یدکی خبری نبود و جویبی بابت تلکس ارسالی به لهستان هم نرسیده بود و حدس می‌زدم که «تومک» و «روزیک» صاحبان کامیون آن قدر عصبانی هستند که چشم دیدن ما را ندارند و حتماً کلی بد و بیراه نثارمان کرده‌اند. بالاخره از دولت پاکستان مجوز فروش این کامیون اوراقی را گرفتیم و علاوه بر پول فروش، هفتصد دلار هم من و «وتیک» به آن اضافه کردیم و ظاهراً با این کار از طرف صاحبان کامیون بخشیده شدیم.

علی‌رغم ترانس قله برودپیک، فصل موفق را در کارنامه خود نمی‌دیدم کامیون و بسیاری از وسایل از دست رفته بودند، به مجموعه قله هشت هزار متری من چیزی اضافه نشده بود و با کسانی هم که عمری آن‌ها را دوست خود قلمداد می‌کردم توافقی حاصل نشده بود. کمی افسرده خاطر بودم و می‌بایستی دوباره از نو آغاز می‌کردم. وقتی از «وتیک» پرسیدم که نظرش درباره دو برنامه زمستانی به هیمالیا چیست؟

- علاقه‌ای ندارم.
- دو قله در یک زمستان، داتولاگیری و چوایو.
- اصلاً امکان نداره مزخرف گویی را اول کن، دیوونه‌ای؟ اصلاً زمان این کار کم است.
- ولی شاید این جسارت و بی‌باکی نتایج خوبی را به همراه داشته باشد.
- پس بهتره هر کدوم راه خودمون رو بریم.
- می‌دونی! مثل این که وقتشه که فعلاً به کار مشتری که با هم شروع کردیم نقطه پایانی بگذاریم تو راه خودت رو برو و منم راه خودم رو. و این در عین حال پایانی برای فصل صعودهای من در سال ۱۹۸۴ بود. Δ
- ۱- واحد پول لهستان



**جناب آقای احمد برجسته (بروجرد)**  
**جناب آقای مومنی (اصفهان)**  
**مصیبت وارده را به شما**  
**و خانواده محترم تان**  
**تسلیت می‌گوییم.**  
**فصلنامه کوه**

**خانواده محترم مقدم**  
**هم‌نورد عزیز جناب آقای محمد مقدم گرچه خبر**  
**درگذشت استاد بزرگوار و پیش‌کسوت عرصه**  
**کوه‌نوردی مرحوم حسین مقدم، سخت و جانکاه بود اما**  
**تا نام کوه و کوه‌نوردی باقیست نام بلند او بر قله‌های**  
**رفیع این رشته ورزشی خواهد درخشید.**  
**یادش گرامی و روحش شاد**  
**سندج: صلاح الدین حقیقیان - ناصر محمدی**  
**کورش جوانمرد نژاد**



## روایت سفر یک ایرانی که به قله لوگان در مرز کانادا و آلاسکا صعود کرد

اگر بخوایم به روش آلپی صعود کنیم، نیازی به این همه طناب نیست. طناب‌های استتیک را جا گذاشتیم. شکاف‌های یخی کم‌کم نمایان می‌شد. از یک شکاف که دهانه‌ای یک متری داشت و هیچ یل برفی نداشت به سختی رد شدیم. حرکت ما با کوله‌های بسیار سنگین به کندی انجام می‌گرفت. بوران و برف به سر و صورت ما شلاق می‌زد. کلاه اضافی را از جیب یادگیرم درآوردم و به لوئیس دادم؛ او تصمیم به برگشت داشت. او را متقاعد کردم که برگشت هم خطرناک است چون جایی را نمی‌بیند.

به خطالراس رسیدیم و روی گردهای که شیب ۳۰ درجه داشت جای چلاری درست کردیم. لوئیس به درون چادر رفت و من هم مشغول کندن غار برفی برای لوازم اضافی و توالت شدم. بارش برف و توفان تا ساعت ۴:۳۰ ادامه داشت و چادر کلاً زیر برف مدفون شد. روز شنبه ۲۰ می ساعت ۷ صبح از چادر بیرون آمدم. هیچ جا دیده نمی‌شد هوا گرم‌تر شده بود و بارش کمتر. ساعت ۱۰ صبح تصمیم گرفتیم که آرام آرام صعود کنیم. اگر جای مناسب‌تری یافتیم چادر می‌زنیم و اگر هم هوا بهتر شد که در حال صعود هستیم.

حدود ۵۰ متر ارتفاع گرفتیم که هوا بلتر شد. به سمت سنگ‌ها رفتیم تا شاید بتوانیم این قسمت پودری را پشت سر بگذاریم. برف بسیار زیاد بود و صعود غیرممکن. تلاش ما بیهوده بود و تا سینه در برف فرو می‌رفتیم. در برف پودری مدتی طول کشید تا توانستیم جای چادر درست کنیم. به ناچار مجدداً چادر زدیم. در این منطقه، شب و روز یکی است. اگر هوا بهتر می‌شد، در شب می‌توانستیم صعود کنیم.

### جدایی از لوئیس

در روز ۲۱ می آنچه می‌خواستیم، شد. هوا آفتابی و تاملی منطقه نمایان بود. ساعت ده صبح به راه افتادیم. سه طول سنگ و یخ و برف صعود کردیم. در یک قسمت لوئیس نمی‌توانست صعود کند و از بار سنگین شکایت داشت.

مقلاری از بار کوله‌ام را خالی کردم و لابه‌لای سنگ‌های گرده گذاشتم و نزد او فرود آمدم. گفتم من برای بارگذاری می‌روم و چادر را بالاتر می‌زنم. تو استراحت کن و وقتی برگشتم با کوله سبک‌تر صعود کن. مقلاری بار و چادر را برداشتم و با سرعت به تنهایی صعود کردم. در این قسمت، جبهه کوه تقریباً عمودی است و حدود سه هزار متر تا کف دره شمالی امتداد دارد. سنگ‌نوردی تمام شد و از یک شیب برفی تند بالا رفتیم و یک پرچم (علامت مسیر) دیدیم. در بالاتر، شیب برفی سی درجه بود. تصمیم گرفتیم روی همان گرده پهن بارگذاری کنیم و برگردیم. از مسیر خود پایین رفتیم. به لوئیس رسیدیم. باقی بارها را برداشتم و صعود کردیم.

پس از برپا کردن چادر، لوئیس مشغول آب کردن برف شد. من هم برای بررسی مسیر صعود کردم. مسیر آسان بود و با کمی برف کوبی روی یک شیب تند برفی قرار گرفتیم. با اریب رفتن به سمت جنوب یال و عبور از یک نقاب سه متری به محل چادر اول روی یال رسیدیم، ما برای رسیدن به اینجا سه روز در هوای خراب تلاش کرده بودیم. اگر هوا خوب بود می‌پایست از محل چادر پای یال یک روزه به اینجا برسیم. به چادر برگشتم. بارش برف شروع شد. ۲۳ می هوا باز هم ابری و برفی بود، نزدیک ظهر آفتاب کم نوری از پشت ابر و مه نمایان شد. مقلاری صعود کردیم. کمی بالاتر، مسیر گردهای و صخره بود. در این شرایط، صعود از صخره‌ها کار آسانی به نظر نمی‌آمد. مجدداً تصمیم گرفتیم که چادر بزنیم. ما در چادر بودیم که صدای کوهنوردانی را شنیدیم. صبح چهارشنبه ۲۴ می بارش برف قطع شده بود ولی هوا ابری و مه‌آلود بود. در این یک هفته فقط یک روز آفتابی داشتیم. از چادر بیرون آمیدیم و مقلاری بار آماده کردیم و ساعت ۹:۳۰ دقیقه چادر را ترک کردیم. تصمیم گرفتیم مقلاری بار جا بگذاریم.

با عبور از کنار نقلی طولانی صعود کردیم؛ نقاب‌ها به سمت دیواره شمالی بودند. سه طول طناب تا پای صخره‌ها بود. به هر صورت ۵ طول طناب روی سنگ‌ها راه رفتیم. به زیر شیب «گنبد» رسیدیم. روی گنبد محل چادر زدن است سه نفر از بالا در حال پایین آمدن بودند. از زیر تختگاه به علت هوای خراب برگشته بودند.

## یاد یار یاد قدیر

یکی از خصلت‌های خوب ایرانیان، قدردانی از پیش کسوتان و یادآوری و احترام به کارهای ارزشمند هم‌رهان و دوستان می‌باشد. در این گزارش یادی می‌کنیم از قدیر یزدانی، کوهنوردی که متأسفانه زود از میان ما رفت، روحش شاد.

از ماه می ۱۹۹۸ تا می ۲۰۰۰ با دوستان کانادایی کوهنوردی‌های زیادی کرده بودم. در اوایل می ۲۰۰۰ با دفتر پارک ملی کلوانی تماس گرفتیم و اطلاعاتی در مورد منطقه و قله لوگان خواستیم. از آنجا یک نوار ویدئو بریمان فرستادند که حاوی اطلاعاتی در مورد منطقه بود. از گوشه و کنار و از طریق اینترنت نیز مقدری اطلاعات گرفتیم.

کلوانی در زبان سرخپوستی یعنی ماهی بزرگ. پارک ملی کلوانی در شمال غربی کانادا و هم‌مرز با آلاسکا (ایالات متحده) است. وسعت این پارک ۸۵۰۰ مایل مربع است و بلندترین کوه کانادا یعنی مونت لوگان به ارتفاع ۶۰۵۰ متر در آن قرار دارد. این کوه اولین کوه بلند آمریکای شمالی است و از نظر وسعت بزرگترین کوه جهان است و در دشواری صعود هم ردیف کوه‌های سرسخت هیمالیا است. بسیاری از جبهه‌های این کوه هنوز صعود نشده است. روز یکشنبه ۷ می به همراه دوست کانادایی خود، «لوئیس نردستروم»، ونکوور را به مقصد یوکان ترک کردیم. اتوبوس ما ساعت ۷ صبح میل ریج را ترک کرد و سه شنبه ۹ می در ساعت ۴:۳۰ صبح به شهر وایت هورس در استان یوکان رسیدیم. حدود ۱۵۰ کیلوگرم بار داشتیم: سه کوله پشتی بزرگ، دو عدد سورت‌مه و دو ساک دستی. شب را در متلی در هنزجانکشن ماندیم.

### دریاچه یخ‌زده

صبح چهارشنبه که از خواب برخاستیم برف می‌بارید و همه جا سفیدپوش بود. پس از خوردن صبحانه، ساعت ۱۰ صبح با راننده شب قبل به دفتر پارک رفتیم و مجوز صعود را گرفتیم و به سوی بارگاه دریاچه کلوانی رفتیم. این اردوگاه یک کلبه چوبی بزرگ است که بعضی از کوهنوردان در آن می‌مانند و بعضی دیگر چادر می‌زنند.

ما در کنار دریاچه یخ‌زده چادر زدیم. این دریاچه ۱۵۵ مایل مربع وسعت دارد و به جز سه ماه از سال، بقیه اوقات یخ‌زده است. در جان پناه کوهنوردان بسیاری جمع بودند و تازه دریاچه‌ای که باید در لیست انتظار بمانیم. یک هواپیمای کوچک با دو کوهنورد، اگر هوا خوب باشد به پایگاه لوگان می‌رود. روز پنج شنبه تیم هشت نفره انگلیسی به پایگاه رفتند.

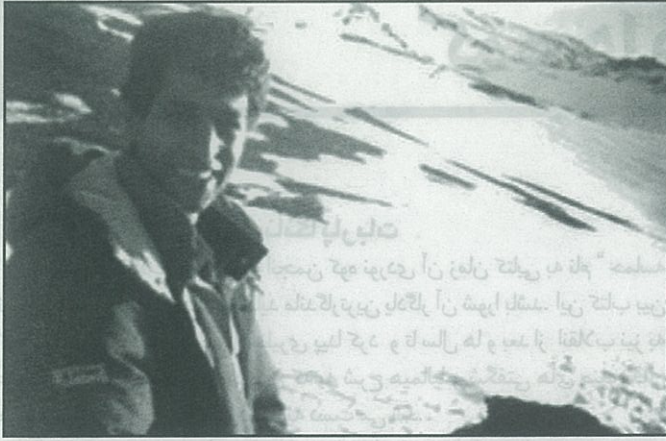
روزهای جمعه، شنبه و یکشنبه هوا خراب و برفی بود و این وضعیت تا ساعت چهار بعدازظهر روز چهارشنبه ۱۷ می ادامه داشت. در این هنگام خلبان به جان پناه آمد و به ما گفت که آماده پرواز شویم. غروب به پایگاه لوگان رسیدیم.

چادرهای بسیاری در محل بود. خیلی‌ها صعود کرده بودند خیلی‌ها هم ناموفق برگشته بودند. پس از برپا کردن چادر، آفتاب به پشت کوه لوگان رفت و سرمای شدید منطقه را فرا گرفت. مشغول آب کردن برف شدیم و پس از ردیف کردن کارها، ساعت یک نیمه شب در حالی که هوا هنوز روشن بود، به خواب رفتیم. در ماه‌های ژوئن و ژوئیه هوا در بیست و چهار ساعت شبانه روز روشن است.

### صعود به شیوه آلپی

پنج‌شنبه ۱۸ می ساعت ۶ صبح بیدار شدیم. تصمیم داشتیم به شیوه آلپی صعود کنیم. فقط یک چادر برداشتیم، کوله من حدود ۳۵ کیلوگرم و سورت‌مه‌ام نزدیک به چهل کیلوگرم وزن داشت. باید یخچال مسطحی را پشت سر می‌گذاشتیم. در دره‌ای وسیع حرکت می‌کردیم که کوه لوگان در جهت غرب آن بود. با غروب آفتاب به اردوگاه پیشرفته رسیدیم. شب سردی بود و در طول شب هم مانند روز صدای وحشتناک ریزش برف به ما گوش می‌رسید. محل چادرها امن بود، تا صبح چند بار چادر را برف‌روبی کردیم.

روز جمعه ساعت ۶ صبح از چادر بیرون آمدم، لوئیس هنوز خواب و هوا ابری و بارش برف آهسته‌تر شده بود. ۹ صبح چادرها را جمع کردیم و مقلاری از لوازم را جا گذاریم. به لوئیس گفتم



افتادم، اشک بر گونه‌هایم یخ بست. دوربین هم یخ‌زده بود شرایط توفانی اجازه توقف روی قله را نمی‌داد. باید هر چه سریع‌تر برمی‌گشتم؛ تختگاه منطقه‌ای مسطح به طول ۱۰ کیلومتر و عرض ۴ کیلومتر است احتمال گم شدن در این دشت یخی زیاد است. روی یال، به سوی جنوب پایین رفتم. بیشتر مواقع، باد بسیار تندی از جبهه جنوبی می‌وزد. بوران برفه دیدم را گرفته بود. روی کفی تختگاه آرام آرام می‌رفتم. از شکاف یخ می‌ترسیدم. ناگهان در یک شکاف تند افتادم، چکش ام را با تمام قدرت کوبیدم، ولی بیش از عکس‌العمل، من گیر کرده بودم. اگر شکاف پهن بود، کارم تمام شده بود. با توجه به جهت شکاف مسیرم را اصلاح کردم. دعا می‌کردم که هوا بهتر شود تا شاید جایی را بتوانم ببینم.

نزدیک به دو ساعت بود که در حال پایین آمدن بودم؛ اگر هوا خوب بود، تاکنون به چادرگاه رسیده بودم. هیچ جا را نمی‌توانستم ببینم. ساعت ۹ شب به غار برفی رسیدیم. پس از ۱۳ ساعت صعود و فرود بسیار خسته بودم.

دوشنبه ۲۹ می‌آماه پایین رفتن شدم. چادرگاه بعدی و «یال چاقویی» را پشت سر گذاشتم و به محل چادر «گنبد» رسیدیم. به اردوگاه اصلی رفتم؛ از محل چادر ۴۲۴۰ متر تا اینجا را هشت ساعته آمده بودم. در آن جا هیچ کس نبود، یک ساعتی به دنبال بی‌سیم گشتم، اما آن را نیافتم. ناامید به درون چادر رفتم و با تهیه غذاهایی مفصل، برای خودم جشن گرفتم؛ پنج روز بود که غذای حسلی نخورده بودم. ساعتی اطراف چادر پرسه زدم تا شاید بتوانم بی‌سیم را پیدا کنم، اما نشد. صبح سی‌ام می‌با صلاهی هلی‌کوپتری از خواب بیدار شدم و سراسیمه به بیرون چادر رفتم. هلی‌کوپتر از نزدیکی چادرم پرواز کرد و رفت. دور از محل چادرها، یک گودال بود، به سوی آن رفتم و با کندن برف یک کیسه برزنتی پیدا کردم که داخل آن بی‌سیم بود. با خواندن دستور العمل، آن را به کار انلاختم، روی یک برگه نوشته بود که ساعت ۸ صبح و ۷ بعدازظهر رادیو را روشن بگذارید.

۵ دقیقه به ۷ بعدازظهر، آن را روشن کردم، خلبان تماس گرفت و گفت اگر فردا هوا خوب باشد، به اینجا خواهد آمد. قبلاً از خلبان و دیگران شنیده بودم که ممکن است تا سه هفته هم به علت خرابی هوا، در پایگاه بمانیم و هواپیما نیاید. یک گروه ۱۶ روزه در اینجا منتظر هواپیما شده بود و یک هفته بدون غذا مانده بود. ساعت ۳/۳۰ بعدازظهر هواپیما آمد و به سوی دریاچه پرواز کردم.  $\Delta$

برگرفته از سایت خبرگزاری میراث فرهنگی

پنج‌شنبه ۲۵ می ساعت ۶ صبح از خواب برخاستم. پس از یک ساعت به «گنبد» رسیدیم. هوا آفتابی شده لوئیس را دیدم که از خط‌الراس سرزیر می‌شد. آن سه کاندایی هنوز در چادر مشغول خوردن صبحانه بودند. چند عکس گرفتم و لوازم فنی و مواد غذایی را که احتیاج به قلمبه داشت گذاشتم. فقط تقلات و سوپ برای یک هفته برداشتم. مسیر با شیب ۴۵ درجه شروع شد.

### یال چاقویی

بعضی قسمت‌ها تا ۷۰ درجه هم شیب داشت. عبور از دیوارهای یخی، رد کردن شکاف‌ها... پیش از آنکه به صعود فکر کنیم در فکر برگشت از این قسمت‌ها بودم... بدون طناب! در دو قسمت طناب ثابت‌های بسیار قدیمی و غیرقابل استفاده روی دیواره است. پس از رد یک دیواره یخی ۹۰ درجه به روی «یال چاقویی» رسیدیم. زیباترین قسمت یال اینجاست: واقعاً همچون چاقو تیز است یک گرده ۱۵۰ متری یخی که در هر دو سوی آن دیوارها با شیب بسیار تند تا کف دره‌های شمالی و جنوبی پایین رفته‌اند.

صعود به شکل اسبسواری انجام می‌گیرد و در بعضی قسمت‌ها روی سینه جنوبی آریب می‌روم. فکر برگشت از این گرده، از صعود منصرفم می‌کند. اما شوق رسیدن به قله و چندین ماه انتظار برای صعود، فکر برگشت را از سرم بیرون می‌کند. به هر حال این بخش بسیار زیبا را هم پشت سر گذاشتم و به محل چادر بعدی رسیدیم.

چند نفر در حال فرود از دیواره بالای آن جا بودند. رسیدند و مشغول چادر زدن شدند (انگلیسی بودند) و من هم مشغول کندن غار برفی شدم. سه کاندایی هم از پایین رسیدند. از نفرت انگلیسی فقط چند نفر تا قله شرقی صعود کرده بودند. سه ساعت طول کشید تا غار برفی آماده شد. روز جمعه ۲۶ می هوا نیمه ابری بود. مقلاری برف آب کردم و پس از گرفتن چند اسلاید به راه افتادم. دیگران هم شروع به صعود کردند. پس از رد کردن شکاف یخ نزدیک به محل چادر و حدود شش ساعت صعود که بیشتر برف‌کوبی سنگین بود، به محل چادرها در ارتفاع ۴۲۴۰ متر رسیدیم. هوا در حال خراب شدن بود، مشغول سوراخ کردن یک دیوار برفی شدم که سه نفر کاندایی رسیدند و سریعاً چادرهایشان را برپا کردند. یکی از آنان گفت که قدیر امشب به چادر ما بیا و استراحت کن، روز پرکاری داشتی. گفتم مزاحم نمی‌شوم، یکی از آنان باز هم اصرار کرد. گفتم: فقط امشب. هوا کاملاً خراب شده دماستنج به کوله‌ام آویزان بود شب که بیرون رفتم، دما ۴۰ درجه سانتی‌گراد زیر صفر بود. داخل چادر گورتکس برفک زده بود. تا صبح از شدت باد و سرما نخوابیدم.

روز بعد ۱۰ صبح از چادرها بیرون آمیدیم، هوا بدتر شده بود و تنها فاصله یک متر دیده می‌شد. ساعت سه بعدازظهر، دوستان تصمیم گرفتند که غار برفی درست کنند. تا ساعت ۸ شبه غار برفی آماده شد. نام آن را هتل سنت الیس (نام منطقه) گذاشتند. یک اتاق سه در سه بود. با یک راهرو ال مانند یکی از چادرها را جلوی در آویزان کردیم و با بلوک برفی آن را محکم کردیم. بسیار راحت بودیم. هوای داخل غار بیست درجه زیر صفر بود.

### موفقیت

روز یکشنبه ۲۸ می ساعت ۶ صبح از غار برفی بیرون آمدم. هوا ابری بود، اما نسبت به روز گذشته بسیار بهتر. صبحانه‌ای خوردم و مشغول آب کردن برف شدم. هوا بهتر شده یک فلاسک شیر کاکتو، یک قمقمه آب و مقناری شکلات و تقلات برداشتم. سه کاندایی یک ربع زودتر از من راه افتادند. این چهارمین روزی بود که فقط تقلات می‌خوردم، شکلات دیگری خوردم و کمی آب و یک ربع ساعت استراحت کردم. در ساعت یک بعدازظهر، شیب ملایم شد و قله‌ای نمایان گشت: «قله کاتب» یال جنوب شرقی (یال هلبسو) بود. با نزدیک شدن به آن، در دور دست قله‌ای دیگر نمایان شده به نظر می‌رسید که کیلومترها فاصله دارد.

با عبور از پایین و سمت راست قله کاتب مسیر را ادامه دادم. رد «کرامپون» دوستان بر یخ‌های «تختگاه» پینا بود. ارتفاع اینجا ۵۵۰۰ متر است. محل چادر گروه‌های قبلی اینجا بوده، اما ما می‌خواستیم از اینجا رد شویم. چند لحظه ایستادم و کمی آب نوشیدم، در حال حرکت کمی هم توت خشک خوردم. صورتم یخ‌زده بود و بینی‌ام قندیل بسته بود، ماسک توفان را روی صورتم کشیدم. بلوک‌های بسیار بزرگ از قله کاتب فروریزخته بود، با عبور از این قسمت به یک شکاف یخ عظیم رسیدیم. قله کاتب را پشت سر گذاشتم و به سوی جنوب ادامه مسیر دادم، ارتفاع این قسمت ۵۵۰۰ متر است. به انتهای تختگاه رسیدیم. یکی دیگر از کاندایی‌ها (استفن) در حال برگشت بود. گفتم: چرا برمی‌گردی؟ گفت: پله‌های سرد شده، می‌ترسم سرمازده شود. کاندایی دیگر (ایمن) به تله‌ای در حال صعود بود.

