

۴۹

کوه

فصلنامه

KOUH
Mountain sport

سال دوازدهم، زمستان ۸۶
پها: ۱۳۰۰ تومان



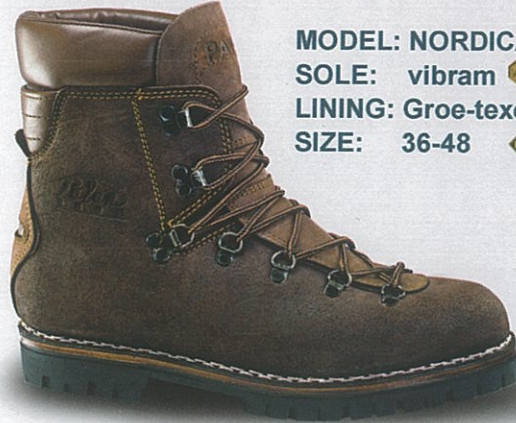
PAYAR

CLIMBING • TREKKING • MOUNTAIN

پایار



MODEL: CASINGER کاسینگر
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48



MODEL: NORDICA نوردیکا
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48



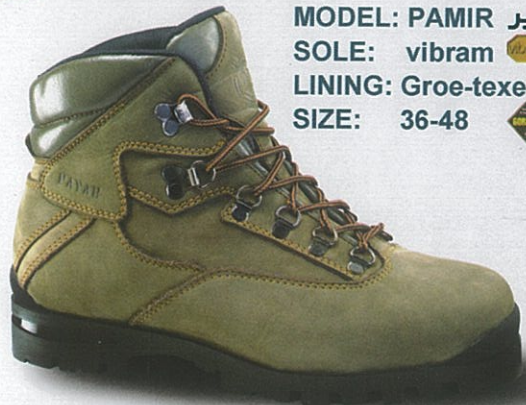
MODEL: LOWE لووا
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48



MODEL: MAKALO ماکالو
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48



MODEL: ALPE آپ
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48



MODEL: PAMIR پامیر
SOLE: vibram
LINING: Goe-texe Water proof
SIZE: 36-48

تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی، همگام با مدل‌های فنی اروپا، پنج لایه
با لایه گورتکس و ضد آب و عرضه کننده کلیه لوازم کوه نوردی و کمپینگ

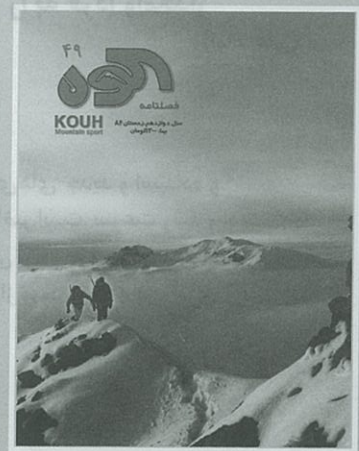
آدرس: خیابان ولیعصر، بین میدان منیریه و خیابان امام خمینی (سپه) مقابل خیابان صنیعی پور (مهدیه) پلاک ۱۲۶۹
تلفن: ۰۹۱۲ ۳۱۰ ۲۶ ۴۶ - ۶۶ ۴۹ ۵۳ ۵۰

به نام خداوند جان و خرد

فصلنامه کوه

۴۹

۶۴	جرزی کوشکا	۲	حرف اول
۶۷	مقبل هنریژوه	۴	از دریا به کرانه
۶۹	تکنیک توقف شخصی	۷	مرنجاب
۷۰	در جست و جوی یتی	۹	قله برف انبار
۷۴	نکات فنی	۱۰	گذر از خط الراس گرین
۷۸	صعود مسیر جدید علم کوه	۱۴	غار یکه چاه
۸۱	کجای جهانیم	۱۶	پیمایش سرکچال به آزاد کوه
۸۲	بهمن	۲۱	پیاده روی دریاچه حوض سلطان
۸۷	اسکی	۲۲	تجهیز بیست اسکی سهند تبریز
۹۰	روش جدید اسکی	۲۴	آب را گل نکنیم
۹۱	کیش کیه؟	۲۶	فرانسویان در ایران
۹۶	قله باغچه بند	۳۰	چند توصیه برای گرم نگه داشتن بدن
۹۷	صعود زمستانی کول جنو	۳۴	نقاب برفی
۹۸	دشواری های کوه	۳۶	غار بلع زار
۹۹	ساختار باستانی خورهه	۳۸	کلیدهای طلایی فرهنگ
۱۰۱	گیاهان دارویی	۴۲	کلیمانجارو از نگاهی دیگر
۱۰۲	از میان نامه های رسیده	۴۶	چه نوع کیسه خوابی انتخاب کنیم؟
۱۰۴	اخبار فدراسیون	۵۰	مرد یخی
۱۰۶	اخبار انجمن	۵۳	کوشکا
۱۰۸	اخبار	۵۷	در هوای رقیق
Frances climbing	۱۱۲	۶۳	طبیعت به چه کسی تعلق دارد؟



عکس روی جلد: اکبر هاشمی نژاد

ISSN - 1027-104 - X

فرم اشتراک صفحه ۱۰۱

سال سیزدهم - زمستان ۱۳۸۶

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
دکتر حسن صالحی مقدم

زیر نظر شورای نویسندگان

با تشکر از: دکتر محسن محسنین

لیل کتبیهای - مهندس وارطان زاکاریان

مهدی شیرازی - رضا چهنکویی - مرتضی موسوی

مسعود اشرفی - مهندس شاهپور صمصام - مهندس م.برزگر

علی پارسایی - مهدی داووپور - نصراله فتوگرافی

رضا زارعی که با همکاری صمیمانه در قسمت تحریریه و

اجرائی، تلوم انتشار مجله را امکان پذیر ساختند

گرافیک و صفحه آرایی: فاطمه صبوری

لیتوگرافی، صحافی و چاپ صفحات رنگی: فرارنگ آریا

تلفن: ۸۳۲۰۹۲۲-۷

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 مانعی ندارد. مطالب را حتی المقذور تایپ شده و یا با خط خوانا، با رعایت فاصله خطوط و در یک روی کاغذ ارسال نمایید و چنانچه ترجمه شده است، کپی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید. مسئولیت صحت و سقم مطالب به عهده نویسنده است. گزارش معرفی مناطق کوهنوردی و یا خط‌الرأسی حتماً با کروکی و عکس همراه باشد تا امکان استفاده از آن جهت دیگران فراهم گردد.

فصلنامه کوه از درج گزارش‌های داخلی که تکراری و مربوط به سال‌های قبل است، معذور می‌باشد. صحت و سقم مطالب آگهی‌ها به عهده آگهی‌دهنده می‌باشد.

faslnameyekouh@yahoo.com

پست الکترونیکی:

نشانی: تهران، صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۹۳۸

نمبر: ۲۲۷۱۲۸۱۷

تلفن: ۲۲۷۱۲۸۱۶ و ۲۲۷۴۵۳۵۴



مدیریت و اولویت های کلان

کار امروز را به فردا وامگذار
(امام علی)

عصر حاضر، عصر سرعت، انفجار اطلاعات و جوانان است. دسترسی آسان به فن آوری های جدید و استفاده و اقتباس سریع و بدون وقفه همه افراد جامعه، به ویژه جوانان از آن ها از ویژگی های عصر حاضر است. سرعت رشد و شکوفایی و بهره گیری از امکانات موجود، درست یا نادرست، بسیار مشهود است. شاید اصلی ترین دلیل جانفندان از بسیاری از دستاوردهای فن آوری های نوین برای جامعه، عدم فرهنگ سازی آنها باشد. قبل از ورود هرگونه فن آوری و تجهیزات جدید، می بایست فرهنگ و استفاده مطلوب و شایسته از آن گسترش یابد.

اول:

آنچه مسیر توسعه را هموار می سازد، طرح، برنامه و چشم انداز است. در جامعه پیشرفته امروزی، برنامه و اهداف تشکیلاتی بیشتر از فرد یا به تعبیر دیگر مدیر حایز اهمیت است. بدون شک یک برنامه، زمانی با موفقیت به اجرا درمی آید که مدیر مقتدر و هوشمندی به همراه کارکنان زیرمجموعه اش آن را هدایت کند. ترسیم چشم اندازها، برگرفته از توان و بضاعت جسمی و روحی و فرهنگ یک ملت، تکلیف را برای جامعه روشن می سازد. بیشترین ضعف مدیریتی کلان تعویض های مدام، تغییر برنامه و حتی تغییر مدیران است که سبب بلا تکلیفی و بی اعتباری می شود.

دوم:

فراوان دیده شده است که پس از طی دوران مسئولیت یک مدیر یا مسئول، مدیر و مسئول بعدی پیگیر برنامه قبلی نیست. به عبارتی، اگر مدیر قبلی ده ها برنامه و کار انجام شده در کارنامه عملیاتی خود داشته باشد، حتی اگر چند طرح و برنامه وی مورد قبول اهل فن و قابل پیگیری باشد، مدیر جدید رغبتی به ادامه آن هان ندارد. شاید بیم آن داشته باشد که دیگران تصور کنند که او حرفی برای گفتن ندارد، همین طور است اگر از زیر مجموعه مدیر پیشین استفاده کند. البته عکس آن هم گاهی دیده شده است یعنی مدیر یا مسئول جدید با قدرشناسی امور مقبول گذشته را پیگیری می کند.

تعمیرات راهبردی

سوم:

اولویت‌های یک مدیر برنامه‌های کوه‌نوردی در سطح کلان یا به عبارتی رئیس فدراسیون چیست؟ رسیدگی به وضعیت هیات‌های کوه‌نوردی، باشگاه‌ها، گروه‌ها، سازمان‌ها، ... و یا فرهنگ‌سازی، آموزش، نهادهای مدنی، لیگ‌ها، اقتصاد و بودجه، صعودهای بلندمرتبه، ایجاد پناهگاه‌ها، مقوله‌های امداد و نجات، عمران، بانوان، مربیان، پیش‌کسوتان، مسابقات و.....

هریک از سرفصل‌های مطرح شده باید به گونه‌ای تخصصی و علمی برای یکی دو دهه یا حداقل چهار سال برنامه‌ریزی شود، و در این راه زیرساخت‌ها مانند آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها مورد توجه قرار گیرد.

چهارم:

تدوین برنامه چهار یا پنج ساله و حتی فراتر از آن چشم‌انداز بیست ساله برای کوه‌نوردی باید از اهداف و اولویت‌های یک مدیر ورزشی باشد. تهیه برنامه امری یک نفره نیست و مقدمات خاص خود را لازم دارد؛ از جمله شناخت کامل از حیطه فعالیت، بضاعت موجود، سوابق و توانمندی، اطلاعات و آمار، ظرفیت‌ها، اوضاع فرهنگی و اجتماعی، معیارهای روز دنیا، ... و در نهایت وضعیت بومی کشور.

یک مدیر، هر چه قدر توانا، به تنهایی از عهده این همه برنخواهد آمد؛ و باید از نیروهای متخصص به مانند بازوهای اجرایی استفاده کند. از این رو نیازمند یک گروه مشاور و کارشناس فنی بسیار ماهر است.

پنجم:

در تهیه و تدوین برنامه باید مواردی در نظر گرفته شود که قرابت بیشتری با فرهنگ این مرز و بوم دارد. خیلی از مواقع نکاتی از فرهنگ‌های وارداتی در جامعه پذیرفته نمی‌شود. فدراسیون و تمام تشکیلات زیر مجموعه آن باید از روزمره‌گی خارج شود. تداخل در امور و موازی کاری، نیروها و امکانات را مستهلک می‌سازد. بسیاری از امور جاری باید به نهادهای پایین دست و زیرمجموعه واگذار شود؛ کاری که نیاز به عزمی جدی دارد.

ششم:

اهل هنر و موسیقی نیک می‌دانند که بداهه‌نوازی هم قوانین خاص خود را دارد. در امور مدیریتی تصمیمات فوری و سر‌صحنه مقبول نیست؛ و شاید فقط هنگام بحران پذیرفتنی باشد. خودمختاری در تصمیمات کلان که مبتنی بر خرد جمعی نباشد مسیر پس‌رفت را هموار می‌سازد.

بعضی از مدیران هوشمند در محیط کار خود اتاق مشاوره تاسیس کرده‌اند؛ و برای هریک از موضوعات کاری خود مشاوره‌ی آگاه، خبره و متعهد و دلسوز برگزیده‌اند. آنان اصلاح و بازخورد تصمیمات و عملکرد را در دستور کار خود قرار داده‌اند و بین خویش و ارکان زیرمجموعه دیواری حایل نکرده‌اند؛ و پیشنهادها و انتقادات سازنده را به راحتی پذیرا می‌شوند. در این صورت مدیریت امری سهل و ممتنع است. Δ

«دکتر حسن صالحی مقدم»

از دریا به کرانه

پنجاهی در شصت

جلیل کتیبه‌ای

و آنسو شدن‌ها، از کف داده‌ام، و اکنون حافظه‌ای چون گذشته ندارم که به جبران برخیزم!

کوه‌نورد پیشگام دیرین «گغام میناسیان»، یادداشت‌های کوه‌نوردی‌هایش را بر پشت عکس‌هایی که از برنامه‌ها و صعودهایش عکاسی می‌کرد، می‌نوشت. از میان کسان دیگری که می‌شناسم، بودند کوه‌نوردانی که برخی از صعودهایشان را در مطبوعات منعکس می‌کردند... و از به مجموعه رسیدن‌ها، اقدامی بود که بی‌تردید با دقت و زحمت و علاقه آقای عباس محمدی (رئیس کنونی هیات مدیره انجمن کوه‌نوردان ایران) صورت پذیرفت، و آن گردآوری و انتشار فعالیت‌های چندین ساله کوه‌نوردان گروه خودشان (آرش) بود، که چهار سال پیش آماده و پخش شد.



اما کوشش آقای احمد معرفت، تنها ذکر یک خبر کوتاه از این کوه و آن غار نیست، بلکه تفسیر و توضیحی نیز با هر برنامه‌شان همراه است که خواننده را هم سرگرم و آگاه و راهنمایی می‌کند (مانند: نجات دادن کوه‌نوردی که بیش از یکصد سال زیست. گیرهای خنک در گرمای ۶۰ درجه. پلنگ به خود لرزنده، و یا مارها و افعی‌هایی که آسیبی نرساندند. پیکار گاو با پلنگ، فرورفتن شاخ این در شکم آن، و جان باختن هر دو!)؛ هم اغلب با تاریخ و پیشینه آشنا می‌سازد (غارها، چاه‌ها و دژهای

کهنسال، اسکلت‌های کسانی که دست در گردن هم در ژرفای اشگفتی در گذشته‌اند! پرواز خفاش‌ها یا چرخ الماس تراشی؟!): و هم گاهی نیز می‌توان - همچون خود بنده - حتی به هنگام مطالعه تفسیرها در تنهایی، بی‌اختیار به خنده افتاد! (آی دوم یاندی، ددم یاندی «کاظم شریفی» پس از سرخوردن روی یخ برف‌های دماوند کوه و حادثه شکستگی پایش، یا رفع تشنگی کردن کوه‌نوردان با همه آب‌های ذخیره دو تن کارگر حفر قنات، در پست و بلندی‌های سوزان راه سمیرم به کوه دنا، که باز هم عطش آنان را فرو نشاناند! - عطسه کردن بی‌درپی قوچ وحشی، در برابر شلیک‌های پشت سرهم شکارچی - یا کلنجار رفتن با کوه‌نوردی از حال رفته در قله دماوند، برای زنده نگاه‌داشتنش...)

به هر پندار و برداشت، کتاب ۶۰ سال خاطره کوه‌نوردی آقای احمد معرفت، مجموعه‌ای است جذب‌کننده و خواندنی برای همه سنین، و نیز نمونه و سرمشقی است برای کوه‌نوردان جوان امروز، با این امید که یاد بگیرند و بکوشند که در ضمن هر برنامه کوه‌نوردی و یا غارپیمایی‌شان، یادداشت‌هایی هر چه کامل‌تر و روشن‌تر، سودمند و آموزنده‌تر تهیه کنند و پس از بازگشت به خانه،

در نوجوانی و سال‌هایی از دوره جوانی، کشش شگفتی به سوی داستان‌ها و فیلم‌های پلیسی پیدا کرده بودم. هرچه خواندنی از این دست، امکانش بود می‌یافتم و با لذت فراوان می‌خواندم، و فیلم‌های پلیسی نبود که دست کم یک بار آنها را به تماشا ننشسته باشم.

هنوز نام‌های مشهور و بزرگی در دو رده بالا را به خوبی در خاطر دارم: «ژرژ سیمنون»، «کتاب‌های پلیسی - روانکاوی و کارآگاه خبره‌اش «مگره»، «جرج رافت»، «همفری بوگارت»، «آگاتا کریستی»،... تا «شون کتری» مامور ۰۰۷، یا «پیترو فالک» کلمبو، و... و هنوز هم به پیرانه سر، اگر فرصتی بیابم، شوق مرور کردن آن نوشته‌های گیرا و معماگونه گذشته را، و یا تماشای یکی از آن فیلم‌های مهیج پیشین را از کف نداده‌ام!

اما... در این گوشه دورافتادگی کنونی، و کوتاه بودن دستم از یافتن‌ها، کارآگاهی کوهی و اهل وطن، خود در مجموعه‌ای از یادها و خاطره‌ها به سراغم آمد... که اگر با آن هنرپیشگان و نویسندگان داستان‌های پلیسی زمان سپری شده، آشنایی و رفاقتی از نزدیک نداشتم، اما این کارآگاه تازه را خوب می‌شناسم، که از کوهیاران قدیم و از همکاران آموزشی و پرورشی حدود شصت سال پیش است.

نوشتم «کارآگاه تازه»، در حالی که شرح و تفسیر کارآگاه مآبانه ایشان، برای یافتن و دستگیر کردن کسی که دستبردی به مال و وسایل‌شان زده بود، خود مال ۵۸ سال پیش است!

صفحه ۳۱ را باز کنید و در خاطره چهارم فرو بروید، که یکی از پنج‌جاه خاطره‌ای است که کوه‌نورد و معلم و مربی دیرین، آقای احمد معرفت، در مجموعه‌ای از یادبودهای شصت سال کوه‌نوردی و غارپیمایی خود فراهم آورده‌اند.

خاطره‌نویسی، از گذشته‌های دور و کهن با آدمیان همراه بوده، حتی از آن زمان که هنوز خط و ربطی و کاغذی وجود نداشته است، و امروز به صورت ترسیم بر دیوار اشگفت‌ها، بازتاب اندیشه و ذهن و شوق انسان‌های نخستین را می‌توان دید و سنجید. (نویسنده گرامی آقای حسین صالحی جم نیز در همین مورد اشاره‌ای در نوشته خودشان: گپی با خودمان، مجله ۴۷، صفحه ۱۵، داشته‌اند).

چه بسیار تلاش‌ها و انجام شده‌ها، که چون ثبت و ضبط نشده‌اند، دیگر نه از عاملان‌شان خبری هست، و نه از آنچه توسط آنان صورت گرفته است. و چه فراوان نیز با این تاسف برخورد داشته‌ایم که کسانی خود از آنچه کرده‌اند، و تاریخ آنها، و حتی از نام همراهانشان آگاهی درستی ندارند، و گفتار و یادآوری‌های‌شان، معمولاً با اشتباه همراه است!

در میان کوه‌نوردان پرکار و پرسابقه، کمتر کسی را سراغ داریم که همه فعالیت‌ها و تلاش‌هایش را در کوه به صورتی مدون یادداشت کرده باشد. خود بنده هم از کسانی هستم که اکنون دستم خالی است و بسیاری از آنچه را که در صفحه‌های تقویم هر سال یادداشت می‌کردم، در خانه به دوشی‌ها و اینسو



آنها را به صورت نوشته‌ای برجای ماندنی برای خودشان، و قابل استفاده برای دیگران و فرهنگ کوهی مان آماده بسازند.

ضمن تبریک به آقای معرفت، بد نیست یادآور شوم که:

۱- عکسی را که در صفحه ۳۲۸ به چاپ رسانیده‌اند، از هیمالیا نیست، بلکه در آن می‌توان چند قله و سوزنی کنار شهر شامونی (فرانسه) را دید (گران شاموزو،...) و نیز چند کوه آن‌سوتر این شهر را (سوزنی‌های درو، ورت، له دروات و...).

۲- در عکس پشت جلد کتاب، نویسنده کتابی گشوده در دست دارد که حالت نوشته فارسی پشت جلد آن، از چپ به راست است! - نمی‌دانم آیا نوشته‌های درون این کتاب نیز که مورد مطالعه ایشان قرار گرفته، به همین صورت است، و قابل خواندن برایشان؟

و این جوانمرد کوه و قلم:

عباس جعفری

پس از دو گردشی که با ایشان در دو شماره گذشته مجله، در پیچ و خم‌های مجموعه «کوه نوشته‌ها» کردیم، اینک در پایین و بالای امریکای لاتین و چند جای دیگر همراهش می‌شویم: ... آسمان سرد و روشن، روشن به گلمیخ ستاره‌ها. ستاره‌ها از سرمای این بالا، بر خود می‌لرزند و فرو می‌افتند. ستاره‌های چکان! - از آسمان ستاره می‌چکد، باران ستاره، درشت و نرم و روشن. هر ستاره، همچون نتی، برمدار همیشگی خویش، موسیقی زمان را می‌نوازد. و در این غربت دور، زمان چه لنگان و خسته، از سراسیب شب می‌گذرد.

سکوت، این همراه همیشه کوه، هر سنگ و صخره، تینلانه لمیده است. و ذهن، خسته از تلاش سخت روز، در کمرکش این غلغله سختون و سنگ، در این سنگزار سرد، داغی بیاله‌ای قهوه را به گرمای رختناک کیسه خواب وصله می‌زند.

آنچه در آن پایین، به امان خدای مان رها می‌کند، جریان بالنده ذهنی است که سکوت، بستر آن است. در جمع، در هیاهوی شهر، در غوغای آدمیان پرگو، اندیشه و جریان سیالی ذهن، تنهای مان می‌گذارد. ما هم از جنس همان‌ها می‌شویم!! - پرگو و مغلظه‌گر، تا با شلوغی سرکنیم و بی‌اندیشه بیندیشیم!! - می‌گوییم و همراهان مان - آدمیان - را در بی‌اندیشگی جمع، از خود می‌رنجانیم. اما در سکوت است که خیال لبخند می‌زند. حقایق جلا می‌یابد. فرصت مرور فرصت حضور به دقت کاشفی، یا بسان حضور فیلسوفی پیر در امری لاینحل. در چنین فضایی است که زمان، کش می‌آید. فرصت نگرشی دوباره و بی‌غیض و غرض به تماشای دوباره جایگاه کسی که ما را می‌رنجانند. خاستگاهش و خواست‌هایش، این فرصت ما را بر آن می‌دارد تا به تساهل به او حق دهیم! و در غیابش به رویش لبخند بزنیم. پس ما به این سکوت، به این تامل نیازمندیم و حق‌شناسانه بایستی سپاسگزار آنانی باشیم که آن را برای مان فراهم می‌آورند. بهترین ایشان، دشمنان ما هستند.

شاید حتی کلمه دشمن نیز از سر تساهل بر این قلم رفت. چرا که اگر بیندیشیم ما دشمنی نداریم. آنچه ما را به این ورطه می‌کشاند، سوءتفاهم‌هاست، سوءتفاهمی که از چندگانگی زبان‌ها و ساختار آن برمی‌خیزد.

پس ما و امادار کسانی هستیم که با گشاده دستی، اوقات سکوت و تنهایی را به ما ارزانی می‌دارند، همان‌هایی که ما را وامی‌دارند تا از آنان فاصله بگیریم، ترک‌شان کنیم و میدان را برای عصیبت‌ها و لیچارگویی‌های شان، به همان گشاده‌دستی، فراخ کنیم! آنان به ما تنهایی را هدیه می‌دهند، و تنهایی سکوت را با خود همراه دارد، و تخیل است که در سکوت بارور می‌شود.

وقتی که روح مان را از زیر دست و پای اطرافیان مان، بیرون می‌کشیم - مجاله و خیس و لگدمال شده - کجا را بهتر از پهنه فراخ طبیعت داریم تا آن را - روح مان را می‌گوییم - در آن گسترده بی‌مرز، زیر آفتاب، دوباره خشک و صاف کنیم.

امشب یاد یکی از سفرهام افتادم. سفر به آن کوه بلند پرباد دور. امشب تو شلوغی خیابون، لای اونهمه ماشین، تو اونهمه بوق و دود و دعو(ا!)، یاد برف‌های سرد سُرکوه «آکونکاگوا» افتادم، یاد سفر به قاره آمریکای لاتین، یاد رفتن تا بلندترین نقطه این قاره، و بازگشتن به «مندوزا» سرزمین آفتاب و انگور، به آرژانتین. امشب وقتی برگشتم خونه، رفتم سراغ یادداشت‌های سفر. از این جور یادداشت‌ها، یک عالمه دارم. دست‌نوشته‌هایی بدخط که یا تو چادر و لمیده تو کیسه خواب نوشتیم، یا تو تکون تکون ماشین، در گذر از فراز و فرود جاده‌ها. اما برای خودم، حکم یک مسکن رو دارن. وقتی دلم از هر چی دورو برمه می‌گیره، نگاهشون می‌کنم. یه جوری عجیب، همه چی یادم میره. اونقدر تصویری دوروبرم کم‌رنگ میشن که دیگه یادم میره کجا دارم نفس می‌کشم. با خوندن هر ورقش، آرام آرام از زمین بلند می‌شم، سبک می‌شم، می‌رم تا سر کوه‌ها، سر کوه‌های دور و بلند، توی دره‌های تنگ و خلوت، توی جنگل‌های پرت و انبوه.

یاد کوه‌های دور «بدخشان» می‌افتم. یاد «دوشنبه»، شهر خالی شوروی ورشکسته، یاد «مسکونیه»، یاد «مشکوف» با آن قامت بلندش و آن کلاه قرقیز، با آن نگاه نافذش (پیش هیچ کوه‌نوردی، این چنین احساس کوچکی نمی‌کردم!!) بالا بلند بود و دستانی بزرگ داشت و پیش چشمش، جوجه سر از تخم درآورده‌ای را می‌مانستم که از راه آمده بود و می‌خواست بلندترین کوه کشورش را بالا برود. وقتی اصرارم را ناشی از عشق به بلندی‌ها دانست، به یک باره نرم شد و تا آنجا که می‌توانست کمکم کرد، و در بازگشت، با آن تنه تنومندش به افتخار صعودمان رقصید و ترقه درکرد!

دفترچه‌هایم را ورق می‌زنم. یاد سبز «سرنگتی»، این بهشت حیات وحش قاره سیاه آفریقا، یاد درناها، یاد زرافه‌ها، یاد شیرها... شب آفریقا به ناله شیر عجین است. شیر در شب می‌نالند! و نه در پیش چشم کفتارها در تاریکی، در تنهایی!

یاد زنگبار، جزیره هزار و یکشب، یاد آن بهشت زیر آب آن جنگل مرجان و رویا، یاد پخارا، یاد بخارا، راستی یاد بخارا!

یاد پاکستان کثیف، یاد کاتماندو شلوغ، اما دوست‌داشتنی، یاد معبد میمون‌ها، یاد استوپاها و سادوها، یاد فقر، یاد بی‌عدالتی، و باز یاد رنگ چرک فقر... یاد شیرین کودکی که از تو مداد رنگی می‌خواست، و یاد چشمان مریض آن دختری که همه داشته‌اش را به یک پزو عرضه می‌کرد، به قیمت نانی...! و این همه در لابه‌لای دفتر خاموش من خفته است!

سرنگشتی‌تر می‌کنم و ورق می‌زنم: اینجا در کفدنسیا با آن بلبل کوهی، با هم از چشمه آب خوردیم. اینجا پای دره‌های خاموش و فقرزده قره‌قروم، در خانه باربری پیر به چای خوانده شدم و استکان چای و شیرداغ را سرکشیدم. نه هیچ شکری آن همه فقر را شیرین نمی‌کرد!

در کلبه رئیس قبیله ماسایی‌ها در آفریقا، آنچه آزارم می‌داد، تنگی و تاریکی کلبه نبود، دلم از آن می‌گرفت که این قامت بلند، چطور آن همه سال، تنگنای این کلبه را تاب آورده بود، و آن هم در فراخنای سبز و زیبای نگرورنگرو!؟ باز هم ورق می‌زنم. دفترم هنوز هزار ورق خاطره در خور دارد، پرنرنگ... و تازه نه من با این تصاویر زندگی کرده‌ام. این سماعی که به تماشا نشستیم، در قونیه مولانا... اینجا مگر نبود که با ناله سرنا و آواز چگور، درهای آسمان باز شد و بالا رفتیم؟ - مگر نبود که در شام، با شعر یزدی! حافظ، هزار خاطره دیر و دور را مرور کردم؟

اینجا، آنجا... همه جا، همه جا!!!

○ پنهان شده، و یا قهر کرده؟! ○

○ گوشه‌نگاهی به چند غار و دره ○

این را دیگر همه می‌دانند، یعنی همه کوه‌نوردان، یعنی همه آنهایی که این را می‌خوانند: مجله کوه را می‌گوییم که نقش بزرگی در ارتباط کوهیان با

اشکفت‌های نام‌برده در زیر برخوردارم، که نمی‌دانم آیا آنها مورد بررسی قرار گرفته‌اند؟

- غار «قلعه جوق» در نزدیکی اراک، که طبیعی نیست و در ساختمان آن دست بشر دخالت داشته است.
- غار «کوگان» در نزدیکی خرم‌آباد، که از آن برای زندگی کردن بهره گرفته می‌شده است و آثار اتاق‌ها و ایوان‌ها و انبارهای آب در آن دیده می‌شود. شنیدم که در دوره اشکانیان مورد استفاده قرار می‌گرفته است.
- بر بالای کوه «کوگان» بازمانده قلعه‌هایی را می‌توان دید، و نیز در کوه «سرخ».
- نقاشی‌های مربوط به پنج‌هزار سال پیش در غار «گنجی» نزدیک خرم‌آباد، در غار «همیان» لرستان، و نیز در غار تنگه «میرملاس» دیدنی هستند.

- آخرین خبری که به دست آوردم، از آقای مرتضی رحیم‌پناه است. این کوه‌نورد قدیمی که هنوز هم به بلندی‌ها سرکشی می‌کنند، اخیراً به کوهی میان زنجان و مراغه سر می‌زدند و از دژ یا آتشکده «آزیتاهاک» - که در محل به نام زهاک (ضحاک؟) شناخته می‌شود - دیدن کردند. این دژ و یا برج جالب از دوره اشکانیان، بر لب پرتگاهی در فراز کوه برجای مانده، و طرز ساختمان و رنگ‌های به کار رفته در آن چشمگیر است.



و... کمی دورتر:

- از غارهای بزرگ دنیا، یکی هم غار «ماموت» است، در نیومکزیکو، که ۱۵۰ کیلومتر درازا دارد و ۲۰۰ متر ژرفا.
- در غار دیگری که ۱۸۰ کیلومتر درازا دارد (در کنتاکی - آمریکا)، بیکر به گونه طبیعی مومیایی شده مردی را یافته‌اند که در سه هزار سال پیش به آنجا وارد شده، و در میانه غار، سنگ بزرگی روی او افتاده بوده است.
- بر دیوارهای درون غاری در فرانسه، نقاشی‌هایی یافته‌اند که مربوط است به حدود ۱۸ هزار سال پیش. حیوان‌هایی که از آنها نقاشی شده، نسل‌شان از بین رفته است.
- نقاشی‌هایی که در غار دیگری در فرانسه پیدا شده، مال ۱۸ تا ۲۷ هزار سال پیش است و در یک غار دیگر، آثاری از نقاشی و پنجه‌های دست وجود دارد که دیرینگی‌شان به ۳۰ هزار سال می‌رسد.
- در کشور چین، استخوان‌های انسانی را درون غاری یافتند که ۱/۹ میلیون سال قدمت دارد.

اگر باز هم چیزهایی پیدا کردم، شما خوانندگان گرمای را بی‌خبر نخواهم گذاشت. △

کوه‌ها و غارها... و با خودشان دارد. چنانچه و له بقه با رچی علی بنیما
در مجله، بارها از غارهای تازه‌ای نام برده شده است که اگر این وسیله ارتباطی نبود، شاید برای همیشه از وجودشان ناآگاه می‌ماندیم. این ناآگاهی‌ها بیشتر به دلیل این است که ما، در مطبوعات کوهی‌مان، بسیار ضعیف هستیم. اگر سالی چند کتاب درباره کوه‌ها و غارهای مان تدوین می‌شد و به چاپ می‌رسید، و روزنامه‌ها، دست کم هفته‌ای یک بار تفسیرهایی درباره کوه‌نوردی و غارپیمایی داشتند، روشن است که گام‌های بلندی می‌توانستند باشند در کار فرهنگ کوهی‌مان، و در دانایی بیشتر کوه‌نوردان و غاردوستان و نیز علاقه‌مندان دیگر.
می‌دانم که تهیه و منتشر کردن این گونه کتابها، ساده و پیش پا افتاده نیست، دست به قلم و نفوذ و پول و حوصله و دوندگی لازم دارد. از وضع روزنامه‌ها و مسئولان آنها و میزان علاقه و آگاهی‌شان به کوه، و توجه به وظیفه اجتماعی‌شان از این جهت، چیزی نمی‌دانم، اما اگر فدراسیون کوه‌نوردی و یانجمن (کانون) کوه‌نوردان ایران، در پایان هر سال، مجموعه‌ای از صعودهای تازه، در نوردیدن غارهای نامکشوف و دیگر تلاش‌های قابل بازتاب یافتن آن سال را با عنوان «کتاب سال...» تهیه می‌دید و به چاپ می‌رسانید (و البته که می‌فروخت)، چه کار جالب و سودمندی می‌بود برای پرکردن مقداری از جا خالی‌ها.

بله، در مجله خودمان، اغلب نوشته‌های خوب و نیز خبرهایی از غارهای پنهان مانده می‌بینم و خوشوقت می‌شوم؛ درست برخلاف آن که، با این همه کوه و دیواره که در وطن داریم، هیچ خبر تازه‌ای از صعودهای نو نمی‌توانم دید. انگار که بساط این جایگاه‌های بالبهت تلاش کوه‌نوردان را جمع کرده و از دسترسی و پارسانی به آنها، دور و پنهان‌شان ساخته‌اند! - و یا کوه‌نوردان، خود از صحنه‌ها و میدان‌های فعالیت‌هاشان روگردانیده و به قهر نشسته‌اند؟ باید به بررسی پرداخت و برای «چرا؟» ها، سبب و پاسخ پیدا کرد و راه چاره را جست.

صعودهای تکراری، به ویژه برای کوه‌نوردان عادی، از نظر «کمی» بی‌ارزش نیستند، اما از جهت «کیفی»، پاسخی برای پیشرفت کوه‌نوردی ندارند. باید جلو جبهه شمالی علم کوه ایستاد و راه‌های تازه‌ای را در آن پیدا کرد. چند سال است که تکه‌های زیبایی سنگ و یخ هفتخوان، غریب و تنها در آنجا افتاده‌اند و کسی نیست که نگاهی به آنها بیندازد! - چرا در زردکوه، سیلان، تخت سلیمان، دنا و کوه‌های دیگر رشته زاگرس و البرز، و نیز جنوب شرق وطن، دیگر ابتکاری و خود نشان دادنی دیده نمی‌شود؟ چرا از آنها که همت و خرج می‌کنند و به سوی مون‌بلان و ماتره‌ورن روی می‌آورند، هرگز خبری از صعودشان در راه‌ها و جبهه‌هایی، جز راه‌های عادی هزار بار صعود شده، به چشم و گوش مان نمی‌رسد؟ - آیا کوه‌نوردی ما، از جهت، رو به رکود نهاده است و ما، بی‌خبر، دل به چند صعود به ظاهر دهان پرکن خوش کرده‌ایم؟! چرا کوه‌نورد امروز، تکانی به خود نمی‌دهد و به خویشتن نمی‌گوید که من و ما نباید پیوسته دنباله‌رو و تکرار کننده همان صعودهای پنجاه و شصت سال پیش باشیم؟ - اگر در ورزش‌های دیگر، حد نصاب‌ها دگرگون شده‌اند و می‌شوند، آیا در کوه‌نوردی بی‌مسابقه، به این تغییر و بهبود نیازی نیست؟
به کوه‌های مان بنگرید و ببینید که هنوز تا چه اندازه در آنها، جاهای بکر باقی مانده‌اند. آیا کار تازه‌ای در یخچال‌های دماوند، نمی‌تواند جالب و ستودنی باشد؟ گرد هم آید، و روی میز گردتان، عکس‌ها و نقشه‌ها و برگ‌های بزرگ کاغذ را بگسترید. پرسش‌ها را در یک سو جای بدهید، و در سوی دیگر به پاسخ‌گویی برآید. چاره‌جویی و همت کنید و گره‌ها را بگشایید: چی؟ کجا؟ چرا؟ برای نشده‌ها و نمی‌شودها، راه‌حل پیدا کنید.

غارها، دژها، برج‌ها

در یکی از چننه‌های کوه و غارم، به چند نام و یادداشت مربوط به



مروارید کویر (مرنجاب)

جعفر سپهری*

راهیان و رهواران ساخته بودند. از آنجا که در دوران شاه عباس صفوی، بسیاری از این کاروانسراها مرمت و نوسازی شده و یا ایجاد شدند، آنها را به نام کاروانسراهای شاه عباسی می‌شناسیم. به راستی که این دوران را باید دوران زرین کاروانسرای ایران نامید.

در حقیقت این توان تدبیر و امنیت شمشیر او بود که بار دگر مایه رونق این شاه‌رگ اقتصاد جهان باستان شد. به گونه‌ای که خاقان چین به جهت سپاس از این حرکت ارزنده دوازده‌هزار چینی نفیس به او هدیه داد که زینت بخش عمارت چینی‌خانه در جوار آرامگاه شیخ صفی‌الدین اردبیلی بود. همانها که توسط روس‌های عبوس به یغما رفته، اینک زینت‌بخش موزه‌های اغیار قدرناشناس و بیگانگان جهان آشوب شده است و حسرت دیدن جایگاه تهنی آنها نصیب ما.

یکی از این کاروان‌سراها که بنیاد آن را نیز به شاه عباس نسبت می‌دهند، کاروانسرای مرنجاب در کویر مرنجاب مشرف بر دریاچه نمک بر سر یکی از راه‌های اصفهان به ری و خراسان بوده است.

با کاریزی در آن نزدیکی که برکه زیبایی را پر از آب گوارا نموده تا در سایه‌گستر درختان شاه‌گز و تربیده، رهواران خستگی از تن برانند.

گفته شده که فرمانروای اندیشمند ایران‌زمین با وجود ایجاد کاروانسراها و دژهای متعدد در سراسر کشور، در این منطقه هیچ‌گونه تأسیسات دفاعی تعبیه نکرده بود، چون تا آن

مرنجاب باشد و ه‌اردشیر

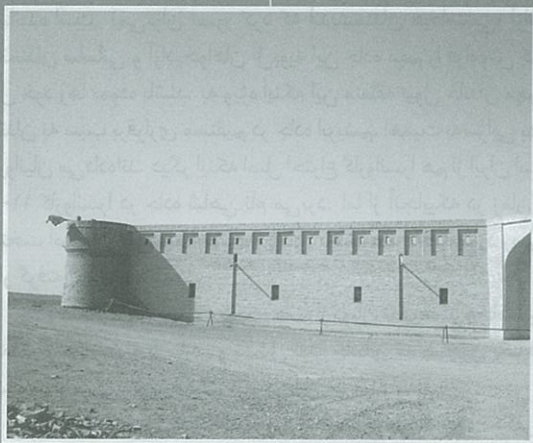
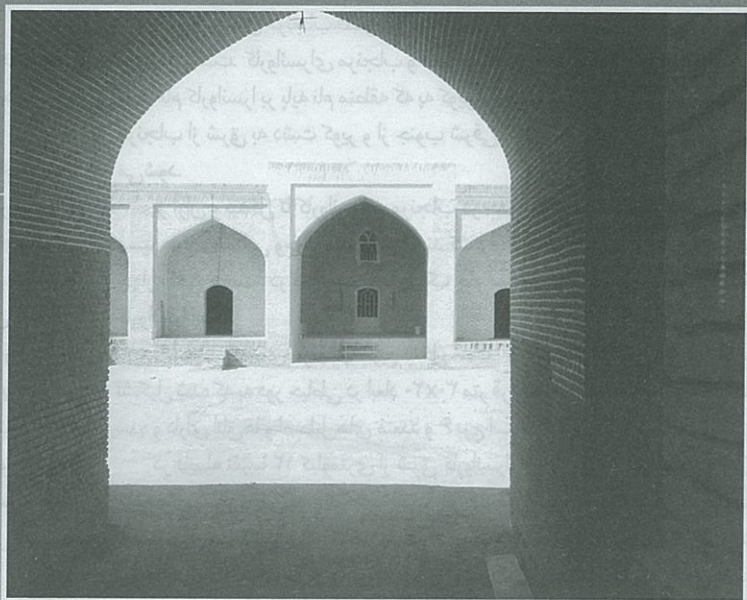
به جا مانده از دودمانی دلیر

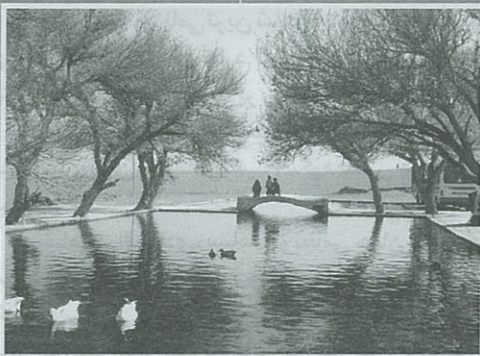
به هر گوشه‌ای خسروی پایمرد

به چشمان دشمن به پا کرد، گرد

جاده ابریشم، این نامی‌ترین شاهراه تاریخ، اگر نه با ایران، که بدون ایران هیچ‌گونه معنی و مفهومی ندارد. از دوران اشکانیان تا سده کنونی که غرش کشتی، قطار و هواپیما سکوت پر رمز و راز جهان اساتیری را در هم شکست، این جاده‌اهمیتی به سزا در ردوبدل کردن کالا و فرهنگ میان مردمان جهان داشت. ایران زمین، با تمام پیشینه شکوهمندش در مرکز این جهان‌راه جای داشت.

این شاه‌رگ اقتصادی، سیاسی و نظامی جهان باستان، با مویرگ‌هایی که در سراسر مشرق‌زمین به‌ویژه سرزمین جاودانه ایران کشیده داشت، ملت‌های بزرگ تا روستاهای کوچک را به هم پیوند می‌داد. بدیهی است که چنین شاهراه عظیمی نیازمند استراحت‌گاه‌هایی فراخور حال کاروانیان و لشکریان بود. جایگاه‌هایی که با داشتن آب کافی و امنیت، خستگی را از تن کاروانیان به در آورد. از دوران باستان در جای‌جای این جاده افسانه‌ای کاروانسراهایی به جهت





و به جاده دستکن متصل می‌گردد. دستکن در ادامه مسیر مرنجاب، محل انشعاب جاده‌ای بوده که کاشان را به گرمسار و ورامین مرتبط می‌ساخت. شاخه‌ای از این جاده به سوی اردستان و شاخه‌ای به جانب یزد ادامه پیدا می‌کرده است. مجموعه این مسیرها به عنوان مویرگ‌هایی برای اتصال به شاهرگ جاده ابریشم در بخشی که دامغان را به ری پیوند می‌داده، عمل می‌کرده است.

کاروانسراهای مرنجاب، قصر بهرام، ده نمک، سرخه و چندین کاروانسرای دیگر در این مسیر است. کاروانسرای مرنجاب و قصر بهرام در راه سیاه کوه و جاده کویرنمک قرار دارد. نام کاروانسرا بر پایه نام منطقه که به کویر مرنجاب شهرت دارد گذاشته شده است. مرنجاب از شرق به دشت کویر و از جنوب شرقی به دو کوه یخاب و کوه لطیف منتهی می‌شود.

از آران و بیدگل تا کاروانسرای مرنجاب در حدود دو تا سه ساعت راه است. در این مسیر هیچ روستایی وجود ندارد و تنها چند کشتزار کوچک آن هم در آغاز راه در منطقه چهار طاقی هست. در طول مسیر تنها یک چاه آب قرار دارد که در نزدیکی جاده خاکی کاروانسرا است.

نقشه کاروانسرای مرنجاب مربع شکل است. کاروانسرا از چندین اتاق و شاه نشین تشکیل شده که به دور حیاطی در ابعاد ۳۰×۲۰ متر قرار دارند. کاروانسرا با گچ و آجر ساخته شده و دارای اتاق‌ها و اصطبل‌های متعدد و ۶ برج است.

در فاصله تقریباً ۱۲ کیلومتری از شرق کاروانسرا، تپه‌های روان شنی وجود دارد که از جنبه‌های بسیار زیبای کویر مرنجاب است. این تپه‌های شنی در محدوده‌ای تقریباً وسیع و با شیب‌های تند مکان بسیار مناسبی برای آن دسته از دوستداران طبیعت است که به دنبال سوره‌های بدیع و جذاب در طبیعت بکر و زیبای کویر هستند. البته در فصل تابستان، مارهای غیر سمی و گهگاه سمی در این تپه‌های شنی دیده می‌شوند که ممکن است برای آن‌ها مشکل آفرین شود. از تپه‌های شنی به سمت شمال شرقی، جاده خاکی‌ای وجود دارد که از شرق دریاچه بزرگ نمک می‌گذرد و به کاروانسرای قصر بهرام در شمال دریاچه می‌رسد. Δ

* هیات علمی دانشگاه جامع علمی کاربردی

زمان دشمنان به خاطر دریاچه نمک و گستره کویر، از این سوی به پایتخت هجوم نبرده بودند.

یورش‌های ازبکان از طریق دریاچه نمک به کاشان که تا اصفهان پیش رفتند، شاه عباس را به اندیشه انداخت تا در سال ۱۰۱۲ قمری، به سرعت یک پادگان و پایگاه نظامی در این منطقه، در ارتفاع ۸۱۰ متری از سطح دریای آزاد، ایجاد کند و جلوی تهدید دشمنان غارتگر ایران زمین را بگیرد.

بالای کاروانسرا به شکل سنگرهای دیدبانی است و گفته شده است که همواره ۵۰۰ سرباز به همراه یک واحد توپخانه در این دژ حضور فعال داشتند و امنیت کاروان‌ها را در این منطقه تأمین می‌کردند.

اما با توجه به این که این راه به مدت دوهزار سال یکی از مسیرهای اصلی تردد میان خراسان بزرگ و ری با سپاهان و فارس بوده است، بی‌تردید در کنار این برکه آب شیرین می‌بایست تاسیسات رفاهی کاروانیان نیز وجود می‌داشته است. تاسیساتی که نبود امنیت و قدرت مرکزی آن را به مرور زمان به ورطه نابودی و فراموشی کشانیده است. نمی‌توان تصور کرد که اندیشمندان هخامنشی، آزادگان اشکانی، توانمندان ساسانی و آزادخواهان آل بویه این جاده مهم را فراموش کرده و آن را به حال خود رها نموده باشند. به ویژه اینکه این منطقه تیول خاندان مهران بوده و این خاندان به سبب برقراری مستقیم در جاده ابریشم، اهمیت به‌سزایی به امنیت و رفاه کاروانیان می‌داده‌اند. دیگر اینکه اصل اختراع کاروانسرا هم از ایران است و هرودوت از ۱۱۰ کاروانسرا در جاده شاهی نام می‌برد. اما از آنجاییکه در زمان صفویه مسیر پایتخت اصفهان تا مشهد اهمیت ویژه‌ای داشته، این جاده مورد رسیدگی بیشتری قرار گرفته است.

جاده سنگفرش کویری که برجای مانده از دوران شکوهمند هخامنشیان و ساسانیان بوده، در زمان صفویه بازسازی و تکمیل شد. جاده‌ای که همچون یک فانوس دریایی، خُشاب، مانع از گم‌شدن رهروان کویر بی‌پایان می‌شده است.

مسیر مرنجاب، پایتخت اصفهان را از طریق کاشان به جاده سنگفرش کویر پیوند می‌داده است. این مسیر از گرمسار به طرف پایین منحرف شده و تا سیاه‌کوه ادامه می‌یابد

قله برف انبار



گروه کوهنوردی آلاله تهران

قله‌ای ناشناخته با ارتفاعی حدود ۳۲۳۵ متر، در منطقه‌ای بین قم و کاشان، قله‌ای که کمتر کسی تصورش را در این ناحیه دارد. ناحیه‌ای که با وجود منطقه خشک اطرافش، بسیار خوش آب و هوا، زیبا و پرآب است. جهت دسترسی به منطقه، ابتدا وارد جاده قدیم قم - کاشان شده سپس جاده‌ای فرعی در سمت غرب این جاده در ۱۶ کیلومتری قم، ما را به سمت شهر کهک رهنمون می‌سازد، پس از گذشتن از روستاهای خورآباد، صرم و ورجان و طی حدود ۲۰ کیلومتر به کهک رسیده و از آنجا نیز بعد از گذشتن از چنارک، میم و خاوه و طی حدود ۲۱ کیلومتر به فردو خواهیم رسید، مبدا صعود «امام زاده بوره» می‌باشد که حدود ۴ کیلومتر بعد از «فردو» قرار دارد.

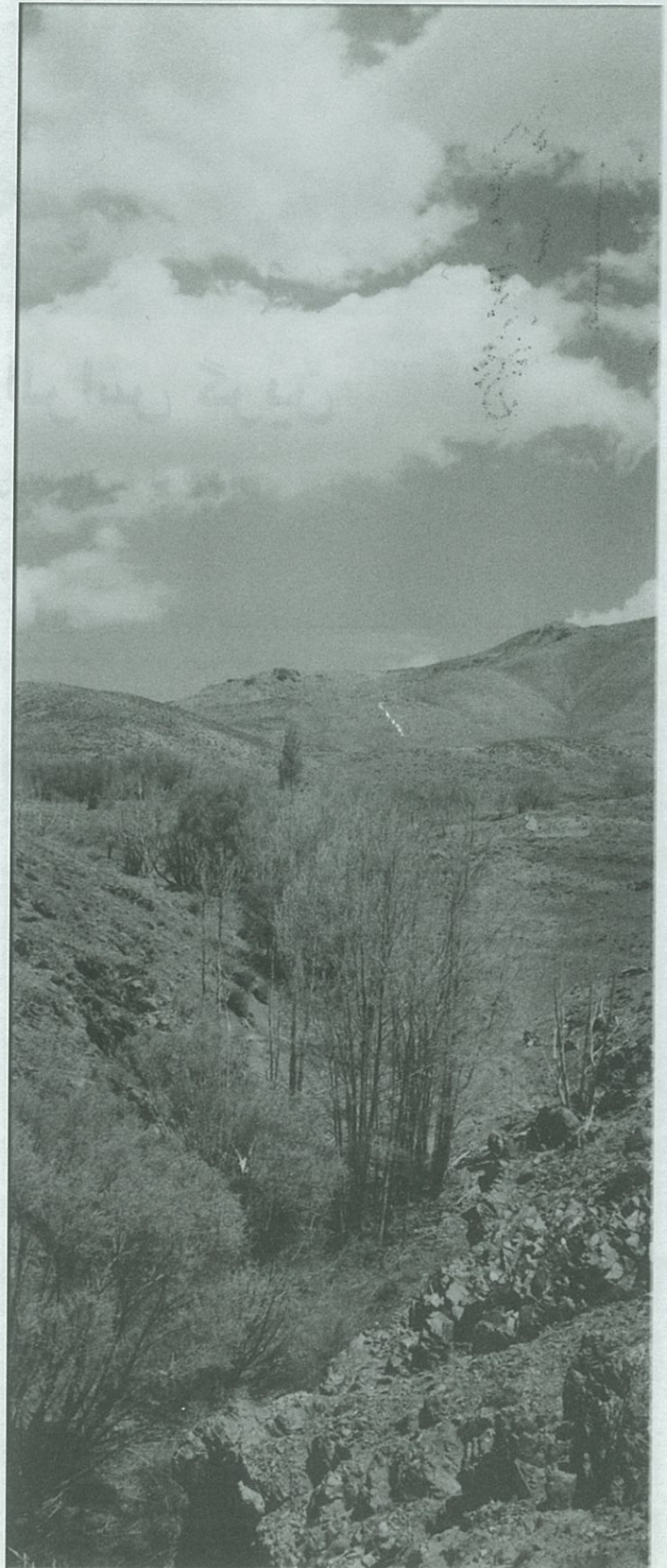
جهت صعود از این نقطه (امام زاده بوره) وارد دره زهاب (در پشت امامزاده) شده، مشخصه آن وجود جاده خاکی در داخل دره می‌باشد که جهت دسترسی به باغ‌ها کشیده شده است. پس از طی حدود یک ساعت به چشمه‌ای با مشخصات جغرافیایی ذکر شده در جدول زیر (چشمه ۱)، که تقریباً در انتهای دره قرار دارد می‌رسیم. بعد از چشمه در سمت راست، یالی با شیب ملایم و پاکوب مشخص، که در طول مسیر با میله‌هایی علامت‌گذاری شده بعد از حدود ۲ ساعت ما را به قله ۳۲۳۵ متری برف انبار می‌رساند.

از قله می‌توان از همین مسیر برگشت، یا برنامه را به گونه‌ای دیگر طرح‌ریزی کرد و از سمت دیگر آن (جنوب)، یعنی به سمت منطقه جاسب که از دور، این منطقه با سرسبزی‌اش قابل رؤیت است، برگشت. در ادامه پس از حدود نیم ساعت از قله برف انبار به قله دیگری در نزدیکی آن به نام غلیق خواهیم رسید از آنجا به سمت دره در جهت جنوب غربی سرازیر خواهیم شد و در نهایت دره تا رسیدن به روستای واران که یکی از روستاهای منطقه جاسب است (پس از حدود چهارساعت از قله برف انبار) ادامه می‌دهیم.

نکات:

این برنامه به جز تابستان، به علت گرمای منطقه، در سایر فصول زیبا و قابل پیشنهاد است.

در مجاورت امام زاده بوره آب موجود است. در طول مسیر پس از حدود یک ساعت و ربع از قله برف انبار، چشمه‌ای با مشخصات زیر (چشمه ۲) در داخل دره نیز وجود دارد. در بدو ورود به روستای واران، اشکفت و قبرستان قدیمی آن قابل توجه است. روستای واران در حدود ۳۵ کیلومتری شهر دلجان قرار دارد. تمام مسیر جاده تا امام زاده بوره و همچنین از واران تا دلجان آسفالت می‌باشد. کل مسافت طی شده در این برنامه حدود ۱۸ کیلومتر می‌باشد.



ارتفاع	مشخصات جغرافیایی	نام محل
۲۱۱۰ متر	N34 15.589, E50 54.398	روستای قرنو
۲۳۳۰ متر	N34 13.618, E50 54.710	امام زاده بوره
۲۶۴۰ متر	N34 12.622, E50 53.080	چشمه ۱
۳۲۳۵ متر	N34 11.875, E50 52.777	قله برف انبار
۳۲۲۰ متر	N34 11.365, E50 52.807	قله غلیق
۲۸۷۵ متر	N34 11.041, E50 52.106	چشمه ۲
۲۲۵۵ متر	N34 08.551, E50 49.849	روستای واران

گذر از خط الراس گرین نگین کوه‌های کردستان و لرستان

گزارش: محمدحسن نجاریان

زمستان بهترین یال سمت چپ دره به سمت دشت اشترینان است که با همان زمان شما به سراب و پایین می‌رسید.

پرواز در توفان

بعضی وقت‌ها ثانیه شماری می‌کنی صعودی را انجام دهد و در وصفش دست به قلم شوی اما هر بار به علی کلمات در انتظار می‌مانند. شاید سال‌ها، ولی تو دست‌بردار نیستی، نفر عوض می‌کنی، تاریخ برنامه را تغییر می‌دهد و انتظار و انتظار تا کی این کاروان چشم انتظار به سرمنزل مقصود برسد. این شده حکایت ما و این خط‌الرأس عریض و طویل گرین (نهلوند). از آن سالی که اعضای تیم ملی اعزامی به قله پوبدا به منطقه آمدند و در شرایطی دشوار در توفانی شدید بخشی از مسیر را طی کرده و به علت پاره شدن سه تخته چادر در هوایی بسیار نامناسب از دیواره‌های شرقی به سوی دشت نهلوند فرود رفتند، تا سال ۸۵ چندین بار به منطقه رفتیم ولی هر بار به علت توفان شدید حتی موفق به دیدن این خط‌الرأس زیبا نشدیم و زیر تازیان شدید باد راه بازگشت پیش گرفتیم. آنچه که باعث شده این ستیغ زیبا دائماً مورد هجوم توفان‌های شدید باشد همانا موقعیت جغرافیایی آن است. برخورد آب و هوایی دو منطقه خرم‌آباد و کرمانشاه دژ عظیم‌الشترو دشت نورآباد عاملی است تا این سد عظیم مدام در معرض باد و توفان شدید باشد. یکی دیگر از ویژگی‌های این خط‌الرأس علی‌رغم ارتفاع نه چندان بلندش زمانی آشکار می‌شود که شما به میانه راه رسیده باشید. در این صورت دسترسی شما به اولین روستا تقریباً غیرممکن به نظر می‌رسد و از دیگر نکات حائز اهمیت طولانی بودن و بالا و پایین شدن زیاد خط‌الرأس و همچنین مسیر نفس‌گیر و پربرف جان‌پناه یک به دو می‌باشد.

تاریخ اجرای برنامه در بهمن ماه به علت حادثه‌ای به تعویق افتاد از این رو مجدداً کم و کیف و زمان اجرای برنامه در نهلوند مورد بررسی قرار گرفته و شانزدهم اسفند ماه تعیین شد. دو نفر از زنجان، یک نفر از سقز و سه نفر از نهلوند نفرات برنامه را تشکیل می‌دهند. قرار است چهارشنبه شانزدهم اسفند ماه بعدازظهر حرکت کنیم. سه‌شنبه هوای نهلوند به

آن جا که با وجود ارتفاع کم، جولانگاه بادهای مهیب صخره‌های سترگ و شیب‌های تند بهمنی است و صعود آن با توجه به دور بودن بعضی از قسمت‌های خط‌الرأس به روستاهای مجاور می‌تواند از اهمیت خاصی برخوردار باشد. ارتفاع کم منطقه می‌تواند محل مناسبی باشد برای تمرینات دشوار و تکنیکال، فارغ از دشواری‌های ارتفاع که در جهت رشد علمی و تکنیکی، تجربی و فیزیکی افراد موثر واقع گردد. این خط‌الرأس از ۵ کیلومتری نهلوند محلی به نام سه راه نورآباد حد فاصله جاده نهلوند‌الشترو نورآباد با رسیدن به گردنه این جاده که شمالی جنوبی طی می‌گردد در محلی به نام راهدارخانه شروع و در انتها بعد از قله‌های «۱۸ یال» با رسیدن به دشتی کوچک به سمت «قله سوکوزان» بروجد می‌پیچد. اگر بخواهیم خط‌الرأس را با معیار جاده حساب کنیم حدود ۳۵ کیلومتر می‌باشد.

بلندترین قله این منطقه یال کبود به ارتفاع تقریبی ۳۷۸۶ متر می‌باشد. نرسیده به این قله به سمت جنوب غربی دیواره‌هایی آهکی و بلند با ارتفاعی حدود ۴۰۰ متر به تیغه‌هایی زیبا ختم می‌شود که عبور از آنها در زمستان بسیار دشوار و طاقت‌فرساست. در ادامه به مجموعه قله‌های بازگیر که دارای چندین قله زیبا می‌باشد، می‌رسد. با افت و خیز فراوان پس از ساعتی مسیر از میان تیغه‌ها به سمت دره‌ای می‌رسد که یک سمت به سوی دشت نهلوند و دیگر سو دره‌الشترو واقع شده است، مناطقی بکر که به جرات می‌توان گفت پای کمتر کسی به آن رسیده است. یال‌های زیبا کوه‌نورد را به جنوب و جنوب شرقی هدایت می‌کند تا به قله‌های «۱۸ یال» که در زمستان چونان سدی عظیم راه را به روی هر عابری می‌بندد و باید گذر کنی از روی نقاب و تیغه‌های برفی و گریزی نیست چون در دو طرف بهمن آرمیده و هر خطایی را به بدترین شکل جواب می‌دهد. گذر که کردی می‌رسی به نیم دشت پهنی که در مقابلت ۴ شهر بروجد اشترینان ملایر و نهلوند به چشم می‌خورد. در تابستان با صرف ۶ ساعت زمان به روستای ونایی از توابع بروجد می‌رسید که دو ساعتی مانده به این روستا از دشتی پهن و زیبا می‌توان به سراب منحصر به فرد کرتیل حاشیه روستای تورهزن رسید. در

تماشای مهتاب از پناهگاه بیرون می‌آیم، توصیف این همه زیبایی کار آسانی نیست.

کوهستان در تسخیر مهتاب است و ما محسور؛ صدا از کسی بیرون نمی‌آید، چشم‌ها تشنه و حریصانه همه‌چیز را می‌بلعد و گویا خسته و سیر نمی‌شوند.

چه شبی

«شرمساری را به آفتاب برده در واگذار

که هنوز از ظلمات خجالت پوش

نفسی باقی است

دیو عربیده در خواب است

حالی سکوت را بنگر آه چه زلالی! چه فرصتی! چه شبی»

دکتر حمیدی شیرازی

روز دوم ۸۵/۱۲/۱۷

صبح زیبا عاشقانه سر می‌زند.

علی‌رغم سرمای صبحگاهی هوای مطلوبی است، صبحانه‌ای مفصل خورده با پوشیدن البسه مناسب تن به راه می‌زنیم از نقابی بلند بالا رفته به شیب اصلی سلام می‌دهیم. تا نرسیده به قیف اصلی زیر قله مستقیم صعود کرده و به شکل اریب متمایل به راست خود را به روی یال سمت راست قیف اصلی می‌رسانیم. حجم زیادی از برف در انتظارمان است. از این رو به نوبت برف‌کوبی می‌کنیم و جلو می‌رویم عبور از زیر سنگ‌ها به بالا کار دشواری است با احتیاط کامل عبور می‌کنیم و با رسیدن به جای مناسبی قدری استراحت کرده جرعه‌ای آب می‌نوشیم.

کار عکاسی را آقای بهکار به عهده دارد. اولین بار است که دوربینم را جا گذاشته‌ام، بچه‌ها می‌گویند علتش پیری است و یا نمی‌دانم «یاد مرحوم فریدون اسماعیل‌زاده می‌افتم که هر بار به او می‌گفتم پیرمرد می‌گفت پیرمرد باباته» بادش به خیر. نزدیک ظهر به شیب تند زیر یال اصلی می‌رسیم باد همه جا را جارو کرده است گویا می‌خواهد یادآوری کند که سکه روی دیگری هم دارد و زمستان هنوز پایان نیافته است که در این چند ساله اخیر این اولین باری است که این قسمت را بدون توفان بالا می‌رویم. راهی نمائند سه نفری جلو می‌رویم تا وضع جان‌پناه را بررسی کنیم متأسفانه از وضع مطلوبی برخوردار نمی‌باشیم، ای کاش دوستانی که برای آخرین بار اینجا را ترک کرده‌اند در جان‌پناه پایین نوشته‌ای از وضعیت اینجا می‌گذاشتند. لازم می‌دانم قدری به عقب برگردم «به تابستان گذشته که به قصد صعود بالا آمده بودیم روی قله به جوان علاقه‌مندی برخوردیم که با زحمت زیاد وسایل بنایی با خود بالا آورده بود و اظهار داشت می‌خواهد



طور ناگهانی تغییر کرده و برف زیادی می‌بارد، کوله را نمی‌بندم چون احتمال می‌دهم برنامه کنسل شود ولی گویا این باور من است. با خبر می‌شویم که سه نفر از دوستان در نزدیکی‌های زهلوند هستند کوله را بسته، بسته به اتفاق دوستان به آنان ملحق شده و راهی سراب گاماسیاب می‌شویم ساعت ۷ بعدازظهر را نشان می‌دهد که از سراب به طرف پناهگاه یک حرکت می‌کنیم. زیبایی ستاره‌های آسمان، صدای خرد شدن برف یخ‌زده در زیر گام‌ها و صدای نرم رد شدن آب از لابه‌لای سنگ‌های رودخانه روح را سرشار از هیجان می‌کند. شنیده بودم که طبیعت قسمتی از روح بشری و روح بشری قسمتی از طبیعت است و هر دو از هم جدانشدنی؛ این گفته را باور داشتم ولی تنها تابه‌حال، تا به این اندازه آن را احساسش نکرده بودم. خدای من! از این همه زیبایی آدم احساس سبکی و پرواز می‌کند. اصلاً یالت می‌رود روی همین برف‌ها کنار رد پای تو، رد پای گرگ است حتی رد پای گرگ هم برایت زیبا می‌شود. بچه‌ها به نوبت برف‌کوبی می‌کنند و با هشدارهای سرپرست مواظبیم تا پای مان لای سنگ‌ها و برف نرم گیر نکرده و آسیب نبیند.

مسیر ۲ تا ۲/۳۰ دقیقه تابستان با این شرایط بیشتر زمان می‌برد حرکت با کوله‌های نسبتاً سنگین بر روی شیبی حدود ۵۰ درجه و برف سنگین به کندی صورت می‌گیرد. به بالای دره رسیدیم. آه چه شکوهی، قله یال کبود با همه عظمتش نقاب از روی برداشته خود را به ما می‌نمایاند همه تن چشم می‌شویم و به نظاره‌اش می‌ایستیم.

«شما ای قله‌های سرکش و خاموش

که پیشانی به تندرهای وهم‌انگیز می‌سایید

امیدم را برافزایید

غرورم را نگه دارید

به سان آن پلنگانی که در کوه و کمر دارید»

سپاوش کسرای

به نزدیکی‌های پناهگاه یک می‌رسیم. از چشمه خبری نیست و برف روی آن را پوشانده است. آقای بهکار در نقطه‌ای ایستاده و می‌گوید از اینجا ۱۰ قدم جلو بروید حتماً چشمه را پیدا می‌کنید. بچه‌ها ۱۰ قدم جلو رفته و در عین ناباوری چشمه را در همان نقطه با جابه‌جایی یک متری زیر برف پیدا می‌کنند. به پیشنهاد سرپرست در پناهگاه سیمانی مستقر می‌شویم بعد از یک روز پرکار و چند ساعت راهپیمایی چای داغ و شام حسایی، می‌چسبیم. پس از شام جهت



امکان پیشروی نبود برگردیم. کوله‌ها را جمع کرده راهی قله شدیم. کولاک شدید بود. در دل برای بچه‌ها که نمی‌دانیم حالا کجا هستند دعا می‌کنیم. پیش خودم گفتم، اگه سالم برسی پایین هنر بزرگی کردی! مسیر در نقاطی یخ‌زده بود. از این رو مجبور بودیم یکدیگر را حمایت کنیم. «بهکار» در هر قدم انرژی مثبت می‌داد چیزی نمونه رسیدیم. «اینه‌ها» و عاقبت ناباورانه رسیدیم بر بلندیای شهر زادگاهمان نهبوند و لحظه‌ای دیدگان‌مان خیره می‌ماند به رود گاماسیاب به دشت بی‌کران، رسیدیم ولی با چه مشقت و سختی.

گرچه رنجی که برای هدف بزرگ تحمل می‌کنی روح را از زنگارها و پلیدی‌ها پاک می‌کند و چنان چشمه‌ساری از آرامش در وجودت پدید می‌آورد که در زلال آن می‌توانی همه دردها، کینه‌ها، ناملرمدی‌ها و هر آنچه که تو را از اهورایی شدن دور می‌کند بشویی. آنجا در آن ارتفاع هر چه هست پاکی مطلق است و چه لذتی دارد آدمی غوطه‌زدن در آن فضا.

درنگ جایز نبود انرژی زیادی صرف کرده بودیم و ممکن بود هوا از این هم بدتر شود به پیشنهاد بهکار راه فرود را پیش می‌گیریم باد تازیه‌مانه می‌زد. یک لحظه غفلت کافی بود تا به ناکجایی سقوط کنی. تا صد متر زیر جان‌پناه دو. با هم‌چنان می‌وزید اما از سرعتش کاسته شده است. در نقطه‌ای ایستاده لباس کم می‌کنیم و سبک‌بال فرود می‌رویم. قرمزی پناهگاه یک مشخص می‌شود یعنی رسیدیم و این یعنی تمام. البته تمام برای ما.

«گامی است پیش از گامی دیگر که جلا را بیدار می‌کند تلاموی است که زمان فرا می‌سازد لحظه‌هایی است که عمر مرا سرشار می‌سازد»

در جان‌پناه یک‌پس از قدری استراحت با شهر تماس گرفته تا بلکه به دنبال ما بیایند راه بازگشت را با صرف حدود دو ساعت به اتمام رسانده به سراب گاماسیاب می‌رسیم و از آنجا به نهبوند بازمی‌گردیم.»

با سرازیر شدن از قله یال کبود حدود ۳۰۰ متری ارتفاع کم می‌کنیم تا خود را به روی گردنه اول قله‌های «بازگیر» برسانیم. سمت راست ما (جنوب) دره‌های عمیقی با صخره‌های سترگ به چشم می‌خورد که عاشقان صخره‌های بکر را به خود می‌خواند، کولاک هر دم ابراز وجود می‌کند و به جان‌مان تازیه‌مانه می‌زند ولی هر چه هست امروز بهترین روز صعود است و بهتر از این نمی‌شود باید رفت درگیر صخره‌ها می‌شویم تا برسیم به اولین شیب زیر قله بازگیر، یخ‌زدگی مسیر باعث شده با سرعت بهتری جلو برویم به علت طولانی بودن مسیر و عدم اتلاف وقت از هم فاصله گرفته‌ایم (ولی در دید هم)، از این رو صبح هر نفر یک بسته غذایی مستقل به همراه یک فلاسک آب برداشته است. ساعت از ۱۰ گذشته در محلی گرم زیر انوار محبت‌آمیز خورشید دقایقی به هم رسیده از وضع مسیر دادسخن می‌دهیم و این که بخت با ما یار است.

به اولین قله بلند بازگیر با ارتفاعی حدود ۳۷۰۰ متر می‌رسیم کنار سنگ‌چین

اقدام به ساخت سرپناهی امن نماید. با توضیح مسایل زیست محیطی و معایب این کار و این که همان محل پایینی کافی است و می‌شود نسبت به اصلاح آن اقدام نمود. برای تعمیر و اصلاح جان‌پناه هم اقداماتی صورت پذیرفت که متأسفانه به علت عدم تخصص، وقت و هزینه‌ها به هدر رفت.

با رسیدن دوستان کار دشوار وارد شدن به درون جان‌پناه شروع می‌شود و ساعتی به طول می‌انجامد. بالاخره زیرانداها را پهن می‌کنیم و خوشحال و سرحال از این که همگی توانستیم به اینجا برسیم با چراغ پیشانی از پنجره به داخل جان‌پناه می‌رویم.

با پیشنهاد نجاریان، فرید و من شروع کردیم به جا انداختن شیشه‌های پناهگاه که از قبل به اینجا آورده بودند. هوا گاهی چهره در هم می‌کشد و باعث شده دوستان در لاک خود فرو روند. قرار شد علی‌رغم این که زود اینجا رسیده‌ایم امروز را کامل استراحت کرده به فکر صعود دشوار فردا باشیم. از فرصت استفاده کرده آقای نجاریان درباره کاربرد دستگاه جی.پی.اس توضیح می‌دهند و همچنین پارامی از خاطرات صعودهای قبلی، قبل از خواب سرپرست برنامه فردا را مرور کرده نظر خواهی می‌کنند. قرار شد ۳ نفر جهت اتمام کار بالا رفته ۳ نفر دیگر به علت نامناسب بودن امکانات پایین بمانند و در صورت هوای مناسب نسبت به صعود قله اقدام نموده و از همین مسیر بازگرداند.

۸۵/۱۲/۱۸

گرمای مطلوب کیسه خواب را به عشق صعود خط‌الراس ترک می‌کنیم همکاری دوستان جهت آماده شدن و برداشتن بهترین وسایل و ردیف کردن تغذیه ستودنی است و به واقع انسان را بر آن می‌دارد تا با صعودی موفقیت‌آمیز گوشه‌ای از محبت‌های آنان را جبران نماید. صبحانه‌ای کامل خورده آماده حرکت می‌شویم، کولاک بیرون بیلاد می‌کند ولی گویا هیچ چیزی نمی‌تواند مانع حرکت‌مان شود. ساعت حدود ۵/۳۰ دقیقه است. هوا گرگ و میش است و از شرق قرمزی خوش‌رنگی در حال پدیدار شدن، گام‌ها را آرام برداشته تا عضلات‌مان گرم شوند. شیب تند زیر قله بر اثر باد شدید یخ زده است از این رو با احتیاط جلو می‌رویم. نکته اتفاق غیرمنتظره‌ای پیش بیاید علی‌رغم رعایت جوانب امر چند جایی به مشکل برمی‌خوریم به طوری که یک بار «هیوا» به سختی خود را ننگه می‌دارد که با کمک فریادهای فرید بالا می‌آید باز هم لزوم گذراندن کلاس یخ و برف جهت صعودهای حساس محرز می‌گردد. ساعتی بعد روی خط‌الراس هستیم زیبایی هم‌تا ندارد، قرمزی خورشید از شرق بر کاکل قله، انوار زیبایی نازنجی پاشیده و دل می‌برد سمت راست ما در جنوب‌غربی تیغه‌های دشوار و عظیمی قرار دارد که به راه‌دارخانه و قله‌های زیبا ختم می‌شود. دقایقی مات و مبهوت مناظر روی قله یال کبود می‌ایستیم هیچ چیز بهتر از سکوت و هم‌نوا شدن با نوای باد نیست یاد دوستانی که در گذشته همراه ما بوده و حال به هر دلیلی حضور ندارند خالی است یادشان را گرمای می‌داریم. اولین سال است که از بالای این دژ زیبا دورنمای قله‌های اطراف را می‌بینیم، وای خدای من انتهای خط‌الراس به چشم نمی‌آید چقدر دور، چقدر نزدیکه ولی باید رفت «امید بی‌کران عشق است»

خانم موسیوند درخصوص وضعیت تیم پایین (پشتیبانی) پس از رفتن ما این گونه می‌نویسد:

«با آماده شدن و رفتن بچه‌ها حالا ما بودیم که باید تصمیم می‌گرفتیم قله یال کبود را صعود کنیم یا نه کمی شور و بررسی جوانب کار و نهایت تصمیم گرفتیم بالا برویم و هر کجا



روی قله عکس گرفته و سرحال هستیم و ملالی نیست جز اتمام این کار زیرا سه قله زیبای بازگیر را عبور کرده به اول یال سنگی می‌رسیم هر چه تلاش می‌کنیم بلکه راهی از دو سمت قله بیابیم و تا بالا صعود نکنیم میسر نیست چرا که در دو طرف بهمن‌های مهیب آرمیده و منتظر خطای ما به کمین نشستند! با درگیر شدن تیغه‌های سنگی نیم‌ساعتی بعد از این مه نیز می‌گذریم. به علت کمبود آب شکلات به دهن گذاشته روی آن یخ قرار داده و قورت می‌دهیم. با پایین و بالا رفتن از چند قله فرعی به سمت جنوب شرقی و نهایتاً جنوب می‌پیچیم تا به بالای شن اسکی بفرمی برسیم که زیر دست آن پرچین‌های گوسفندسرای قرار دارد که گویا متعلق به دامداران الشتری است. در پناه تخته سنگی لقمه‌های غذا را به سختی فرو می‌دهیم. تا بلکه تجدید قوا کنیم. آماده رفتن می‌شویم شبی نسبتاً تند در مقابل ما قرار دارد که مجبوریم با احتیاط صعود کنیم و برسیم به یال‌های منتهی به قله «۱۸ یال» که جزو منطقه لرستان، بروجرد می‌باشد.

اینجا همان محلی است که به اتفاق دوستان تیم ملی شبی پرخطر اما با دلهره را گذرانیدیم و فردا به علت توفان شدید راه بازگشت را از میان دیواره‌ها با قدری درگیری فنی (صعود و فرود) به سمت نهبوند پیش گرفتیم.

سینه‌کش قله فرعی بالای گوسفندسرا پربرف و نفس‌گیر است. ساعتی طول می‌کشد تا به بالای این محل برسیم و نظاره‌گر دشت سپیدپوش زیر قله‌های بعدی باشیم و وجود نقاب‌ها روی یال روبه‌رو قدری نگران‌کننده است. جلو می‌رویم تا به کمرکش یال برسیم و از آنجا به کف دره رو به شرق رفته سوار یال اصلی می‌شویم که ما را به روی قله‌های آخری ۱۸ یال می‌رساند. افت و خیز زیاد و طولانی بودن مسیر نیرو و استقامت زیادی می‌طلبد. باید حداقل ۵۰۰ متری ارتفاع گرفت تا رسید بر بلندای این ستیغ زیبا که این گونه در آفتاب عصر خودنمایی می‌کند به علت شمالی بودن یال مسیر پربرف است فقط بخت با ما یار است که بلای در کار نیست. حرکت ابرها از روبه‌رو (خرم‌آباد) قدری نگران‌کننده است از این رو به سرعت خود می‌افزاییم. در بعضی قسمت‌ها مجبوریم از لبه گرده‌های پرشیب برفی عبور کنیم که اگر طول آن بیشتر و یا هوا خراب شود، حتماً باید از طناب استفاده کرد. خستگی در چهره دوستان مشهود است. به چند جای پای تازه خرس و جلوتر، فضله‌های آن می‌رسیم. حالا خورشید هم دارد از ما رخ برمی‌تابد و قصد گریختن دارد، تو گویی همه چیز قصد جاودانه کردن این صعود را دارند. از پرواز منظم دسته‌های غاز وحشی با رهبری منظم در جلو گروه گرفته، تارقص نور و بازی برف معلق در هوا و صدای شکستن دلهره‌آور نقاب در زیر پا و باز صدای دلنشین غازها که انگار آنها هم از در اوج بودن احساس غرور کرده و در حین پیش‌روی با هم نوای پیروزی سر داده‌اند. قرمزی خورشید در غرب اگر چه حزن‌انگیز است اما چونان تابلویی زیبا در سقف بلورین آسمان آبی شوری وصف‌ناپذیر در ما به وجود آورده است. نقاب‌های روی قله اصلی حیرت‌انگیز و مبهوت‌کننده است. به جرات می‌توان گفت فقط روی قله‌های بلند می‌توان به چنین مناظری برخورد. با ثبت این لحظات جاودانه خود را به روی آخر یال اصلی می‌کشاییم. جایی که چهار شهر، بروجرد در شرق، اشترنجان، ملایر در شمال و نهاوند در شمال غربی نمایانند.

از اینجا و در صورت ادامه یال از سمت جنوب و جنوب شرقی می‌توان به قله سه کوزان (محل پرواز عاشقانه کومنورد فقید بروجردی ابراهیم گودرزی) رسید و در صورت تمایل به ادامه می‌توان با قدری افت و خیز به قله «برنجه» و... رسید. دره مقابل (شرق) که حالا مملو از برف است با شبی ابتدا ملایم ولی جلوتر تند که در دو طرف با صخره‌های بلند احاطه شده با صرف حدود ۶ ساعت راهپیمایی به دشت پهنی رسید که دره سمت راست به روستای «ونایی» و سمت چپ «توزه زن» خواهد رسید.

خانم موسیوند گزارش خود را این گونه به پایان می‌رساند:

«شب ساعت ۷/۳۰ دقیقه بود که همتی خبر داد که بچه‌ها موفق شده‌اند خط‌الراس را کامل عبور کنند و الان در انتهای قله‌های ۱۸ یال کمی پایین‌تر چادر زده‌اند خدا می‌داند چقدر خوشحال شدم باور و تصورش برایم دشوار است. حلالی باید در تابستان یک بار این مسیر را عبور کنی تا بلدانی چقدر راه است. نمی‌دانم اینها با چه سرعتی عبور کرده‌اند و باز در ذهن مرور می‌کنم مسیر جاده نهبوند دوراهی بروجرد، اشترنجان و... ۳۵ کیلومتر هم بیشتر است فقط در دل دست مرزباد می‌گویم و خسته نباشید.»

روی یال انگار فرشته نجات به مدد می‌آید، به طوری که در این گرگ و میش شبانگاهی و خستگی تعدای جای پای ما را می‌کشاند به روی یال اصلی که هدف ماست. حجم برف زیاد است و با فعالیت شدیدی که امروز داشته‌ایم از ساعت ۵/۳۰ دقیقه تا ساعت ۸/۳۰ دقیقه تقریباً ۱۵ ساعت ادامه کار، کار دشواری است از این رو تصمیم می‌گیریم جای مناسبی پیدا کرده چادر بزنیم. زیر سنگی بزرگ محل مناسبی است برای گذران آخرین شب در کنار غوغای ستارگان و این در حالی است که از نیمه شب بر روی یال توفان غوغایی به پا کرده است و ما سرمست این تلاش جانانه شب راحتی را به صبح می‌رسانیم.

روز شنبه از دست سرما مجبوریم وسایل را درون چادر جمع کرده چیزی خورده به سختی چادر را درون کوله گذاشته سرازیر شویم، هم‌نوردان نهبوند محبت کرده به سراب «کرتیل» بالای روستای «توزه زن» آمده‌اند.

با چهار ساعتی راهپیمایی از روی یال و دره اصلی در میان بدرقه محبت‌آمیز روباهی زیبا به سراب کرتیل می‌رسیم تا بدین صورت به پایان بریم تلاشی جانانه را از این ستیغ طولانی با خاطرات و درس‌هایی از آموزگار بزرگ طبیعت!

نفرات صعودکننده: عباس بهکار، نهبوند سرپرست صعود تا قله یال کبود - مژگان همتی، نهبوند - مرضیه موسیوند نهبوند - هیوا دادخواه سقر - فرید وثیقی، زنجان - محمدحسن نجاریان، سرپرست.

این صعود تقدیم به همه هم‌نوردانی که در چند سال قبل با هم یک دل و یک رنگ تلاش کردیم تا به این مهم دست یابیم و هر بار توفان بنیان‌کن اجازه عبور نداد و امسال در اسفندماه در هوایی مناسب توانستیم کام را از این دیار بی‌همتا سرمست گردانیم.

جا دارد از رئیس سابق هیات نهبوند آقای حقانی و دوست خوب‌مان آقای شهبازی که زحمات زیادی در شناساندن منطقه به کوه‌نوردان نموده‌اند کمال سپاس‌گزاری داشته باشیم. △

نکات مهم:

- داشتن آمادگی جسمانی (استقامت) الزامی می‌باشد.

- داشتن آمادگی لازم فنی نفرات

- به همراه داشتن چادر مناسب ارتفاع (ضدتوفان)

- شناخت کافی از مسیر و کار با دستگاه جی.پی.اس.

- گرفتن وضعیت آب و هوایی دقیق منطقه (دوشهر کرمانشاه و خرم‌آباد)

- داشتن طناب و بیل کوه‌نوردی ضروری است

- به همراه داشتن البسه مناسب زمستانه ضروری است

- همراه داشتن بار سبک، غذای کم حجم در روند صعود کمک بزرگی است.

- تقریباً در کل برنامه امکان ارتباط با تلفن همراه وجود دارد (باتری اضافه ضروری است)

- بهتر است سرپرست شناخت کافی از نفرات به لحاظ قدرت استقامت، روحیه و... داشته باشد.

لازم به ذکر است کل مسیر توسط دستگاه جی.پی.اس. علامت‌گذاری شد.

پیشنهادهایی در مورد جان پناه ۲:

- اصلاح در جان پناه (به سمت گوسفندسرا)

تمایل به جان پناه یک

- اصلاح در به شکلی که رو به بیرون باز شود.

- کشیدن روکش جهت عدم ریزش پشم شیشه‌های سقف

- در صورت امکان قراردادن پنجره‌های دوجداره و بزرگ‌تر در اتاق اصلی به لحاظ نوردهی کافی.

غار

یکه چاه



مصطفی سلاحي

غار یکه چاه از غارهای نمونه و بی‌مانند ایران است. نمونه از جهت وجود انواع چکنده، چکنده، ستن، آبشار سنگ و دیوارهای غار سنگ ساخته، بی‌مانند به سبب وجود دو غار دوقلوی موازی با هم که به وسیله یک دیوار چکنده از یکدیگر جدا شده‌اند. کف غار غربی (سمت راست) حدود دو متر بالاتر از کف غار شرقی (سمت چپ) است و هر دو غار از طریق دو دروازه به هم راه دارند.

عمیق با غاری زیبا و بی‌مانند روبه‌رو گردید. نام گذاری: طبق گفته اهالی محل، حدود ۴۰۰ سال پیش اجداد آنها که چند نفر بوده‌اند ناحیه پایین غار را برای سکونت انتخاب می‌کنند و به سبب نبود چشمه آب در منطقه اقدام به حفر چاه در محل انتخاب شده می‌نمایند و به آب فراوانی می‌رسند، به همین جهت نام سکونت‌گاه جدید را یکه چاه یا چاه بی‌مانند نام‌گذاری می‌نمایند. نام غار برگرفته از نام روستا می‌باشد.

محل قرارگیری غار: با حرکت از دلیجان و طی ۱۶ کیلومتر به سوی محلات به شهر کوچک نیمور می‌رسیم. سپس از محل قرارگیری باسکول بزرگ نیمور و از سمت چپ جاده اصلی وارد جاده‌ای آسفالت و باریک می‌شویم. با طی حدود ۱۵ کیلومتر به دوراهی (چشمه گل - یکه چاه) رسیده و با انتخاب جاده خاکی سمت راست و طی ۱۲ کیلومتر وارد روستای یکه‌چاه می‌شویم. سپس با طی ۵ کیلومتر راه چپ‌رو به سوی جنوب و نزدیک معدن سنگ آهک و طی چند صدمتر کوه‌پیمایی به دهانه غار می‌رسیم. یک نشانه خوب برای یافتن دهانه غار بدون راهنما وجود یک چهاردیواری سنگ‌چین درست در بالای غار است که از آن به عنوان سنگر و نگهبانی استفاده می‌شده است. دهانه غار در ارتفاع ۲۲۰۰ متری از سطح دریا می‌باشد.

ساختمان غار: یکه‌چاه تنها غار دوقلو در بین غارهای شناخته شده ایران است. غار سمت راست از دهانه تا انتها ۱۳۰ متر و غار سمت چپ مساحتی حدود ۸۰۰ متر مربع دارد و هر یک با دهانه‌ای جداگانه به بیرون راه می‌یابند.

شناسایی غار: شناسایی این غار به زمانی باز می‌گردد که اینجانب همراه چند نفر از رفقای کوه‌نورد جهت عکس‌برداری و اندازه‌گیری غار باباجابر (نیایشگاه) راهی منطقه شدیم. پیدا کردن دهانه غار کمی دشوار بود و سبب آن وضعیت بیرونی غار باباجابر بود. این غار در سال ۱۳۴۳ به همراه کوه‌نوردان همدان مورد بازدید قرار گرفت. در آن زمان باباجابر دالانی ساخته شده از آجر و تاقی تیرپوش و آجر ضربی داشت از برخی تیرهای سقف دو شاخه‌هایی برای آویزان کردن و پوست کندن گوسفند ذبح شده زیر سقف به چشم می‌خورد. درون غار هم قبری قرار داشت که روی آن صندوقی چوبی قرار داده بودند. گروه در سال ۱۳۷۵ دره به دره منطقه را زیر پا گذاشت اما از دروازه و دالان آجری اثری نیافت. تا این که گروه ناچار به رفتن به روستای جودان و گرفتن نشانی از اهالی روستا شد. آنها اظهار داشتند آجرها برای ساختن حمام به روستا حمل شده و حفاران دهانه غار را با مواد آتش‌زا منفجر و تخریب کرده‌اند و باید با بلدچی به دهانه غار رفت البته برنامه بازدید دقیقاً اجرا شد. اما آنچه در پرسش و پاسخ‌ها از اهالی حاصل شد گفته‌های یکی از آنها در مورد غاری به نام یکه‌چاه بود که خودش هم محل دقیق آن را نمی‌دانست و تصورش از آن چاهی بزرگ بود. من در پی یافتن و بازدید غار فوق بودم تا این که رفقای کوه‌نورد همدانی، آقایان عباس رنجبران، رضا رضایی، علی عسگری و صادق سلطانی در زمستان ۸۵ با همتی بلند جهت بازدید از یکه‌چاه اعلام آمادگی نموده و گروه با ساز و برگ کامل روانه بازدید از چاه نام‌برده در منطقه نیمور محلات شد و برخلاف تصور به جای روبه‌رو شدن با چاهی بزرگ و



غار سمت راست: از دو دهلیز نسبتاً طولانی و سه تالار تشکیل شده و کف آن در تمام طول مسیر دو متر بالاتر از کف غار وسیع (سمت چپ) است بازدید از آن در طول مسیر باید خمیده و گاهی خزیده انجام شود. لایه‌های تشکیل دهنده کوه در این بخش موازی هم بوده و همه جا کف و سقف غار تقریباً موازی یکدیگرند که این خود از ویژگی‌های غار است. در گذشته‌های دور آب حاوی اسید کربنیک بر روی قابل‌انحلال‌ترین لایه نفوذ کرده و با آهک‌خوری لایه و حمل آن به بیرون فضای کنونی را زاینده است تمامی فضای غار پوشیده از چکنده، چکنده، ستون و آبشار سنگ است که کم‌نظیری و زیبایی خیره‌کننده‌ای به غار می‌دهد با عبور خمیده از دهلیز ابتدای غار به تالاری به ابعاد ۱۵*۵ و ارتفاع ۱/۵ متر می‌رسیم این تالار از طریق دروازه‌ای غار سنگ ساخته و فرودی دو متری به کف غار وسیع ارتباط می‌یابد. سپس با عبور از دهلیز بعدی وارد دومین تالار می‌شویم که اندازه‌های آن ۲۰*۱۰ و ارتفاع یک متر است در سمت چپ تالار دوم و موازی با آن تالار دیگری قرار دارد که به وسیله دیواری غار سنگ ساخته از این تالار جدا می‌شود و راه ورود به آن دروازه‌ای است که در کف و سقف آن تعدادی چکنده و چکنده وجود دارد، اندازه‌های این تالار ۱۳*۸ و ارتفاع آن دو متر است که می‌توان درون آن ایستاد این تالار انتهای غار سمت راست است و از دهانه تا انتهای آن حدود ۱۳۰ متر است. چند دهلیز فرعی دیگر در مسیر قرار دارد که به سبب تنگ بودن و وجود چکنده و چکنده در سقف و کف بازدید از آنها با سختی همراه است.