این یال از جبهه جنوبی کوه لوگان به این نقطه می‌رسد و بلندترین یال برای کوه‌نوردی در آمریکای شمالی است و تا قله شرقی ادامه دارد. ایمن در لابه‌لای صخره‌ها، روی یال از نظر ناپدید شد. یال در دو قسمت سنگی است و باقی یخ است.

ساعت ۴/۳۰ بعدازظهر پای بر قله شرقی گذاشتم. لحظاتی به یاد دوستان و خانواده‌ام در ایران

**کتاب آموزشی یخ نوردی و صعودهای ترکیبی (از)**

**صعودهای ترکیبی (از)**

**مقدماتی تا پیشرفته (نتیجه گردآوری و تالیف افشین یوسفی است. بخش آن به عهده گروه فرهنگی ققنوس پارس می باشد.)**

# کوه ها و آدم ها

مترجم: علی پارسایی

در کوه های آلپ به علت صعودهای انفرادی گستاخانه اش به کله شقی و سر سختی معروف بود.

روز دوم جولای او و "اوتو کمپتر" به کمپ پنجم رسیدند. ساعت یک بامداد روز سوم جولای "بول" آماده حرکت شد. کمپتر به سختی از کیسه خواب خود خارج شد و چندان آماده صعود نبود. بول بعد از نا امید شدن از آمادگی کمپتر چادر را به تنهایی ترک و به سمت قله حرکت کرد.



هوا بسیار سرد ولی کاملا صاف بود. با طلوع خورشید بول متوجه نقطه سیاهی شد که در پایین مشغول حرکت است. او "اوتو کمپتر" بود که تلاش می کرد به دنبال "بول" حرکت کند. اما بعد از مدتی به علت خستگی از ادامه صعود منصرف شد.

دکتر کوفر این لحظات را چنین توصیف می کند: شیاطین ارتفاع در گوش تو زمزمه می کنند برای چه بالا می روی برگرد. چرا خودت را خسته می کنی برگرد به چادر آن جا راحت تری برگرد....

امبول مصمم بود به راه خود ادامه بدهد. ساعت های متمادی از روی سنگ های یخ زده و مسیرهای برفی بالا رفت. در ساعت دو به گردنه زیر قله رسید. از اینجا تازه مسیر سنگی آغاز می شد. او کمی استراحت کرد و کوله خود را آن جا گذاشت و تنها پرچم قله و دوربین و باتوم هایش را با خود برداشت. درگیری با بخش سنگی زمان بسیار زیاد طول کشید و در ساعت ۶ بعد از ظهر به بالای آن رسید.

و یک ساعت بعد هنگامی که تنها قله نانگا پاربات قسمتی از روشنایی روز داشت با برداشتن آخرین گام ها توانست به حماسه نانگا پاربات برگ جدیدی اضافه کند او بر فراز قله بود.

بعد از گرفتن چند عکس سریعاً راه بازگشت را در پیش گرفت. هوا رو به تاریکی می رفت. در میانه تیغه های مسیر بازگشت در ارتفاع حدود ۷۸۰۰ متر مجبور به بیتوته شد. بدون کیسه خواب - بدون چادر - بدون کت پر - بدون هیچ چیز! آن شب از باد در کوه هیچ اثری نبود شاید به عقیده باربران محلی آن شب خدایان محافظ نانگا پاربات خواب بودند. به هر تقدیر هرمان بول با فرا رسیدن روشنایی به پایین بازگشت.

او بعد ها گفت: ارواح کوه نوردان کشته شده در نانگا پاربات را می دید که او را تشویق به راه رفتن می کردند.....

در کمپ اصلی همه از بازگشت او نا امید شده بودند و قصد بازگشت داشتند. اما نفرت کمپ پنج وقتی در حال نصب لوحه یادبودی بودند که بعد از آن کمپ را جمع کنند نقطه سیاهی را دیدند که به پایین می آمد.

آری هرمان بول زنده بود. چهره او بر اثر رنجی که کشیده بود شبیه به پیر مرد ها شده بود او از قله می آمد.

هرمان بول چهار سال بعد باز به قره قوروم بازگشت. او و دوستانش قله برودپیک (۸۰۴۷ متر) را با روش آلپی و بدون شریا صعود کردند. بول معتقد بود استفاده از شریا و صعودهای محاصره ای در کوه های بلند ارزش صعود را پایین می آورد. با این صعود او اولین انسانی شد که دو قله هشت هزار متری را صعود نموده.

چند روز بعد او در قله چوگولیزا (۷۶۵۴ متر) بر اثر شکستن یک نقاب برای همیشه ناپدید شد. پیکر او هیچگاه یافت نشد. △

## نانگا پاربات

پیش از انقلاب و به همت انجمن کوه نوردی آن زمان کتابی به نام "حماسه نانگا پاربات" به چاپ رسید که شاید ماندگارترین یادگار آن شورا باشد. این کتاب بین کوه نوردان ایرانی معروفیت بی نظیری پیدا کرد و تا سال ها و بعد از انقلاب نیز به عنوان تنها کتاب موجود کوه نوردی که به شرح هیمالیا و شگفتی های صعود قله هشت هزارمتری می پرداخت دست به دست می شد.

این کتاب راوی یکی از بزرگترین و بی نظیرترین حماسه های کوه نوردی در صعود به کوه های بلند است. نویسنده کتاب "دکتر کارل هرلیخ کوفر" یکی از معروف ترین سرپرستان هیات های اعزامی به قله های هشت هزار متری بود.

نکته جالب در باره دکتر کوفر این بود که وی هیچ گاه خود از کمپ اصلی هیچ قله ای بالا نرفت ولی عشق عجیب او به دنیای کوه های بلند باعث شده تا از سال ۱۹۵۳ تقریباً هر سال یک هیات بزرگ را در قره قوروم و هیمالیا سرپرستی کند. کتاب نانگا پاربات شرح تلاش های کوه نوردان از سال ۱۸۹۵ تا ۱۹۷۰ است. تلاشی که در طی آن بیش از ۳۵ کوه نورد و شریا برای رسیدن به تارک این کوه سر سخت جان خود را از دست دادند.

قلم توانای دکتر کوفر به زیبایی توانسته این افسانه صبر و تحمل و پایداری کوه نوردان در برابر تمام مشکلات این کوه را به تحریر در آورد. چه آن جایی که از زبان یکی از جان باختگان کوه می نویسد:



کوهستان تمام لشکریان خود را برای غلبه بر ما فرا خوانده - توفان برف و بهمن سربازان این هجوم هستند. گویی ما درگیر یک نبرد نابرابر هستیم اما عجیب است که ما در این کارزار به دشمن خود عشق می ورزیم. ما عاشق کوهستانیم.

هر چند در نهایت دسته گلی بر گردن فاتح کوه انداخته می شود ولی این فاتح هرگز نباید زحمات گذشتگان و کوشندگان قبلی را فراموش نماید. اگر همت و تلاش آن گذشتگان نبود هرگز این صعود عملی نمی شد.

نانگا پاربات با ۸۱۲۵ متر در منطقه دیمیر کوه های قره قوروم

پاکستان قرار دارد و نهمین کوه هشت هزار متری جهان محسوب می شود. این قله اولین هشت هزار متری جهان بود که شاهد تلاش کوه نوردان برای صعود خود بود. کوه نورد معروف "مومری" اولین تلاش خود را از جبهه دیمیر تا ارتفاع ۶۰۰۰ متری این کوه انجام داد و به علت مشکلات مسیر سعی کرد مجدداً از جبهه "راکیوت" خود را به قله برساند. او نمی دانست که جبهه راکیوت با بیش از ۴۵۰۰ متر اختلاف ارتفاع بلند ترین دیواره سنگ یخی دنیا است! مومری برای همیشه در نانگا پاربات ناپدید شد....

کوه نوردان آلمانی ۳۵ سال بعد برای صعود این کوه تلاش نمودند تلاش هایی سخت و دشوار ولی تمام هیات های اعزامی تا قبل از جنگ جهانی دوم بازگشت رادر پیش گرفتند و آنچه بر جا ماند بدن مدفون شده ۲۵ شریا و ده کوه نورد بود.

نانگا پاربات به کوه سرنوشت و حماسه آلمان ها تبدیل شده بود.

بعد از جنگ جهانی دوم و در سال ۱۹۵۳ یک هیات مشترک آلمانی و اتریشی باز به سمت نانگا پاربات عزیمت نمود. سرپرستی این هیات با "دکتر کارل هرلیخ کوفر" بود. تیم اعزامی با تلاش زیاد موفق شد مسیر را تا ارتفاع ۷۰۰۰ متری آماده کند. در ۲۹ ماه می آنها خبر صعود اورست توسط تیم انگلیسی را شنیدند.

یکی از اعضای این تیم "هرمان بول" کوه نورد معروف اتریشی بود. هرمان بول

# نکات فنی

ترجمه: علی پارسایی

<http://www.parsaei.com/techtip>

کوه نوردی فنی می تواند برای مبتدیان و حتی افراد با تجربه بسیار خطرناک باشد. نکاتی که در این صفحه ذکر شده تنها برای آشنایی و بهره گیری آن دسته از افرادی است که صلاحیت و توانایی کافی انجام صعود های فنی را دارند. کوه نوردی فنی احتیاج به ممارست تمرین و یادگیری فن زیر نظر یک مربی مجرب را دارد. نکات ذکر شده تنها به عنوان آشنایی و ایده گرفتن از روش های گوناگون بوده است. مطالعه این مطالب به تنهایی نمی تواند از هیچ شخصی یک کوه نورد فنی بسازد.

تمامی تلاش هنگام گردآوری این مجموعه صورت گرفته تا مطالب عرضه شده خالی از خطا باشند اما احتمال وجود خطا و یا ناقص بودن هر یک از روش ها و یا توصیه ها وجود دارد. ضمناً ممکن است روش های بهینه تری برای انجام تکنیک ها و یا تاکتیک های کوه نوردی فنی به غیر از آنچه در این مجموعه آورده شده وجود داشته باشد. نگارنده و فصلنامه کوه هیچ گونه مسئولیتی چه مستقیم چه غیر مستقیم در باره حوادث ناشی احتمالی برای افرادی که از این توصیه ها استفاده نموده اند چه مبتدی چه کهنه کار را به عهده نمی گیرد. مسئولیت کامل استفاده از توصیه ها و مطالب و تصاویر این مجموعه بر عهده خواننده است.

معرفی ابزار و لوازم فنی تنها جهت آشنایی خواننده با آن ها بوده و هدف تبلیغ ابزار از تولیدی خاصی نمی باشد

## سه نکته اساسی در فرود

فرود بر روی طناب در کوه نوردی کار لذت بخشی است اما آمار نشان داده است که بخش قابل توجهی از حوادث در کوهستان بر اثر بی دقتی در فرود صورت گرفته است. قبل از فرود رفتن به این نکات توجه کنید

### ۱- ایمنی و جهت کارگاه

آیا کارگاهی که قصد فرود بر روی آن را داریم مستحکم است؟

آیا می توان به ابزار ثابت کارگاه اطمینان کرد؟

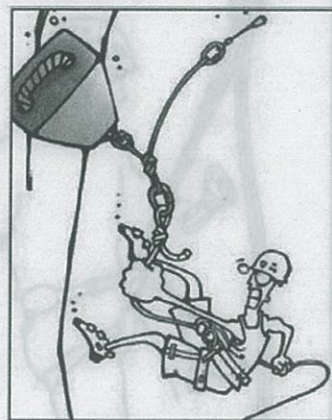
آیا تسمه ها و یا سیم بکسل و یا زنجیر کارگاه سالم هستند؟

اگر بر روی کارگاه حلقه فرود وجود دارد آیا وضعیت آن مناسب است؟

آیا زوایای مناسب ( زیر ۶۰ درجه ) در برپایی کارگاه در نظر گرفته شده است؟

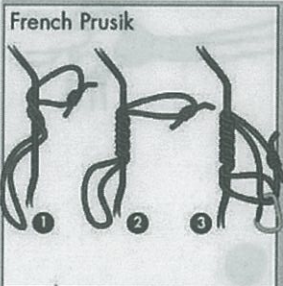
اگر پاسخ به هر یک از این سئوالات منفی بود باید حتماً نسبت به اصلاح وضعیت کارگاه اقدام کرد و حتی در صورت لزوم ابزار دیگری برای تقویت ساختار به آن اضافه نمود.

به یاد داشته باشیم هیچ ابزاری به اندازه جان انسان دارای ارزش نیست.

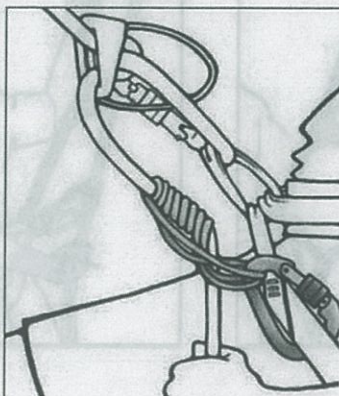


### ۲- استفاده از خود حمایت در حین فرود

در تمامی مراحل فرود حتی آن دست از فرود هایی که به زمین می رسند باید از خود حمایت استفاده نمود. ساختار فرود بر مبنای شکست طناب در داخل ابزار فرود است و شکست توسط فشار دست ایجاد می شود. در صورتی که دستی که وظیفه



کنترل طناب را بر عهده دارد از طناب جدا شود طبیعتاً نتیجه آن سر خوردن بسیار سریع بر روی طناب و اصابت با زمین و ... می باشد. طبیعتاً در محیطی مانند کوهستان خطرات محیطی زیادی وجود دارند که می توانند باعث شوند فرود رونده کنترل طناب را از دست بدهد. برای جلوگیری از این امر



باید از گره های چفت شونده بر روی طناب ( پروسیک - مشار ) و یا ابزار خاص قفل شونده ( شانت ) استفاده نمود.

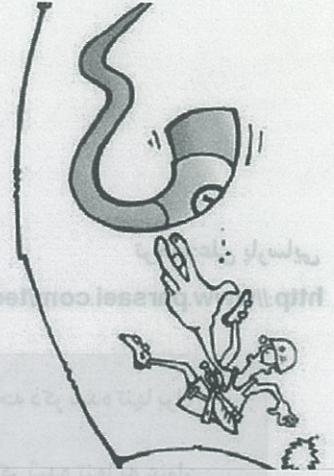
نکته دیگر احتمال سر خوردن ابزار فرود بر روی طناب های نو است به خصوص در زمانی که از طناب یک لا استفاده شود. در چنین صورتی اگر تعداد دورهای گره ( مشار یا پروسیک ) کم باشد ممکن است حتی گره هم نتواند سر خوردن را بخوبی کنترل کند. ( بنابراین توصیه می شود بر روی طناب های تازه با احتیاط بیشتر عمل فرود و حتی حمایت را انجام داد. )

دو روش کلی برای خودحمایت در فرود وجود دارد. گره بالای ابزار فرود و گره پایین ابزار. هر دو روش صحیح می باشند و بنا به سلیقه و خواست نفر می توانند در موقعیت های جداگانه مورد استفاده قرار گیرند.

به صورت مرحله ای و از بالای یک دیواره . در فرود های مرحله ای از آنجایی که نفرات داخل زنجیره حمایت قرار ندارند رعایت ایمنی باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد. معمولاً حمایت از خود در کارگاه توسط یک تسمه و کارابین که به هارنس (صندلی) نفر وصل است انجام می شود. برای اینکه از احتمال بروز خطا در حین باز و بستن این وسایل بکاهیم می توان از روش زیر استفاده نمود . در این روش تعداد باز و بسته شدن کارابین به حداقل می رسد و نفر مطمئناً در تمامی مراحل به کارگاه متصل است .

### ۳- گره انتهای طناب

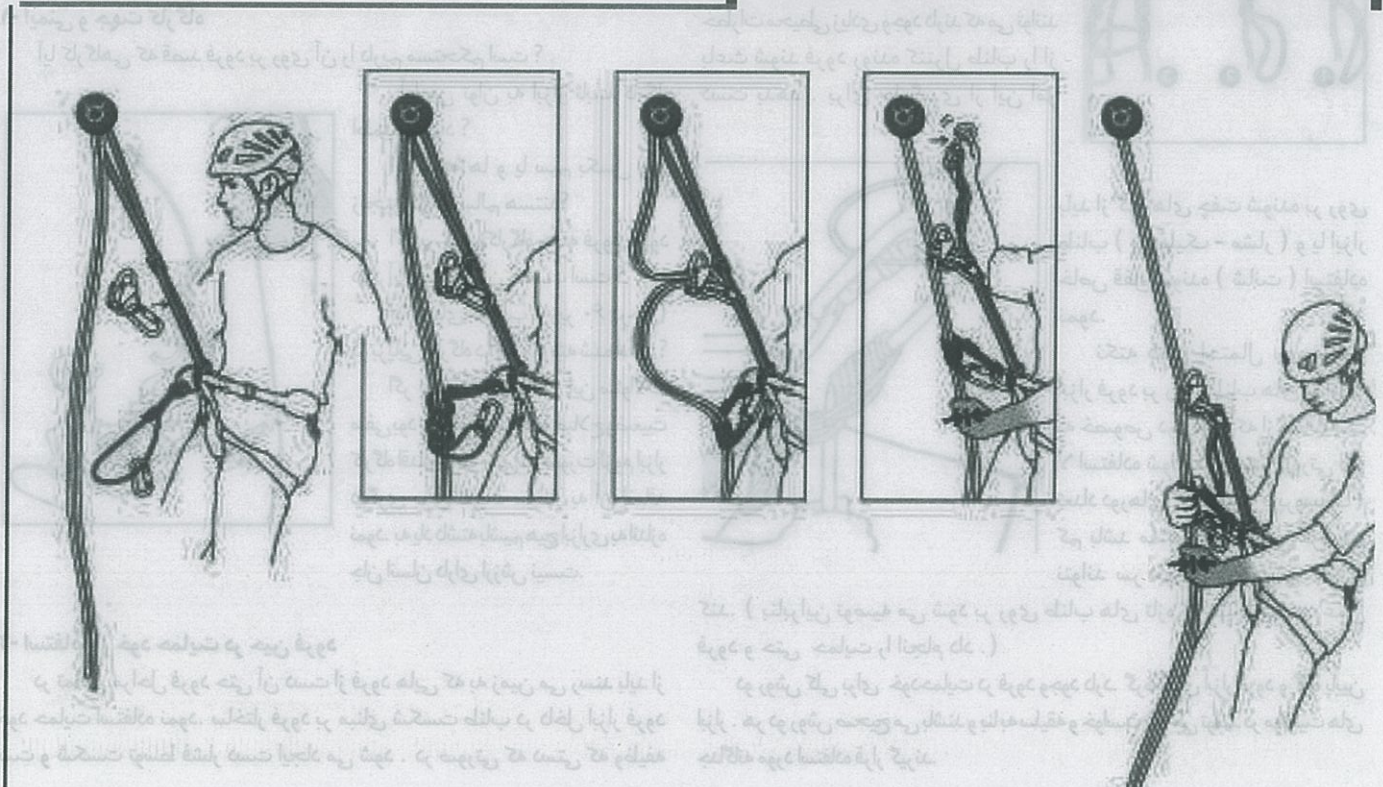
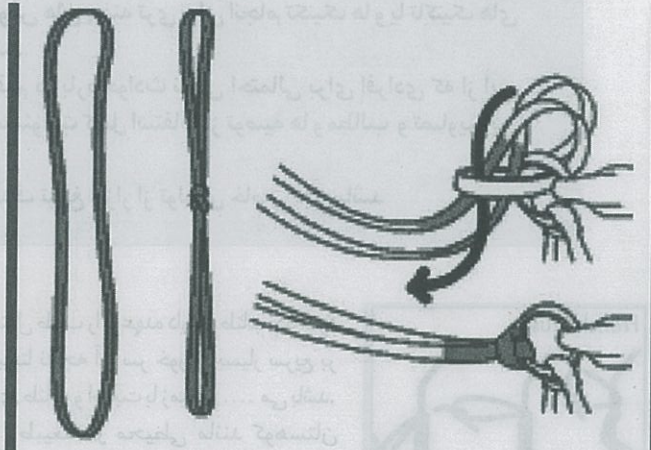
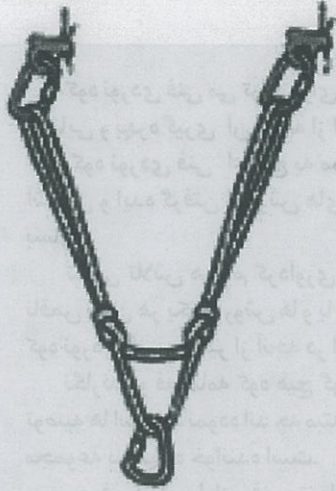
همواره انتهای طناب خود را گره بزنید . این گره باید تا حدی بزرگ باشد که از داخل ابزار فرود رد نشود. عواقب زدن این گره می تواند بسیار تلخ باشد . در فرود های مرحله ای توصیه می شود انتهای طناب ها را جداگانه گره بزنیم . علت این امر این است که وقتی نفر اول به کارگاه می رسد . یکی از گره ها را باز می کند از داخل کارگاه عبور می دهد و باز گره می زند . در چنین حالتی ریسک از دست دادن طناب در حین پایین کشیدن آن کم می شود.



نکاتی که در باره فرود مورد اشاره قرار گرفت همواره باید مورد توجه قرار گیرند چه فرود از ارتفاع چند متری باشد چه فرود

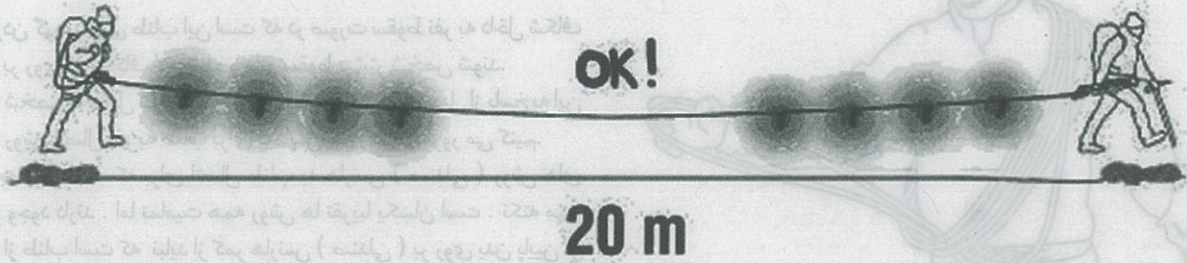
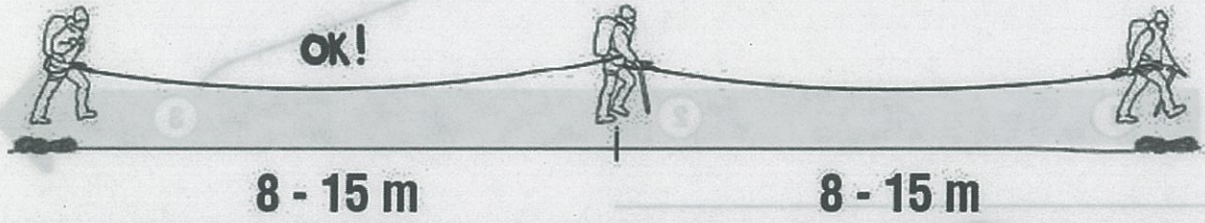
### کارگاه

کارگاه هایی که در کوه نوردی فنی مورد استفاده قرار می گیرند از لحاظ بر پایی به دو دسته تقسیم می شوند . دینامیک و یا استاتیک. یکی از نقاط ضعف کارگاه های دینامیک این است که در صورت کنده شدن یکی از ابزار کارگاه شوک بزرگی در اثر تغییر طول به کارگاه وارد می شود . برای کمتر نمودن این شوک می توان مطابق شکل، دو گره بر روی هر یک از بازوهای کارگاه زد. در این حالت که شاید بتوان آنرا ترکیبی از کارگاه های دینامیک و استاتیک بر شمرد از مزیت های هر دو روش در برپایی کارگاه سود برد.

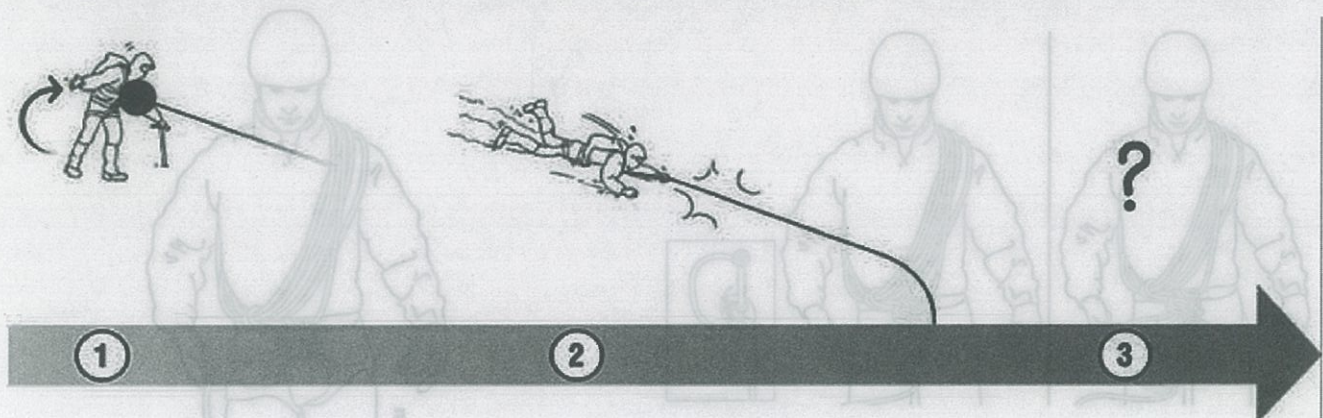
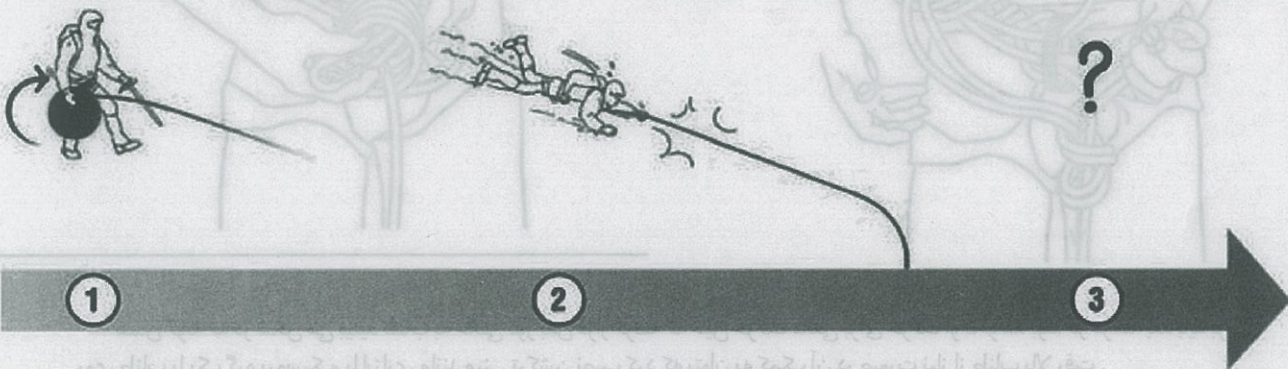


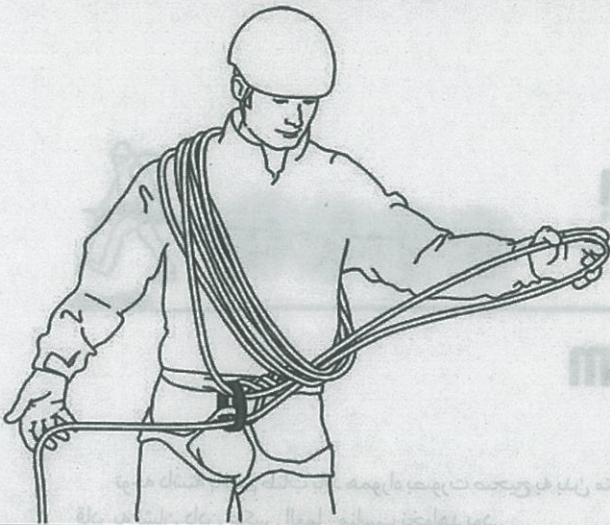
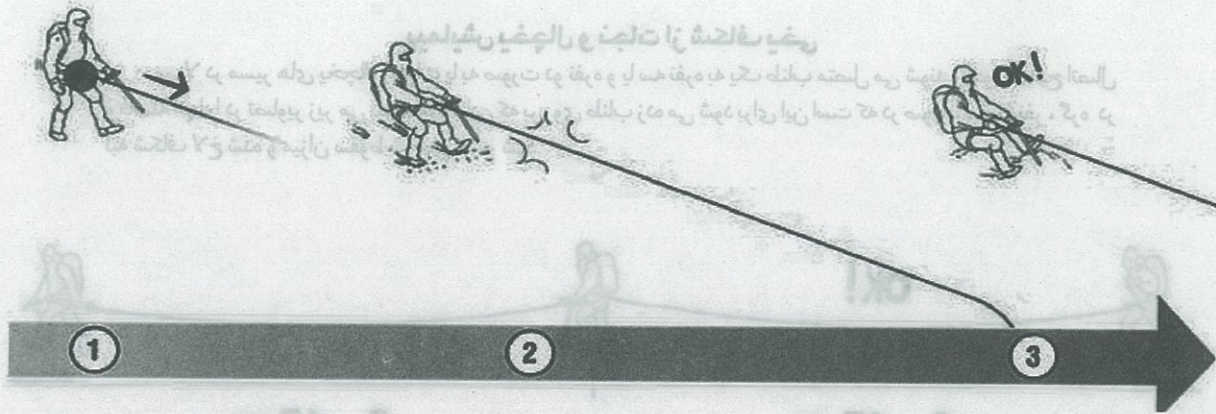
## پیمایش یخچال و نجات از شکاف یخی

معمولا در مسیر های یخچالی نفرات یا به صورت دو نفره و یا سه نفره به یک طناب متصل می شوند. نحوه صحیح اتصال و فاصله آنها را در تصاویر زیر می بینیم. گره هایی که بر روی طناب زده می شود برای این است که در صورت سقوط نفر، گره در لبه شکاف لاخ شده و میزان سقوط شخص کمتر شود.

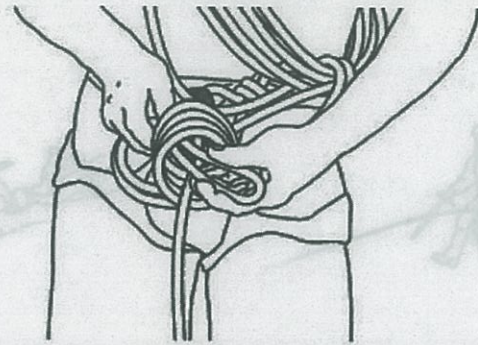
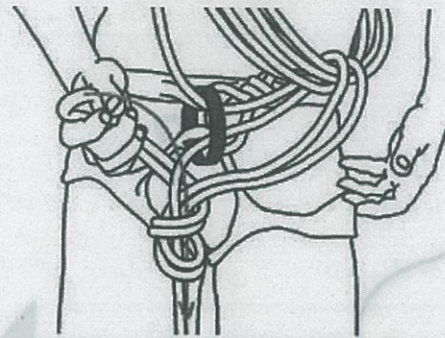


توجه داشته باشیم طناب باید همواره بصورت صحیح به بدن متصل و حمل شود در صورت اشتباه در این کار و سقوط نفر به شکاف، نفر بالایی قادر به نشان دادن عکس العمل مناسب نخواهد بود.





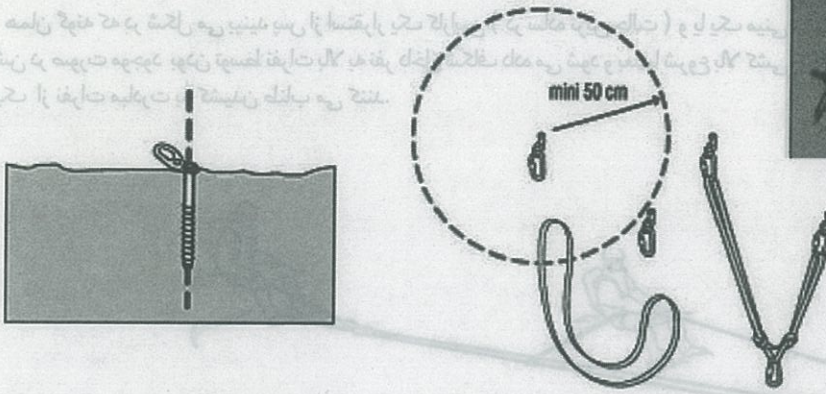
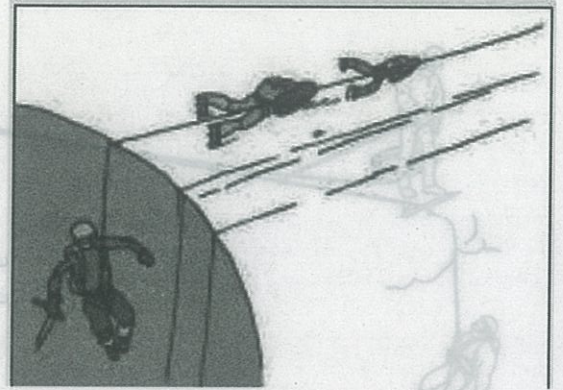
دلیل زدن گره بر روی طناب این است که در صورت سقوط نفر به داخل شکاف این گره ها بر روی لبه شکاف لاخ شده و مانع سقوط بیشتر شخص شوند. اما اگر شخص به داخل شکاف سقوط کرد باید چه کار نمود. قبل از پاسخ به این بخش ابتدا روش اتصال نفر به طناب برای پیمایش هم زمان را مرور می کنیم. لازم به تذکر است که برای اتصال طناب به هارنس (صندلی) روش های دیگری نیز وجود دارند. اما تمامیت همه روش ها تقریباً یکسان است. نکته مهم اندازه حلقه از طناب است که نباید از کمر هارنس (صندلی) بر روی بدن پایین تر بیاید. زیرا در این صورت طناب مزاحم حرکت نفرات می گردد.



همان گونه که در شکل می بینید طناب به حالتی دور بدن قرار گرفته که حین حرکت مانعی برای حرکت او نخواهد بود. در مرحله بعد باید بر روی طناب یا یک گره پروسیک، یا ابزاری مانند مینی ترکشن نصب کرد که بتوان به کمک آن در صورت نیاز از طناب بالا رفت.

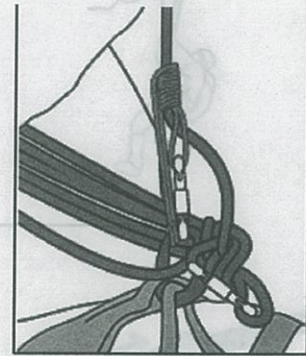
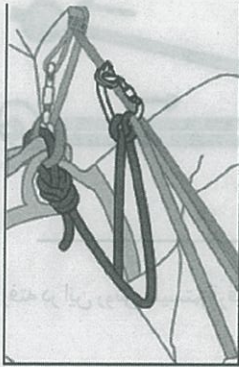


وقتی نفر به داخل شکاف سقوط می کند نفر یا نفرات دیگر باید به وسیله ترمز کلنگ سعی در نگاه داشتن وی بنمایند و در صورت امکان بوسیله پیچ یخ یا دفن کلنگ به مستحکم کردن موقعیت بپردازند. توجه داشته باشیم در صورت استفاده از پیچ یخ حداقل فاصله ایمن پیچ بعدی ۵۰ سانتی متر است. سپس می توان طناب را بر روی کارگاه فیکس نمود.

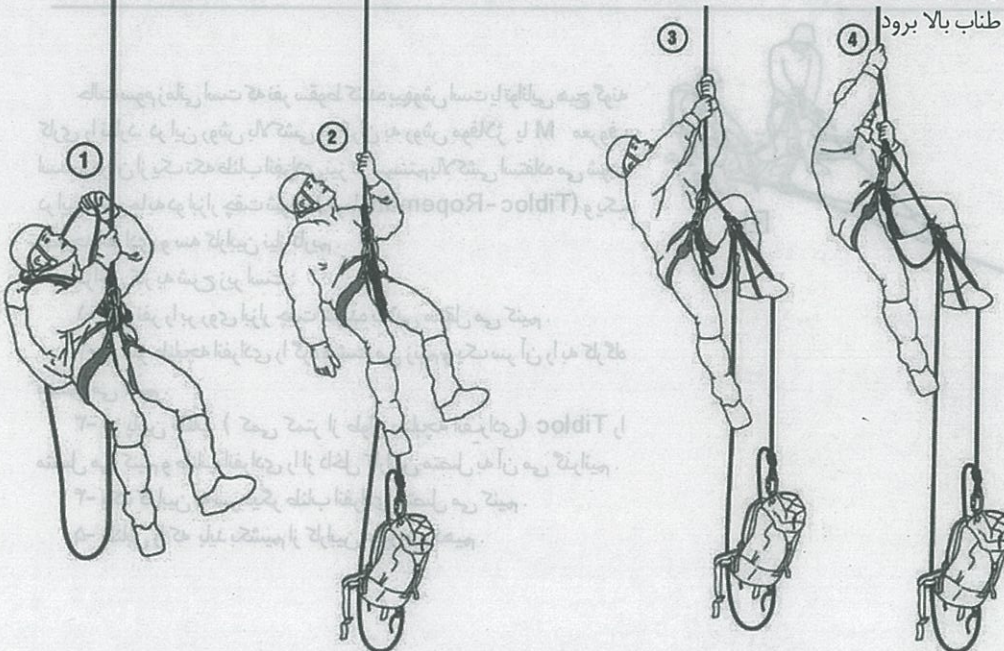


طبیعتاً وزن سقوط کننده نیز بر روی گره پروسیکی (یا ابزاری) که بر طناب زده منتقل می گردد. بعد از اعلام آمادگی نفرات بالا و اطمینان از استحکام طناب سه حالت عمومی وجود دارد.

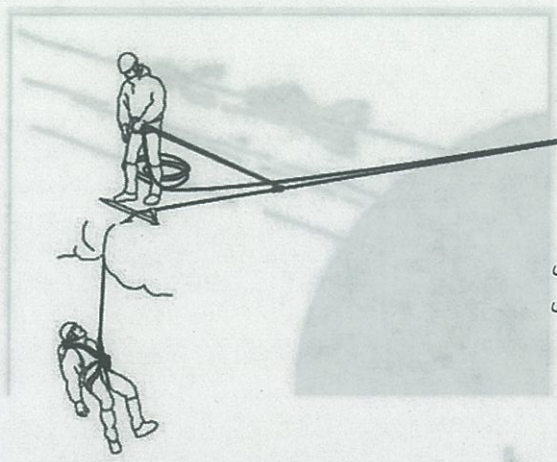
### حالت اول:



اگر فردی که داخل شکاف سقوط کرده توانایی این را داشته باشد که خود را بالا بکشد نفر بالایی در همان حالت باقی می ماند تا نفر پایین با صعود بر روی طناب خود را از شکاف بالا بکشد. نفر بالا در صورت امکان می تواند با زدن پیچ یخ موقعیت خود را مستحکم تر نماید. سقوط کننده باید کوله پشتی خود را از پشت باز کند آن را به طناب در زیر پای خود ببندد سپس به وسیله یک گره پروسیک دیگر یا ابزاری مانند Tibloc به شیوه صعود میمونی از طناب بالا برود

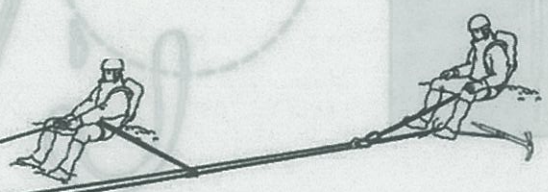


حالت دوم: پلیس در نیک پرتی تا قبل از پرتی به سمت بالا می‌رود و در شکاف قادر به صعود می‌مونی نیست اما می‌تواند در فرآیند بالا کشی کمک کند.



همان گونه که در شکل می‌بینید پس از استقرار یک کارابین (در ساده ترین حالت) و یا یک مینی ترکشن در صورت موجود بودن توسط نفرات بالا به نفر داخل شکاف داده می‌شود و بعد با شروع بالا کشی هر یک از نفرات مبادرت به کشیدن طناب می‌کنند.

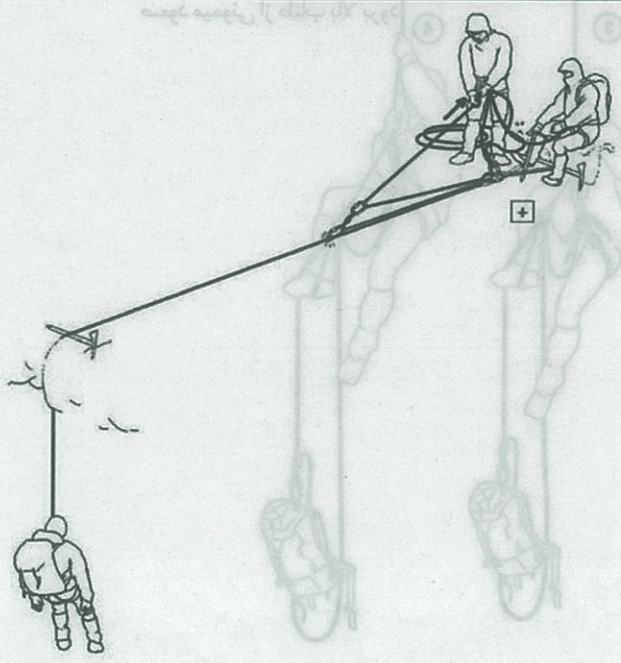
در حین صعود به سمت بالا، به پرتی ملتهک که به سمت بالا کشیده می‌شود، به پرتی که به سمت بالا کشیده می‌شود، به پرتی که به سمت بالا کشیده می‌شود.



نمای تابلو:

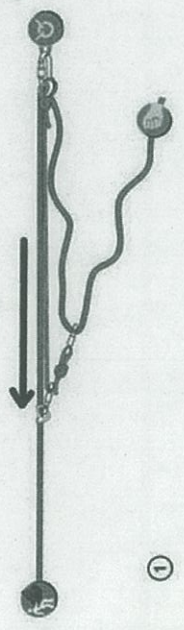


سیستم بکار رفته در این روش سیستم قرقره ای ۳ به ۱ است.

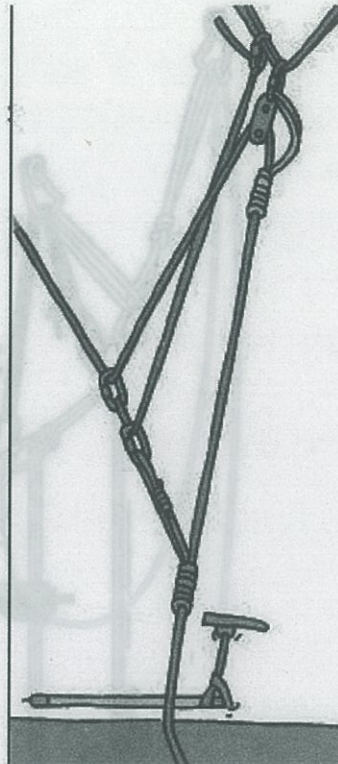
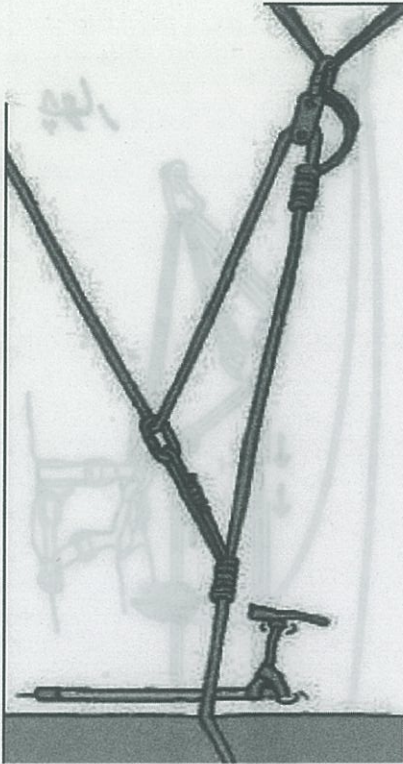


- حالت سوم زمانی است که نفر سقوط کننده بیهوش است یا توانایی هیچ گونه کاری را ندارد. در این روش بالا کشی در ایران به روش موفلاژ یا M معروف است و در آن از یک تکه طناب انفرادی نیز در سیستم بالا کشی استفاده می‌شود. در این روش مابه دو ابزار چفت شونده (یومار Tibloc - Ropeman) و یک طنابچه انفرادی و سه کارابین نیاز داریم.
- مراحل کار به شرح زیر است:

  - ۱- وزن نفر را بر روی ابزار چفت شونده بالایی منتقل می‌کنیم.
  - ۲- دو سر طنابچه انفرادی را گره هشت می‌زنیم و یک سر آن را به کارگاه متصل می‌کنیم.
  - ۳- در پایین طناب ( کمی کمتر از طول طنابچه انفرادی) Tibloc را متصل می‌کنیم و طناب انفرادی را از داخل کارابین متصل به آن می‌گذرانیم.
  - ۴- یک کارابین به سر دیگر طناب انفرادی متصل می‌کنیم.
  - ۵- طنابی را که باید بکشیم از کارابین عبور می‌دهیم.



همان طور که ذکر شد به جای ابزار مکانیکی نظیر مینی تر کشن و یا تی بلوک می توان از ترکیب گره های چفت شونده ( مشار یا پروسیک ) با قرقره و یا کارابین استفاده نمود. طبیعتاً در این حالت کار بسیار دشوار تر می شود. تصاویر زیر نمونه این دو روش با استفاده از گره و قرقره می باشد.