غار وسیع: این غار به سبب پهنای تالارهای تشکیل دهنده آن، غار وسیع نامیده شد. غار وسیع دهانه‌ای گرد و کوچک دارد و بازدیدکننده پس از عبور خمیده از آن و طی مسیری سرازیر وارد تالار اصلی آن می‌شود. این غار موازی و دیوار به دیوار غار سمت راست است و دهلیزی در آن وجود ندارد. کف آن حدود دو متر گودتر از غار سمت راست و ارتفاع آن از سه متر تا ۹ متر متغیر است. بخش ابتدای آن ۳۰*۸ و ارتفاع سقف ۸ متر است زیباترین چکنده غار در سقف این تالار قرار دارد. ابعاد دومین تالار آن برابر ۴۰*۱۰ و ارتفاع ۹ متر است و در سمت چپ آن یک پستوی وسیع قرار دارد از انتهای تالار دوم

یک سربالایی با شیب ۴۰ درجه شروع می‌شود و به سومین یا آخرین بخش غار می‌رسد و غار در انتهای آن پایان می‌گیرد. در تالار بزرگ انواع غار سنگ مشاهده می‌گردد غار بزرگ هم در اثر نفوذ اسید کربنیک همراه آب‌های فرورونده ناشی از بارندگی در گذشته‌های دور زایش یافته است. این غارهای دوقلو اکنون به علت ناشناخته بودن و عدم بازدید از آنها از غارهای دست نخورده و پاکیزه ایران است و در هیچ جای آن سنگ شکسته شده‌ای به چشم نمی‌خورد. امید است کوهنوردان ایران به ویژه دیده‌بانان کوهستان که حامی و نگهبان دوطولب طبیعت این مرز و بوم هستند از این دوقلوها مراقبت بیشتری نمایند تا مانند غارهای دیگر مورد آسیب و تخریب قرار نگیرند. مسئولان مربوطه با نصب چراغ‌های مناسب در تمامی زوایای غار آن را تبدیل به آموزشگاهی جهت یادگیری عملی علم غارشناسی و زمین‌شناسی دانش‌آموزان و دانشجویان کشور بنمایند. توضیح دیگر اینکه به علت وضع خاص جغرافیایی منطقه و بی‌آب بودن آن هیچ زندگی انسانی در گذشته در این ناحیه وجود نداشته و کند و کاو در کف و زیر تخته سنگ‌های بزرگ و اغواکننده درون غار برای یافتن اشیای کاری بیهوده و بی‌بهره خواهد بود. △

www.Alborzgasht.com

شرکت توریستی البرز گشت
Alborz Gasht Tourism Co. Ltd.

سفر به قله ها کوههای جهان ایران زمین آموزش آلبوم درباره ما



سامانی
کورژنفسکایا
لنین
خان تنگری
پویدا
موستاق آتا
کلیمانجارو
آرات
البروز
کازیک

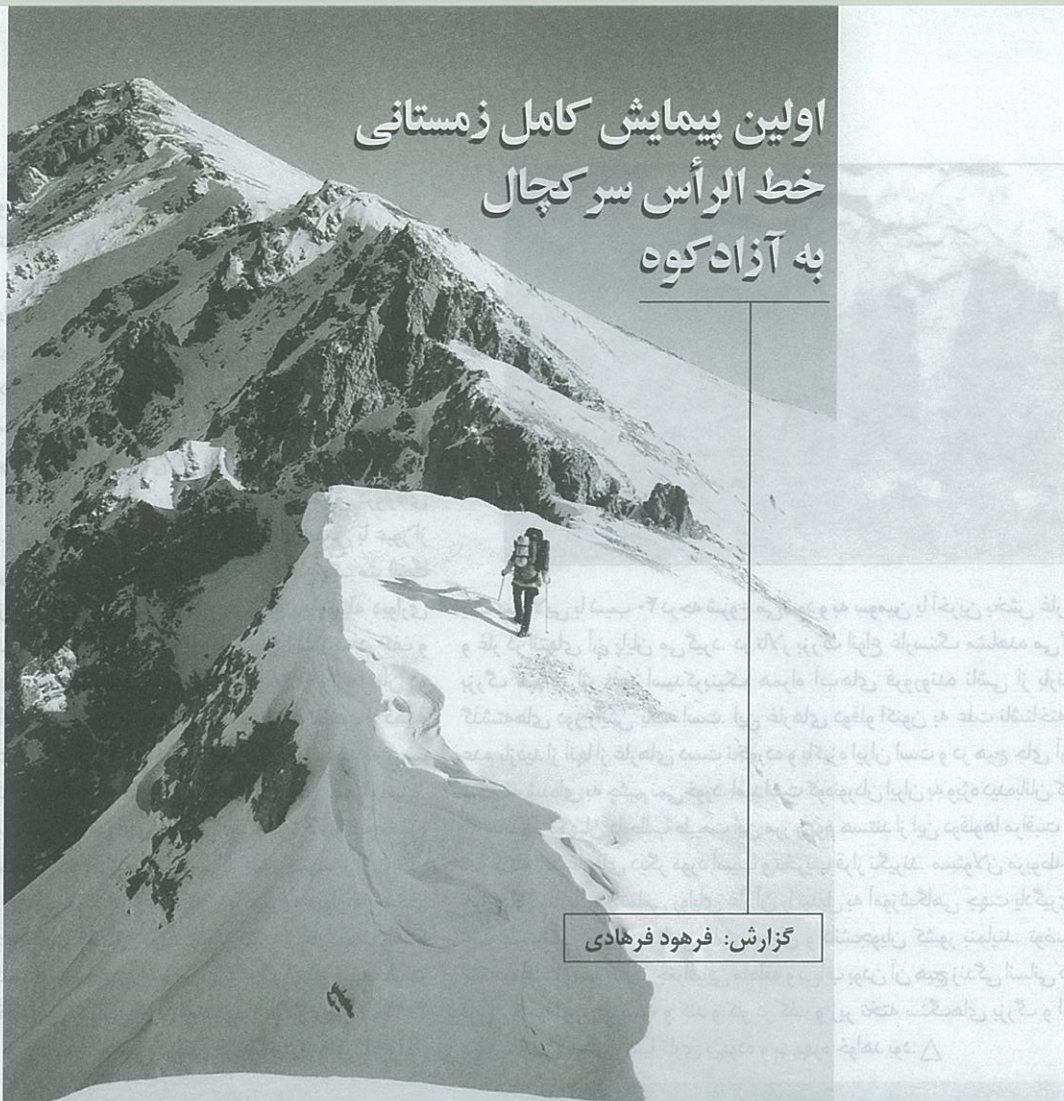
کمپ اصلی اورست
کمپ اصلی ماکالو
کمپ اصلی آناپورنا
کمپ اصلی کی 2
کمپ اصلی تاتکاپاریات
کمپ اصلی راکاپوشی

و هر کجا شما اراده کنید

تهران - خیابان انقلاب - نرسیده به پل چوبی - کوچه فروغی - پلاک 47 - طبقه دوم - شرکت البرز گشت کاسپین
تلفن: 77654780 زارعی 09121973267 افلاکی 09121481227

Email: reza.zarei@gmail.com

اولین پیمایش کامل زمستانی خط الرأس سرکچال به آزادکوه



گزارش: فرهود فرهادی

تلاش انسان در کوهستان جلوه‌ای از مبارزه همیشگی او برای پیروزی بر پدیده‌های قهرآمیز طبیعت است. در این شناسایی و تلاش، انسان خویشتر را نیز محک میزند و با شناخت توانایی‌ها و اصلاح نقاط ضعف خود به احساس دلچسب توانمندی و اعتماد به خویش دست می‌یابد و هرچه کار سخت‌تر و نوتر باشد، این حس قوی‌تر است.

تاریخچه فعالیت‌های زمستانی بر روی خط الرأس سرکچال‌ها به آزادکوه:

- ۱- دی ماه ۱۳۷۰ پیمایش خط الرأس از روستای شمشک، قله‌های سرکچال تا قله پالون گردن "فرشاد خلیلی و ... از باشگاه کوه نوردی دماوند"
- ۲- بهمن ماه ۱۳۷۲ آقایان ابراهیم بابایی و زنده یاد فریدون اسماعیل زاده به همراه یاران دیرینه خود علی محمدپور و زنده یاد جلال رابوکی توانستند از دره لالون، قله خلنو و در ادامه دیگر قله‌های خط الرأس را ببیمایند، در آخرین روزهای برنامه به هنگام صعود قله آزادکوه، بهمن تخته‌ای ریزش کرده و به جلال رابوکی اصابت می‌کند که خوشبختانه هیچ آسیبی به وی نمی‌رسد و فقط دوربین عکاسی و باتوم اسکی او در برف مدفون می‌شود. تیم از همان جاده برگشت را در پیش می‌گیرد "اعضای تیم از باشگاه کوه نوردان آرش و خانه کوه نوردان تهران"
- ۳- بهمن ماه ۱۳۷۵ پیمایش خط الرأس از روستای شمشک - قله‌های سرکچال تا قله یخچال و در ادامه قله کمان کوه و فرود از روستای دونا "محمد نوری و زنده یاد غدیر یزدانی از باشگاه کوه نوردان آرش"
- ۴- بهمن ماه ۱۳۷۸ پیمایش خط الرأس از "روستای شمشک، قله‌های سرکچال، گردنه گون پشته، دره ناحیه، قله آزادکوه، دره ناحیه و روستای ناحیه" در این برنامه قله‌های کهنو و یخچال که از فنی‌ترین و دشوارترین قسمت‌های خط الرأس می‌باشد صعود نشد و در واقع دوستان مان پس از رسیدن به گردنه گون پشته با فرود به دره ناحیه توانستند در روز بعد با صعود از یالجه و یال‌های منتهی به آزادکوه، قله آزادکوه را نیز صعود کنند و آنها از دره ناحیه و روستای ناحیه فرود می‌آیند "آقایان فرامرز نصیری، حسین ابوالحسنی، عباس طریحی و حمید نبوی از باشگاه کوه نوردان دماوند"
- ۵- دی ماه ۱۳۸۵ پیمایش کامل خط الرأس سرکچال‌ها به آزادکوه "از ده شمشک تا روستای کلاک"

است قله‌های آزادکوه و خلنو بعد از قله دماوند به ترتیب دومین و سومین قله‌های مرتفع رشته کوه البرز مرکزی به حساب می‌آیند. دور از دسترس و بکر بودن قله‌های منطقه و دورافتاده بودن ارتفاعات نسبت به روستا و آبادی‌های همجوار و شرایط هوای ناپایدار، سرد و سخت و وجود تندبادهای سهمگین به روی ارتفاعات و قله‌های منطقه و اینکه خط الرأس فوق به صورت کامل صعود زمستانه نشده بود، باعث می‌شود رؤیای صعود زمستانه آن در ذهن هر

خط الرأس سرکچال‌ها به آزادکوه به طول تقریبی ۵۶ کیلومتر هم چون دیواری طولی و مرتفع در قلب البرز مرکزی از سوی جنوب رشته کوه البرز در استان تهران به سوی شمال در استان مازندران کشیده شده است. این خط الرأس پرفراز و پیوسته هجده قله مرتفع دارد که شانزده قله آن بیش از ۴۰۰۰ متر ارتفاع دارند و از نظر میانگین ارتفاع قله‌ها، مرتفع‌ترین خط الرأس رشته کوه البرز به حساب می‌آید و میانگین ارتفاع قله‌ها بیش از ۴۲۰۰ متر می‌باشد لازم به ذکر

کوه نوردی نقش بندد.

در دی ماه سال ۱۳۸۳ به همراه آقای محمد صبوری از دیگر اعضای باشگاه کوه نوردان آرش در تلاشی نافرجام پس از ۴ روز صعود در یک هوای خراب، در زیر بارش برف و برف کوبی تا کمر، آن هم با کوله های ۳۰ کیلویی و در ارتفاع ۴۰۰۰ متر، نهایتاً راه برگشت را در پیش گرفتیم این برنامه نکات و تجربیات ارزشمندی برای ما داشت که می توانستیم در سال بعد و در تلاشی دیگر به کار بندیم.

همیشه با صعودهای آلیپی موافق بوده ام، در واقع سبک بارتر، کم حجم تر و در نتیجه سریع تر و انجام فعالیت های کوه نوردی با حداقل نفراست را می پسندم با این تئوری ارزش فعالیت های جدی کوه نوردی به مراتب بیشتر است و برخلاف صعودهای چندین نفره و هیاتی از نظر زیست محیطی نیز آسیب بسیار کمتری به محیط های کوهستانی وارد می شود، با این نگرش در دی ماه سال ۱۳۸۵ اینجانب و با همراهی هم نورد حسن رفیع، در قالب یک تیم کوچک دو نفره، جهت اجرای کامل برنامه با هدفی بزرگ، انگیزه ای قوی و برنامه ریزی دقیق وارد منطقه شدیم.

روزشمار برنامه:

روز اول "پنجشنبه ۸۵/۱۰/۷"

در ساعت ۸ صبح روز پنجشنبه پس از چک کردن نهایی ابزار و وسایل شخصی و عمومی تیم با یک مینی بوس از چهارراه تهرانپارس به سوی فشم، میگون و نهایتاً شمشک حرکت کردیم و در ساعت ۱۲ ظهر روستای شمشک را در میان بدرقه گرم و پرشور خانواده، دوستان و اعضای باشگاه خود ترک گفتیم و در زیر بارش برف به سوی جان پناه لجنی به راه افتادیم.

"ارتفاع روستای شمشک ۲۳۰۰ متر می باشد."

به همراه عده ای دیگر از دوستان که بنا بود ما را تا قله های سرکچال همراهی کنند از کنار پیست اسکی شمشک صعود خود را آغاز کردیم هوا خراب بود و بوران برف ریز بی امان ادامه داشت و نهایتاً در ساعت ۷ غروب پس از یک برف کوبی سنگین

و خسته کننده خود را به جان پناه لجنی در ارتفاع ۳۶۰۰ متر رساندیم. بارش برف تا نیمه های شب ادامه داشت و در جان پناه صدای باد تا صبح برای مان

موسیقی می نواخت.

روز دوم "جمعه ۸۵/۱۰/۸"

من و حسن ساعت ۴ صبح بیدار می شویم، تقسیم بار کرده و کوله های مان را می بندیم. از سر و صدای ما دیگر دوستان بیدار می شوند و بالاخره در ساعت ۹ صبح برای صعود آماده شده و به راه می افتیم. دوستان مان همچنان ما را همراهی می کنند.

در طول روز باد و سرما بیداد می کند و ما مواظب هستیم تا در همین روزهای اول برنامه دچار سرمازدگی نشویم، ساعت ۱/۱۰ بعدازظهر قله سرکچال ۳ به ارتفاع ۴۱۳۶ متر و در ساعت ۲ بعدازظهر قله سیاه غار به ارتفاع ۴۱۵۲ متر را صعود می کنیم، در این محل پس از گرفتن چند اسلاید و عکس یادگاری از دوستان مان جدا می شویم، برنامه ما جدیت بیشتری پیدا می کند با نگاه به چهره مصمم حسن که انگیزه و اراده اجرای کامل برنامه در چشمانش موج می زند، من هم امیدوارتر می شوم.

دو نفری به راه می افتیم و در ساعت ۳/۵ بعد از ظهر قله سرکچال ۱ به ارتفاع ۴۲۱۰ متر را صعود می کنیم هوا فوق العاده سرد است و دماسنج -۲۶ درجه سانتیگراد زیر صفر را نشان می دهد، متأسفانه صورت حسن دچار سرمازدگی شده و آزارش می دهد. از فراز قله سرکچال ۱ سریعاً به سوی شمال و گردنه ورزاب به راه می افتیم. یال شمالی قله از حجم بسیار زیادی برف پوشیده شده است و به جرات می توان گفت در بیشتر مواقع تا بالای کمر در برف فرو می رویم. کوبیدن و باز کردن راه دشوار است، بالاخره با تلاش بسیار زیاد، به طوری که دیگر هیچ رمقی برای مان باقی نمانده است در ساعت ۶ غروب خود را به گردنه ورزاب می رسانیم. باد به شدت می وزد و زدن چادر در آن شرایط را بسیار دشوار کرده است. در تاریکی شب و در بوران برف چادر را مهار کرده و به داخل آن می رویم و تا صبح با تکیه دادن به بدنه چادر مراقب پاره شدن و یا شکستن دیرک های آن هستیم شب بسیار سختی بود و تا صبح از شدت باد

مدرسه یخنوردی

گروه کوهنوردی میگون

اسحقعلی سالارکیا ۰۲۲۱-۳۵۳۲۹۹۰ تلفن همراه: ۰۹۱۲۷۲۶۲۵۱۰

MEYGOON ICE CLIMBING SCHOOL



توانستیم بخوابیم.

ارتفاع گردنه ورزآب ۳۹۲۰ متر می باشد. همانست که غایت لغزین است. دامسج برودت هوا در داخل چادر را بدون احتساب باد ۱۸- درجه سانتیگراد زیر صفر نشان می داد.

روز سوم "شنبه ۸۵/۱۰/۹"

به خاطر بی خوابی شب گذشته نمی توانیم صبح زود حرکت کنیم، امروز پس از برف کوبی شیب بالای گردنه ورزآب که به قله برج منتهی می شود در ساعت ۳/۳۰ دقیقه عصر در پای تیغه های قله سنگی و مخروطی برج چادر خود را برپا می کنیم، به علت خستگی روز و شب گذشته بسیار فرسوده شده ایم و تا پاسی از شب فقط می خوریم و می نوشیم تا بتوانیم مقداری از انرژی از دست رفته مان را جبران کنیم.

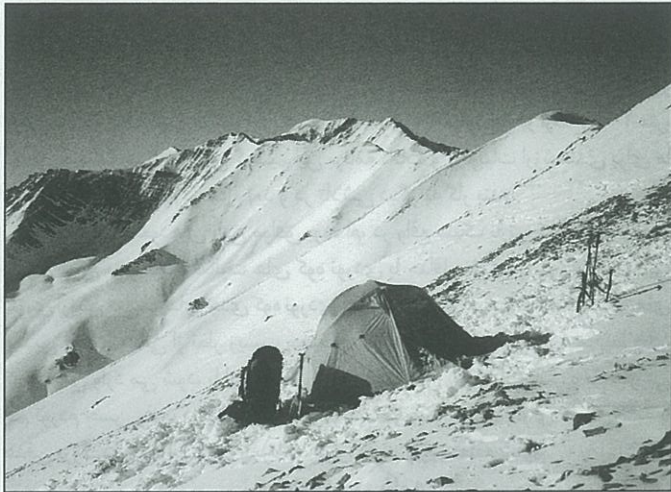
غروب امروز در هنگام کندن برف و درست کردن سکو در شیبی تند جهت برپا کردن چادر، بیل برف مان شکست و همان شب در داخل چادر با استفاده از طنابچه های همراه مان توانستیم کفه بیل را به دسته آن محکم بسته و ثابت کنیم.

"شب مانی در ارتفاع ۴۲۰۰ متری در نزدیکی قله برج"

"برودت هوا در شب ۲۹- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد"

روز چهارم "یکشنبه ۸۵/۱۰/۱۰"

امروز در ساعت ۸ صبح به راه می افتیم گرده سنگی انتهایی به قله برج کاملاً ریزشی است و تمامی گیره های دست ها و پاهای مان سست و ناپایدار است و باید با دقت صعود کنیم، هرگونه اشتباهی می تواند فاجعه آفرین باشد، در نهایت پس از درگیری فراوان با یخ و سنگ در ساعت ۱۲ ظهر قله برج به ارتفاع ۴۳۲۵ متر را صعود کرده و به سرعت به سمت تیغه های ژاندارک و قله های دوگانه خلنو حرکت می کنیم، مسیر تماماً سنگی و پوشیده از یخ است و صعود ترکیبی با استفاده از تبر را می طلبد، کوله های سنگین حدود ۳۰ کیلو، کفش سنگین و تجهیزات زمستانی عوامل دیگری هستند که حمایت با طناب را اطمینان بخش تر می کند. از تیغه های ژاندارک قدم به قدم و با



احتیاط کامل عبور می کنیم و در ساعت ۴ عصر در ارتفاع ۴۳۳۰ متری زیر قله خلنو چادر می زنیم، امروز علی رغم کار فنی بسیار، پیشرفت خوبی داشتیم.

امشب آسمان صاف است و هوا سوز گزنده ای دارد که تا مغز استخوان نفوذ می کند.

"برودت هوا در شب ۳۲- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد"

روز پنجم "دوشنبه ۸۵/۱۰/۱۱"

در ساعت ۸/۵ صبح اولین گام ها را به روی برف های یخ زده مسیر می گذاریم و نیم ساعت بعد قله خلنو بزرگ به ارتفاع ۴۳۷۵ متر را با آمادگی کامل صعود می کنیم پس از گرفتن چند عکس و اسلاید با انرژی مضاعف به سوی شرق ادامه مسیر داده و در ساعت ۱۱ صبح قله مخروطی و سنگی میش چال به ارتفاع ۴۲۵۳ متر و ۱۲/۵ ظهر قله پالوان به ارتفاع ۴۲۵۰ متر و ۲/۵ بعدازظهر قله سر خرسنگ به ارتفاع ۴۲۰۳ متر را با اقتدار کامل صعود می کنیم. لازم به ذکر است که قله های میش چال و سر خرسنگ تماماً سنگی و صخره ای هستند و می توان از دهیلزهای سنگی انباشته از برف زمستانی جهت فرود به گردنه بعدی استفاده کرد که این امر بر سرعت ما می افزاید در ساعت ۳/۵ بعدازظهر در نزدیکی قله پالون گردن در ارتفاع ۴۱۰۰ متری چادر خود را برپا می کنیم.

در محل های کمپ صاف کردن و کوبیدن برف و یخ کف چادر و چیدن بلوک های برفی در اطراف چادر جهت حفاظت از چادرمان در مقابل وزش تند بادهای سهمگین خط الرأس معمولاً تا غروب آفتاب به طول می انجامید"



لوازم کوهنوردی دونا

عرضه لوازم کوه پیمایی و کوه نوردی
کفش های ایتالیایی : ترزتا - لاسپورتیوا - لومر - گری اسپرت

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

۲۲۵۱۲۱۲۳ ☎ ۰۹۱۲ - ۲۰۲۱۶۸۲

کیانوش فرهنگی تژاد

Email: kianooshfn@yahoo.com

برودت هوا در شب ۳۱- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد

روز ششم "سه شنبه ۸۵/۱۰/۱۲"

نمی گذارد.

برودت هوا در شب ۲۹- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد

روز هفتم "چهارشنبه ۸۵/۱۰/۱۳"

امروز قرار است پس از شش روز صعود مستمر استراحت کنیم اما در ساعت ۱۱ صبح تصمیم مان عوض می شود و در یک هوای صاف و بسیار سرد به سوی قله کهنو حرکت می کنیم، یک یال سنگی و تیغه ای تا قله کهنو امتداد پیدا می کند، که در زمستان بسیار بدقلق و دشوار است، افت و خیزهای صخره ای پی درپی و انتخاب مسیر درست در میان صخره ها نیاز به دقت زیادی دارد و نفر را از نظر ذهنی بسیار خسته می کند. ما پس از ۴ ساعت سنگ نوردی در ارتفاع ۳۹۵۰ متر چادر شب هفتم خود را برپا می کنیم.

برودت هوا در شب ۲۶- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد

روز هشتم "پنجشنبه ۸۵/۱۰/۱۴"

صبح خیلی زود از خواب بلند می شویم و در ساعت ۵/۵ صبح از چادر بیرون می رویم، جمع آوری چادر و چیدن کوله در سرمای گزنده صبحگاهی بسیار آزاردهنده و دشوار است به هر حال چاره ای نیست و این جزء برنامه هر روزمان شده است. امروز هم مانند روز قبل درگیری با سنگ و یخ تا قله مخروطی کهنو ادامه داشت در ساعت ۹/۵ صبح قله کهنو به ارتفاع ۴۰۸۰ متر را صعود کرده و به سوی غرب و قله یخچال حرکت می کنیم برف روی خط الرأس سفت و یخ زده است و می بایست با کلنگ برای هر قدم جای پا بکنیم که انرژی زیادی را می طلبید به هر حال با فعالیت و کار بسیار قبل از ظهر قله یخچال به ارتفاع ۴۲۰۰ متر را صعود می کنیم از فراز قله پس از گرفتن چند اسلاید و پانورامای قله منطقه به سرعت در جهت شمالی کوه سرازیر می شویم با تلاش و فعالیت مضاعف قله های چله خانه به ارتفاع ۳۹۵۰ متر و چورن به ارتفاع ۳۸۵۰ متر را نیز صعود می کنیم و در گردنه چورن در پشت یال های شرقی کوه چادر می زنیم تا از گزند تندبادهای جبهه غربی گردنه چورن در امان باشیم شب به

در ساعت ۶ صبح بیدار می شویم و پس از صرف صبحانه ای مفصل و جمع و جور کردن کوله بارهای مان به راه می افتیم، در ساعت ۱۰/۵ صبح قله پالون گردن به ارتفاع ۴۲۵۰ متر را صعود می کنیم در واقع قله پالون گردن قلب البرز مرکزی به شمار می آید، تمامی جهات تا چشم کار می کند فقط قله های ۴۰۰۰ متری را می توان دید هیچ آبادی، روستا و یا حتی یک راه مارو نیز وجود ندارد و در واقع یکی از بکرترین مناطق کوهستانی ایران به حساب می آید.

از فراز قله پالون گردن به سوی قله های نرگس در جهت شمال به راه می افتیم گرده های سنگی و برف یخ زده در جبهه شمالی قله پالون گردن را با احتیاط رد می کنیم کمی وقت مان را می گیرد، در نهایت ساعت ۱/۵ بعدازظهر قله نرگس شرقی به ارتفاع ۴۲۰۰ متر و در ساعتی بعد قله نرگس غربی به ارتفاع ۴۲۰۶ متر را صعود می کنیم. غروب نشده پس از یک برف کوبی سنگین و نفس گیر قله ارگنو به ارتفاع ۴۰۵۰ متر را پشت سر می گذاریم.

امروز هوا بسیار سرد و خشک بود، بهترین هوا در طول روز بدون احتساب باد ۱۸- درجه سانتیگراد، همراه با باد بسیار آزاردهنده بود.

هوا تاریک شده بود که به گردنه گون پشته در ارتفاع ۳۵۵۰ متر می رسیم پایین تر از یال چادر خود را برپا می کنیم، باد به شدت می وزد و ما ناچار هستیم چادرمان را به خوبی مهار کنیم نهایتاً در ساعت ۸ شب به درون چادر می رویم و پس از کمی آب کردن برف و نوشیدن مایعات گرم برای پیدا کردن بارهای مان که در پاییز ماه در منطقه بارگذاری کرده ایم مجدداً بر روی خط الرأس آمده و بشکه جاسازی شده را پیدا کرده و از درون آن، فقط کپسول های Epi Gaz را برمی داریم، چون سوخت مان کاملاً به اتمام رسیده است.

شب بسیار سردی را پشت سر می گذاریم و باد تا صبح یک لحظه آرام مان

با GPS هرگز گم نمی شوید

GPS چیست ؟

گیرنده های ماهواره ای GPS از طریق دریافت سیگنالهای ماهواره های GPS، که روزی دو بار دور زمین می چرخند، موقعیت خود را با دقت حدود ۳ متر نشان می دهند. این گیرنده ها هیچ هزینه ماهیانه ای نداشته و در همه نقاط دنیا (و ایران) و در هر شرایط جوی (برف و باران، مه غلیظ، شب و روز) کار می کنند. GPS های پیشنهاد شده برای مناسب کوهنوردی و سیاحت می باشند.

با GPS به هر مکان ناشناخته سفر کنید و به هیچ وجه نگران گم شدن نباشید. برای دریافت اطلاعات بیشتر به وب سایت شرکت مراجعه نمایید.

WWW.IRAN-GPS.IR

GPS Etrex Vista CX

صفحه رنگی ۲۵۶ رنگ
صفحه ضد بازتاب نور
عمر باتری ۳۲ ساعت با باتری الکالین
کارت حافظه ۱۲۸ مگابایت
و همه امکانات Etrex Vista

۳۴۵/۰۰۰



GPS Etrex

ثبت مسیر حرکت و نقاط بصورت اتومات نمایش سرعت حرکت و موقعیت جغرافیایی محاسبه زمان رسیدن به محل دلخواه
قطب نما و ارتفاع سنج ماهواره ای زمان طلوع و غروب خورشید

۱۳۵/۰۰۰



GPS Etrex Vista

قطب نما مغناطیسی
ارتفاع سنج بارومتریک
فشار سنج هوا
۲۲ مگابایت حافظه داخلی برای نقشه
دارای نقشه ایران و جهان
دارای کلید پنج کاره برای کارکرد آسانتر
و همه امکانات Etrex

۳۹۰/۰۰۰



GPS Etrex Vista HCX

جدیدترین GPS گارمین
همه امکانات Etrex Vista CX
عمر باتری ۲۵ ساعت با باتری الکالین
گیرنده های بسیار قوی و دقت بالاتر

آدرس: تهران - خ طالقانی - جنب هلال احمر - پ ۳۰۷ - ط ۳ - شرکت ایران جی پی اس
تلفن: ۸۸۹۲۲۵۲۳ - ۸۸۹۲۲۵۲۴
فکس: ۸۸۹۱۹۲۳۳



بسیار مستعد ریزش بهمن می باشد و نقرات می بایست با توجه به حجم برف منطقه، با احتیاط کامل و با فاصله زیاد از هم عبور کنند و ما هم پس از یک برف کوبی سنگین و نفس گیر با فرود از دره کلاک در ساعت ۳ بعد از ظهر خود را به روستای کلاک می رسانیم، در کمال ناباوری با خیل عظیم دوستان مان روبه رو می شویم که به استقبال مان آمده اند. پس از صرف ناهاری به یاد ماندنی در کنار دوستان مان با یک خاطره خوش و تعداد زیادی عکس و اسلاید از نخستین صعود کامل زمستانی خط الرأس سرکچال ها به آزادکوه از طریق جاده یوش و بلده، دو راهی پل زنگوله و جاده چالوس به سوی تهران عزیمت می کنیم.

قله های صعود شده در این برنامه به ترتیب صعود:

قلل سرکچال (۳) ۴۱۳۶ متر، سیاه غار ۴۱۵۲ متر، سرکچال (۱) ۴۲۱۰ متر، برج ۴۳۲۵ متر، خلنو کوچک ۴۳۵۰ متر، خلنو بزرگ ۴۳۷۵ متر، میش چال ۴۲۵۳ متر، پالوان ۴۲۵۰ متر، سرخرسنگ ۴۲۰۳ متر، پالون گردن ۴۲۵۰ متر، نرگس شرقی ۴۲۰۰ متر، نرگس غربی ۴۲۰۶ متر، آلرگنو ۴۰۵۰ متر، کهنو ۴۰۸۰ متر، یخچال ۴۲۰۰ متر، چله خانه ۳۹۵۰ متر، چورن ۳۸۵۰ متر و آزادکوه ۴۳۹۵ متر.

اعضای تیم:

- ۱- فرهود فرهادی "باشگاه کوه نوردان آرش تهران"
- ۲- حسن رفیع "خانه کوه نوردان تهران"

این صعود را با خلوص نیت در راه پیشبرد، ارتقاء و اعتلای فعالیت های جدی کوه نوردی به جامعه ورزشی کشورمان تقدیم می داریم. Δ

نکات:

- ۱- جهت آشنایی بیشتر با موقعیت جغرافیایی مسیر طی شده و ارتفاعات و قلال منطقه می توان از نقشه های ذیل به عنوان مرجع استفاده نمود.
- ۱/۲- صعود به قله های البرز مرکزی / علی مقیم / کارتوگرافی و چاپ: تهران نقشه / سال انتشار ۱۳۷۷ / با مقیاس: ۱/۱۶۷۰۰۰ / به سفارش: فدراسیون کوه نوردی ایران
- ۱/۳- صعود به قله های البرز مرکزی / تهیه و چاپ از مؤسسه جغرافیایی و کارتوگرافی گیئاشناسی / طراحی و تلویین علی مقیم / به شماره شابک ۹۶۴-۳۴۲-۸۶-۸۰

از جناب آقای مهندس سلیمانی مدیریت محترم شرکت هفت گوهر "سازنده ابزارهای کوه نوردی" که ما را از حمایت های مالی و معنوی خویش بی بهره نگذاشتند کمال تشکر و قدردانی را داریم. با سپاس فراوان از مسئولین محترم خانه کوه نوردان تهران و تمامی دوستان و هم نوردانی که ما را مورد عنایت و لطف خویش قرار دادند.

امید صعود قله آزادکوه در روز بعد به درون کیسه خواب رفته و به خوابی سنگین فرو می رویم. نقاب های عظیم برفی پیش رفته به روی یال های شمالی قلال کهنو و یخچال از دیدنی های امروزمان بود.

"ارتفاع گردنه چورن ۳۷۰۰ متر می باشد"

"برودت هوا در شب ۲۸- درجه سانتیگراد زیر صفر، بدون احتساب باد"

روز نهم "جمعه ۱۳۸۵/۱۰/۱۵"

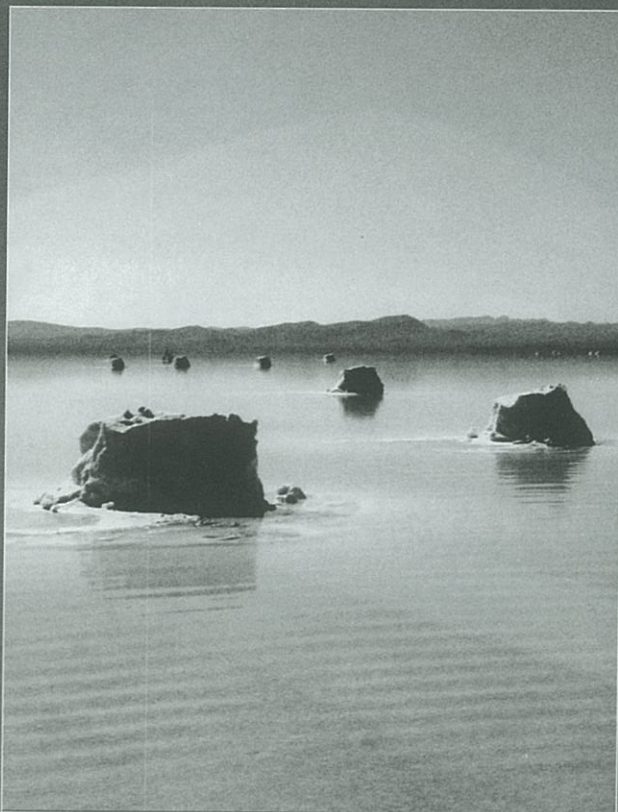
از اوایل شب هوا رو به خرابی نهاد امروز در یک هوای سرد و ابری در ساعت ۷ صبح به سوی قله آزادکوه به ارتفاع ۴۳۹۵ متر حرکت می کنیم، در شیب انتهایی قله باد شدیدی در حال وزیدن است و ما مجبور هستیم جهت ایمنی بیشتر با استفاده از کلنگ در برف یخ زده خود را حمایت کنیم. پس از ۲/۵ ساعت صعود، در یک هوای خراب همراه با مه که تمام منطقه را پوشانده است و تا چند متر بیشتر دید نداریم، تابلو یادبودهای فلزی نوک قله نمایان می شود و در حالی که از شدت باد عاجز شده ایم آخرین گام ها را به سوی قله برداشته و لحظاتی بعد بر فراز قله آزادکوه می ایستیم، چند ضربه با دست به پشت هم زدیم و از روی رضایت سری تکان دادیم دوربینم را از داخل کت پر بیرون می آورم و پس از گرفتن چند عکس، دوربین را که کاملاً یخ زده ، درون کاپشنم می گذارم و از جای پاهای حسن که چند دقیقه پیش قله را ترک کرده بود به سمت پایین حرکت می کنم.

آزادکوه آخرین قله این خط الرأس میباشد و ما می بایست با فرودی سریع و مطمئن از دره کلاک خود را به روستای کلاک برسانیم، دره کلاک در فصل زمستان



پیاده روی دریاچه حوض سلطان

گروه کوهنوردی آلاله تهران



اگر از اتوبان تهران - قم گذشته باشید، دریاچه حوض سلطان را می بینید که در زیر نور خورشید درخشش خاصی دارد هر چه به آن نزدیک تر می شوید نمک اطراف دریاچه بیشتر به چشم می آید. اگر با طبیعت و شگفتی های آن بیگانه باشید، تنها نظر ساده ای به آن انداخته و گذشته اید و اگر اهل طبیعت باشید ذهنیت هایی چون مرداب باتلاق و نمک و... شما را از نزدیک شدن و حتی یک برنامه پیاده روی ساده در اطرافش بر حذر می دارد و ما نیز از این ذهنیت جدا نبودیم و ذهنیت نمک و... مخصوصاً در کنار جاده بودنش دریاچه را به صورت یک منظر ساده و یک برنامه خسته کننده تداعی می کرد ولی این بار این ذهنیت شکسته شد و نه تنها این برنامه به صورت خاصی اجرا شد بلکه یک راه پیمایی به یاد ماندنی در کویر و دریاچه رقم خورد، راه پیمایی از نوع دیگر در میان دریاچه و آب.

جمعاً ۶ ساعت از صبح از تهران، ترمینال جنوب با سرویس های قم راهی اتوبان شدیم و بعد از یک ساعت در حدود ۴۵ کیلومتری قم بعد از کوشک نصرت و در کنار پمپ بنزین و مسجد الجهاد در میان تعجب دیگر مسافران پیاده شدیم (چون هیچ جذابیت طبیعی در کنار جاده نمی دیدند!) و به طرف دیگر اتوبان رفتیم.

لازم به ذکر است در صورتی که از ماشین شخصی استفاده می کنید جهت رفتن به طرف دیگر اتوبان حدود ۱۰۰ متر بعد از پمپ بنزین، بعد از تابلو هشدار بستن کمربندها، فرعی خاکی که به صورت زیرگذر اتوبان می باشد ما را به سمت دیگر هدایت می کند.

قبل از شروع برنامه صبحانه صرف شود چون در طول مسیر به جهت طی مسافت در داخل آب امکان صرف صبحانه نمی باشد. از کنار جاده تا شروع پیاده روی در داخل آب حدود ۱/۵ ساعت راه می باشد. (که بسته به ماه اجرای برنامه، ساحل دریاچه تا حدودی عقب یا جلو می رود) در ضمن بهتر است در طرف دیگر دریاچه نقطه ای نشان شود تا مسیر دچار انحراف نشود (در صورت عدم وجود قطب نما و GPS) قبل از دریاچه با زمین بسیار هموار و بدون برجستگی روبه رو می شویم که بسیار زیبا می باشد. با رسیدن به کرانه دریاچه ابتدا با زمین کمی گل روبه رو می شویم که جای هیچ نگرانی از مرداب و فرورفتگی زیاد نخواهد بود. سپس وارد دریاچه خواهیم شد که شروع پیاده روی در داخل دریاچه می باشد. عمق آب در فصل مناسب برنامه حداکثر تا زیر زانو می باشد. کف دریاچه برخلاف انتظار بسیار سفت و از بلورهای نمک تشکیل شده است و آب دریاچه بسیار زلال می باشد. بهترین مسیر جهت پیاده روی عرض دریاچه می باشد. مدت زمان طی کردن عرض دریاچه به طور متوسط حدود ۵ ساعت می باشد. با رسیدن به طرف دیگر دریاچه می توانید از همان مسیر برگردید یا به جهت دیگر تغییر مسیر داده یا هر نوعی که مایل هستید برنامه را طرح ریزی کنید و از دریاچه لذت ببرید. در پایان برنامه تعجب مسافران گذری از وضعیت نمکی (شوره زده) شما قابل توجه می باشد.

به همراه داشتن لباس و کفش اضافه در این برنامه الزامی می باشد تا با خیال راحت دل به آب زده و از قدم زدن در داخل دریاچه لذت کافی ببرید.

آب موجود در محل، جهت شرب مناسب نمی باشد. آب به میزان کافی به همراه خود داشته باشید.

بهترین زمان با توجه به شرایط جوی و میزان مناسب حجم آب دریاچه جهت اجرای برنامه اواخر اسفند و اوایل فروردین می باشد. دیرتر از این زمان با کم شدن آب و گرم شدن هوا مواجه خواهید شد.

اگر برنامه در هوای ابری انجام شود به علت نبود آفتاب هم به آب کمتری احتیاج خواهید داشت و هم از آفتاب سوختگی در امان خواهید بود.

تجربه این برنامه خالی از لطف نمی باشد و اجرای آن را برای یک بار هم که شده پیشنهاد می کنیم. برنامه ای که با کمترین زمان و هزینه قابل اجرا می باشد. در نهایت برای ما تجربه ای شد تا از چیزهایی که در نزدیکی و در دسترس ماست به بی توجهی نگذریم. ▽

تجهیز مجموعه پیست اسکی سهند تبریز!

به چه بهایی؟

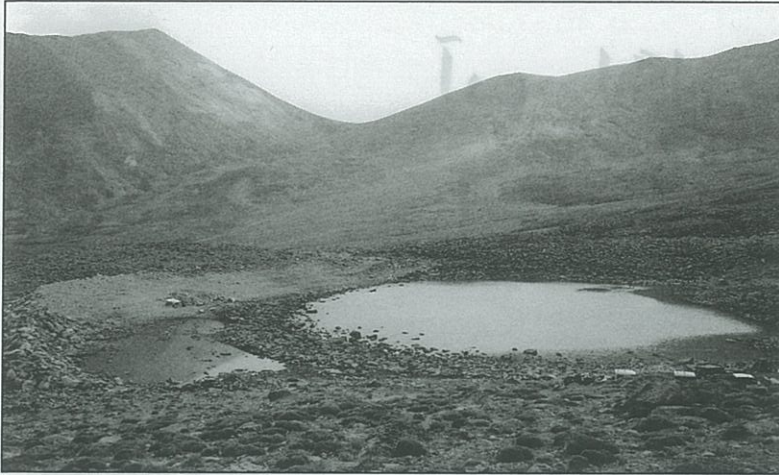
میرعلی هاشمی

در یکی از زیباترین مناطق سهند (عروس کوهستان‌های ایران) ۵۰ کیلومتری جنوب شرقی شهر تبریز، بعد از روستای ثمرخزان از توابع استان آباء، در دامنه معروف و زیبای قله کمال یا به روایتی دیگر قوش گولی داغی که از بلندترین قله‌های سهند به شمار می‌آید، دریاچه زیبا و تاریخی قوش گولی واقع شده بود. این دریاچه کوچک و منحصر به فرد در میان گودی انبوهی از سنگ‌های آتشفشانی در ارتفاع ۳۲۵۰ متری به وجود آمده که در قسمت جنوبی آن قله کمال به ارتفاع ۳۷۱۰ متر خودنمایی می‌کند. به غیر از فصل تابستان قله در تمام فصول سال پوشیده از برف بوده و از شهر تبریز قابل رویت می‌باشد. این منطقه با دارا بودن چند قله بالای ۳۵۰۰ متر و نزدیک بودن به شهر تبریز، یکی از مناطق مهم کوه‌نوردی به شمار آمده و پناهگاه سنگی کوچکی توسط هیات کوه‌نوردی استان آذربایجان شرقی در نزدیکی دریاچه احداث گردیده است، آب دریاچه از برف‌چال‌های منتهی به قله و چشمه زلال و گوآرای قسمت شمالی آن تامین می‌گردد. دریاچه به شکل بیضی بوده، پیرامون آن بین ۵۰۰ تا ۶۰۰ متر و عمق آن از نیم متر کناره‌ها تا دو متر مرکزی متغیر است. اکثر بومی‌های منطقه اظهار می‌کنند که عمق آن نامعلوم بوده و آب دریاچه از شمال به جنوب و به سمت رودخانه صوفی چای مراغه در جریان است. اطراف دریاچه را چمنزار و مراتع سرسبز و خرم پوشانده و کمتر کوه‌نورد و گردشگری را می‌توان پیدا کرد که شبی را در کنار آن سپری نکرده باشد. ولی مدت زمانی است دیگر از آن همه زیبایی

خبری نیست! نه مراتع و چمن، نه آب زلال و نه جای مناسبی برای استراحت و چادر زدن. با گذشت زمان و پیشرفت انسان در تمام زمینه‌ها، خصوصاً در دهه‌های اخیر که بسیار شگفت‌انگیز بوده، تخریبات و تاثیرات منفی فراوان و غیرقابل جبرانی را به همراه داشته است؛ اما نکته‌ای که حائز اهمیت است این که آسیب‌هایی که به بهانه توسعه و پیشرفت به اکوسیستم مناطق وارده شده و می‌شود عمدتاً غیرکارشناسانه و بدون مطالعه بوده و تماماً به دست افرادی انجام می‌پذیرد که به زعم خود قصد خدمت دارند. تقریباً از سال ۱۳۸۰ مجموعه پیست اسکی سهند تبریز (دومین پیست اسکی استان) در ارتفاع ۳۰۰۰ متری و در قسمت شمال غربی قله کمال (در قالب شرکتی به نام...) توسط هیات اسکی استان آذربایجان شرقی شروع به کار کرد. از بدو شروع فعالیت هیات اسکی در مجموعه پیست اسکی سهند تا به امروز که ۶ سال از آن سپری می‌شود، آن مجموعه با کمبودهایی مواجه بوده که آب یکی از مهم‌ترین آنها بوده است. مجموعه پیست اسکی از بدو شروع به کار با کمبود آب مواجه بود. ابتدا تصمیم گرفته شد که با حفر چاه عمیق!! این مشکل را مرتفع سازند ولی به عللی که هنوز مشخص نیست نیمه کاره رها شد و شاید هم مسئولین محترم هیات اسکی (این پروژه) متوجه عمق اشتباه خود شده و سعی در تصحیح عمل یا به عبارتی تعطیلی پروژه گرفتند.

همه خوب می‌دانند که سهند سبز و خرم به پرابی مشهور است و نزولات





جلوگیری کند. این آقایان می‌توانستند به راحتی با مشاوره با متخصصین مجرب و بدون تخریب منطقه و طبیعت پیست اسکی را از نعمت آب بهره‌مند گردانند ولی هر دو راهی که انتخاب کرده و به اجرا درآوردند نشان داد که بدون مطالعه و مشاوره با متخصصین انجام گرفته و متأسفانه دومی از بین رفتن دریاچه زیبایی قوش گولی و طبیعت پیرامون آن را به همراه داشت و این موضوعی نیست که به راحتی بتوان آن را فراموش کرد.

فصلنامه کوه: بسیار تاسف برانگیز است که در هزاره سوم که در جای جای این کره خاکی حفاظت از محیط زیست و منابع طبیعی نه تنها مسئولیت فردی بلکه وظیفه اجتماعی محسوب می‌شود با چنین اقدامات خودسرانه و نابخردانه روبه‌رو می‌شویم. ما بر این باوریم که با انجام کارهایی از این قبیل و آنچه در الوند همدان و سایر کوه‌ها رخ می‌دهد هیچ‌گونه پاسخی برای نسل‌های آینده نخواهیم داشت. △

منطقه قابل توجه می‌باشد و از سوی دیگر محل حفر چاه نقاط پست است نه در ارتفاع و شاید هم آنها به دنبال نان بوده‌اند نه آب به هر دلیل پروژه تعطیل می‌شود و نمی‌شود که پیست را بدون آب گذاشت؛ آقایان دوباره دست به کار می‌شوند تا کلکسیون خدمات خود را تکمیل کنند. آب در کوزه و ما تشنه لبان می‌گردیم؛ کنار دست‌مان آب بود و ما به دنبال این دردرسرها و حرف این و آن رفتیم! راه بی‌دردسر و ارزان پیدا شده بود همه خرسند از این فکر بکر دست به کار شدند. لودر را فرستادند تا سینه دریاچه را بشکافد و فراخ‌تر کند و دریاچه را وسعت بخشد تا آب بیشتری جمع شده و آنان این آب را به وسیله دو کیلومتر لوله به پیست برسانند. لودر بی‌مهابا همه جا را زیر و رو می‌کند و چمن‌زار را از بین می‌برد تا مایه حیات را افزون کند ولی جابه‌جایی سنگ‌های پیرامون و دست‌کاری بستر دریاچه باعث می‌شود تا دریاچه‌ای که ریشه در تاریخ منطقه و این مرز و بوم دارد دیگر آبی در خود نگه ندارد و جانش گرفته شود؛ زمانی که این دوستان با اعتراض جمع کثیری از کوه‌نوردان و دوستداران طبیعت روبه‌رو می‌شوند که چرا با چیزی که به امانت نزدتان بود این گونه رفتار کردید، عذر بدتر از گناه می‌آورند و سعی در برائت خویش می‌کنند. توضیح می‌دهند که ما از استانداری مجوز داشتیم و کارمان قانونی بوده است. کدام قانون؟! طبیعت قوانین خود را دارد و تابع قانون شما نیست. این طور نیست که هر بلایی که می‌خواهید و می‌توانید بر سر طبیعت بیاورید و انتظار عکس‌العملی نداشته باشید. ما معتقد هستیم که اعتراف به جهل از بار گناه کسی نمی‌کاهد و آب رفته به جوی را باز نمی‌گرداند ولی می‌تواند تا حدودی از تکرار اشتباهات



Aftabtrek

Trekking / Climbing & Expedition

www.aftabtrek.net

صعودهای بهار و پاییز ۸۷

هِیْمَالِیا - نِپَال

- بیس کمپ اورست ، قله کالاپاتار (۵۵۴۵ م) ، قله کوکیوری (۵۴۸۳ م)

- بیس کمپ آناپورنا و ماچاپوچار

- بیس کمپ ماکالو و کانچن جونگا

- قتل آیلند پیک (۶۱۸۹ م) مراییک (۶۴۷۶ م) پیسان پیک (۶۰۹۱ م) پاچر مویک (۶۱۸۷ م)

همراه با بازدید از معابد ، شهرهای زیبای نپال ، پاراگلایدر ، رودخانه‌های خروشان و .

قله لنین ۷۱۳۴ متر

خرداد ۸۷ (مهلت ثبت نام تا نیمه اسفند ۸۶) - محدودیت ثبت نام

حداکثر نفرات ۱۲-۱۰ نفر

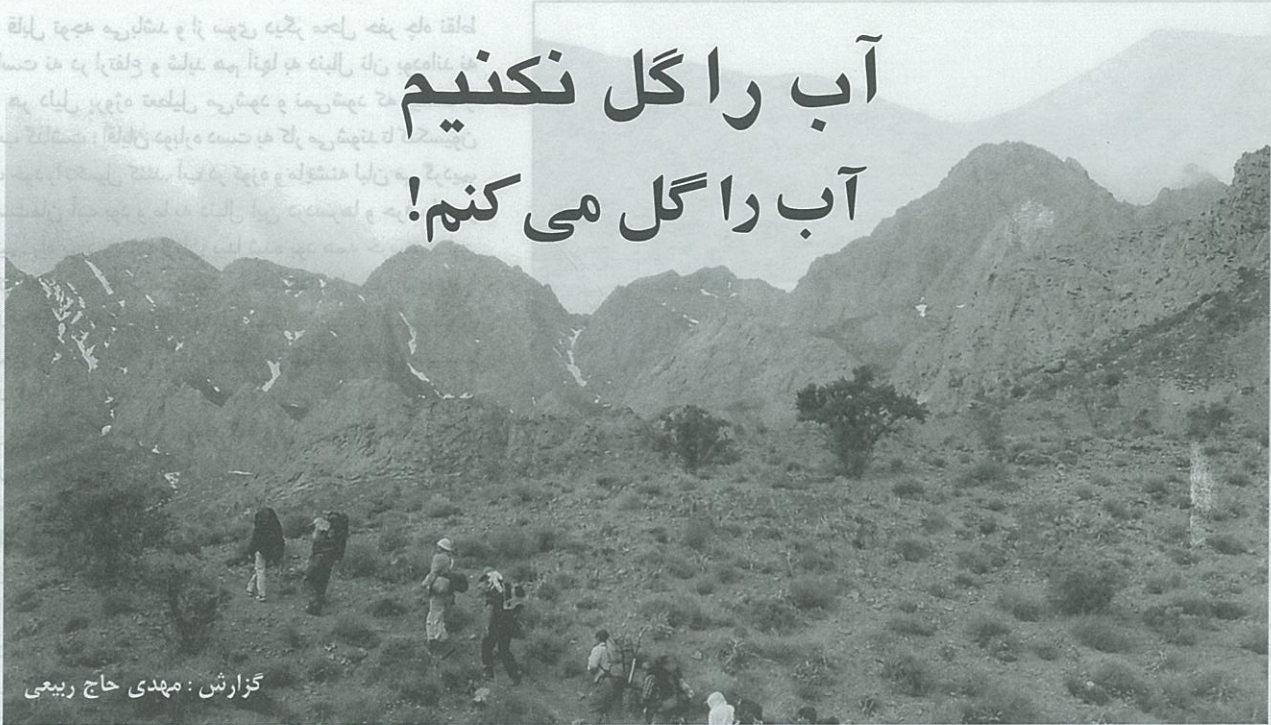
امیرزرین

آماده‌همکاری با ارگانها و سازمانهای دولتی و شهرستانها جهت صعودهای برون مرزی و برنامه های داخلی برگزارکننده کلاسهای کوهپیمایی ، سنگ نوردی و غارنوردی (با اعطای مدرک رسمی)

تلفکس ۰۹۱۵ ۳۱۰ ۳۲۰۱ همراه ۰۵۱۱ ۸۵ ۴۸ ۴۸۰

Email: zarrin81@yahoo.com

آب را گل نکنیم آب را گل می‌کنم!



گزارش: مهدی حاج ربیعی

معطر ساخته بودند که با هر بار تنفس خیالت را به فراسوی ابرها گسیل می‌داد. جابه‌جا روستاییان از بوته‌های «آغوزه» شیره می‌گیرند و ما می‌رویم برای صحبت هیچ مجالی نمانده چون چشم‌ها به ترکیب این همه زیبایی حریص شده‌اند! با شادمانی و هیجان کم‌کم به پناهگاه نزدیک می‌شدیم که در کاسه سه شاخ ساخته شده بود. گویی به سازه‌ای از عهد کهن برخوردیم. یک تونل توسری خورده و سوراخ سوراخ فلزی! بدون عایق‌بندی سقف که آب باران از سقفش چکه چکه به داخل نفوذ می‌کرد در ارتفاع ۳۰۰۰ متر از سطح دریا بی‌هیچ امکانات رفاهی و بهداشتی! از این همه بی‌توجهی مسئولین حرص‌مان می‌گیرد. «فصلنامه کوه: یادمان باشد که کوهستان هتل نیست. شاید همان‌جا پناه فلزی هم برای کوه مناسب نباشد. بهترین امکانات همان است که خدا به ما هدیه کرده است.»

باران به یکباره شلاق سردش را بر سر و روی‌مان می‌کوبد. جان پناه به قدر خانم‌ها گنجایش دارد. زیر باران می‌مانیم. حتی مجال پوشیدن «پانچو» را نداریم. مثل پارچه‌ای خیس خورده در هم مجاله می‌شویم. باران قطع می‌شود. این بار نوبت باد است که ترک‌تازی کند. سرما به عمق استخوان نفوذ می‌کند. سرانگشتان پاهایم شروع به گزگز می‌کند.

به اتفاق دوستان با چوب‌های خیس آتشی روشن می‌کنیم. لباس، کوله و زیراندازها را با صبر و حوصله در حرارت دود آتش خشک می‌کنیم. چشمی به زمین داریم و چشمی دیگر به آسمان. از خدا می‌خواهیم که امشب لطفی کرده و این گرمای‌ترین مائده‌اش را بر سر ما فرو نریزد.

در میان فرشی از گل‌های سپید زیره سیاه بر سنگی که بسان نیمکتی از میان سبزه‌ها سر برون آورده می‌نشینیم. چشمم از میان گل‌های خیس زرد و سبز و بنفش رو به بالا می‌رود و به ستیخ تند و تیز و مملو از برف می‌رسد و خیره می‌ماند. به خاطر می‌آورم: در طریق عشق‌بازی امن و آسایش بلاست!

فاصله بین پناهگاه و مظهر آب بسیار زیاد است. برای هر بار آوردن آب آشامیدنی

کرمان از سوی هیات کوه‌نوردی استان کرمان برای یک همایش سه روزه و صعود قله‌های جوپار به کرمان دعوت شدیم. شب را در شهر خوابیده و فردا صبح راهی منطقه می‌شویم.

جوپار

پنج‌شنبه ۸۶/۲/۲۷

شهر جوپار در ۲۵ کیلومتری جنوب شهر کرمان در حاشیه رشته کوه‌های زاگرس در ۵۷ درجه و ۲ دقیقه طول جغرافیایی و ۳۰ درجه و ۵ دقیقه عرض جغرافیایی در ارتفاع ۱۹۰۰ متری از سطح دریا واقع شده است.

راه‌رو رجب

ساعت ۹/۴۰ دقیقه صبح از مینی‌بوس پیاده شده و پا در راه کوه می‌گذاریم. مسیر صعود، رودخانه بسیار عریض و خشکی است پوشیده از قلوه سنگ‌های صیقلی که عبور از روی آنها پاها را آزار می‌دهد. در دو طرف مسیر رودخانه دیواره‌های بلندی قرار دارد که مانع بزرگی برای حضور خورشید است. در جریان پر سر و صدای رودخانه و خنکای سکرآور صبحگاهی از دهنه قنقستان گذشته و به راه‌رو رجب می‌رسیم. دیواره پرش‌رو را بدون نصب ابزار فنی با احتیاط صعود می‌کنیم که این کار درستی نیست. در بالای دیواره ادامه مسیر داده و به تنگه خرپران یا دره خرپران می‌رسیم. باران بر لطافت هوا افزوده بود و بوی علف‌ها و بوته‌های وحشی باران خورده خصوصاً بوته‌های معطر زیره مشام‌مان را پر کرده بود صدای خروشان رودخانه در میان دره‌های عمیق می‌پیچید و هراس در دل‌ها می‌انداخت قله‌های رفیع و زیبای جوپار دست در دست یکدیگر هیبت خود را به رخ ما می‌کشیدند. کیل جلال، سه شاخ بزرگ، قله‌های سه گانه، کش، مادر و بچه، سه شاخ کوچک، بلوچی، تافک سفید که با ابرها در جدال بودند. دره خرپران را با احتیاط پایین رفته و از سوی دیگر دست به سنگ صعود می‌کنیم.

عطر بوته‌های آلاله، آویشن، مرزه، کاکوتی و زیره سیاه معروف کرمان معجون

توجه دستداران مجله را به نکات زیر جلب می‌کنیم:

روال انتشار مجله از ابتدا بر مبنای ۹۶ صفحه مطلب است، بنابراین اگر میزان آگهی‌های سیاه و سفید بیش از ۵٪ مجله باشد به صفحات آن اضافه خواهد شد تا حقی از خوانندگان تصبیع نشود. (ملاحظه می‌فرمایید که این شماره در ۱۱۲ صفحه منتشر شده است) صفحات آگهی رنگی فاقد شماره هستند، بنابراین جزو صفحات مربوط به مطالب فصلنامه نیست.

تشنگی لب بر لب قله سنگ‌ها گذاشته و آب می‌نوشیم و بالاخره بر فراز قله (دهنه) نخودی با ارتفاع ۳۸۰۰ متر می‌ایستیم. روبه‌روی مان قله بلند و سرکش بلوچی قدیرافراشته است با ۴۱۰۰ متر ارتفاع با سینه‌ای فراخ و ستبر، هم لخت و هم پربرف، هنوز خستگی راه از تن نگرفته‌ایم که دشنه‌ای بر جان مان می‌نشیند. انبوهی از پوک‌های فشنگ ۳ که معلوم نیست گلوله کدامین شان رعدآسا بر جان جانانداری نشسته و او را به خاک انداخته است. در گوشم صدای گلوله و در ذهنم چشمان به خون نشسته چهارپایی نقش می‌بندد که قربانی نابخردی آدمی است. به درستی نمی‌دانم مشغول چه کاری هستم ولی مثل این که سعی دارم تا با پوشاندن پوک‌ها به زیر خاک آثار لکه ننگی که بر چهره زمین نشسته را بپوشانم، ولی تعداد آنها زیاد است و انگار بیهوده تلاش می‌کنم، به ناگاه به فکر جمله‌ای که ورد زبان دوستی بود می‌افتم:

«گیریم که آب رفته به جوی آید! با آبروی رفته چه می‌کنی»

می‌گویند این جا آلپ ایران است و کرمانی‌ها به این همه جلوه‌های خدادادی به خود می‌بالند. آیا مردم آلپ هم با سرزمین‌شان چنین می‌کنند؟ باید برای رهایی از فشاری که بر گرده‌مان سنگینی می‌کند مفری بجوییم پس برمی‌خیزیم و دوباره راه را از سر می‌گیریم. بگذار تا بروم و برویم و سر به سینه یخ‌زده و ستیخ سربلند بلوچی گذاشته و درددل خود را در عظمت و هیبت سرکشش به فراموشی بسپاریم «بگذار تا بگیریم شاید سبک شود دل».

افراد شرکت کننده: جلال یوسفی، مهدی عزت‌آبادی، علی فیروزآبادی، عباس تیموری، مصطفی حدیدی، مجتبی عبدالهی، صادق عربی، محمد کوثری، خداداد مزدایی، رضا افشار، احمد رشیدی، مهدی حاج ربیعی. Δ

پانوشت:

- ۱- کتیکو: سوراخی در زیر صخره‌ها که از آن به عنوان استراحت‌گاه استفاده می‌کنند.
- ۲- خاک سبزو: خاکی سبزرنگ شبیه خاک رس

باید مسیری سخت و سنگلاخی را در حدود یک کیلومتر طی کرد. از روی رودخانه دمام پرید و با قله سنگ‌های روان کف رودخانه جنگید تا به «بیدستان» رسیده و آب برداشت. در طول یک شب باید این مسیر پر از فراز و نشیب را چند بار رفت و برگشت. شب هنگام هر کدام از بچه‌ها در زیر صخره‌های بیتوته می‌کنند تا از احتمال ریزش مجدد باران در امان باشند.

جمعه

ساعت ۴/۳۰ دقیقه صبح است. بازی ابرها و باران تا صبح ادامه داشت، هوا کمی سرد است و برای ما که سرپناه درستی نداشتیم سردتر. عده‌ای از دوستان تصمیم به صعود قله ۳۷۵۰ متری تا قفک سفید را دارند و ما قله بلوچی را برای صعود انتخاب کرده‌ایم. با دو نفر از دوستان و من با کوله‌های قله راهی بیدستان می‌شویم. کمی جلوتر قبل از این که بیدستان به پایان برسد دو رودخانه رو به هم جاری است. یکی با آبی صاف و شفاف و دیگری کاملاً گل‌آلود. کمی تعجب‌برانگیز است چرا که هر دو از یک کوه ولی از دو دره روبه‌روی هم به پایین سرازیر می‌شوند. هر دو بستری سنگی و شنی دارند. نباید آن قدر اختلاف وجود داشته باشد. با ذهنی مشغول برای رسیدن به قله، دره گل‌آلود را در پیش می‌گیریم. کمی بالاتر پرده‌ای آویزان از صخره‌ای نظلمان را به خود جلب می‌کند جلو می‌رویم و صدا می‌کنیم، پاسخی در کار نیست. پرده را کنار می‌زنیم. بوی دود فضا را اشغال کرده است، قابلمه‌ای سیاه شده از دود و کتری دودزده بر روی آتش حاکی از حضور فردی در آن نزدیکی‌ها دارد. فضایی تاریک و دودزده فقط به اندازه یک نفر برای زندگی، نه فقط برای زنده‌ماندن. پرده را انداخته و عقب‌گرد می‌کنیم و به دنبال کسی می‌گردیم که صاحب این قصر است به حرکت ادامه می‌دهیم تا او را بباییم در دوردست کسی در کنار رودخانه مشغول کاری است کم‌کم به او نزدیک می‌شویم.

- سلام خلاقوت

- با لهجه کرمانی پاسخ می‌شویم

- سلام خسته نباشین قله می‌بین

- بله آگه خدا بخواد می‌خوایم بریم قله بلوچی

- خوب به سلامتی

- گویا ما گمشده را یافته‌ایم. صاحب قصر را.

- پدر کتیکو (۱) مال شماست.

- با اشاره دست اون پایین را نشان می‌دهیم.

- بله من آن جا زندگی می‌کنم

- تنها

- ها بله! تنهای تنها.

- این جا چه کار می‌کنی.

- من آب را گل می‌کنم.

با نگاهی به بالا تازه متوجه می‌شویم که آب این دره هم تا این نقطه صاف و سفید است و از این نقطه به بعد گل‌آلود.

- چطور! برای چه!

- زمین این جا شنی است آب به زمین فرو می‌ره و به باغا نمی‌رسه. من از مالکا پول می‌گیریم و شب و روز آب را گل می‌کنم.

- با چی

- خاک سبزو (۲)، این خاک مثل خاک رسه تو کمر اون کوهه، خیلی نرمه، من این خاک به آب می‌دم تا کف رودخانه اندود بشه و آب به زمین فرو نره!

- به یاد سهراب سپهری می‌افتم.

- آب را گل نکنیم

و حالا در اینجا کسی است که نشسته و آب را گل می‌کند برای بقا و حیات دیگران و حفظ این مایه حیات، برای امرار معاش و برای زنده ماندن با حداقل امکانات و با صبر و استقامتی که از کمتر کسی می‌توان سراغ گرفت. در دل به او و همش درود می‌فرستم و پس از گرفتن نشانی مسیر صعود با او خداحافظی می‌کنیم. فراز قله‌ها را مه پوشانده است از دره‌های پربرف و دشت‌های زیبا و پرگل و گیاهان دارویی عبور می‌کنیم. از دیواره‌های ریزشی و خطرناک بالا می‌رویم و برای رفع

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

راهنمایان کوه ایرانیان

با محور رسمی از فدراسیون کوهنوردی
و مورد تأیید سازمان تربیت بدنی
(زیر نظر اساتید مجرب)

آموزش‌های عملی:

کوهپیمایی، برف و یخ، سنگ نوردی، سنگ نوردی سائنی، اسکی، اسکی کوهستان، غارنوردی، بهمن‌شناسی و کار با زنده یاب بهمن، کوه نوردی در زمستان و ساخت اتاق برفی و...

آموزش‌های نظری:

هواشناسی، نقشه خوانی؛ موقعیت یابی؛ کار با قطب نما و GPS، مبانی علمی آمادگی جسمانی در کوهنوردی و سنگ نوردی، تغذیه در کوهستان، آشنایی با نشانه‌ها و عوارض بیماری‌های ارتفاع (کوه‌گرفتگی؛ آدم‌ها؛ هیپوترمی؛ سرما زدگی)، معرفی مسیر صعود تعدادی از قلل؛ دیواره‌ها و پنجهال‌های معروف ایران، آشنایی با پوشاک و ساز و برگ کوهنوردی و...

اجرای برنامه‌های مختلف و صعود قلل



صاحب امتیاز و مدیر آموزش: فرشاد خلیلی خوشه مهر

آدرس: فلکه دوم صادقیه: خیابان سازمان آب؛ مجتمع پردیسان؛ طبقه دوم شماره ۵۸
تلفکس: ۴۴۸۷۰۱۲۲؛ همراه: (خلیلی) ۰۹۱۲-۱۵۹۰۵۶۵-۰۹۱۲ (دردگر) ۰۹۱۲-۱۹۰۲۳۲۶
info@imgco.ir www.imgco.ir

فرانسویان در ایران

راه جذب کوهنوردان بیگانه و ورود به بازار جهان کوهنوردی از پاریس می‌گذرد

به بهانه حضور مربیان فرانسوی در کشور

داوود محمدی فر

شاید هیچگاه با آن‌ها مذاکره نداشته‌ایم، یا اصلاً کوشش نکرده‌ایم سوال کنیم، شما چه کرده‌اید که امروز پایتخت کوهنوردی جهانید و ما چه کنیم، تا حداقل در منطقه‌خویش بتوانیم حرف اول را بزنیم و در این قسمت از گیتی یک فرانسه باشیم و این گفته‌ی اروپاییان را که ایرانی‌ها فرانسویان آسیا هستند، در این مورد تحقیق بخشیم و به واقع ابتدا می‌بایست چنین می‌آموختیم و دانش‌آموز چنین کلاسی می‌شدیم.

این مطلب بسیار مهمی است که باید با فرانسویان در میان گذاریم و از آنان بخواهیم یاری نموده ما را از تجربیات و راه و رسم مدیریت خود بهره‌مند سازند، دیگر مون بلان رفتن و شامونی دیدن کاری است عادی و قدیمی، باید به فکر، مون بلان‌ها و شامونی‌های وطن بود و برای آسیایی‌ها منطقه را چون شامونی آماده ساخت.

کوهنوردی فنی جزئی از کل فرهنگ کوهنوردی فرانسه است که ما به دنبال جزء رفته، کل را فراموش کرده‌ایم، لیکن با توجه به این که در فراگیری این جزء الحق شاگردانی شایسته بوده‌ایم، باید پا را فراتر گذاشت و هیئت‌هایی تشکیلاتی نه فنی به فرانسه فرستاد و مجموعه کوهنوردی آن کشور را بررسی و نتایج حاصله را به کار بست و باز هم بسنده نکرده، بی‌محابا از آن‌ها بخواهیم، ارگانیک‌سوم کوهنوردی ما را بررسی و برای پیشرفتمان نظریاتشان را دوستانه اعلام نمایند.

بررسی‌های دوجانبه پیرامون وضعیت کوهنوردی و نیات دو کشور، امکان توسعه کوهنوردی، ما را فراهم خواهد ساخت و یاری آنان در اعزام تیم‌های فرانسوی و چند ملیتی و هم چنین استفاده از ظرفیت‌های بالقوه هر دو کشور، از هر قبیل می‌تواند سرآغاز فصلی نوین در کوهنوردی کشور تلقی گردد.

ما نیز بایستی برای حصول نتیجه بهتر تلاش کنیم، تا ضمن جذب کوهنوردان منطقه به کشور خود، متقابلاً تیم‌های چند ملیتی آسیایی به فرانسه گسیل داریم و با مانورهای ورزشی، کشورمان به پلی ارتباطی بین کوهنوردی آسیا و اروپا تبدیل شود. حضور دویست ساله فرانسویان در کوهنوردی ایران و فعالیت‌های وسیع کوهنوردان جغرافیادان، مربیان، مدرسان و روابط خوب کنونی، تمام نشان از آن دارد. این یک «باید» ورزش ماست که مشوق آنان و خود باشیم، تا بارها و بارها به رایزنی‌ها و مذاکرات پی در پی در سطوح مختلف پرداخته در اندیشه توسعه و گسترش برنامه‌های منطقه‌ای و فرمانطقه‌ای بوده و از آن منتفع گردیم.

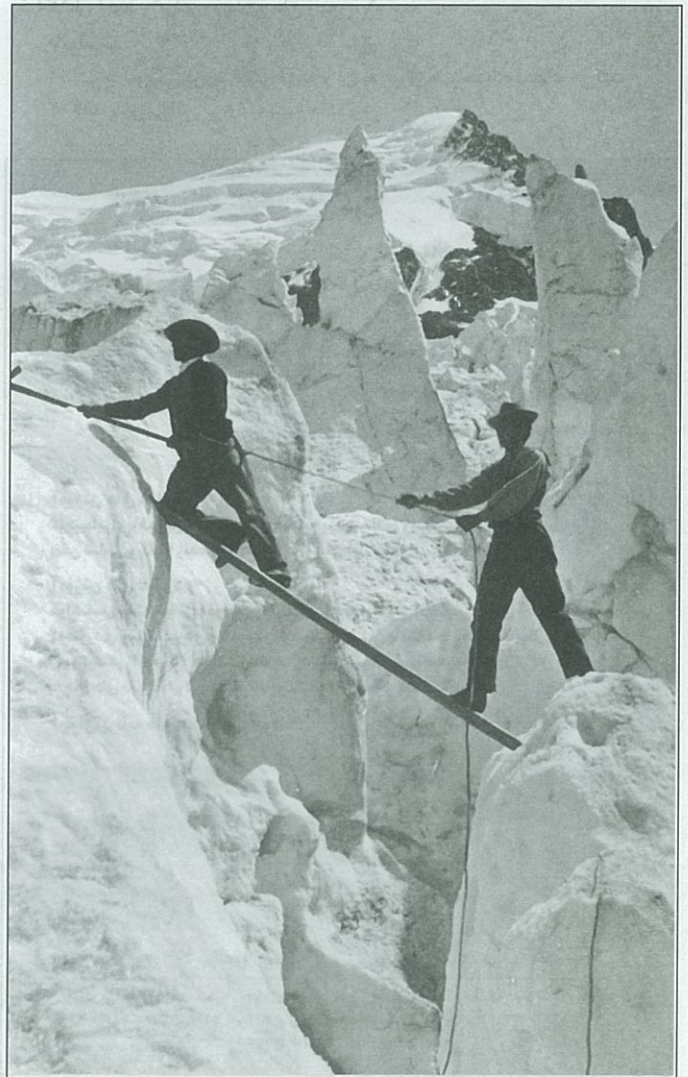
ما قادر خواهیم بود از طریق فرانسه، دریچه‌های جدیدی به روی کوهنوردی ایران باز کنیم و بایستی بدانیم هیچ تبلیغی بهتر از این در اختیار نداریم که کوهنوردان سایر کشورها با امنیت و آرامش خاطر، دیواره‌ها و کوهستان‌های میهن ما را درنوردند و بر فراز قله کشورمان سرود پیروزی و شادمانی سر دهند.

فراموش نکنیم هنگامی که «هاری روست» آلمانی و زنده یاد فضل‌اله امیرعلایی از دیواره علم کوه صعود کردند، به دنبال درج چگونگی و اهمیت این دیواره در مجلات خارجی توسط «هاری روست»، سنگنوردان زیادی از اروپا سرازیر ایران شدند و همواره آمدن یک تیم به ایران، آمدن گروه‌های دیگر را پشت سر داشته است، هم چنین یادآوری کارنامه فرانسویان و خلاصه تاریخچه کوهنوردی آنان در سرزمین‌مان خود می‌تواند انگیزه‌ای مناسب باشد. برای رسیدن به اهداف مورد نظر:

یکم: اولین کوهنورد فرانسوی در ایران، فردی بوده است به نام «الیو» که

کشور فرانسه «سرزمین گل‌ها GAUL» در پهنه جهان نسبت به رقبای خود همیشه از سیاست‌های متعادل‌تر برخوردار بوده است، از همین روی فرهنگ فرانسوی، خصوصاً از نوع غیرسیاسی به ویژه ورزش کوهنوردی، در جهان حرف اول را می‌زند و «شامونی» پایتخت کوهنوردی دنیا، از چنان رونقی بهره‌مند است که کمتر نقطه‌ای از جهان، ادعای همسنگی آن را در ذهن می‌پرورد.

اثرگذاری فرهنگ همین ورزش، سالیان دراز است در ایران جا افتاده و کوهنوردان ایرانی و فرانسوی از هم بیگانه نبوده، در حد لازم نسبت به یکدیگر آشنایند و استنباط می‌شود موقعیت را درک می‌کنند و برای هم ارزش قایلند، با این تفاوت که ما در این فکر بوده‌ایم تنها فنون کوهنوردی آنان را بیاموزیم و از مربیان‌شان فقط در مرز آموزش فنی در کلاس‌های درس استفاده کنیم و نه انگیزه‌های دیگر.



تشنگی لب بر لب قله سنگ‌ها گذاشته و آب می‌نوشیم و بالاخره بر فراز قله (دهنه) نخودی با ارتفاع ۳۸۰۰ متر می‌ایستیم. روبه‌روی مان قله بلند و سرکش بلوچی قدبرافراشته است با ۴۱۰۰ متر ارتفاع با سینه‌ای فراخ و ستبر، هم لخت و هم پربرف، هنوز خستگی راه از تن نگرفته‌ایم که دشنه‌ای بر جان مان می‌نشیند. انبوهی از پوکه‌های فشنگ ۳ که معلوم نیست گلوله کدامین شان رعدآسا بر جان جانانداری نشسته و او را به خاک انداخته است. در گوشه صدای گلوله و در ذهنم چشمان به خون نشسته چهارپایی نقش می‌بندد که قربانی نابخردی آدمی است. به درستی نمی‌دانم مشغول چه کاری هستیم ولی مثل این که سعی دارم تا با پوشاندن پوکه‌ها به زیر خاک آثار لکه ننگی که بر چهره زمین نشسته را بپوشانم، ولی تعداد آنها زیاد است و انگار بیهوده تلاش می‌کنم، به ناگاه به فکر جمله‌ای که ورد زبان دوستی بود می‌افتم:

«گیریم که آب رفته به جوی آید! با آبروی رفته چه می‌کنی»

می‌گویند این جا آلپ ایران است و کرمانی‌ها به این همه جلوه‌های خدادادی به خود می‌بالند. آیا مردم آلپ هم با سرزمین‌شان چنین می‌کنند؟ باید برای رهایی از فشاری که بر گردهمان سنگینی می‌کند مفری بجوییم پس برمی‌خیزیم و دوباره راه را از سر می‌گیریم. بگذار تا بروم و برویم و سر به سینه یخ‌زده و ستیخ سربلند بلوچی گذاشته و درددل خود را در عظمت و هیبت سرکشش به فراموشی بسپاریم «بگذار تا بگیریم شاید سبک شود دل».

افراد شرکت کننده: جلال یوسفی، مهدی عزت‌آبادی، علی فیروزآبادی، عباس تیموری، مصطفی حدیدی، مجتبی عبدالهی، صادق عربی، محمد کوثری، خداداد مزدایی، رضا افشار، احمد رشیدی، مهدی حاج ربیعی. Δ

پانوشت:

- ۱- کتیکو: سوراخی در زیر صخره‌ها که از آن به عنوان استراحت‌گاه استفاده می‌کنند.
- ۲- خاک سیزو: خاکی سبزرنگ شبیه خاک رس

باید مسیری سخت و سنگلاخی را در حدود یک کیلومتر طی کرد. از روی رودخانه دمدام پرید و با قله سنگ‌های روان کف رودخانه جنگید تا به «بیدستان» رسیده و آب برداشت. در طول یک شب باید این مسیر پر از فراز و نشیب را چند بار رفت و برگشت. شب هنگام هر کدام از بچه‌ها در زیر صخره‌های بیتوته می‌کنند تا از احتمال ریزش مجدد باران در امان باشند.

جمعه

ساعت ۴/۳۰ دقیقه صبح است. بازی ابرها و باران تا صبح ادامه داشت، هوا کمی سرد است و برای ما که سرپناه درستی نداشتیم سردتر. عده‌ای از دوستان تصمیم به صعود قله ۳۷۵۰ متری تاکف سفید را دارند و ما قله بلوچی را برای صعود انتخاب کرده‌ایم. با دو نفر از دوستان و من با کوله‌های قله‌راهی بیدستان می‌شویم. کمی جلوتر قبل از این که بیدستان به پایان برسد دو رودخانه رو به هم جاری است. یکی با آبی صاف و شفاف و دیگری کاملاً گل‌آلود. کمی تعجب‌برانگیز است چرا که هر دو از یک کوه ولی از دو دره روبه‌روی هم به پایین سرازیر می‌شوند. هر دو بستری سنگی و شنی دارند. نباید آن قدر اختلاف وجود داشته باشد. با ذهنی مشغول برای رسیدن به قله، دره گل‌آلود را در پیش می‌گیریم. کمی بالاتر پرده‌ای آویزان از صخره‌ای نظمان را به خود جلب می‌کند جلو می‌رویم و صدا می‌کنیم، پاسخی در کار نیست. پرده را کنار می‌زنیم. بوی دود فضا را اشغال کرده است، قابلمه‌های سیاه شده از دود و کتری دودزده بر روی آتش حاکی از حضور فردی در آن نزدیکی‌ها دارد. فضایی تاریک و دودزده فقط به اندازه یک نفر برای زندگی، نه فقط برای زنده‌ماندن. پرده را انداخته و عقب‌گرد می‌کنیم و به دنبال کسی می‌گردیم که صاحب این قصر است. به حرکت ادامه می‌دهیم تا او را بباییم در دوردست کسی در کنار رودخانه مشغول کاری است، کم‌کم به او نزدیک می‌شویم.

- سلام خداقوت
- با لهجه کرمانی پاسخ می‌شنویم
- سلام خسته نباشین قله می‌بین
- بله آگه خدا بخواد می‌خوایم بریم قله بلوچی
- خوب به سلامتی
- و گویا ما گمشده را یافته‌ایم. صاحب قصر را.
- پدر کتیکو (۱) مال شماست.
- با اشاره دست اون پایین را نشان می‌دهیم.
- بله من آن جا زندگی می‌کنم
- تنها
- ها بله! تنهای تنها.
- این جا چه کار می‌کنی.
- من آب را گل می‌کنم.
- با نگاهی به بالا تازه متوجه می‌شویم که آب این دره هم تا این نقطه صاف و سفید است و از این نقطه به بعد گل‌آلود.
- چطور! برای چه!
- زمین این جا شنی است، آب به زمین فرو می‌ره و به باغا نمی‌رسه. من از مالکا پول می‌گیریم و شب و روز آب را گل می‌کنم.
- با چی
- خاک سیزو (۲)، این خاک مثل خاک رسه تو کمر اون کوهه، خیلی نرمه، من این خاک به آب می‌دم تا کف رودخانه اندود بشه و آب به زمین فرو نره!
- به یاد سهراب سپهری می‌افتم.

آب را گل نکنیم و حالا در اینجا کسی است که نشسته و آب را گل می‌کند برای بقا و حیات دیگران و حفظ این مایه حیات، برای امرار معاش و برای زنده ماندن با حداقل امکانات و با صبر و استقامتی که از کمتر کسی می‌توان سراغ گرفت. در دل به او و همش درود می‌فرستم و پس از گرفتن نشانی مسیر صعود با او خداحافظی می‌کنیم. فراز قله‌ها را مه پوشانده است از دره‌های پربرف و دشت‌های زیبا و پرگل و گیاهان دارویی عبور می‌کنیم. از دیواره‌های ریزشی و خطرناک بالا می‌رویم و برای رفع

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



با هموار رسمی از فدراسیون کوهنوردی و مورد تأیید سازمان تزیینت بدنی (زیر نظر اساتید مجرب)

آموزش‌های عملی:

کوهپیمایی، برف و یخ، سنگ نوردی، سنگ نوردی سائنی، اسکی، اسکی کوهستان، غارنوردی، بهمن‌شناسی و کار با زنده یاب بهمن، کوه نوردی در زمستان و ساخت اتاق برفی و ...

آموزش‌های نظری:

هواشناسی، نقشه خوانی؛ موقعیت یابی؛ کار با قطب نما و GPS، مبانی علمی آمادگی جسمانی در کوهنوردی و سنگ نوردی، تغذیه در کوهستان، آشنایی با نشانه‌ها و عوارض بیماری‌های ارتفاع (کوه گرفتگی؛ آدم‌ها؛ هیپوترمی؛ سرما زدگی)، معرفی مسیر صعود تعدادی از قله؛ دیواره‌ها و یخچال‌های معروف ایران، آشنایی با پوشاک و ساز و برگ کوهنوردی و ...

اجرای برنامه‌های مختلف و صعود قله



صاحب امتیاز و مدیر آموزش: فرشاد خلیلی خوشه مهر

آدرس: فلکه دوم صادقیه؛ خیابان سازمان آب؛ مجتمع پردیسان؛ طبقه دوم شماره ۵۸
تلفکس: ۴۴۸۷۰۱۳۲؛ همراه: (خلیلی) ۰۹۱۲-۱۵۹۰۵۵۵۵ (درودگر) ۰۹۱۲-۱۹۰۲۳۲۶
info@imgco.ir www.imgco.ir

فرانسویان در ایران

راه جذب کوهنوردان بیگانه و ورود به بازار جهان کوهنوردی از پاریس می گذرد

به بهانه حضور مریان فرانسوی در کشور

داوود محمدی فر

شاید هیچگاه با آن‌ها مذاکره نداشته‌ایم، یا اصلاً کوشش نکرده‌ایم سوال کنیم، شما چه کرده‌اید که امروز پایتخت کوهنوردی جهانید و ما چه کنیم، تا حداقل در منطقه‌خویش بتوانیم حرف اول را بزنیم و در این قسمت از گیتی یک فرانسه باشیم و این گفته‌ی اروپاییان را که ایرانی‌ها فرانسویان آسیا هستند، در این مورد تحقق بخشیم و به واقع ابتدا می‌بایست چنین می‌آموختیم و دانش‌آموز چنین کلاسی می‌شدیم.

این مطلب بسیار مهمی است که باید با فرانسویان در میان گذاریم و از آنان بخواهیم یاری نموده ما را از تجربیات و راه و رسم مدیریت خود بهره‌مند سازند، دیگر مون بلان رفتن و شامونی دیدن کاری است عادی و قدیمی، باید به فکر، مون بلان‌ها و شامونی‌های وطن بود و برای آسیایی‌ها منطقه را چون شامونی آماده ساخت. کوهنوردی فنی جزئی از کل فرهنگ کوهنوردی فرانسه است که ما به دنبال جزء رفته، کل را فراموش کرده‌ایم، لیکن با توجه به این که در فراگیری این جزء الحق شاگردانی شایسته بوده‌ایم، باید پا را فراتر گذاشت و هیئت‌هایی تشکیلاتی نه فنی به فرانسه فرستاد و مجموعه کوهنوردی آن کشور را بررسی و نتایج حاصله را به کار بست و باز هم بسنده نکرده، بی‌محابا از آن‌ها بخواهیم، ارگانیزم کوهنوردی ما را بررسی و برای پیشرفتشان نظریاتشان را دوستانه اعلام نمایند.

بررسی‌های دوجانبه پیرامون وضعیت کوهنوردی و نیات دو کشور، امکان توسعه کوهنوردی، ما را فراهم خواهد ساخت و یاری آنان در اعزام تیم‌های فرانسوی و چند ملیتی و هم چنین استفاده از ظرفیت‌های بالقوه هر دو کشور، از هر قبیل می‌تواند سرآغاز فصلی نوین در کوهنوردی کشور تلقی گردد.

ما نیز بایستی برای حصول نتیجه بهتر تلاش کنیم، تا ضمن جذب کوهنوردان منطقه به کشور خود، متقابلاً تیم‌های چند ملیتی آسیایی به فرانسه گسیل داریم و با مانورهای ورزشی، کشورمان به پلی ارتباطی بین کوهنوردی آسیا و اروپا تبدیل شود. حضور دویست ساله فرانسویان در کوهنوردی ایران و فعالیت‌های وسیع کوهنوردان جغرافیادان، مربیان، مدرسان و روابط خوب کنونی، تمام نشان از آن دارد. این یک «باید» ورزش ماست که مشوق آنان و خود باشیم، تا بارها و بارها به رایزنی‌ها و مذاکرات پی در پی در سطوح مختلف پرداخته در اندیشه توسعه و گسترش برنامه‌های منطقه‌ای و فرمانطقه‌ای بوده و از آن منتفع گردیم.

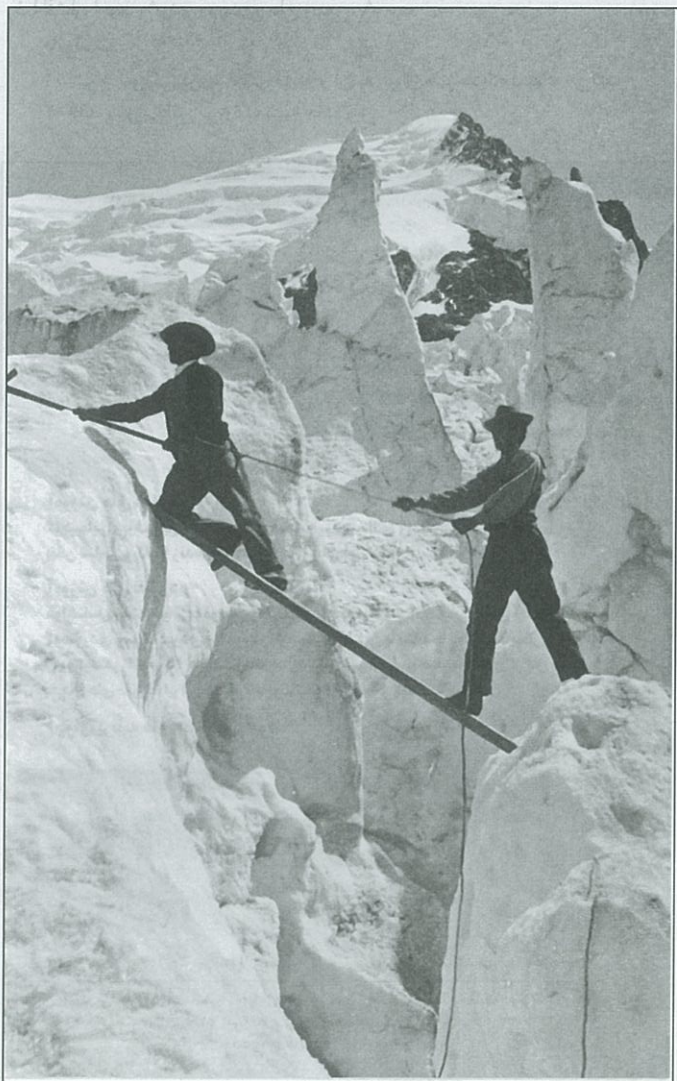
ما قادر خواهیم بود از طریق فرانسه، دریچه‌های جدیدی به روی کوهنوردی ایران باز کنیم و بایستی بدانیم هیچ تبلیغی بهتر از این در اختیار نداریم که کوهنوردان سایر کشورها با امنیت و آرامش خاطر، دیواره‌ها و کوهستان‌های میهن ما را درنوردند و بر فراز قلل کشورمان سرود پیروزی و شادمانی سر دهند.

فراموش نکنیم هنگامی که «هاری روست» آلمانی و زنده یاد فضل‌اله امیرعلایی از دیواره علم کوه صعود کردند، به دنبال درج چگونگی و اهمیت این دیواره در مجلات خارجی توسط «هاری روست»، سنگنوردان زیادی از اروپا سرازیر ایران شدند و همواره آمدن یک تیم به ایران، آمدن گروه‌های دیگر را پشت سر داشته است، هم چنین یادآوری کارنامه فرانسویان و خلاصه تاریخچه کوهنوردی آنان در سرزمین‌مان خود می‌تواند انگیزه‌ای مناسب باشد. برای رسیدن به اهداف مورد نظر:

یکم: اولین کوهنورد فرانسوی در ایران، فردی بوده است به نام «الیو» که

کشور فرانسه «سرزمین گل‌ها GAUL» در پهنه جهان نسبت به رقبای خود همیشه از سیاست‌های متعادل‌تر برخوردار بوده است، از همین روی فرهنگ فرانسوی، خصوصاً از نوع غیرسیاسی به ویژه ورزش کوهنوردی، در جهان حرف اول را می‌زند و «شامونی» پایتخت کوهنوردی دنیا، از چنان رونقی بهره‌مند است که کمتر نقطه‌ای از جهان، ادعای همسنگی آن را در ذهن می‌پرورد.

اثرگذاری فرهنگ همین ورزش، سالیان دراز است در ایران جا افتاده و کوهنوردان ایرانی و فرانسوی از هم بیگانه نبوده، در حد لازم نسبت به یکدیگر آشنایند و استنباط می‌شود موقعیت را درک می‌کنند و برای هم ارزش قایلند، با این تفاوت که ما در این فکر بوده‌ایم تنها فنون کوهنوردی آنان را بیاموزیم و از مربیانشان فقط در مرز آموزش فنی در کلاس‌های درس استفاده کنیم و نه انگیزه‌های دیگر.



همراه با کوهنورد دیگر (پیر، واسلن P. Vaslin)، ترسیم اولین نقشه و کروکی علمی و غارشناسی ایران از دو غار (کونه مالان) و (کونه کوتر)، نخستین صعود به قله اشترانکوه و معرف دریاچه (گل گهر) و اولین‌های دیگر در پژوهش‌های جغرافیایی و کوه‌نوردی ایران. ۷

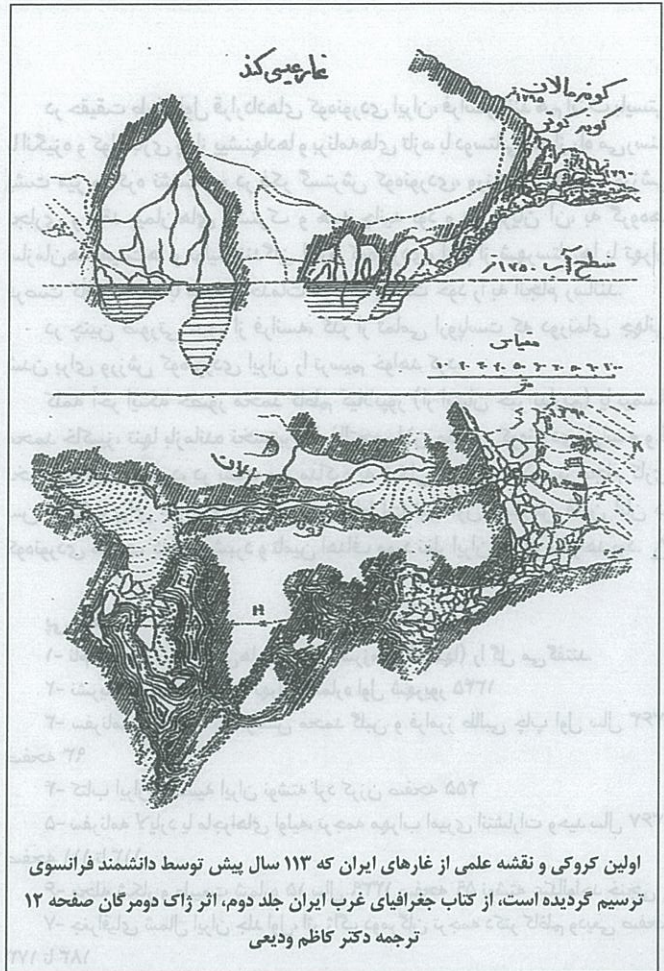
ششم: ۲۲ سال پس از نخستین پرواز (برادران رایت) مخترعان هواپیما در سال ۱۹۲۵ میلادی روز هجدهم دسامبر سه فروند هواپیمای اکتشافی و بمب‌اندازی فرانسوی برای اولین بار بر فراز قله دماوند به پرواز درآمدند، این مسافرت مهم هوایی در آن روز، یک ساعت و سه دقیقه به طول انجامید. ۲۸ دقیقه پرواز از تهران تا قله دماوند و ۳۵ دقیقه برای پرواز روی قله و بازگشت.

در این پرواز چهار خلبان فرانسوی به نام‌های کاپیتان (ژیریه)، کاپیتان (بران) وابسته نظامی فرانسه، نایب اول کاپیتان (شارل) و نایب اول دیگر (راباتل) همراه با وزیر جنگ ایران سرلشگر عبدالله امیرطهماسب و ریاست کل ارکان حزب ایران شرکت داشتند. ۸

هفتم: در چهارم اوت سال ۱۹۵۴ میلادی برای نخستین بار در ورزش کوه‌نوردی ایران، شش کوه‌نورد فرانسوی عبارت از (برنارد پیر) سرپرست تیم، (کلودمایار)، (ژرژ اسیروهه)، (پل راهزر)، (لوی دوبوس) و (فرانسوا پیره) و) به اتفاق ده کوه‌نورد از ایران به سرپرستی محمداکرم گیلانپور به قله علم کوه صعود کردند. در این برنامه مربی کوه‌نوردی ایران (فلیکس مناساکانیا) هم طنابی (فرانسوا پیره) و) پس از جدا شدن از طناب در تاریکی شبانه در سوزنی‌های قله سیاه سنگ سقوط کرد و بدرود حیات گفت.

هم چنین دو کوه‌نورد فرانسوی (لویی دوبوس) و (پل) به اتفاق محمداکرم گیلانپور و عبدالله رشتیان از جبهه شرقی تا ارتفاع ۴۳۰۰ متری و لب دره یخار بالا رفتند. ۹

هشتم: در سال ۱۹۵۸ یک قاب عکس بزرگ دماوند، هدیه فدراسیون کوه‌نوردی



اولین کروکی و نقشه علمی از غارهای ایران که ۱۱۳ سال پیش توسط دانشمند فرانسوی ترسیم گردیده است، از کتاب جغرافیای غرب ایران جلد دوم، اثر ژاک دومرگان صفحه ۱۲ ترجمه دکتر کاظم ودیعی

«ملکونوف» روسی در سفرنامه خود درباره وی چنین نوشته: «در سال ۱۷۹۸ میلادی نخستین کسی که به عزم سیاحت بالای کوه دماوند رفت «ج - گربرت Gerbert H. اتریشی بوده، پس از آن «الیو» فرانسوی که به قله آن رسیدن نتوانست». ۳ دوم: در سال ۱۸۳۶ میلادی «اوشر الوی Aucher Eloy» طبیعی‌دان فرانسوی چند روز پس از «مستر تامسون» از قله دماوند بالا رفت. ۴ سوم: «سر اوستن هنری لایارد» متولد پاریس و فرانسوی الاصل انگلیسی در سال ۱۸۴۰ میلادی از غار طبیعی «سلمان یا اشکفت سلمان» در منطقه گرمسیر بختیاری (مالمیر - ایذه) بازدید و از آثار تاریخی آن نسخه برداری کرد و چنین نوشت:

«در دو طرف دیواره‌های غار شکل‌هایی، به بزرگی انسان در وسط سنگ تراشیده بودند... هر دو شکل در نهایت مهارت و استادی کنده کاری شده بودند، در سمت چپ شکل اول شرحی که حاوی ۳۶ خط میخی بود دیده می‌شد... مجسمه‌ها و کنده کاری‌ها و سنگ نبشته‌های غار مربوط به دوران ماقبل تاریخ و احتمالاً متعلق به قرون هفتم و هشتم قبل از میلاد بوده است». ۵

چهارم: در محل تلاقی دره «آرس» و دره سرچشمه توجال در شمال بند «اوسون» کوهستان مشرف به تهران سنگ بزرگی وجود دارد که عبارتی به زبان فرانسه بر آن حک شده که ترجمه آن چنین است:

«در دوران وبایی آقای (کنت دوساریتس) و فرانسویان مقیم تهران در این مسیل سنگی در کنار چشمه‌های پر آب، دور از بلای آسمانی خود را مستقر نمودند، بیستم اوت ۱۸۴۶ میلادی، ژنرال بارت سمینو-ی-ف-پریه افسر سوارنظام - ه - ویدال-ژ-د-نیکولوس-دت-ژاکوت». ۶

پنجم: (ژاک ژان ماری دومرگان Jak Jan Mari De Morgan) کوه‌نورد و دانشمند همه فن حریف، برای کشور فرانسه، ایران و کوه‌نوردی ما افتخاراتی بزرگ از خود به جای گذارده که همیشه ماندگار خواهد ماند، چند جلد کتاب مرجع جغرافیه، پژوهش‌های زمین‌شناسی، باستان‌شناسی، نخستین صعود زمستانی به قله دماوند

زرین تار دماوند

تهیه و توزیع لوازم

کوه‌نوردی، کمپینگ، پوشاک زمستانی

برگزاری کلاسهای آموزشی و تورهای

کوه‌نوردی

دفتر مرکزی: شهرستان دماوند

فروشگاه: رودهن

(۲۴ ساعته) ۰۲۲۰۱۵۹

پیغامگیر ۰۲۲۱ ۵۲۲۳۸۴۷

فاکس ۵۲۲۱۷۳۰

حمید ضرابی نیا

Email: zarintar_damavand@yahoo.com

http://zarintar.parsiblog.com



دهانه آتشفشان قله دماوند، ترسیم ژاک دومرگان دانشمند فرانسوی

ایران، به فدراسیون کوهنوردی فرانسه توسط هاملت چرخچیان مربی کوهنوردی که عازم فرانسه بود ارسال گردید. ۱۰
 نهم: در سال ۱۹۵۸ در جلسه معارفه سازمان کوهنوردی بیستون با کوهنوردان فرانسوی، جهت آشنایی با مزایا و محاسن کلوپ کوهنوردی، نماینده بولتن کوهنوردان با (ژاک کریستین) عضو کلوپ آلپین فرانسه مصاحبه مشروحي انجام داد، وی هم چنین وضعیت کوهنوردی فرانسه را برای کوهنوردان ایرانی تشریح نمود.
 دهم: در سال ۱۹۶۵ به دعوت فدراسیون کوهنوردی ایران، مسیو ژان در مراسم جشن پایانی سومین کنگره کوهنوردی ایران در محل باشگاه قصر در تهران شرکت کرد. ۱۱

یازدهم: به جهت پرهیز از طولانی شدن مطلب، با ذکر چند مورد خیلی خلاصه روابط کوهنوردی ایران و فرانسه را به پایان می‌رسانیم.

در سال ۱۹۷۴ میلادی (ژان پیر، فارسی Jean Pierre Farcy) به قصد یافتن عمیق‌ترین غار عمودی به ایران مسافرت کرد و در سال ۱۹۷۵ غار (کوروش) را به عمق ۲۶۵ متر در کوه شاهو در کرمانشاه کشف و کروکی آن را ترسیم کرد.
 در سال ۱۹۹۲ نخستین کلاس داور و مربی صعودهای مسابقه‌ای زیر نظر (آلن رنو) و در سال بعد کلاس‌های تربیت مسابقه دهنده، داور و طراح، با مربی‌گری (برتران اولمان) و (لورن بوو) در تهران ترتیب داده شد، سال ۱۹۹۵ مریمان برجسته فرانسه (پیر گرانژ) و (پیر فور) میهمان کوهنوردان همدان و کرمانشاه بودند.
 در همین مسافرت بود که مسیر رولکوبی شده گروه بابک همدان در منطقه (خورزنه) مورد توجه نامبردگان واقع شد که درجه سختی آن را $2+3+5013$ حدس زدند، اما فعالیتی روی آن نمودند، این مسیر به مسیر دو (پیر) معروف شد.
 در سال ۱۹۹۶ (دومی نیکوداماس Dominique Dumas) سرپرست گروه سه نفری غارنوردان فرانسه، اردویی سه روزه برای کارآموزی غارنوردی ترتیب داد که ۱۶ کوهنورد در آن شرکت کردند.

روابط کوهنوردی ایران و فرانسه در سال ۱۹۹۹ شاهد فاجعه دردناکی بود (پاسگال لورته) یک تن از سه نفر کوهنوردان فرانسوی به هنگام بازگشایی مسیر جدیدی روی دیواره‌ای در لرستان، دچار حادثه شد و جان باخت و بالاخره در سال ۲۰۰۰ میلادی نخستین دوره آموزشی ورزش‌های هوایی فدراسیون کوهنوردی زیر نظر دو مربی فرانسوی به نام‌های (میشل گونتال) و (والتر لایت) با شرکت ۱۵ نفر در دو کلاس تئوری و عملی آغاز شد. ۱۲

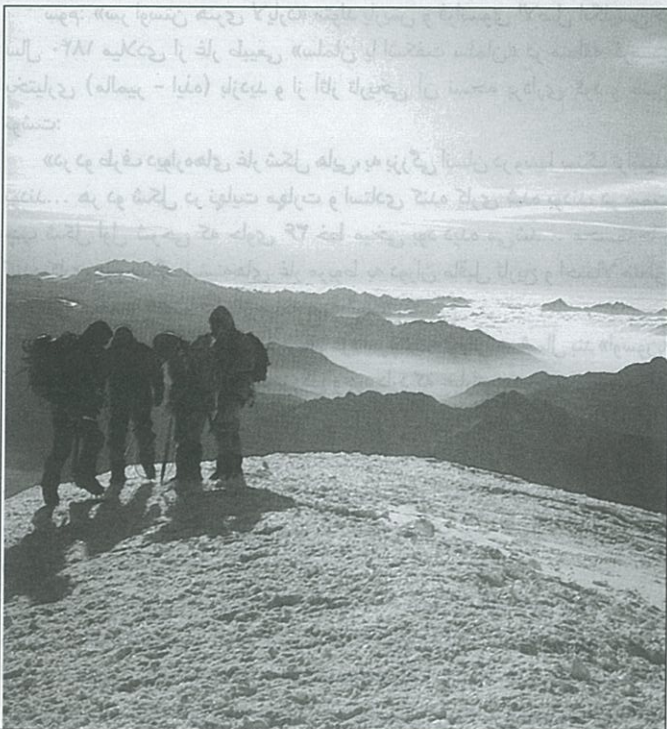
به طور مطمئن موارد نایافته یا ثبت نشده نیز وجود دارد، ولی مسلم است فعالیت فرانسویان و دانش کوهنوردی آنان، بیشتر از هر کشور دیگر در ایران مطرح بوده است و چنانچه متقابلاً به تاریخچه مهم کوهنوردان ایرانی در فرانسه و مریمان دوره دیده کلاس‌های فرانسویان مراجعه کنیم به اهمیت بیشتر روابط کوهنوردی بین دو کشور واقف خواهیم شد.

در حقیقت طرف اول قراردادهای کوهنوردی ایران، فرانسویانند هم اینک بایستی با انگیزه و کوله باری پر از پیشنهادها و برنامه‌های تازه، با دوستانی که از راه می‌رسند پشت میز مذاکره نشست و در فکر گسترش کوهنوردی، ورزشی فرهنگی، ورزشی تجاری و عقد پیمان‌های مشترک و همه جانبه بود و در جریان آن، به گروه‌ها، سازمان‌ها، هیئت‌ها و تولیدکنندگان لوازم کوهنوردی، اعم از شهرستان‌ها یا تهران فرصت کافی داد، تا با معرفی خدمات مربوطه، رسالت خود را به انجام رسانند.
 در چنین صورتی عبور از فرانسه، گذر از تمامی اروپاست که دورنمای جهانی شدن برای ورزش کوهنوردی ایران را ترسیم خواهد کرد.

کلمه آخر اینکه حضور محمد کاظم گیلانپور (از ایشان خبر نداریم) یا تیمسار محمد خاکبیز، تنها بازمانده نخستین فارغ‌التحصیلان مدارس کوهنوردی فرانسه و از نخبه خبرگان کوهنورد، در پشت میز مذاکره به شکلی نمادین، علاوه بر انجام کاری بس قشنگ برای طرف فرانسوی یادآور خاطرات نیم قرن گسترش فنون آنان در کوهنوردی ماست، که در پیشبرد و تامین اهداف مورد نظر ایران بی اثر نخواهد بود. Δ

پی نوشت

- ۱- نام قدیم فرانسه، رومی‌ها سکنه این سرزمین (سلتها) را گل می‌گفتند.
- ۲- نشریه کانون کوهنوردان تهران، شماره اول شهریور ۱۳۴۵
- ۳- سفرنامه ملکونوف به کوشش محمد گلبن و فرامرز طالبی چاپ اول سال ۱۳۶۳ صفحه ۹۳
- ۴- کتاب ایران و قضیه ایران نوشته لرد کرزن صفحه ۴۵۵
- ۵- سفرنامه لایارد یا ماجراهای اولیه، ترجمه مهرباب امیری انتشارات وحید سال ۱۳۶۷ صفحه ۱۱۱ تا ۱۱۳
- ۶- مجله شکار و طبیعت شماره ۱۵ سال ۱۳۳۹ صفحه ۵۹ نوشته عبدالواحد خنجی
- ۷- جغرافیای شمال ایران جلد اول، اثر ژاک دومرگان ترجمه دکتر کاظم ودیعی صفحه ۱۷۳ تا ۱۸۳
- ۸- فصلنامه کوه شماره ۲۹ صفحه ۲۶
- ۹- آوای دماوند نشریه باشگاه کوهنوردی دماوند شماره ۳۵ مرداد سال ۱۳۷۳
- ۱۰- بولتن شماره ۲ فدراسیون کوهنوردی ایران ۱۳۳۶/۳/۸
- ۱۱- بولتن کوهنوردان شماره ۹ مرداد سال ۱۳۳۷
- ۱۲- تاریخچه فعالیت‌های گروه کوهنوردان آرش سال‌های (۱۳۸۰ تا ۱۳۴۸) و مجله فصلنامه کوه شماره‌های ۱، ۵، ۱۶، ۱۷، ۲۲





- همیالیا**
- بیس کمپ راکا پوشی
 - بیس کمپ نانگا پارات
 - بیس کمپ K2
 - بیس کمپ اورست
 - قله منگلیک سار
 - قله اسپانتیک
 - هشت هزار متریها

- آسیای میانه**
- قله لنین
 - قله خانتانگری
 - قله پوبدا
 - کمونیزم
 - کورژن فوسکایا

- متفرقه**
- نوشاخ
 - کلیمانجارو
 - موستاق آتا
 - آارات

- تورهای داخلی**
- گاری
 - تماس با ما

شرکت ایرانگردی، جهانگردی و طبیعت گردی سرزمین خورشید



اولین مجری برنامه های تخصصی کوهنوردی در شرق کشور

و نمایندگی انحصاری شرکت



(ATP) Adventure tours Pakistan

بزرگ ترین تور اپراتور برنامه های کوهنوردی و اکسپدیشن

در پاکستان

جهت کسب اطلاعات بیشتر از سایت ما دیدن فرمایید:

www.sunlandtours.ir

sunlandtour@yahoo.com

info@sunlandtours.ir

برگزاری تورهای ویژه پاییز و زمستان

۱. بیس کمپ اورست و قله آیلند پیک

۲. قله کلیمانجارو، جزیر زنگبار، پارکهای حیات وحش

۳. قله هشت هزار متری نیپال

طرح زائر کوهنورد: زیارت حرم مطهر امام رضا (ع) و صعود بیاد ماندنی به یکی از قله استان خراسان

ظریف: ۰۹۱۵۰۳۱۳۰۷

عمیدی: ۰۹۱۵۰۲۴۵۹۹

آدرس: مشهد - میدان تختی - طبقه فوقانی گل اردیبهشت - پلاک ۱۸

تلفکس: ۰۵۱۱-۷۲۹۰۷۲۱

تلفن: ۰۵۱۱-۷۲۹۸۵۰۰



چند توصیه ضروری برای گرم نگه داشتن بدن در مناطق پر برف کوهستان

ترجمه: وارطان زاکاریان

و لباسی بپوشید که گرمای بدن شما را حفظ کند و سرمای محیط خارج نیز به بدن شما نفوذ نکند. گرمای بدن از قسمت یقه لباس‌ها و گردن به مقدار زیادی خارج می‌شود پس با بستن زیپ لباس‌ها گرما را در داخل آنها حفظ کرده و از خارج شدن گرما و ورود هوای سرد به داخل لباس‌ها و در نهایت بدن جلوگیری نمایید. پارچه‌های نخی و کتان بخار آب بدن را فوراً جذب می‌کنند و زمانی که این نوع لباس‌ها در اثر فعالیت کوه‌نورد خیس می‌شوند با کمی وزش باد عمل تبخیر در آنها انجام می‌گیرد و مقداری گرما را از محیط خود که بدن انسان است می‌گیرند بنابراین بدن احساس از دست دادن گرما یا احساس سرما می‌کند. مدتی طول می‌کشد تا لباس‌های نخی و مرطوب خشک شوند و به همان میزان نیز بدن به مدت طولانی گرمای خود را از دست می‌دهد. بنابراین سعی کنید هنگام حرکت، بدن بیش از حد معمول گرم نشود تا عرق کند زیرا پس از ایستادن لباس‌های خیس از عرق در اثر عمل تبخیر گرمای بدن را می‌گیرند و سبب سرد شدن بدن تا حد از کار افتادن و انقباض موقت عضله‌ها نیز می‌شوند. اگر هنگام حرکت احساس گرما می‌کنید دکمه لباس یا زیپ لباس خود را باز کنید تا قبل از گرم شدن بیش از حد و عرق کردن بدن گرمای اضافی داخل لباس خارج شود و شما احساس راحتی کنید.

○ بیشترین گرمای بدن از منطقه سر برهنه خارج می‌شود پس برای جلوگیری

کوه‌نوردی و کوه‌پیمایی ورزشی است که شخص را با شرایط آب و هوایی مختلف مواجه می‌کند. ممکن است کوه‌نورد در فصل تابستان به فاصله یک یا دو روز از درون شهرهای گرم به داخل دره‌ها و قله‌های پوشیده از یخچال‌های طبیعی و محیط‌های سرد پا بگذارد و یا در زمستان از محیط سرد قابل تحمل به مناطق بسیار سرد و یخ‌بندان برسد و فعالیت خود را نظیر صعود به قله‌ها یا سنگ‌نوردی بر روی دیواره‌های سنگی و دیواره‌های یخی آغاز کند. بنابراین حفظ گرمای بدن و جلوگیری از نفوذ سرما به داخل بدن از اصول حفظ و نگاه‌داری سلامت بدن است. سرمنشاء بسیاری از بیماری‌های کوهستان نظیر ادم ریوی، ذات‌الریه، هایپوترمی و... سرما است. در این مقاله انجام بعضی از کارها برای حفظ گرمای بدن و بعضی از کارها برای جلوگیری از نفوذ سرما به داخل بدن در موقعیت‌های مختلف توصیه می‌شود.

از آنجایی که فصل زمستان نماد اصلی سرماست بیشتر توجه ما به این فصل بوده و نمونه‌های آرایه شده نیز مربوط به این فصل می‌باشد هر چند که سرمای شدید بعضی از مناطق در فصول دیگر هم وجود داشته و به زمستان ختم نمی‌شود.

۱- هنگام حرکت و صعود گرم بودن بدن مهم‌تر از گرم شدن در مقابل آتش است. بنابراین زمانی که احساس می‌کنید بدن شما سرد می‌شود لباس مناسب بر پوشش قبلی اضافه کنید

پوشیدن حتی یک لباس پشمی روی لباس سرتاسری ضدباد نازک باز هم برای گرم شدن بدن مفید است.

○ از تنقلات گرمازا در تمامی مدت روز استفاده کنید مانند کشمش، خرما، انجیر، توت و غیره. این نوع تنقلات کوهنورد را گرم نگه می‌دارند. برای گرم شدن سریع و به دست آوردن انرژی از دست رفته از موادی که دارای کربوهیدرات‌ها می‌باشند بیشتر استفاده کنید؛ این نوع مواد سریعاً عمل می‌کنند و بهترین برای این منظور می‌باشند. ساندویچ‌های مربا بهتر از ساندویچ‌های پنیر است. شکلات و آب‌نبات بهتر از انواع چیپس است. نوشیدنی گرم برای گرم کردن بدن خیلی لازم است و می‌توان با حمل یک فلاسک مناسب در طول برنامه روزانه از چای گرم، قهوه و یا کاکائوی گرم استفاده کرد.

○ مستقیماً روی زمین سرد و خیس ننشینید حتی زمانی که شلوار واترپروف به تن دارید. بانسستن در محل‌های سرد مقدار زیادی گرمای بدن سریعاً از بدن خارج می‌شود. برای نشستن از یک زیرانداز ابر فشرده یا یک وسیله عایق یا لباسی که در کوله دارید استفاده کنید تا ضمن نرم بودن محل نشیمن گرمای بدن نیز خارج نشود.

○ در هوای توفانی استفاده از سرپناه به مقدار قابل توجهی از خارج شدن گرمای بدن جلوگیری می‌کند، سرپناه‌ها، چادرهای موقتی با گنجایش ۲ نفر تا ۱۰ نفر نیز در گرم نگه‌داشتن بدن مفید هستند. کوه‌نوردان و کوه‌پیمایان منفرد می‌توانند با هم اقدام به برپا کردن چادر یا سرپناه بنمایند. دو نفر با همکاری هم می‌توانند با استفاده از عصای راه‌پیمایی یا چوب‌دست اسکی خود به عنوان دو تیرک و مقداری پارچه یک سرپناه دوفره ایجاد کنند. این نوع سرپناه‌ها گرم نیستند ولی در هر حال از سرمازدگی و عواقب حاصل از آن بهتر است.

۳- هنگام برپایی چادر

توجه کنید چادر خود را در قعر دره یا در پایین‌ترین نقطه منطقه برپا نکنید زیرا

از این عمل گذاشتن کلاه توصیه می‌شود و اگر کلاهی باشد که بتواند گوش‌ها را نیز بپوشاند بهتر است.

○ مواظب ورزش باد باشید. باد سریعاً گرمای بدن را خارج کرده و سرما ایجاد می‌کند پوشش ضد باد یا بادگیر از این عمل جلوگیری می‌کند باید توجه داشت که هر چه باد شدیدتر باشد میزان سرمای ایجاد شده روی بدن بیشتر خواهد بود.

○ سعی کنید لباس شما خشک باشد. لباس‌های خیس گرمای داخل لباس را زودتر از لباس خشک خارج می‌کند. لباس باید هوای داخل را خارج کند و به اصطلاح تنفس کند بنابراین در انتخاب لباس توجه به این نکته بسیار مهم و ضروری است پوشیدن لباس‌های ضدآب در بارش باران‌های سنگین مانع نفوذ آب می‌شوند ولی از داخل عرق می‌کنند ولی لباس‌های ضدباران و ضدباد که عمل تنفس را انجام می‌دهد، یعنی به راحتی هوای داخل از آنها خارج می‌شود مانع عرق کردن بدن می‌شوند در چنین مواقعی بهتر است از این گونه لباس‌ها استفاده شود تا لباس‌های صددرد ضدآب.

○ دستکش‌های چرمی گرم‌تر از دستکش‌های پشمی است و گرمای کمی از طریق دست و نوک انگشتان هدر می‌رود اما دستکش چرمی حساسیت و مهارت انگشتان را کم می‌کند و این فقط در قسمت نوک انگشتان است که در سنگ‌نوردی مهم است ولی در کوه‌نوردی تاثیری ندارد.

۲- هنگام استراحت

وقتی از حرکت می‌ایستید فوراً لباس گرم بپوشید. صبر نکنید تا پس از سرد شدن بدن لباس بپوشید. حتماً همراه خود لباس گرم داشته باشید و زیر کاپشن بپوشید تا زمانی که کاپشن خود را در می‌آورید گرمای بدن‌تان خارج نشود. لباس‌هایی که می‌پوشید باید یک سایز بزرگ‌تر از معمول باشد و نباید به بدن شما بچسبید. جلیقه‌های معمولی برای این کار خیلی مناسب هستند. لباس‌های ضدباد، ضدآب و لباس‌های الیاف مصنوعی ضدباد از ورود سرما جلوگیری می‌کنند.

برنامه های صعودهای برون مرزی سال ۸۶

کشور	زمان	ارتفاع	عنوان برنامه
نیپال	نوروز	۶۴۰۰ متر	کمپ اصلی اورست و قله مریاپیک
گرجستان	تیرالی شهریور	۵۰۴۷ متر	قله کازیک
ترکیه	خردادالی مهر	۵۱۳۷ متر	قله آرات جبهه جنوبی
ترکیه	مرداد	۵۱۳۷ متر	قله آرات جبهه شمالی
آذربایجان	تیرالی شهریور	۴۲۵۰ متر	شاهداغ
ترکیه	اردیبهشت الی مهر	۴۰۵۸ متر	سییان و نمروند
ترکیه	اردیبهشت الی مهر	۴۰۳۲ متر	کاکچار و ساحل دریای سیاه
تانزانیا	بهمن الی نوروز	۵۸۹۵ متر	کلیمانجارو

تلفن های تماس:

محمودی

همراه: ۰۹۱۲۶۲۶۶۹۸۰

ثابت: ۰۲۱-۵۵۳۵۳۸۱۸ نمابر: ۳۳۶۹۷۹۸۶



تنها عرضه کننده لوازم
کوهنوردی، سنگنوردی، کمپینگ
در شمیران

آدرس: تجریش، روبروی بیمارستان شهداء
پاساژ میری، طبقه همکف بازار، شماره ۲۳
تلفن: ۲۲۷۱۴۷۷۲ همراه: ۰۹۱۲۷۳۸۴۲۹۵ فاضلی

هوای سرد مناطق اطراف به این محل‌ها ریزش می‌کنند و این نقاط سردتر از مکان‌های دیگر خواهند بود. محل‌هایی که رو به سمت شیب بالای دشت یا دره است دارای هوایی کم و بیش بهتر از اعماق دره است. سعی کنید در محلی چادر بزنید که در معرض وزش باد نباشد. محلی که برای برپایی چادر انتخاب می‌کنید نباید رو به پرتگاه باشد - محل چادر را در کنار دیواره‌های سنگی غیرریزشی یا انبوه درخت‌ها انتخاب کنید تا در پناه آنها وزش باد اثر کمتری داشته باشد.

○ هنگام استراحت یا خواب یک بطری آب گرم می‌تواند نوک پاهای شما را گرم نگه دارد و گرمای بدن شما را حفظ کند ضمن آن که همین بطری می‌تواند در طی روز آب آشامیدنی شما را تامین کند.

○ از کیسه خواب خود به عنوان یکی از اقلام پوشیدنی و گرم‌کننده استفاده کنید. زمانی که می‌خواهید استراحت کنید و یا هنگام مطالعه در داخل چادر و حتی هنگام غذا پختن یا خوردن آن می‌توانید به داخل کیسه خواب خزیده و بدن خود را گرم نگه دارید. برای آن که قفسه سینه شما گرم بماند کیسه خواب را تا زیر بغل بالا بکشید و دهانه آن را جمع کنید تا به پایین نلغزد. از کیسه خواب قبل از آن که احساس سرما کنید یا بدن شما سرد شود استفاده کنید در این حالت مقداری از گرمای بدن شما در داخل کیسه خواب باقی می‌ماند. اگر احساس سرما می‌کنید با کمی قدم زدن یا دوییدن گرمای بدن شما تامین می‌شود.

○ مقدار کمی سس تند و یا چاشنی فلفل‌دار به غذای خود اضافه کنید این سبب می‌شود که داخل بدن شما برای مدتی گرم شود ولی در استفاده از چاشنی‌های تند نباید افراط کرد.

○ وقتی به محل استقرار چادر یا کمپ خود رسیدید توجه کنید قبل از آن که احساس سرما کنید فوراً لباس‌های خیس خود را با لباس‌های خشک عوض کنید. دقت کنید! لباس‌های زیر خیس باید حتماً عوض شود. زیر پیراهن پشمی خشک پوست بدن را زودتر گرم می‌کند ولی آن را روی زیرپیراهن نخی خیس نبوشید.

○ سعی کنید غذای گرم بخورید یا از آشامیدنی‌های گرم نظیر چای گرم - قهوه و کاکائوی گرم استفاده کنید تا بدن شما در طول شب گرمای خود را بیشتر حفظ کند. غذاهایی که دارای چربی می‌باشد بدن را به تدریج گرم می‌کند در صورتی که کربوهیدرات‌ها نظیر آب‌نبات و قند و... بدن را فوراً گرم می‌کند اما مدت آن طولانی نیست.

○ هنگام استراحت در شب اگر هنگام خواب در شب احساس سرما کردید لباس‌های خشک مثل کلاه، جوراب پشمی و لباس پشمی اضافه بپوشید. تنقلات مثل کشمش، خرما و غیره کمک می‌کند بدن شما مدتی گرم بماند. خوراکی‌های کربوهیدرات‌دار نظیر شکلات و آب‌نبات و میوه‌های خشک مانند توت و انجیر و غیره می‌تواند بهترین خوراکی برای گرم کردن بدن شما باشد.

○ انجام ورزش‌های سبک می‌تواند بدن شما را گرم نگه دارد. می‌توانید در

داخل کیسه خواب با انجام حرکات موزون عضلانی و یا منقبض و آزاد کردن عضلات خود مقداری گرما در بدن خود ایجاد کنید حتی می‌توانید در داخل کیسه خواب با حرکات پرس‌های بدن به وسیله دست‌ها و پاها، بدن خود را گرم کنید.

○ با قرار دادن لباس‌های پشمی، اورکت و چیزهایی نظیر آنها در اطراف کیسه خواب مانع نفوذ سرما به داخل کیسه خواب شوید ولی از قرار دادن پوشش‌هایی که هوا از آن عبور نمی‌کند بر روی کیسه خواب اجتناب کنید زیرا این نوع پوشش‌ها مانع تنفس کیسه خواب شده و بخار بدن را در داخل کیسه خواب محبوس می‌کند و بدن عرق می‌کند. نظیر پارچه‌هایی که برای حفاظت از باران از آن استفاده می‌شود.

○ هنگام شب یک فانوس شمعی در داخل چادر روشن کنید تا ضمن آن که محل را روشن نگه‌می‌دارد گرما نیز ایجاد می‌کند.

○ از یک چادر دو تا سه نفره استفاده کنید. یک چادر را دو یا سه کوه‌نورد بیشتر از یک نفر گرم می‌کنند. پس سعی کنید در برنامه‌های گروهی از چادرهای یک نفره کمتر استفاده کنید.

○ اگر کیسه خواب شما کوتاه‌تر از بدن شماست می‌توانید از لباس‌های اضافی خود به عنوان بالش استفاده کنید ضمن آن که سر و بالاتنه شما نیز گرم می‌ماند. بنابراین اگر کیسه خواب تا نزدیک شانه‌های شما برسد کافی است و از لباس‌های اضافی می‌توانید برای قسمتی از بدن که بیرون کیسه خواب قرار دارد استفاده کرده و با پوشیدن آنها از نفوذ سرما جلوگیری کنید.

○ از زیراندازهای ضخیم و ابرهای فشرده برای خوابیدن روی زمین‌های یخ‌زده و خشک و یا پوشیده از برف و یخ استفاده کنید. اگر هنگام شب احساس سرما کردید با اضافه کردن لباس‌های پشمی غیرقابل استفاده بر ضخامت زیرانداز اضافه کنید تا سرمای کمتری به داخل کیسه خواب نفوذ کند.

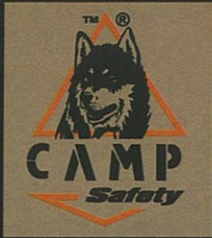
۵- هنگام بیدار شدن صبح روز بعد صبح روز بعد و پس از بیدار شدن سعی کنید ابتدا لباس‌های گرم و خشک خود را در داخل کیسه خواب گرم کنید و سپس آنها را بپوشید. هنگام شب لباس‌های مرطوب از تعریق بدن خود را داخل کیسه خواب قرار دهید تا آنها در طول مدت شب خشک و گرم شوند پس از پوشیدن لباس از کیسه خواب خارج شوید. در مناطقی که تماماً پوشیده از برف می‌باشد و دمای صبحگاهی چندین درجه زیر صفر است نباید بدن را مستقیماً در معرض سرمای صبحگاهی قرار دهید زیرا سبب سرد شدن مجراهای تنفسی و ریه‌ها و دیگر اعضای بدن می‌شود که عواقب آزاردهنده‌ای به همراه خواهد داشت.

رعایت نکات فوق کمک می‌کند تا کوه‌نورد هنگام اجرای برنامه‌های زمستانی یا اجرای برنامه در مناطق سردسیر و پوشیدن از برف از ایمنی بیشتری برخوردار شود. △

ماخذ: مجله TGO ژانویه ۲۰۰۳

هم نورد گرمی
جناب آقای حسین ابوالحسنی
 صعود غرور آفرین جنابعالی به قله ۷۱۳۴ متری
 لنین را تبریک گفته برای تان آرزوی موفقیت
 در صعودهای بعدی و عرصه های مختلف
 زندگی را داریم.
 گروه کوه نوردی آزادکوه

فروشگاه ورزشی فرهنگ
 عرضه کننده لوازم و وسایل کوه نوردی
 شرکت های معتبر در استان یزد
CD صعود بانوان کوه نورد ایران به اورست
موجود می باشد
 یزد - خ ایرانشهر - روبروی هنرستان شهید رجایی - ورزشی فرهنگ
 محمد مهدی کمالیان ۰۹۱۳۱۵۳۲۶۵۱ و ۰۳۵۱-۶۲۶۲۴۱۸



Mosaffa Company

MILLET



شرکت سازدوساخت مصفا

نماینده انحصاری CAMP & Millet در ایران

تهران : خیابان انقلاب • نرسیده به خیابان سیاه

کوچه فروغی • شماره ۴۷ • طبقه اول

فکس : ۷۷۶۵۲۴۷۱ - ۷۷۶۵۲۷۸۳ تلفن : ۷۷۵۲۸۷۹۴

E-mail: homb7576@yahoo.com



Designer : Vakilzadeh

۲۵۲۰۸۵۳
۵۵۴۸۴۳۱
۳۵۰۲۶۴۵
۰۹۱۱۱۲۵۰۳۴۱
۰۹۱۲۲۸۴۸۸۷۳

کولاک اسپورت
فروشگاه داغ داش
فروشگاه برف سیاه
فروشگاه دماوند
گیتی گستران آلوارس

همدان
تبریز
بجنورد
آمل
اردبیل

تلفن فروشگاه ها
۶۶۴۶۰۵۷۰
۶۲۶۹۶۲۶
۵۲۶۰۳۶۲
۲۵۲۳۴۹۸
۷۲۹۲۵۴۴
۲۳۳۷۳۹۶
۲۲۲۱۲۵۰
۷۷۷۵۷۴۴ - ۵
۲۲۳۲۸۹۸
۲۲۵۰۲۳۰
۲۲۳۹۱۴۵
۶۰۶۵۸۳۲
۰۴۱۱۵۵۳۳۴۷۶

اسامی فروشگاه ها
فروشگاه بنادک
خانجان خانی
فروشگاه صخره
فروشگاه قزل کوه
فروشگاه زرین
فروشگاه حق نگهدار
فروشگاه رضایی
شرکت ققنوس
فروشگاه پیک لج ور
فروشگاه شاهو
فروشگاه K2
اولین ستاره شرق
تختی

تهران
یزد
زنجان
همدان
کرمانشاه
شیراز
خرم آباد
اصفهان
اراک
سنندج
کرمان
مشهد
ارومیه



دفتر مرکزی: خیابان شریعتی - نرسیده به سه راه طالقانی - کوچه نقدی - مجتمع رازی - واحد ۲ - تلفن: ۷۷۵۱۰۴۶۳ - فکس: ۷۷۵۱۰۴۶۴

www.kassa.ir Email: info@kassa.ir

Kassa



PRODUCER OF CLIMBING WALL

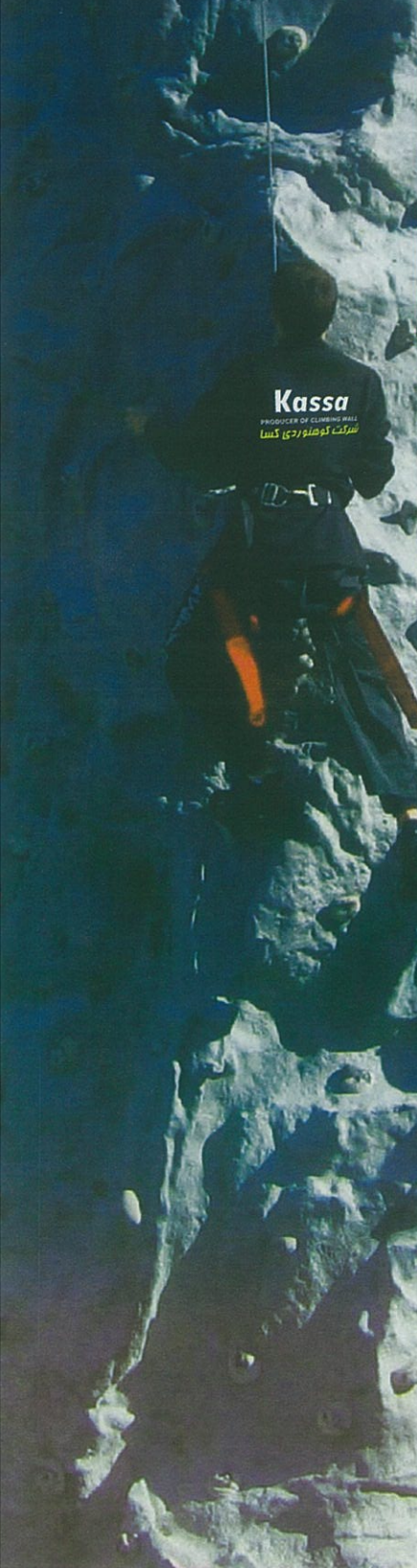
شرکت کوهنوردی کسا

اولین تولید کننده دیواره های مصنوعی سنگنوردی در ایران

با بیش از ۹ سال تجربه موفق



● دیواره صداوسیما





ALPAY *tour*

Adventure Sports & Travel Agency



نماینده فروش محصولات دیوتر آلمان

پخش محصولات : لافوما - مندل

(ارگانیزاتور تورهای آارات و شاه داغ آذربایجان)

آدرس : ارومیه - فیلیان ورزش - روبروی سالن شش هزار نفری
تجهیزات کوهنوردی آلپای



Address: Varzesh St.Urmia-Iran

Tel&Fax: +98 441 346 5797

Tel: +98 441 346 4371

GSM: +98 914 441 3735


+98 914 441 2128

E-mail:ALPAYtour@yahoo.com

www.ALPAYtour.com

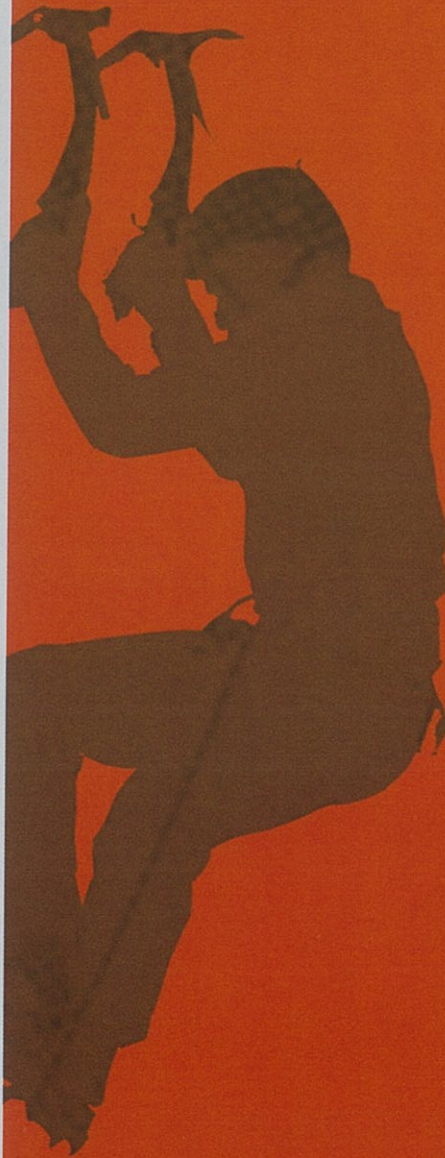
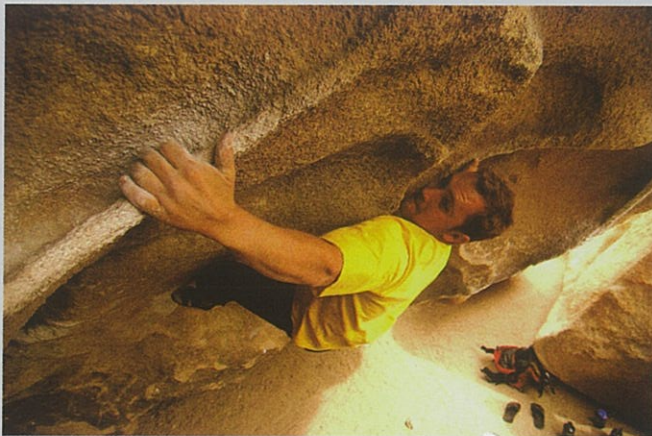
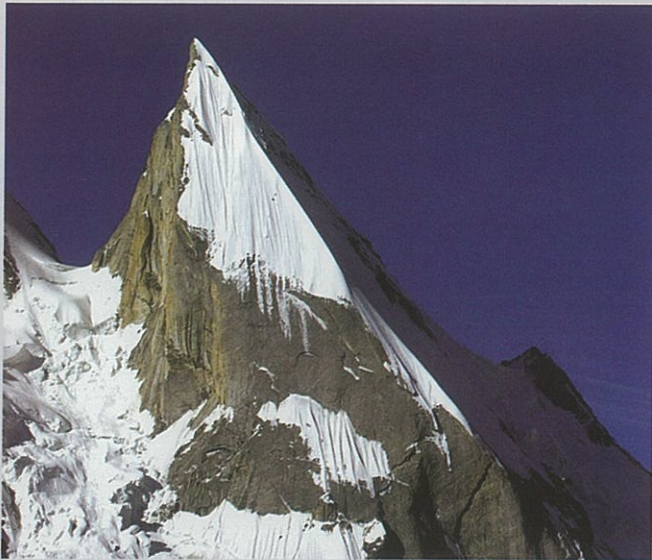

deuter


lafuma


MEINDL
Shoes For Actives

ZAGROS

RANGE



زاگرس رنج

تهران ، خیابان ولیعصر ، بالاتر از میدان مشیریه
روبروی خیابان راتق ، پلاک ۱۲۸۷
تلفکس : ۱۸۴۶۹۸۶۸۱ - همراه : ۰۹۱۲۳۳۶۳۰۰۰



Explorer Cameleon
Polarised + Photochromic. Antifog.



Développé en collaboration avec l'ENSA
(Ecole Nationale de Ski et d'Alpinisme Chamonix Mont-Blanc)

www.Julbo.com

Julbo®

SUPERNATURAL

نسیم وصال بهاران نمایندگی انحصاری Julbo®

info@nvb-co.com
www.nvb-co.com

تلفکس: ۸۸۴۱۹۹۵۱ : ۸۸۴۱۸۹۸۴
موبایل: ۰۹۱۲۲۴۷۰۵۴۷

Outdoor



Nautic



Speed



Lifestyle



Julbo 
SUPERNATURAL



پارسون

تنوع

کیفیت و امنیت
تخصص

 GRIFONE

WILDCOUNTRY 
the cam company™

 Bestard
MOUNTAIN BOOTS
SINCE 1940

 PRIMUS

 FERRINO

 ASOLO

 Red Chili

نماینده انحصاری لوازم و تجهیزات کوهنوردی معتبرترین کمپانیهای اروپائی

تهران - خیابان انقلاب - خیابان فخر رازی شماره ۸۲ واحد یک

تلفن : ۶۶۹۶۸۶۳۰ - ۶۶۹۶۸۶۲۹
فکس : ۶۶۴۱۱۵۲۱ - ۶۶۴۶۳۶۱۵ - ۶۶۴۶۲۶۱۵

Web: www.parsoon.ir

Email: info@parsoon.ir

پرسون

تنوع

کیفیت و امنیت
تخصص

"پرسون از شهرهای فاقد نماینده فروش نماینده فعال می پذیرد"

 **GRIFONE**

WILDCOUNTRY 
the cam company™

 **PRIMUS**

 **Bestard**
MOUNTAIN BOOTS
SINCE 1940

 **FERRINO**

 **ASOLO**

 **Red Chili**



"پرسون از شهرهای فاقد نماینده فروش نماینده فعال می پذیرد"

تلفن: ۵-۶۶۳۹۳۳۴

اصفهان - شرکت ققنوس

تلفن: ۳۲۲۵۵۷۴

سنندج - فروشگاه شاهو - جناب آقای مرتضی شیروانی

تلفن: ۶۰۵۲۵۰۹

مشهد - شرکت سبز نوردان - جناب آقای مشکینیان

تلفن: ۲۳۳۷۳۹۶

شیراز - فروشگاه حق نگهدار

تلفن: ۲۲۱۴۴۴۰

اراک - فروشگاه شریا - جناب آقای علی محمدی



نقاب برفی

فرهاد منتهی*

نقاب‌های برفی در اثر وزش باد و تجمع برف روی یال‌ها و قله‌ها تشکیل می‌شوند و دو نوع هستند: نقاب‌های مکنده و نقاب‌های فشرده به علاوه نقاب‌های برفی بر حسب فصول سال و سطحی که بر روی آن تشکیل می‌شود به نقاب‌های زمستانی و دائمی تقسیم می‌شوند.

نقاب‌های مکنده: این نوع نقاب‌ها در اثر وزش باد بر روی شیب‌های رو به باد و حمل ذرات برف که روی شیب به باد می‌نشینند تشکیل می‌شود. نقاب‌های فشرده: زمینه لازم برای تشکیل این نوع نقاب‌ها وجود نقاب مکنده‌ای است که در جریان هوا استحکام یافته و در اثر وزش باد ذرات برف متراکم شده و نقاب فشرده را تشکیل می‌دهد.

نقاب‌های زمستانی: این نوع نقاب‌ها در فصل زمستان و اکثراً در ارتفاعات پایین مناطق مرکزی آلپ تشکیل می‌شود از آنجایی که این نوع نقاب‌ها موقتی است معمولاً در اثر وزش باد نقاب‌های مکنده را به وجود می‌آورد.

نقاب‌های دائمی: این نوع نقاب‌ها در ارتفاع بالای ۳۰۰۰ متری آلپ شکل می‌گیرد نوع تشکیل این نقاب‌ها مشابه نقاب‌های زمستانی است با این تفاوت که در اثر گذشت زمان و تغییر دما استحکام آن بیشتر و از احتمال ریزش نقاب کاسته می‌شود و به شکل دائم باقی می‌ماند. نقاب‌های یالی: اگر شیب رو به باد یال زیاد شد و شیب پشت به یال کمتر، دو حالت به وجود می‌آید حالت اول آن است که هیچ گونه محلی برای تجمع برف و تشکیل نقاب وجود ندارد در حالت دوم انرژی حاصل از وزش باد روی سطح شیب‌دار یال به وسیله حرکت‌های دورانی باد خنثی می‌گردد در نتیجه وزش باد قادر به انتقال ذرات برف به سمت پشت به باد یال نبوده آن‌ها را روی یال باقی می‌گذارد هنگامی که وزش باد از سمت شیب کم صورت گیرد احتمال تشکیل نقاب برفی بیشتر است اگر شیب رو به باد زیاد باشد امکان تشکیل نقاب بر روی شیب پشت به باد وجود ندارد.

نقاب‌های مسطح: هر چه زاویه شیب کمتر باشد و مسطح وزش باد راحت‌تر انجام شده امکان حمل ذرات برف و تشکیل نقاب بیشتر می‌شود.

خطرات نقاب: نقاب‌های برفی برای کوهنوردان بسیار خطرناک هستند اگر روی آن راه بروند و یا از زیر نقاب حرکت کنند احتمال ریزش نقاب برفی وجود دارد. خطر نقاب‌های برفی دائم تنها در تابستان است و ریزش آنها بدون حضور کوهنورد در محل بسیار کم است ولی احتمال خطر ریزش نقاب‌های زمستانی به دلیل سست بودن شان و تحت تاثیر باد و حرارت (آب شدن) زیاد

است. هنگامی که بر اثر حرارت از ارتفاع نقاب کم می‌شود تشخیص آن از شیب رو به باد کم شده امکان رفتن کوهنورد بر روی آن زیاد می‌شود کوهنوردان باید متوجه باشند که نقاب فقط از نوک آن ریزش نمی‌کند بلکه مقلاری عقبتر از نوک شکسته و سرازیر می‌شود. ریزش نقاب برفی در زمستان یا پس از بارش برف تازه سقوط بهمین را موجب می‌گردد.

چگونگی مقابله با خطرات نقاب برفی:

افرادی که از کشته شدن کوهنوردان معروفی همچون هومن بهل، فریستن کاسپارک و غیره به علت سقوط نقاب مطلع هستند خطرات آن را دست کم نگرفته و آن را رعایت می‌کنند بستن افراد گروه به وسیله طناب با فواصل معین از یکدیگر دارای اهمیت فراوانی است به نحوی که در هر بار تنها یک نفر روی قسمت نقلی یال قرار بگیرد تحت هیچ شرایطی نباید روی بام نقاب رفت باید با فاصله قابل ملاحظه‌ای از محل احتمالی شکسته شدن نقاب حرکت کرد حتی اگر موجب پیاده روی بیشتر شود.

چگونگی عبور از نقاب:

اغلب اتفاق می‌افتد که برای پایین آمدن یا بالا رفتن از محلی باید از نقاب عبور کرد یا آن که برای پایین آمدن لازم است نقاب از بالا در هم کوبیده شود. از بالا بعد از بازرسی دقیق بالای نقاب از طرفین باید شکافی در باریکترین قسمت نقاب ایجاد کرد نفر اول از میان شکاف عبور کرده و در محلی که از پایین و طرفین مطمئن باشد قرار گیرد و نفرات بعد به همین ترتیب از همان محل عبور کنند. از پایین، محلی را که برآمدگی نقاب حداقل ضخامت را دارد انتخاب کنید در موقع کندن سوراخ کمی فاصله گرفته و دقت نمایید از آنجا که تشخیص مرکز ثقل نقاب از پایین به سادگی ممکن نیست حفر تونل از میان نقاب و عبور از آن ممکن است باعث در هم ریختن پایه نقاب و ریزش آن شود. هرگاه شکستن نقاب باعث افتادن سرگروه شود و نفر بعدی جای پای محکمی نداشته باشد باید نفر دوم به طرف مخالف بپرد و به این ترتیب جان خود و جلودار را نجات دهد. △

* زنجان

جناب آقای مهندس محمود شعاعی

حسن انتخاب شما را به ریاست فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی تبریک می‌گوییم.

فصلنامه کوه

Shiler

شیلر

موفقیت دیگر شیلر در ۸۰۰۰ متری ها
نامی برتر در تولید بهترین های پوشاک
گورتکس در شرایط دشوار
و مطابق با طرحهای زیبای بین المللی

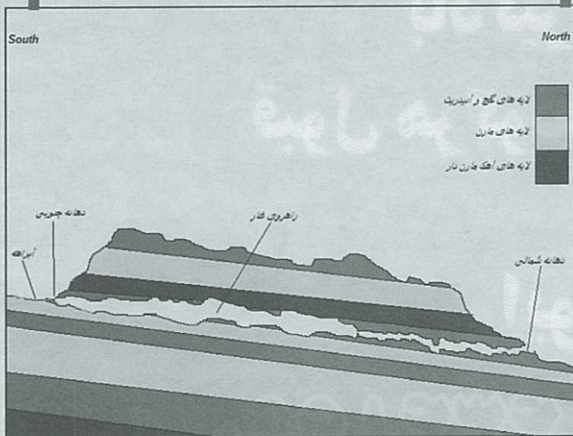
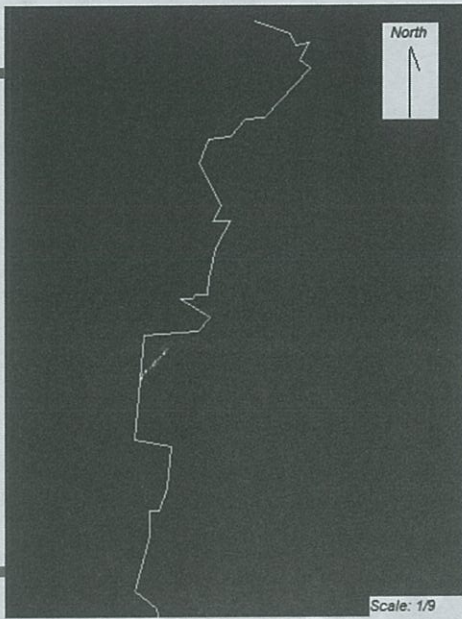
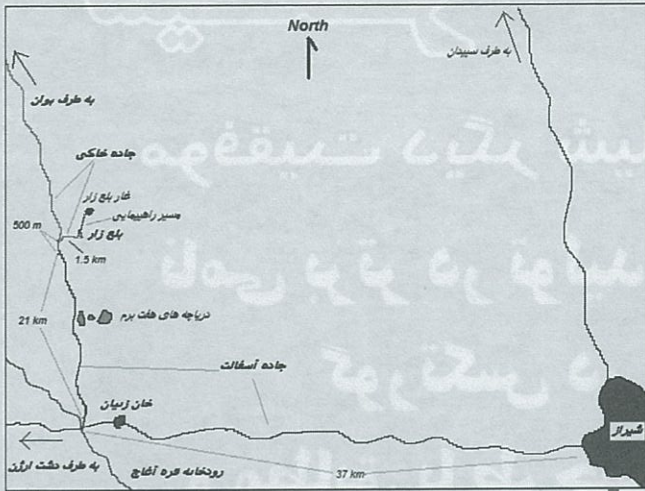
کیسه خواب ، دستکش ، کیسه بیواک
بادگیر و دیگر لوازم
قبول هرگونه سفارشات در ایران

ایوب وند

تلفن: ۰۲۳۳۶۸۶۶۰ - ۰۹۱۲ ۳۳۳۱۰۱۹۷

غار بلع زار

گزارش: احسان اقبال پور*



گروه کوه‌نوردی کوه‌یاران پارس در راستای وظیفه خود که اکتشاف، مطالعه و معرفی سیماهای ناشناخته یا کمتر شناخته شده طبیعی رشته کوه زاگرس می‌باشد، در آذرماه سال ۱۳۸۴ اقدام به بررسی و اندازه‌گیری غار بلع زار کرد. افراد گروه از ساعت ۹ صبح تا ۴ بعدازظهر به مشاهده، اکتشاف و اندازه‌گیری در درون غار پرداختند. یک سوم شمالی غار برای اولین بار به وسیله آنها کشف و مورد بررسی قرار گرفت که منجر به پیدا شدن دهانه شمالی آن گردید. یک سوم شمالی غار به عنوان قسمتی متفاوت با سایر بخش‌های غار، از نظر میزان طول، عرض، شیب عمومی و آزمون امتداد اندازه‌گیری شد. در شکل یک، کروکی امتداد این قسمت از غار ترسیم گردیده است.

نام این غار از روستای «بلع زار» گرفته شده است. بلع زار در گویش محلی به معنای محلی است که در آن نوعی گیاه به نام بلع (ریشه مک) رشد می‌کند. این غار از نظر تقسیمات کشوری در استان فارس، شهرستان شیراز، بخش ارژن، دهستان هفت برم کدیان، ۲ کیلومتری شمال روستای بلع زار واقع شده است. مختصات جغرافیایی روستای بلع زار، ۵۲ درجه و صفر دقیقه و پنجاه و پنج ثانیه شرقی و ۲۹ درجه و ۵۰ دقیقه و ۱۲ ثانیه شمالی و در ارتفاع ۲۲۲۶ متر می‌باشد. برای رسیدن به روستای بلع زار باید مطابق شکل ۳ عمل کرد. همان طور که در این شکل مشاهده می‌شود، روستای بلع زار به وسیله یک جاده خاکی ۱/۵ کیلومتری به جاده فرعی آسفالت هفت برم متصل می‌شود. ابتدای جاده فرعی هفت برم در مجاورت پل رودخانه قره آغاج، واقع در ۴ کیلومتری غرب روستای خان زنیان، قرار دارد. روستای خان زنیان در میانه راه اصلی شیراز - دشت ارژن واقع شده است. به عبارت دیگر جاده فرعی هفت برم از جاده اصلی شیراز - دشت ارژن منشعب می‌شود.

غار بلع زار از جمله غارهای غیرآهکی است، تشکیلات سنگی که غار در آن به وجود آمده است را در اصطلاح زمین‌شناسی زاگرس، سازند گچساران نظیر تمامی سازندهای زاگرس، منشأ رسوبی دارد. این سازند به صورت متوالی از لایه‌های آنیدریت (گچ بدون آب)، گچ، مارن (رسوبات سنگ‌نشده‌ای متشکل از ۷۰ درصد آهک و ۳۰ درصد سیلیس)، ماسه سنگ و سنگ آهک تشکیل گردیده است. از نظر سن زمین‌شناسی سازنده گچساران به میوسن زیرین تعلق دارد. بنابراین سنگ‌های رسوبی که غار بلع زار در آنها به وجود آمده است در حدود ۲۰ میلیون سال قدمت دارند. از نظر نحوه تشکیل، غار بلع زار به دلیل فرسایش آبی به وجود آمده است. به طور دقیق‌تر می‌توان گفت که در مسیر یک آبراهه، توده عظیمی از تشکیلات گچساران در امتداد شیب زمین به پایین لغزیده و جلوی آبراهه را سد کرده است. این آبراهه با نفوذ در توده لغزیده مذکور، راه خود را در درون آن باز کرده و بالاخره از آن خارج شده است. مسلماً با گذشت زمان فرسایش

دهانه جنوبی بسیار باریک و کوتاه است که سبب می‌شود فرد برای ورود به صورت سینه‌خیز اقدام کند. غار، طولی تقریباً برابر ۱/۵ کیلومتر دارد. بعد از آن گلوگاه بسیار باریک در محل دهانه جنوبی، به طرف شمال، عرض غار زیاد می‌شود. چندین تالار در طول راهروی اصلی غار ایجاد شده‌اند که سقف بعضی از آنها تقریباً ۴ تا ۵ متر ارتفاع دارد. دو سوم طول این غار نسبتاً عریض است اما یک سوم شمالی آن باریک شده و چندین آبشار کوچک در طول خود دارد. دهانه شمالی، نسبتاً باریک است اما فاصله سقف تا کف آن به حدی است که فرد می‌تواند به طور کاملاً ایستاده و با قامتی افزایش یافته به غار وارد شود. در طول غار چندین راهروی فرعی وجود دارند که همگی از راهروی اصلی منشعب شده‌اند. اکثر آنها طول اندکی دارند. اما یکی از آنها که در اواسط غار از راهروی اصلی منشعب می‌شود طولانی است و هنوز انتهای آن مشخص نشده است. آبراهه‌ای در کف این انشعاب جاری است که به نظر می‌رسد برای خود راهی به بیرون ساخته است.

در غار بلع‌زار موجوداتی نیز زندگی می‌کنند. نوعی قارچ با کلاهک بزرگ، رشته‌های سفیدرنگ چسبنده که از هزاران ریشه بسیار کوچک پوشیده شده‌اند (در مورد نام و چگونگی زندگی آنها اطلاعاتی نداریم) و خفاش، غار را به عنوان محل زندگی انتخاب کرده‌اند. همچنین جوجه تیغی، روباه و شغال از اوایل غار به عنوان پناهگاه استفاده می‌کنند. در منطقه‌ای که غار بلع‌زار واقع شده است به دلیل نوع تشکیلات سنگی و وجود آبراهه‌های فراوان، احتمالاً غارهای مشابه زیادی ایجاد شده‌اند. این مساله مهم ما را بر آن می‌دارد که در کل منطقه به اکتشاف دقیقی بپردازیم. Δ

افراد شرکت کننده: محمد کریمی، امید اکبرزاده، احسان اقبال پور.
* شیراز

آبراهه‌ای پیشرفت کرده و راهروی زیرزمینی خود، طبقات مارن، آهک مارنی، گچ و آیدریت را فرسوده و در آنها غار را حفر کرده است. شیب عمومی آبراهه به طرف شمال می‌باشد. بنابراین غار به طرف شمال عمیق‌تر می‌گردد (شکل ۲) با پیشرفت فرسایش به دلیل خالی شدن زیر طبقات آیدریتی و آهک مارنی، قطعات بزرگی از این طبقات در امتداد صفحات شکستگی از سقف جدا شده و به کف آن سقوط کرده است. دقیقاً در همین محل‌ها تالارهای بزرگ این غار پدیدار گشته‌اند. در بعضی قسمت‌ها، غار بسیار کم عرض و ارتفاع شده و به شکل گلوگاه باریک درمی‌آید. در قسمت هایی که آبراهه ایجاد کننده غار از درون یک لایه ضخیم و کم‌شیب آیدریتی عبور می‌کند، غار بسیار کم‌عرض و پرپیچ و خم می‌شود. در بعضی از قسمت‌ها، آبراهه، لایه گچی با بلورهای ژیبس درشت و براق را بریده و بنابراین در دیواره‌های غار به زیبایی قابل مشاهده‌اند. مخصوصاً به دلیل جلای شیشه‌ای کانی ژیبس، این بلورها در برابر نور چراغ قوه درخشندگی بسیار خوبی از خود نشان می‌دهند. چون غار آهکی نیست، استلاکمیت و استلاکتیت‌های بزرگ موجود نمی‌باشند. اما میکرواستلاکمیت‌هایی (استلاکمیت‌های بسیار کوچک) از جنس بلورهای ژیبس در سقف بعضی از قسمت‌های غار وجود دارند. دلیل پیدایش آنها چکیدن آب‌های غنی از یون‌های سولفات و کلسیم از سقف غار به کف غار می‌باشد.

راستای غار بلع‌زار شمالی، جنوبی است. دو دهانه دارد که مختصات دهانه جنوبی و شمالی به ترتیب عبارتند از:

دهانه جنوبی: ۵۲ درجه ۱ دقیقه ۱۳ ثانیه شرقی و ۲۹ درجه ۵۱ دقیقه ۸ ثانیه شمالی و ارتفاع ۲۱۰۴ متر.

دهانه شمالی: ۵۲ درجه ۱ دقیقه ۲۰ ثانیه شرقی و ۲۹ درجه ۵۱ دقیقه ۲۹ ثانیه و ارتفاع ۲۰۸۴ متر.

کلنگ کوهنوردی در دو مدل

سر کلنگ : فولاد کرم مولیبدن

دسته: آلیاژ آلومینیوم 6061 T6

سخمه: فولاد کرم مولیبدن

وزن ۸۰cm : ۶۵۰ گرم

سر کلنگ : فولاد استینلس استیل

دسته: آلیاژ آلومینیوم 6061 T6

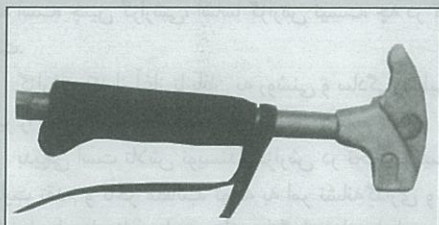
سخمه: کرم مولیبدن

گوه هشت وجهی دنا در ۵ سایز

از آلیاژ گروه ۷۰۰۰ آلومینیوم

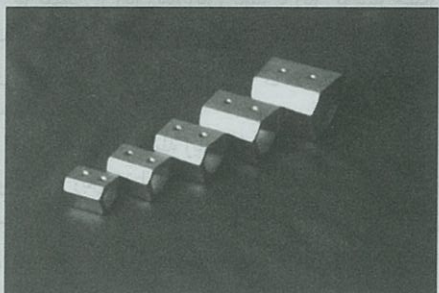
میخ ناودانی در دو مدل از آلیاژ کرم وانادیم

هدف ما: رشد صنایع ملی، رقابت با کالاهای خارجی، توسعه ورزش کوهنوردی



کرم مولیبدن

استینلس استیل



اصفهان - کارخانه صنعتی تحقیقاتی مهر - تلفن: ۰۳۱۲۵۸۳۶۳۹۰ - نمابر: ۰۳۱۱۴۴۱۱۶۶۳

فن گزارش نویسی

قسمت آخر

مهدی داوریور

بارها شاهد آن بوده‌ایم که دوستان، همکاران و هم نوردان در اکثر سطوح از نظر سواد و تحصیلات از نوشتن طفره رفته و اغلب کارها و اهداف ذی‌قیمت خود را به صورت شفاهی منعکس نموده‌اند، بدیهی است که این نوع گزارش گرچه بی‌تأثیر نیست ولی نه اثربخش است و نه ماندگار. تأثیر از مراتب مذکور همواره مرا به این امر تشویق می‌کرد که در این راه منبعی پر محتوا، گویا، ساده و کوتاه بیایم و به همراهان کم‌حوصله و نیازمند یادگیری این فن را معرفی کنم. مجموعه‌ای که در پی می‌آید مبتنی بر آخرین دستاوردهای علمی و فن‌آوری روز می‌باشد. امید است مورد بهره‌وری مطلوب قرار گیرد و معضل تهیه و تدوین گزارش در کوه نوردی مرتفع گردد. لازم به یادآوری است بنابه دلایل فنی در شماره پیش موفق به چاپ کلیدهای طلایی فرهنگ نشده بودیم که به این وسیله پوشش می‌خواهیم.

آوردن حقایق، بی‌آنکه مبالغه شود

منظور از تنظیم هر نوع گزارش، رساندن پیام و بیان کردن حقایق و واقعیات است. در این رهگذر هر نوع مبالغه یا بیش و کم، خواننده را از هدف نویسنده دور می‌کند و پایه‌های اعتماد میان نویسنده و خواننده را سست می‌سازد.

در طبیعت گزارش، مطالبی است که خود این مطالب، برانگیزاننده احساسات خواننده است و مبالغه‌ای در آن صورت نگرفته است، چنین گزارشی منطقی و اطمینان‌بخش است، ولی اگر طبیعت گزارش، برانگیزاننده احساسات نیست ولی با تلاش دروغین نویسنده این تحریف و کژی صورت گرفته و خواننده را تحت تأثیر قرار داده است، چنین گزارشی، اساساً گزارش نیست، چه در گزارش سخن از مسوولیت است.

گزارشی که از آغاز تا پایان به روشنی و سادگی تنظیم شده باشد، عملاً بهترین تأثیر را در خواننده می‌گذارد.

بدیهی است تلاش نویسنده گزارش در نحوه ترکیب کلمات، انتخاب واژه‌ها، رعایت تقدم و تأخر مطالب، توجه به امر نشانه‌گذاری و سایر راهنماهای نگارش، وظیفه‌ای اجتناب‌ناپذیر است، ولی برانگیختن احساسات - اگر معایر با واقعیت باشد - تمام تلاش نویسنده را خنثی و اجرش را ضایع خواهد ساخت و اعتماد خواننده را - که در نتیجه گذشت زمان حاصل آمده است - از میان خواهد برد.

نوشتن به صورت صحبت کردن نیمه رسمی

در نگارش باید کوشید همان گونه که در یک جلسه نیمه رسمی سخن می‌گوییم، بنویسیم، منظور از این راهنمایی آن است که افکار خود را با دقت و صراحت و در نهایت روشنی و کوتاهی (بدون تکلف و سقوط در سنگلاخ الفاظ پیچیده و عبارات چند پهلوی) بنگاریم. تنها کافی است هر یک از ارکان جمله؛ فعل، فاعل، مفعول را سر جای خود بنشانیم.

در بعضی از زبان‌ها، زبان گفتار با زبان نوشتار چندان فرقی ندارد. مردم همان گونه می‌نویسند که سخن می‌گویند. اما در برخی از زبان‌ها، زبان گفتار با زبان نوشتار فرقی می‌کند. هر چه زبان ادبیات ملتی پربارتر و قدیم‌تر باشد، فرقی میان زبان گفتار با نوشتار آن زبان بیشتر است.

زبان فارسی از جمله زبان‌هایی است که شکل گفتاری آن با شکل نوشتاریش تفاوت دارد. زبان گفتاری در هر شهر، بلکه در هر روستا فرقی می‌کند، حال آن که زبان نوشتاری در همه جا یکسان است. اگر در نگارش روی زبان گفتاری نیمه رسمی تکیه می‌شود. مقصود آوردن زبان گفتاری نیست، بلکه هدف رعایت سادگی زبان گفتاری در زبان نوشتاری است.

بدیهی است هرگز در نوشته خود نمی‌آوریم: "نظرم اینه" بلکه می‌نویسیم: "نظرم

این است."

در زیر نمونه‌هایی از جملات خیلی رسمی به نیمه رسمی تبدیل شده، به طوری که به شیوایی زبان هم لطمه‌ای وارد نشده است.

مثال: جملات خیلی رسمی جملات نیمه رسمی - ۱- این اداره اهتمام خواهد نمود. - ۱- این اداره خواهد کوشید. - ۲- محترماً نظر عالی را به این نکته معطوف می‌دارم. - ۲- محترماً نظر شما را به این نکته جلب می‌کنم. فصل ششم

نشانه‌گذاری و اهمیت آن در نگارش

انسان از نیروی عاطفه خود برای بیان مقصود استفاده می‌کند، و زبان، ابزار اداری آن مقصود می‌باشد.

ما به وسیله زبان و نوشتن، هدف‌ها و مفاهیم ذهنی خود را به دیگران می‌فهمانیم و پیغام‌های خود را با کلماتی که در گنجینه زبان ملی خود داریم، به آنها منتقل می‌سازیم، ولی این الفاظ و کلمات، با همه وسعت ترکیبی خود، چه در تلفظ و چه در نگارش، برای بعضی از حالات درونی و مفاهیم ذهنی، ناتوان و نارسا هستند. و برای جبران این نارسایی و ناتوانی ناگزیریم در مرحله تلفظ از کشش آهنگ، لحن گفتار، طنین صدا و اشارات چشم، دست، سر و صورت و انقباض و انبساط عضلات چهره و پیشانی خود استفاده کنیم. و در مرحله نگارش نشانه‌ها و اشارات قراردادی جهانی بین‌المللی را جایگزین نارسایی و ناتوانی الفاظ و کلمات سازیم و به کمک آنها حالات درونی و مفاهیم ذهنی و نکاتی را که به صورت نوشته و کلمات نمی‌توان ادا کرد، به خواننده برسانیم.

بنابراین نوشتن که عبارت است از نمایش دادن کلام به وسیله حروف و ترکیبات گوناگون آن با استفاده از نشانه‌های نگارش، روح و روانی خاص پیدا می‌کند. بعضی از نشانه‌ها که کاربرد بیشتری در گزارش نویسی دارد به شرح زیر است: نقطه (.)

نقطه، نشانه‌ی قطع رشته صوت و ختم کلام است، و توقف کامل را می‌رساند و پایان یک جمله را اعلام می‌دارد؛ مثل، "استاد روز گذشته به دانشگاه آمد."

نقطه بعد از حروفی که نشانه اختصاری نام‌هاست نیز به کار می‌رود، مثل آی. بی. ام. نشانه فاصله یا ویرگول (،) یا سرکج:

در طول رشته کلام هر جا که معنی مطالب، مکث و درنگ کوتاهی را اقتضاء کند ویرگول می‌گذاریم، مثال: اگر برادران به موقع آمده بود، به احتمال زیاد، برای این مورد انتخاب می‌شد.

نقطه با ویرگول یا سرکج با نقطه (؛)

این علامت، نشانه درنگی بلندتر از ویرگول و کوتاه‌تر از نقطه است و معمولاً در موقعی که جمله تمام شده ولی مطلب ادامه دارد استفاده می‌شود.

مثال: "عبید زاکانی دانشمند وارسته‌ای بود؛ ولی چون روح حاکم بر زمان مناسب نبود، حرف خود را در قالب شوخی و مزاح می‌گفت."
دو نقطه بیانی (:)

دو نقطه نشانه شرح است، و هنگام توضیح بیشتر مطالب به کار می‌رود. دو نقطه نشانه مکثی بلندتر از نقطه می‌باشد.

مثال: ساعات حرکت هواپیمای جمهوری اسلامی از تهران به مشهد: تمام ایام هفته؛ ساعت ۱۸/۳۰
سه نقطه یا نشانه تعلیق (...)

سه نقطه به هنگام حذف یک کلمه استفاده می‌شود.
مثال: فقر فرهنگی در اجتماع موجب بروز فساد و ... می‌شود.
چند نقطه (...)

چند نقطه نشانه حذف یک یا چند جمله می‌باشد.
مثال:

ای خواجه اگر همی بهشت هوس است
خیرات بکن اگر ترا دسترس است
خیرات چو کرده‌ای برو ایمن باش
در خانه بس است

تیره بلند (-)
تیره بلند نشانه تفکیک است برای قطع مطلب و قید جمله معترضه.

مانند: کوهستان - مناظر زیبای آن - که با شکوه و دل‌انگیز است - مرا از درد اعصاب آسوده کرد.
خط کشیده

خط کشیده برای برجسته نمودن یا مشخص کردن قسمتی از نوشته اعم از دست نوشته یا ماشینی به کار برده می‌شود، و برای اهمیت بخشیدن به آن مقدار از نوشته استفاده می‌گردد.

دو کمان یا گریز نما ()
این علامت برای توضیح اضافی یا ذکر جمله‌ای که از بحث خارج است و نیز برای جدا کردن بعضی از کلمات یا جملات بکار می‌رود.

مانند: علم منطق انسان را به درست فکر کردن وا می‌دارد. اغلب دانشمندان منطقی فکر می‌کنند و منطقی صحبت می‌کنند (متأسفانه همکار من به هیچ وجه از منطق اطلاعی ندارد) که این خود نشانه شخصیت و کمال آنها است.

گیومه / نشانه نقل قول ""
همان طور که از اسمش پیداست نشانه نقل قول است و در آغاز و پایان سخنی که مستقیماً از شخص یا منبعی نقل می‌شود، قرار می‌گیرد مانند: حضرت امام جواد(ع) می‌فرمایند: "بهترین مردم کسی است که از وجودش نفعی به بندگان خدا برسد."

یک ستاره (*)
یک ستاره برای جلب توجه و نظر مطالعه‌کننده به ذیل صفحه است، نشانه توجه به پاورقی هنگامی که کار برده می‌شود که بیان مطلبی از سیاق و روال نوشته خارج است، و یا نویسنده نمی‌تواند آن را در داخل نوشته بگنجانند، از طرفی موضوع مورد نظر را نمی‌تواند رها کند و یا ناگفته بگذارد. در این گونه موارد با درج یک ستاره در پهلوی جمله یا کلمه توجه خواننده را به حاشیه ذیل صفحه جلب می‌کند. به این ترتیب که در ذیل صفحه، بعد از علامت ستاره توضیح لازم ارائه می‌شود.

دو ستاره (**)
به منظور احتراز از تکرار مطلبی که قبلاً در کتاب یا نوشته درج گردیده است، نویسنده از نشانه دو ستاره که موازی هم قرار داده استفاده می‌کند. بدین ترتیب که با قید این نشانه، به خواننده توجه می‌دهد که مطلب مورد نظر قبلاً در صفحات پیشین درج شده که به آن مراجعه کند.

سه ستاره (***)
از این علامت به منظور نشان دادن تغییر روال نوشته و یا تغییر کلی سیاق سخن استفاده می‌شود. نحوه عمل بدین ترتیب است که جمله را پایان داده و با ۳ سطر

فاصله، نوشته بعدی را آغاز می‌کند و علامت سه ستاره را در وسط فاصله ایجاد شده قرار می‌دهد.

اقسام گزارش

به طور کلی گزارش‌ها از نظر ارایه به دو نوع متفاوت تقسیم می‌شود.

الف- گزارش کتبی

چنانچه ارایه اطلاعات، بررسی‌ها و پژوهش‌ها به صورت کتبی باشد، آن را گزارش کتبی می‌نامند.

ب- گزارش شفاهی

هر گاه اطلاعات، بررسی‌ها و پژوهش‌ها به صورت سخنرانی و مشاوره (بحث و گفتگو) ارایه شود، آن را گزارش شفاهی گویند. گاهی فوریت مطالب و عدم نیاز به نگهداری آن در پرونده جهت مراجعات بعدی، ایجاب می‌کند که گزارش‌ها به صورت شفاهی عنوان شود.

مزایا و مشکلات گزارش‌های کتبی و شفاهی

هر یک از این دو نوع گزارش دارای مزایا و مشکلاتی است که آگاهی از جزئیات این مزایا و مشکلات، فرد را قادر خواهد ساخت که با توجه به سایر جوانب، به روشنی تصمیم بگیرد و یکی از این دو نوع گزارش را برای انجام مقاصد و تحقق اهداف خویش برگزیند.

در سازمان‌های اداری غالباً دیده شده که کارکنان، گزارش‌های خود را شفاهاً به سرپرستان مستقیم خود ارایه می‌دهند و حتی در مواردی که گزارش‌های کتبی نیز به وسیله آنها تهیه و ارایه گردیده است، در عین حال همان گزارش‌ها را از نو به صورت شفاهی بیان می‌کنند.

بدیهی است هر گاه فاصله میان کارکنان و رؤسای آنها زیاد نباشد و گزارش‌ها نیز از مرز کارهای عادی و روزمره نگذرد، می‌توان در مواردی آنها را شفاهاً ارایه کرد، ولی غالباً گزارش‌های اداری به صورت کتبی تنظیم و ارایه می‌گردد.

مزایای گزارش‌های شفاهی

- کم و زیاد کردن و متناسب ساختن مطالب بر حسب شرایطی زمان و مکان و نوع شنوندگان.

- امکان طرح فوری گزارش و بیان آن، از نظر صرفه‌جویی در وقت.

- امکان استفاده از نظرات شنوندگان از راه پرسش و پاسخ جهت حل و فصل مشکلات موجود.

- استفاده از وسایل سمعی و بصری از قبیل: فیلم، اسلاید، تابلوایز (تابلو با چهارپایه، نحوی که متحرک باشد)، اورد یا اوپک و غیره.

- آگاهی فوری گزارشگر از نتایج گزارش خود در بسیاری از موارد.

- مقرون به صرفه بودن آن در اکثر اوقات.

- تأثیری که می‌تواند از راه بکار بردن اشارات دست، خطوط چهره و پیشانی، حالات روحی، زیر و بم ساختن آهنگ کلمات، حرکات چشم، سکوت در موقعیت‌های

گروه تبلیغات فرات

هدایای نمایشگاهی، همایشی و تبلیغاتی

مدیر عامل
کازم مبهوتیان

« قلم، کاغذ و سوت از وسایل کوهنوردی است. »

تلفن: ۰۱ - ۵۰۵۰۷۱۵ - ۵۵۵۰۵۱۸۵۲۸۸
همراه: ۰۹۱۲۳۳۸۵۰۹۶ - ۰۹۱۲۱۳۰۸۳۷۰

www.mog.talqa



فرات

گونگون و استفاده از تعابیر، اصطلاحات، لطیفه‌ها و غیره بر شنوندگان بگذارد.
- امکان حذف بخشی از گزارش‌ها بر حسب موقعیت و تکمیل آنها بر حسب ضرورت.

مشکلات گزارش‌های شفاهی

- نامناسب بودن محل گزارش و نداشتن نور و شرایط لازم و کافی.
- نبودن وسایل مورد نیاز.
- نبودن فرصت کافی برای دعوت از افراد ذیربط.
- استنباط‌های گوناگون افراد از مطالب طرح شده.
- فراهم نبودن امکانات جهت ضبط و ثبت بیانات افراد در پاره‌ای از موارد.
- محدودیت وقت برای بیان مطالب که ممکن است نیاز به وقت بیشتری داشته باشد.

- محدود بودن امکانات پخش مطالب برای آگاهی عموم در صورت لزوم.

- ضعف بیان و عدم احاطه گزارشگر بر موضوع سخن و همچنین عدم توجه به وضع ظاهر که خود از تأثیر کلام خواهد کاست.

- عدم امکان تطبیق مطالب طرح شده با منابع، مأخذ یا مراجع و همچنین استانداردها و موازین در صورت لزوم.

- قابل استناد نبودن (مگر اینکه ضبط شده باشد).

مزایای گزارش‌های کتبی:

- امکان استفاده از وقت و زمان به اندازه کافی.

- امکان استفاده عمومی از گزارش‌ها از طریق تکثیر و انتشار آنها.

- امکان ضبط و بایگانی برای سال‌ها و بلکه قرن‌ها.

- مستند ساختن آن با اسناد، مدارک، آمار، تابلو رنگی و تصاویر و سایر امکانات.

- گویا ساختن آن از راه استفاده از حروف نازک، سیاه، خطوط رنگی و سایر تزئینات چاپی.

- امکان فصل‌بندی و طبقه‌بندی (می‌توان تهیه و تنظیم بخش‌ها یا فصولی از گزارش را بر عهده افراد کاردان گذاشت).

- فراهم آمدن اعتماد و اطمینان بیشتر.

- استفاده از آن برای معرفی و تبلیغ در موارد لازم.

مشکلات گزارش‌های کتبی:

- احتیاج به صرف وقت زیاد در بسیاری از موارد

- صرف هزینه زیاد برای تهیه کاغذ، وقت ماشین نویس و تأمین نیروی انسانی متخصص برای انجام این کار. (به همین دلیل بعضی از مؤسسات بزرگ کار تهیه و تنظیم گزارش‌ها را بر عهده مؤسسات دیگر می‌گذارند، که آن هم معمولاً بدون اشکال نخواهد بود).

- دشواری استفاده از تمام اصول گزارش‌نویسی و مبادله اطلاعات.

- عدم استقبال عمومی افراد از تهیه گزارش به دلیل سختی کار و ترس از توانایی‌های خود.

- عدم امکان دریافت فوری نتایج گزارش‌های کتبی در بیشتر موارد.

طبقه‌بندی گزارش‌ها

گزارش‌ها بر حسب نوع و شکل کلی، به دو دسته یا طبقه تقسیم می‌شوند:

دسته اول - گزارش‌های رسمی کوتاه

دسته دوم - گزارش‌های رسمی بلند

الف) گزارش‌های رسمی کوتاه

گزارش رسمی کوتاه به گزارشی گفته می‌شود که معمولاً تا سه صفحه مرسوم اداری تهیه می‌شود و از سادگی برخوردار است و موضوع آن مسائل ساده اداری و روزمره است.

گزارش‌های رسمی کوتاه استاندارد شده و دارای روشی یکنواخت نیست و اگر در بعضی از سازمان‌های اداری، برخی از این گزارش‌های توضیحی به ویژه گزارش‌های یک و دو صفحه‌ای به صورت فرم در آمده و استاندارد شده است، نباید همه گزارش‌های این دسته را از این نوع دانست.

در گزارش‌های یکنواخت و استاندارد شده، پرتوی از فکر و ابتکار نویسنده دیده نمی‌شود، بنابراین اگر در اینجا از گزارشی سخن می‌گوییم، مقصود گزارشی است که برخاسته از فکر و ابتکار نویسنده آن باشد و نیروی اندیشه وی در پروراندن مطالب گزارش سهمی به سزا داشته باشد.

نیک می‌دانیم که گزارش‌های دسته اول؛ یعنی گزارش‌های روزمره در شرایط مشکلی نوشته می‌شود و غالباً، فرصت فکر کردن کم است و بیشتر به دست کسانی تنظیم می‌شود که در این زمینه خوب کار نکرده‌اند و تجربه کافی ندارند. بنابراین لازم است در این مورد به کسانی که مسؤلیت تنظیم گزارش‌ها را بر عهده می‌گیرند، آموزش لازم داده شود و دوره کوتاه گزارش‌نویسی برایشان اجرا گردد.

در مورد این نوع گزارش‌ها توجه به نکات زیر ضروری است:

۱- انتخاب عنوان (موضوع) به نحوی که گویای محتوای متن باشد.

۲- آوردن مقدمه‌ای متناسب با متن (حداقل دو سطر) برای به دست آوردن سابقه و آماده ساختن ذهن خواننده.

۳- استفاده از پاراگراف یا عناوین اصلی و فرعی به منظور طبقه‌بندی گزارش.

۴- آوردن پیشنهاد یا نتیجه در پایان

۵- ارائه یک درخواست و راه‌حل.

ب) گزارش‌های رسمی بلند

گزارش رسمی بلند به گزارشی گفته می‌شود که معمولاً بیش از سه صفحه بوده و در بعضی از موارد تا دهها صفحه ادامه می‌یابد. این نوع گزارش‌ها بیشتر به موضوعاتی علمی، پژوهشی، فرهنگی، اجتماعی، فنی و موارد مشابه مربوط می‌شود که اغلب از نظر زمان تهیه نیز طولانی است و در بعضی از موارد تهیه‌کنندگان آن بیش از یک نفر و گاهی یک گروه می‌باشند.

یادمان باشد گزارش عملکرد امروز برای آیندگان، فرهنگ و تاریخ محسوب می‌شود و چه نیکو است تا مایه مباهات اعلام گردد. Δ

منابع:

فن گزارش‌نویسی: دکتر مهدی ماحوزی

گزارش‌نویسی و آئین نگارش: دکتر مهدی ماحوزی

گزارش‌نویسی: جمشید صداقت کیش

لغت‌نامه دهخدا: علامه دهخدا

نگارش برای مدیران و تصمیم‌گیران: ماریا و هلوکامب و جودیت ک. استین

دستور زبان فارسی: پرویز خانلری

فرهنگ نفیسی: (ناظم الاطباء) پنج جلد با تلخیص

نشانه‌گذاری: محمد پژوه

بر سمنند سخن: دکتر نادر وزین پور

فروشگاه اسپیلت

تعداد محدودی بادگیر شلوار گرتکس طرح
جدید تولید نموده و آماده است به هم نوردان
گرامی عرضه نماید.