#### آزاد سازی ریورسو

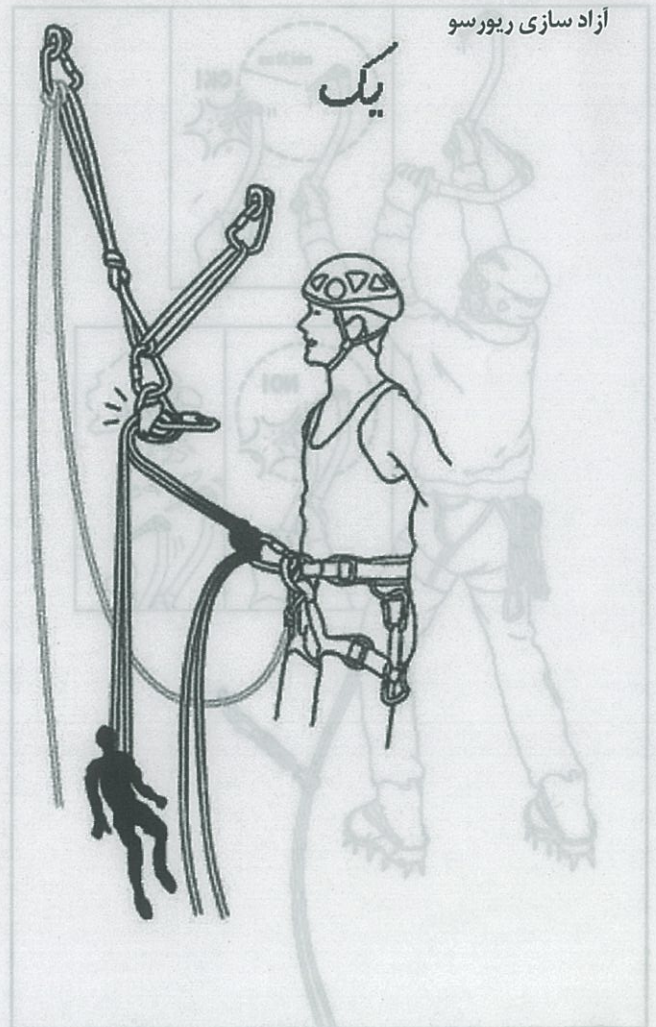
یک

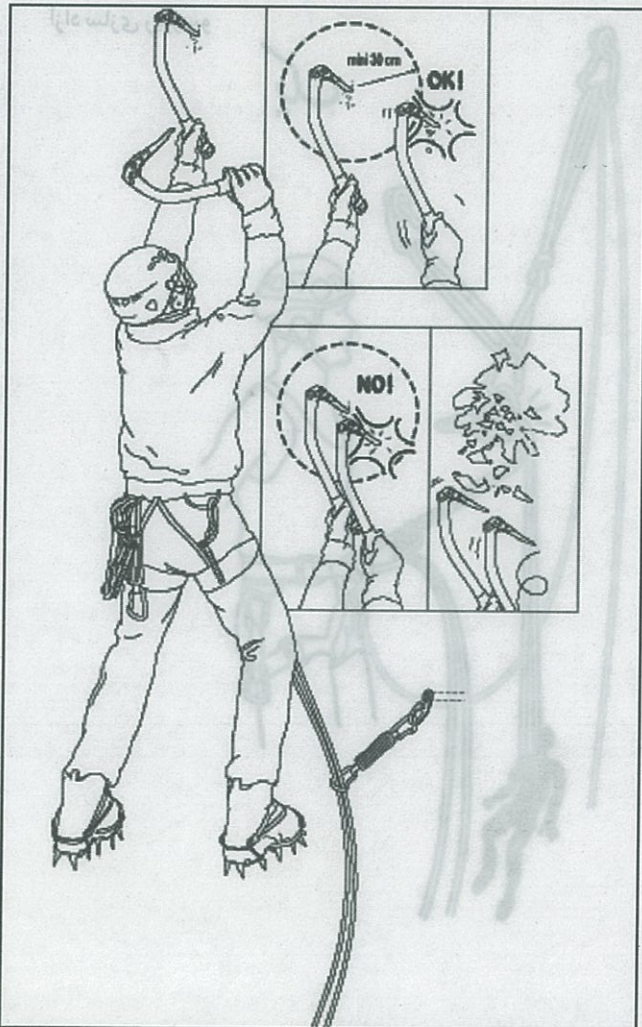
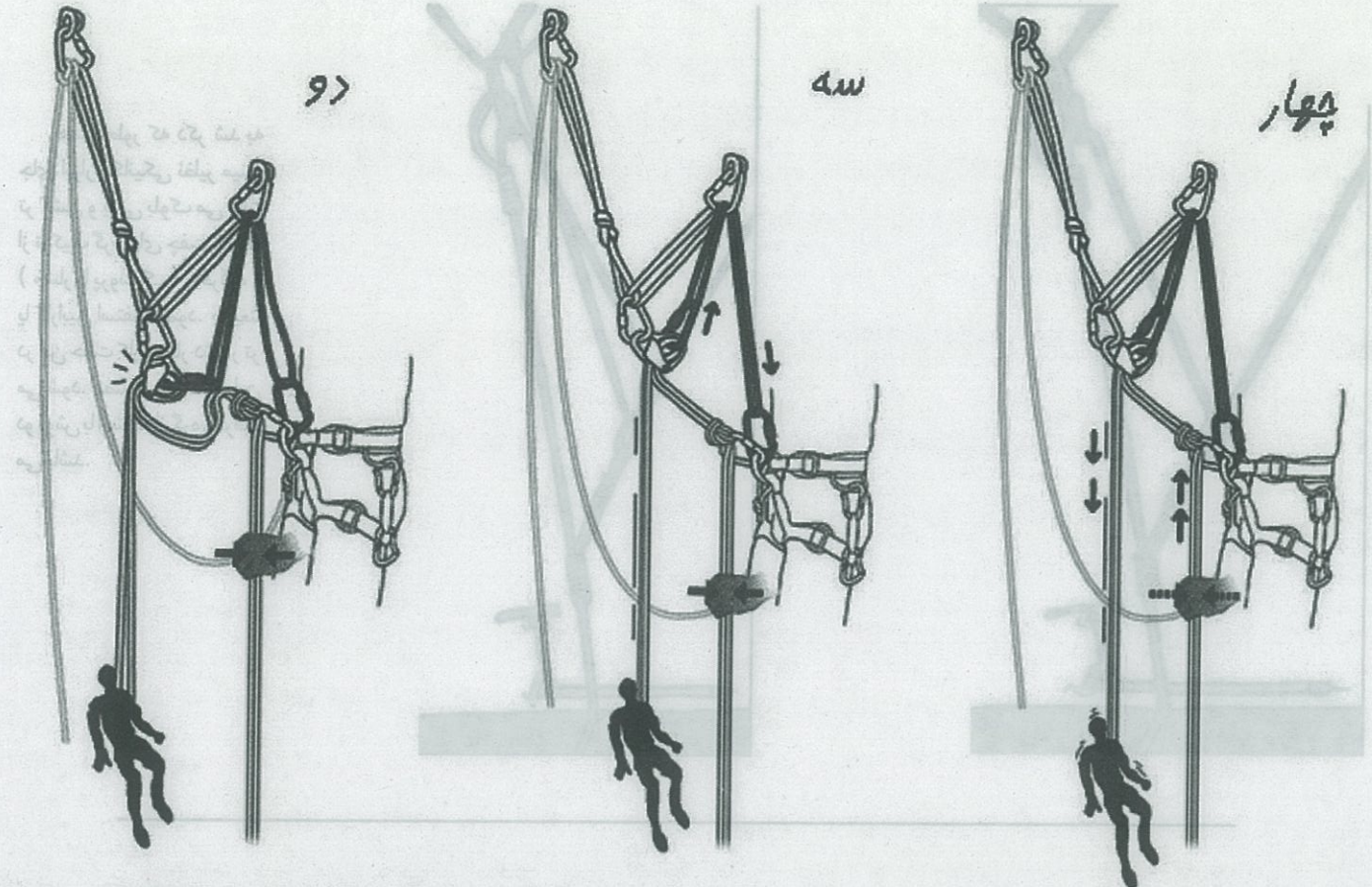
ریورسو در چند سال گذشته در بین بسیاری از کوه نوردان فنی کار، مورد استقبال زیادی قرار گرفته است. دلایل این امر را می توان در کارایی زیاد این وسیله برای حمایت، هم بصورت نفر دوم و هم بصورت سرطناب دانست. ضمن اینکه ریورسو برای فرود نیز وسیله بسیار مفیدی است و حتی در عملیات امداد و نجات می تواند مورد استفاده قرار گیرد.

اما کسانی که برای اولین بار قصد استفاده از این وسیله را دارند باید به خوبی از نحوه کار با آن به خصوص نحوه حمایت نفر دوم و رها سازی وزن بر روی ریورسو اطلاع داشته باشند. ریورسو در حالت حمایت از بالا، یک ابزار یک طرفه قفل شونده محسوب می شود یعنی طناب به راحتی به سمت بالا در آن جمع می شود اما اگر وزن بر روی آن بیاید به صورت خودکار قفل می شود.

اگر نفر باز بخواهد به صعود خود ادامه دهد می توان به راحتی طناب را آزاد کرد و حمایت را ادامه داد. اما برای پایین دادن او نیاز به یک تسمه و دو کارابین اضافه می باشد.

- ۱- یک کارابین HMS را به هارنس متصل می کنیم و بر روی آن گره حمایت می زنیم.
- ۲- تسمه را با کارابین به هارنس متصل می کنیم از یکی از نقاط کارگاه عبور می دهیم و به کارابین عقب ریورسو می اندازیم.
- ۳- تذکر : حتماً طناب در تمام مراحل در دست ما قرار دارد.
- ۴- وزن خود را بر روی تسمه انداخته تا بر اثر حالت قرقره ای کارابین پشت ریورسو به سمت بالا حرکت کند و طناب آزاد شود.
- ۵- با احتیاط و به آرامی نفر را به پایین می فرستیم.





چند نکته در باره صعود از یخ و آبشارهای یخی در یخنوردی بر خلاف سنگنوردی انتخاب محل جای تیر (گیره) بر عهده خود شخص است و می توان از تمامی پهنه مطمئن یخ برای ضربه زدن استفاده نمود.

اما همواره به یاد داشته باشیم هرگز نباید محل ضربه دوم در نزدیکی جایی باشد که تیر اول قرار دارد.

زیرا هنگامی که تیر را بر روی یخ می کوبیم شکاف هایی در اطراف محل ضربه بوجود می آیند. اگر تیر دوم هم در همان حوالی که این شکاف ها به وجود آمده اند کوبیده شود ممکن است سطح یخ شکسته و نفر سقوط کند.

بنابراین سعی کنید حداقل در شعاعی بیشتر از ۳۰ سانتی متر ضربه بعدی تیر خود را وارد کنید تا از بروز شکست یخ جلوگیری شود. Δ

منابع:

Belaying Abseiling Leaflet از انتشارات BMC (انجمن

کوه نوردی بریتانیا)

Crevasse rescue از انتشارات BMC

وب سایت [www.petzl.com](http://www.petzl.com)

# اینترنت

## INTERNET

تهیه: علی پارسایی

### مرگ یک اسطوره

تاد اسکینر سنگ نورد معروف آمریکایی در هنگام فرود از دیواره به علت پاره شدن حلقه فرود صندلی (هارنس) کشته شد. او از پیشگامان صعودهای آزاد بر روی دیواره های دره یوسه میتی به شمار می آمد. او سابقه بسیار زیادی در صعودهای سنگ نوردی بلند بر روی بیشتر دیواره های معروف دنیا داشت. هم طناب او در باره حادثه می گوید: صندلی (هارنس) تاد بسیار مستهلک شده بود و من چند بار به او تذکر دادم. او هم چند هارنس جدید سفارش داده بود اما هارنس ها به دست او نرسیده بود. حادثه عصر هنگام و پس از صعود مسیر جدید و هنگام فرود رخ داد.

<http://www.climbing.com/news/hotflashes/toddskinner/index.html>

### لهستانی ها در زمستان نانگاپاربات

تا به امروز از چهارده قله هشت هزار متری جهان هشت قله در زمستان صعود شده اند که فاتحان تمامی تلاش ها از کشور لهستان بوده اند. کریستف ویلچکی کوه نورد پرآوازه لهستانی صعود کننده تمام ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری و کسی که شاید بتوان او را پرسابقه ترین صعود کننده زنده هشت هزار متری ها در زمستان نامید چندی پیش با انتشار نامه ای سرگشاده نسل جدید کوه نوردان لهستان به پایان رساندن کاری که او و هم نسلانش، ربع قرن پیش آغاز کرده بودند فرا خواند. هدف امسال او و تیمش صعود زمستانی نانگاپاربات است. اخبار این صعود را می توانید در این سایت پیگیری کنید.

<http://www.himountain.eu/wyprawa.php?id=۴>

### صعود انفرادی یک هشت هزار متری از مسیر جدید

کوه نورد اسلوانیایی پاول کوزچک مسیری جدید بر روی رخ جنوب غربی قله ۸۲۰۱ متری چوایو پیمود. او این صعود را در یک حمله یکسره از کمپ اصلی به صورت آپی به انجام رساند.

<http://www.climbing.com/news/hotflashes/8000mfas>

### کشتار در تبت

کوه نوردان چک با انتشار فیلمی بر روی اینترنت از قتل عام گروهی تبتی که قصد فرار از ژبت و رساندن خود به نپال را داشتند به دست سربازان چینی پرده برداشتند. با وجود اینکه کوه نوردان زیادی از گروه های تجاری در منطقه nangala حضور داشتند، بنا به توصیه سرپرستان شان از بازگو کردن این خبر خودداری کردند. زیرا آنها فکر می کنند بازگو شدن این خبر خشم مقامات چینی را برخواهد انگیزد و بر روال تجاری کار آن ها اثر خواهد گذاشت.

<http://www.mounteverest.net/news.php?news=15183>

### تبر زرین آسیا

دنيس يوربکو و سرگی سامیلوف کوه نوران فزاق به عنوان اولین برندگان جایزه تبر زرین آسیا که از سوی مجله ماونتین و یک موسسه ای کره ای در سال جاری

بر گزار شده انتخاب گردیدند. این جایزه قرار است هر سال به برترین صعود های کوه نوردان آسیایی اعطا شود. کوه نورد فزاق به خاطر صعود قله ماناسلو از مسیر جدید به این جایزه دست پیدا کرد.

دیگر نامزدهای این جایزه، تیم کره ای فاتح قله ۶۹۰۴ متری تالایی ساگار و تیم ژاپن به خاطر گشایش مسیر جدید بر روی قله دندان شکسته در آلاسکا بودند.

### ستیز با صخره ها

نام ویلاگ کوه نورد نام آشنا حسن نجاریان است او در این ویلاگ با قلمی شیوا خاطرات خود را از صعود انفرادی مسیر هاری روست دیواره علم کوه و گشایش مسیر منصور علیپور بر روی دیواره بیستون را به رشته تحریر آورده است.

<http://sakhtone1.blogfa.com/>

### سینزدهمین فاتح ۸۰۰۰ متری ها

آلن هینکس کوه نورد بریتانیایی سینزدهمین عضو باشگاه ۱۴x۸۰۰۰ است. با وجودی که او در سال ۲۰۰۵ موفق به این کار شد حتی در کشور خود تا این اواخر مورد توجه زیادی قرار نگرفت. او کوه نوردی را از ۳۰ سالگی آغاز نمود و در مدت ۱۸ سال موفق به صعود تمام هشت هزار متری ها شد. او همواره بر روی قللی که صعود می کرد عکس دختر و نوه اش را به عنوان پرچم به همراه می برد.

در لینک زیر فیلم او بر روی قله کانچن جونگا را می بینید

<http://www.youtube.com/watch?v=Jx4AAuOhpjI>

### فیلم مستند اولین صعود به اورست

به آدرس <http://video.google.com> بروید کلید واژه Hillary Edmund را جستجو کنید حاصل جستجو فیلم ۱۶ میلیمتری اولین صعود به اورست است. فیلمی بسیار جالب و با ارزش که نشانگر اولین تلاش موفق بر روی اورست است. Δ

### چند لینک جالب در باره یخ نوردی

سوال و جواب در باره یخ نوردی  
[http://www.tradgirl.com/climbing\\_faq/iceclimbing.htm](http://www.tradgirl.com/climbing_faq/iceclimbing.htm)

پارک یخ نوردی

<http://www.ourayicepark.com/>

مسابقات یخ نوردی

<http://www.ad-pecjak.si/ice/competitions.htm>

سایت اختصاصی درای تولینگ

<http://www.drytooling.co.uk/>

یک فیلم یخ نوردی

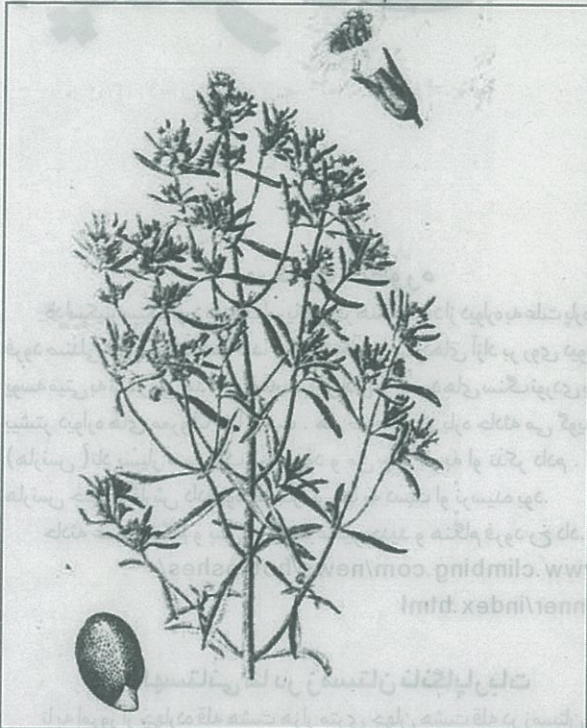
<http://www.petzl.com/frontoffice/Sport/static/Video/video/ice/muse.htm>

## گیاهان دارویی

گردآوری: نرگس روحانی

Satureia hortensis

مرزه



گیاه شناسی: (تیره نعناع) گیاهی علفی، یک ساله دارای ساقه منشعب که به سهولت به علت داشتن ظاهری به رنگ سبز خاک آلود یا مایل به خاکستری از گونه های مجاور تشخیص داده می شود. خودرو است. رنگ ساقه آن تیره تر از برگ است. برگ ها باریک، دراز، نوک تیز، نرم و پوشیده از تارهای کوتاه هستند. گل های کوچک سفید یا گلی رنگ به صورت مجتمع در طول انشعابات ساقه قرار دارند.

موطن اصلی این گیاه مناطق مدیترانه بوده و همچنین از عطر این گیاه استفاده می کردند. برای مصارف دارویی شاخه های علفی آن را به فاصله ۵ سانتی متر از سطح زمین بریده و جمع آوری می کنند. شاخه های آن را روی سبدر سایه به صورت دسته ای در جریان هوا خشک می کنند.

مصارف دارویی: برگ های این گیاه حاوی اسانس روغنی و کارواکرول، سیمول است. همچنین دارای تانن و لعاب و رزین می باشد. آنها قابض، ضد عفونی کننده و محرک هستند. خواص دارویی: نیرو دهنده، تسهیل کننده عمل هضم، مقوی معده، مدر، بادشکن، قابض، ضد کرم، برای رفع اسهال، سوءهاضمه، زردی، حالت بحرانی آسم، به صورت قرقره، برای رفع افتادگی زبان کوچک و پر خونی لوزه ها، دردهای عصبی و تقویت جسمانی کودکان کم بنیه و یا مبتلا به نرمی استخوان قابل استفاده است.

اندام مورد استفاده: برگ و شاخه های برگ دار و گل دار.  
 صورت دارویی: دم کرده، لوسیون، اسانس. دو قاشق سوپ خوری در نیم لیتر آب (به نسبت ۳ درصد)، بعد از ۱۵ دقیقه دم کشیدن، روزی دو تا سه فنجان.  
 پراکندگی: نواحی شمال غرب ایران، تبریز، نعمت آباد تبریز، ارسباران، نواحی مختلف خراسان.

## فرم اشتراک

### همنورد گرامی توجه فرمایید:

نظر به اینکه تعدادی از حواله های واریز شده به حساب مجله فاقد نام پرداخت کننده است و یا آدرس آنها به دست ما نرسیده است لذا ارسال مجله برای آنها مقدور نبوده است. لطفاً کسانی که وجهی پرداخت کرده اند (از ابتدای انتشار مجله تاکنون) و مجله دریافت نکرده اند با دفتر مجله تماس بگیرند.

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

۱. حق اشتراک یکساله فصلنامه کوه (۴ شماره در سال) در داخل ایران ۴۸۰۰۰ ریال با پست عادی، با پست سفارشی ۶۰۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۲۰۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب سپهر (۰۱۰۰۲۶۲۴۷۴۰۰۰) بانک صادرات به نام فصلنامه ی 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 ۱۹۶۱۵/۹۳۸ فصلنامه کوه ارسال فرمایید.
۲. کپی فیش بانک را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگاه دارید.
۳. از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جداً خودداری فرمایید.
۴. هر گونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.
۵. دوره های صحافی شده فصلنامه ۸-۱، ۱۶-۹، ۲۴-۱۷، ۳۲-۲۵، ۴۰-۳۳ موجود می باشد.

فتوکپی فرم ارسالی مورد قبول است. لطفاً فقط برای یک سال وجه اشتراک واریز نمایید.

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

نشانی: .....

کدپستی: ..... 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.

از حوادث درس بیاموزیم

## فرار از مرگ



گزارش: جواد موصلی (تربت جام)

سنگین (حدوداً ۳۰ کیلوگرم) و برف کوبی امانان را بریده بود. خستگی بیش از حد ما را به جر و بحث و پرخاشگری کشانده بود. بعد از مدتی متوجه گروهی در سمت چپمان شدیم. حدود ۷۰۰ متری با ما فاصله داشتند. پس از ۹۰ دقیقه تلاش به گوسفندسرا رسیدیم. پس از نهار تا ارتفاع ۳۸۰۰ متر جهت هم هوایی صعود کردیم. صبح روز ۲۵ اسفند ماه ساعت ۶ صبح به همراه تیم ترکیه حرکت کردیم تا ارتفاع ۳۸۰۰ متر هوا خوب بود. از این ارتفاع کم کم هوا رو به خرابی گذاشت و برف و توفان شروع شد تیم ترکیه دارای تجهیزات مناسبی بودند و جی.پی.اس. نیز داشتند اما وسایل ما بسیار ابتدایی و نامناسب بود. سرما در مغز استخوان‌هایمان نفوذ کرده بود و دیگر سرما را حس نمی کردیم. دلمان می‌خواست همان جا بخواهیم. ساعت ۳ بعدازظهر گذشته بود و هنوز به پناهگاه نرسیده بودیم. یکی از ما دیگر توان حرکت نداشت. بالاخره در میان ناباوری ساعت ۴ بعدازظهر سایه پناهگاه نور امید را در دل‌هایمان روشن کرد. در حالی که اشک شوق در چشمان یخ‌زده‌مان برق می‌زد به پناهگاه رسیدیم و به تر و خشک کردن خود و دوست بی‌حالمان، مشغول شدیم. شبی سرد را خواب و بیدار به صبح رساندیم و ساعت ۷/۵ پس از ترک کیسه خواب و مطمئن شدن از هوای خوب در حالی که دماوند به ما روی خوش نشان می‌داد با دوستان ترک‌مان خداحافظی کرده و راهی رینه شدیم. ساعت ۱/۵ بعدازظهر در حالی که خداوند بزرگ را شاکر و سپاس گذار بودیم به رینه رسیدیم.