آدرس: خ مفتح جنوبی - بین سمیه و انقلاب - قبل از زیرگذر دروازه دولت - پلاک ۷۸

۸۸۳۰۱۰۸۴-۸۸۳۱۳۳۹۷

www.espilat.com



باشگاه ورزش‌های کوهستانی کاوه تقدیم می‌نماید:

- پذیرش عضویت باشگاه در سراسر کشور
- برگزاری دوره‌های آموزشی کوه پیمایی، سنگ نوردی، غار پیمایی، یخ و برف، صعودهای ورزشی، جست و جو و نجات از مقدماتی تا پیشرفته
- راهنمایان و مربیان مجرب باشگاه آماده راهنمایی جهت هرگونه فعالیت در ارتفاعات البرز شمالی از دماوند تا درفک اعم از قله، غار، آبشار، دیواره، گرده، خط الراس، دژها و جنگل‌های دیدنی می‌باشند
- برنامه‌های برون مرزی: آرات، کازبک، البروس، شاه داغ، کلیمانجارو، لنین، موستاق آنا، آیلندپیک، B.C. اورست و غیره در نپال
- تورهای طبیعت گردی در البرز شمالی

آدرس: تنکابن - ساحل طلایی - جنب نمایندگی مزدا - دفتر باشگاه کاوه

تلفن: ۰۹۱۲ - ۴۲۷۳۴۰۰، نمابر ۴۲۷۴۲۲۶ - ۰۱۹۲

همراه مشهدی ۰۹۱۱۹۱۱۶۹۰، فلاحی کار ۰۹۱۱۹۱۱۱۰۲

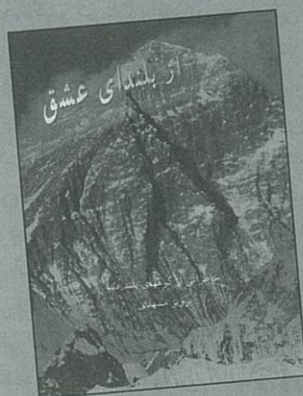
...هم چون کوه خاطره انگیز

نویسنده: پرویز مشهدی

تجاری ارزشمند از تمام جزییات برنامه صعودهای برون مرزی

اعم از: آرات، شاه داغ، کازبک، البروس، کلیمانجارو، لنین،

موستاق آنا، آیلندپیک و...



کلیمانجارو از نگاهی دیگر



گزارش: بدری ولیان - حسن زرین قلم

برای فراهم آوردن تسهیلات سفر، یکی از دغدغه‌های اصلی، تهیه ویزای کشور تانزانیا بود. که چون این کشور در ایران سفارتخانه ندارد به ناچار باید از طریق یکی از کشورهای همسایه، مثل دوبی اقدام می‌کردیم. (هر چند که اگر هدف تنها صعود به قله کلیمانجارو بود به دلیل نزدیکی این کوه با مرز کنیا می‌توانستیم با پرداخت ۵۰ دلار آمریکا، ویزای اقامت در کنیا را از طریق سفارت این کشور در ایران تهیه کرده و پس از رسیدن به کنیا جهت ویزای تانزانیا اقدام کنیم.)
شریحی بر تانزانیا و زنگبار:

تانزانیا در شرق قاره آفریقا و در حاشیه اقیانوس هند قرار گرفته است. به خط استوا بسیار نزدیک است و حاصل این نزدیکی، پدید آمدن دو فصل متفاوت در این کشوری باشد، که یکی از آنها، فصلی پر باران و مرطوب است و به توصیه شرکت‌های کوهپیمایی، بهتر است صعود به قله کلیمانجارو در این فصل انجام نشود (بهترین فصل صعود به قله کلیمانجارو مقارن با فصل زمستان در ایران بویژه بهمن ماه می‌باشد) و فصل دگر خشک و کم باران. شرایط جغرافیایی تانزانیا پوشش گیاهی متنوع و پر برکتی از انواع درختان پر محصول ایجاد کرده که پتانسیل این کشور را جهت احداث تعداد قابل توجهی کارخانه کمپوت سازی، کنسرواتره و مواد غذایی بالا برده است. از انواع محصولاتی که در حال حاضر از این کشور صادر می‌شود می‌توان به قهوه، میخک، نارگیل، چای، تنباکو، ذرت، نیشکر و گندم اشاره کرد. مدیریت توریسم در این کشور از قوانین مدون و معلومی برخوردار است و مردم به ضرورت گسترش این صنعت در کشورشان بسیار اهمیت می‌دهند و برای حفظ هرچه بهتر آن تلاش می‌کنند.

واحد پول تانزانیا، شیلینگ است. تانزانیا سال‌های زیادی مستعمره انگلیس بوده و حال تاثیر فرهنگ انگلیسی را بر بسیاری از قوانین و آداب حاکم بر این کشور می‌توان مشاهده کرد. (اعم از قوانین راهنمایی و رانندگی، معماری منازل مسکونی

و برج‌های تجاری، گویش مردم و برخورد با صنعت توریسم و غیره...). مردم این کشور مسیحی و مسلمان هستند و عده‌ای دارای مذاهب بومی می‌باشند، که البته آمار مسلمانان در جزیره زنگبار افزایش می‌یابد. زنگبار جزیره‌ای است در شرق تانزانیا، یک جمهوری نیمه خود مختار است که به صورت مستقل مجموعه خود را اداره می‌کند اما در تصمیم‌گیری‌های سیاسی، تابع دولت مرکزی تانزانیا است. این جزیره یکی از بهترین قطب‌های توریستی منطقه می‌باشد و جاذبه‌های فراوانی نیز در خود جای داده است. ضمناً حضور پر رنگ تاجران ایرانی، نزدیک به سیصد سال پیش در این منطقه، نسلی از دو رگه‌های ایرانی زنگباری، یا ایرانی هندی را پدید آورده است که اکنون پس از گذشت سالهای زیاد، بر جاری بودن خون آریایی در رگ‌هایشان مباحث می‌کنند و گفتنی است که «فردی مرکوری» عضو گروه بزرگ و پر طرفدار کوئین فرزند یکی از این خانواده هاست. (نا گفته نماند که آنان در زنگبار شناخته شده‌ترین تانزانیا). در این جزیره از نزدیک با ملوان‌هایی آشنا شدیم که از شیرینی سفرهایشان به بندر بوشهر و بندر عباس سخن می‌گفتند و خاطرات روزهای طولانی اقامت در ایران را مرور می‌کردند، قالب معماری در جزیره زنگبار مراکشی است. خانه‌ها دارای دیوارهای بلند و اغلب دو طبقه‌اند. کوچه‌ها بعضاً تنها به اندازه دو تنه انسان پهنا دارند. حفظ سنت‌های اصیل بدون استثناء در سراسر جزیره قابل ستایش است و یکی از عوامل اصلی جذب توریست می‌باشد.

پوشش گیاهی و گونه‌های جانوری:

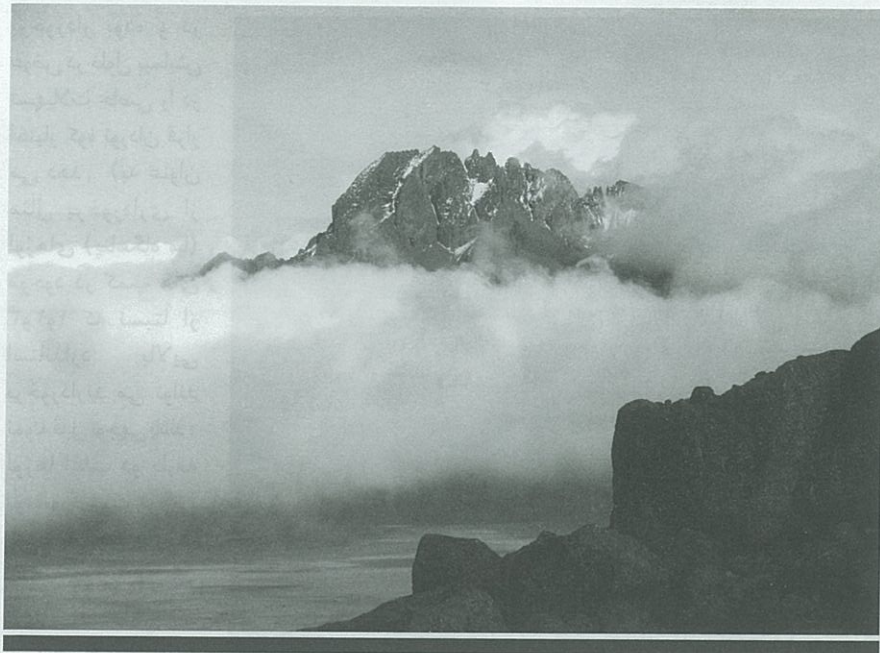
اشاره کردیم که نزدیکی تانزانیا به خط استوا در این منطقه آب و هوایی نیمه استوایی ایجاد کرده که حاصل آن تنوع گونه‌های گیاهی و جانوری می‌باشد. یکی از قابل توجه‌ترین مناطق مکانی است به نام، پارک ملی «سرنگتی» که بخشی از آن نیز در کشور کنیا قرار دارد. این پارک به ۴ منطقه شمالی و جنوبی و شرقی و

غربی تقسیم می شود. دهانه آتشفشانی «نگرونگرو» در سرنگتی جنوبی قرار دارد. این بزرگترین دهانه آتشفشانی کره زمین بیست کیلومتر پهنا دارد و سه میلیون سال قبل فعال بوده است و خاکستر حاصل از گدازه های آن بر روی زمین، بستری مناسب برای رویش انواع درختان و علف های سرسبز ایجاد کرده که به تبع آن در تنوع گونه های جانوری نیز به شدت تاثیر گذار بوده است. نگرونگرو عنوانی است که محلی ها به آن اطلاق می کنند از جمله حیوانات موجود در آن می توان به چیتاها و شیرها و علف خوارانی نظیر فیل، زرافه، ایمپالا، گورخر و غزال های تامسون اشاره کرد. مانیارا نیز مجموعه ای از دریاچه ها و حوضچه های آب معدنی و جنگل های درخت «آگاسیا» می باشد و تعداد زیادی فیل، شیرهای بالا رونده از درخت و اسب آبی در آن زندگی می کنند.

اقوام ماسایی :

ماسایی ها، اقوامی هستند که به صورت قبیله ای زندگی می کنند. در سراسر شمال و شمال شرقی تانزانیا و جنوب کنیا پراکنده اند و به قول محلی ها بکرترین قبایل آنها را

می توان در نزدیکی مرز کنیا جستجو کرد. ماسایی ها یکی از ۲۰ قومی هستند که در تانزانیا وجود دارند و به خاطر تعداد زاد شان، شکل ویژه آداب و رسومشان، قدمتشان و نوع پوشششان برای سایر ملل نیز شناخته شده ترند. ماسایی ها جامه هایی بلند و ردا مانند با رنگ هایی گرم و خالص به تن می کنند به جای سوراخ کردن گوششان، بخشی از گوشت آن را برداشته و با گوشواره های سنگین و رنگارنگ تزئین می کنند و از حلقه های دایره ای شکل زیادی به عنوان گردنبند و نوعی نوار چرمی به جای پا بند بهره می برند پاپوش هایی شبیه به سندل دارند و عصایی بلند و تراشیده از چوبی خاص که هم به آن تکیه می دهند، هم برای حمل بار از آن استفاده می کنند و هم به جای نیزه برای شکار حیوانات به طرف آنها پرتاب می کنند. ماسایی ها اقوامی مستقل هستند و بیشتر مایحتاج خود را به تنهایی تامین می کنند. از کشاورزی در اطراف محل سکونتشان استقبال شایانی نمی کنند اما در عوض به دام به ویژه گاو علاقه زیادی دارند. دام به ویژه گاو و اسب های شان را با آرماتورهایی انعطاف پذیر از چوب بنا می کنند و به جای



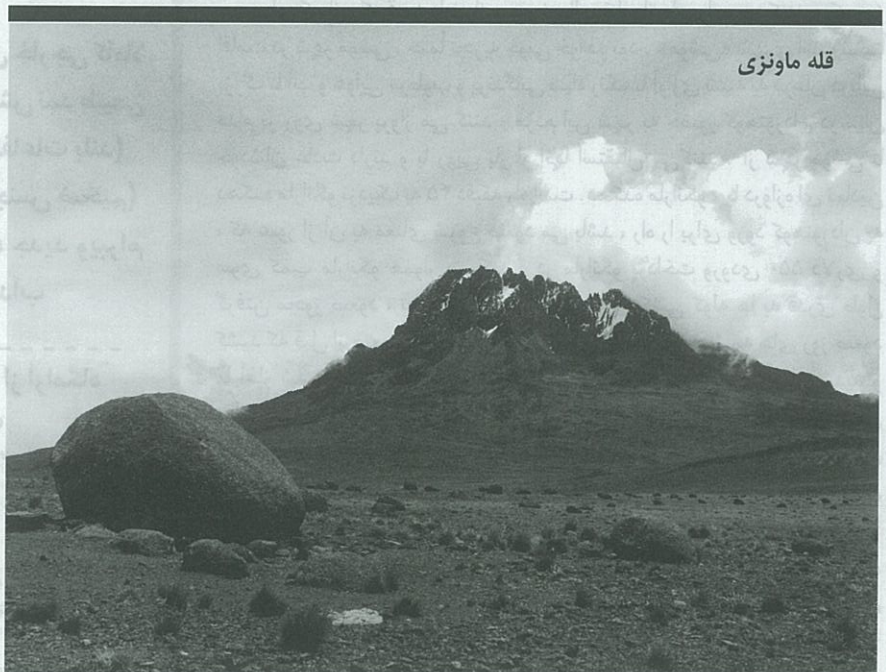
خشت های گلی از فضولات گاو استفاده می کنند. برای تامین غذای خود شیر و خون گاو را با یکدیگر مخلوط کرده معجونی به دست می آورند که هم از آن ارتزاق می کنند و هم برای محافظت بدنشان در مقابل نور خورشید و نیز جلوگیری از تجمع حشرات موزی در اطرافشان، پوست خود را بدان معجون آغشته می کنند. سطح بهداشت در میان این اقوام بسیار پایین است و آمار مرگ و میر بالا. مسئولین آموزشی دولت تانزانیا در ابتدای هر سال تحصیلی به میان این قبایل می آیند و کودکانی که به سن تحصیل رسیده اند را به اجبار از قبیله شان جدا کرده و امکانات تحصیلی در شهر را برای شان فراهم می کنند. پس از پنج سال آنها را مجدداً به قبیله باز می گردانند و از آنجا که این کودکان شناسنامه ای ندارند والدین بر روی صورت و دست فرزندان شان داغ هایی به شکل های خاص و منحصر می زند تا پس از بازگشت قابل شناسایی باشند. هم اکنون تعداد ماسایی های تحصیل کرده و دارای مشاغل دولتی در کشور تانزانیا قابل توجه است.

کوه کلیمانجارو:

کلیمانجارو، کوهی است به ارتفاع ۵۸۶۵ متر. این کوه دارای شش مسیر تعریف شده صعود می باشد که عبارتند از: جبهه شمالی: مسیر کنیا، جبهه جنوب شرقی: مسیر نرمال (مارانگو)، جبهه غربی: مسیر آروشا و سه جبهه جنوبی که همگی از جنگل های انبوه می گذرند.

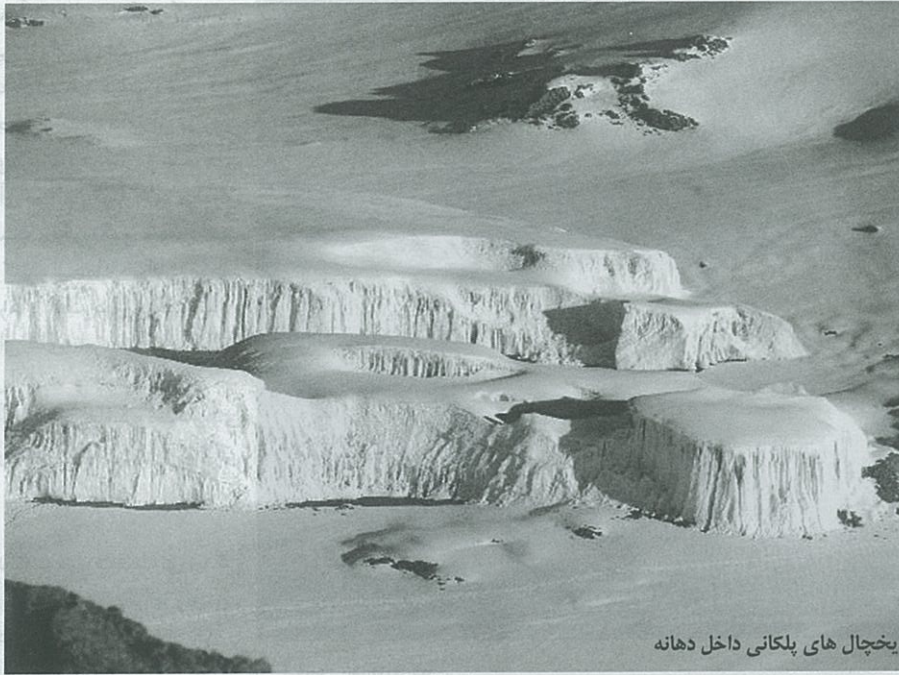
«کلیمانجارو» مدت هاست که به عنوان بلندترین قله قاره آفریقا شناخته شده و اعتباری جهانی برای صعود کنندگان قله های مرتفع هفت قاره جهان به ارمغان می آورد. این قله نماهای بسیار زیبایی را در ساعات مختلف روز همراه با کوه هم جوارش «ماونزی» هم در سرزمین تانزانیا و هم در کنیا به روی دوستداران طبیعت می نمایاند. این کوه در اطراف خود دارای پوشش جنگلی فشرده ای است که منجر به بارش های طولانی و پر آب در ارتفاعات پائین تر می گردد. از آنجا که مدت هاست قله «کلیمانجارو» مورد توجه کوه نوردان و گردشگران خارجی قرار گرفته است، لذا مدیریت توریسم در این منطقه از توانمندی و قدرت فراوانی برخوردار است. انجام پذیرش افراد برای حضور در منطقه که همراه با پرداخت ۵۵۰ دلار ورودی می باشد از قوانین مدون و محکمی

قله ماونزی



از شرکت های دارای مجوز کار قراردادی منعقد کند تا از تسهیلات راهنما و باربر (حتی به رغم میل باطنی خود) برخوردار شود.

مسیرها و جاده ها، تا آخرین کمپ با استانداردهای بالایی بستر سازی و عریض شده اند و جالب اینکه در هر بخش برای احداث پل یا جاده سازی از مواد طبیعی همان منطقه استفاده شده است و استحکام آنها تا حدی است که با وجود باران های سیل آسای منطقه، تخریب و شسته نمی شوند. راهنماها، باربرها و محلی های منطقه نسبت به حفظ شرایط بهداشتی و طبیعی



یخچال های پلکانی داخل دهانه

برخوردار بوده و در عوض در طول پیمایش تسهیلات خاصی را در اختیار کوه نوردان قرار می دهد. (به عنوان مثال برخورداری از لوژهای (پناهگاه ها) موجود در کمپ های ۱ و ۲ و ۳ که نسبتاً از استاندارد بالایی برخوردارند می تواند نمونه قابل توجهی باشد: لوژها اغلب دو طبقه بوده و قسمت فوقانی مجهز به تخت های دو طبقه چوبی و تشک همراه با چراغ های الکتریکی و طبقه اول، سالن غذاخوری و محل اجتماعات گروه ها

می باشد که از سطح بهداشت بالایی برخوردار است. روی شیروانی هر لوژ، صفحات تبدیل انرژی تابشی به الکتریکی دیده می شود که در شب، روشنایی همان لوژ را تامین می کند) گرچه مسیرهای منتهی به کمپ ها کاملاً مشخص و دارای تابلوهای راهنما می باشند، اما هر کوه نورد برای ورود به منطقه باید با یکی

منطقه حساسیت زیادی دارند و حتی نسبت به کسانی که قصد دارند به یادگار قطعه سنگی کوچک را از منطقه کلیمانجارو به کشورشان ببرند، هشدارهای جدی داده و جالب تر اینکه، طبق قوانین آنها، این جابه جایی ها گاه تا صد دلار جریمه نقدی در پی دارد (در طول مسیر آب های جاری زیادی در شاخه های مختلف در جریانند، اما هیچ یک قابل شرب نمی باشند، چشمه ای نیز در بین راه دیده نمی شود، لذا به همراه داشتن آب به مقدار احتیاج ضروری به نظر می رسد)

گزارش صعود:
گزارش صعود به قله کلیمانجارو را به ۵ بخش مجزا می توان تقسیم کرد: (مسیر نرمال)
الف) حرکت از شهر موشی به سوی دهکده مارانگو و آغاز صعود به طرف ماندارا

برای کسانی که قصد دارند از مسیر نرمال، کلیمانجارو را صعود کنند، یک روز اقامت در شهر موشی، حتماً تجربه خوبی خواهد بود. «موشی» شهری است نسبتاً بزرگ با آب و هوایی مرطوب و پرندگانی سیاه رنگ با آوازی شبیه به مرغان دریایی مدام بر روی شهر پرواز می کنند. مردم این شهر به حضور کوهنوردان در میان خودشان عادت دارند و با رویی باز از آنها استقبال می کنند. از شهر موشی تا دهکده مارانگو نزدیک به ۴۵ دقیقه راه است. دهکده مارانگو، با دروازه ای نمادین، که عبور از آن به معنای شروع صعود می باشد، راه را برای ورود کوهنوردان به سوی کمپ مارانگو هموار می کند. در مارانگو پرداخت ورودی ۵۵۰ دلاری و گرفتن مجوز صعود، تحویل بار به باربرها و وزن کشی کوله ها به قدری طول کشید که قبل از صعود ناهار را نیز صرف کردیم و بالاخره در نیمه های روز صعود ما آغاز شد و در حالی که هنوز دقایقی از حرکت ما نگذشته بود باران شدید و مداومی باریدن گرفت و تا رسیدن به کمپ ماندارا (که نزدیک به چهار ساعت طول کشید) ما را همراهی کرد و وسایل مان تا بدان جا خیس شد که شب را در لباس های مرطوب و کیسه خواب های خیس به سر بردیم و برنده کسانی بودند که کوله هایشان را در پوشش ضد آب قرار داده بودند (بارش باران در این مسیر- از کمپ مارانگو تا ماندارا، تقریباً در این ساعت روز همیشگی است، لذا ضد آب کردن پوشش های کوله و لباس ها بسیار ضروری به نظر می رسد) مسیری که در طول این روز طی کردیم، کاملاً جنگلی و انبوه بود و دیدن حیواناتی مثل آفتاب پرست و میمون نشانه ای از حضور پنهان انواع گونه های دیگر حیوانی داشت. به محض رسیدن به کمپ

تولیدی کفش کوه نوردی اورست

مدل کفش های تولیدی

گدا: مدل لوا آلمانی - سنگین جایگزین دوپوش خارجی کاملاً ضدآب با مواد خارجی تزریق می شود (داخل کفش نمد طبیعی می باشد) (مخصوص صعودهای زمستانی ارتفاعات بلند)
گد۲: مدل بستارد (نیمه سنگین ساقه بلند با جنس ضخیم)
گد۳: سبک کوه پیمایی طرح اورست با زیره جدید و بیبرام
پرسی با رویه چرم ترکیه - واترپروف ۱۰۰٪ ضدآب

آدرس: تبریز - خیابان ثقه الاسلام بالاتر از آرامگاه

شهریار روبه روی بانک صادرات

تلفن: ۰۴۱۱-۵۲۳۸۹۹۴ همراه: ۰۳۰۱۰۵۶۰-۰۹۱۴

بیوک جباری اقدم

نماینده تهران: خیابان ولی عصر بالاتر از میدان منبریه جنب

بانک مسکن فروشگاه فراز ۶۶۴۹۲۴۷۶

ماندارا، نام و امضای همه افراد در دفتر پذیرش این کمپ ثبت شد.

(ب) حرکت از ماندارا به طرف هورومبو

با شروع روز منظره زیبا و شفاف از کلیمانجارو در پیش رو داشتیم و اقیانوسی از ابرهای پر باران را بر سر شهر موشی و جنگل مارانگو نظاره گر بودیم. هوا آفتابی بود. بافت جنگلی دیروز رفته رفته تغییر می کرد و درختان بلند و سر به فلک کشیده کمی کوتاه تر می شدند و بر تعداد بوته ها افزوده می شد. جنگلی تنک اما سرسبز در پیش رو داشتیم و گونه های گیاهی نیز مدام در حال تغییر و تحول بودند و کم کم بر تنوع گل های کوهستانی افزوده می شد. برای امروز ۵ تا ۶ ساعت کوه پیمایی پیش بینی شده بود.

راهنما و دیگر باربرها (شرپاها) کاملاً به زبان انگلیسی مسلط هستند. کمپ هورومبو شبیه به شهری بود که لوژهای کوه نوردان در بهترین نقطه آن و خوابگاه شرپاها و آشپزخانه ها و سرویس های ظرفشویی در پست ترین نقطه قرار داشتند. در اطراف لوژها چادرهایی نیز توسط کوه نوردان خارجی برپا شده بود و آنها شب را در این چادرها به سر می بردند. تعداد کوه نوردان اروپایی از دیگر کشورها بیشتر می نمود و شاید از قاره آسیا، تنها گروه ما تعدادی ژاپنی و یکی دو کوه نورد هندی در منطقه حضور داشت.

(ج) حرکت از هورومبو به طرف کیبو

با طلوع خورشید باز منظره زیبایی قله کلیمانجارو و اقیانوس ابر پائین دست، اشتیاق به صعود را در ما تقویت می کرد. بعد از صرف صبحانه به سوی کیبو در ارتفاع ۴۸۰۰ متر حرکت کردیم. بافت جنگل های دیروز با سرعت زیادی روبه کوهستانی شدن پیش می رفت تا آنجا که تقریباً در ارتفاع ۴۰۰۰ متری دیگر هیچ نشانی از گونه های گیاهی به چشم نمی خورد.

کوهی زیبا و مرتفع به نام «ماونزی» همواره در جبهه شرقی حرکت ما دیده می شود. فاصله چندانانی تا این کوه نیست. راهنما می گوید که هیچ کس تا به

حال موفق به صعود این کوه نشده و در حال حاضر در منطقه، یک زوج آلمانی برای سومین بار، شانس و مهارت خود را برای صعود به این قله امتحان می کنند. این کوه بیش از پنج هزار متر ارتفاع دارد، مخروطی شکل است با دیواره های صعب العبور و کمی هم به علم کوه خودمان شباهت دارد. در نیمه های روز به کمپ کیبو رسیدیم.

(د) حرکت از کیبو به طرف قله، و صعود به قله و بازگشت:

بی شک یکی از دلایل آغاز صعود اکثر گروه ها در نیمه شب وضعیت پایدار هوای منطقه تا اولین ساعات طلوع خورشید است و شروع ناپایداری را هر روز حوالی ده صبح، از ارتفاع پائین، با گذر سریع و پیچان ابرها در اطراف قله می توان نظاره کرد (اکثر گروه ها از جبهه های مختلف نیز، در شب صعود به قله حرکت خود را از اولین ساعات بامداد آغاز می کنند) حرکت ما نیز در همین ساعات آغاز شد و با نزدیک شدن به نیمه های شب و افزایش محسوس ارتفاع، کم کم کاهش دما با سرد شدن بدن مان ملموس تر می نمود. شیب ملایم سنگی کم کم به یک شیب تند شنی تبدیل می شد که حرکت را در ارتفاع ۵۲۰۰ متری کمی سخت می نمود (دوستانی که از باتوم استفاده می کردند کمی راحت تر این شیب تند را طی نمودند) طی کردن این مسیر با این بافت دو ونیم ساعتی طول کشید و پس از آن گام نهادن به قله فرعی «گیلمنز» (به ارتفاع ۵۶۸۵ متر) بود. در تاریکی نماهای اطراف این قله دیده نمی شد. تنها چراغ های روشن کشور کنیا در شمال و تانزانیا در جنوب سوسو می زد هنوز دو ساعتی تا قله اصلی راه بود، اما این بار مسیر کاملاً برفی و در قسمت هایی کمی یخی می نمود. ساعت حوالی ۶/۳۰ صبح بود که گروه به قله رسید. و حال، بعد از گذشت چهل و پنج دقیقه بر روی قله، زمان بازگشت فرارسیده بود. می بایست به کمپ کیبو می رفتیم، وسایل را جمع می کردیم و بلافاصله به سوی هورومبو عزیمت می کردیم. △

وسیله ای ساده جهت راندن و دفع سگ و گربه سانان

این دستگاه با ایجاد فرکانسهای فرا صوتی

حیوانات را بصورت غیر ارادی از انسان دور می کند

«مخصوص دوستداران طبیعت»



(با خیالی آسوده کوهنوردی کنید)

محمول نمونه سال ۱۹۹۳ آمریکا

تلفن: 0411-2824455

همراه: 09144115175

شرکت همراه یدک آذر

نیمی از عمر در خوابیم، چرا راحت نخوابیم؟

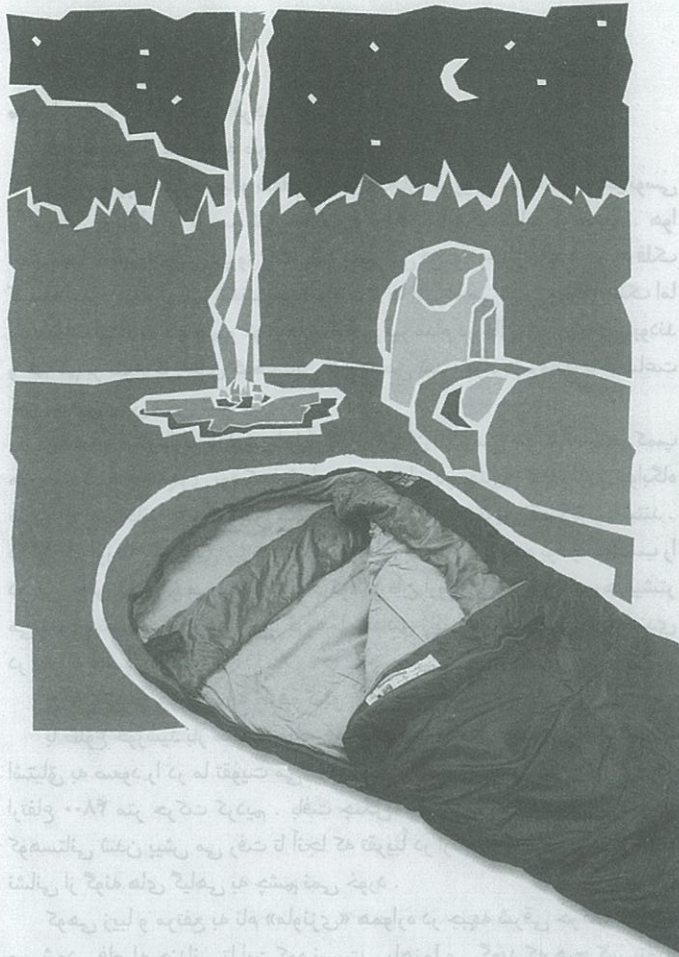
چه نوع کیسه خوابی انتخاب کنیم؟

قسمت دوم

نوشته: دیو پاچل و تایلر استابلفورد

ترجمه: وارطان زاکاران

الیاف، پر، یک پوش، دو پوش، پوشش مواد نایلونی و با چه وزن و حجم؟، مسایلی است که هنگام خرید کیسه خواب باید به آن توجه کنیم. سلسله مطالب مربوط به کیسه خواب مجموعه بسیار کامل در این مورد است که با تلاش همکار گرامی آقای مهندس زاکاران در چند بخش آماده شده است.



داخل کیسه خواب قرار دارد و یا پر شده است بر کمیت و کیفیت عایق بودن بین دو لایه کیسه خواب اثر گذاشته و تعیین کننده گرمای داخل کیسه خواب می باشد. تجربه های اولیه در گذشته درباره ضخامت لایه عایق حرارتی چیزهایی بودند که کارخانه های تولیدکننده کیسه خواب باید درباره گرمای کیسه خواب قضاوت و تصمیم گیرند ولی امروزه با توجه به دقیق بودن آزمایش های حس گرهای دمایی این فاکتور دارای کمیت قابل محاسبه می باشد. فرضیه این نوع درجه بندی آخرین درجه بندی آسایش کیسه خواب در نظر گرفته شده است.

ولی متغیرهای انفرادی مانند قد و اندازه شخص و متابولیسم او و به همان مقیاس فاکتورهای خارجی مانند نوع عایق سازی گرمایی زیراندازی که بین کیسه خواب و زمین قرار دارد تفاوت هایی ایجاد می کنند پس می توان گفت راحتی و آسایش برای مردم تعبیر گوناگون دربردارد و تعجب نکنید اگر شما در کیسه خوابی که برحسب دما درجه بندی مناسب شده است گرم نشوید بنابراین برای انتخاب کیسه خواب باید مواردی را در نظر بگیرید.

- اولین قانون برای انتخاب کیسه خواب این است که باید کیسه خواب به قدر کافی عایق باشد تا شما بتوانید داخل آن راحت بخوابید و نیروی شما پس از یک روز خسته کننده در کوهستان مجدداً تامین شود. چادرزدن در مناطق صحرایی معمولاً به کیسه خوابی نیاز دارد که لایه داخلی آن نسبت به شبمانی کوهستان کمتر و نازک تر باشد در حالی که وقتی به سمت رشته کوه های پوشیده از برف می روید باید کیسه خوابی تهیه کنید که لایه های آن بیشتر باشد. اگر شما از آن سنگ نوردان یا کوه نوردانی هستید که در هر دو منطقه حضور خواهید داشت یعنی هم در مناطق صحرایی کوه نوردی می کنید و هم در مناطق کوهستانی پر برف پس شما باید دو نوع کیسه خواب داشته باشید، متناسب با منطقه، ولی توجه داشته باشید که برای دستیابی به بهترین کیسه خواب نباید تمام توان مالی خود را صرف خرید آن کنید. برای هر موقعیت و هر کار یک کیسه خواب جداگانه خرید. کیسه خوابی پیدا کنید که

باور کنید این حقیقت است، شخصی را می شناسم که هفت عدد کیسه خواب دارد ولی برای خوابیدن در خانه رختخواب ندارد. او واقعاً عاشق وسایل کوه نوردی است و از آن دست کوه نوردانی است که در کوله اش همه چیز پیدا می شود و وقتی اتفاقی رخ می دهد مانند کلاه جادویی شعبده بازها همه چیز از داخل کوله پشته اش خارج می شود. اگر شما دقتاً کرامپون خود را گم کنید یا آن را از دست بدهید او سریعاً از داخل کوله پشته ای یک جفت از آن ها را به شما می دهد و اگر اتفاقاً تیرک چادر خود را گم نماید او از میان خرت و پرت های خود یک عدد تیرک یدکی در می آورد و یا اگر کیسه خواب شما به علی پاره و یا حسابی کتیف و گل آلود شده نگران نباشید او دو کیسه خواب به همراه دارد یکی از آنها را به شما می دهد. باید گفت این کار او دو برداشت به همراه دارد، اول این که او هیچ گاه خود را به دیگری تحمیل نمی کند و دیگر این که او تمام پول هایش را صرف خرید لوازم و ادوات کوه نوردی کرده با این روش دیگر برای او پول باقی نمی ماند تا با آن اقدام به خرید لوازم منزل نماید. ولی به جای آن در منزل تنوعی از کیسه خواب ها و ادوات کوه نوردی دارد که بعضی از آنها به ندرت مورد استفاده قرار می گیرد. پس آگاهی از این که شما چه نوع کیسه خوابی لازم دارید ضروری است؛ شما باید اشکال مختلف کیسه خواب، نوع جنسی که در داخل آن به کار رفته و یا پر شده و جنس پارچه ای که استفاده شده است را به خوبی بشناسید تا هنگام خرید ضرر نکنید و پشیمان نشوید برای آن که کلکسیونری از کیسه خواب های غیر ضروری نداشته باشید. توجه به نکات زیر:

۱- وزن کیسه خواب و میزان دمای حفظ شده در آن: وقتی شما در داخل کیسه خوابی پف کرده به خواب می روید. چیزی که در واقع شما را گرم نگه می دارد لایه های موادی که در داخل کیسه خواب قرار دارند، نمی باشد بلکه هوایی است که بین پرها یا الیاف قرار می گیرد و سبب عایق شدن محیط در مقابل انتقال گرما می گردد. این فضاهای خالی و بسیار کوچک یک مانع عایق مانند بین کوه نورد (شما) و هوای خارج از کیسه خواب ایجاد می کنند. ضخامت و نوع جنسی که در

باران ریز، ریزش قطرات آب در اثر ذوب یخ و برف که همه موارد فوق سبب خیس شدن کیسه خواب و کاهش قدرت عایق سازی آن می شود در صورتی که کیسه خواب های دست دوز الیاف مصنوعی نسبت به این نقطه ضعف مقاوم هستند. الیاف مصنوعی به جای این که آب را به خود جذب کنند آن را به بیرون پخش می کنند و سبب می شوند کیسه خواب خاصیت عایق بودن را بیشتر حفظ کند به همین دلیل کیسه خوابی که دارای الیاف مصنوعی است زودتر خشک می شود و وقتی آن را زیر آفتاب پهن کنید ممکن است پس از چند دقیقه و در اثر گرمای بدن پس از چند ساعت نیز خشک شود در صورتی که برای خشک کردن کیسه خواب پر حداقل یک روز زمان و یا یک گرم کن برقی لازم است تا کیسه خواب خشک شود. در نهایت این نتیجه به دست می آید خواص پر و خواص الیاف مصنوعی در مواردی یکسان نیستند و با گذشت هر سال این اختلاف در خواص برجسته تر می شود.

وقتی من اولین کیسه خواب خود را که محصول نفت بود خریدم در ابتدا کیسه خواب مثل بالش گرم و نرم بود ولی الیاف مصنوعی مثل پر شکل نداشت. امروزه لایه داخلی کیسه خواب را از الیافی پر می کنند که از نظر عایق سازی خیلی پیشرفت کرده و خواص آن تقریباً شبیه خواص پر ساخته می شود. محصولات جدید کیسه خواب های الیاف مصنوعی در داخل کیسه خواب بهتر جمع و فشرده می شوند و در داخل کوله بهتر جا می شوند اما با تمام این تفاسیل کیسه های پر در این زمینه هنوز هم بالاترین شاخص ها را در بر دارد ولی در مقابل کیسه خواب الیاف هنوز هم دارای قیمت های خیلی ارزان است و اکنون یک کالای قابل رقابت در موارد مختلف کاربردی می باشد.

جنس آستری کیسه خواب: برای آن که کیسه خواب بتواند در شرایط هوای مرطوب نیز گرما را نگه دارد باید پوشش های بیرونی و داخلی کیسه خواب از جنس مقاوم در مقابل نفوذ آب باشد ضمناً تنفس پذیر باشد در غیر این صورت شما مجبور هستید در شرایط خیس و مرطوب چرت بزنید. لایه بیرونی یا پوشش کیسه خوابی

مناسب ترین برای کارهای گوناگون باشد و سپس راه هایی پیدا کنید که بتوانید کارایی کیسه خواب را در موقعیت های مختلف افزایش دهید. وزن کیسه خواب تابع جنس موادی است که به کار رفته در نتیجه کیسه خواب ضخیم تر، بلندتر و گرم تر طبعاً وزن بیشتری دارد. ضمناً یادآور می شود نوع جنس و موادی که در داخل کیسه خواب پر می شود متفاوت است و به همان مقیاس نوع و میزان گرمایی که کیسه خواب تامین می کند نیز متغیر است.

مواد پر شده در کیسه خواب و قدرت عایق سازی پر در مقابل الیاف مصنوعی: تاکنون درباره این سوال جواب مناسب به دست نیامده که آیا در تمام شرایط قدرت عایق سازی پر بیشتر از الیاف است و یا برعکس؛ پره های ظریف کرک مانند گاز و اردک شرایط مناسبی برای راحت خوابیدن در کیسه خواب را فراهم می کند ولی هیچ نوع الیافی ساخته نشده که از نظر نگهداری گرما، عایق سازی محیط و تراکم پذیری بتواند جایگزین این نوع پر شود. میزان تراکم پذیری پر در داخل کیسه خواب برحسب اونس بر مقدار اینچ مکعب در نظر گرفته می شود (یک اونس ۳۱ گرم است). قدرت تراکم پر یا قدرت عایق سازی برابر با ۶۰۰ در نظر گرفته شده یعنی یک اونس پر می تواند ۶۰۰ اینچ مکعب در کیسه خواب را اشغال نماید. نظر به این که پر پف کرده می تواند هوای بیشتری در لابه لای خود نگه داری کند بنابراین قدرت عایق سازی آن بهتر است لذا برای پر کردن پر دلخواه در حجم مشخص وزن کمتری از آن لازم است و این امر سبب می شود که کیسه خواب سبک شود. هر چه درجه بندی اعداد بزرگ داشته باشد کیفیت کیسه خواب نیز بهتر می شود. یکی از امتیازات پر در این است که پر را می توان سال های متوالی به خوبی نگهداری کرد حتی در مراحلی که کیسه خواب تخلیه و مجدداً پر شود بنابراین اگر در نگهداری کیسه خواب پر دقت شود چندین سال بیشتر از کیسه خواب الیاف مصنوعی عمر می کند و دیرتر خراب می شود. مناطق کوهستانی جایی است که آب به صورت های مختلف پخش می شود مانند قطرات ریز آب در اطراف آبشارها، بارش یکنواخت

یاد کوه نوردان فقید همدان گرمای باد

ششم آبان ماه اولین سالگرد درگذشت زنده یاد حسین طالبی مقدم، چهره برجسته سنگ نوردی، هفتم آبان ماه چهلمین روز درگذشت زنده یاد عل اصغر غنی پور، یار دیرپای کوه نوردان و گروه های کوه نوردی و کوه نورد شاعر پیشه و مجلس آرا، شانزدهم آبان ماه دومین سالگرد درگذشت زنده یاد فریدون اسماعیل زاده، پایه گذار مکتب دیواره نوردی همدان و کوه نورد صاحب سبک ایران، خاطره شان سبز که بخشی از خاطره جمعی کوه نوردان ایران را پدید آوردند.

انجمن کوه نوردان ایران

جناب آقای مهندس کاوه کاشفی

انتخاب شایسته جنابعالی را به سمت سرپرستی هیات کوه نوردی استان تهران صمیمانه تبریک عرض نموده و توفیق روزافزون شما را در خدمت به جامعه کوه نوردی آرزو مندیم.

جمعی از هم نوردان

باشگاه کوهنوردی اسپیلت

عضو ما پذیرد

- آموزش کوه پیمائی < قله نوردی
- آموزش سنگ نوردی < دیواره نوردی
- آموزش یخ نوردی < غار نوردی
- آموزش سنگ نوردی پیشرفته < کویر نوردی
- آموزش های تئوری < منگل نوردی
- مجری برنامه های تخصصی < صعود قله خارج از کشور
- فروشگاه < اسکی، اسکی کوهستان
- نشریه < طبیعت گردی

خیابان مفتح چندی، انجمنی پل فرور گادر تلفنی: ۸۳۲۱۳۳۶۷
 دوازده دولت پلاک ۷۸ طبقه جمعی تلفنی: ۸۳۳۰۱۰۵۴

اطلاعات بیشتر در سایت: www.espilat.com

که از فرآورده‌های صنعتی مرغوب استفاده می‌شود از جنبه‌های مختلف قابل تایید است هر چند از نظر قیمت ممکن است گران باشند این کیسه خواب‌ها ضد باد هستند و تنفس پذیر و از تراکم بخار آب و تبدیل آن به قطره جلوگیری می‌کنند و شرایط عایق حرارتی را دارا هستند. همچنین این نوع کیسه خواب‌ها قطرات آب را از خود دور می‌کنند باید توجه کرد هیچ پارچه تنفس پذیر از نظر بخار آب کاملاً نفوذناپذیر نیست پس در مسیر یک مسافت طولانی کیسه خواب خود را باید چند مرتبه زیر آفتاب پهن کنید تا عاری از رطوبت شده و خشک شود. ویژگی بعضی از کیسه خواب‌ها داشتن لایه یا پوشش از جنس الیاف بسیار ظریف و نازک هستند این بافت‌های بسیار نازک ضمن آن که خیلی فشرده بافته شده تنفس پذیر و ضد باد نیز هستند. اغلب تولیدکننده‌های این نوع پارچه‌ها مواد شیمیایی خاصی نیز در مواد الیاف و پارچه به کار می‌برند که خاصیت دفع و عدم جذب آب به وسیله پارچه را بیشتر می‌کند. بعضی از کیسه خواب‌ها به کیسه خواب‌های ارزان قیمت یا اقتصادی معروف هستند و معمولاً پارچه یا بافت پارچه آنها از نایلون است آنها زود شکافته و از هم گسسته می‌شوند. از این چنین کیسه خواب‌هایی انتظار نداشته باشید که نسبت به عناصر سرما - رطوبت - دما شما را کاملاً محافظت نمایند.

شکل ظاهری و طول کیسه خواب شکل کیسه خواب نقش مهمی در گرم کردن کوه‌نورد و راحتی او ایفا می‌کند یک کیسه خواب مانند پوست دوم بدن انسان عمل می‌کند که بدن شخص را می‌پوشاند در نتیجه هوایی که بین شما و کیسه خواب قرار دارد باید نقش عایق حرارتی را داشته باشد تا بتواند بدن شما را گرم نگه‌دارد. کیسه خواب تنگ که به کیسه خواب‌های مومیایی شکل معروف هستند شخص را در داخل آن بی‌حرکت می‌کنند بنابراین برای شما که نسبت به این نوع کیسه خواب عادت ندارید استفاده از آن مشکل است وقتی داخل آن می‌روید هر وقت غلت بزنید کیسه خواب نیز همراه با شما می‌غلتد و وقتی شما خم می‌شوید آن هم با شما خم می‌شود به هر حال مراقب باشید زیاد به شما نچسبد زیرا از میزان عایق سازی آن کاسته شده و تاثیر آن کم می‌شود و خلاصه کلام کیسه خواب تنگ و باریک مناسب نیست. وقتی شما در جست‌وجوی کیسه خواب خوبی هستید باید برش آن متناسب بدن شما باشد و احتیاجات شما را از نظر گرما و راحتی تامین کند. به خاطر بسپارید در منطقه کوهستانی شما باید در کیسه خوابی بخوابید به مراتب بهتر از مشخصاتی که بر روی کیسه خواب درباره ضریب مقاومت پارچه نصب شده است. کیسه خواب‌های مستطیل شکل برای شرایط دمایی متوسط (نیمه سرد یا سرد) مناسب است و برای کسانی که می‌خواهند دو کیسه خواب را به هم با زیپ متصل کنند در نظر گرفته شده است. اغلب کارخانه‌های سازنده کیسه خواب‌ها مدل‌های معمولی یا مدل‌های فوق‌العاده مانند مدل‌های ویژه برای اشخاص بلندقامت یا ریز نقش که متناسب قد و قواره آنها باشد، ارایه می‌کنند. به یاد دارم کیسه خوابی خریده بودم که نسبت به قدم کوتاه بود و در آن کیسه خواب به هیچ وجه راحت نبودم ولی خوشبختانه توانستم بلافاصله آن را فروخته و یک کیسه خواب متناسب با خودم تهیه کنم. توصیه شده است اگر کیسه خواب چند اینچ بلندتر از قد شما باشد

استراحت در داخل آن به مراتب راحت‌تر است ولی اگر کوتاه و تنگ باشد باید شب یا شب‌های ناراحتی را تا صبح تحمل نمایید. نکات برجسته دیگر: ممکن است کیسه خواب به لوازم دیگر نیز مجهز شود مانند سوت یا زنگ و غیره که در شرایط اضطراری نظیر ریزش برف یا برف‌زدگی از آن استفاده کرد و معمولاً این نوع لوازم اضافی در داخل کیسه خواب و در نزدیکی جای بالش یا برجستگی سر تعبیه می‌شود و بعضی از کیسه خواب‌ها دارای جیب مخصوص ساعت و لوازم قیمتی شخصی و غیره هستند. بعضی از کیسه خواب‌ها ضمیمه اضافی چسبیده به خود دارند که سرکوه‌نورد در داخل آن قرار می‌گیرد و مثل حافظ سر می‌باشند که هم سر را از سرما حفظ می‌کند و هم کمی نقش یک بالش را ایفا می‌کند این قسمت کلاه مانند چسبیده به کیسه خواب باید به گونه‌ای طراحی شود که فقط صورت کوه‌نورد از کیسه خواب بیرون باشد تا گرمای بدن از کیسه خواب خارج نشود بعضی از این کلاه‌های چسبیده به کیسه خواب از پارچه‌هایی تهیه می‌شود که تنفس پذیر و اغلب از همان جنس داخلی کیسه خواب می‌باشند.

بعضی از کیسه خواب‌ها دارای زائده‌های شبیه یقه پیراهن است که در اطراف گردن کوه‌نورد قرار می‌گیرد و خاصیت آن جلوگیری از خارج شدن گرمای بدن از قسمت اصلی کیسه خواب به بیرون است این نوع یقه‌ها که برای موثر بودن در حفظ گرما در کیسه خواب دوخته می‌شود باید متناسب با گردن استفاده کننده‌ها باشد. زیپ‌های کیسه خواب دارای محاسن و معایب هستند، عیب زیپ‌های کیسه خواب در آن است که هم جنس کیسه خواب نبوده و ممکن است مقداری از گرمای کیسه خواب به وسیله زیپ هدر رود ولی اگر یک زبانه اضافی شبیه بالشتک دراز روی زیپ قرار گیرد از هدر رفتن گرما و خارج شدن آن جلوگیری می‌شود. اغلب استفاده کننده‌های کیسه خواب زیپ راست یا زیپ چپ را در نظر می‌گیرند آنها برای این منظور دو کیسه خواب با زیپ راست و چپ را توأم در نظر می‌گیرند که بتوانند تبدیل به یک کیسه خواب بزرگ کنند ضمناً چپ دست‌ها زیپ راست و راست دست‌ها زیپ چپ را ترجیح می‌دهند. اگر می‌خواهید کیسه خواب زیپ‌دار بخريد زیپ آن را متناسب عادت دست خود خریداری کنید. با توجه به اطلاعات گوناگون درباره کیسه خواب، کارخانه‌های سازنده معمولاً مجموعه کیسه خواب‌های تولیدی را در دو دسته ارایه می‌کنند، کیسه خواب معمولی و کیسه خواب‌های فوق سبک ضمناً برای آگاهی بیشتر استفاده کننده محصولات خود را به وسیله جدولی همراه با مشخصات هر نوع کیسه خواب ارایه می‌کنند.

مشخصات کیسه خواب‌ها براساس کارخانه تولیدکننده و نام کیسه خواب product، درجه بندی دمایی برحسب فازه‌های یا سانتی‌گراد که به معنی حداقل دمایی که قابل استفاده است و ممکن است براساس دو مقیاس اندازه‌گیری دمایی ارایه شود و نشان‌دهنده آن است که این کیسه خواب تا چه حد عایق نفوذ برودت بیرون به داخل کیسه خواب است.

وزن کل برحسب اونس یا گرم: سبک‌ترین کیسه خواب ۱۳ اونس حدود ۴۰۰ گرم و سنگین‌ترین آنها حدود ۱۸۰۰ تا ۱۹۰۰ گرم می‌باشد. شکل کیسه خواب ممکن

گروه فرهنگی ققنوس پارس

تولید کننده محصولات فرهنگی کوه نوردی و طبیعت گردی

مجله الکترونیکی کوهستان www.phoenix.ir
 ناشر سالنامه ی کوه نوردی و طبیعت گردی
 ناشر و مرکز پخش محصولات فرهنگی کوهستان
 (کتاب، پوستر، کارت پستال و ...)
www.phoenix.ir
info@phoenix.ir
 تلفن: ۰۲۱-۲۲۸۱۷۲۹۰
 ۰۹۱۲-۳۱۹۷۳۷۹

زمستان و بهار ۸۷ با

● کتاب سرمازدگی تالیف دکتر حمید مساعدیان

● سالنامه تخصصی کوه نوردی و طبیعت گردی ۱۳۸۷

● تقویم دیواری "پهنه ی ایران" Iran panorama

است مومیایی شکل، مستطیل یا شبه مستطیل باشد. جنس پارچه پوشش خارجی ممکن است از انواع پرتکس با دوام، پرتکس فوق سبک یا نایلون ریپ استاپ یا انواع دیگر پارچه‌ها مقاوم نفوذ آب و تنفس پذیر باشد.

مواد پر شده در کیسه خواب: مواد پر شده به نوع مواد بستگی دارد اگر پر باشد برحسب اونس در حجم اشغال شده و برحسب اینچ مکعب نشان داده می‌شود و کیسه خواب پری بهتر است که این درجه بندی با اعداد بزرگ معرفی شوند که معمولاً بین ۶۰۰ تا ۹۰۰ است و معنی آن این است در این کیسه خواب یک اونس، می‌تواند فضای ۶۰۰ یا ۹۰۰ اینچ مکعب را اشغال کند و اگر الیاف مصنوعی باشد نوع جنسی که به کار رفته مشخص می‌شود.

طول کیسه خواب: طول کیسه خواب برحسب اینچ یا معادل آن سانتی متر معرفی می‌شود بلندترین آن ۹۰ اینچ و کوتاه‌ترین کیسه خواب ۳۵ اینچ ارایه شده است در خاتمه این مقاله پنج راه پیشنهادی برای گرم ماندن در کیسه خواب ارایه می‌شود.

۱- وقتی قرار است که در یک هوای سرد و شرایط شب‌مانی، خواب راحت داشته باشید راه‌های زیادی در پیش است که دمای داخل کیسه خواب خود را افزایش دهید. ابتدا باید عایق‌سازی کیسه خواب با زمین را افزایش دهید تا در امتداد شب گرمای بدن شما در داخل کیسه خواب به هدر نرود. وقتی در داخل کیسه خواب می‌خوابید یا قرار دارید فضا یا حجم قسمت زیرین کیسه خواب که با بدن شما تماس دارد عملاً غیرقابل استفاده بوده و خاصیت عایق‌سازی خود را به مقدار زیادی از دست می‌دهد. برای جلوگیری از هدر رفتن گرمای کیسه خواب در اثر تماس با زمین می‌توان یک یا دو زیرانداز از جنس اسفنج فشرده یا شبیه آن زیر کیسه خواب قرار دهید. اسفنج‌های فشرده و سبک که در فصل تابستان استفاده می‌شود از نظر گرمایی و عایق بودن سرما ضعیف هستند. اغلب کوه‌نوردان و راهنماهای کوه‌های مرتفع و پوشیده از برف دو نوع زیرانداز همراه دارند یکی زیرانداز یا تشک بادی و دیگری

زیرانداز از نوع فوم‌های فشرده.

۲- همیشه در شرایط لازم از یک شیشه آب گرم یا از یک کیسه آب گرم استفاده کنید. هر چند اگر هوای شب خیلی سرد باشد این بطری آب یا کیسه آب گرم نیز در طول شب به تدریج سرد می‌شود ولی در هر حال کمک کننده گرمایی است. اگر بطری‌ها خیلی گرم باشند می‌توانید در ابتدا با یک پارچه یا لفاف دور آن را بپوشانید. توجه کنید درب شیشه یا کیسه آب گرم نشستی نداشته باشد.

۳- لباس خشک بپوشید: هنگام خوابیدن و به اصطلاح خزیدن به داخل کیسه خواب داشتن لباس خیس سبب می‌شود که شما در طول شب بلرزید. یک پیراهن یا پوشش اضافی یا لباس پشمی اضافی همراه خود در داخل کیسه خواب قرار دهید. از هر گونه عملی که سبب تعریق در داخل کیسه خواب می‌شود اجتناب کنید. توجه کنید مستقیماً در داخل کیسه خواب تنفس نکنید زیرا بخار آب حاصل از تنفس مستقیماً به وسیله پارچه جذب می‌شود و آن را خیس می‌کند، هر چند کیسه خواب‌های الیاف مصنوعی خاصیت عایق بودن خود را حفظ می‌کنند و بهتر از پر هستند.

۴- در هر حال کیسه خواب خیس یا نم‌دار نمی‌تواند کیسه خواب گرمی باشد و وقتی داخل چادر می‌خوابید قسمتی از زیپ ورودی یا پنجره چادر را برای تهویه هوا باز گذارید در غیر این صورت بخار حاصل از تنفس شما روی دیوار چادر و قسمت پوشش خارجی کیسه خواب متراکم شده و امکان خیس شدن پارچه را فراهم می‌کند. ۵- در طی شب خوب بخورید و بیاشامید. به ویژه هنگامی که در طی زمستان اردو زده‌اید بدن شما مقدار زیادی کالری (گرم) در اثر فعالیت‌های روزانه سوزانده است پس نیاز به تامین کالری دارد اگر در نیمه‌شب بیدار شدید و احساس سرما کردید با خوردن مقداری شیرینی و آجیل شیرین می‌توانید اجاق بدن خود را مجدداً به کار اندازید و بدن را گرم کنید. △

ماخذ: مجله کلاسیک شماره ۲۰۲

دوست و هم نورد گرامی جناب آقای رحیم دینی

درگذشت مادر همسر ارجمندتان را
از صمیم قلب به شما و خانواده محترم تان
تسلیت می‌گوییم.

آقابالایی - هاشمی

درگذشت جانکاه قهرمان ملی و هم نورد
عزیزمان مقبل هنرپژوه را به خانواده گرامی
ایشان و عموم کوه نوردان و ورزشکاران
تسلیت عرض می‌نمایم و شادی روحش را
از خداوند بزرگ خواستارم.
علیرضا بهپور

درگذشت نابهنگام فاتح لوتسه
آقای مقبل هنرپژوه را به خانواده
گرامی و جامعه کوه نوردی ایران
تسلیت عرض می‌نمایم.

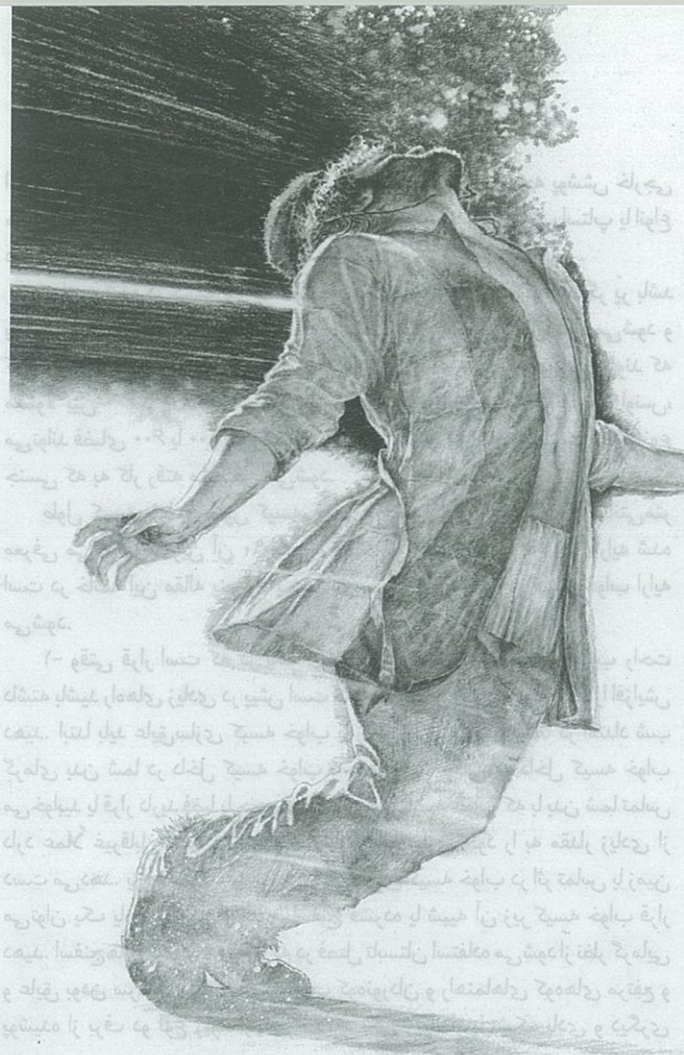
روحش شاد

کوه نوردان شهرستان سلماس

حدیث سوگ تو مرا با بهار باید گفت
که برگ مرزبان خزان ترجمان این غم نیست

ضایعه اسف بار درگذشت زنده یاد مقبل هنرپژوه جوان ترین
فاتح قله لوتسه در جهان را به خانواده محترم ایشان و جامعه
کوه نوردی تسلیت عرض می‌نمایم.

باشگاه کوه نوردی سپید



مرد یخی و آخرین ساعات حیات او

نویسنده: استفان اس. هال

ترجمه: منیژه بزرگر

مرد یخی زنده ماندن در سرمای زمستان به مدت ۵۰۰۰ سال قبل می‌زیسته است. از زیر یخ‌های ذوب شده آلپ پیدا شد. مشاهدات و دلایل جدیدی موجود است که نشان می‌دهد او توسط کسانی که در تعقیب او بودند، مورد اصابت تیر سنگی قرار گرفته و به قتل رسیده است.

سال‌ها پیش در یک روز بهاری و شاید در اوایل تابستان، در ناحیه‌ای که امروزه به نام آلپ‌های ایتالیا نامیده می‌شود، درختانی با گل‌های زرد در دره‌ای شمالی جنوبی وجود داشتند. مردی با عجله و هراسان از میان جنگلی که با آن کاملاً آشنا بود عبور می‌کرد و از دردی که در دست خود داشت به خود می‌پیچید. گاه اندکی تامل می‌کرد و به دقت گوش می‌داد تا بفهمد آیا کسی یا کسانی او را تعقیب می‌کنند یا نه؟ در زمان صعود او گرده‌های زرد درختان همچون بارانی نامرئی بر سر و روی او و همچنین بر روی آب و غذای او می‌ریخت و آخرین غذایی که او خورد مملو از دانه‌های گرده درختان آن ناحیه بود. ۵۰۰۰ هزار سال بعد این مرد دوره نوسنگی که ما او را مرد یخی می‌نامیم، بقایا و آثار این گرده‌ها را در درون خود حفظ کرده است. این آثار به ما می‌گویند که این مرد در چه فصلی از سال از این منطقه جنگلی عبور کرده و به کوه‌های اطراف رفته و به این سرنوشته تلخ گرفتار شده است.

از سال ۱۹۹۱ که جسد دست نخورده او در حفره‌ای از کوه‌های اترتال آلپ، در مرز ایتالیا و اتریش یافت شد، تا به حال محققان و دانشمندان بسیاری با دستگاه‌ها و روش‌های پیچیده و مدرن علمی، آزمایش‌های مختلفی را بر روی او (آنژی) که در حقیقت قدیمی‌ترین نمونه تقریباً دست نخورده نوع بشر است، انجام داده‌اند. آنچه که در ابتدا به چشم می‌آید این است که مردی نسبتاً کوچک اندام ولی قوی و نسبت به زمان خود نسبتاً مسن، در حدود چهل ساله بود. در کنار جسد، تیر کوچکی با لبه فلزی از جنس مس یافت شده و چنین چیزی در آن زمان شیئی ارزشمند و قیمتی بود. بنابراین می‌شود تصور کرد که شخصی نسبتاً مهم بود. او در این سفر پوششی سه لایه داشت و

مرد یخی و زمان پیدا شدن جسد این مرد یخی، ۱۹۹۱ تا به حال سؤال‌ها و نظریه‌های زیادی مطرح شده که پاسخی به آنها داده نشده است. طی ۱۶ سال اخیر دانشمندان مختلفی او را بررسی و مطالعه کرده‌اند و حتی با اشعه ایکس معاینه شده است، نظریه‌هایی گفته شده که هر کدام قوی و مستحکم به نظر می‌رسند، درست مانند پوشش روستایی و محکمی که ۵۰۰۰ سال بدن او را پوشانده است. زمانی گفته شد که او یک چوپان بود که راه را گم کرده و یا قربانی یک مراسم آیینی شده است. ولی امروزه همه این داستان‌ها رنگ باخته‌اند زیرا دانشمندان با تحقیقات جدید خود به حقایق تازه‌ای دست یافته‌اند. گرچه هنوز دقیق نمی‌دانیم که آن روز بر روی ارتفاعات آلپ چه گذشته است ولی می‌دانیم که او به قتل رسیده و خیلی سریع در همان غار که بدنش پیدا شده جان سپرده است.

کفش‌هایی که به پا داشت از جنس پوست خرس بود. خنجری داشت که نوک آن از جنس سنگ آتش‌زنه بود. همچنین یک کیسه حاوی مواد درست کردن آتش و کیسه‌ای از پوست درخت که درون آن مقداری خاکستر میان برگ درخت افرا پیچیده شده بود. با وجود این شاید بشود گفت که در حقیقت بدون هیچ گونه سلاحی به این منطقه خشن وارد شده بود. در کیسه تیردان که از جنس پوست آهو بود فقط چند دانه تیر باقی مانده بود. گویی او تازه وسایل جنگی خود را به کار برده بود و خیال داشت آنها را به زودی تجدید کند. همراه خود تیرکمان بزرگ و عجیبی داشت که در آن یک تیر چوبی بزرگ آماده رها شدن وجود داشت. چرا؟

از زمان پیدا شدن جسد این مرد یخی، ۱۹۹۱ تا به حال سؤال‌ها و نظریه‌های زیادی مطرح شده که پاسخی به آنها داده نشده است. طی ۱۶ سال اخیر دانشمندان مختلفی او را بررسی و مطالعه کرده‌اند و حتی با اشعه ایکس معاینه شده است، نظریه‌هایی گفته شده که هر کدام قوی و مستحکم به نظر می‌رسند، درست مانند پوشش روستایی و محکمی که ۵۰۰۰ سال بدن او را پوشانده است. زمانی گفته شد که او یک چوپان بود که راه را گم کرده و یا قربانی یک مراسم آیینی شده است. ولی امروزه همه این داستان‌ها رنگ باخته‌اند زیرا دانشمندان با تحقیقات جدید خود به حقایق تازه‌ای دست یافته‌اند. گرچه هنوز دقیق نمی‌دانیم که آن روز بر روی ارتفاعات آلپ چه گذشته است ولی می‌دانیم که او به قتل رسیده و خیلی سریع در همان غار که بدنش پیدا شده جان سپرده است.

کولس او گل یک متخصص گیاهان باستانی در دانشگاه اینسبروک می‌گوید: «حتی پنج سال قبل فرضیه‌ای بود که او به ارتفاعات رفته، اندکی گردش کرده و سپس به علت نزول برف در آنجا گیر کرده و از شدت سرما جان باخته است.» «امروزه این نظریه تغییر کرده و به نظر می‌رسد که صحنه‌ای از یک جنایت باستانی است.» این جسد منجمد مرکز توجه مقامات علمی زیادی قرار گرفته و از سال ۱۹۹۸ در

است مومیایی شکل، مستطیل یا شبه مستطیل باشد. جنس پارچه پوشش خارجی ممکن است از انواع پرتکس با دوام، پرتکس فوق سبک یا نایلون ریپ استاپ یا انواع دیگر پارچه‌ها مقاوم نفوذ آب و تنفس‌پذیر باشد.

مواد پر شده در کیسه خواب: مواد پر شده به نوع مواد بستگی دارد اگر پر باشد برحسب اونس در حجم اشغال شده و برحسب اینج مکعب نشان داده می‌شود و کیسه خواب پری بهتر است که این درجه‌بندی با اعداد بزرگ معرفی شوند که معمولاً بین ۶۰۰ تا ۹۰۰ است و معنی آن این است در این کیسه خواب یک اونس، می‌تواند فضای ۶۰۰ یا ۹۰۰ اینج مکعب را اشغال کند و اگر الیاف مصنوعی باشد نوع جنسی که به کار رفته مشخص می‌شود.

طول کیسه خواب: طول کیسه خواب برحسب اینج یا معادل آن سانتی‌متر معرفی می‌شود بلندترین آن ۹۰ اینج و کوتاه‌ترین کیسه خواب ۳۵ اینج ارایه شده است در خاتمه این مقاله پنج راه پیشنهادی برای گرم ماندن در کیسه خواب ارایه می‌شود.

۱- وقتی قرار است که در یک هوای سرد و شرایط شب‌مانی، خواب راحت داشته باشید راه‌های زیادی در پیش است که دمای داخل کیسه خواب خود را افزایش دهید. ابتدا باید عایق‌سازی کیسه خواب با زمین را افزایش دهید تا در امتداد شب گرمای بدن شما در داخل کیسه خواب به هدر نرود. وقتی در داخل کیسه خواب می‌خوابید یا قرار دارید فضا یا حجم قسمت زیرین کیسه خواب که با بدن شما تماس دارد عملاً غیرقابل استفاده بوده و خاصیت عایق‌سازی خود را به مقدار زیادی از دست می‌دهد. برای جلوگیری از هدر رفتن گرمای کیسه خواب در اثر تماس با زمین می‌توان یک یا دو زیرانداز از جنس اسفنج فشرده یا شبیه آن زیر کیسه خواب قرار دهید. اسفنج‌های فشرده و سبک که در فصل تابستان استفاده می‌شود از نظر گرمایی و عایق بودن سرما ضعیف هستند. اغلب کوه‌نوردان و راهنماهای کوه‌های مرتفع و پوشیده از برف دو نوع زیرانداز همراه دارند یکی زیرانداز یا تشک بادی و دیگری

زیرانداز از نوع فوم‌های فشرده.

۲- همیشه در شرایط لازم از یک شیشه آب گرم یا از یک کیسه آب گرم استفاده کنید. هر چند اگر هوای شب خیلی سرد باشد این بطری آب یا کیسه آب گرم نیز در طول شب به تدریج سرد می‌شود ولی در هر حال کمک کننده گرمایی است. اگر بطری‌ها خیلی گرم باشند می‌توانید در ابتدا با یک پارچه یا لفاف دور آن را بپوشانید. توجه کنید درب شیشه یا کیسه آب گرم نشستی نداشته باشد.

۳- لباس خشک بپوشید: هنگام خوابیدن و به اصطلاح خزیدن به داخل کیسه خواب داشتن لباس خیس سبب می‌شود که شما در طول شب بلرزید. یک پیراهن یا پوشش اضافی یا لباس پشمی اضافی همراه خود در داخل کیسه خواب قرار دهید. از هر گونه عملی که سبب تعریق در داخل کیسه خواب می‌شود اجتناب کنید. توجه کنید مستقیماً در داخل کیسه خواب تنفس نکنید زیرا بخار آب حاصل از تنفس مستقیماً به وسیله پارچه جذب می‌شود و آن را خیس می‌کند، هر چند کیسه خواب‌های الیاف مصنوعی خاصیت عایق بودن خود را حفظ می‌کنند و بهتر از پر هستند.

۴- در هر حال کیسه خواب خیس یا نم‌دار نمی‌تواند کیسه خواب گرمی باشد و وقتی داخل چادر می‌خوابید قسمتی از زیپ ورودی یا پنجره چادر را برای تهویه هوا باز گذارید در غیر این صورت بخار حاصل از تنفس شما روی دیوار چادر و قسمت پوشش خارجی کیسه خواب متراکم شده و امکان خیس شدن پارچه را فراهم می‌کند.

۵- در طی شب خوب بخورید و بیاشامید. به ویژه هنگامی که در طی زمستان اردو زده‌اید بدن شما مقدار زیادی کالری (گرما) در اثر فعالیت‌های روزانه سوزانده است پس نیاز به تامین کالری دارد اگر در نیمه‌شب بیدار شدید و احساس سرما کردید با خوردن مقداری شیرینی و آجیل شیرین می‌توانید اجاق بدن خود را مجدداً به کار اندازید و بدن را گرم کنید. △

ماخذ: مجله کلایمینگ شماره ۲۰۲

دوست و هم نورد گرامی

جناب آقای رحیم دینی

درگذشت مادر همسر ارجمندتان را

از صمیم قلب به شما و خانواده محترم تان

تسلیت می‌گوییم.

آقابالایی - هاشمی

درگذشت جانکاه قهرمان ملی و هم نورد

عزیزمان مقبل هنرپژوه را به خانواده گرامی

ایشان و عموم کوه نوردان و ورزشکاران

تسلیت عرض می‌نمایم و شادی روحش را

از خداوند بزرگ خواستارم.

علیرضا بهپور

درگذشت نابهنگام فاتح لوتسه

آقای مقبل هنرپژوه را به خانواده

گرامی و جامعه کوه نوردی ایران

تسلیت عرض می‌نمایم.

روحش شاد

کوه نوردان شهرستان سلماس

حدیث سوگ تو مرا با بهار باید گفت

که برگ مرینر خزان ترجمان این غم نیست

ضایعه اسف بار درگذشت زنده یاد مقبل هنرپژوه جوان ترین

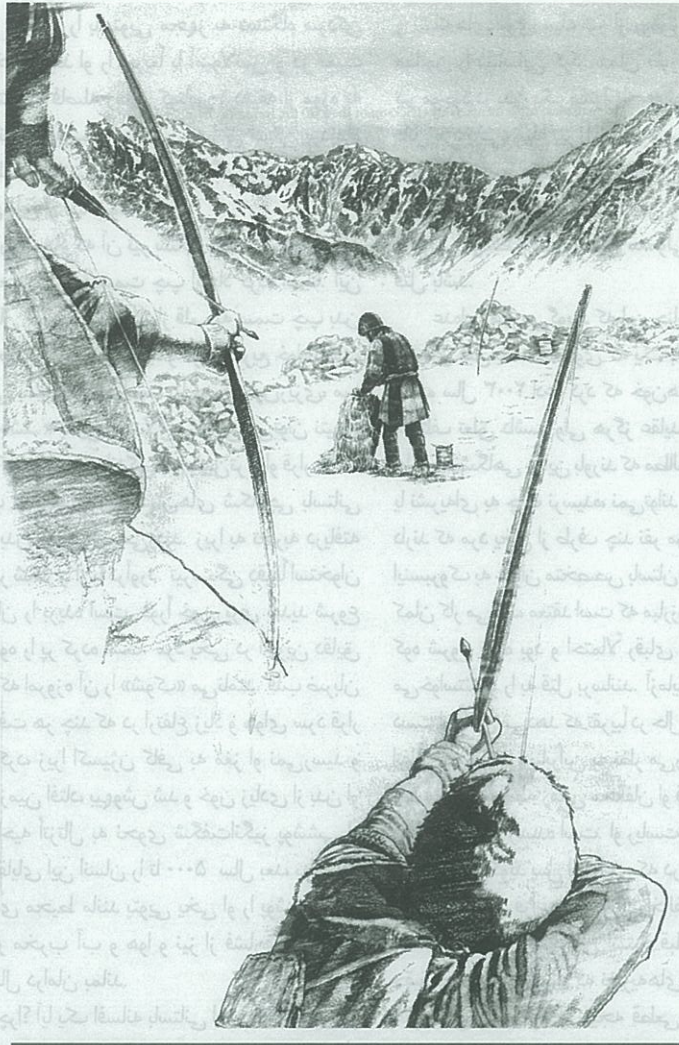
فاتح قله لوتسه در جهان را به خانواده محترم ایشان و جامعه

کوه نوردی تسلیت عرض می‌نمایم.

باشگاه کوه نوردی سپید

اتاقکی یخچال مانند در موزه باستان‌شناسی شهر تیروول ایتالیا قرار داده شده است. هر بار که فن‌آوری جدیدی به دنیا معرفی می‌شود، دانشمندان تصمیم می‌گیرند که آزمایشاتی با استفاده از روش‌ها و فن‌آوری جدید بر روی جسد انجام دهند که هر کدام از قسمتی از معما پرده برمی‌دارد و جزئیات دقیقی از زندگی او را روشن می‌کند.

با آزمایش‌های رادیوایزوتوپ، بر روی یکی از دندان‌های مرد یخی، گروهی از دانشمندان به ریاست ولفگانگ مولر، محل اقامت دوران کودکی او را پیدا کرده‌اند. این ناحیه یک دره شمالی - جنوبی است که امروزه شهر «برسانن» در آنجا واقع شده است. آزمایش رادیوایزوتوپ بر روی استخوان‌های او و مقایسه آن با ترکیبات آب و خاک ناحیه «وال سنال» و «وال ونستا» نشان می‌دهد که دوران جوانی خود را در این منطقه گذرانده است. گروه مولر همچنین ذرات کوچک و ذره‌بینی میکا از روده او را به دست آوردند. این ذرات ریز میکا احتمالاً به طور ناخودآگاه همراه با دانه‌های غلات که بر روی سنگ‌ها خرد و سپس خورده شده بود، وجود داشت. مشابه این میکاها امروزه در ناحیه وال ونستا مشاهده می‌شود. شاید مرد یخی (آتری) در واپسین سفر خود از این ناحیه که امروزه محل تلاقی رودخانه‌های آدیژ و سنال است، شروع به حرکت کرده است. همچنین می‌دانیم زمانی که به سمت بالایی کوه حرکت می‌کرده، شرایط جسمی خوبی نداشت. فقط یکی از



انگشتان دست‌های او دارای ناخن بوده و بقیه انگشت‌ها قبل از مرگ ناخن خود را از دست داده بودند و مفهوم آن این است که در شش ماه آخر عمر سه مرحله بیماری مهم را پشت سر گذاشته که آخرین بیماری او تقریباً دو ماه قبل از مرگش بود. پزشکان در محتویات روده او تخم انگل روده را پیدا کردند و احتمالاً از دردهای معده رنج می‌برد ولی بیماریش چندان نبوده که مانع غذا خوردنش شود. در سال ۲۰۰۲ فرانکورولو و همکارانش در دانشگاه کامرینو ایتالیا، اندکی از محتویات روده او را آزمایش کردند و به این نتیجه رسیدند که مرد یخی، دو روز قبل از مرگ گوشت بز وحشی و مقداری گیاهان مختلف خورده ولی آخرین غذای او گوشت آهوی قرمز و مقداری دانه غلات بود. «کلوس آگل» که یک متخصص گیاهان قدیم است به این نتیجه رسید که مرد یخی از انواع اولیه غلات، شبیه گندم و جو امروزی استفاده می‌کرد. همچنین از آثار باقی مانده بر روی پوشش او نتیجه می‌گیرد که انسان‌های دوره نوسنگی مقیم ناحیه جنوبی آلپ احتمالاً کشاورزی بلد بودند و این دانه‌ها را می‌کاشتند.

آگل همچنین به این نتیجه رسید که ذرات کوچک غله، همراه با بقایای زغال که در روده مرد یخی یافت شده است، نمایان‌گر این است که این غله به نوعی خرد و سپس بر روی آتش طبخ شده بود. (چیزی شبیه نان).

گیاه‌شناسان باستانی با آزمایش‌های متعدد بر روی دانه‌های گرده و ذرات گیاهی موجود بر روی پوشش او، توانسته‌اند مسیرهای روزهای آخر حیات او را شناسایی کنند. دانشمندی به نام جیمس دیکسون (دانشگاه گلاسکو) توانسته آثار و بقایای ۸۰ گونه گیاهان ریز و خزه را در درون و اطراف بدن مرد یخی پیدا کند. یکی از انواع این خزه‌ها که بیشتر از سایر انواع بوده، امروزه نیز در همان حوالی، از جمله در ناحیه جنوبی آلپ و همچنین در اطراف خرابه‌های باستانی منطقه یافت می‌شود. دیکسون معتقد است که

مرد یخی از بقایای خزه‌ها برای پوشش مواد غذایی خود استفاده می‌کرد ولی مردمان آن روزگار از آن برای نظافت شخصی استفاده می‌کردند.

از مجموع این مشاهدات می‌توان نتیجه‌گیری کرد که آخرین سفر مرد یخی از جنگل‌های ناحیه جنوبی پایین کوه در فصل بهار یا اوایل تابستان که درختان غرق شکوفه بودند شروع شد. ولی گویی چند روزی را به صعود و نزول متناوب گذرانده است. در ابتدای روده او بقایای گرده کاج و در قسمت‌های انتهایی روده گرده درختان دیگر وجود داشته است و شاید این موضوع نمایان‌گر این باشد که مرد یخی به ارتفاعات بالا، جایی که منطقه درختان مخروطی مثل کاج است، رفته، سپس به ناحیه پایین‌تر آمده و بعد در روزهای آخر عمر مجدداً به منطقه مرتفع درختان کاج رفته است. چرا؟ هیچ کس اطلاع صحیحی ندارد ولی شاید می‌خواستند از ناحیه سرایشی و لغزنده دره احتراز کند، مخصوصاً اگر عجله داشته بود.

وقتی به بالای ارتفاعی که امروزه به نام تیسنجوک نامیده می‌شود رسید، اندکی مکث کرد تا استراحت کند. در حقیقت یک دیواره عمودی به ارتفاع ۲۲۰۰ متر صعود کرده بود و در مقابل او دیواره یخی مشکلی قرار داشت.

حفره‌ای که او در آن پیدا شد، پناهگاه و مکانی برای کمی استراحت بود و او را از باد شدید و توفان حفظ می‌کرد. ما نمی‌دانیم که آیا دشمنان او را تعقیب کرده و سپس در این محل به او رسیدند، یا این که قبلاً در آنجا پنهان شده و پس از ورود وی به او حمله کردند؟ آنچه می‌دانیم این است که او هرگز از این حفره یا پناهگاه زنده خارج نشد.

ماه ژوئن ۲۰۰۱، پال گاستر، رئیس رادیولوژی بیمارستان مرکزی بلزانو، یک دستگاه کوچک رادیولوژی را به اتاقک مرد یخی برد. نظر اصلی او این بود که از دنده‌های شکسته مرد یخی عکسبرداری و سپس در پرونده او نگاهداری کند. روز بعد به دیدار ادوارد اگارتویگل، رئیس قسمت پاتولوژی بیمارستان که در ضمن مدیرمسئول اتاقک مردی یخی است، رفت تا با او درباره شکستگی دنده‌ها بحث و گفت و گو کند. سپس گفت «ولی من چیز تازه‌ای در عکس رادیولوژی یافته‌ام که در حقیقت نمی‌دانم چیست؟» و ادامه داد: «در ناحیه شانه چپ یک جسم خارجی عجیب موجود است.» پس از مقایسه عکس برداری‌ها و اسکن‌های قبل در اینسبروک با عکس‌های جدید رادیولوژی گاستر، چیزی دید که همکاران اتریشی او قبلاً توجه نکرده بودند. او جسمی خارجی مثلی شکل، با نوک تیز را در زیر کتف شانه چپ کشف کرد که پس از دقت فراوان معلوم شد یک تیر نوک تیز سنگی است. این «کشف تصادفی» ناگهان داستان مرد یخی ۵۰۰۰ ساله را به یک حکایت جنایی باستانی تبدیل کرد.

در سال ۲۰۰۵، کمی بعد از این که بیمارستان بلزانو به یک دستگاه اسکن چند مرحله‌ای مجهز شد. این ادعا بیش از پیش جلب توجه کرد و مورد بحث جدیدی قرار گرفت. گروهی از پزشکان و متخصصین رادیولوژی در دانشگاه زوریخ مصمم شدند که با استفاده از دستگاه جدید و بسیار دقیق اسکن یک بار دیگر جسد یخی را مورد مطالعه و بررسی قرار دهند. آگوست سال ۲۰۰۵، پزشکان مرد یخی را درون یک پوشش

مخصوص اسفنجی قرار دادند. سپس روی او را با بتویی مجهز به دستگاه سردکن پوشاندند و رویش مقدار زیادی یخ ریختند. بعد او را سریعاً با آمبولانس و در معیت گروهی پلیس که مسیر را باز نگاه داشتند در فاصله زمانی کوتاه، ۱۰ دقیقه از موزه به بیمارستان بردند. در بیمارستان او را مانند یک بیمار اورژانسی به اتاق اسکن بردند و خیلی سریع چندین اسکن از زاوایای مختلف گرفتند. یکی از پزشکان گفت «ما می‌بایست خیلی سریع کار کنیم، قبل از این که یخ‌های او آب شوند.»

نتیجه اسکن‌ها حیرت‌آور بود و نشان می‌داد که آن تیر سنگی نوک‌تیز، بریدگی به طول ۲/۵ سانتی‌متر در شریان زیر استخوان ترقوه سمت چپ ایجاد کرده است. این شریان در حقیقت اصلی‌ترین مسیر ارسال خون اکسیژن‌دار از قلب به سمت چپ بدن است و چنین بریدگی در شریان صدمی سبب خونریزی شدید و مرگ سریع خواهد شد. یکی از پزشکان می‌گوید «چنین بریدگی بسیار کشنده است. با چنین خون‌ریزی، مرد یخی نمی‌توانسته تحرک زیادی داشته باشد.» با این استدلال پزشکی می‌توان نتیجه گرفت، شخصی در تعقیب مرد یخی بود که در پشت و اندکی هم پایین‌تر از او قرار داشته و با تیرکمان، تیری به پایین شانه چپ او پرتاب کرد. انسان‌های شکارچی باستانی همیشه هنگام شکار به همین نقطه از بدن حیوان تیر می‌زدند. زیرا به تجربه دریافته بودند که به این ترتیب می‌توان با یک تیر شکار را از پا درآورد. تیرسنگی دقیقاً استخوان نازک ترقوه را سوراخ کرده، سپس شریان را بریده است. فوراً خون‌ریزی شدید شروع شده و ناحیه بین دنده‌ها و استخوان ترقوه را پر کرده است. مرد یخی در آخرین دقایق زندگی خود، نمونه کاملی از حالتی است که امروزه آن را «شوک» می‌نامند. قلب ضریان شدیدی داشت، عرق سرابایی او را فراگرفت هر چند که در ارتفاع زیاد و هوای سرد قرار داشت. احساس سرگیجه و ضعف می‌کرد، زیرا اکسیژن کافی به مغز او نمی‌رسید و سپس به فاصله چند دقیقه مرد یخی بر زمین افتاد، بیهوش شد و خون زیادی از بدن او خارج شد. خوشبختانه سرمای شدید ناحیه آترتال به نحوی شگفت‌انگیز پوششی از برف و یخ بر او پوشاند و به این ترتیب بقایای این انسان را تا ۵۰۰۰ سال بعد، برای ما، نگاه داشت. شرایط بسیار سرد و انجمادی محیط مانند بتویی یخی او را پوشش داد و دره تنگ باعث شد که این جسد از آثار مخرب آب و هوا و نیز از فشارهای حرکت یخچال‌های ناحیه، در تمام این ۵۰۰۰ سال درامان بماند.

چه کسی این مرد یخی را کشته و چرا؟ آیا یک افسانه باستانی است که عده‌ای در ارتفاعات به یک شکارچی حمله کرده و صید او را ربودند؟ یا شخص و اشخاصی که او را می‌شناختند و با او دشمنی داشتند او را تعقیب و به او حمله کردند؟ متخصصان بر این باورند که این داستان را باید براساس شواهد و دلایل موجود در صحنه جنایت بررسی کرد. دسته بلند و یا در حقیقت چوب تیر کشنده در آن اطراف پیدا نشد. به احتمال قوی کسی آن میله را از بدن او درآورده ولی تیر سنگی نوک تیز در بدن او باقی ماند. آگار ترویگل می‌گوید: «من فکر می‌کنم و در حقیقت مطمئنم، کسی که میله بلند تیر را از قفسه سینه مرد یخی بیرون کشیده، دقیقاً همان کسی است که تیر را به سوی او پرتاب کرده و او را به قتل رسانده است.» در مقاله‌ای که در مجله باستان‌شناسی آلمان به چاپ رسیده او و همکارانش بیان می‌کنند «در دوران پیش از تاریخ، شناسایی علایم

و نشانه‌های روی میله تیر از روش‌هایی بوده که بتوان به وسیله آن فرد و یا افراد مظنون را شناسایی کرد. همان‌طور که امروزه متخصصین می‌توانند بگویند که مثلاً تیر موجود در بدن یک مقتول از چه نوع اسلحه‌ای شلیک شده است.» آنها می‌گویند که قاتل مرد یخی، میله تیر را از بدن او بیرون کشیده تا نتوانند او را شناسایی کنند. به همین دلیل، قاتل هیچ یک از لوازم و وسایل مرد یخی را با خود نبرده است. از جمله تیر مسی که در آن زمان شیئی بسیار باارزش و گرانبها به شمار می‌رفت، زیرا تصاحب چنان شیئی با ارزشی توسط یک روستایی معمولی می‌توانست سؤال برانگیز و دلیلی بر ارتباط او با قتل باشد.

عده‌ای هم می‌گویند که این جنایت شاید مرحله نهایی چند دوره نبرد تن به تن در روزهای قبل باشد. تام لوی که یک باستان‌شناس با تخصص دانش مولکولی در استرالیا است، سال ۲۰۰۳ ادعا کرد که خون‌های روی اسلحه و پوشش مرد یخی به چهار فرد مختلف تعلق داشت ولی هرگز عقاید خود را به صورت مکتوب ارائه نکرد. هیات‌های علمی دانشگاهی بر این باورند که مطالب و نظریه‌های مختلف علمی تا زمانی که در مجله یا نشریه‌ای به چاپ نرسیده، نمی‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. با وجود این عده‌ای عقیده دارند که مرد یخی از طرف چند نفر مورد حمله قرار گرفته است. والترتلیز که در دانشگاه اینسبروک به عنوان متخصص باستان‌شناسی دوران سنگی و نیز متخصص باستانی تیر و کمان کار می‌کند، معتقد است که مبارزه در بالای کوه ادامه اختلافاتی بود که قبلاً در پایین کوه شروع شده بود و احتمالاً رقبای او که هم قبیله‌ای او هم بودند به او حمله کرده، می‌خواستند او را به قتل برسانند. آزمایش‌های میکروسکوپی جسد آثار زخمی را بر روی دست او نشان می‌دهد که تقریباً در حال بهبودی بوده و احتمالاً چند روز قبل از حمله نهایی اتفاق افتاده بود. «بنابراین به نظر می‌رسد که چند روز قبل، یک نبرد تن به تن رخ داده بود.» در این فاصله زمانی مخالفان او قوی‌تر شده بودند ولی او نمی‌خواست قبول کند که دوران او به سر رسیده است. او ریاست را حق مسلم خود می‌دانست.

لیتزر می‌گوید پس از نزاعی که در دهکده پایین کوه اتفاق افتاد «به نظر می‌رسد که مرد یخی قصد فرار داشته ولی مخالفانش او را تا بالای کوه تعقیب کرده به زندگی او خاتمه دادند.» فرضیه‌های اشتباه قبلی که درباره مرگ مرد یخی ارائه شده بود، در حقیقت به ما می‌گویند که نظریه‌های جدید، هر چند که صحیح به نظر می‌رسند ولی هنوز نمی‌توانیم آنها را نتیجه قطعی بدانیم و باید در انتظار تحقیقات علمی جدیدتر باشیم. مهم‌تر از همه این است که این مرگ مشکوک، بر فراز کوهی در آلپ، در حقیقت داستانی است که از اطلاعات بسیار اندک آزمایش‌ها به دست آمده، مثل ناخن شکسته، یک میله گرم از محتویات روده و چند دانه گرده بر روی پوشش مرد یخی، که به این ترتیب داستانی برای یک ماجرای دوره نوسنگی درست کنیم. طی این ۵۰۰۰ سال سخن و صدایی از لب‌های مرد یخی نگذشته تا داستان خود را برای ما بگوید ولی آزمایش‌ها و تجربیات جاری که در آینده نیز ادامه خواهد داشت حتماً گفته‌های زیادی خواهد داشت که درباره زندگی و مرگ در ۵۰۰۰ سال قبل دوره تاریخی انسان‌های نوسنگی به ما بازگو کند. ▽

منبع: نشنال جئوگرافیک - جولای ۲۰۰۷



گروه فرهنگی ققنوس پارس

بهترین هدیه برای کوه نوردان

بهترین هدیه از سوی کوه نوردان

برای سوین سال سالنامه کوه نوردی و طبیعت گردی ۱۳۸۷

اطلاعات کوه های ایران و جهان / اطلاعات تخصصی زیست محیطی / فهرست مراکز خدماتی کوه نوردی و طبیعت گردی
 معرفی مناطق کوه نوردی و طبیعت گردی در ایران و جهان / مصور / رنگی

تلفن سفارش و فروش : ۰۲۱-۲۲۸۰۱۴۱۶ و ۰۲۱-۲۲۸۱۷۲۹۰ و ۰۲۱-۹۱۲۱۴۱۹۷/۱۷۷۹

www.phoenix.ir



استراحتی برای ابد

کانگچن چونگا
زمستان ۱۹۸۶
فصل دهم

کوکوشکا و ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری

ترجمه: جمشید هدایت نسب

در یک کمپ نبودیم و تعدادی در کمپ اصلی پیشرفته به سر می بردند که به دلیل جلوگیری از دور روز اتلاف وقت تصمیم گرفته بودیم جدا از هم جشن بگیریم. پانکیویچ و من غذا را حاضر کرده بودیم، او حتی با کمک موادی که در داخل بشکه‌ها پیدا کرده بود موفق شده بود کیک را پخته و به زیبایی با ژله تزیین کند. طبق سنت می‌بایستی منتظر دیدن ستاره می‌شدیم که در کوهستان آن را به مراتب راحت‌تر از شهر دودآلوده‌مان در کاتووایس می‌شد رویت کرد. باد سختی بر چادرمان می‌گوبید، بشکه‌ها را به جای میز و صندلی کنار هم گذاشتیم. بالاخره سر و کله اولین ستاره پیدا شد و ما هم به روال آنچه که مرسوم بود با خواندن دعا شروع کردیم و آوازهای مخصوص این ایام را خواندیم، خوردن این کیک چیزی بود که مشابه آن را تجربه نکرده بودیم. سپس به شرح خاطرات پرداختیم و با درست کردن چای سعی در بلعیدن کیک داشتیم که گلوی‌مان را گرفته بود. بر شدت وزش باد افزوده شد و بارش برف شروع شد به طوری که ما را تا روز اول سال زمین گیر کرد.

هم هوایی هم‌زمان من و کریستوف ویلسکی باعث شده بود که عملاً با وی هم‌طناب شوم و به طور طبیعی ژوک و پیامسکی با هم صعود می‌کردند. کانگچن چونگا با ۸۵۹۸ متر ارتفاع سومین قله مرتفع جهان است. این قله بزرگ شامل چهار قله فرعی است که همگی بالای ۸۰۰۰ متر می‌باشند. قله جنوبی ۸۴۷۶ متر، مرکزی ۸۴۹۶ متر، سپس قله اصلی ۸۵۹۸ متر و یالونگ کانگ که در سمت غرب قرار داشت با ۸۴۲۰ متر ارتفاع. مسیر جبهه جنوب غربی در تابستان چندان دشوار نیست اما زمستان حال و هوای خود را دارد. قله کانگچن چونگا را به شکلی می‌توان متعلق به لهستانی‌ها دانست علت این امر این است که اولین صعود قله جنوبی و مرکزی توسط لهستانی‌ها صورت گرفته است. آنها همچنین مسیر جدیدی را روی یالونگ کانگ باز کرده بودند و صعود زمستانی ما می‌رفت که زنجیره این موفقیت‌ها را تکمیل نموده و نام این کوه را با لهستان عجین

تعطیلات هر چند زیبا و مطبوع باشند بالاخره باید نقطه پایانی داشته باشد. روز دوازدهم سپتامبر لهستان را از طریق مسکو و دهلی به مقصد کاتماندو ترک کردیم. ویلسکی* همراه من بود و با اتوبوس راه را به سمت شرق نپال ادامه دادیم و بعد از دو روز راه‌پیمایی خود را به نفرات تیم کانگچن چونگا رساندیم. آرتور هایزر برای جمع‌آوری تنمه بارهایی که با تاخیر رسیده بودند کماکان در شهر بود و من و همراهم با وسایل سبک‌بار شخصی از کنار باربرانی که به کندی حرکت می‌کردند، می‌گذشتیم. محیط و فضای شرقی‌ترین قله ۸۰۰۰ متری با درختان نخل و موز تنوع بیشتری را به نسبت اورست و لوتسه دارد و وحشی‌تر به نظر می‌آید. از ارتفاع ۵۰۰ متری کار خود را شروع کردیم و پس از عبور از آخرین چمنزارها در ارتفاع ۴۰۰۰ متری به محل کمپ اصلی در ارتفاع ۵۲۰۰ متری روی یخچال‌ها رسیدیم که پیشاپیش توسط ژوک، پیاسسکی و تنی چند از سایر کوه‌نوردان برپا شده بود.

چند روزی به سال نو باقی مانده بود و علی‌رغم سرمازدگی که از ناحیه پا در جریان صعود لوتسه بدان دچار شده بودم خود را در وضعیت جسمی مناسبی حس می‌کردم و این بسیار مهم بود که شخص توانایی اجرای برنامه را در خود ببیند و حس کند. تعداد قله‌های ۸۰۰۰ متری که صعود کرده بودم دو تا از مسنر کمتر بود و این انگیزه مرا به طور جدی افزایش می‌داد که این فاصله را یکی کم کنم. قله‌هایی که بسان گل‌های زده فوتبال هر چه بیشتر می‌شد بر پیچیدگی کار می‌افزود. هوای ماه دسامبر بسیار زیبا و در عین حال سرد بود ولی باد نمی‌وزید با این وجود حتی کمپ اصلی هم حدود ۲۵ درجه زیر صفر بود. من و ویلسکی بسیار سریع خود را به کمپ یک و از آنجا پس از عبور از کمپ دوم، بارهای مان را در ارتفاع ۷۰۰۰ متری زمین گذاشتیم و مجدداً راهی پایین شدیم. روز پیش از شروع ایام کریسمس بود و بشکه‌های مواد غذایی که با تاخیر رسیده بودند نیز سرانجام به بارگاه اصلی رسید و توانستیم حسابی از این سال نو لذت ببریم هر چند همگی

نماید.

روز اول سال با برف‌روبی و پاک کردن چادرها در کمپ اول سپری شد و پس از آن مثل همیشه کمی به مزاح و تفریح و وقت‌گذرانی گذشت و عاقبت با پلک‌های سنگین ساعت هشت شب در سکوت خواب‌مان برد. روز بعد تا محل کمپ دوم بالا رفتیم و وضعیت چادرها را مرتب کردیم، به علت وزش باد شدید این مسیر، برفی روی آنها را نپوشانده بود. سپس کمپ سوم در ارتفاع ۷۲۰۰ متری برپا کردیم، علی‌رغم این که فقط یک ماه از برنامه لوتسه گذشته بود ولی گویا من و کریستوف چندان خوب هم‌هوا نشده بودیم. در ارتفاع ۷۸۰۰ متری فقط یک چادر برپا کردیم و پیامسکی و ژوک به محل کمپ سوم مراجعت کردند. رو یای ما برای صعود قله در روز بعد تحقق نیافت و بارش برف راهی کمپ اصلی‌مان کرد. تیم دیگری در تمام مدت بارهای بیشتری را به کمپ‌های فوقانی انتقال داد تا در صورت هم‌هوایی مناسب راهی قله شوند یا تا جایی که امکان دارد، صعود کنند. کمپ چهارم نقطه کلیدی کار ما شده بود. تصمیم گرفتیم چادر دیگری را با خود حمل کنیم تا در صورت امکان هر چهار نفر در کمپ چهارم آماده حمله شویم. ژوک از اندازه‌های خود فاصله داشت و مدام سرفه می‌کرد. هر چند که این امر در زمستان طبیعی می‌نمود. در جریان صعود روز بعد وضعیت سرحال نبودن اعضای تیم مشخص شد. پیامسکی نیم ساعت پس از من و کریستوف هم به همین منوال خودشان را به کمپ چهار رساندند و ژوک یک ساعت دیرتر رسید. این آن آندره‌ای که من می‌شناختم نبود و کارایی لازم را نداشت علاوه بر آن توجه به دستورات پزشک و مصرف داروهای خاص از شدت سرفه‌هایش نکاسته بود.

در محل کمپ چهارم مجدداً چادرها را از زیر برف بیرون کشیدیم و مرتب کردیم و ضمن این که آندره و پیامسکی چادرشان را نصب می‌کردند چای و نوشیدنی داغ تدارک دیدیم که حدود دو ساعت طول کشید. صدای سرفه آندره باعث شده بود که نتوانم بخوابم. طی تماس با کمپ اصلی دکتر تیم دارو تجویز کرد و خوردن چای و بخور. او بر این عقیده بود که گاهی در ارتفاعات آب زیادی در بدن جمع می‌شود که در صورتی که در ناحیه ریه باشد می‌تواند به ادم ریوی منجر شود که خطرناک است. ظاهراً همه چیز آرام بود به داخل کیسه خواب‌ها رفتیم. اما کماکان نگران حال آندره بودم. از ایشان پرسیدم برنامه چیست و فردا چه کار کنیم؟ آندره از بدی حال خودش گفت و این که می‌خواهد راهی پایین شود. پیامسکی هم خواست که او را همراهی کند، لذا همه چیز مشخص شده بود و من گفتم:

کانگچن چونگا با ۸۵۹۸ متر ارتفاع سومین قله مرتفع جهان است. این قله بزرگ شامل چهار قله فرعی است که همگی بالای ۸۰۰۰ متر می‌باشند

پس ما نیز راهی قله می‌شویم.

پس از تهیه مقداری آب، خشک کردن جوراب‌ها ساعت ۵/۴۵ دقیقه بامداد روز یازدهم ژانویه در حالی که هنوز هوا تاریک بود از چادر بیرون زدیم. گفتم، خوب ما دیگر راه می‌افتیم که صدای پیامسکی را شنیدم که چون پایین می‌روند مایلند کمی بیشتر استراحت کنند. به آرامی به حرکت خود ادامه دادیم در حالی که هر دو حسی در پاهای خود نداشتیم، جلوتر کریستوف جایی ایستاد و شروع به مالش پاهایش کرد و پس از آن ادامه دادیم. ۸۰۰ متر پیش رو در زمستان فاصله زیادی بود. طناب اتصالی بین ما وجود نداشت و هر کدام به میل خود حرکت می‌کردیم. گاهی قسمت‌های طناب را می‌دیدیم که از زیر برف بیرون زده بود. کریستوف از من جلو زد و زودتر از من به قله رسید، در انتظار ماند و به سرعت مسیرش را به طرف پایین ادامه داد. روی قله دو عروسک پلاستیکی پسرانم را به منظور تقسیم شادی‌های مان روی قله قرار دادم و عکس گرفتم. کریستوف بعدها در این باره چنین گفت: جداً نمی‌دونم که چه گذشت، می‌دانم که نیم ساعتی در قله به انتظارات بودم و وقتی که تو را دیدم حتی قادر به تحمل چند دقیقه دیگر نبودم و سرازیر شدم. روی قله مغز و فکر انسان در حل مسایل به گونه دیگری عمل می‌کند، در این ارتباط می‌توانم به ذکر این مثال بپردازم که تمام مدت بی‌سیم یک کیلویی را با خود حمل کرده بودم که روی قله با کمپ اصلی تماس بگیرم اما از آنجا که پیشاپیش به منظور گرم نگه داشتن باطری‌ها، آن را توی جیب کوله گذاشته بودم تمام مدت روی قله قادر به یافتن آن نمی‌شدم در حالی که داخل همان جیبی بود که گذاشته بودم. فکر کردم تماس با کمپ



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



راهنمایان کوه ایران IMG
IRANIAN MOUNTAIN GUIDES

زمستان ۸۶

اسکی و آموزش در مدارس اسکی سوئیس و اتریش

خدمات شامل: ویزا، بلیط رفت و برگشت، غذا و آموزش

مدت برنامه: ۱ هفته

تابستان ۸۷

صعود قله موسطاق آتا (۷۵۴۶ متر)

در قالب دو تیم کوهنورد و اسکی باز

خدمات شامل: ویزا، بلیط رفت و برگشت، مجوز صعود، سرپرستی، پزشک همراه تیم، غذا، آتشیز حمل بار تا بیس کمپ، هتل در کاشگار، آموزش قبل از برنامه و برنامه‌های آمادگی

مدت برنامه: ۲۲ روز

مدیر تیم‌ها و مدیر آموزش: فرشاد خلیلی خوشه مهر

آدرس: فلکه دوم صادقیه - خیابان سازمان آب؛ مجتمع پردیسان؛ طبقه دوم شماره ۵۸ تلفن: ۴۴۸۷۰۱۲۲ همراه: (خلیلی) ۰۹۱۲-۱۵۹۰۵۶۵ (دردگرد) ۰۹۱۲-۱۹۰۲۲۲۶
www.imgco.ir info@imgco.ir

پیش‌ترها فکر می‌کردم بروز احساسات عاطفی مختص شهر است و کوه چنین چیزی را از ما می‌گیرد و تازه فهمیدم که چقدر در اشتباه بودم.

در هیمالیا کوه‌نوردی کرده بودیم بلکه علایق خانوادگی بسیاری نیز بین ما وجود داشت.

یا مریم مقدس...
پیش‌ترها فکر می‌کردم بروز احساسات عاطفی مختص شهر است و کوه چنین چیزی را از ما می‌گیرد و تازه فهمیدم که چقدر در اشتباه بودم.
خدایا روحش را شاد گردان... و آرامش نصیبش کن... طناب را پایین دادیم و پس از آن کلنگش را که نامش روی آن حک بود روی جسدش قرار دادیم. می‌خواستیم چیزی بگویم؛
... خداحافظ آندره...

قادر به ادامه نبودم، بغض گلویم را گرفته بود. کوهستان نیز در غم ماتم ما حضور داشت و همگی می‌گریستیم. با دیرک‌های نشانه‌گذاری مسیر، صلیبی را درست کردیم و روی قبرش قرار دادیم.

یک ماه بعد با ظاهر شدن عکس‌های برنامه، عکسی را دیدم که بین کمپ دوم و سوم گرفته شده بود، کریستوف، پیاسسکی و آندره بر روی عکس به طرز باورنکردنی از تلاقی دیرک نشان‌گذاری مسیر و بخشی از یک طناب صلیبی در پشت آندره شکل گرفته بود درست مانند چیزی که ما روی قبرش گذاشتیم. آیا این گواهی از سرنوشت او که تقدیر برایش رقم زده بود، نبود؟! فردای آن روز درگیری لفظی بین آندره ماچنیک و من صورت گرفت که قابل اجتناب بود اما رخ داد و به دنبال آن من و کریستوف و آرتور راهی پایین شدیم. این سومین بار متوالی بود که برنامه‌های کوه ما قربانی می‌گرفت. زمان رسیدن به فرودگاه ورشو یکی از کانال‌های تلویزیونی پربیننده و در عین حال تحریک‌کننده ما را سوال پیچ کرد و ما فقط شرح مواقع را دادیم و نه یک کلمه بیشتر. به شهر خود جایی که خانواده‌ام در انتظار بودند بازگشتم و اینجا هم خبرنگاری از «تریبون کارگران کاتووایس» که قصد نوشتن داستان صعود ما را داشت سراغم آمد، همه چیز را طوری گفتم که برای چهارشماره متوالی مقاله کافی داشته باشد. سه هفته بعد سرپرست تیم «ماچنیک» و سایر اعضای تیم نیز بازگشتند که ماچنیک شکایتی را علیه خبرنگار مربوطه تنظیم کرد که چرا وی در انتظار سرپرست و نقطه نظرات وی نمانده است لذا قسمت دیگری به این سلسله مقالات اضافه شد و ماچنیک در آن بخشی از گناه داستان را گردن من و ویلسکی انداخت. توجه خاصی به این قضیه نکردم و کار خودم را ادامه دادم، کلاً برنامه اثر نامطلوبی روی من گذاشته بود. آخرین کاری که می‌بایست انجام می‌دادم و واگذار کردن آن به شخص دیگری ممکن نبود دیدن همسر آندره بود. او از همه چیز مطلع بود و مآل را از طریق رسانه‌های خبری شنیده بود. در هر حال به عنوان وظیفه می‌بایست رنج این کار دشوار را بردوش می‌گرفتم و در حالی که آندره مرده بود به دیدارشان می‌رفتم. همسر آندره، دختر کوچکش، برادر و مادرش حضور داشتند، فقط یک برادر، چرا که دیگری مرده بود آن هم در کوهستان. Δ

* در ترجمه هر متن از زبانی به زبان دیگر محدودیت‌های تلفظی وجود دارد مانند ویلچکی = ویلسکی و یا مسنر = یا منزر.

پوزش

در قسمت تسلیت شیلر صفحه ۹۶ شماره ۴۸ به اشتباه شکوه درج شده بود.

مترجم مطلب من عاشق ایران هستم که در صفحه ۳۳ شماره ۴۸ چاپ شده بود آقای کاظم فریدیان می‌باشد.

اصلی چندان هم مهم نیست علی‌رغم دلخوری راهی پایین شدم خود را به کریستوف رساندم و در سرمای زیاد به داخل کیسه خواب خزیدیم، آنجا بود که بی‌سیم را دیدم. ارتفاع مشکلات خود را دارد و پرسش‌های بسیاری را بی‌جواب می‌گذارد. بی‌سیم را برداشته و خبر صعود را به آنها دادیم چندان تحویل‌مان نگرفتند و شور خاصی از خود نشان ندادند. از تماس با کمپ اصلی و سوم دریافتیم که وضع جسمی آندره خراب است. با وجود این که راهی پایین شده بود اما در عوض بهبودی، کار به جایی رسیده بود که حتی نتوانسته بود روی پاهای خود به کمپ سوم برسد. لذا پیاسسکی به تنهایی به محل کمپ رفته و برای کمک به آندره، هایزر، پانکیوویچ و لودویک ویلزنسکی را با خود به بالا برده بود. دکتر مصرف بیشتر دارو را تجویز کرده بود و احتمال ادم ریوی را می‌داد. از پایین کپسول اکسیژن برایش ارسال کردند و هیچ‌کس نمی‌توانست قبول کند که این آندره است که به چنین وضعی دچار شده است. ما در کمپ چهارم مانده بودیم و قرار بود که فردای آن روز برای کمک در حمل آندره به پایین سرازیر شویم که شبانگاه خبر فاجعه دردناک از دست دادن او را شنیدیم. او که به اتفاق پیاسسکی در یک چادر به سر می‌برد حوالی ساعت ۹ شب کمی بهبود پیدا کرده بود اما یک ساعت بعد ازمانی که پیاسسکی می‌خواست استکان چای تازه را به او بدهد، پاسخی از هم‌چادریش دریافت نکرد. این خبر کوتاه را ویلزنسکی به ما داد، چیزی برای گفتن نداشتیم، در تماس با کمپ اصلی جویای وظایف خود شدیم و پاسخ آندره ماچنیک این بود که برنامه پایان گرفته و هیچ صعود بعدی در کار نیست، هر آنچه را که از کمپ چهارم قادر به حمل هستید بردارید و پایین بیایید.

در کمپ سوم با جسد بی‌جان آندره مواجه شدم، پانکیوویچ و هایزر نیز در آنجا حضور داشتند و پیاسسکی را که از لحاظ جسمی و روحی درب و داغان بود پیشاپیش پایین برده بودند، انگار که خوابیده بود، داخل کیسه خوابش دراز کشیده بود. چه می‌بایست می‌کردیم؟ نظر من این بود که به پایین حملش کنم ولی با این خستگی از ارتفاع ۷۴۰۰ متری چگونه می‌توانستیم جسدی را از لابه‌لای شکاف‌ها به پایین منتقل کنیم که خودمان با دست آزاد به این سادگی قادر به عبور از آنها نبودیم. تنها امکان این بود که تعدادی کوه‌نوردان گروه نجات که در کمپ اصلی بودند این کار را انجام دهند می‌بایست نظر آنها را جویا شویم. آیا امکان انجام این کار را دارید؟ واقعیت این بود که گفتن ساده است و اجرا بسیار سخت و زمانی حدود یک هفته نیاز داشتیم. تازه ممکن بود که آن پایین هم جایی در یک شکاف دفن شود لذا چه کاری بود که جسد را این طرف و آن طرف بکشانیم. پس تصمیم گرفتیم که با اجرای مراسمی ساده در همان محل کمپ سوم با او وداع کنیم.

مراسم تدفین را ما چهار نفر عهده‌دار شدیم و شکافی را ۵۰ متر آن طرف‌تر از محل چادر پیدا کردیم که عمق لازم را داشت، جسد را به لبه شکاف کشانیدیم، هوا آرام بود و آفتاب می‌درخشید انگار که کوهستانی که عاشق آن بود نمی‌خواست در این لحظات تالم خاطری را برایش فراهم سازد.

یا پدر مقدس...

قبول این که دیگر آندره قادر به برخاستن نبود مشکل بود، ما نه تنها به اتفاق

جناب آقای مهندس شعاعی

انتخاب جنابعالی را به
ریاست فدراسیون کوه نوردی
ایران تبریک می گوئیم.

شرکت هفت گوهر

جناب آقای مهندس محمود شعاعی

حسن انتخاب مجمع عمومی
فدراسیون کوه نوردی در خصوص
انتخاب شایسته جنابعالی به
ریاست فدراسیون کوه نوردی را
تبریک عرض نموده از خداوند
متعال سلامتی و طول عمر باعزت
را برای شما خواستاریم.

شرکت مصفا

جناب آقای مهندس محمود شعاعی

انتخاب شایسته جنابعالی به
عنوان ریاست محترم فدراسیون
کوه نوردی جمهوری اسلامی
ایران را تبریک عرض می نمایم.
شرکت بازرگانی کوه ویسی

ریاست محترم فدراسیون کوه نوردی جناب آقای مهندس شعاعی

مجمع عمومی فدراسیون
با انتخاب شما نشان داد که از
بینش و اشراف بر مسایل کوه نوردی
کشور برخوردار است.
این انتخاب را به شما، جامعه
کوه نوردی و اعضای محترم
مجمع عمومی فدراسیون
تبریک می گوئیم.

شرکت پرسون

برای
آنان که
حرفه‌ای
می‌اندیشند!



www.niyak.com

خیابان فردوسی شمالی، نرسیده به میدان فردوسی،
جنب بانک ملت، کوچه ضرابی، پلاک ۴
تلفن: ۶۶۷۴۹۵۷۲-۶۶۷۴۹۵۷۱ نمابر: ۶۶۷۴۹۵۷۳



TORSO FIT EXPEDITION



WINNER



Torso Fit tailors the fit precisely to your back ensuring the load is distributed comfortably and is stable.



Torso Motion ensures the pack does not restrict the natural movement of your body and therefore reduces fatigue. (TFX 9 & 7 only)



Torso Micro Adjust allows the lumbar area to be customised at all times, without removing the pack, adapting to your body posture and giving unprecedented support. (TFX 9 only)



www.niyak.com





ما، می دانیم شما چه می خواهید!

نیاک، دروازه ای به سوی طبیعت



www.niyak.com



خیابان فردوسی شمالی، نرسیده به میدان فردوسی، جنب بانک ملت، کوچه ضرابی، پلاک ۴

تلفن: ۶۶۷۴۹۵۷۱-۶۶۷۴۹۵۷۲ شماره: ۶۶۷۴۹۵۷۳

ققنوس

Ghoghnous Co.

اداره کار مشهد

دیواره و گیره های سنگنوردی

گیره های توکار و گیره های روکار

دیواره سنگنوردی یک تکه

دیواره های مقاوم به آتش

دیواره های کامپوزیت (مرکب)

دیواره های چوبی

پانلهای $1 \times 1 \text{ m}^2$

پانلهای $1 \times 3 \text{ m}^2$

صفحه آموزش (سیمولاتور)



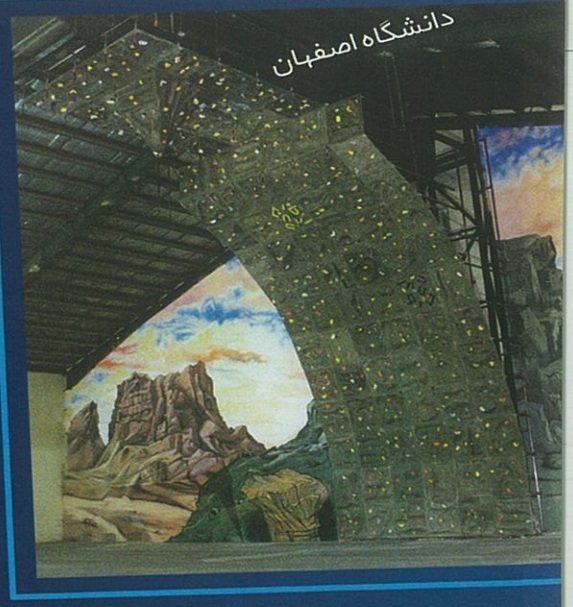
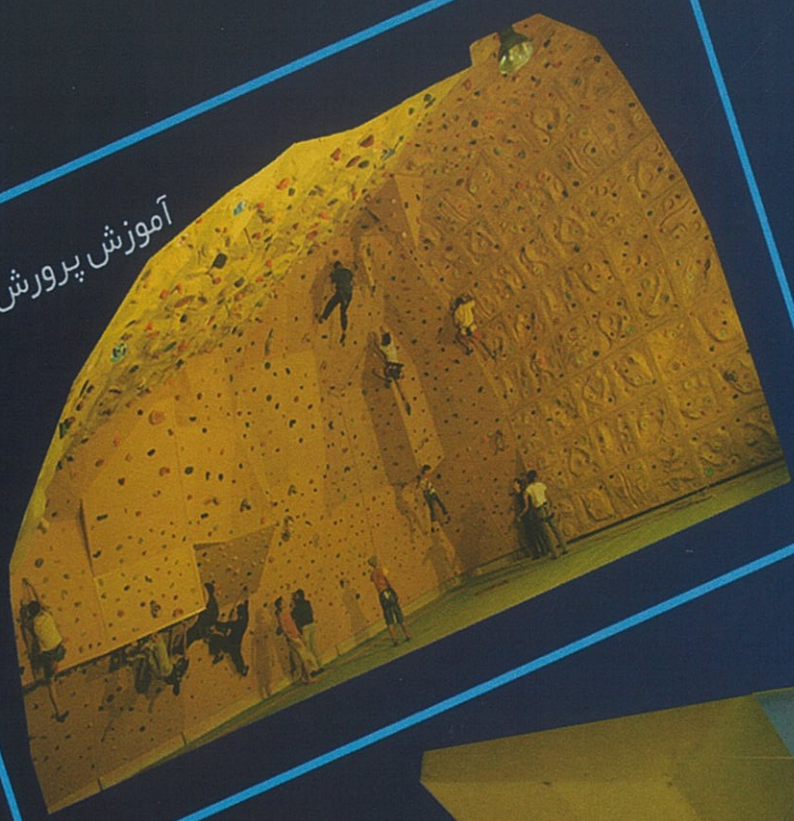
شرکت ققنوس

بیش از ۲۰۰ نمونه گیره جدید

بزرگترین دیواره سنگنوردی در ایران به مساحت

آموزش پرورش اصفهان

دانشگاه اصفهان



آدرس: اصفهان خیابان شیخ صدوق شمالی جنب پل هوایی میر پلاک 36

تلفن : 0311-6639334,35

WWW.GHOGHNOUS.COM

isf_ghoghnous@yahoo.com



۶۳۰ متر مربع (دانشگاه آزاد مرکزی تهران)

شرکت کوهنوردی

آذرکوه

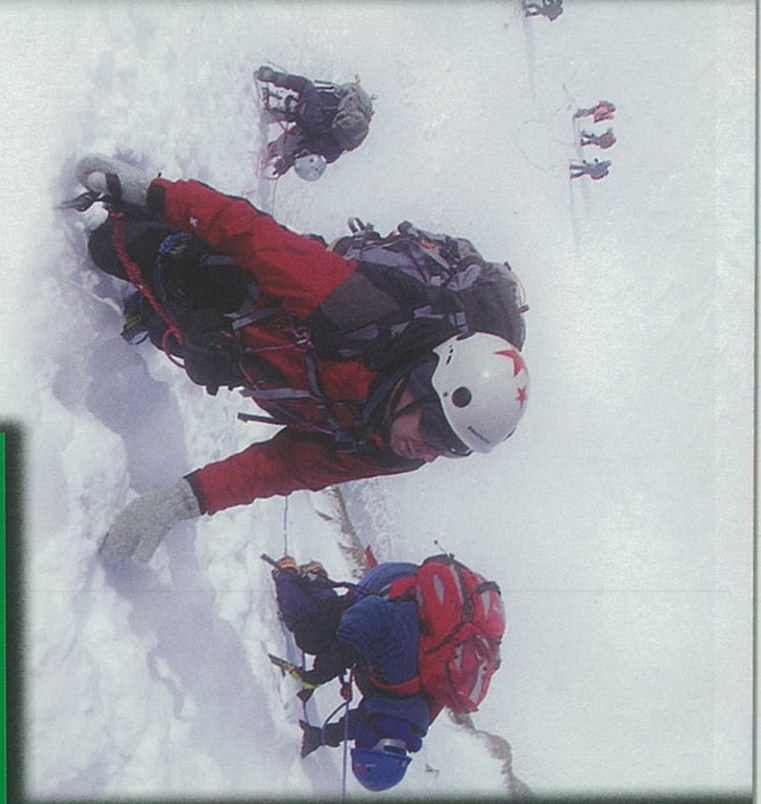
تبریز



Azar Koleh
Mountaineering
Co. Ltd.

آذرکوه پیشرو صعود های برون مرزی

A Z A R K O U H



- ✓ برگزاری کلاس یخنوردی پیشرفته توسط مربیان روسی و ارائه مدرک معتبر بین المللی (نوروز ۸۷)
- ✓ صعود قله موسناگ آتا ۷۵۴۶ متر (تابستان ۸۷)
- ✓ صعود قله مانتها آتا ۷۷۲۸ متر (تابستان ۸۷)
- ✓ صعود قله البروس ۵۶۴۲ متر (تابستان ۸۷)
- ✓ فروش انواع سی دی های کوهنوردی



تلفنکسی: ۰۲۱-۵۶۶۳۱۳۷ - ۵۶۶۳۰۸۱

تبریز: خیابان بهشتی (منصور) جنب آزمایشگاه بوعلی بلاک ۷۰

www.iranianexpedition.com info@iranianexpedition.com

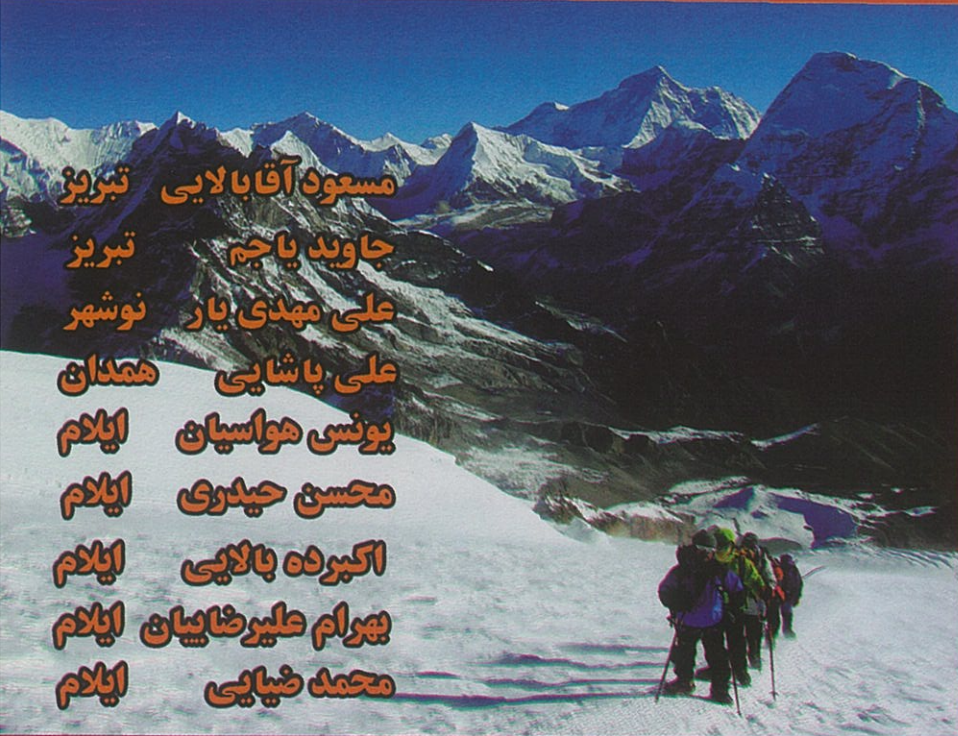


شرکت کوهنوردی آذرکوه

تبریز



صعود قله ۶۶۵۴ متری مراییک (نیال) ۲۸ مهر ماه



مسعود آقابالایی تبریز
جاوید یاجم تبریز
علی مهدی بار نوشهر
علی پاشایی همدان
یونسی هواسیان ایلام
محسن حیدری ایلام
اکبرده بالایی ایلام
بهرام علیرضاییان ایلام
محمد ضیایی ایلام

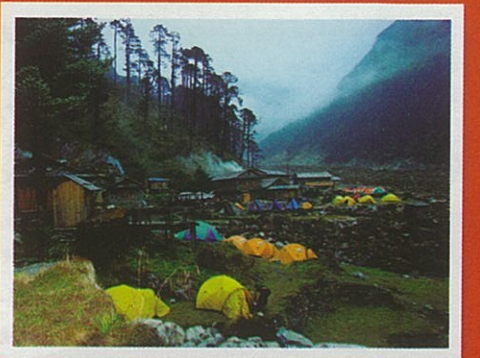
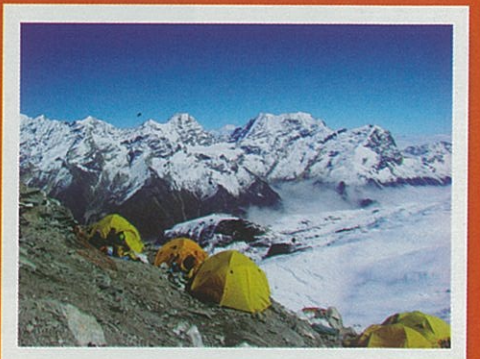
تلفکس: ۵۲۶۳۱۳۷ | تلفن: ۵۲۶۳۰۸۱ - ۰۴۱۱

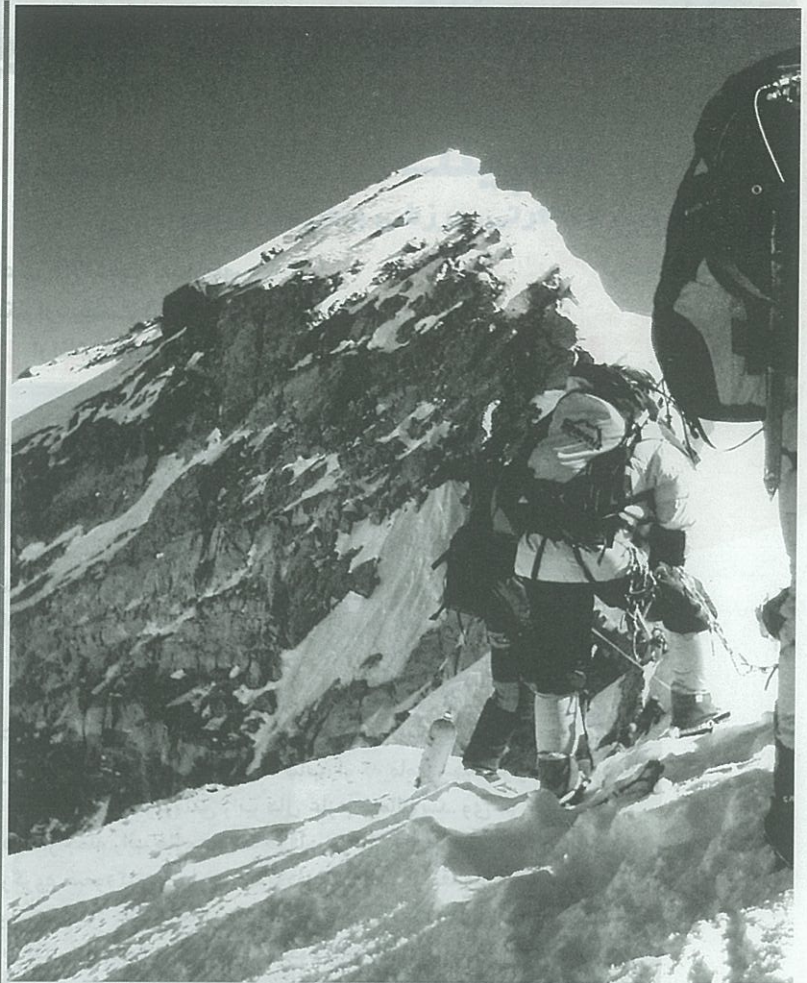
تبریز: خیابان بهشتی (منصور) جنب آزمایشگاه بوعلی پلاک ۷۰

www.iranianexpedition.com | info@iranianexpedition.com



Azar Kouh
Mountaineering
Co.Ltd





را ترک کرد هنوز سومین کپسول او بیشتر از سه چهارم اکسیژن داشت. اما او به دلیل ناملومی ماسک اکسیژن خود را برداشت و از اکسیژن کمکی استفاده نکرد. کمی بعد از آن که فیشر قله را ترک کرد ماکالوگاوا و شریپاهای او هم از قله پایین آمدند و بالاخره لوپسانگ قله را ترک کرد و «هال» بر سر قله در انتظار رسیدن «هنسن» تنها ماند. حدود ساعت چهار، دقایقی بعد از آن که لوپسانگ فرود آمد. «هنسن» بالاخره رویت شد که به سختی و با مشقت از روی آخرین برآمدگی خطالراس به آهستگی بالا می‌آید. بلافاصله بعد از دیدن هنسن، هال با شتاب برای کمک به او پایین رفت.

ساعت برگشت اجباری هال از قله دو ساعت قبل سپری شده بود. با توجه به روحیه محافظه‌کارانه و طبیعت شدیداً منضبط هال، تعداد زیادی از همکاریانش از عدم قضاوت صحیح او در این مورد دچار تعجب شدند. آنها از خود می‌پرسیدند چرا هال به هنگام صعود، خیلی پایین‌تر، بلافاصله بعد از آن که مشخص شد کوه‌نورد آمریکایی از زمان مقرر عقب است هنسن را برنگردانده است.

هال دقیقاً یک سال قبل در ساعت ۲/۲۰ دقیقه هنسن را در قله جنوبی برگردانده بود و هنسن از این که در نزدیکی قله از صعود به آن محروم شده است به شدت سرخورده بود. او مکرراً به من گفته بود که بازگشت او به اورست در سال ۱۳۷۵ (۱۹۹۶) عمدتاً در نتیجه تشویق‌های هال بوده است. او گفت هال چندین بار از نیوزیلند به او تلفن کرده و از او خواسته است تا یک بار دیگر سعی کند به قله صعود کند و این بار داگ هنسن به شدت مصمم بود تا قله را صعود نماید. او سه روز قبل در اردوگاه شماره دو به من گفته بود، «من می‌خواهم این صعود را این بار انجام دهم و فکرش را برای همیشه از سرم بیرون کنم. نمی‌خواهم دوباره به این جا برگردم. برای تکرار چنین برنامه‌ای من پیر شده‌ام.»

به نظر بعید نمی‌رسد که هال به دلیل آن که خودش هنسن را برای بازگشت به اورست تشویق کرده بود، برایش مشکل بود که بار دیگر او را از صعود به قله محروم کند. گی کاتر، راهنمای نیوزیلندی که همراه هال در سال ۱۳۷۱ (۱۹۹۲) قله اورست را صعود کرد و در سال ۱۳۷۴ (۱۹۹۵) وقتی هنسن برای اولین بار قصد صعود به قله را داشت راهنمای او بود، می‌گوید، «اگر یک مشتری ببیند که قله در دسترس اوست و مصمم است تا به قله برسد، به درخواست شما برای عقب‌گرد واقعی نخواهد گذاشت و به صعود برای فتح قله ادامه خواهد داد.» در تایید این نظریه پیترلو، راهنمای پیش‌کسوت کوه‌نوردی، در مصاحبه خود با مجله «کوه‌نوردی» پس از رویدادهای فاجعه‌آمیز اورست اظهار داشت، «ما تصور می‌کنیم مردم به ما پول پرداخت می‌کنند تا تصمیمات درستی اتخاذ کنیم حال آن که آنها در واقع به ما پول پرداخت می‌کنند تا آنها را به قله برسانیم.»

به هر صورت هال ساعت ۲ بعدازظهر، هنسن را برنگرداند و در نتیجه در ساعت ۴ بعدازظهر درست زیر قله با مشتری خود روبه‌رو شد. طبق گفته لوپسانگ به جای برگرداندن هنسن، دستش را گرفت و دور گردن خود انداخت و به مشتری خسته خود کمک کرد تا آخرین دوازده متر باقی‌مانده مسیر را برای صعود قله طی کند. آنها فقط یکی دو دقیقه بر سر قله ماندند و بعد از آن برگشتند تا فرود طولانی خود را آغاز کنند.

وقتی لوپسانگ می‌بیند که هنسن از پای افتاده است فرود خود را متوقف می‌کند تا کاملاً مطمئن شود او و «هال» از بخش مهم کوه در قسمت زیر قله به سلامتی عبور نمایند. سپس به فرود خود ادامه می‌دهد و هنسن و هال را در بالای قدمگاه هیلاری پشت سر می‌گذارد تا به فیشر که حالا حدود ۳۰ دقیقه جلوتر از او بود ملحق شود.

درست بعد از آن که لوپسانگ در پایین قدمگاه هیلاری از دید پنهان می‌شود ظاهراً اکسیژن هنسن تمام می‌شود و او از پای می‌افتد. هنسن تا آخرین ذره انرژی خود را برای رسیدن به قله مصرف کرده بود و حالا دیگر توان نداشت تا فرود بیاید. «ادوایستورز» که مانند کاتر در سال ۱۳۷۴ (۱۹۹۵) راهنمای گروه هال به قله اورست بود می‌گوید، «در طول صعود او حالش خوب بود اما بلافاصله بعد از شروع فرود، قدرت ذهنی و فیزیکی خود را از دست داد و ناتوان شد مثل آن که تمام قوایش تحلیل رفته باشد.

در ساعت ۴/۳۰ دقیقه بعدازظهر و بار دیگر در ساعت ۴/۴۱ دقیقه هال از طریق رادیو تماس گرفت تا اطلاع دهد که او و هنسن روی خطالراس قله دچار مشکل شده‌اند و احتیاج فوری به اکسیژن دارند. دو کپسول پراکسیژن در قله جنوبی در انتظار آنها بود. اگر هال از این موضوع اطلاع داشت می‌توانست سریعاً کپسول‌های اکسیژن را بردارد و بازگردد و یک کپسول پراکسیژن به هنسن بدهد. اندی هریس که هنوز در محل انبار مخفی کپسول‌های اکسیژن به سر می‌برد و دچار آشفتگی ذهنی ناشی از کمبود اکسیژن بود این مکالمه رادیویی را شنید و اشتباهاً همان طور که قبلاً به من و مایک گروم گفته بود، به هال اطلاع داد که کپسول‌های موجود در قله جنوبی خالی‌اند.

وقتی «مایک گروم» همراه «یوشوکونامبا» از خطالراس جنوب شرقی درست بالاتر از بالکن فرود می‌آید مکالمه رادیویی بین هریس و هال را شنید. او سعی کرد با هال تماس بگیرد و اشتباه هریس را تصحیح کند و به هال اطلاع دهد که در حقیقت کپسول‌ها پر هستند و در قله جنوبی در انتظار او هستند. گروم توضیح می‌دهد، اما رادیویی من درست کار نمی‌کرد. اکثر پیام‌ها را من می‌توانستم بگیرم اما صدایم به ندرت به گوش دیگران می‌رسید. در دفعات نادری که هال

من می‌خواهم این صعود را این بار انجام دهم و فکرش را برای همیشه از سرم بیرون کنم. نمی‌خواهم دوباره به این جا برگردم. برای تکرار چنین برنامه‌ای من پیر شده‌ام

صدای مرا شنید سعی کردم نشانی کپسول‌های اکسیژن را به او بدهم ولی بلافاصله تماس من با هال توسط اندی قطع شد که به هال می‌گفت کپسول پراکسیژن در قله جنوبی وجود ندارد.

از آنجا که هال مطمئن نبود کپسول پراکسیژن در قله جنوبی موجود باشد فکر کرد بهترین کاری که می‌تواند انجام دهد این است که در کنار هسنن باقی بماند و سعی کند تا این مشتری ناتوان را بدون اکسیژن با خود پایین ببرد. اما وقتی آنها به بالای قدمگاه هیلاری رسیدند و هال نتوانست هسنن را از شیب عمودی دوازده متری پایین ببرد پیشرفت آنها در این نقطه متوقف شد. هال از طریق رادیو در حالی که صدایش نشان می‌داد از نفس افتاده است پیام فرستاد که «من خودم می‌توانم پایین بیایم ولی نمی‌دانم چطور می‌شود این مرد را بدون اکسیژن کمکی از قدمگاه هیلاری پایین برد.»

کمی قبل از ساعت ۵ بعدازظهر بالاخره گروم توانست از طریق رادیو بی‌سیم با هال تماس بگیرد و به او اطلاع دهد که در واقع کپسول پراکسیژن در قله جنوبی موجود است. پانزده دقیقه بعد لوپسانگ در مسیر فرود از قله اورست به قله جنوبی رسید و با هریس مواجه شد. در این زمان طبق گفته لوپسانگ هریس بالاخره متوجه شده بود که دو کپسول پراکسیژن در انبار مخفی وجود دارد چون از لوپسانگ خواسته بود تا در رساندن کپسول‌های حیاتی اکسیژن به هال و هسنن به او کمک کند. لوپسانگ می‌گوید: «اندی به من گفت اگر کپسول‌های اکسیژن را به راب و داگ برسانم او پانصد دلار به من می‌دهد. اما قرار بر این بود که من از افراد گروه خود مراقبت کنم. من باید از اسکات مراقبت می‌کردم به همین دلیل به اندی جواب رد دادم و به سرعت پایین آمدم.»

در ساعت ۵/۳۰ دقیقه بعدازظهر وقتی لوپسانگ برای ادامه فرود خود قله جنوبی را پشت سر می‌گذاشت برگشت تا نگاهی به اندی هریس بیندازد که باید در آن موقع خیلی ناتوان شده باشد چون وقتی من او را دو ساعت قبل در قله جنوبی دیده بودم نشانه‌هایی از این حالت در او دیده می‌شد. من دیده بودم که او به آهستگی در برف بالای خط‌الراس قله فرود می‌رود و بالا می‌رود تا به هال و هسنن کمک کند. اقدام شجاعانه‌ای که به قیمت جان او تمام شد.

کمی پایین‌تر، اسکات فیشر برای پایین رفتن از روی خط‌الراس جنوب شرقی در جدال بود و ناتوان و ناتوان‌تر می‌شد. وقتی فیشر به بالای پلکان صخره‌ای در ارتفاع ۸۶۵۶ متر رسید با تعدادی فرود کوتاه ولی مشکل در امتداد خط‌الراس روبه‌رو شد اما او ناتوان‌تر از آن بود که به کار با طناب بپردازد پس روی باسن خود نشست و از روی سرایشی برفی کناری خود را به پایین سراند. این عمل آسان‌تر از دنبال کردن طناب‌های ثابت بود اما وقتی پایین پله‌های صخره‌ای رسید مجبور شد تا در برفی که تا قوزک می‌رسید یک تراورس سربالایی صدمتری را طی کند تا دوباره خود را به مسیر فرود برساند.

تیم مدسن که با گروه بی‌دلمن فرود می‌آمد در ساعت ۵/۲۰ دقیقه در بالکن به طور اتفاقی نگاهی به بالای سر خود انداخته بود و فیشر را دیده بود که تراورس سربالایی را شروع می‌کند. تیم مدسن به خاطر می‌آورد که، «او حقیقتاً خیلی خسته

به نظر می‌رسید. ۱۰ قدم برمی‌داشت. می‌نشست و خستگی درمی‌کرد و بعد دوباره چند قدم دیگر برمی‌داشت و استراحت می‌کرد. او بسیار آهسته حرکت می‌کرد ولی من می‌توانستم لوپسانگ را ببینم که بالاتر از او قرار داشت و در حال فرود از خط‌الراس بود و من با دیدن او به خود نوید دادم که با وجود لوپسانگ در آن بالا خطری متوجه اسکات نیست چون لوپسانگ از او مراقبت می‌کند و اسکات مشکلی نخواهد داشت.»

طبق گفته لوپسانگ، او حدود ساعت ۶ بعدازظهر درست بالای بالکن به اسکات فیشر می‌رسد. او می‌گوید: «در آن موقع اسکات ماسک اکسیژن نداشت و من ماسک اکسیژن را روی صورت او گذاشتم.» اسکات به او می‌گوید: «من خیلی خالم بد است، خالم آن قدر بد است که نمی‌توانم پایین بروم. می‌خواهم بیروم. اسکات این حرف را چند بار تکرار کرد. او مثل دیوانه‌ها رفتار می‌کرد. برای همین خیلی سریع او را با طناب به خودم متصل کردم در غیر این صورت ممکن بود او خود را به سرزمین تبت پرتاب کند.»

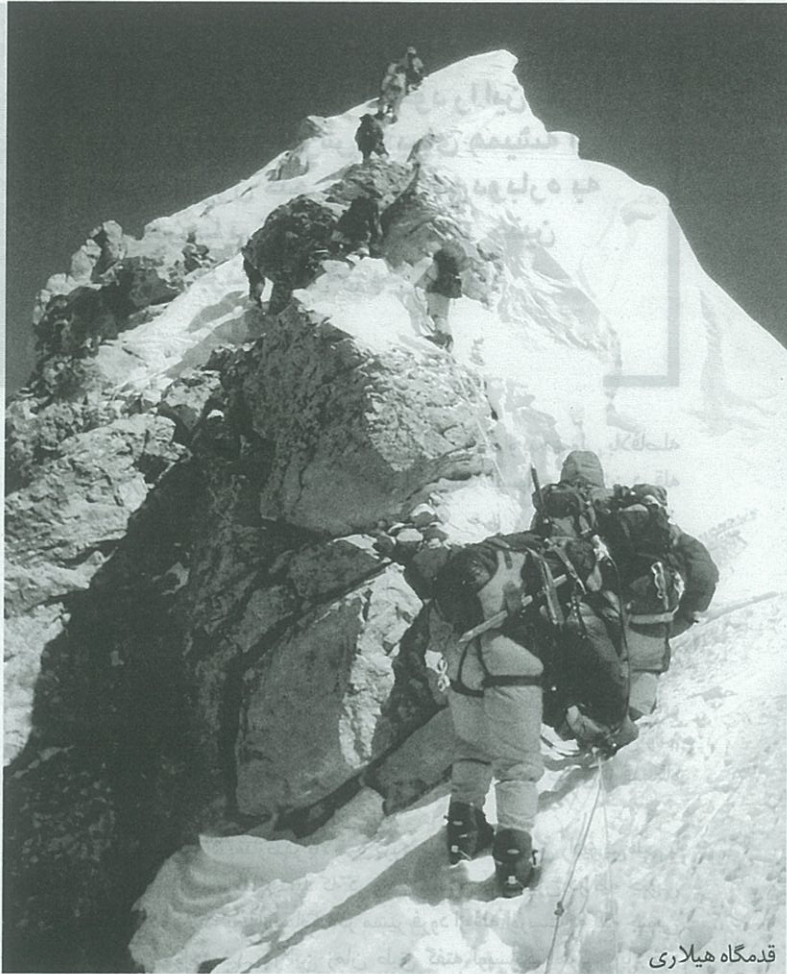
بعد از آن که لوپسانگ با طناب ۲۲ متری اسکات را حمایت می‌کند و او را قانع می‌کند تا از فکر پریدن منصرف شود به آهستگی او را با خود به طرف گردنه جنوبی پایین می‌برد. لوپسانگ به خاطر می‌آورد که، «در آن موقع توفان بیداد می‌کرد، رعد شدید بود. دوبار برق تا نزدیکی من و اسکات به زمین اصابت کرد. صدای بسیار شدیدی داشت و من خیلی ترسیدم.»

کمی بعد وقتی فیشر و لوپسانگ در حال استراحت بودند ماکالوگاو و دو شریپای او به نام‌های مینگ ماتشرینگ و نگیما گومو به آنها می‌رسند و بعد از یک صحبت کوتاه و نه چندان نامفهوم سه نفری به راه خود ادامه می‌دهند. فیشر و لوپسانگ هم کمی بعد، راه می‌افتند و سعی می‌کنند تا آنجا که مقدور است رد پای نه چندان مشخص گروه تایوانی را دنبال کنند. حدود ساعت ۸ شب آنها در بالکن با ماکالوگاو که حالا تنهاست روبه‌رو می‌شوند. او که به دلیل ضعف شدید قادر به ادامه راه نبود توسط دو شریپایش روی یک تاقچه پوشیده از برف رها شده بود.

در این نقطه آبراه برفی که شیب ملایمی داشت و فیشر و لوپسانگ محتاطانه آن را پیموده بودند به انتها می‌رسید و به برونزدهای لقی شیب‌دار سنگ‌های ورقه ورقه می‌رسید. فیشر که مانند ماکالوگاو در شرایط بد جسمی قرار داشت توان چالش با این قسمت مشکل را در خود نمی‌دید. لوپسانگ می‌گوید: «اسکات در این موقع نمی‌توانست راه برود و من دچار مشکل بزرگی شده بودم. سعی کردم او را حمل کنم ولی خودم خیلی خسته بودم. اسکات قوی‌الجثه و من کوچک اندام هستم. من توان به دوش کشیدن او را نداشتم. او به من گفت: «لوپسانگ تو برو پایین. برو پایین.» من در جواب به او گفتم: «نه، من در اینجا کنار تو می‌مانم.»

لوپسانگ اضافه می‌کند: «من یک ساعت، شاید هم بیشتر کنار فیشر و ماکالو باقی ماندم. خیلی سردم بود. خیلی خسته بودم. اسکات به من گفت: «تو برو پایین و آناتولی را بفرست بالا.» به همین دلیل من در جواب او گفتم: «بسیار خوب، من پایین می‌روم و خیلی سریع یک شریپا و آناتولی را بالا می‌فرستم.» بعد از آن یک جای خوب برای فیشر درست کردم و پایین رفتم.»

لوپسانگ در ۳۶۵ متری بالای گردنه جنوبی، فیشر و ماکالو را که روی یک تاقچه نشسته بودند، ترک کرد و در دل توفان شدید با مشقت به فرود خود ادامه داد. از آنجایی که قادر نبود جلوی خود را ببیند از مسیر نرمال به طرف غرب منحرف شد و قبل از آن که متوجه خطای



قدمگاه هیلاری

پایین آمدن از باریکه خطالراس وقت گذاشته‌اند. مسیری که معمولاً کوه‌نوردان در زمان کوتاهی، کمتر از یک ساعت می‌پیمایند.

البته این صرفاً یک فرضیه است. تنها امر مسلمی که وجود دارد تماس تلفنی هال در ساعت ۵/۵۷ دقیقه صبح است. در آن زمان او و هنسن هنوز در قدمگاه بودند و در ساعت ۴/۴۲ دقیقه روز بعد، ۲۱ اردیبهشت (۱۱ مه)، وقتی هال برای بار دوم با اردوگاه اصلی تماس گرفت به گردنه جنوبی رسیده بود. در آن زمان، هنسن و هریس، هیچ یک با او نبودند.

در تماس‌های رادیویی که طی دو ساعت بعد صورت گرفت راب به شدت معشوش و غیرمنطقی به نظر می‌رسید. او در تماس رادیویی ساعت ۴/۴۳ دقیقه صبح به کارولین مکنتزی، پزشک گروه ما گفته بود که دیگر پاهایش از او فرمان نمی‌برند و این که او «بی‌رمق‌تر از آن است که بتواند حرکت کند.» با صدایی شکسته و خفته که به سختی شنیده می‌شد راب گفته بود که، «دیشب هارولد با من بود ولی مثل این که الان با من نیست. او خیلی ناتوان شده بود.» بعد مثل این که شک کرده باشد پرسیده بود، «هارولد با من بود؟ تو بگو، با من بود؟»

در این مقطع هال دو کپسول اکسیژن داشت اما دریچه‌های ورودی ماسک اکسیژن او آن قدر یخ زده بود که مانع می‌شد تا اکسیژن جریان داشته باشد. او اشاره کرده بود که سعی دارد یخ روی دریچه ورودی اکسیژن را بشکند. کاتر می‌گوید، «این موضوع باعث شد تا خیال‌مان کمی راحت‌تر شود. این اولین حرف مثبتی بود که از او می‌شنیدم.»

در ساعت ۵ صبح از اردوگاه اصلی از طریق ماهواره با همسر هال، زن آرنولد، که در کریس چرچی نیوزیلند به سر می‌برد و در سال ۱۳۷۲ (۱۹۹۳) همراه هال به اورست صعود کرده بود تماس گرفته شد. او به هیچ روی نسبت به وخامت شرایط

خود شود به سطح زیر گردنه رسید و مجبور شد تا از کناره شمالی جبهه لوتسه دوباره خود را بالا بکشد تا اردوگاه شماره چهار را پیدا کند. به هر صورت حدود نیمه شب او به محل امن چادرها رسید. لوپسانگ گزارش می‌دهد، «من به چادر آناتولی رفتم و به او گفتم خواهش می‌کنم برو بالا، اسکات خیلی حالش بد است و نمی‌تواند راه برود» بعد از آن به چادر خودم رفتم، از هوش رفتم و مثل یک مرده خوابیدم.»

گی کاتر، یکی از دوستان قدیمی هال و هریس، در بعدازظهر ۲۰ اردیبهشت (۱۰ مه) چند کیلومتر بالاتر از اردوگاه اصلی اورست یک گروه سفر اکتشافی را در پوموری راهنمایی می‌کرد و در تمام طول آن روز صدای رادیو بی‌سیم هال را دریافت کرده بود. در ساعت ۱۵/۲ دقیقه او با هال وقتی روی قله بود صحبت کرده بود و همه چیز به نظرش عادی رسیده بود. اگر چه در ساعت ۴/۳۰ دقیقه هال با پایین تماس گرفته بود تا اطلاع دهد که اکسیژن داگ تمام شده است و او قادر به حرکت نیست. کاتر شنیده بود هال از طریق رادیو بی‌سیم خود با صدایی از نفس افتاده و مضطرب به هر کسی که امکان داشت صدای او را بشنود التماس کرده بود که، «من به کپسول اکسیژن احتیاج دارم!» خواهش می‌کنم یک کسی کمک کند، تمنا می‌کنم!

کاتر متوجه خطر شد. او در ساعت ۴/۳۵ دقیقه از طریق رادیو با هال تماس گرفت و مصرأً از او خواست تا خود را به قله جنوبی برساند. کاتر می‌گوید، «قصد من بیشتر این بود که او را قانع کنم تا پایین بیاید و کپسول اکسیژن را بردارد. چون ما می‌دانستیم بدون اکسیژن او هیچ کمکی نمی‌تواند به داگ بکند. راب به او گفته بود که خودش می‌تواند پایین بیاید ولی نمی‌تواند داگ را با خود پایین ببرد.»

اما چهل دقیقه بعد هنوز هال با داگ هنسن بالای قدمگاه هیلاری بود و از جایش تکان نخورده بود. ضمن تماس رادیویی با هال در ساعت ۵/۳۶ دقیقه و بار دیگر در ساعت ۵/۵۷ دقیقه، کاتر از او تقاضا کرد تا هنسن را رها کند و خودش پایین بیاید. کاتر اعتراف می‌کند که «در آن موقع می‌دانستم این کمال ناجوانمردی است که از راب بخواهم مشتری خود را رها کند. ولی در آن زمان مشخص بود که رها کردن داگ تنها شانس زنده ماندن هال است.» به هر صورت هال به این پیشنهاد که بدون هنسن پایین بیاید واقعی نگذاشت.

از آن زمان به بعد، تا ساعات اولیه شب، پیامی از هال دریافت نشد. در ساعت ۲/۴۶ شب کاتر در چادر خود، زیر پوموری، با صدای یک تماس رادیویی احتمالاً بی‌هدف که ادامه داشت و قطع و وصل می‌شد از خواب پرید. هال یک میکروفن به بند روی شانه کوله‌پشتی‌اش وصل کرده بود و گاه و بی‌گاه دکمه آن را می‌زد. کاتر می‌گوید، «در اینجا بود که من شک کردم راب حتی آگاه باشد که تماس رادیویی برقرار می‌کند، من می‌توانستم صدای کسی را دوبار بشنوم که فریاد می‌زد - شاید صدای راب بود، ولی نمی‌توانستم مطمئن باشم چون صدای باد در پس زمینه این فریاد خیلی شدید بود. اما این کلمات را کم و بیش می‌شنیدم، «ادامه بده، ادامه بده» که احتمالاً خطاب به داگ و برای ترغیب او بیان می‌شد.

چنانچه صورت قضیه این باشد، معنایش این است که در ساعات اولیه صبح، هال و هنسن - شاید به همراه هریس، در دل توفان هنوز در حال جدال برای فرود از قدمگاه هیلاری به طرف قله جنوبی بوده‌اند. با این فرض معلوم می‌شود آنها بیشتر از ۱۰ ساعت برای

در آن موقع می دانستم این کمال ناجوانمردی است که از راب هال بخواهم مشتری خود را رها کند. ولی در آن زمان مشخص بود که رها کردن داگ تنها شانس زنده ماندن هال است

اندی هنوز اینجاست. من فکر کردم دیشب او جلوتر از من پایین رفته است. بگوئید بینم، می توانید به من بگوئید او را دیده اند یا نه؟» ویلتون سعی کرد از پاسخ به این سوال طفره برود ولی راب در گرفتن پاسخ مصر بود و در جواب گفت: «بسیار خوب، ولی تبر یخ، کاپشن و وسایل او اینجاست.»

ادوایستورز از اردوگاه شماره دو خطاب به راب گفت: «راب، اگر می توانی کاپشن او را ببوش، از آن استفاده کن. به پایین آمدن ادامه بده و فقط به خودت فکر کن. اینجا همه مواظب همدیگر هستند. فقط تو بیا پایین.»

بعد از ساعت ها تلاش برای زدودن یخ ماسک اکسیژن خود بالاخره راب موفق شد آن را پاک کند و در ساعت ۹ صبح برای اولین بار توانست از اکسیژن کمکی استفاده کند. در آن زمان شانزده ساعت بود که او در بالای ارتفاع ۸۷۴۷ متر بدون اکسیژن دوام آورده بود. هزاران متر پایین تر از او، دوستانش تلاش خود را برای تشویق و ترغیب او به فرود آغاز کردند. ویلتون، پزشک گروه، در حالی که صدایش نشان می داد بغض اش در حال ترکیدن است خطاب به او گفت: «راب این منم، هلن، به آن بچه کوچک فکر کن راب، او چند ماه دیگر به دنیا می آید پس به راحت ادامه بده.»

هال چند بار اعلام کرد که آماده می شود تا پایین بیاید و در یکی از این دفعات ما مطمئن شدیم که او بالاخره قله جنوبی را ترک کرده است. در اردوگاه شماره چهار لاکپاچیری و من بیرون از چادر در سرما و زیر باد بر خود می لرزیدیم و به نقطه کوچکی که در بخش بالایی خطالرأس جنوب شرقی به آهستگی در حرکت بود چشم دوخته بودیم. از آنجا که تصور می کردیم بالاخره راب موفق شده است پایین بیاید با خوشحالی با دست بر پشت یکدیگر زدیم و او را تشویق کردیم. اما یک ساعت بعد خوشبینی ما مبدل به یاس شد وقتی متوجه شدیم که آن نقطه در جای خود ثابت است و حرکتی نکرده است. در واقع آن نقطه چیزی جز یک صخره نبود - ما دچار یکی از آن توهمات ناشی از ارتفاع شده بودیم. واقعیت این بود که راب هیچ گاه قله جنوبی را ترک نکرده بود.

در ساعت ۹/۳۰ دقیقه صبح به قصد نجات هال، انگ درجی و لاکپاچیری اردوگاه شماره چهار را به قصد قله جنوبی ترک کردند. آنها با خود یک فلاسک چای داغ و دو کپسول پر اکسیژن حمل می کردند. آنچه این دوشربا قصد داشتند انجام دهند با اقدام شجاعانه بوکریف برای نجات جان سندی پیت من و شارلوت فاکس در شب قبل قابل قیاس نبود. پیت من و فاکس در فاصله ۲۰ دقیقه از محل چادرها بر روی زمینی نسبتاً مسطح بودند حال آن که هال در ارتفاعی حدود ۹۱۴ متر عمودی و بالاتر اردوگاه شماره ۴ قرار داشت و در بهترین شرایط، این صعود یک صعود نفس گیر و طاقت فرسای تقریباً ۸ ساعته بود.

آن روز صبح شرایط مناسبی هم نبود. باد به سرعت چهل گره می وزید. انگ درجی و لاکپاچیری، هر دو آنها به دلیل صعود به قله و بازگشت از آن در روز قبل به شدت ضعیف شده بودند و سردشان بود. اگر آنها موفق می شدند، به هر طریقی، به هال برسند در هر صورت نمی توانستند زودتر از بعد از ظهر پیش او باشند و فقط یکی دو ساعت از نور روز برای شان باقی می ماند تا کار دشوارتری را که پایین آوردن هال

همسرش خوش بین نبود. او به خاطر می آورد که، «وقتی صدای او را شنیدم قلبم فروریخت. او جویده، جویده حرف می زد و مثل این بود که آرام آرام از من دور می شود. من در آن ارتفاع بوده ام و خوب می دانستم شرایط بد جوی چه شرایطی است. راب با من در مورد عدم امکان نجات خود از خطالرأس حرف زد. او برای بیان غیرعملی بودن چنین عملیاتی گفته: «مثل این است که در کره ماه باشی و بخواهند تو را نجات دهند.»

در ساعت ۵/۳۱ دقیقه هال ۴ میلی گرم دکسامتازون خوراکی گرفت و یادآور شد که هنوز سعی می کند ماسک اکسیژن یخ بسته خود را پاک کند. او هنگام تماس با اردوگاه اصلی مکرراً جویای حال ماکالوگاو، فیشر، یک ودرز، یاشوکونامیا و دیگر مشتریان خود بود. به نظر می رسید بیشتر نگران اندی هریس است و مرتب درباره موقعیت او سوال می کرد. کاتر می گوید آنها سعی کرده بودند تا مسیر گفت و گو را از مسئله اندی هریس که به احتمال قوی جان باخته بود عوض کنند. او می گوید چون ما نمی خواستیم دلیل دیگری به دلایل راب برای باقی ماندن در آن ارتفاع اضافه کرده باشیم. ضمن یکی از مکالمات، ادوایستورز از اردوگاه اصلی روی خط آمد و به راب گفت: «نگران اندی نباشد، او اینجا کنار ماست.»

کمی بعد مکنزی جویای هال هنسن شد. هال جواب داد: «او در گذشته است.» او فقط همین یک جمله را گفت و دیگر چیزی در مورد هنسن نگفت.

در روز دوم خرداد (۲۲ مه) وقتی دیوید بریشیرز و ادوایستورز به قله رسیدند نشانی از جسد هنسن نیافتند اما به یک تبر یخ برخوردند که حدود ۱۵ متر عمودی بالای قله جنوبی در امتداد یک بخش بی حفاظ خطالرأس جایی که طناب های ثابت تمام می شد در یخ فرو رفته بود. امکان دارد هال یا هریس سعی کرده باشند تا هنسن را با استفاده از طناب های ثابت تا این نقطه پایین بیاورند و بعداً پایش لغزیده باشد و به ارتفاع ۲۱۳۳ متر از جبهه پرشیب جنوب غربی سقوط کرده باشد و تبر یخ او در این محل باقی مانده باشد. اما این فرض هم صرفاً یک حدس است.

مشکل تر از این، آن است که دریابیم بر سر هریس چه آمده است. بین شهادت لوپسانگ، تماس های رادیویی هال و این واقعیت که تبر یخ دیگری هم در قله جنوبی پیدا شد که مطمئناً متعلق به اندی هریس بود ما منطقی می توانیم مطمئن باشیم که او در شب ۲۰ اردیبهشت (۱۰ مه) همراه هال در قله جنوبی بوده است. ما در واقع بیشتر از این و این که چگونه این راهنمای جوان جان باخت چیزی نمی دانیم.

در ساعت ۶ صبح کاتر از هال پرسید خورشید بالا آمده است یا نه. هال جواب داد: «تقریباً این خبر خوشی بود چون چند دقیقه قبل از آن او گفته بود که در هوای وحشتناک سرد به طرز غیرقابل کنترلی دچار لرز شده است. در ارتباط با گفته قبلی او مبنی بر این که قادر نیست راه برود، افرادی که در پایین سخنان او را شنیده بودند به شدت از این موضوع نگران شده بودند. ولی در هر صورت مهم بود که هال حتی پس از گذراندن یک شب آن هم بدون سرپوش و اکسیژن در ارتفاع ۸۴۷۷ در دل باد و توفان شدید و در سرمای کشنده صد درجه فارنهایت زیر صفر، هنوز زنده است.

در همین تماس رادیویی بار دیگر هال جویای حال هریس شد و پرسید: «آیا کسی غیر از من هریس را شب گذشته دیده است؟» حدود سه ساعت بعد او هنوز مصراً می خواست بداند هریس کجاست. در ساعت ۸/۴۳ دقیقه او با لحن تفکر آمیزی گفت: «بعضی از وسایل

راب، اگر می‌توانی کاپشن او را بپوش، از آن استفاده کن. به پایین آمدن ادامه بده و فقط به خودت فکر کن. اینجا همه مواظب همدیگر هستند. فقط تو بیا پایین

بود شروع کنند. با این وجود، وفاداری آنها به هال عمیق‌تر از آن بود که این مشکلات سد راه آنها شود، آن دو به سرعت تا آنجا که در توان داشتند، صعود را آغاز کردند. کمی بعد از آن، دو شریا از گروه مانیتن مدنس - تاشی تاشرینگ و ناگوانگ سیکاکیا (مرد کوچک اندامی که موهای شقیقه‌اش خاکستری شده بود و پدر لوپسانگ بود) و یک شریا از گروه تایوان به نام تنسینگ نوری بالا رفتند تا اسکات فیشر و ماکالوگاو را پایین بیاورند. ۳۶۰ متر بالاتر از گردنه جنوبی گروه سه نفری شریاها دو کوه‌نورد از پای افتاده را روی تاقچه، جایی که لوپسانگ آنها را رها کرده بود پیدا کردند. اگر چه شریاها سعی کردند به فیشر اکسیژن برسانند اما او عکس‌العمل حیاتی نداشت. اسکات هنوز به طرز نامحسوسی نفس می‌کشید ولی چشمانش در حلقه ثابت مانده بود و دندان هایش به شدت به هم قفل شده بود. با این نتیجه‌گیری که به حیات او امیدی نیست آنها او را روی تاقچه باقی گذاشتند و شروع به پایین بردن ماکالوگاو کردند که بعد از نوشیدن چای داغ و گرفتن اکسیژن و با کمک قابل ملاحظه تنسینگ نوری توانست با حمایت طناب و با پای خود به طرف چادرها پایین برود.

آن روز با آسمانی صاف و آفتابی شروع شد اما باد به شدت می‌وزید و در پایان صبح بخش بالایی کوهستان را ابرهای تیره دربرگرفت. گروه ایمکس در اردوگاه شماره دو از پایین گزارش داد که صدای باد در قله، حتی ۲۱۳۲ متر پایین تر، مثل صدای غرش هواپیماهای ۷۴۷ است. وزش باد و سرمای زیر صفر خارج از تحمل دوشریا بود و آنها قادر نبودند بالاتر بروند، تلاش شجاعانه‌ای بود که با شکست روبه‌رو شد و با عقب‌گرد آن دو برای بازگشت تمام شانس‌های نجات هال هم از دست رفت.

در طول روز ۲۱ اردیبهشت (۱۱ مه)، دوستان و هم‌گروه‌های هال با التماس از او خواستند تا با نیروی خود پایین بیاید. هال چند بار اعلام کرد برای پایین آمدن آماده می‌شود ولی تصمیم خود را عوض می‌کرد و بی‌حرکت در قله جنوبی باقی می‌ماند. در ساعت ۳/۲۰ دقیقه بعدازظهر کاتر که خود را از اردوگاهش واقع در زیر پوموری به اردوگاه اصلی رسانده بود با لحن سرزنش‌آمیزی خطاب به راب پیام داد، «راب از خط‌الراس بیا پایین.»

هال با لحنی که معلوم بود ناراحت شده است جواب داد، «ببین رفیق، اگر من می‌دانستم که می‌توانم گره‌های طناب ثابت را با انگشتان یخ‌زده‌ام بگیرم شش ساعت پیش پایین آمده بودم. تو فقط چند تا از بچه‌ها را با یک فلاسک بزرگ نوشیدنی داغ بالا بفرست تا من حالم جا بیاید.»

کاتر در حالی که سعی داشت با ظرافت خاصی او را متوجه کند که عملیات نجات شکست خورده است به هال گفت، «دوست من، موضوع این است آدم‌هایی که امروز صعود کردند به خاطر بادهای شدید از نیمه راه برگشتند. برای همین فکر می‌کنم بهترین راه‌حل این است که تو پایین تر بیایی.»

راب هال جواب داد، «اگر بتوانی چند تا از بچه‌ها را اول صبح قبل از ساعت ۱۰-۹/۵ با جای و شریاها، بفرستی بالا، من یک شب دیگر هم می‌توانم دوام بیاورم.»

کاتر با صدایی لرزان به او پاسخ داد، «تو آدم پرطاقتی هستی قهرمان. ما فردا

صبح بچه‌ها را بالا می‌فرستیم.»

در ساعت ۶/۳۰ بعدازظهر کاتر با هال تماس گرفت تا به او اطلاع دهد. ژن آرنولد همسرش از کریس چرچی روی خط تلفن از طریق ماهواره منتظر تماس با اوست. راب در جواب کاتر گفت، «یک دقیقه به من وقت بده، دهنم خشک شده، می‌خواهم قبل از آن که با همسر صحبت کنم کمی یخ بخورم.» او کمی بعد دوباره تماس گرفت و با صدایی آهسته، خش‌دار و به شدت شکسته‌ای خطاب به همسرش گفت، «سلام عزیز دلم، امیدوارم جای تو گرم و نرم باشد. حالت چطور؟»

ژن آرنولد در پاسخ او گفت، «نمی‌توانم بگویم چقدر در فکرت هستم. صدایت بهتر از آنی است که فکر می‌کردم. سردت نیست عزیزم؟»

هال گفت، «با توجه به ارتفاع و محیط، خوبم.» هال سعی داشت همسرش را نگران نکند.

ژن پرسید، «پاهایت چطورند؟»

هال گفت، «پوتین‌هایم را درنیاورده‌ام تا ببینم در چه حالتی ولی فکر می‌کنم کمی سرمازده شده‌اند.»

ژن گفت، «من منتظرت هستم تا به خانه برگردی و حسابی از تو مراقبت کنم. می‌دانم که نجات پیدا می‌کنی. فکر نکن تنها هستی، من تمام انرژی مثبت خودم را به سویت می‌فرستم.»

قبل از پایان مکالمه، هال به همسرش گفت، «من تو را دوست دارم عزیز دلم، خوب بخوابی. خواهش می‌کنم نگران من نباش.»

این آخرین کلماتی بود که از دهان هال شنیده شد. بعد از آن تلاش برای برقراری تماس رادیویی با هال در آن شب و روز بعد از آن بدون نتیجه ماند. دوازده روز بعد، وقتی بریشیرز و وستورز در راه صعود به قله اورست به قله جنوبی رسیدند هال را در یک چاله کم‌عمق یخی یافتند که روی طرف راست خود خوابیده بود و بالاتنه او زیر توده‌ای از برف پوشیده شده بود. Δ

پانوشت:

فقط زمانی که برای بار دوم من با لوپسانگ در سیاتل در تاریخ ۳ مرداد ۱۳۷۵ (۲۵ جولای ۱۹۹۶) مصاحبه کردم؛ دریافتم او هریس را در عصر روز ۲۰ اردیبهشت (۱۰ مه) دیده است. اگر چه من قبلاً چند بار به طور کوتاه با لوپسانگ صحبت کرده بودم اما هیچ وقت به فکر نرسیده بودم که او بپرسم که آیا هریس را در قله جنوبی دیده است یا نه زیرا در آن موقع من هنوز مطمئن بودم خودم هریس را در ساعت ۶/۳۰ دقیقه بعدازظهر در گردنه جنوبی و ۹۱۴ متر زیر قله جنوبی دیده‌ام. علاوه بر این گی‌کاتر از لوپسانگ سوال کرده بود آیا هریس را دیده است یا نه و به دلایل نامعلومی، شاید عدم درک صحیح سوال، پاسخ لوپسانگ در آن زمان به این سوال کاتر منفی بود.

صبح خیلی زود، وقتی من در گردنه به دنبال هریس می‌گشتم به رد پای نامحسوس کرامپون‌های لوپسانگ روی یخ برخورد کردم که از لبه جبهه لوتسه به طرف بالا ادامه می‌یافت و من به اشتباه تصور کردم این ردپای هریس است که از بالای جبهه پایین آمده است و به همین دلیل فکر کردم او از لبه گردنه عبور کرده است.

من قبلاً با اطمینان کامل گزارش داده بودم که هریس را در ساعت ۶/۳۰ دقیقه ۲۰ اردیبهشت (۱۰ مه) در گردنه جنوبی دیده‌ام. وقتی هال گفت که هریس با او در قله جنوبی بوده است - ۹۱۴ متر پایین‌تر از محلی که من گفته بودم او را دیده‌ام - بیشتر افراد، به دلیل خطای من، اشتها تصور کرده بودند آنچه هال می‌گوید صرفاً جملات نامنسجمی است که او به دلیل اختلافات ذهنی ناشی از کمبود اکسیژن بر زبان می‌راند.

طبیعت به چه کسی تعلق دارد؟!

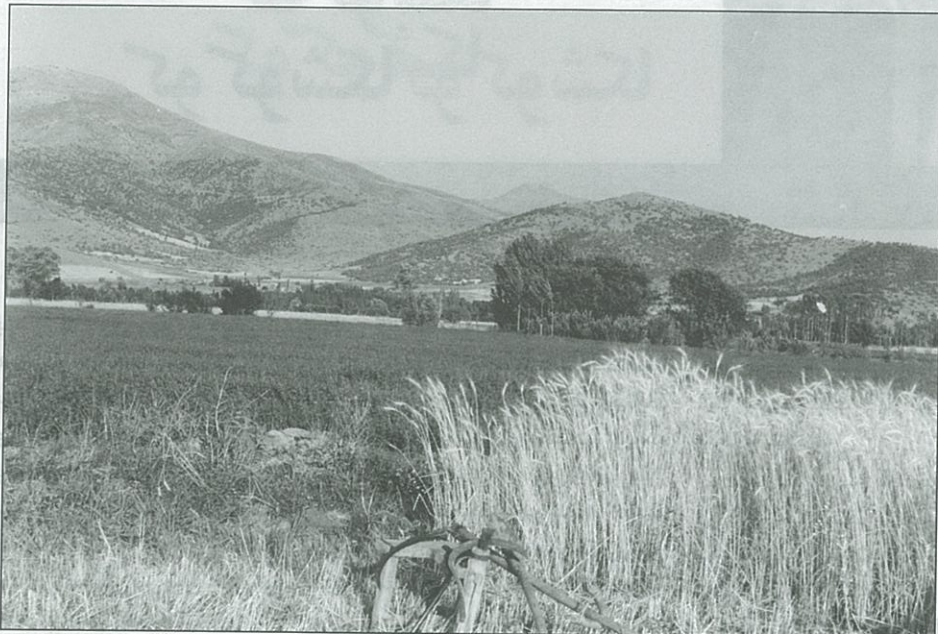
ابراهیم فرجی پور

غیر قابل تصور باشد. فقر فرهنگی و نداشتن آگاهی اجتماعی و عدم مسئولیت پذیری نسبت به محیط زیست و حفاظت از آن عامل اصلی آلودگی و تخریب طبیعت می باشد. وسعت تخریب و عمق فاجعه دستاویزی شده تا اهالی بعضی از روستاها در دامنه کوه ها و قله ها از ورود کوه نوردان ممانعت به عمل آورده و طبق گزارشات واصله در بعضی نقاط باعث ایجاد درگیری هایی شده است.

در دامنه ها و مسیر قله های علم کوه، آزادکوه، دماوند، سیلان... و همچنین حریم رود خانه ها و چشمه ها صحنه های دلخراش پس مانده های زباله خاطر انسان را آزرده می کند، چه کسی مسئول جمع آوری زباله ها می باشد؟ وقتی پای درد دل و صحبت روستاییان و صاحبان فعلی مناطق کوهستانی

در جهان حاضر ما انسان ها خود را متمدن، صاحب تکنولوژی، مالک زمین و حتی فضا می دانیم و به همین دلیل با را از زمین فراتر گذاشته و برای یافتن زیستگاه جدید به کرات دیگر می اندیشیم. اگر چه در این زمینه ها به پیشرفت هایی نائل آمده ایم اما برای بقای خود و موجودات کره زمین کمترینها داده ایم.

تکنولوژی و زندگی شهری با رشد سریع خود چنان منابع طبیعی را مصرف و نابود می کند که یکی پس از دیگری رو به تمام شدن هستند. و جامعه صنعتی چنان محیط زندگی را آلوده کرده که نه تنها فرایند طبیعی قادر به ترمیم آن نیست بلکه موازنه پویای میان چهار رکن اصلی بیوسفر (خاک، آب، هوا و جانداران) را به هم زده و در حال حاضر زندگی بسیاری از انواع جانداران، گیاهان، رودها،



می نشینیم، از آلودگی و تخریب محیط، درختان و گیاهان توسط رهگذران گله گذاری می کنند که در جواب دادن به آنها مات و مبهوت حرفی برای گفتن نداریم ورود افراد و گروه های گل گشتی که آگاهی زیست محیطی ندارند و بدون سرپرست وارد منطقه می شوند، اغلب تخریب و آلودگی های محیط را به دنبال دارد. و حل این معضل جلوگیری از ورود مردم و کوه نوردان به مناطق تفریحی و کوهستانی نمی باشد. عدم برنامه ریزی و سیاست نادرست ارگان های ذی ربط و نیز عدم اطلاع رسانی کافی به عموم جامعه از علل اصلی می باشد. به این دلیل است که هر فردی به محض ورود به یک منطقه خود را صاحب آن می داند و هر کاری که بخواهد می کند و به گونه ای رفتار می کند که گویی این جهان فقط به او تعلق دارد و ملک شخصی او می باشد و هیچ گونه حقی برای دیگران و نسل های آینده قائل نیست.

لذا سازمان های ذی ربط ضمن اشاعه فرهنگ زیست محیطی و مراقبت از طبیعت و حفظ و صیانت محیط زیست، همراه با برنامه ریزی و سازماندهی می توانند با اقداماتی از قبیل احداث سرویس های بهداشتی و مکان های جمع آوری زباله و استفاده بهینه از طبیعت شرایطی را فراهم کنند که تعلق خاطر همه افراد جامعه فراهم شود و کسی خود را صاحب و مالک مواهب طبیعی و ملی ندانسته بلکه به عنوان دفاع از حقوق مدنی کل جامعه با مسئله برخورد منطقی نماید. ▽

دریاچه ها، کوه پایه ها و سواحل دریاها به خاطر آلودگی آب و محیط به خطر افتاده است. محیط زندگی جانوران به دلیل ازدیاد و هجوم شکارچیان و گسترش جمعیت و زندگی شهری روز به روز تنگ تر شده و همواره شاهد انقراض گونه هایی از جانوران هستیم. آیا با فرسایش خاک و نابودی گیاهان و نسل کشی حیوانات، بقای انسان امکان پذیر است؟ آخرین بوز پلنگ چقدر ارزش دارد؟ آخرین پلیکان چه قیمتی خواهد داشت؟ آیا انسان خود را تنها محقق استفاده از هستی و طبیعت می داند؟ چه کسی پاسخگوی این فاجعه می باشد؟

آنچه که به آن می پردازیم، مشکل محله، شهر و یا کشور ما نیست بلکه معضلی برای کل جهان هستی می باشد. زیرا این مشکل حاصل رشد روز افزون جمعیت و جامعه صنعتی جهان می باشد. متأسفانه هر فردی که وارد یک محیط سرسبز می شود، طبق فرهنگ ناخوشایند و به تعبیری شهر ما خانه ما نیست هیچ گونه احساس مسئولیت نسبت به محیط ندارد. هر فضای مناسبی برای تفریح در کشور ما یا ملک خصوصی شده و یا بر اثر ورود رهگذران و گردشگران وبی توجهی ارگان های ذی ربط پس از چندی به جایگاه زباله و پس مانده های آنها تبدیل می شود. در یک نگاه نقادانه به اطراف شهرها و تفریحگاه های خارج از شهر و دامنه کوه ها، وجود حجم زیادی از زباله ها فاجعه زیست محیطی ایجاد کرده که شاید برای بعضی



جرزی کوکوشکا

کوه کوشکا

کوه کوشکا

کوه کوشکا

کوه کوشکا

کوه کوشکا

ترجمه: روح اله ولایی*

که او در شرایط بسیار بد جوی در ارتفاع بالای ۸۰۰۰ متر نزدیک به قله در حال صعود مسیری کتبیهای بدون یافتن فضایی برای کار گذاشتن ابزار حمایتی در حال صعود بود از روی دیواره پرتاب و با سقوطی ۳۰ متری بر روی طنابی ۷ میلی متری، طناب او پاره و لوتسه تبدیل به آرامگاهی ابدی برای این کوهنورد باتجربه شد.

K2 دومین قله بلند جهان، آرام گرفته در دل ارتفاعات قراقرم پاکستان در میان رشته کوهی عظیم و متفاوت از تمام قله‌های مرتفع جهان، نام این قله برگرفته از رشته کوه قراقرم پاکستان در سال ۱۸۵۶ توسط یک گروه تحقیقاتی از بریتانیا انتخاب گردید.

برای اولین بار در سال ۱۹۵۴ چندین بار تلاش برای صعود این قله صورت پذیرفت که منجر به شکست‌ها و مصیبت‌های بی‌شماری شد. سرانجام یک تیم عظیم متشکل از کوهنوردان ایتالیایی به سرپرستی پروفیسور آردیتو دزیو، (مسیری از طریق یال آبروزی که در سال ۱۹۰۹ تا ارتفاع ۶۲۵۰ متر صعود شده بود نامیده شد) در ادامه دو نفر از کوهنوردان ایتالیایی با نام‌های لینو لاسیدلی و آشیل کامپانونی، صعود خود را به سمت قله با وجود تمام شدن اکسیژن و در حالی که بر اثر ریزش توده عظیمی از یخ نزدیک بود جان خود را از دست بدهند به پایان رساندند. بعد از آن، این کوه تبدیل به کوهی تسخیرناپذیر گردید تا سرانجام در سال ۱۹۷۷ گروهی عظیم متشکل از ۴۲ کوهنورد به منطقه اعزام شدند که از آن میان ۶ کوهنورد ژاپنی و یک راهنمای پاکستانی موفق به صعود قله گردیدند و تا به امروز نام این قله و صعود آن هراس بر دل هر کوهنورد حرفه‌ای می‌اندازد. اما تمامی این اوصاف برای کوهنوردی به نام جرزی کوکوشکا بی‌معنا بود مسیری که او برای صعود انتخاب کرده بود بر روی شیب بسیار تند و خطرناک جبهه جنوبی واقع شده بود، مسیر که تا به آن روز هیچکس حتی به آن فکر هم نکرده بود. این مسیر در حالی که سوی بالا ادامه داشت که هر لحظه آن سرشار از خطر ریزش بهمن‌ها و یخشارهای عظیم بود و قبل از رسیدن به مسیر آبروزی که مسیر نرمال محسوب می‌گردید به دیواره عظیمی از یخ و سنگ برخورد می‌کرد که صعود آن غیرممکن به نظر می‌رسید.