### درس‌هایی از این برنامه

- دیگر هیچ گاه برای اجرای برنامه‌ها دچار احساسات نخواهیم شد و منطقی تصمیم‌گیری خواهیم کرد.
- هیچ گاه بدون راهنما به کوه‌نوردی نخواهیم رفت.
- بدون وسایل و تجهیزات مناسب زمستانی اقدام به صعود زمستانی نخواهیم کرد.
- هرگز در برنامه‌هایی که سرپرستی قوی، منطقی، خوش فکر و باتجربه نداشته باشد شرکت نخواهیم کرد. △
- اعضای تیم: حسن حاتمی - سجلا مداحی.

خوشحالم که موفق به صعود نشدیم ولی زنده ایم و سالم تا دوباره در فرصتی دیگر با دیدی گسترده و فکری نو و توانی مضاعف به دیدار و صعودش نایل آییم.

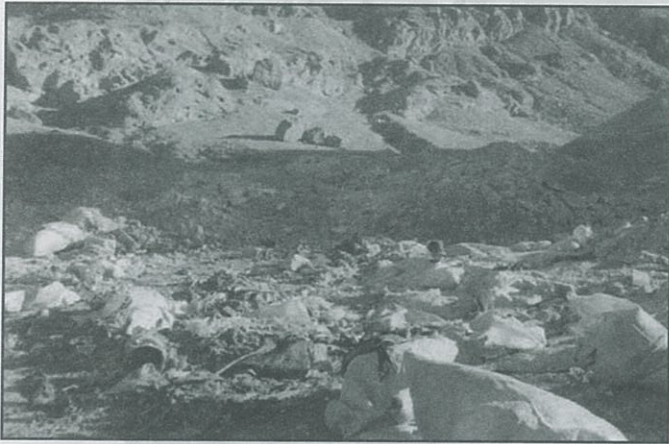
رویا و واقعیت حدفصلی بین مرگ و زندگی دارند. حدفصلی به باریکی مو. واقعیت آنچه را که انسان از آن دور است به انسان نشان می‌دهد و رویا ممکن است انسان را به جایی بکشاند که دیگر راه بازگشتی برایش باقی نماند. شاید احساس به نوعی از جنس رویا و تخیل باشد. ولی واقعیت، جنسی متفاوت دارد. احساس، انسان را به خودباوری کاذب و قهرمان‌پنداری می‌کشاند و واقعیات سیلی است که انسان را از خواب خوش خرگوشی می‌پراند و چه خوشبخت کسی که قبل از خوردن سیلی بیدار شود. با خواندن گزارش‌های صعودهای انفرادی دماوند در مجله کوه رویای درخشان و پرلذت صعود انفرادی در زمستان و ایستادن بر بلندای دماوند به سراغم آمد. مردامه بود و گرمای زمین کماکان مرا در گرم‌گرم صعود انفرادی نگاه داشته بود. تا بهمن ماه به جمع‌آوری گزارش و خواندن آنها ادامه دادم. سرمای بهمن در گرمای وجود کمی رخنه کرد و مرا به فکر واداشت. آیا خطرناک نیست؟! من که تاکنون دماوند را هم از نزدیک ندیده‌ام! اضطراب و نگرانی از یک سو و عشق و علاقه از سویی دیگر بر سر دوراهی ام کشانده بود. نمی‌دانستم چه باید کرد تصمیم‌گیری برایم دشوار بود. بالاخره عقل و منطق بر احساس و ساده‌پنداری ام غلبه کرد و موضوع را با دوستانی که دماوند را صعود کرده بودند در میان گذاشتم. هیچ کس حاضر به همراهی با من نشد. در نهایت دو نفر از دوستانی که با هم قله‌های خراسان را صعود کرده بودیم حاضر به همراهی با من شدند.

علی‌رغم مخالفت آقای قربان عسگریور رئیس هیات کوه‌نوردی تربت جام ساعت ۱۲ روز ۲۱ اسفند ماه به سمت تهران حرکت کردیم. روز ۲۲ اسفند در حالی که باران به شدت می‌بارید به رینه رسیدیم. در پناهگاه رینه ۹ نفر از کوه‌نوردان کشور ترکیه برای صعود آمده بودند. روز ۲۳ اسفند را هم به امید هوای خوب در رینه ماندیم و صبح روز ۲۴ اسفند در هوایی بسیار خوب و آفتابی با اتومبیل به ابتدای مسیر جنوبی حرکت کردیم. بارش باران دو روز قبل ۳۰ سانتی‌متر برف را به ارمغان آورده بود. پس از دو ساعت برف کوبی کروکی در دست متوجه شدیم که راه را اشتباه رفته‌ایم. کوله‌های

نظر به استقبال کم سابقه علاقه‌مندان به عضویت و تکمیل ظرفیت تا بهار سال ۱۳۸۶ از پذیرفتن عضو جدید معذوریم. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس: خیابان انقلاب بین سعدی و لاله زارنو- پلاک ۶۳۲- ساختمان ۶۰۹- طبقه سوم و یا تلفن ۶۶۷۳۸۱۶۲ تلفکس ۶۶۷۱۲۰۸۴ تماس حاصل فرمایید.

با تشکر - خانه کوه‌نوردان تهران

## از میان نامه ها



با توجه به امر پاک نگاه داشتن کوهستان های ایران و با توجه به وضعیت فوق العاده منطقه تخت سلیمان و علم کوه و نظر به استقبال روزافزون بازدیدکنندگان و صعودکنندگان، دومین منطقه مرتفع میهن عزیزمان، ما مسئولین قرارگاه کوهنوردی رودبارک علی رغم نداشتن دستورالعمل مشخصی در امر پاکیزه نگاه داشتن منطقه کوهنوردی حوزه تخت سلیمان تمامی تلاش خود را در امر پاکیزه کردن و انتقال زباله ای که متأسفانه از سوی جمعی از کوهنوردان! کشورمان که بی توجه به هشدارهای محیط زیستی و بدون نگرانی از تجمع زباله ها اقدام به پراکنده کردن آن خصوصاً در دو حوزه سرچال و علم چال می کنند. نکته جالب توجه این که اغلب کوهپیمایان از مسیر حصارچال به قله علم کوه صعود می کنند. متأسفانه حجم زباله منطقه سرچال و علم چال نشانگر این واقعیت تلخ است که قشر کوهنورد به اصطلاح حرفه ای نگرانی کمتری نسبت به بازگشت زباله های کوهنوردی شان نسبت به جماعت کوهپیمای و گردشگر که از مسیر حصارچال استفاده می کنند، دارند. علی رغم تذکر فراوان در بدو ورود به سرپرستان، گروه ها و هیات های کوهنوردی داده می شود که باز هم این امر خطیر اغلب با بی توجهی این قشر مواجه می شود. نکته جالب این است که اغلب کوهنوردان قبل از ورود منطقه به شدت نگران هماهنگی برای انتقال بارهای شان به کمپ اصلی می باشند اما به جز چند مورد استثنایی تاکنون کوهنوردی خود را مجاب به این نکرده است که برای انتقال زباله های بسیار زیادی که در مدت اقامت خویش در منطقه تولید کرده اند درخواست قاطر برای انتقال به رودبارک داشته باشند. به عنوان مثال در تابستان امسال حدود پنج هزار نفر از همین افراد برای صعودهای گوناگون به منطقه وارد شده اند که با یک حساب ساده سرانگشتی اگر برای هر کدام از این افراد تنها ده قوطی و بطری برای میانگین یک هفته ای برنامه در نظر بگیریم متوجه خواهیم شد که چه حجم عظیمی از زباله پس از پایان فصل در منطقه باقی خواهد ماند. سیاست گذاری مسئولین قرارگاه کوهنوردی رودبارک بر این امر که در قبال دریافت تنها مبلغ ۱۰۰۰ ریال که با توجه به هزینه های امروزه اصلاً قابل توجه نیست به منظور انتقال زباله های منطقه به رودبارک از آنان گرفته شود که متأسفانه بابت همین مبلغ ناچیز با اعتراض برخی از کوهنوردان نیز مواجه شده اند و حتی گاه با این دیدگاه که فدراسیون کوهنوردی موظف به جمع آوری زباله کوهنوردان است از قبول انتقال زباله های شان به پایین طفره می روند.

ما کارکنان و مسئولین قرارگاه فدراسیون به این نتیجه رسیده ایم که تذکرات ما به کوهنوردان در امر تمیز نگاه داشتن کوهستان کم کم دارد به امر بی نتیجه ای تبدیل می شود و غیر از فرسایش روحی و فکری و خستگی و ناامیدی تاکنون نتیجه دیگری دربر نداشته است. ما نگران حفظ محیط کوهستان هایی هستیم که پدران مان نسل در نسل آن را به خاطر زیبایی و صلابتش ستوده اند و حفظ کرده و اینک به امانت به ما سپرده اند. نگرانی ما شاید این بار برای نظارت دست بسته ما بر میراث گران بهایی است که امروز غرق در زباله و قوطی کنسرو خالی است.

در پایان با توجه به جمع آوری مبلغ اندک ۱۰۰۰ ریالی، عملکرد ما در مورد انتقال زباله های منطقه کوهستانی تخت سلیمان به شرح زیر است:  
جمع کل درآمد معادل ۴۳۶۸۰۰۰ ریال که از این مبلغ ۱/۶۰۰/۰۰۰ ریال به منظور تخلیه زباله منطقه سرچال و ۳/۲۰۰/۰۰۰ ریال بابت تخلیه زباله منطقه علم چال و مبلغ ۱/۰۷۰/۰۰۰ ریال بابت تخلیه زباله منطقه حصارچال و همچنین مبلغ ۳۳/۰۰۰ ریال بابت خرید کیسه گونی به منظور بسته بندی و همچنین کرایه وانت به منظور انتقال آن به رودبارک پرداخت شده است. Δ

علی فرضی

مدیرقرارگاه کوهنوردی رودبارک

خود، مسیری خطرناک که منتهی به دره می شد را در کنار سیم خاردارها ایجاد کرده بودند که قطعاً در فصل زمستان به مراتب خطرناک تر خواهد شد و جان عاشقان این رشته را که در تعطیلات پایان هفته به منظور فرار از جنجال های این شهر آلوده به این کوه قابل دسترس، پناه می آورند را مورد تهدید قرار خواهد داد.

سوالی که دارم این است که به راستی این رشته ورزشی تا این حد بدون متولی است و آیا زحمات شهرداری را در ایجاد یک پناهگاه بر روی این قله به زیر سوال نمی برد؟ Δ

ناصر ارغوانی نویسنده

روز جمعه ۸۵/۵/۲۷ به اتفاق دو نفر از دوستان به قصد صعود به قله دارآباد، ابتدا به قهوه خانه ای رفتیم که با اقداماتی جالب درخصوص بهبود محیط اطراف خود برای ورزشکاران کوهنورد تهرانی مواجه شدیم که متأسفانه با نصب تابلویی مبنی بر مطالبه مبلغ ۲۰۰۰ تومان از کسانی که قصد صرف غذای شخصی در این محیط را دارند، کل زحمات خود را به زیر سوال برده است.

به هر صورت از مسیر چشمه بالا تصمیم به صعود به قله دارآباد را گرفتیم و در ساعت ۹/۴۵ دقیقه روی قله بودیم و پس از صرف صبحانه در کنار پناهگاه از مسیر اصلی تصمیم به بازگشت داشتیم که با سیم خاردارهایی مواجه شدیم که متأسفانه کل مسیر را دربر گرفته بود و کوهنوردان با تردد

نامه ها و مطالب شما رسید:

محمد امجدیان، کرمانشاه - گروه کوهنوردی آرش بابل - گروه اوج مشهد - حسین گوشه ای، مشهد - احد خانی، سلماس - زهرا حبیبی، گروه افرا تنکابن - گروه دنا اصفهان - گروه کوهنوردی ورزش صبحگاهی کازرون - گروه بانوان بامداد شهرستان بروجرد - نادر داروغه، تهران - گروه هفت خوان کرج - امان اله بهنیا، بجنورد - گروه کوه نوردی تهران.

آقای احد خانی از سلماس، عکس های زیبای شما از قله سبلان رسید در ضمن عکس های جان پناه غربی برای ناشر کتاب پناهگاه ها ارسال شد.

# سازمان جهانی اینتراسکی

شهریار بیگی

www.beygi.net

beygihome.se

کشورهای مختلف دنیا (تا به امروز ۲۷ کشور) است که مربیان حرفه‌ای اسکی در مدارس اسکی آن کشورها به صورت حرفه‌ای مشغول به کار می‌باشند. برای کسب اطلاعات بیشتر به [www.isiaski.org](http://www.isiaski.org) مراجعه نمایید.

۲- (The International Association of ski Instructors) IIVSI :  
سازمان جهانی مربیان اسکی در برگزیده اعضای این سازمان یعنی نمایندگان کشورهای مختلف دنیاست که مربیان غیرحرفه‌ای اسکی یا مربیانی که هنوز به دریافت کارت فارغ‌التحصیلی و درجه پایانی مربی اسکی حرفه‌ای نایل نشده‌اند، اعضای آن هستند که در مدارس اسکی آن کشورها مشغول به کار هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر به [www.ivsi.de](http://www.ivsi.de) مراجعه نمایید.

۳- IVSS (The International Association for skiing in school and universities)  
سازمان جهانی مربیان اسکی در مدارس و دانشگاه هاست. این سازمان دربرگیرنده اعضای این سازمان یعنی نمایندگان کشورهای مختلف دنیاست که مربیان غیرحرفه‌ای اسکی در دوران تحصیل، در مدت دوره تحصیلی خود در مدارس و دانشگاه‌های آن کشورها به صورت غیرحرفه‌ای تا انتهای مدت تحصیل خود به کار مربیگری اسکی در این مراکز مشغول هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر به [www.ivss.at](http://www.ivss.at) مراجعه نمایید.

این سه گروه مشخص، همه ساله توسط خود و هر چهار سال یک بار توسط اینتراسکی در کشورهای مختلف دیدار و در کنگره‌های اینتراسکی به گرد هم می‌آیند. هیات سرپرستی اینتراسکی، نمایندگان برترین کشورهای عضو این سازمان هستند. مسئولیت اجرایی اینتراسکی به عهده رئیس این سازمان «اریک ملمر» است.  
دبیر کلی اینتراسکی به عهده «فرانک لوبتن» می‌باشد.  
کنگره بعدی اینتراسکی از ۲۷ ژانویه تا ۳ فوریه سال ۲۰۰۷ در کره تشکیل خواهد شد. برای کسب اطلاعات بیشتر از این کنگره به سایت رسمی این کنگره

سازمان جهانی اینتراسکی چیست؟  
سازمان جهانی اینتراسکی در «زورس» اتریش در سال ۱۹۵۱ میلادی آغاز به کار کرد. در آن زمان ۶ سال از پایان جنگ می‌گذشت و همه به دنبال بهبود وضع اقتصادی و اجتماعی در کشورهای خود بودند. در آن سال نمایندگان اسکی در کشورهای اروپایی بر آن شدند که به گرد هم آمده و آخرین تجربه‌های خود را برای بهتر شدن این ورزش در میان بگذارند و تکنیک و روش تدریس اسکی را به یکدیگر بیاموزند.

کنگره‌های اینتراسکی معمولاً هر دو سال یک بار تشکیل می‌شد. از سال ۱۹۷۱ به بعد این مهم هر چهار سال یک بار به انجام رسید.

ایالات متحده آمریکا اولین کشوری بود که میزبان اینتراسکی در خارج از اروپا شده این کنگره در آسین در ایالت کلرادو در سال ۱۹۶۸ تشکیل شد. از آن زمان به بعد آلمان، اسلواکی، ژاپن، ایتالیا، کانادا و اتریش هم میزبان اینتراسکی بودند. کنگره ماقبل آخر اینتراسکی در سال ۱۹۹۹ در «بیئوس تگن» در کشور نروژ تشکیل شد و کنگره آخر در سال ۲۰۰۳ در «کرانس مونتانا» در سوئیس انجام یافت. از تاسیس اینتراسکی در سال ۱۹۵۱ تا به حال این سازمان رشد قابل ملاحظه‌ای داشته است. کنگره‌های اینتراسکی بهترین مربیان و اسکی بازان کشورهای مختلف دنیا را به جمع خود جذب کرده است. متخصصین رسانه‌های گروهی ورزشی، مسئولین تجاری و تهیه‌کنندگان وسایل و پوشاک اسکی و هزاران شرکت کننده مرتبط با ورزش‌های زمستانی را برای بهتر شدن ورزش اسکی به بحث و تبادل نظر دعوت کرده است. این افراد در بهتر شدن ورزش اسکی در کشور خویش و دنیا کوشا هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر به [www.interski.at](http://www.interski.at) مراجعه نمایید.

چتر سازمانی و تشکیلات اینتراسکی سه گروه اصلی را در زیر مجموعه خویش حمایت می‌کند. این سه گروه عبارتند از:

۱- (The International ski instructors Association) ISIA :  
سازمان جهانی مربیان اسکی در برگزیده اعضای این سازمان یعنی نمایندگان



### \* هدف از این تمرین ها:

تمرین‌های درخواست شده از طرف ISIA سازمان جهانی اسکی بدین منظور است که مربیان اسکی هر کشور به آن درجه از توانایی برسند که بتوانند با توجه به موارد زیر به امر مربی‌گری اسکی به صورت تجارتي اقدام کرده و هر ساله در فصل اسکی مشغول به کار باشند.

الف- تکنیک: مربیان اسکی هر کشور باید بتوانند چه به صورت گروهی و چه به صورت خصوصی توانایی آموزش اسکی به صورت حرفه‌ای به هر شخصی و در هر سنی (با درجه بالای استاندارد و توانایی‌های لازم تکنیکی، با روش صحیح و آگاهی از علم تعلیم و تربیت) را داشته باشند.

ب- خطرهای اسکی و کوهستان: مربیان اسکی هر کشور عضو باید آگاه به خطرهای ورزش اسکی و کوهستان و بیست‌های اسکی باشند. به علم هواشناسی و بهمن‌شناسی و راه‌های مقابله با خطرات هوا و برف آشنا باشند و بتوانند بی‌خطرترین راه‌های عبور از مناطق مختلف بهمن‌خیز منطقه را انتخاب و به سلامت شاگردان خود را در منطقه اسکی راهنمایی کنند. به راه‌های مقابله با این خطرات و کمک‌رسانی و همکاری با گروه‌های نجات در هنگام و پس از وقوع حادثه به خوبی آشنا باشند.

ج- بازاریابی: مربی اسکی باید اصول بازاریابی و برخورد با علاقه‌مندان به اسکی را به خوبی فرا گرفته باشد. مخصوصاً با توربسم در فصل زمستان به خوبی آشنا باشد و بتواند اهداف توربسم و صنعت توربسم را با آموزش اسکی ترکیب و تجربه‌های فراموش نشدنی در فصل زمستان برای شاگردان خود فراهم آورد. ارتباط اسکی و توربسم را به خوبی درک و از آن بهره‌برداری کند.

د- زبان: مربی اسکی هر کشور باید قادر به تدریس اسکی حداقل به یک زبان دوم به غیر از زبان رسمی کشور خود باشد.

ه- مقررات و قوانین: مربی اسکی هر کشور باید با مقررات و قوانین کشور محل کار خویش آشنا باشد و درجه و مقام خویش را به عنوان مربی اسکی در کشور محل کار خویش حفظ کند.

\* حداقل درخواست و امتحان: افرادی که به کلاس‌های تمرینی برای دریافت استاندارد ISIA وارد می‌شوند باید بیشتر اسکی‌بازان ماهری باشند و بتوانند با توانایی کامل در شیب‌های مختلف منطقه اسکی کشور خود اسکی کنند.

این توانایی باید در آغاز دوره تمرینی برای رسیدن به استاندارد ISIA توسط فدراسیون اسکی کشور که برگزارکننده این تمرینات است به وسیله امتحان از افراد مشخص می‌شود.

www.interski۲۰۰۷.org مراجعه نمایید.

قابل ذکر است که آخرین مسابقات جهانی این سازمان از تاریخ ۳۰ نوامبر تا ۴ دسامبر سال ۲۰۰۵ در منطقه «لوی» کشور فنلاند تشکیل شد.

«اینتر ترم» کمیته‌ای است که زیر مجموعه اینتراسکی به فعالیت مشغول است. این کمیته وظیفه ترجمه اصطلاحات علمی و فنی اسکی به زبان‌های زیر را به عهده دارد: انگلیسی، آلمانی، فرانسه، اسپانیایی، لهستانی و اسلواکی.

همان‌طور که ذکر شد سه گروه یا سازمان در مجموعه تشکیلاتی اینتراسکی مشغول به کار و فعالیت هستند که در زیر به آشنایی بیشتر با ISIA که مهم‌ترین سازمان است می‌پردازیم.

ISIA واژه مخفف و شناسایی سازمان جهانی مربیان اسکی است.

ISIA وظیفه ترویج و ترقی تکنیک و روش‌های تعلیم و تربیت اسکی و نکات ایمنی در این ورزش را با آخرین و بالاترین استانداردهای بین‌المللی در نظر دارد و وظایف اصلی ISIA به شرح زیر است:

۱- دوستی، همیاری و همکاری مستحکم و کامل بین مدارس اسکی کشورهای عضو این سازمان.

۲- همکاری و همیاری همه جانبه در جهت حفظ و ترفیع و محترم‌شماری آخرین و کامل‌ترین تکنیک و روش‌های تعلیم و تربیت، ایجاد و حفظ نکات و موارد ایمنی در ورزش اسکی.

۳- تبادل اطلاعات و تجربه‌های مختلف در ورزش اسکی.

۴- شکل بخشیدن به پیشنهادات و نظرات درون گروهی و برون گروهی، داخلی و خارجی مربیان اسکی.

**حداقل توانایی و کارایی مربیان اسکی یک کشور برای عضویت و پذیرفته شدن در سازمان جهانی مربیان اسکی ISIA**

مربیان اسکی هر کشور که عضو ISIA باشند باید از حداقل دانش مربی اسکی که ISIA تعیین کرده است برخوردار باشند تا بتوانند در عضویت این سازمان مهم جهانی بقی بمانند و یا به عضویت آن درآیند.

O مربیان اسکی هر کشور که تمرین‌های لازم برای استاندارد ISIA را گذرانده‌اند و به درجه فارغ‌التحصیلی و دریافت کارت مربی اسکی در فدراسیون کشور خود گردیده‌اند و اقدام به آموزش اسکی به علاقه‌مندان اسکی در کشور خود به صورت حرفه‌ای می‌نمایند و واجد شرایط دریافت علامت یا نشانه یا تمبر ISIA می‌باشند.