پل جرزی کوکوشکا، کوهنوردی بسیار بی‌اعدا، آرام و اکثر اوقات با نشاط بود. او به هیچ وجه به دیگر کوهنوردانی که به صورت حرفه‌ای در زمینه هیمالیانوردی فعالیت داشتند شباهتی نداشت او دارای شخصیتی بسیار توانمند بود و اخلاق او همواره بر اطرافیانش تاثیر مثبت داشت. پل در دوران ناخوشایند و سخت کمونیستی لهستان با جدیت کار خود را توسعه و بهبود بخشید. دوست و هم‌نورد پل با نام «وژتک کورتیکا» که مانند او یکی از بزرگ‌ترین کوهنوردان لهستان به شمار می‌آمد، گفته بود جوانان لهستان تحصیل می‌کنند تا کسب قدرت کنند و اگر جوانی از تحصیلات خوبی برخوردار نبود مردم لهستان او را شخص ضعیفی می‌پنداشتند. کوهنوردان لهستان در طول سالیان دراز شهرت قابل توجهی کسب کرده بودند اما جرزی در بین آنها استثنا بود.

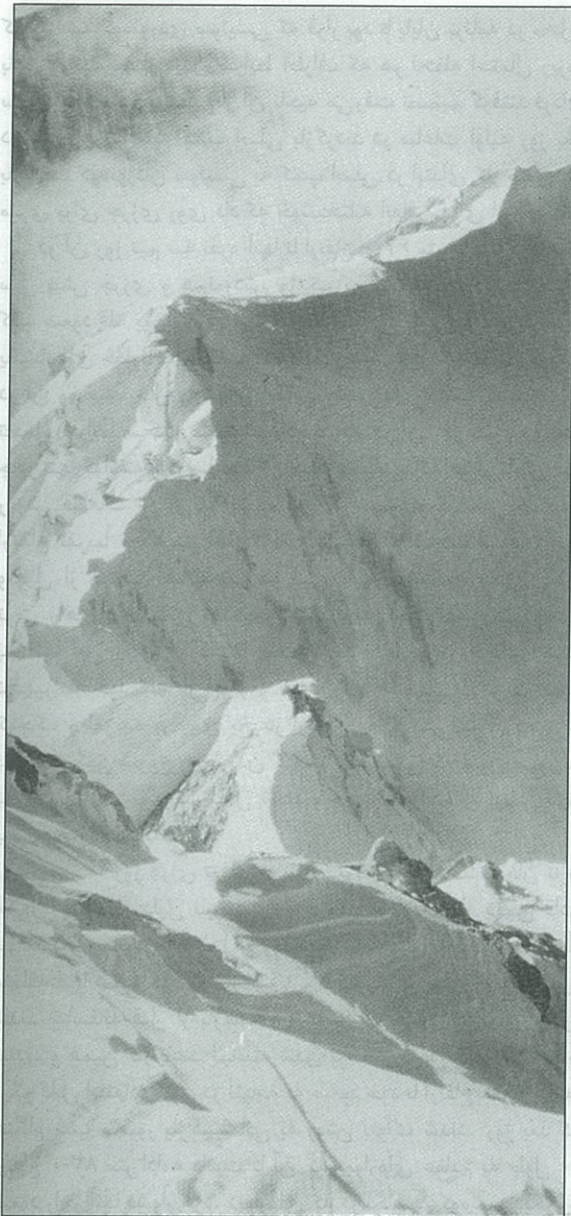
او کوهنوردی را از سال ۱۹۶۵ آغاز کرد و به سرعت مسیر پیشرفت را طی نمود او کار خود را از صخره‌های کوتاه در «بسکید» و «تاترا» در لهستان آغاز و با برنامه‌های بلند مدت در آلاسکا و سپس در هندوکش ادامه داد و در نهایت رویاهای او در هیمالیا به حقیقت پیوست. صعود نانگا پاربات در سال ۱۹۷۷ نقطه آغاز کار او بود و در سال ۱۹۷۹ با صعود مسیر شمال غربی لوتسه در مسیر تحقق آرزوی صعود قله بالای ۸۰۰۰ متر گام برداشت و با صعود شیشاپانگما در سال ۱۹۸۷ آن را جامه عمل پوشاند. پل در طی صعودهایش پنج نفر از بهترین هم‌نوردانش را از دست داد و این تا حدی باعث سوء شهرت و بدبینی دیگران نسبت به او شده بود در عین حال ادامه دادن زندگی از جانب او در حالی که دیگر هم‌نوردانش جان خود را از دست داده بودند شاید گواه بر توان بسیار بالای شخصی او بود اما به گفته او دلیل آن چیزی جز بهره‌مندی از شانس خوب نبود. در بین تمامی قله‌های ۸۰۰۰ متری، لوتسه تنها قله‌ای بود که او آن را از مسیر جدید فتح نکرده بود.

تمام ۱۳ قله دیگر را او از مسیرهای جدید و تحت شرایطی متفاوت صعود کرده بود و صعود لوتسه هنوز برای او کامل محسوب نمی‌شد زیرا او طعم موفقیت را در صعود دیواره جنوبی لوتسه حس نکرده بود. همین عدم موفقیت باعث گردید تا او مجدداً همین مسیر را در سال ۱۹۸۹ انتخاب نماید و هنگامی

کوکوشکا به دلیل احتمال بیشتر موفقیت ترجیح می‌داد تا صعود خود را به سبک آلبی و با حداقل نفرات انجام دهد اما او همیشه برای انجام این برنامه عظیم دچار تردید بود تا این که سه عامل مهم او را بر انجام این برنامه مصمم گرداند:

در درجه اول یافتن یک حامی مالی به نام «ماژور هدیک» و عامل دوم: دوست و هم‌نورد او «تادیوس پیتروسکی» بود، او کوه‌نورد بسیار کارکشته و با قدرت بدنی بالا بود و به گفته کوکوشکا شانس او برای ایستادن بر روی قله با تادیوس بسیار زیاد بود و سومین عامل وجود دکتر هرلیگ کوفر بود. او یکی از برنامه‌ریزان و سازمان‌دهندگان تراز اول صعودهای هیمالیایی و برنامه‌های بلندمدت به شمار می‌آمد که تا آن زمان تعداد بسیار زیادی از برنامه‌های هیمالیانوردی را هدایت کرده بود. غذا و تجهیزاتی را که او در برنامه هایش فراهم می‌کرد کوه‌نوردان لهستانی در خواب هم به آنها دست پیدا نمی‌کردند. در کتابی نوشته جرسی کوکوشکا با نام (دنیای عمودی من) به این موارد اشاره شده است به طور مثال غذا و آب گرم نامحدود در بیس کمپ، هلی کوپتر امداد، انواع غذاهای مناسب برای ارتفاع و تجهیزات فنی عالی. تنها نکته‌ای که کوکوشکا به نیکی از آن یاد نمی‌کرد وجود عده‌ای فاقد انگیزه لازم برای انجام این گونه صعودها بود با وجود این که دکتر کوفر اجازه دو صعود و گشایش مسیر را یکی بر روی قله برودپیک و دیگری بر روی جبهه جنوبی K2 گرفته بود اما با این حال تعدادی از کوه‌نوردان آلمانی و سویسی ترجیح می‌دادند تا از مسیر استاندارد برودپیک صعود نمایند تنها چیزی که کوکوشکا برای گشایش مسیر جبهه جنوبی K2 به آن نیاز داشت کمی شانس بود. او تصمیم گرفته بود این کار را انجام دهد با دیگران یا حتی بدون آنها متاسفانه در چهره سایر افراد گروه کمبود روحیه برای مواجهه با یک صعود عظیم و دشوار دیده می‌شد و این کوکوشکا را مصمم‌تر می‌کرد تا صعود خود را به صورت آلبی و با نفرات محدود انجام دهد و سرانجام دکتر کوفر تسلیم خواسته او شد و اجازه صعود او را با یک گروه ۶ نفره صادر کرد و این در حالی بود که از جانب سایر کوه‌نوردان اعزامی هیچ مخالفتی صورت نگرفت.

در اوایل جولای سال ۱۹۸۶، پل جرسی کوکوشکا، تادک (تادئوس) پیتروسکی، سه کوه‌نورد سویسی و یک راهنمای آلمانی کمپ اصلی را به قصد قله از مسیر جنوبی ترک کردند پس از چند روز حمل بار و وسایل سنگین از میان برف‌های تازه که گاه عمق آن تا بالای زانو می‌رسید سرانجام به ارتفاع ۶۰۰۰ متری رسیدند و مکان مناسبی برای برپایی کمپ یک انتخاب



معرفی پایگاه اطلاع رسانی پزشکی کوهستان

امروزه ورزش‌های طبیعی در میان عموم علاقه‌مندان با سرعت قابل توجهی روبه‌افزایش هستند. با ورزش‌هایی مانند کوه‌نوردی، سنگ‌نوردی، طبیعت‌گردی، اسکی و... همگی برای انسان خطرناک و بیماری‌هایی را می‌توانند در بر داشته باشند. حضور انسان و بروز بیماری‌های گوناگون ناشی از ارتفاع، سرما، گرما، بهمن، اشعه خورشید و دیگر عوامل مختلف طبیعی بر علاقه‌مندان به این ورزش‌ها، ضرورت وجود یک پایگاه اطلاع‌رسانی علمی با آخرین دستاوردهای روز جهان را بیش از پیش نشان می‌دهد؛ پایگاه اطلاع‌رسانی پزشکی کوهستان iranmountainmedicine.com با این هدف راه‌اندازی شده است. این سایت، یک پایگاه علمی آموزشی و تحقیقاتی در زمینه بیماری‌های ارتفاع و پزشکی کوهستان است. علاقه‌مندان با مراجعه به این سایت می‌توانند از آخرین اخبار علمی درباره پزشکی کوهستان و بیماری‌های مرتبط، آخرین دستاوردهای طب ارتفاع، تحقیقات علمی در ایران و جهان، دوره‌های آموزشی طب ارتفاع و امداد کوهستان، فهرست سایت‌ها و مراجع ایرانی و بین‌المللی مرتبط، آگاه شوند؛ همچنین بخش پرسش و پاسخ برای پاسخگویی به مسائل پزشکی و علمی و... راه‌اندازی شده است. در بخش‌های مختلف این سایت علاقه‌مندان می‌توانند، از آخرین دوره‌های آموزشی طب کوهستان، امدادونجات کوهستان و پزشکی ورزشی در ایران و جهان آگاه شوند، و به آخرین مقالات علمی، اخبار و تحقیقات پزشکی روز در زمینه پزشکی کوهستان دست یابند. در بخشی از سایت، کوه‌نوردان، گروه‌ها و هیات‌های کوه‌نوردی، با پر کردن فرم حوادث نسبت به ثبت حوادث کوهستان اقدام می‌کنند که با ثبت این حوادث تجزیه و تحلیل علمی آماران می‌توان به طور مستند به علل و عوامل حوادث در کوهستان پی برد و این خود تجربه‌ای مفید برای جامعه کوه‌نوردی کشور برای پیشگیری از حوادث کوهستان خواهد بود. کلیه کوه‌نوردان در سنین مختلف واز هر جنس، با پر کردن فرم معاینات پزشکی از سلامت جسمی خود در انجام فعالیت‌های ورزشی و کوه‌نوردی مطلع خواهند شد؛ همچنین جهت اعزام‌های برون‌مرزی، پر کردن فرم معاینات پزشکی سلامت و صحت جسمی آنان را تضمین خواهد نمود به ویژه در مراجع ذی‌صلاح و قانونی می‌توان از این فرم‌ها در جهت دفاع از منافع شخصی و حقوقی این افراد استفاده نمود. △

پرسش و پاسخ برای پاسخگویی به مسائل پزشکی و علمی و... راه‌اندازی شده است. در بخش‌های مختلف این سایت علاقه‌مندان می‌توانند، از آخرین دوره‌های آموزشی طب کوهستان، امدادونجات کوهستان و پزشکی ورزشی در ایران و جهان آگاه شوند، و به آخرین مقالات علمی، اخبار و تحقیقات پزشکی روز در زمینه پزشکی کوهستان دست یابند. در بخشی از سایت، کوه‌نوردان، گروه‌ها و هیات‌های کوه‌نوردی، با پر کردن فرم حوادث نسبت به ثبت حوادث کوهستان اقدام می‌کنند که با ثبت این حوادث تجزیه و تحلیل علمی آماران می‌توان به طور مستند به علل و عوامل حوادث در کوهستان پی برد و این خود تجربه‌ای مفید برای جامعه کوه‌نوردی کشور برای پیشگیری از حوادث کوهستان خواهد بود. کلیه کوه‌نوردان در سنین مختلف واز هر جنس، با پر کردن فرم معاینات پزشکی از سلامت جسمی خود در انجام فعالیت‌های ورزشی و کوه‌نوردی مطلع خواهند شد؛ همچنین جهت اعزام‌های برون‌مرزی، پر کردن فرم معاینات پزشکی سلامت و صحت جسمی آنان را تضمین خواهد نمود به ویژه در مراجع ذی‌صلاح و قانونی می‌توان از این فرم‌ها در جهت دفاع از منافع شخصی و حقوقی این افراد استفاده نمود. △

کردند. سه کوه‌نوردی سوئسی که قرار بود تا پایان برنامه در محل کمپ یک باقی بمانند بعد از دیدن شرایط اطراف که هر لحظه احتمال ریزش بهمین و سقوط یخسارهای عظیم از آن ناحیه می‌رفت تصمیم گرفتند فردای آن روز و در اولین فرصت به کمپ اصلی بازگردند در ساعات اولیه روز بعد و پس از بازگشت کوه‌نوردان سوئسی به کمپ اصلی در ابتدای کار صعود سقوطی چند متری برای جرز روی داد که خوشبختانه اتفاقی برای او رخ نداد.

در آن روز تیم سه نفره آنها تا ارتفاع ۶۴۰۰ متر صعود کرد. مکانی که دو سال پیش جرز و هم‌نوردش وژتک کورتیکا به آن دست یافته بودند حالا کلید صعود قله پیش روی آنها قرار گرفته بود. تراورسی بسیار مشکل در زیر یخسارهای خطرناک و ناپایدار که دائماً ریزش‌هایی از قطعات بزرگ یخ داشت در آن وضعیت حال راهنمای آلمانی نیز رو به وخامت گذاشته بود و قادر به تحمل شرایط سخت صعود نبود در نتیجه در آن روز جرز و تادک او را در چادر تنها گذاشته و در ساعت ۴ بامداد هنگامی که هنوز تابش آفتاب باعث ریزش قطعات یخ از بالا نشده بود کار صعود و گذاشتن طناب ثابت را تا ارتفاع تقریباً ۷۰۰۰ متر آغاز کردند این کار ۱۴ ساعت از وقت آنها را گرفت و قبل از غروب آفتاب تیم دو نفره آنها سریعاً به محل چادر بازگشت. تونی راهنمای آلمانی تصمیم داشت تا به کمپ اصلی بازگردد، این کار او به آنها این اجازه را داد تا صعود خود را سریع‌تر انجام دهند و تمامی تجهیزات خود اعم از چادر و غیره را به کمپی بالاتر در فضایی بسیار کوچک و لغزنده بر روی یخ در ارتفاع ۷۲۰۰ متر انتقال دهند اما روز بعد برفی سنگین شروع به باریدن گرفت به صورتی که آنها مجبور به بازگشت به کمپ اصلی و ترک محل شدند و چادر خود را در آن ارتفاع تنها با حمایت یک میخ رها نمودند.

بعد از ۱۰ روز هوای توفانی و بارش برف، دوباره آفتاب جان تازه‌ای گرفت اما آنها هنوز به دلیل تازه بودن برف‌ها و خطر سقوط بهمین قادر به صعود نبودند پس صعود خود را تا دو روز دیگر به تعویق انداختند بعد از آماده شدن منطقه آنها صعود خود را آغاز کردند و تا کمپ آخر پیش رفتند در آن جا متوجه شدند متأسفانه قبل از بازگشت به پایین فراموش کرده، در چادر را محکم ببندند و همین کار باعث انباشته شدن برف در داخل چادر شده به صورتی که دیگر قابل استفاده نبود، در نتیجه به صعود خود تا ارتفاع ۷۸۰۰ ادامه داده و به هنگام شب مجبور به شب‌مانی به روش بیواک شدند. روز بعد کار صعود تا ارتفاع ۸۲۰۰ متر ادامه داشت تا آن که دیواره‌ای عظیم به طول ۱۰۰ متر راه صعود را بر آنها دشوار کرد. دیواره‌ای که در نگاه هر کوه‌نورد دیگری صعود آن در آن شرایط غیرممکن می‌نمود تلاش در این ارتفاع تنها با داشتن چند پیچ یخ و تعداد کمی میخ بسیار مشکل بود تلاشی که یک روز کامل جرز را برای عبور از کراسی ۳۰ متری با درجه +۷ گرفت. برف دوباره آرام آرام شروع به باریدن کرده بود و هر دو آنها می‌دانستند که فردا یا روز صعود است یا لغو برنامه.

شب در هنگام بیواک تنها گاز آنها که در آن شرایط ارزش حیاتی برای آنها داشت از دست جرز به پایین پرتاب شد و این به این معنا بود که دیگر هیچ نوشیدنی وجود ندارد و باید به خاطر داشت که بدن انسان در هوای خشک و رقیق بالای ۸۰۰۰ متر به مقدار زیادی از مایعات احتیاج دارد در حالی که کوه‌نوردی در شرایط دشوار در این ارتفاع که بدن با تعرق و کاهش آب همراه است بسیار دشوارتر است در نتیجه آنها تصمیم گرفتند که حمله به سمت قله را بدون کوله‌پشتی و تجهیزات اضافی و تنها با تعدادی لوازم فنی جهت صعود و بازگشت ادامه دهند از آن لحظه کوچک‌ترین اشتباه به قیمت جان هر دوی آنها تمام می‌شد بعد از صعودی سریع از طریق طناب ثابتی که جرز کار گذاشته بود آنها توانستند از عهده صخره عظیم در ساعت ۱۵ برآیند و حالا مسیری آسان (از نگاه آن دو) پیش روی آنها قرار داشت که به سمت یال آبروی هدایت می‌شد در هنگام صعود هر لحظه کم شدن فاصله تا قله برای

آنها قابل رویت بود اما پس از سه ساعت صعود آنها هنوز به قله دست نیافته بودند و این باعث نگرانی آنها می‌شد تا این که پس از طی شیبی کوتاه قله پیش روی آنها قرار گرفت و بعد طی چند گام بسیار سنگین قله در زیر پاهای آنها بود تادک اولین قله ۸۰۰۰ متری را فتح کرده بود و جرز یازدهمین قله را از طریق سخت‌ترین مسیرها که تا به حال صعود نشده بود یا در شرایطی متفاوت صعود شده بود.

و حالا هوا رو به تاریکی می‌رفت بدون آن که آنها هیچ غذا یا نوشیدنی برای جبران انرژی از دست رفته داشته باشند تنها چیزی که آنها همراه خود داشتند تعدادی ابزار فنی بود.

جرزی خسته بود بدن او در حال سرد شدن و باطری تنها چراغ روشنایی نیز رو به اتمام بود و آنها چاره‌ای جز بیواک در آن شرایط را نداشتند پس شروع به حفر کردن غار کم‌عمقی در دل برف کردند. البته فقط تا اندازه‌ای که می‌توانستند در آن چمباتمه بزنند هنگام صبح هم هیچ تغییری در شرایط بد منطقه ایجاد نشده بود سرتاسر چشم‌انداز منطقه پوشیده شده بود از برف خیره کننده و هر دوی آنها در ارتفاع بالای ۸۰۰۰ خسته و گرسنه با بدن‌های سرد و بدون آب در جهانی سراسر سفیدی به دام افتاده بودند.

آنها کار فرود خود را از مسیر شیب تند آبروی که به ظاهر غیرممکن می‌نمود آغاز کردند مسیری که برای هر دو آنها ناشناخته بود تنها دل‌گرمی آنها به اطلاعات و عکس‌هایی بود که قبلاً به دست آنها رسیده بود.

هر دو کوه‌نورد کار فرود خود را با به کار گذاشتن پیچ یخ و تنها حلقه طنابی که داشتند انجام می‌دادند با فرا رسیدن شب آنها به بالای مسیری که قبلاً آن را صعود کرده بودند رسیدند و چاره‌ای نداشتند به جز حفر کردن غار برفی دیگری برای نجات خود از سرمای شدید.

این چهارمین شب آنها در ارتفاع بالای ۸۰۰۰ متر بود انرژی آنها به شدت تحلیل رفته بود و قدرت تصمیم‌گیری آنها تا حد زیادی نزول کرده بود و هرچه بیشتر فکر می‌کردند بیشتر دچار سردرگمی می‌شدند. در روز بعد کم کردن ارتفاع تا حدی باعث آرامش آنها و کم شدن حجم یخ و برف منطقه شد. جرز هنگام فرود به دنبال آسان‌ترین و سریع‌ترین مسیر بود و همچنین او به تادک یادآوری کرده بود که طناب را برای فرود قسمتی از مسیر که شیب بسیار تندی داشت همراه خود بیاورد اما متأسفانه هنگامی که او به جرز رسید متوجه جا ماندن طناب شد مسیری که دیگر هیچ کدام از آنها توان بازگشت و آوردن طناب را نداشتند پس مجبور به فرود به وسیله تبر یخ و نوک تیز کرامپون‌های شان شدند.

پس از چند متر فرود ناگهان جرز صدای فریاد دلخراشی شنید و کرامپون‌های تادک را دید که یکی پس از دیگری از پایش جدا و به پایین پرتاب شدند و حالا تادک خود را بدون هیچ جای پایی که بتواند به آن تکیه کند می‌دید و متأسفانه از دیواره به پایین صخره‌ای حدود ۱۰۰ متر پرتاب شد و دیگر هرگز اثری از تادک پیتروسکی یافت نشد و این تنها اشتباه او بود که به قیمت زندگی این کوه‌نورد باتجربه تمام شد.

بر اثر این اتفاق ضربه روحی بزرگی به کوه‌شکار وارد شده بود اما به هر حال او توانست در آن روز خود را به چادری به جای مانده از گروهی اتریشی برساند روز بعد او توانست خود را به کمپ کره‌ای‌ها که اخبار صعود او را دنبال می‌کردند برساند.

هم‌زمان با صعود کوه‌شکار یک بار دیگر K2 این غول رام‌نشدنی که تلفات سنگینی از گروه‌های دیگر گرفته بود و این ارزش صعود او را بالا برده بود دوست و مونس بسیار عزیز او را هم از دستش گرفته بود.

در طول فصل صعود سال ۱۹۸۶، ۱۳ کوه‌نورد دیگر در K2 جان خود را از دست دادند از جمله دو کوه‌نورد دیگر لهستانی با نام‌های دوبروسلاوا ولف و وژتک وروز. Δ

* گروه کوه‌نوردی سامان همدان



مقبل هنرپژوه در برگ ریزان ۱۳۶۲ در بوکان به دنیا آمد.

کارشناس امور تربیت بدنی بود.

در همان سال های اولیه به کوه و طبیعت الفتی بست. و از همان زمان در دیواره برده زرد و کوه ترغه در هوای آزاد طبیعت سنگ نوردی می کرد. کوه نوردی فعال را زیر نظر زنده یاد محمد اوراز ادامه داد. در بهار ۱۳۸۱ در صعود به قله ۸۵۱۶ متری (لوتسه) به عنوان جوان ترین فاتح لوتسه در جهان شناخته شد که هیجده سال داشت. در تابستان ۱۳۸۲ که دویست متری به صعود نهایی (گاشبروم ۱) نمانده بود ریزش بهمن صعود آنها را متوقف کرد و از این فاجعه جان سالم بدر برد در حالی که محمد اوراز با مرگ روبرو شد.

قله اسپانتیک ۷۰۳۵ متری پاکستان را به سرپرستی رضا زارعی صعود کردند و سرپرستی تیم جوانان را به آراتر ترکیه عهده دار بود. افتتاح دیواره (گلو) در لیک بن پیرانشهر و گشایش ۲۹۰ متر از ۶۰۰ متر دیواره سنگی شیخ شرو قندیل از کارهای شاخص اوست. کوه نوردی نوین کردستان مدیون راهکارهای ایشان می باشد.

در این اواخر می خواست، جنبش مدنی کوه نوردان کردستان را در مبارزه علیه اعتیاد سازماندهی کند تا زندگی ادامه یابد. روز سه شنبه ۸۶/۸/۱۵ در حین آموزش سنگ نوردی در قله برده زرد سقوط کرد و یک هفته با مرگ مبارزه نمود روز جمعه ۲۵ آبان ماه با شرکت نزدیک به پنجاه هزار نفر از همشهریان و کوه نوردان در قله برده زرد به خاک سپرده شد.

خبری به سنگینی ابرهای پاییز در شهرمان پیچید، علی رغم واقعیت و عینی بودن آن نمی خواستیم باور کنیم. روز سه شنبه ۱۵ آبان ۸۶ در حین سنگ نوردی در دیواره کوه برده زرد مقبل هنر پژوه، عضو تیم ملی کوه نوردی ایران و جوان ترین فاتح لوتسه در جهان سقوط کرده است و در حالت اغما و بیهوشی کامل در بیمارستان ارومیه بستری می گردد. همه آرزومندیم این آخرین یادگارهای زنده یاد اوراز از ما گرفته نشود اما ضربه کاری تر از آن است که فکرش را می کردیم. نزدیک به ۹ روز مقبل با مرگ مبارزه می کند چون از مرگ بسی قدرتمندتر بود. در سقوط از قله گاشبروم ۱ هم مرگ را باور نکرده بود به قول خودش در فراسوی دهلیز مرگ به دریچه زندگی دلخوش کرده بودم. اما دریغ این بار باید ناباورانه مرگ مقبل هنرپژوه را می پذیرفتیم و پنج شنبه ۲۴ آبان قلب این کوه نورد جوان از تپش باز می ایستد.

آری وقتی که غم و حسرت از دست دادن انسانی بزرگ، کوه نوردی جوان، هم نوردی صادق، شما را در هم می تند و آزار و حسرت در اوج خود تو را فرا می گیرد به حقیقت تفسیر و تجزیه و تحلیل آن دشوار می گردد. نمی دانیم اوراق تاریخ کوه نوردی ما چرا چنین باید رقم بخورد. نخبگان ما، خوبان ما، هم نوردان ما، که باید در اوج، راهگشایی مسائل اساسی باشند و آموزه های برآمده های کوه نوردی بیفزایند ناباورانه در میان شایستگی تمام از میان ما بروند.

اما یک جای کار لنگ است و حلقه ضعیفی در میان کار وجود دارد که همیشه ضربه از آن جا خورده می شود و زندگی ما را از هم می گسلد به قولی باز کوچکترین مسایل

مقبل هنر پژوه در دامنه کوه «برده زرد» آرام گرفت

سلام اسماعیل سرخ*

ایمنی کوه نوردی رعایت نشده است.

کوه نوردی علی رغم فراز و فرودش امروزه در راه تعالی و گسترش آموزش و کیفیت گام بر می دارد. این واقعیت است که بر علم دیالکتیک یعنی علت و معلول تکیه دارد. و کوچک ترین بی توجهی به مسایل عینی کوه نوردی، واقعیت ها و توان های خودمان، در اصل ستمی است که بر این ورزش انسان ساز روا داشته ایم و ما که ادعایی داریم و در این ورزش دستی به کار، نباید شاگردان، دانش آموختگان و جامعه را با صدمات بیش از حد مایوس و دل زده کنیم. اگر کسی خواست فرزندش، راه کوه و دمن را برگزیند با هزار حرف و حدیث قانعش کنیم که صلاح اینست در کوچه توپ بازی کند.

این نه به معنای محافظه کاری است بلکه واقع نگری جدی به این ورزش که همواره خطر در کمین است. بار دگر جای کلویلن است و رویکرد دیگر به کارهای خود در زوایای پنهان کوه نوردی، عشق شرقی، ذهنیت احساس گرا، نبودن ریتم هماهنگ در درون و در گروه و شرایط ویژه، باید جای خود را به التزام و گردن نهادن به قواعد بازی بدهد که در عین حال باور داریم آرامش در بلندی هاست و آسودگی در طبیعت، تماشا و گام نهادن بر چکاد کوه ها لذت بخش و زندگی بخشیدن دوباره وقتی می تواند استمرار یابد که بتوانیم همزیستی با آن را یاد بگیریم و انگیزه کارهای مان جدی و مسئولیت پذیری را سرلوحه کارمان بدانیم و نباید سایه خوفناک مرگ را هر قدم نزدیک تر کنیم. پندار هر چه باشد کوه و کوه نوردی و سنگ نوردی، عینیتی است آشکار، زمین بازی خاصی نیست.

شاید هم اولین خطا، آخرین خطا باشد.

پژواک بی پایان فاجعه را هنوز که هنوز است از غار پراو در گوشم می پیچد، تراژدی به عمق غار پراو، به چه محاسباتی (ویکتوریا و امیر) باید آنجا دفن شوند!

هنوز که هنوز است ابر سیاه و طوفان از پشت کوه دماوند همچون دیوی سیاه داستان حسرت تراژدی مرگ جلال و بنی هاشم را بر ایام بازگو می کند. شب است، یا خاموشی ابدی! راه معلوم و مشخص، اما مسیر را چرا همواره اشتباهی می رویم؟ آیا باور به ظرفیت های خود نداریم؟ آیا جامعه عقب افتاده باید کوه نوردیش هم عقب افتاده باشد!

ما که ادعای اندیشه و آگاهی داریم و باورنگری به علم، داستان علت و معلول هم پندار نیست. اما واقعیت ها هر چه باشد ورزش کوه نوردی در چرخه گردش پر از افتخار خود این لحظه ها را ثبت می کند و زندگی ادامه داستان و زمان در گذر.

ما مرگ جگر گوشه های مان را دوست نداریم، عزیزانی که مصدر افتخارات، راه گشایی مشکلات، استاد و مربی و نخبگان ما، خوبان ما بوده اند بی گمان بررسی و تحلیل این فجایع به هیچ روی کار آسانی نیست از دست دادن ضایعه این فرهیختگان کوه و کوه نوردی و غار و غارنوردی به حقیقت برای ما غم بزرگی است که در جامعه به نهایت محافظه کار ما التیام و ترمیم این مصیبت ها کار آسانی نیست شرایط زمانی و مکانی جامعه ما در به وجود آوردن نخبگان به حقیقت روند مناسبی ندارد. همین است که نیچه در کتاب (چنین گفت زرتشت) مبنی بر شرایط ویژه نخبگان فرو شدن و فرا شدن را تشریح می کند که جامعه ما از فقدان نخبگان رنج می برد و برای ما جانگداز. اما

به گسترش کوه نوردی نوین و مسایل فنی در کردستان مثل روز آشکار ، چون قبل از او کوه نوردی کردستان حالت عشیره‌ای داشت و مسائل فنی هم در ابتدای کار و اتکا به همان استقامت‌های سنتی.

درست است ، او شاگرد اوراز بود و از او بهره‌ها گرفته و درس‌ها آموخته بود اما به حقیقت وجود او پدیده شگرفی بود که اجتماعی بودنش او را محبوب همه کرده بود . تأثیر ضربه فقدان او بر ما به آسانی التیام پیدا نخواهد کرد. ما به آن صورت دسترسی به اوراز نداشتیم ، اما همیشه مقبل را در کنار خود می یافتیم و به آن دسترسی . وجود این زلزله هم از همین منظر قابل بررسی و تحلیل است. آموزه‌های انسانی را به کار می برد و در مقابل جامعه‌اش مسئولیت پذیر .

قبل از سقوط از کوه برده زرد ، شی آقای محمود عباسی سرپرست هیات کوه نوردی شهرستان سقز به من تلفن زد و گفت مقبل شما را می خواهد ببیند و مشورتی ، قبلاً هم علی برنجی یکی از دوستان نزدیک زنده یاد محمد اوراز را همنشین کرده ، فکر جنبش مدنی بزرگ کوه نوردان در کردستان در مبارزه علیه اعتیاد را در کردستان می خواهد به وجود آورد حال نظر شما چه باشد؟ مقبل می گوید: تا معتادی باشد وجدان ما کوه نودان آرام نیست داستان ما فقط فراز و فرود نیست داستان انسانیت است بگذار انسانیت نمیرد. گفتم طرحی است خوب و گامی به پیش .

آری اگر روزی پس لرزه‌های بعد از مرگ او فرونشست و آرام شدیم باید ارزیابی دوباره‌ای از افکار انسانی او آغاز کنیم که در همین ۲۴ بهار از عمر او چه تأثیری بر جای گذاشت . بار دیگر با تمام این تفصیلات و نقص جدی در کارش سر نکردن کلاه ایمنی در سنگ نوردی و حلقه اتصال غلط بین طناب حمایت و سینه و باور کردن به این مهم که برای ما کوه نوردان اولین خطا آخرین خطا خواهد بود . Δ

فصلنامه کوه این ضایعه اسفناک را به خانواده مقبل، مردم شریف کردستان و جامعه کوه نوردی تسلیت می گوید.
* رئیس هیات کوه نوردی دیواندره

نکته این است هر چند وقت ما با ضایعه‌های جبران ناپذیری مواجه می شویم که اهمیت و نقص نمودهایی را در آن در می‌یابیم و پی می‌بریم . اما به ندرت می‌توانیم ، آنچه را که در می‌یابیم در آموزه‌های زندگی ، ورزش و کوه نوردی خود به عمل بگیریم و این وضع خود می‌رساند که واژه‌ها را یارای آن نیست که آزمایش‌های عمیق ورزش مان را درست بیان کنیم و سیر تحول ناکارا .

با تمام این تفصیلات ، مقبل هنرپژوه بر اثر آگاهی از ارزش و عظمت کوه نوردی که از او به وجود آورده بود و پایگاه بلندی که در جامعه برای خود احراز کرده بود و نمود آن تشییع جنازه مقبل با شرکت جمعیتی نزدیک به پنجاه هزار نفر ، زبان در توصیف او نتوان .

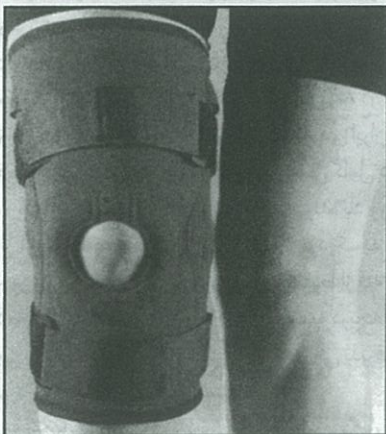
بار اول که او را دیدم برای کوه نوردی به شهرمان آمده بود، ظاهری نیرومند و بسیار آراسته ، وجودش از شور زندگی مالا مال بود و هیچ گونه کاستی در بنیاد هستی او به چشم نمی‌خورد ، موضوعی را که مطرح می‌کرد نه تنها مسلط بود بلکه در ضمن به نقد و تفسیر آن هم می‌پرداخت ، سخنانش به طرز معجزه آسا به دل می‌نشست و مخاطب را مجذوب می‌کرد و از کثرت به وحدت می‌کشاند ، واژه‌هایی که به کار می‌برد تأثیرگذار ، از این رو بسیار روان و دلکش به نظر می‌آمدند . این ویژگی کلام و عمل مقبل از دو منشاء بر می‌خاست اول اینکه خوب تربیت شده بود ، پایگاه اجتماعی و فرهنگی خانوادگی او این غنا را افزون کرده بود ، دوم اینکه بر آنچه که به کار می‌گرفت آگاهی کامل داشت و سیر تحول آنها را می‌شناخت ، همه و همه این خصوصیات خود هنری بود که از او هنرمندی مقبول ساخته بود که برای همشهریانش و خصوصاً ملت کرد انسان دوست داشتنی به وجود آورده بود .

خانه‌اش همواره پاتوق کوه نوردان و هنرمندان بود . دیواره سنگی (گلو) در لیک بن پیرانشهر را رول کوبی نموده بود و بزرگ ترین دیواره سنگی کوه قندیل واقع در شیخ شرو که ۶۰۰ متر طول دارد گشایش ۲۹۰ متر آن از یادگارهای او است . و تأثیر او

سلامتی و نشاط با محصولات ارتوپدی - ورزشی (هانی طب)

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

(شنا، اسکی، و...)



زانو بند چهارفره

میدان ونک - گاندی شمالی

خیابان صانعی - ساختمان نگین (۶)

تلفکس ۸۸۷۹۵۶۴۱

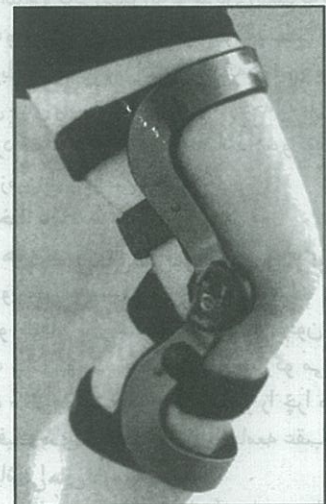
شعبه دوم : خیابان گاندی - کوچه بیستم - پلاک ۱۶ ۰۹۱۲۲۰۳۰۶۵۶



انواع کفی طبی از جنس سیلیکون محصول آلمان

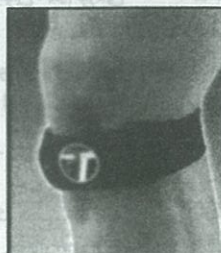
برای جلوگیری ضربات ناشی از عکس العمل زمین

(درمان کف پای دردناک)



زانوبند سخت برای درمان ضایعات

منیسک و لیگامان مفصل زانو



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

استخوان پتلا (کشکک) بخصوص در سرازیری‌ها

(مخصوص کوهنوردان)

از شهرستانها نماینده فعال پذیرفته می‌شود

تکنیک توقف شخصی

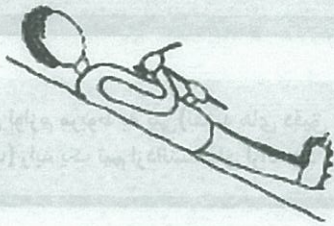
ترجمه: زهره ریاحی*

زمانی که در یک سراسیمگی به دلیل لغزیدن یا افتادن در حال سر خوردن می‌باشید برای اینکه خود را متوقف نمایید این تکنیک به کار برده می‌شود. اطمینان خود را از دست ندهید این آخرین راه شما است. زمانی که شما سر می‌خورید چهار حالت وجود دارد.

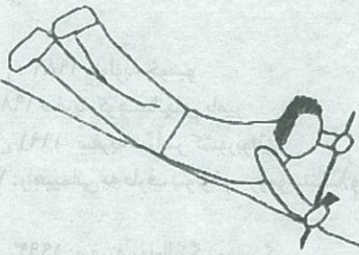
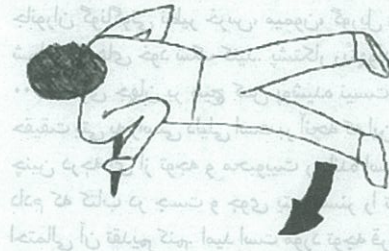
الف - صورت شما به سمت پایین و سر شما در جهت بالا نسبت به سراسیمگی قرار دارد. این تنها حالتی است که شما می‌توانید فوراً از این تکنیک استفاده نمایید. امکان استفاده از توقف شخصی در حالات دیگر زمانی امکان‌پذیر است که به حالت الف درآییم.



ب - به پشت، در حالی که سر به طرف بالا قرار دارد.

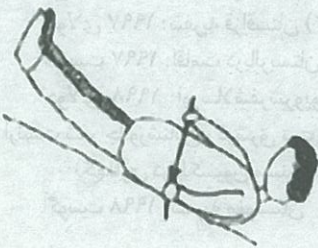


نکات مهم: ۱- زمانی که کرامپون به پا دارید بایستی آنها را دور از سطح نگه دارید. ۲- هرگز از قسمت میخی (نقطه انتهایی دسته) کلنگ برای توقف شخصی استفاده ننمایید. همیشه سر کلنگ را بگیرید نه دسته را.



ج - صورت شما به سمت پایین و سر شما در جهت پایین نسبت به سراسیمگی قرار دارد. در یک سمت نوک کلنگ را به زمین بزنید و سپس با فاصله حول آن چرخش نمایید تا در موقعیت مناسب ترمز گرفتن قرار گیرید. نباید کلنگ را محکم به زمین بزنید زیرا کلنگ مانع شما خواهد شد و از دست شما رها می‌گردد.

د - به پشت، در حالی که سر به طرف پایین قرار دارد نوک کلنگ را در کنار لگن خود به سطح فشار دهید. اکنون بدن خود را حول نوک کلنگ بچرخانید و همزمان پاهای خود را از نوک کلنگ دور نمایید.



توجه: موقعی که شما کلنگ ندارید یا در هنگام سقوط آن را از دست داده‌اید از دست‌ها و آرنج‌ها کمک بگیرید.

* کمیته فنی گروه کوه نوردی چکاد کوهستان اصفهان

در جستجوی یتی (آدم برفی)

مواجهه با عمیق ترین راز هیمالیا

فصل اول

مسنروکوه نوردی تداعی مایکل جردن و بسکتبال است
جان کراکوتر

نویسنده: رینهولد مسنر
ترجمه: پریسا حسین زاده

یتی یا همان آدم برفی در سال های دور برای کوه نوردان معمایی شده بود که پس از آن رینهولد مسنر کوشیده است تا با سفرهای اکتشافی به نقاط مختلف از این معما پرده بردارد که در نهایت بگوید که یتی افسانه ای بیش نیست.

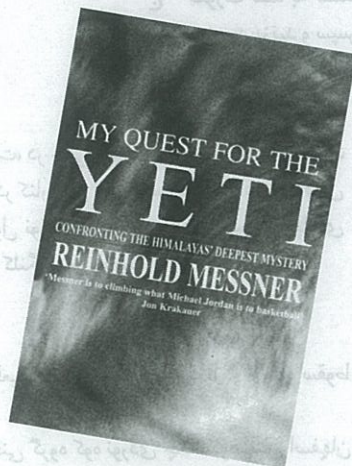
رینهولد مسنر تمامی لوازم مربوط به یتی (نقشه های دقیق ، آدرسها و جزئیات) را به یک تیم از دانشمندان ارائه داد

مقدمه مترجم

مطالب پراکنده ای از موجود افسانه ای هیمالیا در ذهن خود داشتیم تا این که در وبلاک کوه قاف به مدیریت هیمالیانورد معروف آقای رضا زارعی بخشی که اطلاعاتی در خصوص کوه نوردان برتر جهان ارائه می داد متوجه مقاله ای از رینهولد مسنر شدم. وقتی که مطلب را به پایان رساندم از آقای زارعی خواهش کردم که آن مقاله که نام آن مسنرویتی بود را ترجمه و به وبلاگ ایشان تقدیم کنم که ایشان این افتخار را به بنده دادند. بعد از آن به فکر ترجمه کتاب های مسنر افتادم و مسلماً اولین کتابی که انتخاب کردم موجود افسانه ای هیمالیا یتی بود. ویرایش این کتاب را نیز آقای زارعی به عهده گرفتند و تا آخر عمر بر سر من منت گذاشتند. در جست و جوی یتی کتابی است مملو از هیجان، آنجا که به این واقعیت اقرار خواهی کرد که یتی افسانه ای بیش نیست، یتی با حضور ناگهانی خود این واقعیت را به سخره می گیرد و وقتی که همه چیز مهیا شود تا وجود او را باور کنی جانوران گوناگونی نظیر خرس، میمون، گوریل و غیره ظاهر می شوند تا شمابه باورهای خود شک کنی. پشتکار رینهولد مسنر در غلبه بر ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری جهان بر هیچ کس پوشیده نیست ولی تلاش وی دریافتن حقیقت یتی به راستی دلیلی است بر آنچه که این کوه نورد افسانه ای را به چنین درجه ای از توجه و محبوبیت رسانده است. بنابراین به خود اجازه دادم که کتاب در جست و جوی یتی مسنر را ترجمه و به علاقه مندان احتمالی آن تقدیم کنم. امید است مورد توجه قرار گیرد.

سفرهای تحقیقاتی برای یافتن یتی

- مارس-آوریل : ۱۹۸۹ سولوبه خومبو
- تابستان : ۱۹۸۹ سفر به کوهستانهای پامیر
- اوایل تابستان ۱۹۹۱ : سفر به سراسر کشور بوتان
- دسامبر ۱۹۹۲ : راهپیمایی به طرف سولوخومبو و موسنتگ (وبرگشت از طریق مانانگ)
- ژانویه-مارس ۱۹۹۳ : سفر به رولوالینگ و سی کیم
- می ۱۹۹۴ : سفر به قروال هیمالیا در شمال هند
- جون ۱۹۹۵ : سفر به کوهستانهای آلتای در جنوب سیبری
- اوایل تابستان ۱۹۹۶ : سفر به شرق تبت
- پائیز ۱۹۹۶ : سفر به کوه مقدس کایلاش
- می - جون ۱۹۹۷ : عضویت در تیم اعزامی به شرق تبت
- جولای ۱۹۹۷ : سفر به قزاقستان (کوههای تین شان)
- اگوست ۱۹۹۷ : اقامت در بالریستان
- جولای ۱۹۹۸ : اورسلاش فرسروپوست یک شموراکه شوهرش ارنست شفر جانورشناس ، در شرق تبت به ضرب گلوله کشته بود برای نگهداری در کلکسیون مسنر در سلوس جووال به یادگار گذاشت
- اگوست ۱۹۹۸ : سفر به مغولستان



جولای: ۱۹۸۶ جانی در تبت

امواج خروشان رودخانه مکونگ که از برف ذوب شده بالا آمده بود مرا وادار به رفتن به عمق یکی از شکاف های دره های بی شمار تبت کرد. چاره دیگری نبود، بایستی راهم را از میان جریان آب شدید باز می کردم. خود را به آب زدم و به طرف بهترین نقطه ای که دیدم رفتم. با برداشتن هر قدم، جریان شدید آب که یک تهدید جدی بود پاهای مرا از زیر بار وزنم می کشید و با خود می برد. بعد از پیدا کردن یک جای پای مطمئن و انداختن وزنم به روی یک پا، تمامی نیروی خود را جمع کردم تا پای دیگر را به دنبال خود بکشم. پیشروی کند بود ولی بالاخره خودم را در وسط آب های خروشان یافتیم، به یک شاخه درخت تکیه دادم تا خودم را از خطر جریان آب در امان نگه دارم، سعی کردم وحشت را از خود دور کنم، برگشت به عقب غیر ممکن بود.

خشکی روبه رو یک باریکه تیره رنگ بود که بین درختان مخروطی شکل و صخره سیاه براق، امتداد داشت و فاصله آن فقط به اندازه سنگی بود که پرت شده باشد. آب یخ زده مثل مه خاکستری بود و طعم سنگ و برف کثیف را می داد. خوشحال بودم که پوتین هایم همراهم است. هفت تا از انگشت پاهایم بعد از برنامه صعودم به نانگاپاریات که یکی از هشت هزار متری ها در شمال هندوستان است، در سال ۱۹۷۰ قطع شده بود. پوتین ها به من کمک می کردند که بین سنگ ها محکم تر بایستم. برای قدم بعدی خود را آماده می کردم، چشم هایم به روی صخره ای که در خشکی روبه رو بود ثابت مانده بود، پای راستم را به درون شکاف بین دو سنگ در زیر آب خروشان کشاندم. این ترفند باعث تعادل من شد و به راحتی در بستر رودخانه ایستادم، ذره ذره به جلو پیشروی می کردم، گاهی مورب و گاهی مستقیم، با جریان آب کلنجار می رفتم. آب رودخانه خیلی سرد بود، از زیر زانو به پایین احساسی در پاهایم نداشتم ولی صورتم غرق در عرق بود. دست هایم از چنگ زدن به شاخه های درختان و نگه داشتن آنها برای حفظ تعادل خسته شده بود. بالاخره به خشکی رسیدم، خستگی مفرط و در عین حال خوشحال از رسیدن.

مشکل بود که موقعیت دقیقم را تشخیص بدهم، من از کامدو در شرق تبت آمده بودم و سعی داشتم که به جنوب ناچو راهم را ادامه دهم. من از منطقه ای پست که بزرگ ترین رودخانه آسیا در آن قرار داشت می گذشتم، یانگتزه، مکونگ و سالوین. رشته کوه های سربه فلک کشیده مناطق اطراف دارای شیب و ناهمواری زیادی بود و فقط در محدود مکان هایی امکان سکونت انسان ها وجود داشت، پیش می آمدم که دو روز راه پیمایی می کردم بدون اینکه حتی با یک نفر برخورد داشته باشم. در شرق تبت که راه معمولی پایان می پذیرد با کوه های صعب العبور روبه رو می شوی، بایک کاروان یک ویپونی (اسب کوتوله) قوی تبتی، قادر خواهی بود که به منطقه مطمئنی برسی. سفر دور و دراز با پای پیاده به مفهوم از دست دادن آسایش است. یک کیسه خواب، چراغ قوه، مقداری نان خشک و ژامبون، چاقوی جیبی، روکش ضد آب و یک دوربین همراهم بود اما چادر نداشتم. هر وقت که غروب می شد و دهکده ای سر راهم نبود در فضای باز، درون یک غار یا زیر یک درخت می خوابیدم. روی صخره بالای بستر رودخانه نشستیم، کفش هایم را در آوردم، جوراب هایم را چلاندم و به مرور یک کمی گرم شدم. حالا صدای حباب های آب رودخانه برایم آرامش بخش بود. یک جنگل بسیار انبوه جلوی من بود، لازم بود که در غروب آفتاب از آن بگذرم، پرتو آفتاب مایل شده بود، بعد از پوشیدن جوراب های خیس و کفش ها، کوله پشتی را به روی شانه هایم انداختم. به نظرم رسید خیلی سنگین تر از وقتی شده است که رودخانه سرد و خروشان را طی می کردم.

در آن موقع به تبت نیامده بودم که بیابان گردی یا کوه نوردی کنم، در عوض می خواستم مسیری را دنبال کنم که شریابها را از گذشتن از زمین های دگه در امتداد کامدو، آلاندو، لهاریگو، لهاساوتنگری از آن عبور کرده بودند و بعد تمام راه هایی که به سرزمین خومبو ختم می شد، یک مهاجرت که هنوز انعکاس آن درون افسانه های شریابها وجود دارد اگرچه قرن ها پیش اتفاق افتاده است. با عبور دوباره مسیر سفر شریابها امید به کشف نزدیکی افسانه با واقعیت را داشتم. انبوه پوته های کوتاه ضخیم و وحشی گل صدتومانی تقریباً پیشروی را غیر ممکن ساخته بود. پوته های به هم تنیده زیر درختان مثل جنگل های مناطق حاره ای غیر قابل



شمایی از یتی

رینهولد مسنریکی
از بزرگترین کوه نوردان
تاریخ می باشد. او اولین
فردی است که تمامی ۱۴
قله ۸۰۰۰ متری جهان را
اکتراً بصورت انفرادی
صعود کرده است.
مسنریک کوه نورد،
نویسنده، عکاس
و فیلم بردار است.
رینهولد مسنریکی از ۳۰
کتاب چاپ کرده است.

نفوذ بود. سعی کردم به خاطر بیابان بومی های آخرین دهکده کدام راه را به من نشان داده بودند. یک گله دار یک اشاره کرده بود که انتخاب اشتباه بستر رودخانه به فرود بر روی صخره ها و به من ختم خواهد شد. سکوت بر جنگل حکم فرما بود. حتی یک نسیم جریان هوا را جابه جا نمی کرد. دسته های سفید ابر در نوک مایل درختان مخروطی شناور بود. آسمان بالای دره آن قدر نزدیک به نظر می رسید که احساس می کردم می توانم آن را لمس کنم، چند تا پرنده در حال پرواز بودند که به سختی می شد آنها را دید.

هنوز ابتدای روز بود، هوا خوب بود، به راهم ادامه دادم. پیاده روی در اعماق جنگل از ابتدای کار آسان تر شده بود. صخره ها و تنه درختان سدر قدیمی قرن ها پیش هیمالیا، کمتر از گل های اورتانزیا، علف های هرز خشک، کلماتیس، گل صدتومانی و بیشه های افرا که تمامی کوره راه های اطراف رودخانه رامسدود کرده بود، هولناک تر بود. معمولاً مستعد ترس نیستم ولی در یک چنین روزی نگران پیدا کردن راه بودم، یک سرنخ، کمی اطمینان خاطر. هر وقت که مجبور باشم یک صخره شیب دار را صعود کنم، می ایستم، دست هایم را بر روی زانوهایم تکیه می دهم، سعی می کنم که نفسم را حبس و ضربانم را آرام تر کنم. نگاه کردن به پائین به درون دره عمیق تلخی قرار گرفتن در لبه دنیا دارد، فقط می توانم امیدوار باشم که در مسیر دهکده تچاگو باشم.

در خلال تمامی هفته هایی که راه پیمایی می کردم سعی می کردم به هر طریقی کوره راه و مسیری را پیدا کنم. بعضی وقت ها گله های یک رانندگانی می کردم. وقتی که تصمیم می گرفتم به تنهایی به دهکده بعدی بروم همیشه کسی بود که به من بگوید کدام راه را انتخاب کنم ولی در ناحیه آلاندو که توقع داشتم جایی را برای اقامت انتخاب کنم فقط بیابان بود، نه کلبه ای دیده می شد نه حتی دیوارهای فروریخته خانه های متروکه یا بقایای آتش کمپ و نه حتی یک نفر که به من بگوید از کدام راه بروم. روی یک صخره پوشیده از خزه نشستیم و نقشه ای را از درون کوله پشتی ام در آوردم، به خطوط پیچیده قرمز و آبی که توده ای از شماره واسامی و نقاط مختلف بود نگاه کردم. سعی در مشخص کردن موقعیت دقیق خودم در روی نقشه را داشتم که به هر حال بی فایده بود. گم شدن در جایی که هیچ کس نتواند تو را پیدا کند. نقشه را دوباره پیچیدم و به کوه های بلندی که حرکتیم را از آنها آغاز کرده بودم خیره شدم. به خودم

گفتم قبلاً هم چنین شرایطی برایم پیش آمده بود. مواقعی بوده اند که شانزده ساعت تمام پیاده روی کرده ام درحالی که غذای کافی هم همراه نداشتم.

آخرین نفوذپرتو آفتاب به درون درختان فرارسیده بود، قاعدتاً هوا رو به سردی می رفت طوری که پوستم در زیر پیراهن خیس از عرقم سفت شده بود. در عمق دره، برف آب شده که به زودی به بالاترین حد خود می رسید به آرامی جاری بود. بایستی هنگام غروب آفتاب جایی را برای ماندن پیدا می کردم یا حداقل به مراتع آن سوی جنگل می رسیدم.

ستیغ های شرق درخشان در نور رو به افول خورشید محو می شدند. غروب بر زمین جنگل سایه انداخته بود. دید محدود در جنگل و ریشه های درختان، دنبال

**چه چیزی مثل یک هیولا پدیدار می شود
هیولابه چه چیزی می گویند
چه چیزی یک هیولا شناخته می شود
خودش بین انسانها می آید
و خودش ناپدید می شود
شعرش پرها - میلارپا
(۱۰۴۰-۱۱۲۳ میلادی)**



چیزی شبیه به راه کوهستان بودم، بیش از ده قدم از جایی که نشسته بودم دور نشده بودم. با سرعت بیشتری به سمت بالا رفتم، گام هایم تقریباً بی اختیار برداشته می شد، از ریشه ها و علف هایه زمین صاف رسیدم. بدون شک این مسیر کوهستان بود. راهی که بادلهره به مدت طولانی به دنبال آن بودم. بدون هیچ تردیدی آن را در پیش گرفتم، به طرف بالا به سمت جایی که تصور می کردم باید تچاگو باشد راه را ادامه دادم. با هر نفس بر خوشحالیم افزوده می شد.

سپس ناگهان سکوت بر همه چیز سایه افکند، چیزی بزرگ و تیره در سی قدمی من در لابه لای بوته های گل صدتومانی قدم می زد. فکر کردم یک گاواست، از تصور ملاقات با تبتی ها و خوردن غذای گرم و جایی برای خوابیدن در شب به وجد آمده بودم، اما آن چیز هنوز آنجا ایستاد بود، بعد بی صدا و با گام های آرام به عمق جنگل رفت، ناپدید می شد و دوباره پدیدار می گشت و بر سرعتش افزوده می شد. نه شاخه های درختان و نه چاله ها جلوی نفوذ او را نمی گرفتند. او یک یاک نبود.

سایه سریع السیر به پشت پرده ای از بزرگ و شاخه هجوم برد، برای چند لحظه دیدم که فقط ۹ متر دورتر از من روی سطح صاف زمین در حرکت است. صاف راه می رفت، گوئی سایه خودم بود که ب درون بوته ها فرو می رفت. برای چند لحظه بی حرکت ایستاد بعد برگشت و درون تاریکی ناپدید شد. توقع داشتم صدایی از او بشنوم اما هیچ چیز شنیده نشد. جنگل ساکت بود، هیچ سنگی به پائین شیب نعلبیده، هیچ ترکه ای نشکست.

می بایستی صدای نرم پاهای او را در بوته های خاکستری به هم تنیده زیر درختان بشنوم. به نقطه ای که این شیخ ایستاده بود خیره شده بودم، ابتدا حیرت زده و بعد گیج شدم. چرا ناپدید یک عکس از او بگیریم؟ بی حرکت ایستادم و به سکوت گوش دادم، تمام هوش و حواس من متوجه او بود. سپس به سمت بوته هایی که او از آنجا ظاهر شده بود و دوباره ناپدید شده بود خزیدم، تمام توجهم به هر چیزی بود که تکان می خورد، هر صدایی که از زمزمه لطیف نسیم بلندتر بود، هر بویی متفاوت با چیزی که در جنگل وجود داشت. در گل تیره ردپاهای غول پیکری را دیدم. کاملاً واضح بودند. حتی

انگشتان او قابل تشخیص بود. بادیدن ردپاهای تازه احساس کردم روح او را در نزدیکی ردپاهای من می کشم. یک عکس گرفتم و به دنبال خودش در اطراف گشتم. کفش های من آن طور که پاهای لخت او جاهای عمیقی از خود بر جای گذاشته بود در گل

فرو نمی رفت.

به گل تیره خیره بودم، ناگهان عکس معروف ردپاهایی که اریک شیپتون در سال ۱۹۵۱ در یخچال ملانگ که بین تبت و نپال است از یک ردپا گرفته بود را به خاطر آوردم. این عکس به طور حتم بهترین مدرک دال بر وجود موجودی است که آن را به عنوان یتی می شناسیم. نظیر تمامی هیمالیایانوردان به اندازه کافی از افسانه یتی باخبر بودم. این افسانه در سراسر کشور شریاها گفته شده است. اما هرگز تصویری واقعی آن را که به این افسانه ربط داشته باشد نمی کردم. بخش اعظمی از تبت و هیمالیا را به خوبی می شناسم ولی تاکنون حتی در آن نواحی دور افتاده که ماکوه نوردان با لوازم مدرن مان قادر به زنده ماندن برای ماه هادرتول یک برنامه هستیم، هرگز چیزی شبیه این موجود ندیده بودم.

افسانه یتی از درون جاذبه های هیمالیا، چشم اندازه ها، قله ها، یخچال ها، طوفان های برفی و زوزه شب های زمستانی می آید. اینجامکانی است که داستان های گفته شده از آن نشأت می گیرند. اینها سنت های گفتاری زنده و جاری اند. بارها در آشپزخانه چادر در بیس کمپ شریاها راجع به یتی با من صحبت کرده بودند، از دختری که ربوده شده بود، یاک که بایک ضربه کشته شده بود، ردپاهایی که بر روی برف از خود بر جای می گذاشت. من فقط به نیمی از گفته ها در فضای تاریک و مملو از دود چادر گوش می دادم، شریاها با قوز کردن بین لوازم و جعبه های آنوقه در چادر داستان های خود را در مورد یک غول خطرناک تکرار می کردند، در زمانی که یکی از آنها در مورد اسامی مکان ها یا در مورد کسی که از نزدیک یک یتی را دیده است یا در تعقیب یکی از آنها به بالا رفته سخنی می گفت توجه کامل می کردم ولی هر موقع اطلاعات دقیق تری را سوال می کردم پدرها به پدر بزرگ ها حواله می شدند، روستاها به نواحی و قوانین صریح به ممکن های میهم. ذهن من به مسایل عینی بیشتری نیاز داشت.

افسانه های یتی در سراسر هیمالیا و تبت درست مثل آب هایی که در تاپستان از کوهستان ها جاری می شود پخش می شود و قطعاً به تمام روستاها و تمامی خانواده ها نیز سرایت می کند. شریاها افسانه ها را با خود به نپال، سی کیم و سولوخومی می بردند. اعضای اولین تیم کوه نوردی غرب در هیمالیا این افسانه ها را شنیده بودند و آنها را در روزنامه ها و کتاب ها جمع آوری می کردند. در کمتر از یک قرن اخبار مربوط به این موجود اسرار آمیز در تمامی دنیا پخش شد. امروزه میلیون ها نفر در غرب تفکراتی در خصوص یتی دارند. برای اکثر آنها یتی مانند یک آرزو برای دیدن گذشته ماقبل تاریخ است، یک آینه که در آن می توان نگاه کرد و بر خود از ترس و بهت لرزید. داستان های یتی به طور اجتناب ناپذیری با فروش بالای روزنامه ها و نشریات همراه بوده است.

همان طور که از راه کوهستان به بالامی رفتم به دنبال ردپاهای اومی گشتم، اوناگهان باعث شده بود به خاطر بیاورم که در این سفر هیچ کس اشاره ای به یتی نکرده است. هیچ کس به شوخی یا جدی به من هشدار نداده بود که ممکن است در زیر قله ها و در دره ها با چیزی مواجه شوم. شاید تب یتی هرگز به این نواحی نرسیده است، هم چنان که کلماتی نظیر ناندرتال یا کینگ کنگ برای آنها کاملاً خارجی بود.

آن شب من چهار ردپای دیگر نیز دیدم. آن جانور به سمت بالای کوه و آن سوی جنگل می رفت. اگر او یک حیوان است ایامی توانست خرس باشد، بنابراین جای پنجه های او بایستی وجود داشته باشد، ردپای پلنگ برفی هم وجود داشت که البته خیلی کوچک تر از آن چیزی بود که من دیده بودم.

باد کوه های یخی شدیدتر شد و صدای بلند آواز پرندگان در درخت هامتاب و نرم تر شده بود. با سرعت بیشتری به بالا رفتم، هیچ چیز جز صدای انعکاس نفس ها و قدم هایم نمی شنیدم.

راه بالای حاشیه جنگل صعب العبور بود و من می رسیدم که هر آن اوظاهر شود. صدای غل غل از فاصله دور بلند شد، شاید از ته دره که رودخانه جاری بود و یا در اثر وزش باد در بالای درخت ها که همانند برجی در شب بودند. چیزی تشخیص نادم. حالا تاریکی کاملاً فرود آمده بود، برنامه من پیاده روی تا طلوع آفتاب بود و بعد از آن بیواک، ولی تصور ماندن در کنار ریشه های سدر غول پیکر برای انتظار رسیدن صبح چندان خوشایند نبود.

به راهم ادامه دادم، زمانی بین غروب و نیمه شب بود. از جنگل بیرون آمدم

وپایه زمین صاف گذاشتم. ماه، قبل از ورود من بانورافشانی خود همه جاروشن کرده بود. کوهستان تاریک سایه تیزخود را بر روی شیب ها انداخته بود. کلاف پیچ در پیچ راه کوهستان که به بالایی رفت و در مراتع فرود می آمد در تاریکی یخرفت ناپدید می شد. حتی یک کلبه نیز دیده نمی شد. بوی حیوانات در فضا نبود. یک نقطه روشن نیز وجود نداشت.

راهم رادرون بوته های سرو کوهی خاکستری رنگ ادامه دادم، ناگهان یک صدای ترسناک شنیدم، صدای سوت بود، شبیه صدای هشدار که بزهای کوهی به هم می دهند. از گوشه چشمم نقش یک اندام صاف را دیدم که از بین درخت ها به لبه منطقه صاف، جایی که علفزار انبوه سرتاسر شیب تند را پوشانده بود می رفت. او عجله داشت، ساکت بود، خم شد و در پشت یک درخت ناپدید گشت، دوباره در نور ماه پدیدار شد. چند لحظه ایستاد و برگشت و به من نگاه کرد. دوباره صدای سوت را شنیدم، یک صدای خشن و برای یک لحظه خیلی کوتاه دندانها و چشم های او را دیدم. آن موجودی طرز فوق العاده ای رعب آور بود، صورت او یک سایه خاکستری، اندام او یک طرح تیره پوشیده از مو، روی دویای کوتاه خود صاف ایستاده بود، دست های خیلی قوی داشت که تقریباً تا سر زانوهایش آویزان بود. بیش از دویتر بلندی قدش بود. بدن او سنگین تر از انسانی به همین سبب بود ولی چنان با چابکی و قدرت به سمت سرازیری حرکت کرد که من در آن واحد هم متحیر شدم و هم آسوده خاطر. بیشتر بهت زده بودم، هیچ انسانی نمی توانست در نیمه شب این طور بدود. آن طرف درخت ها کنار بوته های انبوه ایستاد، شاید برای تجدید قوه، بی حرکت در نور ماه بی آن که به عقب نگاه کند ایستاده بود. بیش از حد وسوسه شده بودم دور بینم را از کوله پشتی دریاورم.

هر چه بیشتر به او خیره می شدم احساس می کردم بیشتر چهره اش تغییر می کند ولی اوشیه همان چیزی بود که هنگام پا گذاشتن به مسیر پایین کوه آن را دیده بودم. این تمام آن چیزی بود که می دانستم. بوی تعفن در فضای پیچیده بود و صدای برگشتن او در من طنین انداخته بود. صدای فرورفتن او را در بیشه زار شنیدم، در اعماق شب و به سوی کوهستان، تا این که ناپدید شد. دوباره سکوت حکمفرما شد.

به عمق آسمان شب خیره شده بودم، دست هایم می لرزید. شریاها عادت داشتند که بگویند سوت زدن یعنی وجود خطر، و به محض ناپدید شدن یک یتی بایستی هر چه سریع تر از محل دور شد. چگونه می توان نظیر آن موجود، درون بیشه زار صعب العبور و ریشه های به هم تنیده درختان به سرعت دوید. او آن طرف شیب هایی که با لکه های نور ماه مشخص بود بدون هیچ گونه مانعی ناپدید شده بود، مگر این که سوار یکی از آن غول های عصبانی بشوی. فکر اینکه همراه اسرار آمیز من دوباره پیدایش شود مهره های پشتم را لرزاند. فرار کردن و ناپدید شدن در بالا یا پایین کوه به وضوح بی فایده بود. من بایستی هر دو پایم را می شکستم تا راحت تر به دام بیفتم. چراغ قوه ام را در آوردم و به راهم ادامه داد. ایستادم تا گوش بدهم و به عقبم نگاه کنم. احساس کردم کسی مرا می باید.

راه به سیلاب کوهستان ختم می شد. آرزوی یک مکان امن را برای گذراندن مابقی شب داشتم اما گذر از جریان آب در تاریکی غیر ممکن بود. پلی وجود نداشت و تا آنجایی که من می دیدم آب تا کف هایم می رسید. صدای غلتیدن سنگ های بزرگ در سیلاب شنیده می شدن و کوفت نقره های آنها مشخص بود. یخ تمام سطح سنگها را در بستر سیلاب یخچالی پوشانده بود.

می دانستم که گذشتن از آن فقط در نیمه روز امکان پذیر است، قبل از اینکه یخ بیشتری شروع به ذوب شدن و بالا آمدن در ناحیه یخچالی کند، بهترین زمان برای گذشتن از آب و رفتن به آن سو است. تصمیم گرفتم که دوباره به علفزار برگردم.

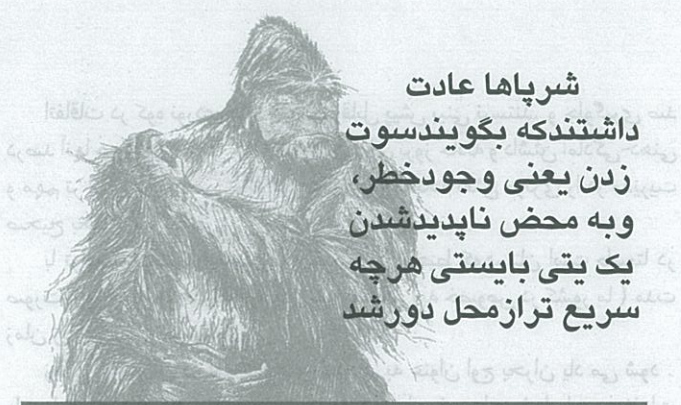
تنها و تا حد مرگ خسته بودم، به دنبال محلی برای زدن کمپ بودم که به تعدادی سنگ که با گذشتن ده ها سال توسط جریان آب حرکت کرده و تبدیل به یک سد طبیعی شده بودند برخورد کردم. انتخاب دیگری نداشتیم. کمی دور تر پایین دره یک بستر رودخانه دیده می شد و صدای آبی را که بعد از ظهر همان روز از آن گذشته بودم می شنیدم.

درخشندگی فلزمانندی روی سنگ ها و علف ها وجود داشت، زیر انداز اسفنجی ضخیمم را پهن کردم. دیواری از سنگ بین کمپ و علفزار که به ظاهر یک سرپناه بود درست کردم و درون کیسه خوابم خزیدم. سرم را روی کوله پشتی که نیمی از آن خالی بود گذاشتم. به آسمان شب خیره شدم. هر وقت که چشم هایم را می بستم تصویر آن هیولا را که روی من خم شده و به من زل زده است، در خیال خود می دیدم. بنابراین چشم هایم را باز نگه داشتم. نور ماه فقط روی شیب های بالای دره قابل رویت بود. دوباره صدای سوت زدن آمد، از جا پریدم، نایستی صدای باد باشد. آن جانور برگشته بود. به درون دره تاریک نگاه کردم سپس به سیلاب سرتاسر شیب، صدای ضربان قلبم را می شنیدم و همین طور صدای جریان آب و حباب های آن راه آیا صدای سوت بود؟ آیا صدا از نزدیک می آمد یا دور بود؟

کیسه خوابم را درون کوله پشتی چپاندم و آماده حرکت به بالای کوه شدم، راه را در امتداد بستر چوبی را در پیش گرفتم. جایی باید باشد که حتی در شب بتوان از طریق آن به آن طرف آب رفت.

برای غافلگیری و خوشحالی من یک پل عابر چوبی پیداشد. راهم را کمپ از روی الوارهای چوبی که بالای چوبیار بود در پیش گرفتم، سپس شیب را به صورت تراورس صعود کردم، ماریچ زنان از روی سنگ ها و گودال ها به سمت یک برآمدگی که می شد از آنجا مزارع و یا کلبه ای را دید حرکت می کردم. همه جا متروکه به نظر می رسید، هیچ چراغی سوسو نمی زد. دهکده با گیاهان خاردار و دیوارهای سنگ احاطه شده بود و متروکه و ترسناک بود. تپه های هیزم طوری روی هم قرار گرفته بودند که انگار نگهبانانی در جلوی خانه اند.

وقتی که رسیدم تا آنجایی که می توانستم سروصدا کردم. می خواستم که صدایم شنیده شود. برای یک غریبه خطرناک است که در دل شب ناگهان به یک دهکده کوهستانی وارد شود. ممکن است او را با یک دزد اشتباه بگیرند. ابتدا به آرامی و سپس بلندتر گفتم دوسی دلی (Tashi delek) هنوز واکنشی دیده نمی شد.



شریایا عادت داشتند که بگویند سوت زدن یعنی وجود خطر، و به محض ناپدید شدن یک یتی بایستی هر چه سریع تر از محل دور شد

دوباره این عبارت را که سلام تبتی هاست تکرار کردم. نه پاسخی، نه صدایی، نه چراغی، نه نشانه ای از زندگی، آیا آنجا تچاگو بود؟

باز هم همان عبارت را تکرار کردم و به نرمی به یک راه باریک طویله که بین تپه ای از هیزم در جلوی خان و کلبه های کوتاه قرار داشت پا گذاشتم. ترس و وحشت وادارم کرد که بلندتر حرف بزنم چرا هیچ کس جوابم را نمی داد؟

تنها علائم حیات بوی تعفن کود اسب، گندیدگی وادار بود، تچاگو چیزی نبود جز راهی به کلبه های متروکه، راهی به ایستگاه ناامیدی، یک دوجین کلبه یابیشتر، همگی شبیه به هم، هر کدام با ساختار سنگی و سقف خورجینی چوبی، بین آنها تاریکی دهان گشوده بود. نردبان های باریک کنار درهای کوتاه تکیه داده شده بود و راهی بود به زیر سقف شیروانی که روبه جاده باز می شد. همه کلبه ها در ب و داغان بودند. چاره ای نداشتیم جز این که یکی از آنها را انتخاب کنیم. تمامی احتیاط های همیشگی را فراموش کردم به حیاط یکی از کلبه ها وارد شدم که در آن تپه ای از هیزم انباشته شده بود و به دنبال جای خشکی برای استراحت در شب بودم. Δ

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 حوادث کوه نوردی می توانند باعث بروز جراحات جدی و حتی مرگ شوند بنابراین نکاتی که در این صفحه ذکر شده تنها برای آشنایی و بهره گیری آن دسته از افرادی است که صلاحیت و توانایی کافی انجام صعودهای فنی و قبول مسئولیت حوادث احتمالی آن را دارند.

کوه نوردی فنی احتیاج به 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

اتفاقات در کوه نوردی فنی هیچ گاه قابل پیش بینی نیستند. و جلوگیری صد درصد آنها هم محال است. اما آماده بودن برای بروز حادثه و داشتن آمادگی-ذهنی و مهم تر از آن فکری می تواند در هنگام بروز سانحه نقش موثری را در مدیریت صحیح بحران ایفا نماید.

با توجه به ذات کوه نوردی که عرصه آن محیط کوهستان است طبیعتاً در صورت بروز هر اتفاق تا زمان رسیدن تیم امدادی (به خصوص در کشور ما) مدت زمان زیادی سپری می شود.

زمانی که در آن در آموزش های امدادی به عنوان اوج بحران یاد می شود. طبیعتاً نفرت درگیر در سانحه به شرط داشتن توان خود واجد شرایط ترین نفرت برای رساندن کمک به سانحه دیده هستند.

این امر در صعود های فنی و آنجا که صبحت از یک کرده دو نهایتاً سه نفره است نمود بیشتری دارد.

هر یک از نفرت باید قبل از صعود به خوبی با وظایف خود و روش های امدادی و بالاکشی و فرود با مجروح آشنا باشند.

طبیعتاً اگر اتکا یک کرده صعود تنها به توان یک نفر سرطناب باشد در صورت اتفاق اگر سرطناب دچار سانحه شود نفر دوم می تواند کاری انجام دهد؟ یا تنها باید منتظر رسیدن تیم امداد بماند؟

هنگامی که برای نفرت یک کرده بر روی دیواره اتفاقی می افتد و یکی از نفرت توان صعود را از دست می دهد (سقوط - اسباب سنگ - خستگی یا هر دلیل دیگر) سه حالت می تواند وجود داشته باشد.

۱- نفر سر طناب در بالای کارگاه دچار سانحه شده.

۲- نفر دوم در پایین کارگاه دچار سانحه شده است.

۳- هر دو نفر یا یک نفر در روی کارگاه (یا تاقچه) دچار سانحه (ریزش

سنگ و یا ...) شده اند.

با توجه به طیف گسترده اتفاقات و شرایط نمی توان برای همه حالات از یک دستورالعمل واحد استفاده نمود. اما به طور کلی توصیه می شود:

خونسردی خود را حفظ کنید.

شرایط را قبل از هر گونه اقدامی بسنجید.

دست به اقدامی نزدیک که خود را نیز دچار حادثه کنید.

اولویت اول را رساندن نفر خود به کارگاه مطمئن و انجام کمک های اولیه

تعیین کنید و بعد با توجه به شرایط تصمیم به ادامه امداد با اتکا به خود و یا تماس

با تیم نجات بگیرید.

دو نموداری که در ادامه مشاهده می کند رول امداد رسانی به نفر را توسط هم

طناب بصورت عام ترسیم نموده است.

لازم به ذکر است که نفر تنها باید در شرایطی میادرت به صعود انفرادی - و

برپایی کارگاه بالاکشی و یا صعود مرحله ای نماید که تبحر و توان کافی داشته

باشد.

امداد رسانی به هم طناب بر روی دیواره نیاز به آشنایی با:

صعود انفرادی با طناب

برقراری کارگاه بالاکشی یا پایین دادن

آشنایی با عبور گره از سیستم

آشنایی با فرود مرحله ای با مجروح دارد.

تمرین این عملیات قبل از اجرای هر صعود و اضافه نمودن آن به

برنامه های تمرینی و در برنامه های آموزشی می تواند در صورت بروز

اتفاقات کارا باشد.

مراحل نجات سرطانب

Portaledge

مانی (بیواک) را برای سنگ نوردانی که قصد صعود های چند روزه بلند را دارند می دهد.

این وسیله شبیه به یک سکوی ساده است. از چند فریم آلومینیومی و تسمه و اتصالات ساخته شده است. همانند چادر قابلیت بر پا شدن و حمل و نقل دارد و بالاکشی آن بر روی دیواره بسیار ساده است.

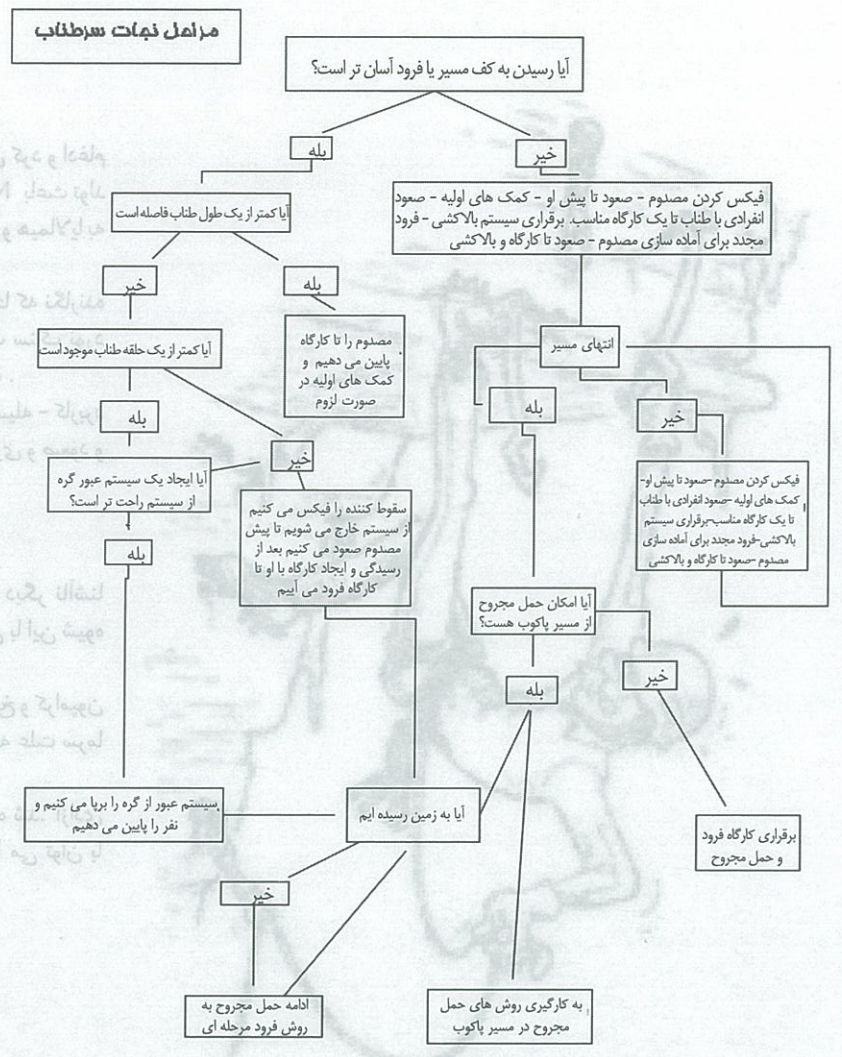
برای نصب آن تنها به یک کارگاه نیاز داریم. در اندازه های یک دو و حتی سه نفره ساخته می شود. مدل های پیشرفته آن دارای چادر (ضد باران و حتی طوفان) هستند. و مکانی راحت برای استراحت و تجدید قوا را در اختیار صعود کنندگان قرار می دهند. تاریخچه ساخت این وسیله به نیمه اول دهه ۸۰ میلادی بر می گردد که کمپانی A5 نمونه های اولیه آن را تهیه و به سنگ نوردان معرفی کرد.

استقبال از این وسیله به خاطر آسایش بی نظیری که در طی اقامت بر روی دیواره به سنگ نوردان ارائه می داد بسیار فراتر از حد انتظار اولیه طراحان آن بود.

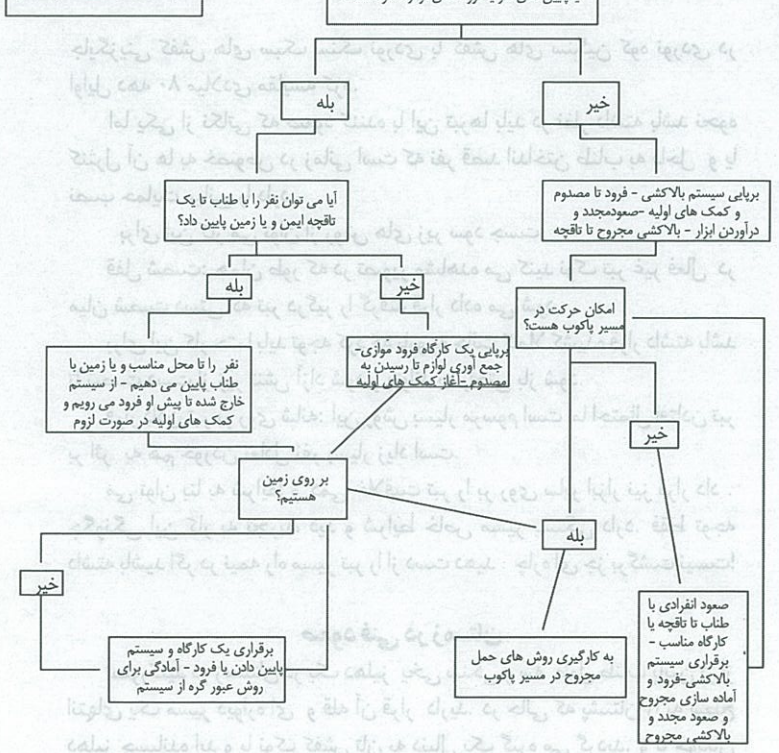
تا دهه هفتاد و اوایل هشتاد میلادی مکان های معلق استفاده از تور (ننوی) بیواک بود. این وسیله که شباهت زیادی به ننوی ملوان ها داشت به دو میخ (کارگاه) متصل می شد و سنگ نورد شب را در آن سپری می کرد.

فشرده شدن بدن شخص در داخل آن و عدم آزادی حرکت از زمره نکات منفی آن محسوب می شد یکی دیگر از نقاط ضعف این وسیله نیاز به نصب آن بر روی دو نقطه تقریباً همطراز بود. (امکانی که آشنایان به فن می دانند بر روی دیواره ها به راحتی به دست نمی آید.) و برای یک کرده دو نفره پیدا کردن حای مناسب کار آسانی نیست.

ولی سنگ نوردان با بهره گیری از Portaledge می توانستند در هر مکانی از دیواره و در هر شرایطی به راحتی شب را سپری



مراحل نجات نفر دوم

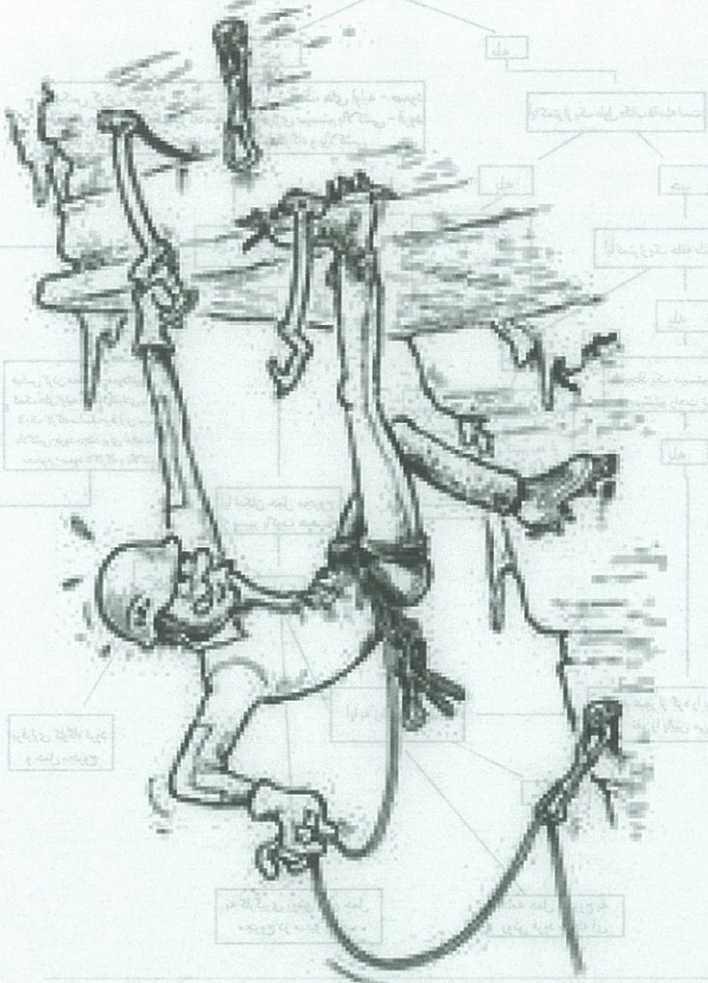


۹۹
۷۸

واستراحت کنند. در سال ۱۹۶۸ کمپانی NorthFace شرکت A۵ را خریداری کرد و ادغام بخش مهندسی A۵ با توان طراحی و نوآوری های NorthFace باعث تولد نسل تازه ای از این وسیله شد که در دیواره های سنگی بلند قره قوروم و هیمالایا به خوبی امتحان خود را پس داد. این وسیله در ایران متأسفانه چندان شناخته شده نیست و تا آنجا که نگارنده اطلاع دارد غیر از یک مورد (گشایش مسیر سختون توسط یک سنگ نورد کرمانشاهی در زمستان) چندان مورد استفاده جدی قرار نگرفته است. در صورتی که در فرهنگ صعود دیواره های بلند آشنایی با این وسیله - کاربرد آن و اقامت بر روی آن خود به اندازه آشنایی با تکنیک های ابزار گذاری و صعود و امداد کاربرد دارد.

Dry Tooling

چند سالی است که در ایران واژه Dry tooling چندان دیگر نآشنا نیست و کوه نوردان تا حد قابل قبولی در فصول سرد به صعود هایی با این شیوه می پردازند. Dry Tooling به صعود از مسیر های سنگی با استفاده از تبر یخ و کرامپون اطلاق می شود در مسیرهای ترکیبی یخ و سنگ و یا در جایی که به علت سرما امکان گیره گیری با دست نیست کاربرد زیادی دارد. ورود تبرهای بدون تسمه باعث ایجاد تحول بزرگی در این شیوه شد. آزادی عملی که صعود کننده با این تبر ها در مسیر به دست می آورد را می توان با



جایگزینی کفش های سبک سنگ نوردی با کفش های سنگین کوه نوردی اوایل دهه ۸۰ میلادی مقایسه کرد.

اما یکی از نکاتی که صعود کننده با این تبرها باید در نظر داشته باشد نحوه کنترل آن ها به خصوص در زمانی است که نفر قصد انداختن طناب به داخل و یا نصب حمایت میانی را دارد.

برای این کار می توان از روش های زیر سود جست: قفل شصت: همان طور که در تصویر مشاهده می کنید نوک تبر غیر فعال در میان شصت دستی که تبر درگیر را گرفته قرار داده می شود. برای این کار حتما باید توجه کرد که بازو به حالت کاملا کشیده قرار داشته باشد تا شصت دست از زیر تنش آزاد شود و بتواند به راحتی باز شود. قرار دادن تبر بر روی شانه: این روش بسیار مرسوم است اما احتمال افتادن تبر بر اثر به هم خوردن تعادل نفر بسیار زیاد است.

می توان بنا به شرایط و کمی خلاقیت تبر را بر روی سایر ابزار نیز قرار داد. چگونگی این کار به تجربه، دید و شرایط خاص مسیر بستگی دارد. فقط توجه داشته باشید اگر در نیمه راه مسیر تبر را از دست دهید. چاره ای جز برگشت نیست!

صعود فنی در زمستان

تصور کنید در زمستان در یک دهلیز یخی سنگی و سه طول طناب پایین تر از انتهای یک مسیر دیواره ای و قله آن قرار دارید. در حالی که پشتتان را به سطح دهلیز چسبانده اید و با نوک کفش تان به دنبال یک گیره می گردید. و با خودتان



با هم طناب تان در باره بهترین راه کار مشورت کنید و سعی کنید واقع بینانه ترین مسیر را انتخاب کنید.

به همراه داشتن یک تبر یخ که به هارنس (صندلی) آویخته اید در عبور از چنین معابری کمک بسیار موثری است. دستکش هایی از جنس نئوپرن که جذب دست باشند و عایق، می توانند در گیره گیری بسیار موثر تر از دستکش های ضخیم عمل کنند. بدیهی است پوشاک مناسب در برابر نفوذ سرما و آب می تواند به شما راحتی بیشتری عرضه کند. و طبیعتاً کفش های ویژه صعود فنی در برف جایگزین مناسب تری از کفش (کتانی) های تنگ سنگ نوردی هستند.

قبل از شروع یک طول بد قلق وقت کافی برای برپایی یک کارگاه مناسب صرف کنید. مکان کارگاه را تا جای ممکنه با توجه به ریزش های احتمالی برف و یخ و سنگ انتخاب کنید. سعی کنید با توجه به شرایط کارگاه تا حد ممکن از باد و ریزش آب دور باشد.

این نکات بسیار بدیهی بنظر می رسند ولی کوه نوردان زیادی هستند که خاطرات نه چندان جالبی از کارگاه هایی دارند که در زیر ریزش آب قرار داشت. تا حد امکان با حمایتی خود در طی صعود در تعامل باشید. سعی کنید او را در باره مسیر پیش روی تان مطلع کنید. به یاد بیاورید وقتی خودتان مشغول حمایت در کارگاه هستید و چقدر مشتاقید که بدانید: اون بالا چه خبره؟ اوضاع خوبه یا بد؟!

شرایط مسیر هر چه باشد به یاد داشته باشید اصول اولیه صعود نباید نادیده گرفته شود. همواره این پاها هستند که وزن شما را جابه جا می کنند. اگر بر روی دستان تان آویزان شوید یا سعی کنید به خاطر خستگی پاگیره ها بیشتر از دست استفاده کنید مطمئناً به مشکل می خورید.

تا جای ممکن سعی کنید نوک کفش تان را خشک نگاه دارید. و از قسمت های برفی بپرهیزید.

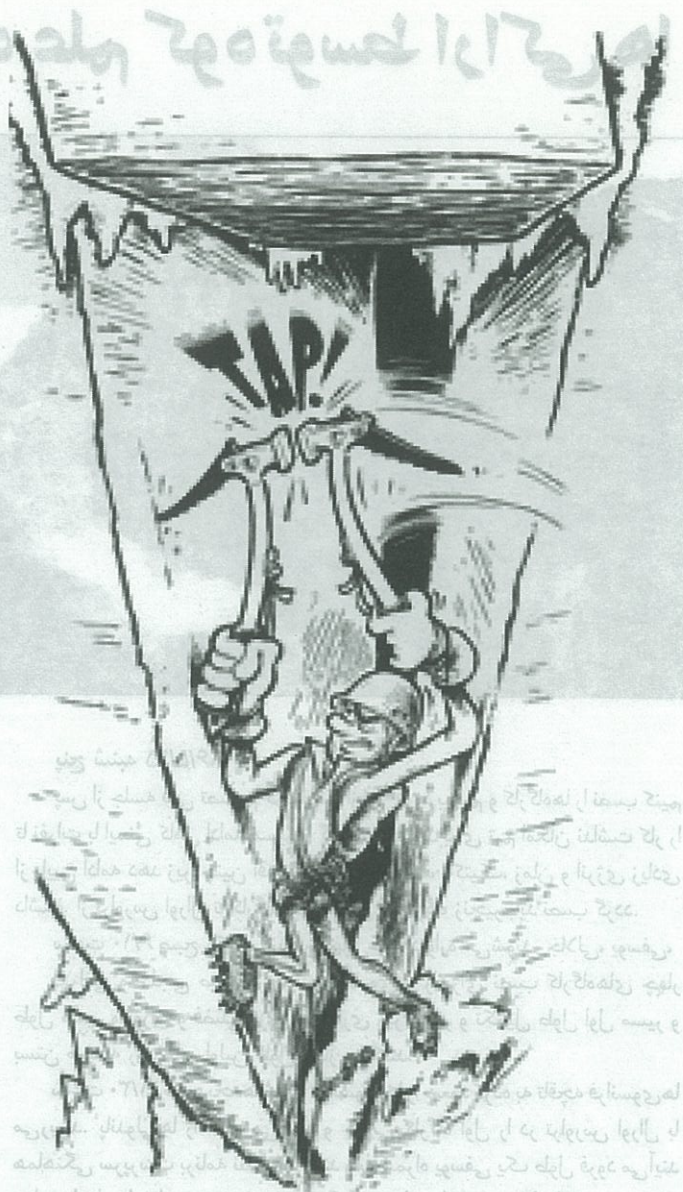
تا حد ممکن از ابزار میانی بیشتری استفاده کنید. سعی کنید از عوارض طبیعی به عنوان حمایت میانی در مسیر هم بهره بگیرید. اگر در فاصله معقولی یک تاقچه مناسب پیدا کردید بهتر است کارگاه بعدی را بر روی آن برپا کنید. در این حالت می توانید ارتباط بهتری با حمایتی داشته باشید.

صعود بر روی مسیر های خیس و ریزشی یک مهارت اکتسابی است. مهارت های آن با تجربه به دست می آید سعی کنید در مسیر های ساده تر به کسب تجربه بپردازید و این تجربه ها را در مسیر های بلند تر تعمیم دهید. Δ

منابع:

Climbing Self Rescue - Andy Tyson Molly Loomis

وب سایت <http://www.climbing.com>



می گویند: اگر فقط یک تبر یخ و کرامپون و دو تاپیچ داشتیم چقدر صعود این طول لذت بخش بود؟ در اکثر مسیرهای آلپاین (اصطلاحی برای مسیری فنی با شرایط صعود توام یخ و سنگ و برف) قسمت هایی پیدا می شوند که به راستی صعودشان آزار دهنده است. این قسمت ها ممکن است خیس، ریزشی، ناپایدار یا سنگ هایی پوشیده از برف باشند.

برای صعود در این مسیرها قبل از آغاز به خودتان زمان کافی برای بازبینی مسیر از کارگاه بدهید. ابزار مناسب را برای صعود انتخاب کنید (از خودتان فرضاً بپرسید آیا فرندی که در کارگاه کار گذاشته ام به هنگام صعود کارایی بیشتری ندارد؟ آیا می توان از ابزار دیگری در کارگاه به جای آن استفاده کرد؟)

خظرات مسیر را شناسایی کنید همچنین به دنبال مسیرهای جایگزین احتمالی (Variant) بگردید. گاهی آسان ترین مسیر بهترین نیست! صعود از یک تکه سخت مسیر به کمک تسمه رکاب گاهی بهتر از لیز خوردن بر روی سطوح کم شیب تر است! آیا یک فرود کوتاه با تراورس توام با کفش شما را به معبر بهتری نمی رساند؟



رسام

طراحی ، چاپ ، تبلیغات

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

تلفن: ۰۲۱ ۸۸۸۸۸۸۸۸
E-mail: RASSAM_ASHURI@YAHOO.COM
E-mail: ASHURI_MOHSEN@YAHOO.COM

صعود مسیر جدید دیواره علم کوه توسط اراکی ها



یک پیشنهاد مهم، در بعضی ورزش ها مانند ژیمناستیک اگر چنانچه ورزشکاری یک حرکت جدید ابداع نماید. این حرکت جدید پس از تصویب در فدراسیون جهانی به نام خود ورزشکار نامیده می شود. بنابراین وقتی کوه نوردان با زحمات طاقت فرسا موفق به بازگشایی مسیری می شوند این حق را دارند که آن مسیر را خود نام گذاری کنند تا تلاش آنها ماندگار بماند ولی لازم است این مهم توسط کمیسیون ویژه فنی و ذیصلاح در فدراسیون مورد بررسی و نهایتاً تصویب قرار گیرد و پس از آن مسیر به آن نام نامیده شود.

پنج شنبه ۸۶/۵/۱۵

پس از جلسه فنی تصمیم گرفته شد از بالا فرود بیابیم و کارگاه ها را نصب کنیم تا نفرات با ایمنی کامل ادامه مسیر را گشایش نمایند برای تیم امکان نداشت کار را از پایین ادامه دهد زیرا چنین اقدامی نیاز به تکنیک، تاکتیک، زمان و انرژی زیادی داشت. از تراورس اورال تا کارگاه اول حداقل ۴ کارگاه زنجیر باید نصب گردد.

ساعت ۶/۱۰ صبح یک تیم شش نفره عازم دیواره می شوند. جلالی، یوسفی، بهرامی و خلجی صعود از مسیر فرانسوی ها را برای نصب کارگاه های چهار طول مسیر و نوری و فضلی برای بارگذاری زیر مسیر و تکمیل طول اول مسیر و بستن صفحه رول های اولین طول، آغاز می کنند.

ساعت ۱۱/۳۰ صبح بچه ها مسیر فرانسوی ها را صعود کرده به تاقچه فرانسوی ها می رسند. پاندولی ها را عبور می کنند و جلالی کارگاه اول را در تراورس اورال با هماهنگی سرپرست برنامه نصب می کند و به همراه یوسفی یک طول فرود می آیند هوا بسیار نامساعد است و ریزش شدید تگرگ منطقه را در مدت ۴۵ دقیقه سفیدپوش می کند. بی سیم قطع شده و ریزش متناوب سنگ از ریزشی ها همه را نگران کرده. پس از قطع شدن تگرگ جلالی دو طول دیگر همراه یوسفی فرود می آیند و کارگاه ها را نصب می کنند. طناب های ثابت را خلجی و بهرامی نصب می کنند. پس از تلاش بسیار در شرایط بد و سرمای زیاد، تیم ساعت ۷/۱۵ دقیقه عصر به کمپ بازمی گردد. در این روز چهار طول گشایش شد طول اول ۲۵ متر، طول دوم ۳۸ متر، طول سوم ۴۶ متر، طول چهارم ۴۸ متر.

جمعه ۸۶/۵/۱۶

ساعت ۷/۱۵ دقیقه صبح گلکار، جلالی، فضلی و مهربانی برای صعود و کامل نمودن میانی ها عازم دیواره می شوند. قرار است جلالی و مهربانی در کُرده اول صعود کرده، جای سوراخ ها را مشخص کنند و تیم دوم، گلکار و فضلی در حمایت صعود کرده با دریل رول ها و صفحه ها را نصب کنند. طول دوم به همین ترتیب تمام می شود. طول سوم نیز تا حدود ساعت ۳ به نیمه رسیده، جلالی در طول کنار کلاهی بزرگ لهستانی هاست. گلکار و فضلی روی طناب ثابت یومار می زنند و به جلالی می رسند. هوا دگرگون است و بارش شروع شده ریزش بزرگی از بالا از کنار بچه ها عبور می کند که به خیر می گذرد. حمید گلکار با شهامت تمام وسایل را می گیرد و سوراخ های طول چهارم را به تنهایی می زند و صفحه رول ها را می بندد. هوا سرد

پس از صعودهای متعدد توسط کوه نوردان پرتوان این استان بر روی مسیرهای گوناگون دیواره علم کوه از دهه ۱۳۶۰ تاکنون جای خالی مسیری که توسط اراکی ها گشایش شود، احساس می شد با انتخاب هدف، در چارچوب مشخص برنامه ریزی برای تمرین و آموزش شروع شد. پس از ۲۳ برنامه مشکل و فنی بر روی دیواره های لجور، پل خواب، بیستون و علم کوه به آمادگی لازم رسیدیم مسیرهای فردا، دیدار، سکوت و تولد توسط اعضای تیم گشایش شد. این تیم تا قبل از برنامه اصلی ۴۶ طول طناب در دیواره های مختلف گشایش مسیر نمود.

اعضای تیم: محمود رئوفی (سرپرست تیم)، محمد جلالی (مسئولی فنی)، مجید خلجی، علیرضا یوسفی، محسن فضلی، اکبر نوری، داوود بهرامی، حمید مهربانی، حمید گل کار، بهنام سلیمانی، محمدحسین عظیمی، اعظم فراهانی و ملیحه نادمی.

سه شنبه ۸۶/۵/۱۶

حرکت به طرف گوسفندسرای بریر ساعت ۵/۳۰ صبح، تخلیه بارها از وانت بار و صرف صبحانه.

حرکت تیم اول ساعت ۷ صبح و ورود به پناهگاه سرچال ساعت ۱۲ ظهر و ورود به پناهگاه مخروطی علم چال ساعت ۳/۴۰ دقیقه بعدازظهر.

حرکت تیم دوم به همراه بارها و قاطرچی ها ساعت ۱۰ صبح و ورود به سرچال و علم چال و نصب چادرها و هماهنگی لازم برای جابه جایی مواد غذایی و وسایل فنی.

چهارشنبه ۸۶/۵/۱۷

هر روز بچه های دیواره با یاد خدا از زیر کلام... مجید عبور می کنند و حافظ آنها خداوند است. حرکت تیم دو نفره برای گشایش مسیر، محمدجلالی و داوود بهرامی و حمل وسایل توسط نوری و یوسفی تا پای شکاف.

در این روز جلالی و بهرامی ۲۵ متر صعود کرده و بین مسیر لهستانی ها ۵۲ و مسیر آرش ۱ و ۲ کارگاه اول را می زنند. پس از ۶ یا ۷ متر صعود، جلالی به سنگ بزرگ و لایه لایه ای برخورد می کند که ادامه کار به علت پوکی سنگ خطرناک است. با به جا گذاشتن ۲ میخ و یک رول از این قسمت فرود می آیند. بازگشت به کمپ ساعت ۱۲/۳۰ دقیقه ظهر.



قبل شروع به فرود نموده و در حدود ۲۵ متر پایین تر و کمی مایل به چپ روی یک پیشانی اولین کارگاه مطمئن را ایجاد می‌نماید و به جهت آسیب‌دیدگی انگشت دست پس از فرود نوری و بهرامی به بالا برگشته و بچه‌ها پس از چهار طول فرود مرحله‌ای، چهار کارگاه زنجیر ایجاد کرده و طناب‌ها را ثابت می‌کنند و به علت نداشتن طناب به کارگاه چهارم فرود می‌روند. در ضمن باتری‌ها هم تمام شده است آنها اقدام به یومار زدن و برگشت به سمت بالا می‌کنند.

در همین روز ساعت ۲/۳۰ دقیقه بعد از ظهر سرپرست برنامه مجید خلجی را به جهت آماده بودن برای کمک در قسمت بالا همراه با باتری بی‌سیم‌ها و اسلینگ اضافه و طناب راهی قله می‌کند. نوری و بهرامی ساعت ۴/۳۰ عصر از ریزشی‌ها خارج شده و در تماس با بی‌سیم اطلاع می‌دهد که حمید مهربانی در حال بازگشت از قله و آوردن باتری‌های خالی بی‌سیم و دریل برای شارژ است. مهربانی ساعت ۷ شب به کمپ می‌رسد شب جلسه فنی در پناهگاه خرسان تشکیل و تصمیمات لازم گرفته شد.

سه شنبه ۸۶/۵/۲۳

بهرامی و یوسفی همراه با دسته رول دستی و لوازم مورد نیاز ابتدا فرود رفتند تا دورول باقی‌مانده در طول سوم مسیر را کامل نمایند و طناب‌های ثابت از تراورس اورال به پایین را جمع نمایند و آقایان جلالی و خلجی تا تراورس اورال فرود رفته و پس از فرود بهرامی و یوسفی در آن قسمت طناب ثابت را برای آنها باز کرده و پایین می‌اندازند. قرار این است که از کارگاه چهارم به بالا رول کوبی و میخ کوبی شود. این طول ۸ متر با مسیر فرانسوی‌ها بعد از دو بوکسل پاندولی نصب شده. خلجی و جلالی تا ساعت ۱۱ میانی‌های دوکارگاه را که ترکیبی از کار طبیعی و مصنوعی می‌باشد نصب می‌کنند. یک طول دیگر را شروع به صعود و رول کوبی کرده و تا ساعت ۶/۳۰ این طول هم تمام می‌شود. ۷ متر از طول آخر را نیز رول کوبی کرده که باتری تمام می‌شود. وسایل را جا گذاشته و به دلیل احتمال بارش روی آنها کاور

است و بارش ادامه دارد و گاهی صدای رعد و برق به گوش می‌رسند. بی‌سیم هم به علت سرما از کار افتاده، فضلی حمایت می‌کند. جلالی و مهربانی یک طول پایین‌تر قرار دارند. طول چهارم یک کتیبه بزرگ گرانیته است و مثل آینه صاف است. حمید حدود ۳۰ رول را نصب می‌کند و فرود می‌آید. تیم ساعت ۷ عصر به کمپ بازمی‌گردد. ۴ طول گشایش شد. روند کار بسیار عالی و مطلوب است. گشایش ۴ طول طی ۳ روز.

شنبه ۸۶/۵/۲۰

امروز قرار بود تیم به پناهگاه خرسان عزیمت کرده و از قسمت بالای مسیر شروع به نصب کارگاه‌ها نماید که به علت نامساعد بودن هوا و خستگی بچه‌ها به روز بعد موکول می‌شود همه به استراحت و انجام کارهای شخصی می‌پردازند.

یکشنبه ۸۶/۵/۲۱

ساعت ۷/۱۵ دقیقه صبح گلکار، جلالی، فضلی، مهربانی، نوری، بهرامی، یوسفی، سلیمانی و خلجی با وسایل و تجهیزات مورد نیاز برای ثابت‌گذاری در ریزشی‌ها با وسایل کامل رول کوبی و وسایل شب‌مانی در پناهگاه خرسان از مسیر سیاه‌سنگ‌ها عازم قله شدند. بچه‌ها در ساعت ۱/۳۰ دقیقه بعد از ظهر روی قله هستند. بارها به پناهگاه خرسان حمل شده است. در ساعت ۲/۳۰ دقیقه بعد از ظهر بارگذاری انجام می‌شود و ساعت ۳ بعد از ظهر تیم حمایتی به پایین باز می‌گردد و ساعت ۶/۴۰ دقیقه عصر به کمپ وارد می‌شوند. جلالی و بهرامی یک قسمت ۵۰ متری را ثابت‌گذاری می‌کنند و به علت پیدا نکردن محل مناسب برای نصب کارگاه بعدی در داخل ریزشی‌ها، سرما و جلوگیری از تخلیه باتری دریل به بالا برگشته و برای گذراندن شب به پناهگاه خرسان می‌روند تا کار در روز بعد پیگیری شود.

با توجه به این که تعدادی صعود کننده در مسیر فرانسوی‌ها و هری روست (امیرعلایی) بودند کار ثابت‌گذاری به تاخیر افتاد و زمان زیادی از دست می‌رود.

دوشنبه ۸۶/۵/۲۲

ساعت ۸ صبح مجدداً کار از روی قله آغاز می‌شود و جلالی از ثابت‌گذاری روز



ثابت‌ها را جمع کرده به قله می‌رسد. با شادی روی هم را می‌بوسیم و به یکدیگر تبریک می‌گوییم. پس از هماهنگی با سرپرست تیم وسایل را کاملاً جمع کرده و کلیه اعضای تیم حاضر در قله به طرف پایین حرکت می‌کنیم. ابتدا پناهگاه سیاه‌سنگ‌ها و سپس قله و گردنه سیاه‌سنگ‌ها و در پایان به کمپ می‌رسیم. تیم ساعت ۸/۳۰ شب به کمپ وارد می‌شود و مورد استقبال رئوفی، علی سلیمانی، حسن سلیمانی، اسداله خانلری و آرش سلیمانی که از رودبارک آمده بودند و سایر اعضای تیم قرار می‌گیرد.

پنج‌شنبه ۸۶/۵/۲۵

ساعت ۶/۳۰ صبح بهرامی و فضلی برای تقویت و تکمیل کارگاه‌های طناب ثابت گل‌سنگ‌ها، با هدایت و مراقبت سرپرست برنامه عازم می‌شوند و پس از زدن ۴ رول ۱۰ هیلتی به جهت اطمینان بیشتر در قسمت‌های مختلف کارگاه‌ها، به کمپ مراجعه کنند. ساعت ۱۰/۳۰ دقیقه صبح پس از پایان کار و جمع‌آوری بارها توسط تیم، تمامی اعضا، علم چال را در سلامت کامل ترک کرده به پایین حرکت می‌کنیم که نهایتاً ساعت ۱۰/۳۰ شب به قرارگاه رودبارک می‌رسیم. تعداد میخ استفاده شده در مسیر از نوع ناودانی در ۲ سایز و نبشی در ۳ سایز، ۴۰ عدد کارگاه زنجیر ۸ عدد، صفحه رول حلقه دار ۲ عدد، رول سایز ۸ و ۱۰ میلی‌متر ۲۰۰ عدد، رول ۱۰ میلی‌متر در ۱۰ سانتی‌متر از نوع آبکاری استنلس استیل ۲۰ عدد برای کارگاه‌ها. تمامی صفحه رول‌ها از نوع استنلس استیل ساخت شرکت هفت گوهر می‌باشد. تمام رول‌ها ساخت شرکت هیلتی و از نوع رول‌های گوه انبساطی هستند. مسیر دارای وسایل کاملاً استاندارد و مستحکم می‌باشد. تیم در تمام طول برنامه از حمایت خانم ملیحه نادمی و خانم اعظم فراهانی که با تهیه و تدارک غذا نقش بسیار ارزنده‌ای در تامین انرژی اعضای تیم برای گشایش مسیر داشتند، بهره‌مند بودند و بهنام سلیمانی علاوه بر همکاری تیمی، در تمامی لحظات با فیلمبرداری و عکاسی اقدام به ثبت وقایع نمودند.

و اما چند نکته مهم: صداقت گزارش که کاملاً احساس می‌شود، جای بسی تشکر دارد و این که دوستان ما مسیری مشکل را برای اولین بار صعود کرده‌اند جای هیچ تردیدی نیست و به آنان قلباً خسته نباشید می‌گوییم. اما: ۱- باز کردن مسیر شرایط خاص خود را دارد، مثلاً فرود از بالا برای ایجاد کارگاه جای بحث فراوان دارد. ۲- در حال حاضر در دیواره‌های مهم دنیا هنگام باز کردن مسیر، مسایل زیست محیطی از جمله جلوگیری از تخریب سنگ را کاملاً مدنظر دارند. △

می‌کشند. یومار زده و به سمت بالا صعود می‌کنند. ساعت ۷/۴۰ عصر از ریزشی‌ها خارج می‌شوند. یوسفی و بهرامی هم ساعت ۲/۵۰ بعدازظهر کار جمع‌آوری ثابت‌های طول‌های پایین را تمام کرده و فرود می‌روند و دو رول باقی‌مانده را با دست می‌کوبند و یک میخ اضافه می‌کنند. حمید مهربانی پس از گرفتن باتری‌ها به کمپ عازم می‌شود که پس از هماهنگی با بی‌سیم محسن فضلی و محمد رخصتی و عباس توانا به طرف سیاه‌سنگ‌ها برای استقبال عازم می‌شوند. ساعت ۸ شب حمید مهربانی با بقیه به سلامت به کمپ می‌رسند. ۱/۵ طول از مسیر باقی‌مانده است.

چهارشنبه ۸۶/۵/۲۴

ساعت ۳ صبح باتری‌ها برای دومین و سومین بار زیر شارژ قرار گرفته تا کاملاً پر باشند و سرما آنها را تخلیه ننماید. سپس ساعت ۳/۵۰ فضلی و یوسفی به همراه باتری‌ها به قله اعزام می‌شوند و ساعت ۷ صبح به قله می‌رسند. افرادی که در پناهگاه خرسان هستند نیز به قله می‌آیند و ساعت ۸/۳۰ جلالی و خلجی برای تکمیل کار دیروز فرود می‌روند و یک نیم طول آخر مسیر تقریباً ساعت ۱۲/۳۰ دقیقه تمام می‌شود و جلالی یومار زده و از ریزشی‌ها خارج می‌گردد. نوری و یوسفی فرود

می‌روند و به کمک خلجی وسایل را بالا می‌کشند و به علت سنگینی بارها کار بسیار کند پیش می‌رود. در قله جلالی و سلیمانی و فضلی هستند. پس از لحظاتی یوسفی با دریل و مقداری از وسایل خارج می‌گردد و یک ساعت بعد تقریباً ۳/۳۰ دقیقه بعدازظهر مجید خلجی با کوله‌پشتی سنگین ثابت پلاستیکی را یومار زده و بر روی قله به بقیه بچه‌ها می‌پیوندد و سپس نوری که طول هشتم و نهم را یومار زده و

تشکر و قدردانی

از همه کوه نوردان، اسکی بازان، مربیان کوه، اسکی و دوچرخه‌های کوهستان، دوستان و آشنایان عزیز و بزرگوار که با حضور خودشان و یا تلفنی از خارج و داخل ایران ما را در غم از دست دادن ناگهانی همسرمان دل‌داری و تسلیت دادند کمال سپاسگزاری را داریم.

با تشکر فراوان
علی خوشبختی و خانواده

سپید تور مجری صعودهای برون مرزی



باشگاه کوهنوردی سپید

کیلیمانجارو

آیلندپیک

مراپیک

برانتسه

لنین

خان تنگری

پوبدا

کمونیزم

کورژنفسکایا

موستاق آتا

ماترهورن و مون بلان

البروس

کازبک

شاهداغ

آارات

کمپ اصلی اورست

کمپ اصلی آناپورنا

حلقه آناپورنا

... و

شیراز، خیابان زند، ابتدای صورتگر

تلفن: ۰۷۱۱-۲۳۵۵۹۳۹

تلفکس: ۰۷۱۱-۲۳۴۸۴۰۸

۰۹۱۷۳۱۳۲۹۳۶

۰۹۱۷۳۰۷۶۹۵۵

www.sepidtour.com

sepidtour@yahoo.com

Vanak Sport

ونک اسپرت

فروشگاه و نمایشگاه جدیدترین تجهیزات کوه نوردی

Julbo



LA SPORTIVA



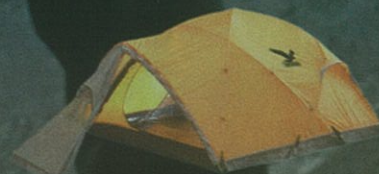
MERRELL



MILLET



SALEWA



jz@vanaksport.com

ziraki@vanaksport.com

خیابان ولی عصر ، بین میدان منیریه و چهار راه امام خمینی ، روبروی مجتمع تجاری تابان ، شماره ۱۲۹۴

زیرکی : ۰۹۱۲۳۲۲۷۰۵۸

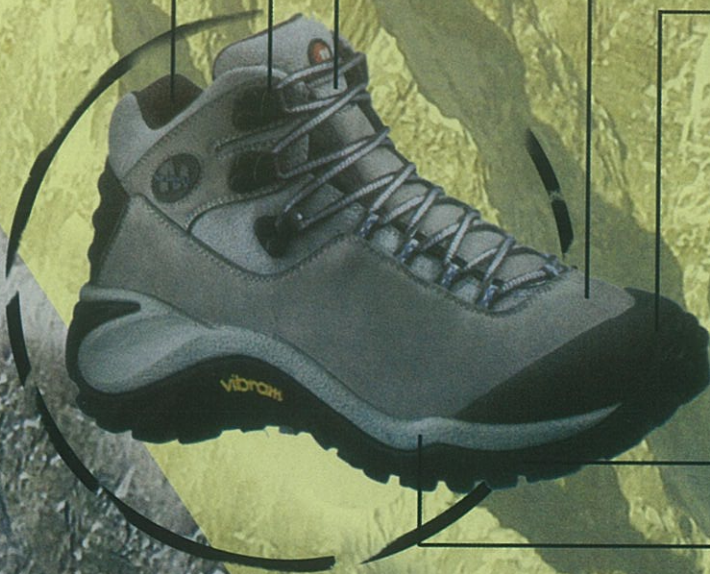
فاکس : ۶۶۴۸۴۴۵۹

تلفن : ۶۶۹۵۸۴۰۶ - ۶۶۹۷۸۰۷۴

MERRELL



برای اولین بار در ایران



لایه ضد آب

سنگ از آلیاژ سبک

کفه داخل ضد باکتری

رویه نئوپک

لاژ محافظ

کفه و پیراه ایتالیایی

ضربه گیر

دفتر مرکزی : شهرک غرب ، فاز یک ، فیابان ایران زمین ، مرکز تجاری گلستان ،

۸۸۰۷۵۱۲۸

طبقه آخر ، پلاک ۳۲۱

فروشگاه استار اسپرت : فیابان ولی عصر ، نرسیده به چهار راه سپه ، پاساژ المپیک ،

۰۹۱۲۳۹۰۵۷۲۹ - ۶۶۴۹۰۸۳۷

طبقه همکف ، پلاک ۶

فروشگاه ونک اسپرت : فیابان ولی عصر ، بین میدان منیریه و چهار راه سپه ،

روبروی مجتمع تجاری تابان ، شماره ۱۲۹۱۴ ، زیرکی : ۶۶۹۷۸۰۷۴ - ۰۹۱۲۳۲۲۷۰۵۸

زاگرس اسپرت



WWW.ZAGROSSPORT.IR

تولید تجهیزات کوهنوردی و سنگنوردی



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

اصفهان خ عبدالرزاق جنب بانک سپه شماره ۲۵۸



فرنام

- تولید کننده پوشاک پلار
- پخش و فروش لوازم کوهنوردی
- تجهیزات امداد و نجات

تلفن: ۰۲۱ - ۶۶۴۹۱۲۷۳

همراه: ۰۹۱۲۱۸۹۲۵۷۴

www.farnam.net

email: info@farnam.net

صعودهای موفق با پوشاک فرنام

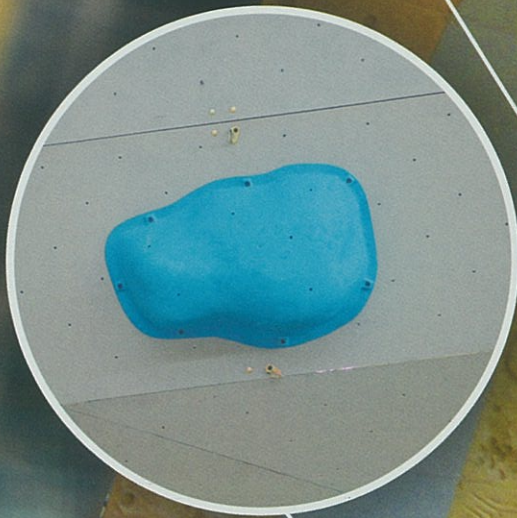
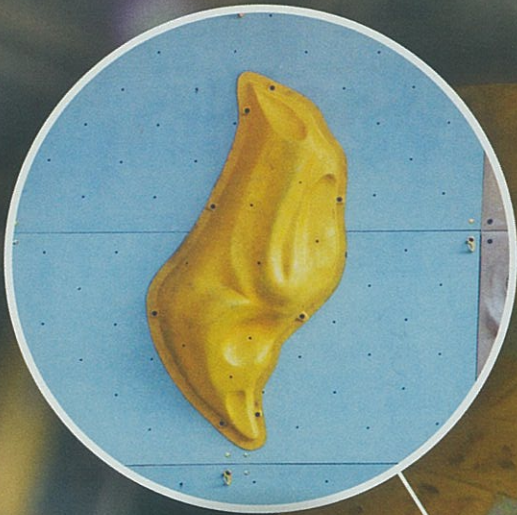
Kassa

PRODUCER OF CLIMBING WALL

شرکت کوهنوردی کسا

اولین تولید کننده دیواره های مصنوعی سنگنوردی در ایران

با بیش از ۹ سال تجربه موفق



● مسابقات قهرمانی جهان - دیواره سمنان

● دیواره صد اوسپندای تهران

دفتر مرکزی: خیابان شریعتی - نرسیده به سه راه طالقانی - کوچه نقدی - مجتمع رازی- واحد ۲ - تلفن: ۷۷۵۱۰۴۶۳ - فکس: ۷۷۵۱۰۴۶۴

www.kassa.ir

Email: info@kassa.ir

ABSOLUTE ALPINE



HEADLAMPS
LUCIDO TX1



HARNESSES
BAFFIN



BACKPACKS
ASANA 35



APPAREL
CIMA JACKET

GIOVANNI QUIRICI TRUSTS THE SWISS QUALITY AND 150 YEAR
MANUFACTURING EXPERIENCE OF THE MAMMUT ETERNITY ROPE.
(NAMELESS TOWER, WEST PILLAR (8a), PAKISTAN).



LAVAN

کشوری سابق

انواع مدل های
کتانی سنگ نوردی

انواع مدل های
کفش کوه نوردی
کوه پیمایی
راه پیمایی

0912-3260932

021-55603144 & 021-55634020

www.lavanclimbingshoes.com

Design: M. Bahadori, phoenix.ir * photo: K. Shadfar

PHOENIX



فونیکس



مدل: فونیکس

رویه: نیوک ۲/۷ میلی متری / زیره: ویرام+ آنتی شوک / میان زیره: تری فلکس ۵ میلی متری
عایق: آنتی رفلکس ۵ میلی متری / آستر: گرتکس
لژ: لاستیک ۲ میلی متری / وزن: ۱۴۱۰ گرم در سایز ۴۲ / در اندازه های ۳۶ تا ۴۸

- طراحی مناسب قوس بیرونی پشت کفش برای کاهش خستگی کوه نورد
- مناسب برای استفاده در کوه پیمایی و کوه نوردی سه فصل و برنامه یکروزه زمستانی

BAHAR



بهار



مدل: بهار

رویه: چرم ۲ میلی متری / زیره: ویرام ۴/۲ میلی متری / میان زیره: پولی فلکس
لژ: لاستیک ۲ میلی متری / وزن: ۴۶۰ گرم در سایز ۴۲ / در اندازه های ۳۶ تا ۴۸

- با فرم خمیده موزی شکل
- مناسب برای مسیرهای درجه بالا و سنگ های کوتاه
- مناسب برای صعود مسیرهای چند حرکتی
- مناسب برای استفاده در مسابقات، مسیرهای دشوار شیب منفی و کلاهمک
- قابلیت هدایت آسان تر نوک انگشتان پا روی گیره ها

SHERVIN



شروین



مدل: شروین

رویه: نیوک ۲/۷ میلی متری / زیره: ویرام + آنتی شوک / میان زیره: تری فلکس ۹ میلی متری
عایق: آنتی رفلکس ۷ میلی متری / آستر: گرتکس / لژ: لاستیک ۲ میلی متری
وزن: ۱۹۶۰ گرم در سایز ۴۲ / در اندازه های ۳۶ تا ۴۸

- با کارایی نصب کرامپون از پاشنه
- مناسب برای استفاده در کوه پیمایی و کوه نوردی سه فصل و برنامه یکروزه زمستانی
- مناسب برای گذر از مسیرهای یخی و ترکیبی

با سپاس از همه عزیزانی که فرم نظرسنجی شرکت لاوان را تکمیل و ارسال کرده اند، به آگاهی می رسانیم که اسامی برندگان که به قید قرعه انتخاب خواهند شد، در شماره ۵۰ (بهار ۸۷) فصل نامه کوه اعلام می شود.
همچنین تا پایان بهمن ماه فرصت دارید با ارسال پستی فرم نظرسنجی یا مراجعه به سایت لاوان و تکمیل و ارسال فرم نظرسنجی ما را در توسعه کیفیت یاری نمایید.

بسیار گل که از کف من برده است باد
اما من غمین
گل های یار کس را پر پر نمی کنم
من مرگ هیچ عزیزی را باور نمی کنم

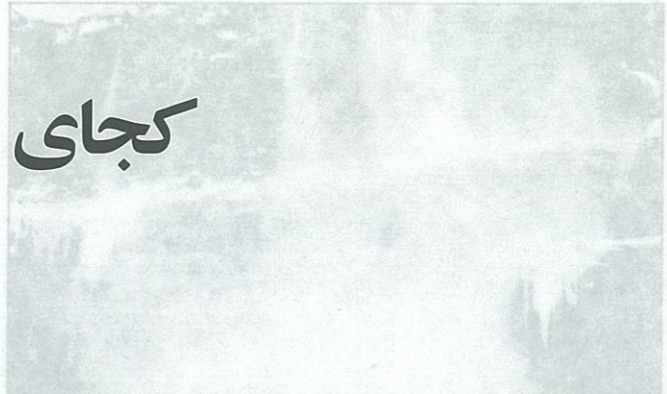


همنوردِ جان "سید ابراهیم نگهداریان" یادت همواره زنده خواهد ماند.

ناصر ابوالحسنی، نسرین ابوالحسنی، سهیلا اصغری، محسن الهیاری، حمید بختیاری، رضا زینلی، افشین عباسی، آرش مجیدی، فریا یگانه

گروه کوهنوردی مهر

کجای جهانیم



دکتر افشین ایران پور*
iranpour@irangardan.ir

اجرائی داشته باشند. لذا اطلاعاتی که کمک به خواننده بکند، مفید است. از فاصله زمانی بین دو روستا گرفته تا اختلاف ارتفاع فلان منطقه تا قله و یا محل فلان چشمه. اگر بخواهیم منصفانه قضاوت کنیم در هر شماره بر تعداد گزارشاتی که اطلاعات دقیقتری از آنها می توان استنباط کرد، افزوده می شود هر چند هنوز بر تعداد انگشت شماری از مقالات انشاء و اصول نگارشی درست و حسابی حاکم نیست. اما تا جایگزینی مطالبی جامعتر همین ها هم پذیرفتنی است.

همان طور که مستحضرید بیش از چهار سال از ورود اولین گزارشاتی که بر پایه اطلاعاتی GPS است در مجله کوه می گذرد. در یکی دو سال اخیر افراد و گروه های کوه نوردی بسیاری با این دستگاه آشنا شده اند و آن را برای خود یا گروه خود تهیه کرده اند و کم کم استفاده حرفه ای از آن را نیز آموخته اند و با اتکا به آن با اطمینان بیشتری برنامه های ماجراجویانه را در مناطق ناشناخته یا کم شناخته ترتیب می دهند. نویسندگان و افرادی که گزارش های این برنامه ها را تهیه می کنند با ذکر نام یا آدرس پست الکترونیکی خود در انتهای مقاله می توانند کمک بهتری به علاقه مندان کنند. به خاطر دارم که طی چند هفته پس از انتشار یکی از این گزارش ها، بیش از ۱۰ گروه کوه نوردی با من تماس گرفتند و ۷ نفر هم توسط E-mail درخواست اطلاعات بیشتر یا دریافت File اطلاعاتی برای GPS خود را داشتند. پس می بینیم که ما نیز حرکت به سمت جلو را آغاز کرده ایم هر چند سرعت این حرکت بسیار کند است و در برخی مواقع نیز مجبور به تجربه آزمون و خطا هستیم ولی به هر حال می توان به آینده خوش بین بود. قطعاً آموزش گزارش نویسی و معرفی برخی گزارشات برتر با ذکر نقاط قوت گزارش توسط مجله کوه در بهبود این روند بسیار موثر خواهد بود. معرفی برخی سایت های مفید و آموزش استفاده از آنها مثل Earth Google یا Mapsource یا iexplorerZ در این نشریه می تواند افراد بیشتری را با تکنولوژی برتر روز آشنا سازد و به طبع آن برنامه های دقیق تر و مفیدتری پایه ریزی شوند.

در سالیانی نه چندان دور واهمه گم شدن در جنگل، برنامه های ماجراجویانه در این مناطق را کم رنگ کرده بود. اینک تعدادی از گروه های کوه نوردی و طبیعت گردی را سراغ دارم که با آشنایی با نقشه های توپوگرافیک و تلفیق آن با اطلاعات به دست آمده از نقشه های هوایی Earth Google و ورود این اطلاعات به GPS خود، بدون هیچ نگرانی اقدام به پیاده روی چند روزه در مناطق جنگلی می کنند و حتی با دقت بسیار بالایی قادرند مسافت پیش رو را محاسبه کنند.

از سوی دیگر ذکر اطلاعات هزینه سفر از قبیل هزینه های وسایل نقلیه، قیمت مجوزها، ورودیه ها و ... در برنامه ریزی بهتر تاثیر به سزایی خواهد داشت. چه بسیار مناطقی در داخل و خارج از کشور وجود دارند که با داشتن اطلاعات کافی در باره آنها می توان به راحتی به آنجا سفر کرد.

در پایان به این نکته تاکید می کنم که تا یافتن یک قالب مناسب برای نگارش گزارش برنامه ها بهتر است روش سنتی و قبلی خود را که یادداشت تمام مشاهدات و اطلاعات به دست آمده در سفر، هر چند کم اهمیت، را ادامه دهیم. Δ *کانون گردشگران جوان ایران

در شماره ۴۷ مجله کوه مقاله ای با عنوان "گپی با خودمان" به قلم آقای حسین صالحی جم نگارش شده بود. بار نخست با خواندن این مقاله دچار سردرگمی شدم، به نظرم رسید که نویسنده سخن از مطالبی گفته که بسیار فراتر از زمانی است که در آن قرار داریم با دوباره خواندن آن تصمیم گرفتم یادداشتی بر این نوشتار بنویسم.

فن گزارش نویسی که دستمایه اصلی برای نوشتن آن مقاله بود، مدتی است که مورد توجه کوه نوردان، طبیعت گردان و ماجراجویان قرار گرفته و به درستی این باور ایجاد شده است که قلم و کاغذ ابزاری ضروری در کنار سایر وسایل حرفه ای است. نویسنده مقاله که بنا به گفته خودشان از خوانندگان قدیمی مجله بسیار معتبر و زیبایی نشنال جئوگرافیک است، به شدت تحت تاثیر جو حاکم بر این مجله قرار دارد و تصور می کند که مجله ای مثل مجله کوه نیز باید به همان سبک و سیاق نگارش شود. در صورتیکه مجله کوه، نشریه ای اختصاصی برای کوه نوردی است هر چند در این اواخر و به سبب کسب درآمد! جهت اداره مجله و فائق آمدن بر هزینه های بالای چاپ و نشر مجبور شده تعدادی از آگهی های توریسم ورزشی و طبیعت گردی را نیز چاپ کند! مجلاتی که به امور گردشگری اختصاص دارند علاوه بر معرفی مکان های دیدنی، طبیعی، تاریخی و ... بخش هایی نیز به محیط زیست و همچنین مردم شناسی مناطق مختلف اختصاص داده اند، که اتفاقاً خوانندگان زیادی دارد. پس به این ترتیب نباید از مجله کوه انتظار داشته باشیم به جمیع این مطالب نگاهی عمیق داشته باشد مگر تعریفی جدید برای این نشریه ارائه دهیم.

و اما انتظار ما به عنوان کوه نوردان و طبیعت گردان این مرز و بوم از این مجله چیست؟ آیا شناساندن مناطق مختلف کشورمان به طبیعت دوستان نیست؟ آیا اطلاع از فعالیت سازمان ها و گروه های مختلف کوه نوردی و طبیعت گردی و اخبار جهانی در این باره خارج از وظایف این نشریه است؟ آیا سهیم شدن در تجارت گرانب های دیگران، مطلبی کم اهمیت تلقی می شود که پرداختن به آن بر ملاگر بی تجربگی و خام بودن کوه نوردان ماست و ممکن است سبب استهزاء و جامعه کوه نوردی در جوامع بین المللی شود؟! به راستی ما در کجای جغرافیای جهان ایستاده ایم؟

نویسنده عزیز که مدتی است در بلاد متمدنه! ساکن شده اند خیلی زود فراموش کرده اند که هنوز یک نقشه دقیق و کامل از مملکتی که بیش از ۷۰۰۰ سال در آن تمدن وجود داشته، وجود ندارد. ایشان تصور کرده اند که در اینجا نیز می توان به اولین فروشگاه وسایل کوه نوردی و یا سایت های مرتبط مراجعه کرد و اطلاعات دقیق GPS منطقه مورد نظر را با پرداخت مبلغ اندکی خرید! هنوز در این کشور پهناور مناطقی وجود دارد که پای کمتر انسانی با آنها رسیده است چه برسد گزارش یا اطلاع جامعی از آن در دسترس باشد. همانطور که ایشان نیز یادآور شده اند خوشبختانه تفکر غلط اتکا به حافظه قوی کم کم از بین رفته و جای آن را گزارشات کوه نوردی هر چند بسیار ناقص و ناشیانه گرفته است. فراموش نکنیم که تا چند سال گذشته همین تعداد گزارش هم به سختی نوشته می شد. هدف ما نیز تمرین برای نوشتن گزارشهایی کامل و جامع از برنامه هایی است که اجرا می کنیم تا برای خوانندگان نیز مفید باشد و در صورتی که تصمیم به اجرای آن برنامه، کمترین خطا را چه در تهیه تدارکات و چه در برنامه ریزی

بهمن

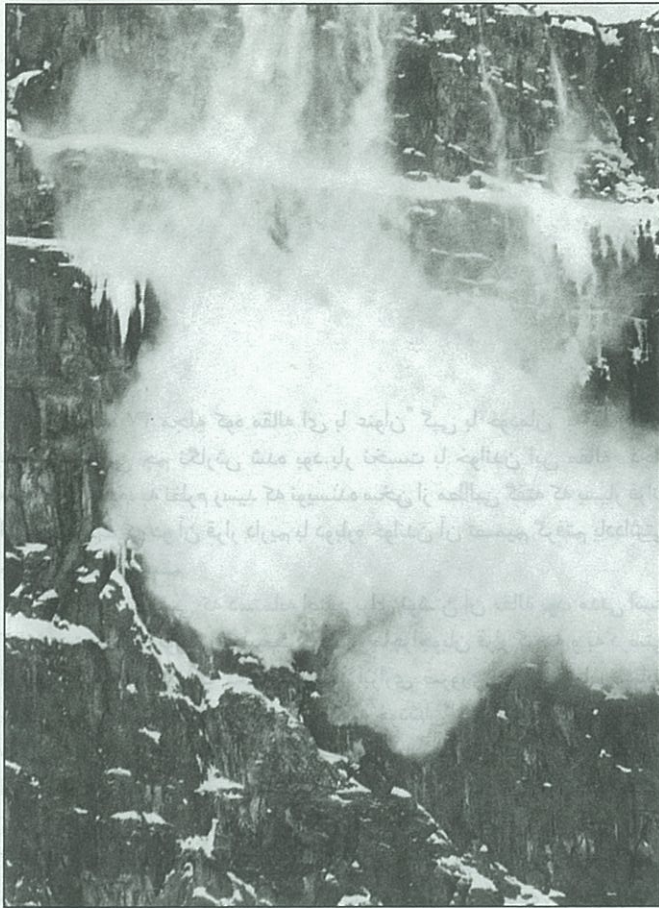
www.bahman.ir
info@bahman.ir

بهمن و راه‌های ایمنی از آن برای کوه‌نوردان و اسکی‌بازان

بهمن، یک وبسایت تخصصی است که به کوه‌نوردان و اسکی‌بازان کمک می‌کند تا با استفاده از تجربیات و دانش متخصصان، بتوانند به صورت ایمن و لذت‌بخش به کوه‌نوردی و اسکی بروند. این وبسایت شامل مقالات، ویدیوها، نقشه‌ها و راهنماهای جامع است که به شما کمک می‌کند تا با چالش‌های کوه‌نوردی و اسکی‌بازی مواجه شوید.

ترجمه: وارطان زاکاریان

سلسله مطالب بهممن، جامع‌ترین نوشتاری است
که تاکنون در این مورد چاپ شده است.



کردند تا هنگام بازگشت هلی‌کوپتر بتوانند از آن عکس بگیرند. بی‌خبر از آن که در همان لحظه قطعه بسیار بزرگی بهممن که تا آن تاریخ در منطقه مشاهده نشده بود از بالا به پایین حرکت کرده است. بهممنی بزرگ به وسعت ۱۵۰ در ۲۵۰ متر همه جا را جارو می‌کند و کوه‌نوردان را با خود به سمت منطقه کوهستانی پایین دست می‌برد. این اتفاق غیرقابل پیش‌بینی بود و صدای هلی‌کوپتر هر نوع صدای ریزش بهممن را محو کرده بود. دو کوه‌نورد از چهار نفر که در اثر ریزش بهممن جراحاتی برداشته بودند با داشتن دردهای ناشی از این جراحات توانستند به قسمت رویی بهممن قرار گیرند و از آن خارج شوند و با تقلازی زیاد سومین نفر را که با شکستگی جمجمه سر مواجه بود از زیر بهممن خارج کنند. عمل تخلیه از منطقه به سرعت انجام شد و هلی‌کوپتر هنگام بازگشت از پرواز خود سه مصدوم را از منطقه خارج کرد ولی کوه‌نورد چهارم تا سه روز بعد پیدا نشد. بهممن او را همراه با برف زیاد به داخل یک دالان پرتاب کرده بود که پس از حفاری برف جسد او را که بر اثر شکستگی مهره‌های گردن فوت کرده بود پیدا کردند. او در اثر خفگی در زیر بهممن فوت نکرده بود بلکه مرگ او ناشی از شکستگی گردن بود که در دم جان سپرده بود.

بهمن‌های قدرتمند

بهمن‌های خیلی قدرتمند که دارای نهایت قدرت خود هستند می‌توانند همراه خود برف‌های انباشته شده از چندین بارش برف و حتی برف باقی‌مانده در تمام فصل را از جا کنده و با خود حمل کنند. معمولاً این بهممن در اثر تغییر قابل ملاحظه وضعیت جوی در روند متوالی نظیر گرم شدن وضعیت جوی یا بارش برف فوق‌العاده می‌باشد. اوج قدرت بهممن‌ها در اول فصل است ولی به سختی پیش‌بینی می‌شود. در چنین موارد مطالعه دقیق شرایط جوی که ممکن است به شرایط ناپایداری برف خاتمه یابد ضروری است. در چنین زمان‌هایی باید از شیب‌های تند دوری نمود و این عمل ضروری است. چرخه فعالیت اغلب بهممن‌های قدرتمند در فصل بهار رخ می‌دهد و آن زمانی است که مقطع کلی برف و یا یک لایه مشخص از آن هم‌دمای می‌شوند یعنی دمای برف در این لایه از مقطع عمودی برف نزدیک صفر شود، در اوایل فصل بهار وقتی دما در چندین شبانه روز بالای صفر باقی می‌ماند باید احتیاط کامل نمود

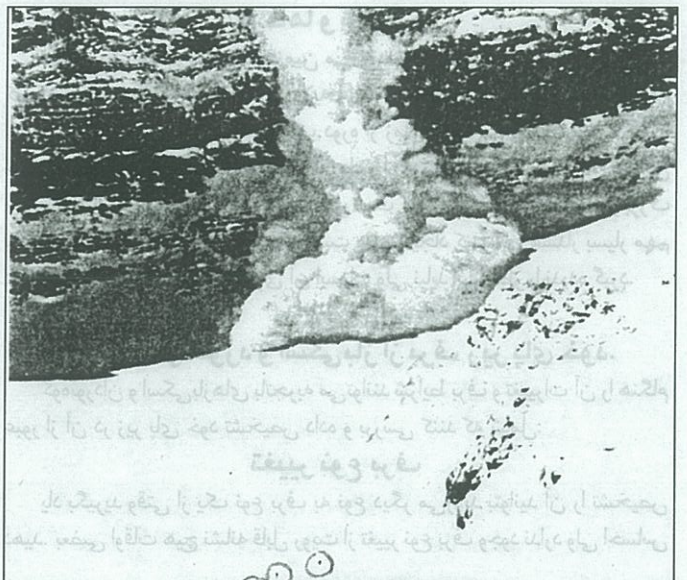


هر چند هلی‌کوپتر در ابعاد گسترده برای کنترل بهممن و نجات مجروحین استفاده می‌شود ولی در شرایط برف فوق‌العاده ناپایدار امکان دارد ارتعاشات حاصل از صدای آن عامل تحرک و از جا کنده شدن برف و حرکت بهممن شود.

زیرا این اولین نشانه بهمن است ضمن آنکه باید به شیب نیز توجه خاص نمود. به ویژه به شیب هایی که در طی روز بیشترین تشعشعات خورشیدی را دریافت می کند اگر فکر می کنید در منطقه مورد نظر شما امکان رخداد چرخه بهمن قدرتمند وجود دارد بهترین کار آن است که خارج از منطقه باقی بمانید تا شرایط بهبود یابد.

بهمن یخی

اگر یک یخچال در یک شیب تند و شدید غیرهمگن به پایین سرازیر شود و اگر این یخچال به یک منطقه نامنظم و شکاف دار برسد یخها روی هم می غلتند و تخته های بزرگ یخ ناپایدار چندین متر روی هم انباشته می شود این تخته یخها را serac می گویند هر چند حرکت یخچال سبب به وجود آمدن serac و غلتیدن و واژگون شدن بلوک های بزرگ یخ روی هم می شود ولی دمای هوا و ذوب داخلی در درون این بلوک های یخ نیز دارای نقش موثر است. به نظر می رسد که بهمن یخ در بعدازظهرها دارای فعالیت بیشتر است. این نوع بهمن ها به علت غیرقابل پیش بینی بودن حرکت آنها خیلی خطرناک هستند.



نشان دهنده ریزش یک بهمن یخی از یک شکاف به منطقه ای است که محل تردد اسکی بازها می باشد. پنج اسکی باز علامت گذاری شده، خارج از محدوده اثر بهمن بودند و تنها گرفتار پودر برف حاصل از حرکت که به شکل ابر مشاهده می شود، شدند. این بهمن خوشبختانه قبل از رسیدن به گروه متوقف می شود.

هر چند به نظر می رسد که اسکی بازها در این منطقه گرفتار بهمن نشدند ولی در مکانی دیگر شانس یک گروه مشتمل بر ۲۳ کوهنورد و ۶ راهنما کم بود. آنها به تصور امن بودن در یک مکان توقف کردند ولی قسمتی از بهمن با برخورد با تخته سنگها به دو قسمت شده و یک قسمت از آن به سمت گروه حرکت کرده و یازده نفر از آنها را با خود می برد، این قربانیان زیر بلوکی ۲۰ متری دفن می شوند. بنابراین چه باید کرد تا خطر برخورد با بهمن را به حداقل برسانید؟ تنها راه جلوگیری از خطر درگیری با بهمن، این است که سرعت حرکت خود را زیاد کنید و تا از منطقه دور نشده اید توقف نکنید، یادآوری این نکته حائز اهمیت است که برقراری کمپ در زیر بلوک های یخ بزرگ یا تخته یخها نمی تواند مکانی امن برای مصون ماندن از حرکت بهمن باشد.

دیده بانان و اندازه گیری منظم وضعیت های مختلف برف

در فصل قبل درباره تاثیر منطقه و تاثیر تغییرات وضعیت جوی بر مقطع برف بررسی و بحث گردید. اکنون زمان آن رسیده که شما که آماده کوهنوردی و یا اسکی در

منطقه ای بکر هستید بعضی چیزها را از نقطه نظر مفهوم برف شناسی و شناخت عملی برف مورد نظر قرار دهید. اولین سوال این است آیا تخمین و برآورد شما از برف در مسافت دور صحیح است؟ محققین حرفه ای برف چندین روش فنی در دست دارند که با استفاده از وسایل و ادوات اندازه گیری لازم را انجام می دهند. این روشها معمولاً برای کوهنورد و اسکی باز مقدر نیست بنابراین آنها مجبور هستند با استفاده از وسایل معمولی مانند اسکی، چوب دست اسکی، بیل برف و یا میله های اندازه گیری مقدار برف بهمن و اره برف اندازه گیری های لازم را انجام دهند. مثلاً از چوب دست اسکی و بیل می توانید به جای Ramsond یا وسیله اندازه گیری سختی برف در لایه های مختلف در یک مقطع برف استفاده کنید. Ramsond وسیله ای است که سختی و فشردگی برف را در لایه های مختلف برف اندازه گیری می کند. یادآوری می شود اغلب وسایل اندازه گیری به وسیله خود محققین حرفه ای ابداع یا گسترش یافته است.

دیده بانان یا اندازه گیری های مرتب

تعریف = اندازه گیری مرتب مطابق با دستورالعمل های مدون را دیده بانان گویند. دیده بانان از عناصر تشخیص بهمن کلید ایمنی سفر در مناطق بهمن خیز می باشد و نه تنها دیده بانان و مشاهدات صحنه های رخداد بهمن در کوهستان دارای این اهمیت هستند بلکه شواهد و نشانه های جمعی دیگر نیز می توانند یک دورنمایی از منطقه برای کوهنورد و اسکی باز فراهم کنند.

شواهدی که هر کوهنورد و اسکی باز باید به آنها توجه کند عبارتند از:

شواهد بهمن

مهم ترین نشانه ای که به دست می آورید در مورد ناپایداری برف می باشد ولی از شیب های دیگر هم به عنوان شیب های نشانگر باید استفاده کرد. اگر شیب نزدیک یا هم جوار منطقه ای که کوهنورد یا اسکی باز قرار دارد مواجه با حرکت بهمن شده باشد باید تخمین زده شود که چه مقدار برف سرازیر شده است و برف چه مسافتی به سمت پایین سرازیر شده است. اگر بهمن قطعه ای و یکپارچه باشد خط شکستگی چه مقدار است. توصیه می شود به آخرین بهمنی که از شیب مورد نظر شما که می خواهید از آن عبور کنید سرازیر شده است توجه کنید. برف های جدیدی که از میان سنگها و صخره ها به حالت غلتان سرازیر شده اند یا گلوله برف هایی که غلتان به پایین سرازیر شده اند می توانند نشانه استقرار و قدرت مقطع برف یا نشانه شرایط گسترده ای باشند.



حرکت یک بهمن از مرحله جدا شدن و مسیر منحنی آن تا به رسیدن داخل برف های خیس و آبکی.

جهت باد

هر کوهنورد و اسکی باز باید همیشه از جهت وزش باد آگاهی داشته باشد و بداند

که باد از چه جهتی می‌وزد و یا از چه جهتی وزیده است و تقریباً از قدرت یا سرعت تقریبی آن اطلاع داشته باشد. برفی که از بالای یال‌ها و خط‌الراس‌ها، نقاب‌های برفی به پایین می‌ریزد و یا از اطراف سنگلاخ‌های بزرگ و درخت‌ها به اطراف حرکت می‌کند همگی نشانه‌های خوبی برای ارزیابی قدرت باد هستند. به عنوان یک قانون کلی هر چه نشانه‌ها مشخص‌تر و برجسته‌تر باشد بادی که می‌وزد قوی‌تر است. آگاهی از جهت و سرعت و یا قدرت باد شما را قادر می‌سازد که اگر در قسمت شیب پشت کوه هستید تخمین بزنید و تعیین کنید آیا ممکن است با بهمن یک‌پارچه مواجه شوید یا خیر.

مهم‌ترین عامل برای حرکت بهمن جهت شیب روبه تابش خورشید و وزش باد است. اگر شما در موقعیت شیب پشت کوه قرار دارید باید به لایه‌های سخت و نرم برف‌های انباشته شده و یک تکه توجه داشته باشید. در فصل بهار گروه‌های اسکی‌باز وقتی رو به شیب حرکت می‌کنند باید به سایه‌ها توجه کنند. در کشورهایی که برف‌های کریستال و شکری ضخیم وجود دارد ممکن است در فصل زمستان برف شکری کم ولی ناپایدار داشته باشد.



خم شدن درختان به یک سو نشان‌دهنده جابه‌جایی برف است. ضمناً شیب نیز اثر بالقوه مناسبی برای حرکت بهمن است. سرش و لغزندگی برف در تپه پشت، نشان دهنده شیب تقویت‌کننده حرکت بهمن می‌باشد.

سطح برف

اندازه‌گیری و دیده‌بانی بافت و ترکیب سطح برف و ثبت تغییرات آن قابل اهمیت است باید دید آیا تغییرات بافت سطح مقطع برف یک اثر محلی حاصل از وزش باد است یا آن که شما در شیبی قرار دارید که وضعیت مختلف شیب نیز در آن دخالت دارد. باید به جهت وزش باد و پوشش برف رو به آفتاب و سطح برف‌های بلوری یا شیارهای برف در شیب محدب که نشانه بارش باران و جریان یافتن آب باران در آن شیب است توجه کنید. بعضی از سطوح برف مانند خطوط سیاه قلم خراش دار است و دارای موجک‌های بسیار کوچک است که جهت وزش باد در گذشته را نشان می‌دهد.

خراشیدگی برف در اثر وزش باد

در اثر وزش باد خراشیدگی روی برف ایجاد می‌شود که به شکل خط‌های موازی و زیبا در سطح برف سخت مشاهده می‌شود. لبه‌های تند این خطوط رو به جهتی است که باد از آن جهت وزیده است.

چین و شکن‌دار یا موج‌دار شدن برف

باد سبک سبب چین و شکن‌دار شدن برف می‌شود در این حالت در سطح برف موجک‌های بسیار کوچک درست می‌شود این وضعیت در اثر جدا شدن اجزای برف در ابعاد مختلف و در سطح برف درست می‌شود. در اثر وزش باد اجزای کوچک برف برداشته شده در قسمت پشت اجزای بزرگ قرار داده می‌شود و در آنجا سبب

شکل‌گیری برجستگی‌های کوچک برف می‌شود و در نهایت ارتفاع آن به چند سانتی‌متر می‌رسد. آزمایش موجک‌های کوچک برف یا چین و شکن‌های کوچک برف نشان می‌دهد که قسمت کم‌ضخامت موجک‌ها رو به باد قرار می‌گیرد. اشکال تعیین جهت باد به وسیله موجک‌های برف در آن است که هرگاه برف دارای سطح سختی باشد مقدار کمی از آن می‌تواند از سطح برف آزاد شود. بنابراین شکل‌گیری موجک‌ها متوقف می‌شود. اگر وزش باد ادامه داشته باشد فرسایش آغاز می‌شود و تغییر شکل ظاهری موجک‌ها در اثر قطع قسمت نرم برف رو به وزش باد و رسوب آن در قسمت پشت موجک‌ها انجام شده و بدین ترتیب شکل موجک‌ها برعکس می‌شود. بنابراین تنها راهنمای تشخیص این فرآیند آن است که سختی برف را آزمایش نمود. در برف پودر احتمال شکل‌گیری موجک‌ها و چین و شکن‌های برف وجود دارد در حالی که برف سفت و سخت موجک‌ها را به هم فشرده کرده و احتمالاً فرسوده نموده و از بین می‌برد. برف یک تکه و گسترده در منطقه پهناور متعلق به یک بهمن را می‌توان از فاصله دور به وسیله انحنای ملایم منطقه موردنظر تشخیص داد.

ترک‌ها و شکاف‌ها

سرش یک مقطع برف روی زمین می‌تواند ترک و شکاف در سطح برف ایجاد کند که نشانه خطر گرم شدن لغزش لایه هم دما مقطع برف می‌باشد. در فصل بهار این چنین ترک‌ها ممکن است در یک دوره از زمان و پیش از وقوع بهمن ایجاد و گسترده شود. در برف سرد ترک‌هایی که جلوتر از اسکی‌باز حرکت کند و به اصطلاح جلوتر از اسکی‌باز بود یک علامت مشخص است که او در روی یک تکه بسیار بزرگ برف به نام slab قرار دارد که ممکن است بهمن ایجاد کند. این هشدار بسیار مهم درباره ناپایداری برفی است که روی آن ایستاده ولی نباید این خطر را ندیده گیرد.

احساس کوه‌نورد و اسکی‌باز از برف زیر پای خود.

کوه‌نوردان و اسکی‌بازهای باتجربه می‌توانند شرایط برف و تغییرات آن را هنگام عبور از آن در زیر پای خود تشخیص داده و بررسی کنند که شامل:

تغییر نوع برف

یاد بگیرید وقتی از یک نوع برف به نوع دیگر می‌روید بتوانید آن را تشخیص دهید. بعضی اوقات هیچ نشانه قابل رویت از تغییر نوع برف وجود ندارد ولی احساس



هنگام اسکی کردن مواظب ترک‌ها و شکاف‌های برف اطراف خود باشید.

شخصی کوه‌نورد و اسکی‌باز از هر برف متفاوت است. اگر شما برای اسکی خود از واکس استفاده می‌کنید بنابراین هنگام اسکی دفعاً متوجه می‌شوید که اسکی شما راحت‌تر سر می‌خورد و یا برعکس اسکی‌تان مانند حالت قبل به راحتی سر نمی‌خورد. شاید شکسته شدن در این وضعیت‌های گوناگونی که مشاهده می‌کنید، مسیر انتخاب شده آسان‌تر یا مشکل‌تر و سوالات گوناگون دیگر که جواب‌های متفاوتی برای شان دارد همه باعث شود تا درباره آنها عاقلانه‌تر تصمیم‌گیری نمایید.

مستقر شدن برف در یک مکان

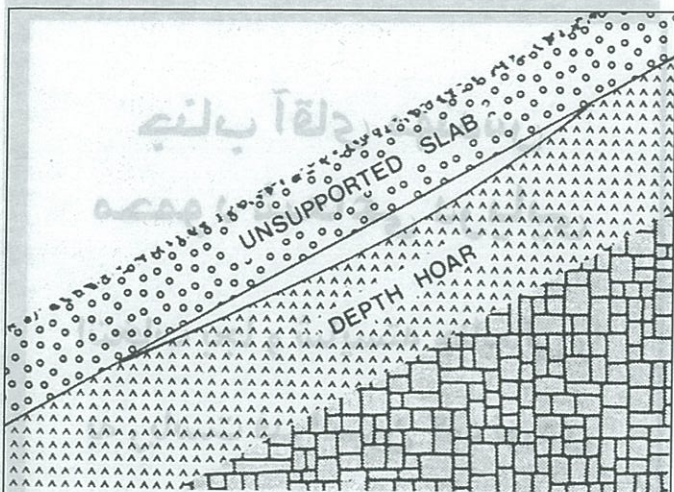
ترس فرورفتن در داخل برف یکپارچه که خود برف نیز در حال فرورفتن و به اصطلاح پوکیدن است ترسی است که هر کوه‌نورد یا اسکی‌باز یک بار آن را تجربه کرده است بعضی اوقات فرو نشستن برف ملایم است و کوه‌نورد یا اسکی‌باز فقط آن را حس می‌کند تا تشخیص دهد. این یک وضعیت ملایمی از مستقر شدن برف است که هیچ نشانه قابل رویتی از آن در سطح برف دیده نمی‌شود. در این وضعیت اگر در شیب تند برف هستید می‌توانید چنین برداشت کنید که بهمن با این وضعیت برف همراه و هماهنگ نیست ولی ممکن است ۱۰ قدم دیگر پیش‌روی کنید احتمال حرکت بهمن و برخورد با آن بیشتر شود. در این شرایط تصمیم شما وضعیت نهایی را تعیین می‌کند یعنی تصمیم بگیرید از همان مسیر که آمده‌اید برگردید و یا جسارت کنید و مسیر را ادامه دهید که امکان مواجهه با بهمن زیاد باشد. وقتی برف فشرده و یکپارچه می‌شود سخت‌تر می‌شود و در یک جا مستقر شدن آن بیشتر اتفاق می‌افتد و کوه‌نورد فرورفتن در آن را احساس کند. گاهی صدای فرورفتن در داخل برف شنیده می‌شود و گاهی نیز نشانه‌های قابل رویت استقرار برف، مانند مقعر شدن یا کاسه کاسه شدن و یا ترک برداشتن در سطح برف مشاهده می‌شود.

برف یکپارچه و گسترده سخت

برف یکپارچه و گسترده و سخت با یک بار تجربه قابل احساس می‌باشد. معمولاً این نوع برف سخت‌تر از برف پوسته‌پوسته شده حاصل از وزش باد می‌باشد. سطح این نوع برف معمولاً دارای بافت صیقل و یکنواخت و مخمل مانند است و در بعضی موارد نوک چوب دست اسکی به داخل سطح برف فرو نمی‌رود و یا در آن رسوخ نمی‌کند در بعضی مواقع این نوع برف دارای حفره‌ها و گودی‌های پوک است که بین لایه برف یکپارچه و برف یخ‌زده زیرین تشکیل می‌شود که سبب حرکت برف یکپارچه از روی برف یخ‌زده که در عمق است، می‌شود. از برخورد یک گروه اسکی‌باز با این نوع بهمن چنین گزارش شده است. در دامنه قله برای‌جر در منطقه مونتانا راهنمای یک گروه اسکی‌باز گروه خود را ۱۵ ثانیه قبل از سرازیر شدن بهمن از شیب خطرناک آن منطقه عبور می‌دهد و با وجود آنکه آزمایش‌های اولیه هیچ نشانه‌ای از شرایط خطرناک را نشان نمی‌داد ولی راهنمای گروه هنگام عبور از منطقه اضطراب فزاینده‌ای نسبت به حرکت ناگهانی بهمن احساس می‌کرد تا آن که تمامی گروه از منطقه عبور کردند. پس از این ماجرا او اظهار داشت که هنگام عبور از روی برف احساس می‌کرد که در زیر پای او یک فضای پوک در داخل برف وجود دارد. در بررسی‌های بعدی که به وسیله میله‌های تشخیص و سونداژ به داخل برف انجام شد معلوم گردید که یک برف یکپارچه و گسترده با ضخامت یک و نیم متر بر روی یک لایه برف یخ‌زده به ضخامت ۳۰ سانتی‌متر قرار داشته است که در بررسی‌های اولیه هیچ اثری از آن دیده نمی‌شود ولی شکسته شدن چنین برف یکپارچه اثری فاجعه بار ایجاد می‌کند. شکسته شدن و کنده شدن ناگهانی این برف از بستر خود که همراه با صدا و حرکت ناگهانی در سطح برف است در سرتاسر شیب و از فاصله دور قابل تشخیص است.

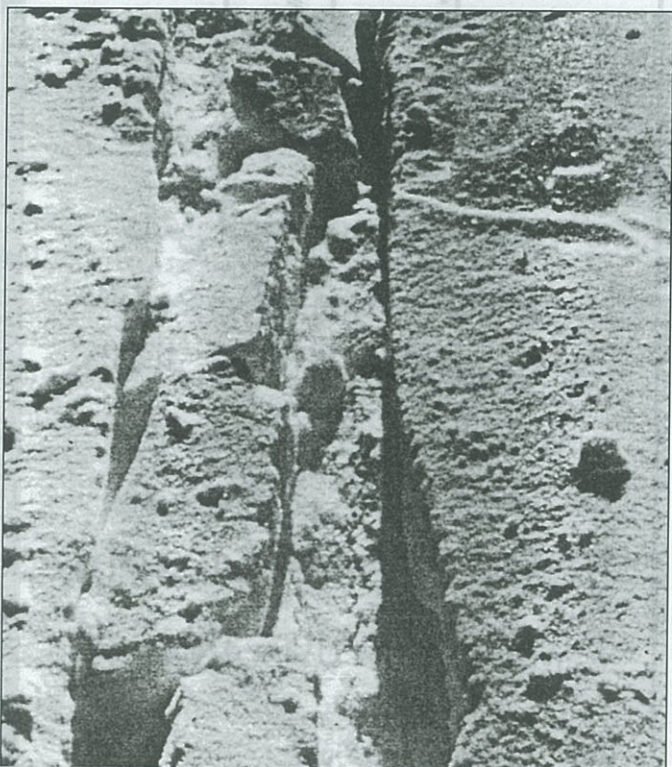
حرکت اسکی‌ها:

نحوه حرکت اسکی‌ها در میان برف نشانه دیگری است از وضعیت و



برف یخ‌زده در عمق ممکن است در زیر یک برف یکپارچه سخت مستقر شده باشد و یک فضای حفره مانند چندین سانتی‌متری مابین این دو لایه ایجاد شود. این وضعیت در روی برف یکپارچه است اسکی‌باز در جای جای برف، یکپارچه و پوک بودن را احساس می‌کند.

شرایط برف. اگر اسکی شما از پهلو بیشتر از امتداد آن بلغزد می‌توان گفت که ممکن است شما روی سطح بر یک تکه مسطح و سفت و یا روی سطح یخی حرکت می‌کنید و یا اگر هنگام پیچ زدن اسکی‌های شما به آرامی داخل برف فرو برود ولی برای جلو راندن و یا بیرون آوردن از برف سخت باشد شما احتمالاً در برف تازه یا برف قدیم که با افزایش دما مواجه می‌باشد اسکی می‌کنید. باید همیشه در نظر بگیرید که مقدار افزایش دما چه اثری در پایداری مقطع برف خواهد داشت. △



به برف یکپارچه و نرم اطمینان نکنید و به استقرار آن تردید داشته باشید به ویژه وقتی که برف در میان اسکی‌های شما شکسته و چند تکه می‌شود.

جناب آقای مهندس محمود شعاعی دریایی

انتخاب بجا و شایسته جنابعالی را
به ریاست فدراسیون کوه نوردی

جمهوری اسلامی ایران تبریک
عرض می نمایم و از خداوند متعال

توفیق روزافزون شما را خواستاریم.
شرکت ققنوس

جناب آقای مهندس شعاعی

انتخاب شایسته جنابعالی را به سمت
ریاست فدراسیون کوه نوردی ج.ا.ا.

تبریک عرض می نمایم.

بدون شک ۷ آذرماه ۱۳۸۶ یکی از
روزهای به یاد ماندنی در تاریخ
کوه نوردی ایران خواهد بود.

شرکت ایرانگردی و جهانگردی
سرزمین خورشید

برادر گرامی جناب

آقای سیدمرتضی موسوی

بازرس محترم فدراسیون کوه نوردی

حسن انتخاب مجمع عمومی

فدراسیون کوه نوردی در خصوص

جنابعالی که از کارشناسان ورزش

کوه نوردی کشور می باشید را

تبریک عرض نموده توفیق

روزافزون در کلیه امور زندگی تان را

از خداوند متعال مسئلت داریم.

شرکت کوه نوردی کسا

مهندس محمود شعاعی

رئیس محترم فدراسیون کوه نوردی

مهندس میکائیل مروتی

نایب رئیس محترم فدراسیون کوه نوردی

اقبال افلاکی

دبیر محترم فدراسیون کوه نوردی

حسن انتخاب مجمع عمومی فدراسیون

کوه نوردی در خصوص انتخاب شما عزیزان که از

خبرگان ورزش کوه نوردی کشور بوده اید را

تبریک عرض نموده از خداوند متعال سلامتی

و طول عمر با عزت را برای شما خواهانیم.

شرکت کوه نوردی کسا

اسکی

تهیه: شهریار بیگی
www.beygi.net
beygi@home.se

به ضعف‌های خود در اسکی پی ببرید. این ضعف‌ها را برای خود مشخص کنید و با استفاده از روش و تمرین‌های صحیح و موثر یک بار برای همیشه، این ضعف‌ها را به مهارت در اسکی تبدیل نمایید. در زیر به طور خلاصه به طرح چند مورد (به صورت پرسش و پاسخ) می‌پردازیم. این موارد، ضعف‌ها و مهارت‌هایی را در بر خواهد داشت که بیشتر در نزد اسکی‌بازان دیده می‌شود. تنها فن صحیح و تمرین ما را به مهارت در اسکی خواهد رساند. برای اسکی‌باز ماهر شدن هیچ راه میانبری وجود ندارد. فن صحیح و علمی اسکی و تمرین بیشتر تنها راه رسیدن به این مهم است. پس با یک برنامه ریزی صحیح و با صبر و پشتکار به این فن دست یابید.

گام برداشتن نخستین تجربه اسکی‌باز در تغییر جهت دادن اسکی‌ها به وسیله انتقال وزن و تعادل به نوبت به اسکی هاست. اگر به انجام آن در دفعات آغازین نایل نشدید، مایوس نشوید، با صبر و حوصله و با تمرین در شیب بسیار کم به انجام آن موفق خواهید شد. گام ریز بردارید. گام بلند اسکی‌باز را از تعادل خارج می‌کند. توجه کنید که به نوبت، اسکی به اسکی گام بردارید، عجله نکنید. وزن و تعادل خود را نخست به اسکی کوه (اسکی داخلی) بدهید، صبر کنید که اسکی عمل کند. سپس اسکی دره (اسکی خارجی) را به اسکی کوه (اسکی داخلی) برسانید. توجه کنید که عکس‌العمل اسکی‌ها به فرمان شما، ارتباط نزدیک با نوع اسکی، درجه منحنی لبه‌های اسکی، سرعت شما در سرخوردن به جلو، درجه سرازیری شیب و نوع برف دارد. عواملی چون اصطکاک اسکی با برف و مقاومت جریان باد با بدن اسکی‌باز هم در این عکس‌العمل تاثیر گذار هستند.

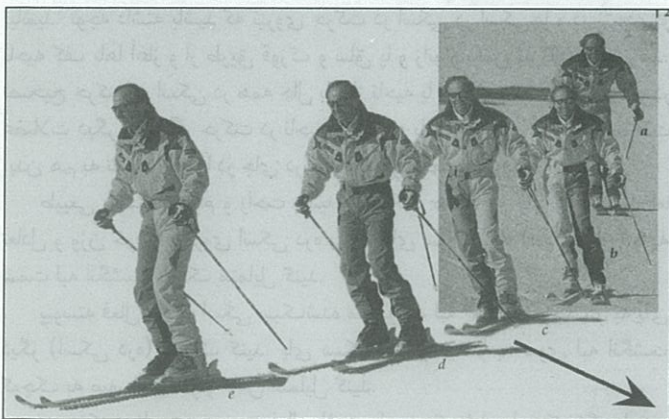
گام برداشتن ریز، پیوسته و کوتاه اساس کار است. از حرکات خشن و بلند کردن اسکی‌ها برای گام برداشتن اجتناب کنید بلکه این حرکت را به ظرافت و نرمی انجام دهید. این تمرین را به نوبت در هر دو جهت به انجام برسانید. این تمرین هنگامی که به هر دو جهت تمرین شود اسکی‌باز را برای حرکات بعدی اسکی آماده می‌سازد. صبر و حوصله به خرج دهید. پس از چندی به انجام این تمرین مسلط می‌شوید. توجه کنید که بالاتنه حدالمقدور ثابت و بدون تکان و حرکات اضافی عمل کند. توجه و تمرکز شما بر روی پاهای انگشتان پاهای اسکی‌ها قرار دارد. چوبدست‌های اسکی در دو طرف بدن برای حفظ تعادل به اسکی‌باز کمک خواهند کرد.

پرسش اول: اسکی‌باز در بیشتر مواقع به شکل هشت اسکی می‌کند. شکل هشت و واژه هشت به این دلیل به این شکل از اسکی کردن اطلاق می‌شود که برای انجام آن قسمت نوک اسکی (جلوی اسکی‌ها) به هم نزدیک و قسمت انتهایی اسکی از هم دور می‌شوند. با این حرکت اسکی‌ها به حالت جدا از هم به شکل هشت در می‌آیند، یعنی با اسکی‌ها شکل هشت فارسی را بر روی برف می‌سازیم. اسکی‌باز برای پیچ زدن با اسکی‌ها به یک طرف یا هر دو طرف اشکال دارد یا به سختی پیچ می‌زند، برای ترمز کردن شکل هشت را انتخاب می‌کند. عقب اسکی‌ها را بیش از حد باز می‌کند. اسکی‌باز مایل است که با کسب توانایی بیشتر بتواند به راحتی و آسانی با مهارت به هر دو جهت، چپ و راست پیچ بزند.

پاسخ: تمرین «گام‌برداری با نوک اسکی‌ها به منظور خارج کردن اسکی‌ها از مسیر خط فرود» می‌تواند به اسکی‌باز کمک کند که پاسخ خود را بیابد. خط فرود کوتاه‌ترین، پرشیب‌ترین و سریع‌ترین مسیر فرود یک جسم از سطح شیب‌دار است که به وسیله قوه جاذبه به پایین کشیده می‌شود. تمرین گام برداشتن به اسکی‌باز این امکان را می‌دهد که جهت اسکی‌ها را بدون حرکت هشت عوض کند، از سرعت اسکی‌ها بکاهد یا متوقف شود. این تمرین همچنین ایستادن صحیح بر روی اسکی‌ها را به اسکی‌باز می‌آموزد. یادگیری انتقال وزن و تعادل از یک اسکی به اسکی دیگر از نکات سودمند دیگر این تمرین است. به پیست مبتدی بروید یا در جایی از پیست که شیب کمی دارد شروع کنید. قبل از شروع توجه کنید که نوک اسکی‌ها در امتداد خط فرود قرار نگیرند، یعنی اسکی‌ها را به صورت عرضی در روی پیست قرار دهید. هرچه نوک اسکی‌ها به امتداد مسیر خط فرود نزدیک‌تر شوند زودتر سرعت می‌گیرند و برعکس اگر نوک اسکی‌ها از امتداد مسیر خط فرود دور شوند، دیرتر سرعت خواهند گرفت، پس جلوی اسکی‌ها را کمی به طرف خط فرود مایل کنید و به جلو حرکت کنید. اسکی‌های مدرن امروزی با کوچک‌ترین انتقال وزن و تعادل بر روی آنها تغییر جهت می‌دهند. توجه کنید که نوک اسکی‌ها بیشتر به طرف دیگر پیست باشد تا به سوی پایین پیست با گام‌های ریز حرکت را انجام دهید. با انتقال وزن بر روی اسکی کوه (اسکی داخلی) عمل گام‌برداری را به انجام برسانید در نتیجه اسکی از امتداد خط فرود خارج شده به طرف کوه (بالای پیست) تغییر مسیر می‌دهد.

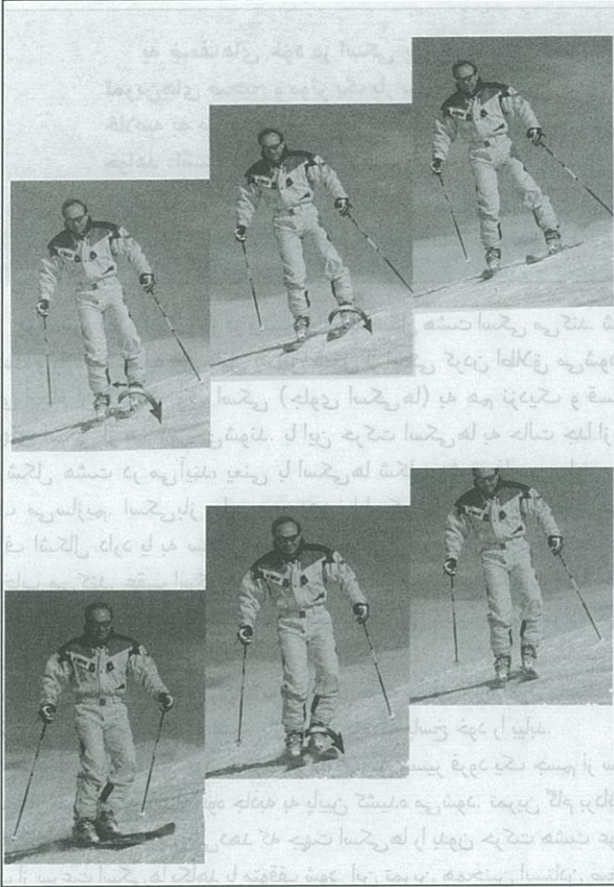
لازم به توضیح است که اسکی کوه، اسکی پایی است که به بالای پیست نزدیک‌تر است و اسکی دره، اسکی پایی است که به طرف پایین پیست نزدیک‌تر است. اگر موقعیت اسکی‌ها با در نظر گرفتن منحنی پیچ مشخص شوند آن را به نام‌های اسکی داخلی و خارجی می‌شناسیم.

در هنگام پیچیدن اسکی داخلی به مرکز پیچ نزدیک‌تر و اسکی خارجی از مرکز پیچ دورتر است. اگر به چپ می‌پیچید اسکی چپ (اسکی داخلی) و اگر به راست می‌پیچید اسکی راست (اسکی داخلی) است.



با حفظ تعادل و وزن بر روی هر دوی اسکی‌ها به جلو سر بخورید. در انتقال با توجه به شیب پیست می‌توانید با فاصله به وسیله اسکی کوه داخلی گام بردارید (در این جا اسکی کوه، اسکی داخلی پای سمت راست اسکی‌باز است) با انتقال وزن به اسکی کوه (اسکی داخلی) نوک اسکی کوه از اسکی دره (اسکی

لبه آن است. در بالا ذکر شد که همه حرکات از پاها آغاز می‌شود و زانو و باسن به تبعیت پاها در جای درست خود قرار می‌گیرد. توجه کنید که همه حرکات در اسکی از پا و اسکی آغاز می‌شود. در هر مرحله‌ای از اسکی، هرگز برای انجام پیچ نباید تلاشی کرد بلکه این اسکی تنها به دنبال حرکت اسکی سبک شده اسکی کوه و به دنبال آن به طور خودبه‌خود به دنبال اسکی سبک‌شده طی مسیر می‌کند.



پرسش سوم: اسکی باز می‌تواند با حالت موازی به جلو سر بخورد و می‌تواند از هشت اسکی‌ها را به اسکی موازی در پایان حرکت پیچ زدن برساند اما برای آغاز حرکت پیچ زدن، اسکی باز بی‌اختیار اسکی‌ها را به حالت هشت درمی‌آورد و می‌پیچد.

اسکی باز مایل است که

بتواند با اسکی‌های موازی با هماهنگی و توازن اسکی نماید، پیچ موازی آغاز کند و موازی به پایان

ببرد. ال

پاسخ: تمرین «سر خوردن از پهلو» به

اسکی‌باز کمک می‌کند که

پاسخ خود را بیابد و به

هدف خود نایل آید. «به

صورت پی‌درپی» به

مجموعه تمرین‌هایی

گفته می‌شود که در این

تمرین‌ها اسکی‌باز نوک

اسکی‌ها را به خط فرود

می‌رساند.

اسکی‌باز

می‌تواند

با اسکی موازی

خارجی) دور و به سمت کوه نزدیک می‌شود.

جلوی اسکی کوه (اسکی داخلی) دورتر از عقب اسکی کوه (اسکی داخلی)

نسبت به اسکی دره (اسکی خارجی) است.

توجه کنید که بر روی لبه اسکی کوه (لبه انگشت کوچک پای اسکی داخلی)

گام بردارید.

بر روی اسکی کوه (اسکی داخلی) وزن و تعادل خود را حفظ کنید. کمی صبر

کنید که اسکی کوه عمل کند و بعد اسکی دره را به اسکی کوه برسانید که با یکدیگر

به حالت موازی قرار گیرند.

بر روی اسکی کوه دوباره گام بردارید و حرکت را از نو تکرار کنید. گام پیوسته و

ریز بردارید که به نتیجه مثبت برسید.

پرسش دوم: اسکی باز با پیچ هشت اسکی می‌کند، به هر دو طرف می‌پیچد

و سرعت خود را به وسیله پیچ هشت پیوسته تحت کنترل درمی‌آورد. اسکی باز

مایل است که بتواند توانایی خود را از هشت اسکی کردن به اسکی موازی تبدیل کند

و به وسیله پیچ موازی اسکی نماید.

پاسخ: تمرین «خاتمه دادن به هشت به شیوه موازی» به اسکی‌باز کمک

می‌کند که پاسخ خود را بیابد و به هدف خویش نایل آید. این تمرین اسکی‌ها را از

حالت هشت به حالت موازی درمی‌آورد. این تمرین مقدمه‌ای برای اجرای حرکات

پیشرفته‌تر اسکی است.

به وسیله سبک کردن یک اسکی (اسکی داخلی) و بردن آن بر روی سمت لبه

انگشت کوچک پای، موجب چرخیدن اسکی دیگر که وزن و تعادل بیشتری بر روی

آن داریم یعنی اسکی دره می‌شود. در این روش اسکی سبک شده با نام «پای آزاد»

و اسکی دیگر، اسکی حمل‌کننده وزن و تعادل مشخص می‌شوند.

تمرین کنونی به اسکی باز می‌آموزد که تعادل و وزن خود را بر روی اسکی

تعادل حفظ کند و به وسیله اسکی دیگر (پای آزاد) که به طرف لبه انگشت کوچک

خود متمایل پیدا می‌کند، عمل پیچ زدن را آغاز و در نتیجه هر دو اسکی را به سوی

یک مسیر به صورت موازی با یکدیگر درمی‌آورد. برای انجام این تمرین در پیست

آسان به حالت هشت به جلو به صورت اریب سر بخورید. همزمان وزن و تعادل خود

را به روی اسکی دره ببرید. این اسکی تعادل است. اسکی سمت کوه را که سبک

کرده‌اید همزمان به طرف لبه انگشت کوچک پا کج کنید. بگذارید که لبه انگشت

کوچک اسکی سبک شده، با برف درگیر شود. این عمل اسکی‌ها را در قسمت

انتهایی پیچ به صورت موازی درمی‌آورد. این تمرین را در هر دو جهت، هم به چپ

و هم به طرف راست انجام دهید. تمرکز خود را بر روی پایهای خود بگذارید. اعضای

دیگر بدن و عضلات آن را به حالت راحت و طبیعی حفظ کنید. زمخت و بی‌انعطاف

نباشید. توجه داشته باشید که نیروی حرکت در اسکی در اسکی‌ها و در نتیجه در

ناحیه کف پاها آغاز و از طریق قوزک و ساق پا و زانو و باسن به بالاتنه می‌رسد.

تصحیح حرکت در اسکی در همه حال باید از ناحیه پا آغاز شود نه از جایی بالاتر در

عضلات دیگر بدن. اگر حرکت در ناحیه پا صحیح باشد به دنبال آن دیگر عضلات

بدن هم به تبعیت از پاها در جای درست خود قرار خواهند گرفت.

طبیعی بایستید و آرام و راحت باشید. با حرکت هشت به جلو سر بخورید، اما

تعادل و وزن خود را بر روی اسکی دره ببرید. پای سبک شده (اسکی کوه) را به

سمت لبه انگشت کوچک متمایل کنید.

پیوسته فعال باشید، اسکی سبک‌شده متمایل به لبه انگشت کوچک را به پای

دیگر (اسکی دره) نزدیک کنید. پای سبک شده را بیشتر به سوی لبه انگشت

کوچک به صورت بیشتر و کامل متمایل کنید.

صبر نکنید، نایستید، پیوسته فعال باشید. پای سبک شده را سبک نگه دارید و

پاشنه پای سبک شده را به طرف پاشنه پای دیگر بکشید. به این طریق اسکی به

راحتی می‌پیچد و عمل پیچ با شکل موازی اسکی‌ها کامل و پایان می‌یابد.

توجه کنید مایل شدن زانوی پای سبک شده به طرف کوه (بالای پیست)

نتیجه حرکت صحیح متمایل کردن اسکی سبک شده به طرف انگشت کوچک و

متمایل می‌کند تا به جلو سر بخورد و تمرین را به انجام برساند، اما قبل از این که اسکی‌ها در امتداد خط فرود به صورت کامل قرار گیرند و به طرف پایین پیست (دره) سرزیر شوند، اسکی باز نوک اسکی‌ها را دوباره به سمت بالای پیست هدایت می‌کند و به این صورت با عبور از عرض مسیر پیست به انجام این تمرین‌ها به منظور توانا شدن و مهارت در این روش می‌پردازد.

به عکس بالا توجه کنید. به خوبی به شما نشان می‌دهد که چگونه باید اسکی‌ها را به سمت لبه انگشت کوچک یا متمایل کرد تا بتوانید از پهلو در امتداد خط فرود بر روی برف به پایین سر بخورید. اگر به مشکل هشت شدن اسکی‌ها در شروع پیچ برخورد می‌کنیم به این دلیل است که در پایان هر پیچ، اسکی دره بر روی لبه انگشت شست پا اتکا دارد. اگر اسکی دره را از لبه آزاد نکنید و وزن و تعادل خود را بر روی اسکی کوه - که بعد از پیچ به اسکی دره تبدیل می‌شود - منتقل نکنید، به ناچار اسکی‌ها در موقع شروع پیچ به حالت هشت درمی‌آیند.

تمرین سر خوردن از پهلو به شما می‌آموزد که عادت کنید که اسکی‌های خود را از لبه آزاد کنید، آنها را تخت نمایید و لبه اسکی‌ها را همزمان با انتقال وزن و تعادل آزاد کرده و پیچ بعد را آغاز کنید. بدون یادگیری این روش در پایان هر پیچ هر دوی اسکی‌ها بر روی لبه انگشت شست پا متمایل می‌شوند که این عمل باعث هشت شدن اسکی‌ها می‌شود. هشت شدن اسکی در هر حال به علت قرار گرفتن وزن و تعادل بر روی هر دو لبه شست بزرگ پاهاست.