O استاندارد ISIA مربیان اسکی را ملزم به بیمه حرفه‌ای شخصی می‌نماید.

## الف - امتحان عملی تکنیک:

تمرینات اولیه راه رفتن با اسکی و بدون اسکی - پیچ‌های پایه‌ای اولیه - پیچ‌های با اسکی‌های موازی - تکنیک‌های مسابقه‌ای - هماهنگی در اسکی کامل در موقعیت شیب و برف‌هایی با وضعیت طبیعی و مکانی مختلف. موارد ذکر شده باید به صورت عملی آزمایش شود.

ب - روش تعلیم و تربیت - امتحان تدریس، حداقل دو کلاس اسکی به مدت ۳۰ دقیقه. یکی از این دو کلاس باید به زبانی به غیر از زبان مادری باشد. مواردی که در این امتحان تدریس باید صورت گیرد، شخصیت، برخورد با شاگرد، راهنمایی و هدایت او، برنامه ریزی برای تدریس صحیح است.

○ تکنیک: توانایی توضیح تکنیک به زبانی ساده و قابل فهم

○ روش تدریس: با توجه به موضوع پیدا کردن توضیح از طریق جملات ساده و قابل درک

○ تأثیر کلی: فضای تدریس، دستیابی و موفقیت در رساندن منظور مربی به شاگرد

استفاده صحیح از زبان

○ تمرین‌های مفید برای توانمند کردن شخص آموزش گیرنده.

## ج - امتحان تئوری

امتحان به صورت تئوری از تکنیک و متده روش تعلیم و تربیت به صورت شفاهی و کتبی

د - ناپایداری و بهمن:

مربی اسکی باید بتواند با دانشی که از محیط ناپایدار و بهمن خیز دارد شاگردان خود را از این چنین محل‌های خطرناکی به سلامت عبور داده به مقصد برساند. مربی اسکی باید قوه تصمیم‌گیری و دانش و تجربه هدایت گروه را در شرایط نامساعد و مناطق ناپایدار و بهمن خیز داشته باشد.

پیش‌بینی خطر با توجه به هوای نامساعد و منطقه بهمن‌خیز را مد نظر داشته و آموخته باشد. همچنین مربی باید دانش کمک به شخص مصدوم (بهمن‌زده، سرمازده و زخمی) و نیز چگونگی همکاری با گروه‌های نجات را به خوبی آموخته باشد و با توجه به مطالب زیر می‌تواند آمادگی برای امتحان‌های عملی و تئوری را پیدا کند.

○ روش ارزیابی خطر در منطقه بهمن‌خیز و روش کاهش خطر در منطقه بهمن‌خیز.

○ راهنمایی و هدایت در خارج از بیست

○ استفاده از دستگاه‌های الکترونیکی بهمن برای یافتن قربانی.

○ جهت‌یابی، خواندن نقشه، کار کردن با قطب‌نما و ارتفاع‌سنج.

○ آشنایی به وقوع بهمن، کمک‌رسانی، نجات قربانی

## \* طول و مدت تمرین

طبق استاندارد ISIA طول و مدت تمرین حداقل باید ۴۵۰ ساعت باشد. دوسوم

تمرین عملی و یک سوم تئوری در برف.

## \* کنترل

ISIA حق دارد که محل تمرین و چگونگی مربیان فدراسیون‌های عضو خود را

کنترل کند که از سطح کیفی این دوره‌ها مطمئن شود و از کامل بودن این دوره‌ها بر طبق استاندارد ISIA مطمئن شود.

## \* دوره و تمرین‌های بیشتر و تکمیلی

پس از گرفتن کارت مربی‌گری اسکی، فدراسیون اسکی کشورهای عضو موظف هستند که با برگزاری دوره‌های تکمیلی مربیان خود را برای دریافت نشان یا بچ ISIA آماده کنند. این دوره‌ها و تمرین‌ها باید اجباری و در کارت مربی یادداشت شود که به این صورت سطح کمی و کیفی مربیان یک کشور در سطح مطلوب و استاندارد ISIA باشد.

طول دوره‌های اضافی تکمیلی، اگر هر سال اجرا شود، یک روز است و اگر هر دو سال یک بار صورت گیرد، دو روز و اگر هر سه سال باشد، سه روز است و ...

مربانی که در دوره تکمیلی فدراسیون کشور خود مطابق استاندارد ISIA شرکت نمی‌کنند به صورت مربیان سابق و معلق درآمده و نشان و بچ ISIA از آنان پس گرفته می‌شود و با عنوان مربی‌گری اسکی یا نام مربی اسکی غیرفعال یا مربی اسکی پیشین مشخص می‌شوند.

برای بازپس‌گیری عنوان مربی اسکی فعال و نشان ISIA از طرف مربی تعلیمی، مربی

فوق باید در کلاس‌ها و دوره‌های تمرینی و تدریس در مدرسه اسکی حاضر شود.

## \* مشروعیت

مربی‌های اسکی که با موفقیت موارد و مفاد امتحان ذکر شده در بالا را گذرانده‌اند و موفق به دریافت آخرین مرحله فارغ‌التحصیلی (مربی اسکی) و گذراندن دوره تکمیلی ISIA شده‌اند، موفق به دریافت کارت مربی اسکی از فدراسیون اسکی کشور خود و دریافت نشان و بچ ISIA خواهند شد.

بر طبق ماده ۱۸ مقررات و قوانین استاندارد ISIA کشور عضو که از تکمیل و اجرای موارد ذکر شده ناتوان باشد مهلتی به مدت دو سال برای رساندن مربی‌های کشور خود جهت باقی ماندن در ISIA خواهد داشت.

چنانچه کشور تابع در این مدت، اقدام به برگزاری دوره و دریافت استاندارد ISIA ننماید یا به دلایل گوناگون نتواند مربیان خود را به حداقل استاندارد ISIA برساند از عضویت در ISIA محروم و اخراج خواهد شد.

\* لغو عضویت با توجه به موارد زیر است:

الف - کناره‌گیری داوطلبانه:

کناره‌گیری باید به صورت کتبی، به صورت درخواست به اطلاع دبیر کل ISIA برسد. این درخواست در صورتی پذیرفته می‌شود که حداکثر سه ماه قبل از پایان سال به دفتر ISIA تسلیم شود.

ب - اخراج به دلایل زیر صورت می‌گیرد:

○ نپرداختن حق عضویت به مدت دو سال

○ رعایت نکردن مقررات و قوانین ISIA

○ لطمه وارد کردن به اهداف ISIA یا مخالفت با قوانین و مقررات و بی‌توجهی به دستورات و پیشنهادات مسئولین ISIA

اخراج به وسیله اکثریت دوسوم از اعضای مجمع عمومی صورت می‌گیرد.

## \* حقوق و تعهدات اعضا

الف - هر عضو می‌تواند نماینده‌ای به جلسات ISIA بفرستد. این نماینده می‌تواند تغییر هم بکند. این عضو می‌تواند در رای‌گیری‌ها انتخاب شود و نیز به نمایندگی از طرف کشور خویش بر طبق آیین‌نامه‌ها و قوانین انتخاب کند و رای بدهد.

هر کشور عضو می‌تواند دو نماینده به ISIA معرفی کند که برای هر مورد لازم کاندید شوند. اعضای کمیته اجرایی (هیات رئیسه) می‌توانند نماینده سازمان خویش نیز باشند.

ج - اعضا به همکاری فعال در حد توان خود تعهد می‌نمایند. این تعهد شامل پرداخت حق عضویت نیز می‌شود. بدهی اعضا، محدود به پرداخت کامل حق عضویت است. توضیح بیشتر در بخش مقررات مربوط به پرداخت حق عضویت آمده است.

د - بچ مخصوص از طرف ISIA به سازمان‌های وابسته اعضا برای تحویل به مربیان حرفه‌ای عضو این سازمان تحویل داده می‌شود.

مجمع عمومی اعضا عالی‌ترین مقام برای رای‌گیری در تصمیم‌ها و هدایت ISIA است. دبیر کل به انتخاب هیات رئیسه با توجه به پیشنهاد و سفارش رئیس صورت می‌گیرد. تنها یک نماینده از هر کشور می‌تواند به عضویت هیات رئیسه دربیاید. △

**کتاب دانستنی های کوه پیمایی و کوه نوردی حاصل نتیجه گردآوری و تدوین آقای مهدی موتمنی است که انتشارات مهندسیین آن را به چاپ رسانده است.**



# اخبار فدراسیون

صاحب‌نظران طب ارتفاع از ۱۵ کشور دنیا در منطقه کوهستانی شمال ویلز برگزار شد.

در جلسه کمیسیون، بحث عمده پیرامون چگونگی برگزاری دوره‌های طب ارتفاع و ارائه گواهینامه بود.

همچنین تجربه ارزشمند ایران در زمینه ارائه پایان‌نامه‌های مختلف در موضوعات مرتبط با طب ارتفاع پیشنهاد شد که مورد موافقت اعضای کمیسیون قرار گرفت.

از طرف اعضای کمیسیون نیز گزارشی از عملکرد کمیته پزشکی کشورهای عضو ارائه شد. ادامه جلسه با بحث‌های علمی پیرامون چگونگی ضدعفونی آب در کوهستان، چگونگی مصرف داروها در برنامه‌های کوه‌نوردی و وضعیت وب‌سایت کمیسیون، مشکل تیم‌های تجاری و کوه‌نوردی و صعودهای سریع این تیم‌ها و مشکلات به وجود آمده در این تیم‌ها، حضور پزشکان در تیم‌های کوه‌نوردی و اعزام‌ها به ارتفاعات ادامه یافت. در پایان جلسه اعضای جدید کمیسیون معرفی شدند.

از طرف فدراسیون کوه‌نوردی جمهوری اسلامی ایران دکتر حمید مساعدیان دبیر کمیته پزشکی در این سمینار شرکت داشتند.

## جانپناه‌های کشور به تابلوهای هشداردهنده

### و آموزشی مجهز می‌شوند

رییس کمیته پزشکی فدراسیون کوه‌نوردی گفت: تمام پناهگاه‌ها و جان‌پناه‌های کشور به تابلوهای هشداردهنده آموزشی مجهز می‌شوند. دکتر حمید مساعدیان، بابیان این مطلب افزود: باتوجه به فرا رسیدن فصل سرما با حمایت‌های سرپرست فدراسیون کوه‌نوردی تابلوهای هشداردهنده آموزشی برای کوه‌نوردان در طول مسیرهای ارتفاعات دماوند، علم کوه و سیلان نصب خواهد شد. به گفته وی در این تابلوها مطالب و اطلاعات پزشکی برای مقابله با سرمازدگی و همچنین بیماری ارتفاع برای کوه‌نوردان ذکر شده است.

وی تنگی نفس، سردرد، حالت خواب‌آلودگی و سرمازدگی را از نشانه‌های بیماری ارتفاع و سرمازدگی عنوان کرد و گفت: اکثر کوه‌نوردان به علت آگاهی نداشتن از راه‌های مقابله با همین موارد جان خود را از دست داده‌اند. رییس کمیته پزشکی فدراسیون کوه‌نوردی گفت: نصب تابلوهای هشدار دهنده در طول مسیر کوه‌پیمایی را در راستای ارتقا دانش و آموزش مقابله با بحران در ورزش کوه‌نوردی اعلام کرد.

## تغییر در مدیریت فدراسیون کوه‌نوردی؛ تودیع آقاجانی و معارفه مهندس هوایی

جلسه معارفه محمدحسین هوایی، سرپرست جدید فدراسیون کوه‌نوردی و تودیع آقاجانی که بیش از ۲۰ سال در این سمت فعالیت می‌کرد، صبح پنج‌شنبه ۱۳ مهرماه، در محل فدراسیون کوه‌نوردی و با حضور اعضای کمیته‌های مختلف فدراسیون برگزار شد.

کیومرث هاشمی، رییس مجمع فدراسیون کوه‌نوردی و معاون سازمان تربیت‌بدنی در ابتدای این مراسم تغییرات مدیریتی را یک رویه ورزشی عنوان و تصریح کرد: این تغییرات مانند دوی امدادی هستند و ادامه دهندگان باید راه گذشتگان را پیگیری و ارتقاء دهند.

وی افزود: پس از خدماتی که آقاجانی در فدراسیون با اعزام‌های بزرگ و صعودهای موفقیت‌آمیز در این ۲۰ سال تقبل کرده تغییرات بدیهی به نظر می‌رسید. تغییرات مدیریتی بعد از گلایه ایشان از عدم حمایت سازمان تربیت‌بدنی و اعتقادشان مبنی بر مفید نبودن شان در فدراسیون انجام گرفت و در این راستا کسی انتخاب شد که سال‌ها در عرصه مدیریتی و ورزشی فعال بود.

هاشمی در ادامه گفت: امیدواریم آقاجانی در بخش‌های مختلفی که فعال هستند موفق باشند و تجربیات شان را در اختیار مدیریت جدید قرار دهند.

## سنگ‌نوردان ایرانی به رقابت‌های آسیایی ماکائو اعزام می‌شوند

مسئول کمیته روابط بین‌الملل فدراسیون کوه‌نوردی از شرکت تیم ایران در مسابقات سنگ‌نوردی قهرمانی آسیا در ماکائو خبر داد.

همایون بختیاری، با بیان این مطلب افزود: تیم سنگ‌نوردی ایران در قالب شش سنگ‌نورد زن و شش سنگ‌نورد مرد در این مسابقات شرکت خواهد کرد. وی گفت: با توجه به برنامه‌ریزی‌های انجام شده برای این دو تیم اردوهای تدارکاتی یک ماهه داخلی و دو هفته‌ای در یکی از کشورهای ایتالیا، فرانسه، اتریش و آلمان در نظر گرفته شده است که پس از تصویب آن توسط رییس فدراسیون به اجرا در خواهد آمد.

به گفته وی مسابقات سنگ‌نوردی قهرمانی آسیا در ماکائو مهرماه سال آتی برگزار می‌شود و بدین منظور تمام سعی و تلاش خود را برای انتخاب نفرات برتر این رشته‌به‌کار خواهیم گرفت.

## گزارش سمینار سالانه پزشکی اتحادیه جهانی و کوه‌نوردی

سمینار سالانه کمیسیون پزشکی اتحادیه جهانی کوه‌نوردی در سال جاری از تاریخ ۴ تا ۸ مهرماه ۱۳۸۵ در کشور انگلستان با شرکت ۲۱ نفر از پزشکان،

## جناب آقای بهمن شهوندی

ضایعه درگذشت پدر عزیزتان موجب تالم  
دوستان گردید. این مصیبت را به شما  
و خانواده محترم تسلیت می‌گوییم.

دنا اصفهان - امجد سماواتی

## پیش کسوت گرامی جناب آقای بهمن شهوندی

درگذشت پدر گرامی‌تان را به شما و خانواده  
محترم تسلیت می‌گوییم.

فصلنامه کوه

## در رقابت های قهرمانی آسیا؛ سنگ نوردان ایرانی ناکام ماندند

رقابت های سنگ نوردی قهرمانی آسیا که در چین تایپه جریان داشت دیروز خاتمه یافت و در رشته سرطناب دو سنگ نورد ژاپنی به ترتیب اول و دوم شدند و سنگ نوردی از کره جنوبی در سکوی سوم ایستاد. در بخش سرعت نیز سنگ نورد اندونزی به مقام اول دست یافت و سنگ نورد هنگ کنگی و ژاپنی به ترتیب دوم و سوم شدند. سنگ نوردانی از کشورمان در این رقابت ها حضور داشتند که در رشته سرطناب آرتیمس فرشاد یگانه و محمد جعفری در رده های دهم و یازدهم آسیا قرار گرفتند.

### برگزاری دومین اردوی انتخابی مربیان و پیش کسوتان

دومین اردوی انتخابی تیم ملی مربیان و پیش کسوتان کوه نوردی کشور جهت اعزام به صعود برون مرزی آارات، ۴ و ۵ آبان ماه در ارتفاعات البرز مرکزی و با حضور کوه نوردان برگزار شد.

به گزارش کمیته کوه نوردی فدراسیون این اردو در شرایط متغیر جوی برگزار شد و آمادگی نفرات در این شرایط مورد ارزیابی قرار گرفت. قرار است حدود ۴ کوه نورد منتخب در اواخر آبان ماه برای صعود به قله آارات به کشور ترکیه اعزام شوند.

### برگزاری دوره هماهنگی و تخصصی

#### برای مربیان و پیش کسوتان

دومین دوره هماهنگی و تخصصی بازآموزی مربیان و پیش کسوتان درجه ۱ و ۲ سنگ نوردی ۲۷ لغایت ۳۱ شهریور ماه در تهران- شیرپلا برگزار شد. در این دوره ۵۰ نفر شرکت داشتند که جدیدترین طرح درس ها و دستورالعمل های آموزشی به آنها ارائه شد. گفتنی است مربیانی که در این دوره شرکت داشتند از این پس می توانند با عنوان مدرس در سراسر کشور اقدام به فعالیت های آموزشی سنگ نوردی نمایند. △

### سرپرست فدراسیون کوه نوردی :

### تا ۲۰ روز آینده برنامه خود را تقدیم رئیس سازمان می کنم

سرپرست جدید فدراسیون کوه نوردی در گردهمایی روسای هیات های کوه نوردی سراسر کشور از ساخت دیواره های صخره نوردی در استان های کشور خبر داد و گفت : برای رشد و گسترش این رشته ورزشی و با توجه خاص مهندس علی آبادی به ورزش صخره نوردی، در آینده ای نزدیک شاهد احداث این دیواره ها خواهیم بود.

مهندس محمد حسین هوایی در مراسم معارفه خود در جمع روسای هیات های کوه نوردی استان های کشور افزود : به وسعت کل ایران می توانیم این رشته ورزشی را گسترش دهیم که باید با سیاست گذاری مناسب در جهت آن اقدام کنیم.

وی خاطر نشان کرد : برای ایجاد انگیزه در نسل جوان قصد داریم با سازمان آموزش و پرورش و وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری هماهنگی های مربوطه را انجام دهیم تا با برنامه ریزی مناسب زمینه حضور نوجوانان و جوانان را در کوه شاهد باشیم. همچنین قصد داریم با ارتباط با سازمان میراث فرهنگی و گردشگری در خصوص جذب توریست در کشور اقدام کنیم. چرا که در ورزش کوه نوردی ایران جاذبه های بسیاری وجود دارد که می توانیم در زمینه جذب توریست موفق باشیم.

مهندس هوایی افزود : به بحث آموزش توجه خاصی خواهیم داشت و این مسئله را در اولویت کارهای خود قرار داده ام.

همچنین احداث پناهگاه ها از دیگر اقداماتی است که توسط این فدراسیون انجام خواهد شد. البته این پناهگاه ها را در کوهستان هایی احداث می کنیم که ارتفاعی بالغ بر ۳ تا ۴ هزار متر داشته باشند. ضمن آنکه احداث سرپناه ها با حفظ کلیه اصول زیست محیطی و رعایت فرهنگ بومی آن منطقه مورد توجه فدراسیون است.

وی تصریح کرد : در جهت رشد و گسترش رشته صخره نوردی داخل سالن برنامه های متعددی خواهیم داشت و قصد داریم با احداث دیواره های استاندارد در همه استان های کشور زمینه رشد و گسترش این ورزش را ایجاد کنیم.

### جناب آقای بهمن شهوندی

همیشه مایه امید و تسلاهی دل مان بوده اید، ما را  
در غم بزرگ از دست دادن پدر پُر صلابت خود،  
که مرشد و بزرگ مانیز بود، شریک بدانید.

پیش کسوتان، مربیان  
و اعضای کانون کوه نوردان تهران

### هم نورد گرامی

### جناب آقای فیض اله ناصری

در گذشت پدر گرامی تان را به شما  
و خانواده محترم تسلیت می گوئیم.

کوه نوردان توجال

### جناب آقای بهمن شهوندی

در گذشت پدر گرامی تان را تسلیت عرض  
نموده، برای جناب عالی و سایر بازماندگان  
صبر و اجر و برای آن مرحوم علو درجات  
را از خداوند منان آرزو مندیم.

خانه کوه نوردان تهران

### پیش کسوت گرامی

### جناب آقای بهمن شهوندی

در گذشت پدر گرامی تان باعث اندوه مان  
گردید. این فقدان را به شما و خانواده  
محترم تان تسلیت می گوئیم.

هیات کوه نوردی تهران

# اخبار انجمن کوه نوردان ایران

○ پنجاه و یکمین نشست ماهانه انجمن در بعدازظهر چهارشنبه ۵ مهرماه در فرهنگسرای دانشجو (تهران - خیابان سیدجمال‌الدین‌اسدآبادی) برگزار شد. برنامه اصلی این نشست، گزارش حسین نظر (کوهنورد و اسکی‌باز فعال کشور) از صعود تک‌نقره و سریع به قله کورژنفسکایا در پامیر بود.

○ در آبان ماه به دلیل برگزاری دو همایش دوازده، نشست ماهانه برگزار نشد. همایش اول، دومین دوره جشنواره گزارش‌های کوهنوردی بود: در جشنواره گزارش‌ها که در روزهای ۱۱ و ۱۲ آبان در محل آکادمی المپیک ایران برگزار شد، از میان ۱۰۸ گزارش که در اشکال مختلف به دبیرخانه جشنواره رسیده بود، پنج فیلم و پنج گزارش زنده به نمایش گذاشته شد و اینها به اضافه ۲۳ گزارش مکتوب در بخش مسابقه به داوری گذاشته شدند. از این میان، گزارش‌های زیر جایزه دریافت کردند:

در بخش گزارش‌های مکتوب

○ جایزه اول (تندیس بلورین و یک سکه بهار آزادی) به فرامرز پارسی، گزارش «عبور از لوت، سرزمین کلوت‌های بی‌پایان».

○ جایزه دوم (دیپلم افتخار و نیم سکه بهار آزادی) به افشین یوسفی، گزارش «گذری کوتاه بر دیواره علم کوه، مسیر همدانی‌ها».

در بخش فیلم

○ جایزه اول به رضا نظام‌دوست، فیلم «کوه‌های آبی» - جایزه دوم به یوسف سوری نیا، فیلم «پیمایش غار میان سه پل»

در بخش گزارش‌های زنده

○ جایزه اول به کاظم فریدیان، گزارش «فرود از آبشار شوی» - جایزه دوم به افشین یوسفی، گزارش «مبارزه‌ای به سوی آسمان»

جایزه ویژه گزارش منتخب مخاطبان

تندیس بلورین و جایزه این بخش به رضا نظام‌دوست، فیلم «کوه‌های آبی» اهدا شد.

لوح سپاس هیات مدیره

در بخش جنبی این جشنواره، لوح سپاس و جایزه ویژه هیات مدیره انجمن کوهنوردان ایران، به عباس محمدی، مدیرگروه دیده‌بان کوهستان، به خاطر نوشتن حدود ۵۰ مقاله و گزارش در یک سال گذشته و فعالیت‌های پرشمار دیگر در زمینه حفاظت محیط‌های کوهستانی اهدا شد.

هیات داوران این جشنواره

احمد و خورشیدی (کوهنورد پرسابقه، کارگردان و تهیه‌کننده حدود ۶۰ فیلم تلویزیونی کوهنوردی)، داود محمدی‌فر (کوهنورد پرسابقه، نویسنده دو جلد کتاب «تاریخ کوهنوردی ایران»)، دکتر حسن صالحی مقدم (مری، پیشکسوت و مدیرمسئول فصلنامه کوه)، هادی فوقانی (کوهنوردی، مترجم و نویسنده کوهنورد)، سهند عقداپی (کوهنورد مری کوهنوردی، نویسنده مقاله‌های متعدد)، حسین نظر (کوهنورد اسکی‌باز، مری). این جشنواره با حمایت مالی شرکت هفت‌گهر، فصلنامه کوه، شرکت رنگ روناس، شرکت رنگ هابولوکس و چند شرکت دیگر برگزار شد.

○ دومین همایش آبان ماه «همایش زن و کوه» بود که با کمک مالی شرکت فرش مشهد (و چند شرکت دیگر) در روزهای ۱۸ و ۱۹ آبان برگزار شد. در روز اول، طی چند سخنرانی و فیلم، به تاریخچه کوهنوردی زنان در ایران و دیگر کشورهای جهان نیز اشاره‌ای شد. همچنین، خانم‌های کوهنوردی از کردستان، خراسان، فارس و لرستان، گزارش‌هایی از وضع کوهنوردی استان‌ها و کاترین‌هاکوپیان، گزارشی از کوهنوردی زنان ارمنی ایران ارائه دادند. در میزگرد همایش، دکتر جلال‌الدین شاهبازی (نماینده ایران در کمیسیون پزشکی UIAA) و خانم دکتر چراتی، نکته‌هایی را در زمینه مسایل پزشکی زنان کوهنورد بیان کردند و زنان دیگر به بیان مشکلات شغلی کوهنوردان و نیز مشکلات زنانی که همسر کوهنورد دارند، پرداختند. در روز دوم همایش، مسایلی مانند کوهنوردی و خانواده، صعوبات بزرگ، پناهگاه‌سازی، پزشکی ارتفاع و زنان، زن و محیط زیست رابطه انجمن کوهنوردان و تشکلهای کارگاه‌های خاص مورد بررسی قرار گرفت.

○ مجمع عمومی عالی انجمن در روز دوم آذر برگزار شد و اعضا پس از شنیدن گزارش‌های هیات مدیره و بازرسی و بحث در مورد مسایل انجمن، هیات مدیره و بازرسی جدید را برای دوره دو ساله بعد انتخاب کردند.

○ «جشن کوهستان» یا دیدار دوستانه کوهنوردان و طبیعت دوستان کشور به مناسبت روز جهانی کوهستان (۱۱ دسامبر / ۲۰ آذر) برگزار شد. اخبار مربوط به این دیدار و کارهای انجام شده به مناسبت روز جهانی کوهستان، در شماره بعدی فصلنامه به آگاهی خواهد رسید.

○ مجمع عمومی انجمن کوهنوردان ایران عصر روز پنج‌شنبه دوم آذرماه در محل سالن همایش مرکز سازمان‌های غیردولتی و داوطلبانه شهرداری تهران برگزار شد و اعضای هیات مدیره جدید این انجمن برای یک دوره دو ساله انتخاب شدند. در این مجمع که از ساعت ۱۶ با حضور اعضای انجمن آغاز به کار کرد، ابتدا کومرث بابازاده رئیس سابق هیات مدیره به ارایه گزارش عملکرد انجمن طی دو سال گذشته پرداخت و پس از آن تتی چند از اعضای هیات مدیره و همچنین بازرسی انجمن به ارایه گزارش خود پرداخته پس از آن انتخابات انجام شد، که در نهایت آقایان عباس محمدی، اسماعیل رضایی، محمدعلی رودی، محمود بهادری، شکور لطفی و خانم‌ها افسر شاندیز و پرستو ابریشمی به عنوان اعضای اصلی و محسن فوقانی و سورن سپائیان به عنوان اعضای علی‌البدل هیات مدیره برای دوره دو ساله ۸۷-۸۵ انتخاب شدند. همچنین کومرث بابازاده به عنوان بازرسی و کاوه کاشفی به عنوان بازرسی علی‌البدل انتخاب شدند.

○ نشست‌های هیات مدیره و گروه‌های کاری انجمن کوهنوردان ایران، در روزهای یکشنبه از ساعت ۵ تا ۹ بعدازظهر، در محل دفتر انجمن برگزار می‌شود. علاقه‌مندان می‌توانند برای ارایه پیشنهادهای و انتقادهای خود و شرکت در این نشست‌ها، با اعضای هیات مدیره یا بازرسی تماس بگیرند.

○ نشست‌های ماهانه انجمن در نخستین چهارشنبه هر ماه برگزار می‌شود. در این نشست‌ها ضمن مبادله اخبار کوهنوردی، مباحث آموزشی و گزارش کوهنوردی‌های بارز ارایه می‌شود. ▽

حضور در نشست‌های ماهانه، برای همه علاقه‌مندان آزاد است.

انجمن کوهنوردان ایران می‌کوشد که افکار عمومی جامعه کوهنوردی کشور را منعکس کند. با عضویت در این انجمن، تشکیل نمایندگی در شهرستان‌ها و فرستادن انتقادات و پیشنهادهای خود، ما را یاری رسانید.

تهران - کد ۷۴۴۵۴ ۷۴۴۵۷، خ انقلاب، نبش لاله‌زار، شماره ۵۹۰، واحد ۱۲

تلفن: ۶۶۷۱۲۲۴۳ نامبر: ۶۶۷۱۲۴۲۱ www.alpineclub.ir

# دیده بان کوهستان

- دیده بان کوهستان انجمن (دکا) از کار گروه کمیته‌های انجمن کوهنوردان است که هدف‌های آن عبارت است از:
- جلب توجه همگان به اهمیت محیط‌های کوهستانی در چرخه زندگی
  - یادآوری وظیفه‌هایی که مسئولان دولتی و عموم مردم در حفظ کوهستان‌ها دارند.
  - ترویج شیوه‌های کوهنوردی سازگار با محیط زیست
  - گردآوری گزارش‌های تخریب محیط‌های کوهستانی و منعکس کردن آنها در مطبوعات یا فرستادن آنها برای مقام‌های مسئول
  - معرفی ارزش‌های طبیعی و فرهنگی کوهستان‌های کشور
  - اجرای برنامه‌هایی برای حفاظت منطقه‌های کوهستانی با ارزش خاص، یا معرفی این گونه منطقه‌ها به سازمان‌های مسئول، برای حفاظت آنها.

«دکا» از همه کوهنوردان و دوستداران محیط‌های کوهستانی دعوت می‌کند گزارش‌ها، مقاله‌ها و پیشنهادهای خود را در ارتباط با هدف‌های بالا به نشانی انجمن بفرستند. مطالب دریافتی، به نام نویسندگان آن در نشریه‌های انجمن یا مطبوعات و رسانه‌های دیگر منتشر خواهد شد.

[www.mountainwatch.persianblog.com](http://www.mountainwatch.persianblog.com)

○ از اوایل مردادماه تا آخر شهریور، نشست‌های متعددی با شهرداری تهران (مشاور شهردار در امور محیط زیست و دیگر بخش‌های مرتبط) داشتیم و هم‌گام با چند سازمان مردم‌نهاد دیگر، برنامه‌ریزی‌هایی را برای مراسم «روز پاکسازی کوهستان» (۴ مهرماه) انجام دادیم. دکا، در روزهای ۳۰ و ۳۱ شهریور در پنج مسیر کوه‌پیمایی شمال تهران، اقدام به توزیع بروشور و پخش کیسه در میان کوه‌پیمایان برای بازگرداندن زباله‌ها کرد؛ چند تیم از همکاران انجمن نیز نقاطی از کوه‌های شمال تهران را پاکسازی کردند.

گروه‌های دیگر عمدتاً در بوستان جمشیدیه در «جشنواره پاکسازی کوهستان» شرکت داشتند. در شهرستان‌ها، اعضای انجمن و گروه‌هایی که به دعوت دکا پاسخ دادند، برنامه‌های پاکسازی و کار آموزشی چهره به چهره و فعالیت مطبوعاتی کم و بیش گسترده‌ای داشتند: در رامسر، تنکابن، سمنان و ماکو دفترهای نمایندگی انجمن؛ در قائم‌شهر، گروه کوهنوردی پرینخ؛ در کرمان، اعضای انجمن کوهنوردان و اعضای انجمن حامیان محیط زیست کرمان؛ در مشهد، موسسه کوهنوردی آزادگان؛ در نیشابور، هیات کوهنوردی؛ در ماسوله، شبکه سازمان‌های زیست محیطی گیلان و گروه کوهنوردی نمونه؛ در کلاردشت، انجمن حمایت از محیط زیست؛ در دیواندره، هیات کوهنوردی؛ در دماوند، همکاران انجمن کوهنوردان؛ و در همدان و کرمانشاه و چند منطقه دیگر، طبیعت‌دوستان دیگر اقدام به پاکسازی نقاط کوهستانی کردند. صدا و سیما نیز توجه خوبی به موضوع نشان داد و این فعالیت‌ها را پوشش خبری داد که جای قدردانی دارد.

○ در روزهای ۱۳ و ۱۴ مهرماه، دکتر علی عمرانی استاد بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی، خانم دکتر توسلی دبیر شبکه سازمان زیست محیطی تهران و دو نفر از اعضای انجمن به کلاردشت رفتند و در نشستی با فعالان زیست محیطی منطقه و مسئولانی از اداره محیط زیست، شیلات و شورای شهر کلاردشت، به بررسی راهکارهایی برای رفع مشکل زباله در این منطقه پرداختند. دکتر عمرانی که طرح‌های زیادی برای ساماندهی دفع زباله در شهرهای ایران داشته و از متخصصان درجه اول بازیافت در کشور است پس از مشاهده محل تخلیه زباله‌ها در کلاردشت و عباس‌آباد در جنگل عباس‌آباد، گفت که چنین وضع فجیعی را در کمتر نقطه از ایران می‌توان دید. دکا در نظر دارد، کارگاه‌های آموزشی برای گروه‌هایی از اهالی کلاردشت برگزار نماید تا شیوه‌های کاهش مقدار زباله و تفکیک زباله از مبدا را آموزش دهد.

○ در ماه‌های مهر و آبان، چند نشست با سازمان‌های مردم‌نهاد دیگر (کانون مهندسان معمار دانشگاه تهران، انجمن شهرسازان ایران، گروه وکلای سبز، جامعه جنگل‌بانی ایران، جمعیت زنان مبارزه با آلودگی محیط زیست...)، در دفتر شبکه سازمان‌های زیست محیطی داشتیم و در مورد روند نگران‌کننده ساخت و ساز در ارتفاعات تهران گفت و گو کردیم. در پی اظهار نظر شورای شهر و شهرداری تهران مبنی بر مقابله با این ساخت و سازها و تصمیم به خراب کردن بناهای غیرمجاز، این گروه‌ها حمایت خود را از این اقدام اعلام کردند.

○ در روز پنجم آبان، جمعی از کوهنوردان اراک با برنامه‌ریزی سازمان مردم‌نهاد «یادمان سبز» در منطقه حفاظت شده هفتاد قله گرد هم آمدند و در مورد مشکلات زیست محیطی کوه‌ها گفت و گو کردند. همکاران دکا، در این برنامه در مورد شیوه‌های کوهنوردی مسئولانه، سخنرانی کردند.

کوه‌ها و تنوع زیستی

شعار روز جهانی کوهستان (۱۱ دسامبر / ۲۰ آذر) در امسال: «مدیریت تنوع زیستی کوهستان برای زندگی بهتر است.»

در مناطق کوهستانی، به علت اختلاف دما در کمربندهای ارتفاعی گوناگون، اختلاف تابش نور در زاویه‌های مختلف و ریخت‌شناسی متنوع عوارض زمین، وضعیت‌های کاملاً متفاوتی وجود دارد که زیستگاه‌هایی را برای گونه‌های مختلف فراهم می‌سازد. زیست‌شناس بزرگ ادوارد ویلسون در کتاب «تنوع حیات» (انتشارات جهاد دانشگاهی مشهد، ۱۳۸۴) شرح می‌دهد که بیشترین تنوع زیستی (که بزرگ‌ترین ثروت ما بر کره زمین است) در جنگل‌های پرباران استوایی وجود دارد. اوج این تنوع را در سه کشور کوهستانی این منطقه یعنی کلمبیا، پرو و اکوادور می‌توان دید. در اینجا، بیش از ۴۰۰۰۰ گونه گیاهی در منطقه‌ای به مساحت تقریبی ۲ درصد جهان می‌روید. در ایران هم می‌توان در مناطق کوهستانی، به وضوح مشاهده کرد که با حرکت بر روی شیب کوه‌ها، گونه‌های گیاهی غالباً تغییر می‌یابند و به تبع آن، حیات جانوری هم اشکال دیگری می‌یابد. گذشته از این، کوه‌ها پناهگاه بسیاری از گونه‌ها هستند که قبلاً به فراوانی در دشت‌ها می‌زیستند، اما با تصرف دشت‌ها توسط انسان، امروز فقط در کوهستان باقی مانده‌اند. جالب توجه است که گاه گونه‌های جانوری بزرگ دشت‌زی هم به کوه پناه می‌برند؛ برای مثال امروزه معدود یوزپلنگ‌های باقی مانده در ایران، در نزدیکی ناحیه‌های کوهستانی زندگی می‌کنند.

حفاظت کوهستان‌های کشور، ضامن حفظ ثروت‌های زیستی ماست. ▽

# اخبار اخبار

○ به مناسبت بزرگداشت سالگرد وفات محمد اوزار در تاریخ ۱۷ شهریور، گروه کوهنوردان اوزار تهران، وابسته به جامعه کردهای مقیم مرکز طی برنامه‌ای از پیش تعیین شده با کوهنوردان کرمانشاه مشترکاً قله دماوند را از جبهه غربی صعود کردند. افراد صعودکننده: پانته‌آ توکلین، غلامرضا توکلین، رضا استحقاری، مهدی حقیری، داود شهر کردی و رضا شهلائی (سرپرست گروه)

○ آقای رمضان براتی‌پور کوهنورد آستارایی است که در مدت ۱۰ سال بیست و دو بار به قله سیلان صعود کرده است. وی بازنشسته خوشنام و صادق بانک ملت استان گیلان می‌باشد.

○ اعضای گروه کوهنوردی آذربایجان که عبارتند از: حاج حسین باحجه حسن حسنی زاده مهدی سیمین، روح‌اله باحجه تقی خندق، باقرزادگان، پرکار، عالی‌پور، فخری، خوش فطرت، سرهنگ مقدم، بهزاد مقدم، علی فرزانه، میلانی و سعید جبارزاده خاتمی موفق شدند در شهریور سال جاری به قله دماوند صعود کنند.

○ خانم‌ها مهین شادمهری و فاطمه شادمهری از کوهنوردان شیروان (خراسان شمالی) در تاریخ ۱۳۸۵/۵/۸ در یک گروه دو نفره موفق به صعود بام ایران، دماوند شدند.

○ گروهی از کوهنوردان شهرستان ماکو در قالب یک تیم مستقل و منسجم و با شعار صلح و دوستی و با تعداد هفت نفر کوهنورد توانستند پرچم پرافتخار جمهوری اسلامی ایران



را بر بام قله آرات، بلندترین کوه کشور ترکیه و یکی از قلل منفرد هفتگانه جهان به اهتزاز درآوردند. صعود به قله آرات توسط آقایان: جعفر حسین نژاد، رشید مختارزاده، رحیم صمدی، تورج حیدرزاده، جمال حکیمی ماکویی، بهنام رستم زاده، احمد محمودی انجام گرفت.

○ گروه کوهنوردی دارابگرد شهرستان داراب در یک برنامه ۶ روزه که از تاریخ ۱۶/۶/۸۵ تا ۲۱/۶/۸۵ به طول انجامید، موفق شد از مسیر جبهه شمالی قله ۵۶۷۱ متری دماوند را فتح کنند. اعضای شرکت کننده: اسداله بدیعی، غلامحسین منصوب، غلامرضا محمودآبادی، حسین انصاری، احمد دامن‌باغ، مهدی کارگران، نادر شاکری، سعید پوردستان، اصغر ابراهیم‌پور، حمید مهرپویان، مجید مرادی، سعید مرادی، عباس خوش‌گفتار، یونس مرادی، علیرضا هفتانی، محمدرضا بدیعی، عبدالرحیم صابریان، حامد جعفری، الیاس خورسند، نوراله صفری، اسماعیل ابراهیمی و قدرت عباسی.

○ با تلاش هیات کوهنوردی شهرستان شهرضا، عملیات پاکسازی کوه شری این شهرستان با همت کوهنوردان و دوستداران طبیعت انجام شد. این برنامه برای سومین سال متوالی بود که انجام می‌شد.

○ گروه کوهنوردی ورزش صبحگاهی کازرون در شش ماهه اول سال جاری موفق به صعود قله طلسمک برم فیروز، قله بل و دماوند شدند. این گروه برای آمادگی بیشتر هر

روز در استادیوم شهرستان کازرون اقدام به ورزش صبحگاهی می‌کنند.

○ به مناسبت بعثت رسول گرامی (ص) اعضای هیات کوهنوردی شهرستان آستارا موفق به صعود قله دماوند شدند. اعضای گروه: تاریخ‌پور، حسن‌پور، حاج غلامحسین شیخی، حمداله داوری، جبرائیل عظیمی کهن، میرداداش گلی‌نژاد اروجلی شهرزادگان، اصغر واضحی، نادر ساسانیان، بهزاد حیرانیان، محمدرضا چوپانی، کریم مسکن‌نشین، شهرروز حبیبزاده فریدون ندایی، عرفان خدائی، فریبرز آهنین، هاتف سفر کار، جهانبخش محمدپور، یاشار یقری، بختیار نجفی، بهرنگ نجفی، یاشار عباسی قیوم، مرتضی شیروان، نوید محمدی، هاجر چهاربند فریده قوامیان، ویدا قوام‌زاده مریم زحمتکش، شیما صادقیان، نسترن واضحی، شهین باغچه‌سرایلی، لیلا یقری، الهه تالشی، لعل تالشی، فرحناز علوی، زهره نیری.

○ به دعوت و به مناسبت دهمین سال تاسیس گروه کوهنوردی دنا اصفهان همایشی در کوه سئلی واقع در منطقه دهقان با شرکت ۴۰۰ نفر از ۲۰ گروه فعال استان اصفهان و زاگرس همدان در حضور پیشکسوتان آقای احمد معرفت و خلیفه سلطانی برگزار شد که در این برنامه نقطه نظرات گروه‌ها پیرامون مسایل جاری کوهنوردی بیان شد. گروه‌های شرکت‌کننده عبارت بودند از: کرکس، دیان، هیات کوهنوردی، آوای صفحه، دانشگاه صنعتی اصفهان، زاگرس همدان، آفتاب شاهین شهر، دژ کهن، چکاد کوهستان، گروه مبارزان، رها، باشگاه ققنوس، آموزش و پرورش ناحیه ۵، جهاد کشاورزی، آسمانه مهر، طبیعت یاران، گشت اتحاد، پلی اکریل.

○ به مناسبت روز پاکسازی کوهستان، هیات کوهنوردی نیشابور و گروه‌های کوهنوردی این شهرستان، کوه‌های نیشابور را از زباله پاکسازی کردند. این مراسم همزمان با دیگر همونردان سراسر کشور، صبح روز جمعه ۸۵/۶/۳۱ با شرکت جمع زیادی از کوهنوردان و حافظان محیط زیست، به سرپرستی آقای ایوب امین‌الرعایی آغاز شد. در این برنامه که با همکاری شهرداری نیشابور و شورای روستاها انجام گرفت، ۲۰۰ نفر کوهنورد آقا و خانم از هیات کوهنوردی، باشگاه فرهنگ و گروه‌های پیام، دانش، صبا، بینالود، کوهسار، بانوان، شهرداری، گروه‌های ادارات و... شرکت کردند. همگی با همت و تلاش فراوان دره‌های مختلف نیشابور را پاکسازی کردند که اصلی‌ترین روستا یعنی بوژان با توجه به توریستی بودن منطقه و استقبال اکثر همشهریان از آن مورد توجه بیشتر قرار گرفت.

○ تیم کوهنوردی شهرستان تربت‌جام به مناسبت هفته دولت موفق به صعود قله علم کوه (۴۸۵۰ متر) شد. افراد صعودکننده: قربان عسگری‌پور، فضل‌احمد جریر احمدی، عبدالمجید جامی الاحمدی، فضل‌احمد صاحبیل، محمدآسایی، محمد فیل‌الهی، سعید زوری، حسن حاتمی، حامد بنکدار، محمد صدیقی، جلیل صدیقی، اکبر غیائی، مسعود جریر احمدی، احمد زیوری، جواد موصلی.

○ گروه کوهنوردی البرز نوشهر در تاریخ ۸۵/۵/۲۵ تا ۸۵/۵/۲۶ موفق به صعود قله دماوند شدند. در این گروه، خانم‌ها ناهید صالحانی و طاهره رضوانی نیز شرکت داشتند.

○ از گروه رکاب‌زنان کوهستان گنبدکاووس، قلیچ تقان عطایی‌فرنجیک به مناسبت بزرگداشت روز بعثت با انجام صعودی مشترک با گروه «همت عالی» تبریز مرکب از: محمد هنرور، مرتضی خدادادی، محمد سلیمان زاده، فرخ اکبری و قدرت کعبلی، قله ۴۸۱۱ متری سیلان را با موفقیت صعود کردند.

○ گروه کوهنوردی مهرورزی متشکل از کارکنان سازمان بهزیستی در سراسر کشور موفق به صعود به قله ۴۸۱۱ متری سیلان شد.

این برنامه که نخستین صعود این گروه در سال جاری به قله مرتفع کشور و دومین برنامه صعود با اجرا و نظارت اداره کل تربیت بدنی و فوق برنامه سازمان بهزیستی کشور است از ۱۴ تا ۱۶ شهریور ماه در منطقه عمومی سیلان و با همکاری



○ یک گروه ۱۰ نفره از کوهنوردان باشگاه کوهنوردی شیرکوه استان یزد مرکب از خانمها: عصمت ارشد سمیه حسن آبادی، زهرا حنیف نژاد، زینب خاتجانی، حمیده مرزبان، لیلا مرزبان، فهیمه راستخی نیا، لیلا شاهرودی، حمیده دهقانی زاده، فضا منتظری به قله علم کوه صعود کردند.

○ پس از ملهای تلاش و پیگیری مداوم و بعد از پشت سر گذاشتن اردوها و تمرینات مداوم، دومین تیم مستقل هیماالیانوردی مردان استان همدان و اولین تیم مستقل هیماالیانوردی بانوان استان در تاریخ ۸۵/۵/۲۳ عازم مشهد و از آنجا به بیشکک (پایتخت قرقیزستان) شدند تا از کشور چین، قله مستاق آتا را صعود کنند و روز بعد پس از انجام تشریفات گمرکی به شهر کاشکار که مبدأ صعود به قله است رسیدند. این تیم پس از برپایی سه کمپ بعد از کمپ اصلی و هم‌هوایی، فقط به دلیل هوای نامساعدی که امسال در منطقه حاکم بود با همه تلاشی که از خود نشان دادند موفق به صعود قله نشدند و به ایران بازگشتند. اعضای تیم عبارتند از: آقایان شهرام مهلوجی، علیرضا سعادت‌راه احمدخلیلی، محمدرحمتی، دکتر سعید صادقان، عباس چشمه‌قصابانی. خانمها: طاهره ایزدی، لیلا ولی‌پور همدانی، سهیلا یادگاری، زهرا افتخار صنایع، مریم کسایان. سرپرست اجرایی برنامه عباس رثوفی.

○ گروه ۲۵ نفره کوهنوردی شکوه بانوان شهرستان دزفول موفق شدند قله ۴۳۵۰ متری حوض دال دنا را در یاسوج فتح کنند.

○ گروه کوهنوردی سهند بانوان موفق به فتح قله ۴۳۵۰ متری حوض دال در یاسوج شدند در این صعود ۱۶ نفر از کوهنوردان زن دزفولی شرکت داشتند.

○ ۴ نفر از کوهنوردان گروه‌های دنا، تلاش و جندی شاپور شهرستان دزفول موفق شدند در یک برنامه سه روزه قله ۵۶۷۱ متری دماوند را از جبهه شمالی فتح کنند. افراد شرکت کننده در این برنامه: محمود خواجه‌زاده، محسن نوبخت، غلامرضا مریدنژاد و مکارم مسجدی.

○ آقایان گروه کوهنوردی سالار شهرستان دزفول در یک برنامه سه روزه موفق به فتح قله ۵۶۷۱ متری دماوند از جبهه جنوبی شدند.

○ گروه کوهنوردی سهند بانوان موفق شدند قله ۵۶۷۱ متری دماوند را از ضلع جنوبی صعود کنند. در این برنامه ۱۷ نفر از بانوان کوهنورد دزفولی شرکت داشتند.

○ گروه کوهنوردی دانشگاه آزاد و مخابرات شهرستان دزفول موفق به فتح قله ۴۸۵۰ متری علم‌کوه شدند.

○ در یک صعود برون مرزی ۸ نفر از کوهنوردان دزفول موفق به فتح قله ۴۰۹۰ متری آراگاس در ارمنستان شدند. اسامی شرکت کنندگان: غلامحسین حسن‌پور رئیس هیات کوهنوردی، محمدرضا محمدپور، محمد لیاقتی‌راه، امیر نجف‌زاده، علیرضا کرناسی، غلامعباس کدخدازاده، کریم مودن و عبدالرحیم جوادپور.

○ گروه کوهنوردی سامن دزفول موفق به فتح قله ۵۶۷۱ متری دماوند شد. در این برنامه ۱۶ نفر شرکت داشتند.

○ گروه کوهنوردی دماوند خرمدره در یک صعود دوروزه به قله دماوند از جبهه جنوبی صعود کردند. اسامی شرکت کنندگان: عبدالکریم گل محمدی، ابراهیم جعفری، محمد گل محمدی، غفار عباسی، مسعود عطایی، عباس محمدخانی، مهرداد گل محمدی، محمد شیخی، جعفر خلیلی. اسامی پشتیبانی گروه: علی اکبر زارع، اصلان افشاری‌راه غلامحسین

صیغی، حبیب جعفری، بهزاد رفعتی، حمید قاسمی، بیژن فرهادی، قدیر نظری. ○ به همت هیات کوهنوردی استان مازندران، همایش سراسری رهروان محمد(ص) که در ۱۸ شهریور ۱۳۸۵ در منطقه دماوند برگزار شد.

○ یک تیم ۱۲ نفره از کوهنوردان گروه کوهنوردی سماموس شهرستان رودسر در اوایل مردادماه طی یک برنامه سه روزه از طریق مسیر ناندل جبهه شمالی موفق به فتح قله دماوند شدند. صعودکنندگان عبارتند از: صفر علی‌پور، اسماعیل عابدی، هادی نصراله زاده، حسین یوسفی، علی شیخ‌مولایی، ماهیار بلوری، جلال حسن‌زادگان، ناصر صادق‌نیا، عیسی داداشی، حمید پوررمضان، فاطمه ریحانی لنگرودی، مجید شفقت.

○ گروه کوهنوردی آراز مرند طی برنامه‌ای به قله سیلان و علم‌کوه صعود کردند. اسامی افراد شرکت کننده: محمدعلی سلیمانپور، حسن نیک‌منش، جواد مقبولی، ابوالفضل روضه‌خوانی، محمدفتح‌پور، امیر تیموری، مصطفی رفیعیان، آذ پی، ولی نورآبادی، سلیمان امین‌نیا، عین‌اله دلدار، کیکوس پورقاسمی، اسلام آقایی.

○ گروه کوهنوردی مهر دانشگاه علوم پزشکی زنجان متشکل از پرسنل بیمارستان دکتر بهشتی، طبق تقویم ورزشی خود در سال ۱۳۸۵ اقدام به صعود برون مرزی قله آرات ترکیه کردند. گروه با ۱۰ نفر کوهنورد که ۴ نفر از این عزیزان جزو ایثارگران جنگ تحمیلی بودند از تاریخ ۸۵/۵/۱۹ به کشور ترکیه اعزام شدند و قله ۵۱۳۷ متری آرات را که در مرز مشترک ایران و ترکیه و ارمنستان قرار دارد در تاریخ ۸۵/۵/۲۳ صعود کردند. اسامی صعود کننده: دکتر سیدابراهیم موسوی، دکتراله کاظمی، حمید سپهری، باقر حسنی، علی‌اکبرزاده، سعید ایمانی، کریم توانا، ذبیح‌الله جعفری، حمید خاصی، ایرج فرج‌زاده.

○ با تلاش کمیته فنی گروه

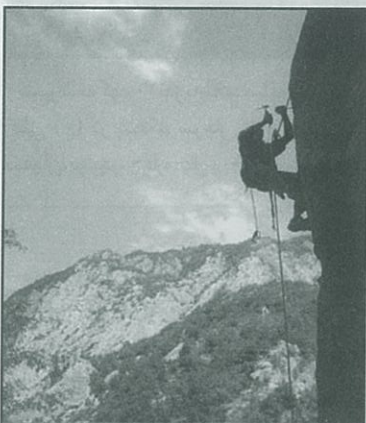
کوهنوردی سماموس رودسر و با توجه به علاقه‌مندی و استعدادهای فراوان منطقه برای اولین بار در شرق گیلان حوضه رحیم‌آباد (گرمابدشت دیواره سی برد) چندین مسیر به روی دیواره گشایش شد. همچنین گرده‌های مصنوعی بر روی سنگ طبیعی زیر پل دیواره (بولدرینگ) آماده عملیات و آموزش به علاقه‌مندان این رشته ورزشی شده است.

○ عکس رنگی سیلان با عنوان مبادی کوه‌پیمایی و کوهنوردی جبهه شمالی سیلان توسط آقای ثاقب حمیدی از اردبیل به چاپ رسیده است که برای کسانی که قصد صعود به قله را دارند راهنمای مناسبی است.

○ در یک صعود مشترک گروه کوهنوردی بانوان ژووان و گروه کوهنوردی آقایان از شهرستان بانه در تاریخ ۱۱/۶/۸۵ به قله دماوند صعود کردند. اعضای گروه: کالاله عزیززی، کالاله درفشان، مهری دولتی، سهیلا امین‌زاده، کالاله رحیمی نژاد، فرزانه زنگی بنده ثریا میرزایی. آقایان: کامران زنگی بنده عبدالله طهایی، مجید رحیمی جمال، ناصر فتاحی، محمد بهرامی، عبدالخالق جلالی، طاهر شهیدی، هیرش معروفی، سوران وفایی، هاشم میرزایی، عبدالخالق محمدنژاد حسین کیایی، صالح زاهدی، عزیز مروتی، عثمان رحیم‌زادگان.

○ هیات کوهنوردی استان آذربایجان غربی به منظور بزرگداشت سومین سالگرد عروج قهرمان تیم ملی کوهنوردی کشورمان، کوهنورد فقید زنده‌یاد محمد اوراز، برنامه صعود به قله سیلان را برگزار کرد. یادآور می‌شود زنده‌یاد محمد اوراز در ۲۶ مرداد ۱۳۸۲ در هنگام برنامه صعود تیم ملی کوهنوردی به هفتمین قله مرتفع جهان، گاشربروم یک و در حالی که فقط حدود ۲۰۰ متر تا فراز قله فاصله داشت به دلیل ریزش بهمن سقوط و مجروح شد. وی پس از چندین روز بستری شدن سرانجام در ۱۶ شهریور ۱۳۸۲ به لقای حق شتافت.

○ یک گروه ۵ نفره از کارکنان شرکت مادران در یک راهپیمایی ۴ روزه مسیر طالقان به تنکابن را طی کردند. شرکت کنندگان: ابوالفضل طاووسی، بهرام والی‌نژاد، محسن زارعی‌نژاد، حسن اسکندری، یوسف فلاحتکار.



کرمان، کرمانشاه، کردستان، لرستان، فارس، همدان، هرمزگان و کرج.  
 تیمی از کوهنوردان اصفهان و کاشان به سرپرستی عبدالله خلیفه سلطانی به قله  
 ۵۱۳۸ متری آرات صعود کردند. افراد شرکت کننده: خانمها سیمیا حسینی، نرگس ذاکری،  
 صدیقه اشتری، سکینه زمانی. آقایان فرشید قدیریان و حسین شگلانی.



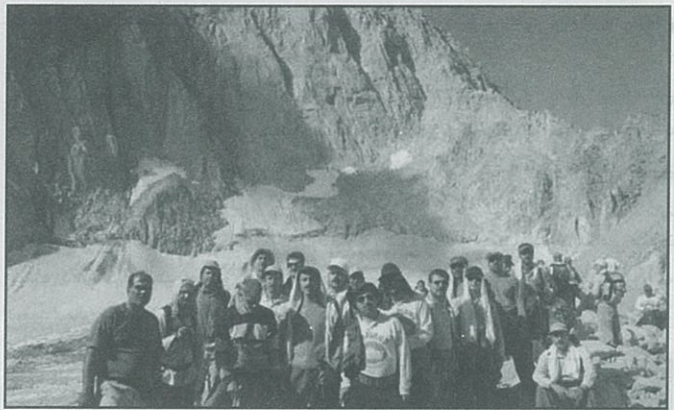
○ گروه کوه نوردی تلاش سبز بجنورد در تابستان سال ۱۳۸۴ موفق به گشایش  
 مسیری جدید به نام یاران در منطقه سالوک شدند که طول مسیر ۲۱۰ متر و ارتفاع مسیر ۱۵۰  
 متر می باشد. افراد شرکت کننده: احسان خادم، محسن حاتمی، ناصر تختمش، بهروز بهنام،  
 حسین بهمنیار، ابوالفضل براتی، امان به نیا.

○ هیات کوه نوردی شهرستان تربت حیدریه در مدت کمتر از ۷۰ روز، چهار صعود به قله های  
 دماوند (افراد شرکت کننده: حامد حاجیزاده، مهدی غفاری، حسین فغفوریان)، علم کوه (افراد  
 صعودکننده: حسین فغفوریان، حامد حاجی زاده، امیرطاهری، مجتبی موسوی کیا)، قله سیلان  
 (علی عزیزاد قلمی، حامد حاجی زاده) و صعود به کمپ اصلی و یخچال های قله راکپوشی  
 (مهدی غفاری از گروه کوه نوردی البرز به همراه کوه نوردان استان خراسان). △

○ خانم میترا توسلی مجاوری در مردادماه سال جاری موفق شد طی یک برنامه یک  
 روزه قله دماوند را از دو جبهه غربی و شمالی صعود کند و از مسیر جنوبی بازگردد. این  
 برنامه از ساعت ۲/۵ بامداد از رینه شروع و ساعت ۲۱/۴۵ دقیقه پایان یافت.

○ آقای امامعلی رحیمی در بهار سال جاری موفق شد در مدت ۴۸ ساعت، چهار  
 جبهه دماوند را صعود کند. وی در زمستان سال گذشته نیز موفق به صعود انفرادی قله  
 سیلان شده بود.

○ پنجمین صعود سراسری کوهنوردان شرکت های مخبرات استان های کشور در  
 تاریخ ۸۵/۵/۱۶ با صعود به قله علم کوه و تخت سلیمان برگزار شد. این برنامه به میزبانی  
 استان تهران و با حضور ۷۶ کوهنورد به اجرا درآمد. از مسیر سیاه سنگ ۳۰ نفر به علم کوه و



از مسیر شانه کوه، ۴۰ نفر به تخت سلیمان صعود کردند. بعد از صعود، جشن ولادت حضرت  
 علی (ع) در پناهگاه سرچال برگزار شد. استان های شرکت کننده: آذربایجان شرقی،  
 اصفهان، بوشهر، چهارمحال و بختیاری، خراسان شمالی، خوزستان (پیش کسوتان دزفولی)،



**www.MountainZone.ir**

**قلمرو کوهستانی ایران**

پایگاه اینترنتی کوه و کوهنوردی در ایران

آمار مقایسه ای بازدید از وب سایت قلمرو کوهستانی ایران  
 از نخستین ماه آغاز فعالیت تا ماه ژوئیه سال ۲۰۰۶

ماه	بازدید از وب سایت	بازدید از وب سایت
ژوئیه ۲۰۰۲	~1000	~1000
ژوئیه ۲۰۰۳	~2000	~2000
ژوئیه ۲۰۰۴	~5000	~5000
ژوئیه ۲۰۰۵	~10000	~10000
ژوئیه ۲۰۰۶	~25000	~25000

برای تبلیغ در سایت قلمرو کوهستانی ایران با ما تماس بگیرید  
 پست الکترونیک: [info@mountainzone.ir](mailto:info@mountainzone.ir)  
 تلفن / شماره: ۰۲۱ - ۸۸۸۸۳۷۰۴

با تقدیم سپاس و درود بی کران  
 به عزیزانی که با دنیایی از عشق و برای اعتلای  
 نام ایران ما را در صعود به قله کورژونفسکایا  
 یاری دادند. آقایان مهندس سلیمانی،  
 احمد شیرمحمد، حمید روحانی،  
 علی عزیززی، محمدیان، سرایی پور، جواهریان،  
 اختر زند و خانم نبی زاده.  
**حسین نظر**

**کوهستان خالی از خطر نیست**  
 با آموزش، تمرین، احتیاط، خودداری  
 از غرور بیجا و برنامه ریزی صحیح،  
 امکان بروز حادثه را  
 به حداقل ممکن برسانیم.

7) The Varangehrud Path is much more appropriate for hiking. It is a longer route and it will take two full days from the village of Varangehrud. The return route can be the Kalak Valley route.

8) The best place to bivouac on the Varangehrud path is Nasan Valley (The Sutak Plateau is also suitable for camping provided that it is a three day program).

## The Winter Routes

1) The Nasan Valley route is not suitable for winter ascent due to danger of avalanche throughout. It is also not possible to enter the Varangehrud Valley and Sutak Plateau due to snow in the winter.

2) The Kalak Valley route is suitable for winter ascent should the weather conditions permit (weather stability, absence of fresh snow along the path, and absence of wind).

3) The eastern ridge route of the Azadkuh is a technical and combined winter route which permits ascent without the danger of avalanche, provided that to reach the ridge, instead of traversing the Kalak Valley to Kalak Pass, hikers use the western ridge next to the valley before the Kalak Fork (short distance away from orchards), which takes them to westward next to Kalak Mountain (the rocky mountain next to the northern cliff of Azadkuh) before reaching the ridge through short ridge under the northern cliff. The best place to camp on the ridge is the entrance of the summer route and above the boulders of Kalak Valley.

## Important Characteristics of Winter Ascent

Through Kalak Valley:

- 1) The ascent route is near Kalak Valley and on a higher altitude than the summer ascent relative to the base of the valley.
- 2) Having passed through Kalak Valley, hikers should increase elevation (relative to the summer ascent) all the way to the ridge and hills along the eastern ridge and then go westward toward the ridge.
- 3) On the southern ridge of Azadkuh, wind and storms are frequent during the day and at night.
- 4) The most suitable place for winter bivouacking is the sheep farm after the fork.

Through the Eastern Ridge:

1) Having passed through the orchards of the Kalak Valley, hikers should take the west and southwest valley ridge and ascend towards the rocky peak of the Kalak on the northern face of the ridge.

2) The path between Kalak Mountain and the northern cliff of Azadkuh moves from the west to the east, and is subject to persistent winds and heavy storms coming from the northern glacier of Azadkuh.

3) The Northern Glacier is difficult to ascent without crampons due to constant gusts and the hard and frozen surface of the glacier.

4) The arteries and passageways of the southern side are very different from those of the northern side due to the presence of sunlight in the first.

5) The best place to camp on this route is next to remains of sheep farm at the eastern foot of the Kalak Mountain.

6) The descent route is the same as the eastern ridge and northern glacier.



# Hiking Trails of central Alborz:

## Azadkouh peak

### Geographic Location

A) Local: the Azadkuh Peak is in the northwestern part of the Alborz Mountain Range and to the north of mountainous villages of Kalak and Nasan, on the outskirts of the city of Baladeh. (From Tehran, on the Chalus Road, passed the Kandovan Tunnel and the Zanguleh Bridge, the paved road of Baladeh to the Labesham Pass will take hikers to the villages of Nasan and Kalak.)

B) Terrain: Azadkuh connects to Yakhchal Peak and other peaks of the Central Alborz Mountain Range through its southern ridge and pass only. From all other directions it stands disconnected. The western face is a cliff in its majestic entirety, all the way to the bank of the Nasan Valley River. The northern face also has a cliff, which connects to the main cliff on the west and to a ridge on the east, extending to the Kalak Valley. The southern face is where the hiking trails lead to the peak.

### Routes

1) The Kalak Village Route: This is a north to south route along the river and through orchards, after which it forks (at what is known as *gusfandsar*, or the "sheep farm" in the valley). The route ascends southward first, angling west, and then moves toward the Kalak Valley. Having passed through the valley and traversing the eastern ridge, the footpath takes the hiker westward around Chelehkuh Hills and toward the southern ridge. Once through the southern pass, however, the trail can be seen leading to the peak.

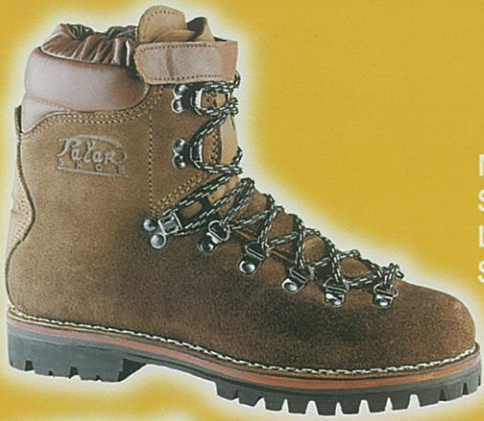
2) The Nasan Valley Route: This route is also next to a river southward and leads all the way to the western cliff of Azadkuh. Edging on the western cliff, the valley forks. The southern route leads to the Sutak Pass and the eastern route to the southern ridge of Azadkuh (called Khaksorkh, or "Red Clay"). The eastern valley route is the ascent route, leading to the southern ridge, after which the footpath taking hikers to the top becomes visible.

3) The Varangehrud Route and the Sutak Pass Route: This long route passes through the village of Varangehrud on the edge of the Gachsar-Dizin Road. The trail goes eastward along the main river and at the Sutak Valley fork hikers need to take the northern trail. This trail moves along the southern faces of Sorkhab and Kharsang Peaks. From the Sutak Pass, the southern face and western cliff of Azadkuh are visible. From the pass, hikers have to descend onto the northern valley and arrive at the western cliff of Azadkuh. Here the valley forks. From the northern slope hikers reach the river next to Nasan Village. And, from the eastern slope, along the Azadkuh Ridge, they can reach the Azadkuh Peak (Khaksorkh). The latter is the eastern valley path and the route that take hikers to the peak from the southern ridge.

4) The Eastern Ridge Path: Hikers have to continue on the Kalak Valley route, and before reaching the valley, there is a short ridge going westward (the eastern route of the Kalak Valley is made up of difficult ridges that make ascent difficult). Having gone over the boulders on this path, the trail continues westward. If necessary, there are short traverse possibilities along this path.

### Important Characteristics of a Normal Ascent

- 1) Ascent through the Kalak Valley Route can be done in one day from the Kalak Village.
- 2) Along the Kalak Valley and Ridge, there are many springs and stream from which drinking water can be taken. After the valley, there is but one seasonal spring.
- 3) There are three suitable places to bivouac on this path: a) along the orchards of the village; b) after the Kalak Valley fork at the sheep farm; c) after the Kalak Valley and by the prairies of the pass.
- 4) The Nasan Village path is suitable for a day and a half hike from the village.
- 5) The best place to bivouac on this path is a small plateau next to the Sutak-Chellehkuh Pass, at the foot of the western cliff and along the river (this is the last place to take drinking water).
- 6) The southern pass of Azadkuh (Chellehkuh or Khaksorkh) is not suitable for bivouacking due to steady westerly winds and absence of drinking water.



MODEL : CASINGER کاسینگر  
SOLE : vibram  
LINING: GORE-TEX water prof  
SIZE : 36 - 48



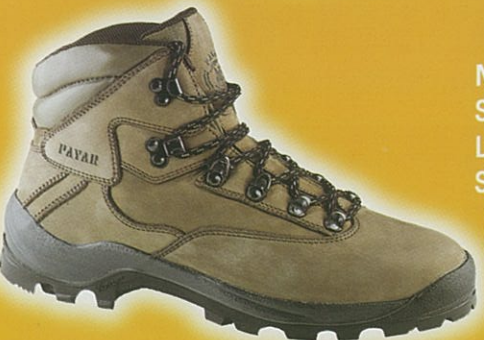
MODEL : NORDICA نوریکا  
SOLE : vibram  
LINING: GORE-TEX water prof  
SIZE : 36 - 48



MODEL : LOWE لووا  
SOLE : vibram  
LINING: GORE-TEX water prof  
SIZE : 36 - 48



MODEL : ALPE آپ  
SOLE : vibram  
LINING: GORE-TEX water prof  
SIZE : 36 - 48



MODEL : AMIR یامیر  
SOLE : vibram  
LINING: GORE-TEX water prof  
SIZE : 36 - 48

تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی  
همگام با مدل‌های فنی اروپا ، پنج لایه  
یا لایه گورتکس و ضد آب و فرورسخته  
کلیه لوازم کوهنوردی و کمپینگ  
طرف قرارداد با کلیه سازمانها ارگانها  
و مراکز دولتی

آدرس: خیابان ولیعصر ، بین میدان منیریه و خیابان امام  
خمینی ( سپه ) مقابل خیابان صنعتی پور ( مهدیه ) پلاک ۱۲۶۹  
تلفن : ۶۶۴۹۵۳۵۰ - ۹۱۲۳۱۰۲۶۴۶



به کیفیت بیاندیشید



# پرسون

نماینده انحصاری لوازم و تجهیزات کوهنوردی معتبرترین کمپانیهای اروپائی

تهران - خیابان انقلاب - خیابان فخر رازی شماره ۸۲ واحد یک

تلفن: ۶۶۴۶۲۶۱۵ - ۶۶۴۶۳۶۱۵ فکس: ۶۶۴۱۱۵۲۱



info@parsoon.ir