تمرین سر خوردن از پهلو را به خوبی یاد بگیرید. این تمرین به شما امکان می‌دهد که حرکتی را که در پایان و آغاز هر پیچ لازم دارید به خوبی یاد بگیرید و چون به واسطه این تمرین در کنترل لبه‌ای اسکی‌ها توانمند شده‌اید، در همه حال به صورت موازی اسکی کنید.

این تمرین از حالت «پیمودن مسیر» آغاز می‌شود که حرکتی است که اسکی‌باز به صورت عرضی از یک طرف پیست به طرف دیگر پیست می‌رود. برای شروع، ابتدا عمود بر خط فرود با اسکی‌های موازی می‌ایستید. وزن و تعادل بیشتر به طور طبیعی بر روی اسکی دره قرار دارد.

اسکی دره مسئول سرعت بخشیدن به حرکت است و اسکی کوه مسئول کم کردن سرعت است. با متمایل کردن اسکی به طرف لبه انگشت کوچک، اسکی‌ها در حالت تخت به صورت درست قرار می‌گیرند و نیروی جاذبه اسکی‌ها را از پهلو به زیر به طرف پایین پیست می‌کشد. در همین حال اگر وزن و تعادل خود را به روی پاشنه‌های پا متوجه کنید و عقب اسکی‌ها را کمی به طرف خط فرود متمایل کنید به طرف عقب سر خواهید خورد و اگر وزن و تعادل خود را به روی پنجه پاهای بربید و نوک اسکی‌ها را به طرف خط فرود متمایل کنید به سمت جلو سر خواهید خورد.

با وظیفه هر دو پا و کنترل لبه‌ای در هر دو اسکی به خوبی آشنا شوید. توجه کنید که تمرکز و نقطه آغاز حرکت از پاهای انگشتان پاهای اسکی هاست و ساق پا، زانو و باسن به تبعیت از حرکت صحیح پاهای زنجیروار حالت صحیح خود را پیدا خواهند کرد. به یاد داشته باشید که آرام و راحت بر روی اسکی‌ها بایستید و بالاتنه را سفت نگه دارید و در بالاتنه حرکات اضافی نداشته باشید.

برای شروع تمرین سر خوردن از پهلو به صورت پی‌درپی توجه کنید که از درگیر کردن بیش از حد لبه انگشت کوچک اسکی کوه با برف که موجب برگشتن نوک اسکی‌ها به طرف بالای پیست می‌شود و در نتیجه اسکی‌ها را متوقف می‌کند، اجتناب ورزید. بعد از این مراحل اسکی‌ها را از لبه خارج کنید تا دوباره نوک اسکی‌ها به طرف خط فرود امتداد یابد و حرکت «پی‌درپی» ادامه پیدا کند. با استفاده از این روش یاد گرفته‌اید که از این پس به طریق موازی ترمز کنید. متمایل کردن زیاد اسکی کوه به طرف لبه انگشت کوچک باعث چرخیدن اسکی دره می‌شود و در نتیجه نوک هر دو اسکی به سمت کوه (بالای پیست) تغییر مسیر داد و باعث ترمز کردن می‌شود. توجه کنید که اسکی کوه که وظیفه کم کردن سرعت، تغییر جهت و ترمز کردن را دارد، طول بلندی و کوتاهی پیچ را تعیین می‌کند و همچنین حالت سخت و آرام بودن یا شتاب‌زدگی عمل پیچ یا ترمز را تعیین می‌کند.

پرسش چهارم: اسکی‌باز به صورت موازی، موزون و با هماهنگی پیچ می‌زند اما مایل است که اسکی‌هایش با هماهنگی بیشتری حرکت کنند و به صورتی کامل و زیبا

حتی در شیب‌های تند اسکی کند.

پاسخ: تمرین «حرکت موازی با سبک کردن یک پا» به اسکی‌باز کمک می‌کند که پاسخ خود را بیابد و به هدف خود برسد. حرکت و عمل پاها در این تمرین به شما کمک می‌کند که حالت حفظ تعادل صحیح بر روی اسکی دره را بیاموزید. همچنین حرکت سبک کردن اسکی کوه و تاثیر آن بر اسکی دره را تجربه کنید. به این وسیله توانایی به دست آوردن پیچ برنده را در اسکی‌ها افزایش می‌دهید. همچنین به شما این امکان را می‌دهد که در پیست‌های سخت‌تر و با شیب بیشتر با هدایت «برنده» به راحتی اسکی کنید. سرعت اسکی‌ها را در شیب‌های تند تحت کنترل داشته باشید و از سر خوردن اسکی‌ها از پهلو و از لبه خارج شدن اسکی‌ها در شیب‌های تند و سخت رهایی یابید. این تمرین را در هر دو جهت انجام دهید تا انجام آن را کاملاً فرا بگیرید و بتوانید با پیچ‌های پیوسته و پشت سر هم اسکی کنید.



سبک کردن یک اسکی و متمایل کردن آن به طرف لبه انگشت کوچک اسکی کوه باعث می‌شود که اسکی دره به تبعیت از اسکی کوه تغییر مسیر دهد و بر روی لبه و به صورت پیچ برنده بیفتد. اگر این تمرین به درستی در هر دو طرف (پیچ به سمت چپ و راست) تمرین شود به اسکی‌باز این امکان را می‌دهد که حرکت پیچ و هدایت برنده را آسان و سریع انجام دهد. توجه کنید که در هر حال در این تمرین‌ها این اسکی کوه است که با متمایل شدن بر روی لبه انگشت کوچک عمل پیچ زدن را انجام می‌دهد و اسکی دره به دنبال آن و در جهت اسکی سبک شده می‌پیچد.

تمرکز بر روی پای سبک شده در انجام مؤثر پیچ تعیین‌کننده است. همه نیرو و حرکت از زیر اسکی‌ها و پاهای آغاز می‌شود و رو به بالا به زانو و باسن انتقال می‌یابد. درستی حرکت در پاهای و حفظ آرامش در بالاتنه باعث ایستادن صحیح بر روی اسکی‌ها و انجام صحیح پیچ هدایت برنده می‌شود.

بر اساس و به تبعیت اصل زنجیره ای، زنجیروار حرکت صحیح را از پای سبک شده به زانو و باسن انتقال داده و از طریق ران پای خارجی (دره) هر دو اسکی را در یک جهت واحد و موازی به یک طرف می‌چرخاند. توجه کنید که تمرین بالا را در پیست آسان‌تری انجام دهید و پس از کامل شدن در تمرین در هر دو طرف (پیچیدن به چپ و راست) پیچ را کامل و به صورت پیوسته به انجام برسانید.

و در پایان به سراغ پیست‌های پرشیب‌تر بروید. این تمرین به شما می‌آموزد که چگونه با سبک کردن یک اسکی کوه و متمایل کردن آن به طرف لبه انگشت کوچک، اسکی دره را به سمت کوه متمایل کنید و پاشنه پای سبک شده را به پای دیگر نزدیک کنید. این کار عمل متمایل شدن اسکی سبک شده بر روی لبه انگشت کوچک را افزایش داده و حرکت را به صورت کامل‌تری انجام می‌دهد.

روش جدید اسکی

در مسابقه‌های جهانی اسکی

beygi@home.se
www.beygi.net

شهریار بیگی

داخلی به طرف داخل پیچ (در اثر تمایل به طرف لبه انگشت کوچک پایو به طرف و خارج محور بدن در پای داخلی است) که پای خارجی را به دنبال خویش به طرف و جهت داخل پیچ می‌برد. به این صورت همه توجه بر این است که در همه مراحل پیچ از آغاز تا پایان یک پیچ در هر حال اسکی باز از شکل منحنی لبه اسکی‌ها بهره جوید، شکل موازی نگاه داشتن اسکی‌ها را نسبت به یکدیگر کاملاً حفظ نماید و به این وسیله به وسیله هدایت کاملاً برنده از هدایت سرنده و چرخانده شدن چوب اسکی اجتناب شود. مسلماً اسکی‌های کاملاً موازی در همه حال زودتر سرعت می‌گیرند بر روی لبه‌های خود استقرار یابند و به اسکی‌باز امکان می‌دهند که هدایت برنده اسکی‌ها را کاملاً در دست داشته باشد. امری که به این صورت به کنترل برای پیچ به وسیله اسکی داخلی و البته حفظ ثبات و استقرار بر روی اسکی خارجی عملی پایه‌ای می‌نماید. به این صورت اسکی‌ها از یک پیچ برنده بر روی یک پیچ دیگر امتداد مسیر می‌دهند. (چرخش اسکی‌ها اگر هم به چشم می‌آید نتیجه این هدایت برنده است نه چرخاندن عمودی چوب اسکی‌ها). انجام این امر در جای خود کمک می‌کند که اسکی در همه حال به صورت موازی باشد و در قسمت دوم پیچ فشار باثبات‌تری بر روی اسکی داخلی استقرار یابد و در نتیجه حفظ تعادل و استقامت را بر روی اسکی خارجی نیز کامل نماید. این امر هدایت کامل برنده را با سرعت و قدرت بالا به اسکی‌باز می‌بخشد. توجه کنید که در غیر این صورت اگر اسکی داخلی با اسکی خارجی موازی نبوده اسکی داخلی به طرف خارج (به مانند روش قدیمی پیچ قیچی با باز کردن اسکی داخلی یعنی اسکی‌ها از جلو به شکل ۷) باز می‌شد. این عمل خطا باعث سرخوردن اسکی خارجی می‌شد و مسلماً اسکی خارجی بر روی لبه داخلی باقی نمی‌ماند و هدایت از برنده به هدایت سرنده تبدیل می‌شد. این مورد اگر چه اجتناب‌ناپذیر است اما ایده آل این است که اسکی‌ها به شکل ۷ نشوند.

پا و ساق پایهای موازی

زاویه لبه اسکی در روش‌های قدیم به وسیله حرکت موثر اسکی خارجی که توسط حرکت زانو به محور داخل بدن انجام می‌شد صورت می‌پذیرفت. امروزه این روش قدیمی با این حرکت موثر



و فعال با پا و زانوی ساق پای داخلی به طرف داخل پیچ از بین رفته است. پای خارجی باز (استوار، نه خم شده) مسلماً پای بسیار قوی‌تر از پای خم شده است (به همان صورتی که برداشت یک کیسه سنگین با بازوی باز راحت‌تر است) امری که به اسکی‌باز امکان می‌دهد

که با سرعت و قدرت بالا اسکی کند. این شکل از ایستادن بر روی اسکی خارجی، فشار بر روی بدن را به روی اسکلت اسکی‌باز می‌برد تا بر روی ماهیچه و مفاصل و بندهای مفاصل بدن اسکی‌باز. این امر باعث می‌شود که اسکی‌باز از صدمات این فشار در حد بالا در امان بماند و صدمه نبیند. در سال‌های اخیر آمار نشان می‌دهد که اسکی‌بازان برتر رده اول دنیا به مراتب جراحات و صدمات کمتری دارند تا اسکی‌بازان درجه‌های دوم و سوم و اسکی‌بازان غیر حرفه‌ای دنیا. این امر به این دلیل است که آنان از برترین و جدیدترین روش ایستادن بر روی اسکی‌ها (ایستادن بر روی اسکی خارجی و استفاده موثر از اسکی داخلی که فشار ناشی از سرعت بالا در اسکی را بر روی اسکلت می‌برد تا بر روی ماهیچه‌ها و بندهای مفاصل) استفاده می‌کنند. روشی که متأسفانه اسکی‌بازان در رده پایین از آن استفاده نمی‌کنند استفاده از آخرین روش باعث افزایش سرعت و قدرت بیشتر در انجام مسابقات اسکی شده است. پا و ساق موازی امری است که مسلماً باعث شده است که مرکز ثقل بدن سریع‌تر از یک پیچ به پیچ دیگر برسد و به این وسیله حرکت اسکی‌ها نیز سریع‌تر شود. Δ

روش جدید مسابقه‌های اسکی موضوع بسیاری از اطلاعات یا اخبار نادرست و بحث پیرامون توضیح این مهم گردیده است. در اینجا تصمیم بر این داریم با بررسی روش اسکی‌بازان برتر امروز دنیا و تجربه و تحلیل روش اسکی این اسکی‌بازان به روشنگری پیرامون این مطلب پردازیم. منظور من اسکی‌بازانی است که در جمع بهترین دنیا، در آخرین مسابقات ماریچ کوچک و ماریچ بزرگ این روش جدید اسکی را در مسابقه‌های اسکی جهان به روز مورد استفاده قرار می‌دهند. روش جدیدی که روش جدید جهانی اسکی نام دارد و دیگر به یک کشور متعلق نیست بلکه متعلق به همه انانی است که این روش نوین اسکی را به کار می‌بندند. روش نوینی که این اسکی‌بازان برتر دنیا همه ساله آن را بهتر می‌سازند و به دنیا معرفی می‌نمایند. این روش نوین (موثر، کارآمد و قابل اجرا در سرعت و قدرت بالا در انجام اسکی) در مسابقه‌های جهانی امروز است.

روش مشترک جدید

- اسکی‌های موازی
- پا و ساق پایهای موازی
- درگیری فعال اسکی داخلی برای انجام پیچ
- قرارگیری قسمت جلوی اسکی‌ها در یک خط واحد (جلو و عقب نیستند)
- بردن نقطه ثقل بدن از یک طرف اسکی‌ها به طرف دیگر اسکی‌ها هماهنگ و همراه با بردن اسکی‌ها در زیر نقطه ثقل بدن از یک طرف به یک طرف دیگر
- سبک کردن رو به پایین
- درگیری و استفاده زودتر از لبه اسکی‌ها
- تحمل فشار بر اسکی در خط فرود

اسکی‌های موازی:

شکل موازی اسکی‌ها در پیچ هم در ماریچ کوچک و هم در ماریچ بزرگ رعایت می‌شود. توجه کنید که هیچ

یک از اسکی‌ها نسبت به یکدیگر به درون یا به بیرون مایل نمی‌شوند (حالت ۷ یا ۸ به خود نمی‌گیرند) یعنی شکل موازی اسکی‌ها نسبت به یکدیگر در همه جا و هر زمان، در زمان انجام پیچ به دقت رعایت می‌شود و اسکی‌ها به صورت موازی نسبت به یکدیگر نگاه داشته می‌شوند.

اگر چه موازی نگاه داشتن اسکی‌ها در همه حال به صورت موازی آسان نیست اما این امری ایده‌آل است که امروزه اسکی‌بازان سعی در موازی نگاه داشتن



اسکی‌ها در همه حال نسبت به یکدیگر دارند. در موقع انجام عمل پیچ صرف‌نظر از پیچ ماریچ کوچک یا ماریچ بزرگ، پاها و ساق پاها کاملاً در جهت عکس یکدیگر تغییر جهت می‌یابند این به این معنی است که جهت یافتن پا و ساق پای داخلی به طرف داخل پیچ (در واقع در اثر حرکت پای داخلی به طرف خارج محور بدن و داخل پیچ) است و پای خارجی را به دنبال خود به طرف داخل محور بدن می‌کشد. توجه کنید که این مهم به معنی این نیست که پای خارجی به طرز فعال با زانو به طرف داخل محور بدن کشیده می‌شود بلکه حرکت پا و ساق

کیش کیه؟

نوشته: رحیم دانایی

لطفا چند بار بخوانید. این نوشته در شماره ۴۵ مجله زمستان ۸۵ چاپ شده بود که بسیار مورد توجه هم نوردان قرار گرفت. متأسفانه حوادث زیادی که در یک سال گذشته پیش آمد، از جمله حادثه علم کوه و در گذشت محمد سعادت و بعد از آن مقبل هنریژوه. لازم دیدیم یک بار دیگر برای تاکید و توجه بیشتر این مطلب را چاپ کنیم.

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 هر چند 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 شدند، 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 وهم 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 شانسی مواجه می شود و قبل 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 احمال، 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 نادیده 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 پیاپی 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 را، 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 شد، انگار که کوه نوردان عزم خود را جزم کرده اند

در فرهنگ کشور ما، 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 تخیر، 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 کوه نوردی 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 پائین 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، تکنیک، 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 بعد جواد حضرتی پور به اتفاق گروهی از کوه نوردان شهر کرج، 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 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

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 شیرپالا) 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 فعالیتهای 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 سؤال 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 ساده و پیش پا افتاده برخورد کرده اند؟

به این خبر بسیار تازه که در فصلنامه کوه شماره ۴۴ یعنی پائیز 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 ۱۶/۵/۸۵ 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 سؤال 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، علایم خطر (یعنی علایم 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 شانسی 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، نابغه 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 متفقا 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 بعد از ظهرها را عنوان می کند ولی ایرانیان زیر بار نمی روند و روی درخواست خود پافشاری می کنند. بالاخره سرپرست ترک پس از اصرار زیاد 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 بعد از ظهر، مسیر را گم می کنند و شب



سرکار خانم ظریفه رحیم زاده

معاونت محترم فدراسیون کوه نوردی در امور بانوان

مصیبت های وارده به جنابعالی ما را نیز اندوهگین کرد. ضمن عرض تسلیت، برای درگذشتگان رحمت و برای جنابعالی و بازماندگان محترم صبر و استقامت از خداوند مسئلت داریم.

فصلنامه کوه

از کلیه دوستان و هم نوردان که

در مدت بیماری اینجانب هر یک

به نوعی جویای حال بنده بودند، کمال

تشکر و سپاس را دارم.

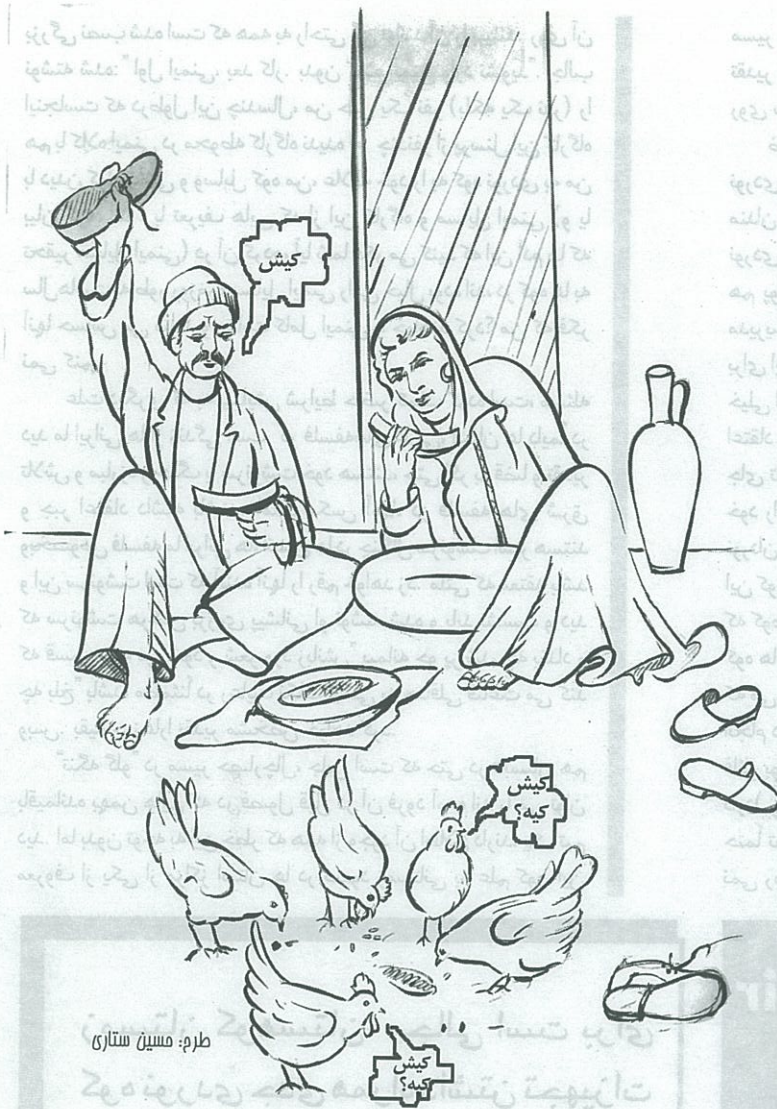
محسن نوری

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. مسافتی که باید طی کنند بسیار زیاد است و غمناکانه دیگر 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 اصغر مهرپویا از ارتفاع ۶۰۰ متری به 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 رکوردار 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 باره 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 گرایشی غالب در زمینه عدم توجه به 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 تأثیر 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



طرم: مسیّن ستاری

روزانه می بینیم، آن را لمس می کنیم و به نوعی از آن تأثیر می پذیریم. این موج را می توان در خیلی از اداره ها در مورد بخش نامه هایی که هرگز اجرا نمی شوند، 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 خیابان ها، 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 نرده کشی می کنند ولی آنها حاضرند که از روی نرده ها بپرند 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 تأثیر 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 چندسالی است که درحال ساختن یک مجتمع بزرگ است. بلافاصله بعد از درب نگهداری کارگاه، تابلوی

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. **بمن بهمن** رویت ضعیف فرهنگی نیز از دیگر مسایل بوجود آمدن فاجعه های ریز و درشت کوه نوردی بوده است. هرساله 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، تا به 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 ایران انجام دهد، از دست داد. به عنوان مثال اگر این تشکیلات برای جان انسان ها ارزش قائل بود و فقط یک تابلو هشدار دهنده در ابتدای مسیرسنگی 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 درحال حاضر هستند، نمی رسید.

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 در طول این چندسال، 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.

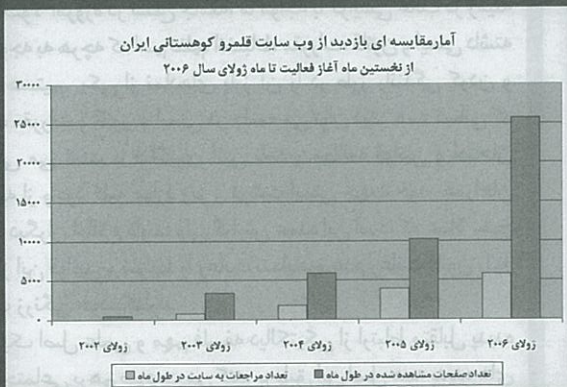
علت دیگری که به پیدایش شرایط حاضر کمک کرده است، مسئله دید ما ایرانی ها از زندگی است. در فلسفه های غربی، انسان ها دائماً در تلاش و مبارزه و جنگ با سرنوشت خود هستند، حتی اگر به قضا و تقدیر و جبر اعتقاد داشته باشند. اما برعکس آنها، در فلسفه های شرق و بخصوص فلسفه ما ایرانی ها، انسان ها در چنگال سرنوشت اسیر 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 "پیمانه 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 باقیمانده 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

www.MountainZone.ir

قلمرو کوهستانی ایران

پایگاه اینترنتی کوه و کوهنوردی در ایران



برای تبلیغ در سایت قلمرو کوهستانی ایران با ما تماس بگیرید
 پست الکترونیک: info@mountainzone.ir
 تلفن / شماره: ۰۲۱ - ۸۸۸۸۳۷۰۴

زمستان کوهستان، مجال است برای کوه نوردی جدی همراه داشتن تجهیزات مناسب، در نظر گرفتن وضعیت جوی قبل از اجرای برنامه ها، رعایت آموزه های ایمنی در زمینه سرمازدگی، بهمن و... می تواند از حوادث بسیاری پیشگیری کند. حضور گسترده و سازمان یافته باشگاه ها، گروه ها، مربیان و کوه نوردان در معابر پر تردد کوهستان تاثیر به سزایی در فرهنگ سازی کوه نوردی علمی خواهد داشت.

هیات کوه نوردی استان تهران
www.koohnavardanT.ir

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 اشتباهی 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 حمایت، گره پروسیک و ... را نام برد، که عدم استفاده از آنها تا به حال در جای خود ضربه های 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 تاجر و تاسف همراه است. کسانی که این ورزش سال ها زحمت کشیده بود تا افرادی مانند آنها را پرورش دهد و کسانی که اگر بودند، می توانستند در آموزش دیگران نقش بزرگی ایفا کنند.

در عالم تخیل و تهنایی، همیشه به این فکر می کنم که چقدر خوب می شد که انسان نیرویی می داشت و می توانست از دست رفته ها را دوباره به جمع خود بیاورد. نمی دانم که شما هم فیلم "بازگشت به آینده" Back to the future به کارگردانی مایکل فاکس را دیده اید یا نه؟ قهرمان این فیلم ماشین مخصوصی دارد که با سوار شدن به آن به زمان های مختلف مسافرت می کند و با آدم های آن عصر ارتباط برقرار می کند. هر دفعه که به یاد این فیلم می افتم، آرزو می کنم که ای کاش یکی از این خودروها را داشتم و با آن به سراغ دوستان از دست رفته خود می رفتم. به تابستان ۸۴ و دره آندرسم می رفتم و دوازده نفر اعضای تیم "طبیعت و خانواده" را قبل از اینکه سیل آنها را به کام خود ببرد، سوار می کردم. به اردیبهشت ۸۱ و دماوند می رفتم و آقای رابوکی را قبل از این که باد او را به دره یخار پرت کند، سوار می کردم و از او می خواستم که در آن روز توفانی دماوند را به حال خود بگذارد، به اسفند ۸۳ و هفت خوان علم کوه می رفتم و به دوست هم نوره، حسن زرافشان می گفتم که: "تویی که جان چندین انسان را در امداد نجات دادی، چرا درحالی که کسالت تو برطرف نشده به کوه آمده ای تا جان خود را در آنجا بگذاری"، به گاشبروم می رفتم و به محمد اوراز می گفتم که برادر، بهمن ها به هیچ انسان قوی و ضعیفی رحم نمی کنند، امروز روز صعود نیست، سوار شو تا سرنوشت خود را تغییر دهی. سپس به همه زمان ها و کوه های ایران سر می زدم و همه عزیزانی که دچار سانحه شده بودند را سوار اتومبیل مخصوص خود می کردم و آنها را به زمان حال باز می گرداندم.

آنها را یک به یک تحویل بستگان خود می دادم و همراه آنان فریاد می زدم 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 کرده ایم. مقصریم به خاطر این که علی رغم آموزش ها و تجربه های ریز و درشتی که در طول فعالیت های کوه نوردی خود کسب کرده بودیم، آنها را در موقع خود به کار نبردیم و خود و شما را با فاجعه روبه رو کردیم. مقصریم، چون به جای دقت، مدیریت، ایمنی و ...، سهل انگاری را جایگزین آنها نمودیم و مقصریم که باعث شدیم تا چشمان شما هنگام نگاه به کوه ها، همیشه مملو از اشک باشند و قول می دهیم که از این پس حتی یک لحظه هم در هنگام لحظات حاد، تصمیمی اشتباه و خطرناک را اختیار نکنیم، قول می دهیم که از این پس در فعالیت های کوه نوردی خود، صرفاً به فکر لذت شخصی خود نباشیم و بازگشت سالم به کانون خانواده را در نظر داشته باشیم. قول می دهیم که اصول و موارد ایمنی کوه نوردی را از این پس صددرصد در برنامه های خود اجرا کنیم. قول می دهیم که ... و قول ...

ولی نه، اینها فقط افکار تخیلی من در انزوا و تهنایی هستند. درعالم واقعیت چنین ماشینی وجود ندارد و هم نوردان ما برای همیشه ما را ترک کرده اند. در ورزش کوه نوردی، مرگ خیلی بیشتر از سایر ورزش ها به سراغ افراد آن می آید. اما نکته اینجاست که بخشی از خطراتی که برای علاقمندان این ورزش وجود دارد، شناخته شده هستند و می توان از قبل از بروز و وقوع آنها جلوگیری کرد. کاری که این دوستان می توانستند انجام دهند و انجام ندادند. بدیهی است که ما هر درجه ای 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 بزیم تا بیاییم سر جای اول خود؟

حوادث مذکور و مشابه کوه نوردی، من را به یاد داستان آن دو روستایی می اندازد که در ایوان خانه خود مشغول خربزه خوردن بودند. جماعتی از مرغ های درون حیاط با دیدن تخمه های خربزه به ایوان هجوم بردند و آمدند روی فرش. یکی از روستائیان گفت: "کیش!" مرغ ها ایستادند و از یکدیگر پرسیدند که: "کیش کیه؟"، اما همه اظهار کردند که کیش نیستند. بنابراین مرغ ها نتیجه گرفتند که مقصود روستائیان از کیش، کسی خارج از گروه آنهاست. آنها مجدداً به طرف تخمه ها هجوم بردند. یکی از روستائیان لنگه کفشی را به طرف مرغ ها پرتاب کرد و گفت: "کیش" لنگه کفش به یکی از مرغ ها خورد و لنگان از ایوان فرار کرد. مرغ ها با دیدن این صحنه گفتند که: "آهان، کیش این بود"، بنابراین مجدداً به طرف تخمه ها هجوم بردند. روستایی مجدداً یک لنگه کفش به طرف مرغ ها پرتاب کرد و به مرغی دیگر خورد. مرغ ها گفتند: "آهان، این یکی هم اسمش کیش بود و اعلام نمی کرد". خلاصه آن قدر این عمل تکرار شد تا در پایان مرغ ها فهمیدند که مقصود روستایی از کیش، همه آنها بوده است.

حال و وضع ما هم امروزه مانند آن مرغ هاست. اشتباهات را تکرار می کنیم بدون اینکه از آنها درس بگیریم و دیگر از آن سوراخ گزیده نشویم. همه فکر می کنیم که حادثه ای که برای هم نورد ما اتفاق می افتد، برای ما اتفاق نخواهد افتاد. کوه ها بنا بر طبیعت خود، نیروهایی مهیب و عظیم هستند که کوچک ترین کم بها دادن به آنها باعث تکرار فاجعه ای دیگر خواهد شد. آنها مدت هاست مانند آن روستائیان، نهیب خود را بر ما زده اند و این ما هستیم که باید تهدید آنها را جدی بگیریم. در اینجا وقتی از "ما" صحبت می شود یعنی همه، یعنی آن پیش کسوتی که بیشتر از تعداد موهای سرش قله ها را صعود کرده و آن کسی که امروزه با یکی دو بار کوه رفتن، علاقه مند به این ورزش شده و می خواهد با خرید تجهیزات کوه نوردی به جمع کوه نوردان بپیوندد. نهیب و فریاد و تهدید کوه ها، کوچک و بزرگ و فعال و غیر فعال نمی شناسد، بیایید آنرا جدی بگیریم.

با توجه به این که شما تا اینجا حوصله کرده و مقاله را مطالعه نموده اید، 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؟؟؟

جناب آقای اخترزند

مدیریت تولیدی کفش پایار

صعود اینجانب به قله کازبک،

مرهون حمایت های جنابعالی است.

تشکر مرا بپذیرید.

غلامعلی عباسی
قزوین



گردنه قیز گدیج

قله باغچه بند

قله باغچه بند ۳۲۰۰ متر

گزارش: دردائیل علی پور گرگری

اواسط تابستان باقی می ماند. صعود از مسیرهای باغچه بند و قاردوران در تابستان به علت شیب زیاد و صخره های ریزشی و در زمستان ریزش بهمن در میان کوه نوردان گمنام مانده است.

زمستان که از راه می رسد؛ توده های از برف و یخ تمامی کوهستان را می پوشاند.

روستاهای اطراف قله = روستای داران با پناهگاه معروف کیامکی، اویندین، ارسی، قشلاق، میاب با منطقه بیلاقی قره چی و چشمه معروف (خاتون).

پوشش گیاهی منطقه به علت نامرغوب بودن خاک ضعیف بوده و مسیرهای صعود و جانوران منطقه، کل و بز کوهی، گرگ و گراز می باشد.

۱- در فصلنامه کوه شماره ۲۶ گزارش شهر گرگر به روستای داران و با کوه پیمایی به پناهگاه کیامکی می رسیم از پناهگاه قله باغچه بند در قسمت جنوبی نوک تیز و خوفناک نمایان است اکثر کوه نوردان که به منطقه وارد می شوند باغچه بند را در زمستان غیرقابل صعود می دانند. اما از پناهگاه به طرف حسین دره سی صعود را آغاز و با ادامه مسیر به گردنه قیز گویج می رسیم و از گردنه به طرف غرب می توان قله باغچه بند را صعود کرد.

۲- مسیر دیگر، از پناهگاه به سمت راست از یالی طولانی که به قله قانلی ختم می شود صعود کرده و با پشت سر گذاشتن منطقه چیچوری به منطقه کفی قره چی می رسیم با ادامه مسیر به طرف شرق می توان قله را صعود نمود.

۳- از پناهگاه وارد حسین دره سی شده برخلاف مسیر شماره ۱ و ۲ وارد دره باریکی که به باغچه بند یا قاردوران معروف است وارد شده با رعایت نکات فنی و با احتیاط به قله صعود می کنیم. برای صعود این مسیر در زمستان داشتن کرامپون، کلنگ، طناب الزامی بوده و صعود انفرادی توصیه نمی شود، ضمناً کوه نوردان مبتدی از دو مسیر دیگر صعود نمایند، بهتر است.

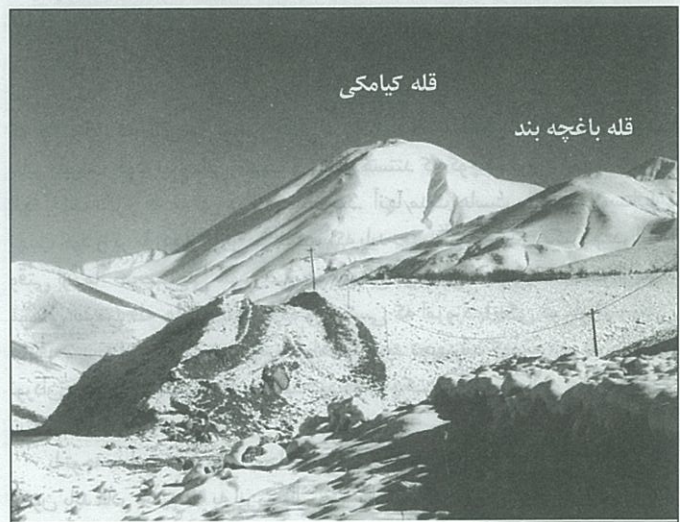
- صعود به قله در تمامی فصول قابل اجراست و بهترین فصل صعود بهار و پاییز می باشد.

- در زمستان گذشته آقای جعفر هادی سیه رود به اتفاق نویسنده موفق به صعود

قله باغچه بند یا قاردوران از مسیرهای بهمنی و در شرایط سخت شدند. Δ

* قاردوران یعنی جایی که برف می ماند.

منطقه جلفا و هادی شهر با داشتن رشته کوه عظیم کیامکی جزو رشته بزرگ شمالی ایران از بخش سیه رود وایری شروع و با قله های معروف (عاشق سورتی - الوان داغ - کیامکی - باغچه بند - اویندین داغ - پشته باشی - قلنج و قانلی) و با اتصال به ارتفاعات گرگر، در منطقه حفاظت شده دره دیز گرگر خاتمه می یابد. (توضیح این که قله کامتال - جله داش - سلطان سنجر و بیلاقات خاروانا جزو منطقه حفاظت شده کیامکی می باشد) در این میان قله باغچه بند با ارتفاع ۳۲۰۰ متر در نزدیکی شهر هادیشهر (گرگر) در قسمت غربی کیامکی از گردنه معروف «قیز گریج» به قله کیامکی از منطقه و بیلاقی قره چی به قله قانلی و از قسمت جنوبی به لویندین داغی متصل می شود. از نظر بارش برف و نگهداری آن به مراتب بیشتر از قله کیامکی می باشد، به طوری که دره هایی که به (باغچه بند یا قاردوران) معروف و به حسین دره سی متصل می شود دارای آبشارهای فصلی بوده و برف آنها تا



قله کیامکی

قله باغچه بند



صعود زمستانی چکاد کول جنو

ما هر چه داریم از برکت وجود این عزیزان است، گرمی می‌داریم. ساعت ۱۳/۳۰ دقیقه را نشان می‌دهد. در حین انتظار دوستی که باید به ما بپیوندد خود را سرگرم درست کردن غذا می‌کنیم، تا کمی زمان بگذرد. با او تماس می‌گیریم و متوجه می‌شویم که از مسیر زمستانی در حال بالا آمدن می‌باشد.

فردا صبح قرار است ساعت ۵ صبح بیدار شویم وسایل کامل برای رول کوبی آورده‌ایم تا در صورت امکان پس از صعود تیغه از همان مسیر فرود بیاوریم، به خاطر بهمن‌های دره دابی و آن جهنم سفیدی که دوستان ما را به کام مرگ برد، به یاد لحظاتی که در حال بسکت کردن احسان شهبازی بودیم و مهدی و داوود، جا مانده‌های تیم ما که بهمن از کنار آنها گذشت و به صورت معجزه آسا سفیدپوش شده نجات یافتند، می‌اقتم.

صبح ساعت ۵/۵۰ دقیقه همگی به سمت بالا حرکت می‌کنیم پس از یک ساعت و عبور از روی برف‌ها یخ زده به زیر تیغه شمالی می‌رسیم هوا دگرگون است و باد به شدت می‌وزد کیوان می‌گوید چه کنیم صعود یا پناهگاه در جواب می‌گویم چند لحظه‌ای صبر کنید و کرامپون‌ها را ببندید بلکه هوا بهتر شود، البته کلاغ‌ها به سمت دره‌های پایین در حال پریدن هستند و ما در معرض باد هستیم.

یکی از دوستان به علت داشتن کفش یک پوش و مقداری نم داشتن آنها راهی پناهگاه می‌شود. ما هم از صعود تیغه سنگی صرف نظر می‌کنیم. البته بارش نداریم ولی هوا به علت باد و ابری بودن بسیار سرد است. برف کاملاً تثبیت شده، با توجه به آمادگی نفرات و تیم شاید بتوانیم همین امروز سعی مان را بکنیم و قله را صعود کنیم.

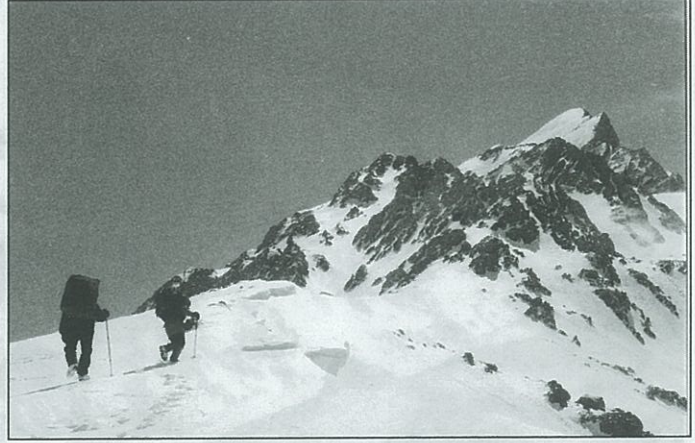
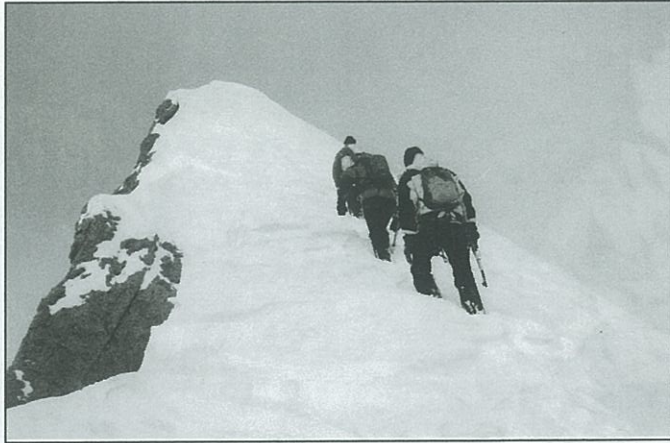
پیشنهاد صعود از زیر هرم دوم را کردم البته می‌دانیم که برف جمع شده روی هرم اصلی (سوم) این مسیر را تهدید می‌کند. موافقت جمعی به صعود و حرکت آغاز می‌شود. به سمت صخره‌های عظیم و یکپارچه هرم دوم که تا نزدیکی قله ادامه دارد حرکت می‌کنیم. بعد از مدتی به شیب تند این قسمت که کاملاً در زمستان در سایه قرار دارد، می‌رسیم، باید خاطر نشان کنم که

تنوع و گوناگونی فوق‌العاده کوه‌ها از نظر شکل و فرم، جنس و رنگ و ساختار بی‌نظیر، تحسین برانگیز است؛ معمار و خالق طبیعت به یک اشاره خویش آن گونه آفریده است که هر کدام به تنهایی ویژگی خاص خود را داشته و با دیگری مشابهتی ندارد.

کول جنو از آن دست قله‌هایی است که از زیبایی چیزی کم ندارد این قله در بخش انتهایی خط‌الراس اشترانکوه با سه هرم تیز و شاخص سر به فلک کشیده است، غرب آن قله شاه تخت و شرق آن قله کول هیبدی واقع شده است، شمال این قله چال پر از برف هی (چال سیاه) با مورونه‌ای مرده قرار دارد.

اولین صعود زمستانی این قله توسط جمعی از کوه‌نوردان به همت زنده‌یاد ناصر خوشه‌چین کوه‌نورد برجسته اراکی و تنی چند از دوستانش و شادروان فریدون اسماعیل‌زاده، علی محمدپور و ابراهیم بابایی در بهمن ماه ۱۳۶۲ انجام شد. این صعود بسیار دشوار زمستانی تا سال‌ها، یعنی سال ۱۳۷۸ با وجود چند بار تلاش تکرار نشد.

در اسفندماه ۱۳۸۵، پس از دوبار صعود موفق بر روی این قله که هر دو در همین ماه انجام شده بود - تصمیم گرفتیم با تنی چند از دوستان به یاد کوه‌نوردانی که در آذرماه ۸۴ پس از صعود قله در دامنه‌های آن آرام گرفته بودند، صعودی انجام دهیم. پس از اطلاع از وضع هوا، در ساعت ۵ صبح روز هجدهم اسفند ماه اراک را به سمت ازنا و سپس روستای کمندان ترک می‌کنیم. بر روستای کمندان آرامش زمستانی حاکم است، هوا تا قسمتی ابری است و باد نه چندان شدیدی می‌وزد ولی گویا در بالا دست و روی یال‌ها هوا کمی فرق می‌کند. این را از برفی که باد بلند می‌کند متوجه می‌شویم. کوله‌ها را بر دوش گرفته و در کنار رودخانه و سپس با برف کوبی پس از چهل دقیقه به کمپ آرش که سنگ بزرگی روبه‌روی دره تنگ تونل برفی است، می‌رسیم. معمولاً این نقطه اولین محل استراحت است، پس از کمی استراحت حرکت کرده و پس از سه ساعت و سی دقیقه کوه‌نوردی بی‌وقفه به پناهگاه می‌رسیم. در بدو ورودمان به پناهگاه یاد ناصر خوشه‌چین و ناصرهای کوه‌نوردی کشورمان را که



تک تک از سه بهمن خطرناک این دره عبور کرده خود را به شصت (سنگ بزرگی روی گردنه) مشرف به چال هی (سیاه) می‌رسانیم. در نهایت شیب‌های تند را طی می‌کنیم و در پناهگاه تا می‌توانیم چای می‌نوشیم. و برای صرف ناهار به سمت پایین و کمندان راهی می‌شویم ساعت هشت شب را نشان می‌دهد که به اراک می‌رسیم. Δ

گزارش: محمد جلالی فراهانی، کیوان بصیریان (گروه شقایق کرج)، علی رضا یوسفی، بهنام سلیمانی، مجید خلج (هیات کوه‌نوردی اراک)

برف‌ها روی دیواره نمی‌ماند و همه در این قسمت ریخته و یخ می‌زند ما با کرامپون و کلنگ از آن صعود می‌کنیم در این جا خبری از باد نیست و ابرها در آسمان به سرعت در حرکت‌اند در این شیب برفی تند دست به سنگ نداریم پس از سه ساعت تلاش در شیب نفس‌گیر این قسمت به زیر قله می‌رسیم و بعد از این ۵۰ متر آخر پا بر روی قله می‌گذاریم ساعت ۱۱/۳۰ دقیقه است. یاد دوستانی که به یاد نام آنان این صعود را انجام داده‌ایم گرامی می‌داریم و پس از گرفتن چند عکس و فیلم، مسیر دره دایی را پیش می‌گیریم و با احتیاط و

دشواری‌های کوه‌ها

حسین نظر

در مناطقی شیب زیاد شده و یا درگیری با سنگ از درجه پایین خواهیم داشت. توانایی عمومی صعود الزامی است.

۵- سطوح بسیار شیب‌دار یخ و سنگ که تنها برای کوه‌نوردان برجسته‌ای که توانایی صعود به مسیرهای دشواری با این شرایط را دارند مناسب است.

آمادگی بدنی

A- آمادگی جسمانی مقدماتی خوب، توانایی حمل کوله‌پشتی ۶ تا ۸ کیلوگرمی.

B - آمادگی قلبی و عروقی خوب که عموماً برای اغلب مردم با تمرینات دو، کوه‌پیمایی و تمرینات سالنی به دست می‌آید. توانایی حمل کوله‌پشتی به وزن ۸ تا ۱۲ کیلوگرم.

C - آمادگی بدنی بالا همراه با استقامت فیزیکی برای حمل کوله‌پشتی در دوره‌های زمانی طولانی، کوله‌پشتی ۱۲ تا ۱۸ کیلوگرمی.

D - همانند درجه C ولی کمی شدیدتر، کوه‌نوردی در این رده توانفرسا می‌باشد و کم کردن وزن اجتناب‌ناپذیر است. تمرین سخت همراه با کالری اضافه در هنگام صعود و قبل از آن توصیه می‌شود.

E - فعالیت فیزیکی شدید در ارتفاع بالا که مستلزم آمادگی قلبی و تجربه ارتفاع در سفرهای قبلی می‌باشد. تمامی توصیه‌های D لحاظ می‌شود با این تفاوت که احتمال آسیب‌های شدید پس از سفر وجود دارد. Δ

بر دیگری نیست بلکه تنها روشن نمودن و توضیح دادن آن چیزی است که امروزه به دلیل رشد و توسعه فراگیر شده و در پی آمد آن چشم و هم‌چشمی و دنباله‌روی ناآگاهانه را به ارمغان آورده است. برای اجتناب از خودباوری کاذب و یافتن جایگاه واقعی نه تنها دانستن خیلی از نکات ضروری است بلکه به کارگیری آنها ممانعی است از خطر کردن و در افتادن به ورطه نابودی. بررسی دشواری فنی و آمادگی بدنی برای گروه‌یگان به هر دو راه تدوین شده است تا با شناخت کامل از بضاعت و توان و فیزیک خویش گام در راه بگذارند راهی که قبلاً تجربه و شناخت آن را داشته‌اند و آگاهانه بدان سو رفته‌اند، نه این که در پایان راه پس از برخورد با موانع و مشکلات متوجه انتخاب ناصحیح و بضاعت نادر خویش گردند.

دشواری فنی (۱ تا ۵)

- ۱- برف با شیب کم و مناطق سنگی که معمولاً به راحتی قابل عبور هستند. نیازی به طناب نیست. ضرورتی به تجربه قبلی کوه‌نوردی نمی‌باشد.
- ۲- طناب برای عبور از قسمت‌های یخچالی استفاده می‌شود. گرچه تجربه قبلی کوه‌نوردی می‌تواند کمک‌کننده باشد ولی الزامی نیست.
- ۳- قسمت‌های کوتاه و شیب‌دار یخ و برف تا شیب‌های ۵۰ درجه تجربه قبلی یخ و برف الزامی است.
- ۴- قسمت‌های طولانی و شیب‌دار یخ و برف که

دنیای اسرارآمیز و پیچیده کوه‌ها و صعودهای بلند و دشوار برای مردان و زنانی که برای ایستادن بر بلندای این قله‌ها مبارزه‌ای نابرابر و جدی را آغاز می‌کنند و رنج بی‌پایانی را حداقل تا پایان این فراز و فرود به جان می‌خرند، نه تنها ناشناخته نیست بلکه انتخابی است کاملاً آگاهانه و شناخته شده؛ آنان برای رسیدن به هدف گامی فراتر از حد توان یک انسان برمی‌دارند و گاه مرگ را به سخره می‌گیرند و آن گاه که سرمست و پیروز راه بازگشت می‌گیرند برای‌شان چیزی جز سختی و مرارت‌های به جان خریده و یا به یادگار مانده باقی نمی‌ماند و البته گاه شیرینی و لذت صعود در خاطره.

سرزمین مان ایران به دلیل چین‌خوردگی‌های بسیار و رشته کوه‌های سر به فلک کشیده و شهرها و روستاهای آرام گرفته در دل این کوه‌ها. کوه‌نوردان بسیاری دارد که فراخور حال و توان و بضاعت خویش به کوه‌نوردی می‌پردازند. عده‌ای به کوه‌پیمایی و کوه‌نوردی تا حد ورزش کردن و لذت بردن و سپری نمودن یک روز خود در دامان طبیعت نگاه می‌کنند و برخی کوه‌نوردی را فراتر از یک ورزش یک حرفه، ماجراجویی و دست و پنجه نرم کردن با طبیعت رام نشدن و محک زدن اراده و توان خویش و در نهایت طبیعت سرکش و مغرور را مقهور اراده خویش نمودن و یا مغموم قدرت لایزال طبیعت شدن، می‌دانند. در اینجا بحث با ساده‌پنداری و یا صحیح بودن تفکر و راه یکی

ساختار باستانی خورَهه

خورَهه - محلات

ز خورَهه برآمد یکی پهلوان

چو خورشید تابان میان یلان

دلیر و خردمند و روشن روان

بلند اخترى نام او اردوان



ساختار باستانی خورَهه در روستای زیبایی به اسم خورَهه واقع شده است. از این ساختار اکنون تنها دو ستون سنگی به ارتفاع ۶ متر با سنگ برپه‌های زیبا در بالای آن باقی مانده است. خوشبختانه هم اکنون کارشناسان سازمان میراث فرهنگی در حال حفاری و کشف رمز و رموز این اثر باستانی هستند. به گفته باستان شناسان این ساختار، خانه‌ای بیلاقی برای یکی از آزادان دوره اشکانی بوده است.

در دوره ایلخانیان بر روی ویرانه‌ها و خرابه‌های این ساختار، گورستانی برای مسلمانان ساخته شده است. با حفاری‌های انجام شده، دیگر دیوارها و کف این بنا از دل خاک بیرون آورده شده تا خاطرات زیبای دو هزار و اندی ساله این ساختار، که در گذشته نیاشگاه و پرستشگاه تصور می‌شد، دوباره زنده شود. برای حفاری بیشتر اسکلت‌های گورستان دوره ایلخانی (حدود ۶۰۰ سال پیش) از این ناحیه به گورستان مجاور منتقل می‌شود تا دیگر زوایای تاریک این ساختار شگرف روشن شود.

مجموعه معماری خورَهه محلات که یک بنای اشکانی است ۴۵ درجه به سمت شمال شرق منحرف شده و از این جهت به چغازنبیل و معابد بزرگ دیگری چون اور و درگارا شباهت دارد. بررسی های باستان شناسان شباهت معماری این مجموعه را با معماری بنای اشکانی ابوقبور بغداد نزدیک می‌دانند.

در کاوش‌های باستان‌شناسی تعداد زیادی سفال و خمره پیدا شده است. کشف سفال‌های کلینگی (جرینگی) که ظرافت خاصی دارند، اثبات می‌کند که این خانه یک عمارت اربابی بوده است. همچنین این بررسی‌ها نشان می‌دهد که این عمارت با بنای اشکانی ابوقبور بغداد شباهت دارد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که ساکنان این خانه، ساختمان را به قصد بازگشت ترک کرده‌اند. درب بنا با عجله و به وسیله سنگ و خمره‌های شکسته مسدود شده است اما ساکنان آن هرگز به آن بازنگشته‌اند. بررسی‌ها نشان می‌دهد این بنا با انقراض سلسله اشکانی متروک شده است و در دوره ساسانی، یک گروه صنعتگر بر کناره آن تاسیسات کارگاهی دایر کرده‌اند. در دوره اسلامی به‌ویژه ایلخانی نیز سطح تپه گورستان شده است. در این گورستان چند کتیبه پیدا شده است که یکی از آنها وقف نامه و دیگری گفتاری از حضرت پیامبر(ص) است.

در نزدیکی این ساختار برکه‌ای زیبا قرار دارد که تصاویر کشتزارهای آفتابگردان مجاور درون آب آن جلوه‌ای دیدنی دارد. برکه‌ای که از آب دو چشمه زیر سطحی تغذیه می‌شود. نمک و املاح موجود در خاک جلوه‌های زیبایی در اطراف این برکه ایجاد کرده است. دیدن گل‌های آفتابگردان اطراف و قدم زدن درون این کشتزارها و عکاسی از آنها لذتی است فراموش نشدنی.

دریاچه آب شور

در نزدیکی آثار باستانی خورَهه مربوط به دوران اشکانی، یک دریاچه آب شور قرار دارد که مردم محلی به آن آب شور می‌گویند. در قدیم در این محل یک چشمه کوچک قرار داشت که از آن آب شور و تلخ به صورت فوران‌های کوچک بیرون می‌زد.



ن آ به طه رحانه با ل همشک زبا با
 به آن ربا و مشرقه له پلخه تناسل حیره
 خانه ن آ زا و رله لک پتشی با کتبا
 ربا با سنک حظه پتشی به زبا
 نشی ن آ با لک و ربا همشک زبا
 میمنت حیره و ربا و ن آ
 حیره ن آ همشک زبا
 حیره ن آ همشک زبا
 حیره ن آ همشک زبا
 حیره ن آ همشک زبا

جعفر سپهری

۷۸
 ۹۹

آب این چشمه با آب قناتی که در آن نزدیکی است مخلوط می شد و این امر باعث شد بیشتر باغهایی که از آن قنات آبیاری می شدند خشک شدند. به این دلیل در حدود چهل و چند سال پیش کشاورزان و مردم خورهه تصمیم گرفتند این چشمه را خشک کنند.

سیس چندین کامیون خاک روی این چشمه ریخته شد و مدتی این چشمه خشک شد. اما پس از مدتی با دوباره فوران نمود. در اینجا بود که برای مهار کردن این آب محل چشمه خاکبرداری شد و به صورت یک دریاچه کوچک و زیبا در آمد.

اینک مقدار ورودی آب دریاچه با مقدار خروجی آن در اثر تبخیر برابر است و هیچ گونه آثار زینباری برای کشاورزی و باغ داری منطقه ندارد. در محیط این دریاچه تا کنون هیچ جاننداری به چشم نخورده است. △

خورهه = شهر خورشید



مهرماه روستای خورهه
 دریاچه خورهه
 دریاچه خورهه

جناب آقای محمود شعاعی

انتخاب شایسته جناب عالی به سمت ریاست فدراسیون کوه نوردی نشان از بینش عالی و درک عمیق مجمع عمومی فدراسیون از مسائل کوه نوردی داشت. این حسن انتخاب را به جناب عالی و جامعه کوه نوردی کشور تبریک می گوئیم.

خانه کوه نوردی تهران

جناب آقای کاوه کاشفی

انتخاب جناب عالی را به سمت سرپرست هیات کوه نوردی استان تهران تبریک گفته و برایتان توفیق روز افزون آرزو مندیم

خانه کوه نوردی تهران

جناب آقای مرتضی موسوی

انتخاب جناب عالی را به سمت بازرس فدراسیون کوه نوردی به شما و جامعه کوه نوردی تبریک می گوئیم

خانه کوه نوردی تهران



اولین سنجش علمی هم نوردان با استقبال پر شور خوانندگان مجله کوه روبه رو شد. به برگزیدگان این مسابقه جوایزی به شرح زیر اهدا شد.

نفر اول آقای سلیم شالوم یک سکه بهار آزادی

نفرات دوم تا پنجم به ترتیب آقای امیر حسن سرکانی،

خانم لیلا خالقی، آقای پویان سلیمان ده کردی و آقای

موسی نوری، یک نیم سکه بهار آزادی

همچنین به افرادی که تا ۲۵ سوال را جواب داده بودند

یک عدد ساعت مچی اهدا خواهد شد.

گروه تبلیغاتی فرات

گیاهان دارویی

گردآوری: نرگس روحانی

Laurus nobilis L.

برگ بو



مشخصات: گیاهی است چند ساله و درختی که بسته به نوع خاک ممکن است بسیار بزرگ شود. گیاه بسیار منشعب با برگ های فراوان و برگ ها در سطح فوقانی صاف، چرمی و براق ولی در سطح تحتانی به رنگ سبز تیره و دارای دمبرگ های خیلی کوتاهی هستند برگ ها دارای رگیبگ های برجسته ای می باشند. در ایران اغلب به صورت درختچه است. خاستگاه آن مدیترانه و اروپای جنوبی است و حدود ۲۰۰ سال پیش به ایران وارد شده است.

قسمت مورد استفاده: برگ گیاه، میوه

ترکیبات شیمیایی: اسانس، اسیداوریک، اوژنول، موسیلاژ، تانن، ریزن، اتر

خواص درمان: برگ بو به عنوان مدر و مسکن دردهای کلیوی مصرف می شود، بهبود دهنده زخم، ضد عفونی کننده.

اشکال دارویی: دم کرده، تنتور، عصاره روان، اسانس

میزان مصرف: این گیاه به صورت دم کرده از برگ ها، ۱۰ تا ۲۰ در هزار، به مقدار دو فجان در روز بعد از غذا.

پراکندگی: در نقاط مختلف ایران به صورت کاشته شده وجود دارد هم اکنون در نواحی شمالی و مرکزی ایران پرورش می یابد. △

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 فصلنامه‌ی کوه را مشترک شوید، خواهشمندیم به نکات زیر توجه فرمایید:

۱. حق اشتراک یکساله فصلنامه کوه (۴ شماره در سال) در داخل ایران ۵۲۰۰۰ ریال با پست عادی، با پست سفارشی ۶۵۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۳۰۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب سپهر (۰۱۰۰۲۶۲۴۷۴۰۰۰) بانک صادرات به نام فصلنامه‌ی کوه (قابل پرداخت در کلیه‌ی 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 بانکی را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگاه دارید.
۳. از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جداً خودداری فرمایید.
۴. هرگونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.
۵. دوره‌های صحافی شده فصلنامه ۸-۱، ۱۶-۹، ۲۴-۱۷، ۳۲-۲۵، ۴۰-۳۳، ۴۸-۴۱ 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.

فیلم آفتاب سرد، توهینی غیر مستقیم به جامعه کوهنوردی

هنگفت حاضر به همراهی آنان می‌شوند، عازم جست و جوی پیکر آن شهیدان می‌شوند و پس از آن شاهد حوادث و برخوردهایی هستیم که همه و همه اصول کوهنوردی و اخلاق کوهنوردی را زیر سوال می‌برند. در صحنه‌ای از این فیلم که کپی برداری ناشیانه‌ای از فیلم آمریکایی «حد عمود» می‌باشد شاهد بریدن طناب توسط یکی از رزمندگان قدیمی و ایثار جان خود در قبال جان دیگر اعضای گروه می‌باشیم. صحنه این ماجرا به لحاظ فنی آن قدر ناشیانه طراحی شده است که هر کوهنورد حتی تازه کار هم به تصنعی بودن آن اذعان می‌کند. حتی در این صحنه از فیلم باز هم کوهنوردان به سخره گرفته می‌شوند.

دست اندرکاران این فیلم شاید ماجرای کشته شدن دو دوستی که برای نجات دوست آسیب دیده‌شان در علم کوه تلاش کردند را نشنیده باشند. همین طور جریان کوهنوردانی که برای جست و جوی کوهنوردان حادثه دیده به منطقه اشتراک کوه می‌روند و خود دچار بهمن شده و کشته می‌شوند. موضوع ناجوانمردانه دیگر این فیلم تکیه بر پول پرستی و ضعف کوهنوردان حاضر در این فیلم در قبال سختی‌ها است.

کجا بودند دست‌اندرکاران این فیلم که تلاش بی‌دریغ کوهنوردان خراسان در جست و جوی لاشه هواپیمای ۱۳۰-C ارتش که در پشت قله شیرباد مشهد

جمعه بعد از ظهر ۶ مهرماه ۱۳۸۶ - هنگامی که تلویزیون تعداد بسیار زیادی بیننده را به خود جذب می‌نماید - به مناسبت بزرگداشت هشت سال دفاع مقدس شاهد فیلم پر از عشق و شور شهدای دوران جنگ حماسی ایران و در عین حال سخیف به لحاظ معرفی کوهنوردان و اصول کوهنوردی بودیم. در این فیلم شاهد قربانی نمودن ورزش کوهنوردی و کوهنوردان حرفه‌ای توسط دست‌اندرکاران تهیه این فیلم هستیم تا آنجا که کوهنوردان حرفه‌ای افرادی پست، پول پرست، ضد ارزش‌های متعالی و انسانی و انقلابی و جنگ، غیراخلاقی و... معرفی می‌شوند.

این فیلم در عین داشتن پیام زیبای زمان وصل با شهدای مفقودالایر، تحت تاثیر داستان قدیمی فیلم‌های وسترن که شاهد شخصیت‌های خوب و بد در آنان هستیم به ازای جاذبه بخشیدن به فیلم خود، یادگاران جنگ را در تقابل با چند به اصطلاح کوهنورد حرفه‌ای لایبالی قرار می‌دهد.

داستان این فیلم از آنجایی آغاز می‌شود که گروهی رزمنده در کوه‌های سرد کردستان گم می‌شوند و تنها بازمانده پس از ۲۰ سال به جهت یافتن هم‌زمان خود به همراهی تعدادی از دوستان و پسر لایبالی‌اش (که در طول فیلم متحول می‌گردد) با استخدام تعدادی به اصطلاح کوهنورد حرفه‌ای که صرفاً با گرفتن پولی

دچار حادثه شده بود آن هم در هوایی زمستانی که هلی‌کوپترها قادر به پرواز نبودند را بدون هیچ‌گونه چشم‌داشت مالی ببینند.

کجا بودند زمانی که کوهنوردان در قالب تیم‌های امداد و نجات به یاری زلزله‌زدگان بم شتافتند.

آیا دست‌اندرکاران این فیلم می‌دانند که چه تعداد شهدای کوهنورد، که نام چندین جان‌پناه کوهنوردی را به خود اختصاص داده‌اند، در جهت اعتلای کوهنوردی کوشیده‌اند. آیا آنان در فیلم مستند سلام آفریقا که اخیراً برنامه صعود کوهنوردان خراسان به قله کلیمانجارو، بام آفریقا را به تصویر کشیده تصاویر شهید ایمانی و احمدی را بر روی پرچم این گروه بر فراز قله ندیده‌اند؟

ما مصرانه از جامعه کوهنوردی خواهانیم که با اعتراض خویش به مقامات مسئول و دست‌اندرکاران این فیلم مظلومیت ورزش کوهنوردی را به گوش همگان برسانند تا دیگر هیچ‌کس به قیمت جذابیت بخشیدن به فیلم خود چه پرمحتوا و چه بی‌محتوا اجازه استفاده ابزاری از این ورزش مظلوم را به خود ندهد.

همچنین از دست اندرکاران این فیلم خواهانیم که به صورت رسمی از جامعه کوهنوردی ایران عذرخواهی نمایند. Δ

سیدمجتبی غلافگر
رئیس هیات کوه نوردی استان اصفهان

۴- برنامه‌ریزی و احساس مسئولیت در قبال حفظ جان انسان‌ها و علاقه‌مندان طبیعت به خصوص کوهستان مدنظر قرار نمی‌گیرد؟

از شما خواهش می‌کنم به این مسایل مهم که جان انسان‌ها را به خطر می‌اندازد بیشتر توجه شود تا افرادی که ادعای آگاهی به مسایل کوهنوردی و مدیریت این تورها را دارند با برنامه‌ریزی درست و حساب شده عمل کنند و جان انسان‌ها را به خطر نیندازند و در آخر هم با بی تفاوتی کامل از کنار این ماجرا بگذرند!

همین امر باعث می‌شود امثال من با تمام آگاهی یا ناآگاهی از فن کوهنوردی (با وجود خطرات طبیعی کوه) از این ورزش مفرح و از هرچه کوه و کوهنوردی و تور و غیره و... بیزار شوم.

با اینکه چندین قله بزرگ ایران و خارج را صعود کرده‌ام مانند دماوند، سبلان، علم کوه، آرات و... با این حال در این تور از ناحیه پا صدمه دیدم و آن هم به دلیل نداشتن برنامه واقعی این تور بود! زیرا در زمان پیش از حرکت به ما گفته بودند که ما برنامه بسیار سبک ۵ تا ۶ ساعت داریم اما در کمال تاسف این کوه‌پیمایی سبک تبدیل شد به کوهنوردی تقریباً ۲۴ ساعت! Δ

لیلا داوودی

اینجانب از علاقه‌مندان ورزش مفرح کوهنوردی هستم و سالهاست در کنار کوهنوردان حرفه‌ای و آشنا به این ورزش می‌پردازم. ابتدا هشدار به افرادی که مبتدی هستند و علاقه‌مند به این ورزش که با آگاهی بیشتر تورهای کوه‌پیمایی را انتخاب کنند، زیرا کوه در عین زیبایی دارای خطراتی از قبیل خطرات شخصی یا اولیه است که با آموزش و آگاهی تقریباً به صفر می‌رسد، خطرات حوادث طبیعی در کوهستان را که نمی‌شود پیش‌بینی کرد پس نباید راه‌های ناشناخته را بدون راهنمایی کرد.

جمعه ۸۶/۴/۲۲ ساعت ۶ صبح با یکی از تورها عازم صعود به یکی از قله‌های اطراف تهران شدم، حدوداً ۲۴ ساعت به طول انجامید و در این راه مشکلاتی برای چند نفر پیش آمد.

و اما چند سوال از مسئولین محترم فدراسیون کوهنوردی:

۱- مجوز تور و تورداری در کوهستان با چه شرایطی صادر می‌شود آیا صلاحیت و کارایی و آگاهی و حس مسئولیت و قبولی محافظت از جان افرادی که در این تورها نام‌نویسی می‌کنند مهم نیست؟

۲- آیا همیشه و همچنان پول برای مدیران تورهای کوه‌پیمایی در درجه اول است؟

۳- جان انسان‌ها ارزشی ندارد؟

**مسئولین
فدراسیون
جواب
دهید**

مرثیه‌ای برای الوند

من نی ام آنکه کشد دست ز دامان تو ز آنکه

پرورشگاه من ای دامن الوند تویی

آرمان صلح جو

قوطلی‌های خالی کنسرو، ظروف یک بار مصرف پراکنده در همه جا، جانسین گل‌هایی هستند که در میان چمن‌زارها و لابه لای سنگ‌ها جلوه‌گری می‌کنند. نه‌ری که از میان دشت می‌گذرد مملو از زباله است. از میدان میشان که بالاتر برویم از تعداد این میهمانان فصلی که رعایت آداب را کمتر به جا می‌آورند اندکی کاسته می‌شود اما با تکمیل پروژه تله‌کابین و احداث هتل و تفریح‌گاه و... در دشت زیبای میدان میشان سیل افرادی که با تله‌کابین بالا آمده‌اند به طرف نقاط مرتفع‌تر روانه می‌شود و همان بلایی که تا حال بر سر میدان میشان آمده است بر

سر تخت نادر و قله الوند خواهد آمد. (کما این که این مناطق نیز از تعرض مصون نمانده‌اند)

دست‌اندازی و تصرف بی‌رویه در کوه‌های کشورمان مدتی است که جزیبی از فرهنگ غلط ما شده است به هر کوهی که برویم جاده‌هایی را می‌بینیم که در دامنه کوه‌ها و بعضاً تا نزدیکی قله‌ها کشیده شده و صورت زیبای کوه‌ها به وسیله جاده‌ها خراشیده و زخمی شده است آن هم برای استخراج معادن و مقاصد مقطعی دیگر.

این بلایی است که در طی چند سال گذشته توسط سودجویان بر سر اغلب کوه‌های کشورمان آمده و کوه الوند و کوه‌های اطراف آن نیز از این تصرف بی‌نصیب نمانده‌اند.

حال بیابید در لابه لای زباله‌ها، خرده‌سنگ‌ها و مصالح ساختمانی تاسیسات و راه‌های ایجاد شده و رفت و آمد موتورها و کامیون‌ها و رفتار ناشایست افراد غیرکوه‌نورد به دنبال قداست، زیبایی و شکوه الوند بگردیم و چه تلاش بیهوده‌ای. این قداست را از مقوله خرافه‌پرستی یا پرستش مظاهر طبیعت نمی‌دانیم بلکه می‌دانیم مردم ما پیشتر از این به کوه به خصوص الوند به دیده احترام نگریسته‌اند و آن را منشا و محل فیوضات الهی دانسته‌اند که زندگی و حیات را در قالب چشمه‌ساران پاک و با صفایش، هوای مطبوع و لطیفش و گل و گیاهان زیبا و نافعش سخاوتمندانه به آنها هدیه کرده است و مردم هم به پاس قدردانی از این کوه پربرکت آن را محترم می‌شمردند و حفظ و حراست از آن را وظیفه خود می‌دانسته‌اند.

حال به جای ادای احترام به این کوه اسطوره‌ای و با عظمت بیابید با هم و هم‌صدا با کبک‌های زیبای سرگردان، چشمه‌سارهای در حال نابودی و گل‌های لاله وحشی که نرویده لگدمال می‌شوند مرثیه‌ای بر این کوه بخوانیم و بدانیم که با نابود کردن کوه‌ها و طبیعت سرانجام خود را به ورطه نابودی می‌کشانیم. چرا که انسان از طبیعت جدا نیست و هرگاه که به تقابل با طبیعت برخاسته است خود را دچار آسیب و رنج کرده است و بسان شخصی شده است که:

یکی بر سر شاخ بن می‌برید
خداوند بستان نظر کرد و دید
بگفتا گر این مرد بد می‌کند
نه با من که با نفس خود می‌کند



پیشتر از این الوند قداستی عظیم و خالصانه در نزد مردم داشت. پیشتر از این نام الوند همواره با عنوان «شاه الوند» بر زبان‌ها جاری می‌شد و مردم عادی زیارت شاه الوند را حتی برای یک بار هم که شده در عمر خود لازم می‌دانستند و با چه شور و شوق و اشتیاق و خلوصی در این راه قدم می‌گذاشتند. از ابتدای حرکت ذکر صلوات بود و چاووش خوانی و قرائت اشعاری در وصف این کوه مقدس و اسطوره‌ای که با فرهنگ دینی و اعتقادی مردم پیوندی پاک و مقدس یافته بود. حریم این کوه همواره از آلودگی‌ها پاک نگه داشته می‌شد.

احدی اجازه تعرض به این کوه زیبا را به خود نمی‌داد و هر نقطه و مکان آن ارزش والایی برای مردم داشت. گذشتن از تخت‌های مختلف تا رسیدن به تخت آخر که همان تخت نادر باشد و دیدن جلوه و شکوه ملکوتی قله الوند، زیارت حوض نبی، گهواره مریم، غار عابد، مسجد عابد، رسیدن به زیر سنگ قله و ادای احترام به آن، رفتن به چشمه بهشت آب و نوشیدن از آب بهشتی آن و... و هر کس توانسته بود

به قله الوند برود این کار را تا آخر عمر یکی از افتخارات خود برمی‌شمرد. در کنار این حرکت و اعتقاد مردمی، کوه‌نوردان نیز با رعایت حدود و حرمت این کوه مقدس که چون عقابی نظاره‌گر شهر همدان با قدمت باستانی آن می‌باشد فعالیت‌های مفیدی را انجام می‌دادند که همدان را یکی از قطب‌های کوه‌نوردی کشور نموده بود و کوه‌نوردان سایر شهرها نیز همدان را با نام الوند شناخته‌اند. گفتنی‌ها درباره شکوه و جلال و قداست الوند بسیار است. بگذریم...

حال بیابید با هم برویم و سیمای فردای الوند را در آینده امروز ببینیم. در ابتدای راه در گنجانمه صدای گوشخراش بولدوزرها و ماشین‌آلات و وسایل‌راه‌سازی و ساختمان‌سازی که مشغول تخریب و محوطه‌سازی و نصب دستگاه‌ها و احداث تاسیسات تله‌کابین هستند، به ما خوش آمد می‌گویند. در سر راه گنجانمه تا میدان میشان باید از لابه لای خاک و مصالح ساختمانی عبور کنیم و البته با چشم‌غره و نگاه غضب‌آلود کارکنان تله‌کابین هم مواجه خواهیم شد که به حریم خصوصی آنها تجاوز کرده‌ایم. در سمت راست کوهی ریزشی وجود دارد که جاده متروکه‌ای مربوط به سالیان قبل در آن احداث شده است که اکنون به همت تله‌کابین این جاده عریض‌تر شده و کامیون‌ها به راحتی تا محوطه میدان میشان در رفت و آمد هستند و البته از صدای دلنواز آنها بهره‌مند هستیم.

در مسیر کوه‌پیمایی سایه دکل‌ها با پایه‌های بتونی و فلزی برافراشته بر سرمان سنگینی می‌کند. به میدان میشان می‌رسیم انبوهی از جمعیت را می‌بینیم که در میان چمن‌زارها و لابه لای سنگ‌ها مشغول تفریح و نشاط با جلوه‌هایی چون غلتاندن سنگ‌ها، آتش زدن گیاهان، کشیدن غلیان و استعمال دخانیات و... هستند. در گوشه دیگر میدان میشان تاسیسات یکی دیگر از ایستگاه‌های تله‌کابین در حال احداث است و کامیون‌ها در رفت و آمد...

اخبار فدراسیون

نام فدراسیون کوه نوردی ایران تغییر کرد

به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوه نوردی صبح روز چهارشنبه هفتم آذر مجمع انتخابات ریاست فدراسیون کوه نوردی با حضور کیومرث هاشمی معاون سازمان تربیت بدنی و رئیس مرکز توسعه ورزش قهرمانی برگزار شد که محمود شعاعی با کسب ۳۸ رای برای چهارسال به عنوان رئیس فدراسیون انتخاب شد. در این جلسه با موافقت اکثریت اعضای مجمع، اقبال افلاکی به عنوان دبیر، میکایل مروتی نایب رئیس، سیدمرتضی معصومی خزانه دار و رضا زارعی به عنوان خیره ورزشی فدراسیون انتخاب شدند. همچنین به پیشنهاد آقای هاشمی و موافقت اعضای مجمع سیدمرتضی موسوی به سمت بازرس فدراسیون انتخاب شد.

در این جلسه نیز کیومرث هاشمی با اعلام این که در سطح جهان فدراسیون کوه نوردی به دو فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی تقسیم شده عنوان کرد که نیاز بود تا در ایران نیز با توجه به عدم تمایل سازمان تربیت بدنی برای افزایش فدراسیون ها، نام صعودهای ورزشی به این فدراسیون اضافه شود که با موافقت اعضای مجمع از این پس به نام فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی نامیده می شود.

انتخاب ۷ نماینده برای ۷ آذر

برای اولین بار با برگزاری انتخابات سراسری، نماینده قهرمانان، مربیان، داوران، باشگاه ها و گروه های کوه نوردی کشور جهت شرکت در مجمع عمومی فدراسیون کوه نوردی در آذر ماه معرفی شدند.

پیرو معرفی نماینده قهرمانان، مربیان، داوران، باشگاه ها و گروه های کوه نوردی هر یک از استانهای کشور، انتخابات نهائی این نمایندگان توسط بازرس فدراسیون کوه نوردی در تهران و در محل دفتر امور مشترک فدراسیون های ورزشی برگزار شد و نفرات برگزیده مشخص شدند.

بر اساس گزارش سید مرتضی موسوی بازرس این فدراسیون؛ نمایندگان برگزیده از این قرار می باشند: * نماینده قهرمانان: جلال چشمه قصابانی، مهدی اعتماد فر و خانم شیما شادمان * نماینده داوران: محسن مختاریان * نماینده مربیان: کیومرث بابازاده * نماینده باشگاه ها: پیمان یوری از باشگاه راک کرمانشاه * نماینده گروه ها: مهدی شیرازی از خانه کوه نوردان تهران شایان ذکر است این اولین بار است که این ۷ نماینده به رای گیری از نمایندگان جامعه کوه نوردی و نه با نظر فدراسیون به مجمع راه یافته اند.

مراسم تودیع رئیس سابق و معارفه سرپرست جدید هیات

کوه نوردی استان تهران

عصر روز یکشنبه در محل دفتر امور مشترک هیات های ورزشی، مراسم تودیع رئیس قبلی و معارفه سرپرست جدید هیات کوه نوردی استان تهران با حضور مسئولین فدراسیون کوه نوردی و اداره کل تربیت بدنی استان تهران، تنی چند از پیشکسوتان و کارکنان هیات تهران برگزار شد. در این مراسم ابتدا جعفر زرنگار رئیس اداره ورزش تربیت بدنی استان تهران به ایراد سخن پرداخت و از زحمات محسن عبدلی در مدت ۸ سال تصدی مسئولیت هیات کوه نوردی تهران قدرانی کرد، در ادامه مهندس شعاعی سرپرست فدراسیون کوه نوردی ضمن ارج نهادن به زحمات و تلاش های محسن عبدلی، سامان دادن به امور کوه نوردی این استان را با توجه به وسعت و پراکندگی های موجود مهم برشمرد و خاطر نشان کرد: توقع و تقاضای کوه نوردان از هیات تهران زیاد است و امیدواریم آقای کاشفی نیز که از مربیان رسمی کوه نوردی و دارای تجربه در کارتشکیلاتی و سازماندهی هستند بتواند با ایجاد وقاف و همدلی بویژه در بین گروه ها، بخش عمده ای از انتظارات و مطالبات کوه نوردان را برآورده سازد. شعاعی همچنین با ابراز تاسف از اینکه سنگ نوردان تهرانی جایگاه قابل توجهی در عناوین رقابت های کشوری ندارند، به کمبود ایجاد دیواره های بلند و امکانات مناسب این رشته ورزشی در

تهران اشاره و تاکید کرد: در تلاش خواهیم بود تا شرایط و زمینه های لازم را برای سنگ نوردان تهرانی در حد توان از طریق حمایت های سازمان تربیت بدنی فراهم کنیم. وی در بخش دیگری از صحبت های خود به اهمیت امر آموزش و رعایت نکات ایمنی در این ورزش تاکید کرد و با اشاره به حادثه ای که برای مقبل هنرپژوه که یکی از قهرمانان تیم ملی کوه نوردی در هفته گذشته پیش آمد گفت: متأسفانه این حادثه تاسف بار که منجر به فوت این کوه نورد افتخار آفرین کشورمان شد زنگ خطری برای سایرین است که مقید بودن به اصول ابتدایی در هر ورزشی ضروری است. مراسم با اهدای لوح تقدیر و هدایایی به محسن عبدلی از طرف فدراسیون، تربیت بدنی استان تهران و نمایندگان گروه ها و باشگاه های حاضر در جلسه به پایان رسید.

نتایج رقابتهای سنگنوردی نوجوانان و جوانان قهرمانی کشور

به گزارش روابط عمومی فدراسیون از مشهد مقدس: مسابقات سنگ نوردی قهرمانی کشور آقایان در رده سنی نوجوانان و جوانان که با شرکت ۲۲۰ سنگ نورد از صبح پنج شنبه ۲۴ آبانماه آغاز شده بود، با انجام رقابت های فینال، نفرات برتر رده سنی نوجوان و جوانان در رشته سختی مسیر، سرعت مشخص شدند:

رده سنی نوجوانان گروه سنی-A رشته سختی مسیر
مقام اول: خسرو هاشمی زاده از خراسان رضوی - مقام دوم: ادریس انتظاری از خراسان رضوی - مقام سوم: ساسان عزیز از کرمانشاه
رده سنی نوجوانان گروه سنی-B رشته سختی مسیر
مقام اول: حامد جعفری از زنجان - مقام دوم: ایمان کاسه چی از قزوین - مقام سوم: عرفان آزادی از کردستان
رده سنی جوانان - رشته سختی مسیر
مقام اول: سبحان جعفری از کرمان - مقام دوم: محمد ابراهیمی رزاقی - مقام سوم: محمد رضا صالح آبادی از خراسان رضوی
رده سنی نوجوانان گروه سنی-A رشته سرعت
مقام اول: سینا اولاشینی از خوزستان - مقام دوم: سورنا غلامی از خراسان شمالی - مقام سوم: سعید حاجی پور از خراسان شمالی
رده سنی نوجوانان گروه سنی-B رشته سرعت
مقام اول: ایمان احسانی فر از خراسان رضوی - مقام دوم: محسن عسکری از خراسان رضوی - مقام سوم: ایمان کاسه چی از قزوین
رده سنی جوانان - رشته سرعت
مقام اول: محمود حاتمى از زنجان - مقام دوم: محمود نصیری از خراسان شمالی - مقام سوم: محسن محمدی نژاد از قزوین

نتایج بانوان:
*در گروه نوجوانان و در رشته سرعت حدیث ملکی از استان مرکزی، فاطمه جعفری و لاله خالویی هر دو از کرمان به ترتیب اول تا سوم شدند. *در گروه نوجوانان و در رشته سختی مسیر نیز فاطمه جعفری از کرمان، مریم سنجیده از هرمزگان و سحر مالکی از آذربایجان شرقی، به ترتیب مقام های نخست تا سوم را از آن خود کردند. *در گروه جوانان و در رشته سرعت، الناز رکابی و فرناز اسماعیل زاده هر دو از زنجان و سپیده عدالتخواه از گیلان به ترتیب اول تا سوم شدند. *در گروه جوانان و در رشته سختی مسیر، الناز رکابی از زنجان، بهاره نادری از کرمانشاه و انا ایرانمهر از استان مرکزی به ترتیب اول تا سوم شدند. در این رقابتها، ۶۹ نفر از ۱۴ استان کشور شرکت کرده اند که ۳۷ نفر از آنها در رده نوجوانان به رقابت پرداختند.

مقبل هنرپژوه عضو تیم ملی کوه نوردی کشورمان
به دیار باقی شتافت
اولین ساعات بامداد پنج شنبه ۲۴ آبان مقبل هنرپژوه عضو تیم ملی کوه نوردی کشورمان

بدلیل ضربه مغزی در بیمارستان عارفین شهر ارومیه به دیار باقی شتافت!

به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوه نوردی: مقبل هنرپژوه دو هفته پیش در حین دیواره نوردی در ارتفاعات شهر بوکان، دچار حادثه شده و سقوط می کند. وی بدلیل آسیب دیدگی شدید و ضربه مغزی به کما می رود و پس از حدود ده روز بیهوشی و بستری شدن در بخش مراقبت های ویژه بیمارستان عارفین شهر ارومیه، در ساعات اولیه بامداد امروز جان به جان آفرین تسلیم می کند.

شایان ذکر است مقبل هنرپژوه جوان ۲۴ ساله اهل بوکان در آذربایجان غربی، از اعضای تیم ملی کوه نوردی کشورمان و جوانترین فاتح چهارمین قله مرتفع دنیا، قله لوتسه (۸۵۱۱ متر) در سال ۸۱ و همچنین هم نورد زنده یاد محمد اوراز بود که در سال ۸۲ در حین صعود به قله ۸۰۶۸ متری گاشریروم یک به همراه اوراز بدلیل ریزش بهمین سقوط کرد که وی بعد از سه هفته بستری شدن جان سالم به در برد اما هم نوردش اوراز فوت شد. فدراسیون کوه نوردی این ضایعه تاسف بار را به جامعه ورزش کشور تسلیت می گوید.

کسب میزبانی رقابت های سنگ نوردی کاپ آسیا برای ایران

به گزارش رسیده از همایون بختیاری رئیس کمیته روابط بین الملل فدراسیون کوه نوردی که بعنوان نائب رئیس کمیسیون صعودهای ورزشی آسیا جهت شرکت در اجلاس صعودهای ورزشی این قاره در کوانجوی چین حضور یافته بود؛ میزبانی رقابت های سنگ نوردی کاپ آسیا در تیر ماه سال آینده با اکثریت آرا به جمهوری اسلامی ایران تعلق گرفت.

کاشفی سرپرست هیات کوه نوردی استان تهران شد

پیرو استغافای محسن عبدلی، مهندس محمود شعاعی سرپرست فدراسیون کوه نوردی با هماهنگی اداره کل تربیت بدنی استان تهران، طی حکمی کاوه کاشفی را تا تشکیل مجمع هیات کوه نوردی استان تهران بعنوان سرپرست این هیات منصوب کرد.

انتصاب در کمیته راهنمایان کوهستان

محمود شعاعی طی حکمی عباس خوشخو را به سمت دبیر کمیته راهنمایان کوهستان منصوب کرد که در این حکم خطاب به خوشخو آمده است: با عنایت به پیشنهاد رئیس کمیته راهنمایان کوهستان به موجب ابلاغ به سمت دبیر کمیته راهنمایان کوهستان به مدت شش ماه منصوب می شوید. امید است با توکل به خداوند متعال برابر ضوابط و مقررات در انجام امور محوله موفق و موید باشید.

مصوبات دومین جلسه هیات رئیسه فدراسیون کوه نوردی

دومین جلسه هیات رئیسه فدراسیون کوه نوردی از زمان سرپرستی مهندس شعاعی، عصر روز ۳۰ مهر ماه ۸۶ در محل فدراسیون کوه نوردی برگزار گردید.

یکی از مصوبات مهم جلسه اینکه: مقرر شد برای اولین بار نماینده قهرمانان، داوران، مربیان، باشگاه ها و گروه ها جهت شرکت در مجمع با رای گیری انتخاب شوند

در این جلسه که با حضور آقایان محمود شعاعی، مصطفی میرسلیم، میکائیل مروتی، مهدی داوورپور، فرهاد گلبرگ، سردار مقدم، علی قیامتین، اقبال افلاکی، حسین رضائی، سیدمرتضی موسوی بازرس فدراسیون و خانم علی آبادی همراه بود بر اساس دستور جلسه مواردی شامل گزارش هایی از شرکت در اجلاس جهانی و آسیایی در زاین، آماده سازی تیم ملی سنگ نوردی جهت شرکت در مسابقات المپیک داخل سالن ماکائو، اقدامات انجام شده در مورد انتخابات ریاست فدراسیون و همچنین آرایه اخبار فدراسیون ارائه و پیرامون مسایل مهم و برخی از امور جاری فدراسیون بحث و بررسی و تصمیماتی مصوب گردید که اهم آن به شرح ذیل است:

۱- مقرر گردید ضمن قردانی از تلاش ارزنده نمایندگان فدراسیون در اجلاس جهانی و آسیایی، ستادی جهت میزبانی شایسته کشورمان از اجلاس جهانی سال آینده میلادی تشکیل و امور اجرایی ملون گردد.

۲- مقرر گردید یکنفر عضو هیات رئیسه به همراه بازرس فدراسیون ضمن تهیه لیست و صورت وضعیت از وسائل امانی و احیاناً اجناس مستهلک انبار فدراسیون، تصمیم گیری و مراتب را به هیات رئیسه گزارش کنند.

۳- مقرر گردید مقلدمات ایجاد بانک اطلاعاتی فدراسیون در زمینه های مختلف صورت گیرد.

۴- مقرر گردید جهت هر یک از قرارگاه های فدراسیون کوه نوردی و اداره بهینه امور،

هیات امنه تشکیل گردد.

۵- مقرر گردید بدهی های مالی و معوقه فدراسیون از طریق مکاتبه و پیگیری به اطلاع رئیس سازمان تربیت بدنی رسیده تا در پرداخت آن تسریع شود.

تأسیس سازمان لیگ سنگ نوردی داخل سالن

فدراسیون کوه نوردی طی اعلامیه ای اعلام کرد به منظور توسعه و ارتقاء سنگ نوردی داخل سالن، کمیته صعودهای ورزشی فدراسیون کوه نوردی ج.ا.ا در خصوص اجرای مسابقات حرفه ای و تأسیس سازمان لیگ برتر، دسته اول، دسته دوم، زیر گروه، بررسی طرح لیگ را در دستور کار خود قرار داده است. مقتضی است هیات کوه نوردی استان مراتب فوق را در سطح استان اطلاع رسانی نمایند و به جهت بهره مندی از نقطه نظرات خبرگان، پیش کسوتان، قهرمانان، ورزشکاران، هیات های تابعه، گروه ها و باشگاه های کوه نوردی، نهاد ها و سازمان های ذی ربط، جلسات و کمیسیون های کارشناسی را برگزار نمایند. خاطر نشان می گردد نقطه نظرات، پیشنهادات، طرح و برنامه و گزارش صورت جلسات را می بایست تا تاریخ ۸۶/۹/۱۵ به صورت مکتوب برای کمیته صعودهای ورزشی این فدراسیون ارسال نمایند. بدیهی است راهکارهای آرایه شده در کمیسیون تخصصی مورد بررسی و استفاده قرار می گیرد.

انتصاب سرپرست کمیته روابط عمومی

مهندس محمود شعاعی سرپرست فدراسیون کوه نوردی طی حکمی حسین رضایی را به سمت سرپرست کمیته روابط عمومی این فدراسیون منصوب کرد

در این حکم خطاب به حسین رضایی آمده است با توجه به سوابق، تجارب و تخصص ارزنده جناب عالی به سمت سرپرست کمیته روابط عمومی فدراسیون منصوب می شوید.

شعاعی" نایب رییس اتحادیه کوه نوردی آسیا شد

در جریان اجلاس اتحادیه کوه نوردی آسیا که روز یکشنبه ۱۷ اکتبر (۱۵ مهر ماه ۸۶) در ژاپن برگزار شد، مهندس محمود شعاعی سرپرست فدراسیون کوه نوردی با اکثریت آرا به عنوان نائب رئیس فدراسیون کوه نوردی آسیا برگزیده شد.

به گزارش روابط عمومی فدراسیون کوه نوردی از شهر ماتسوموتوی ژاپن: در اجلاس فدراسیون کوه نوردی آسیا که یک روز بعد از اجلاس فدراسیون جهانی و کسب موفقیت در تثبیت میزبانی جمهوری اسلامی ایران برگزار شد، با انتخاب مهندس محمود شعاعی بعنوان نائب رئیس فدراسیون کوه نوردی آسیا جایگاه ارزنده دیگری نیز برای کوه نوردی کشورمان رقم خورد. بنا بر این گزارش: در این اجلاس که ۱۶ کشور آسیایی حضور داشتند "انگ شرینگ شپا" رئیس فدراسیون کوه نوردی نیپال با اکثریت آرا به مدت ۲ سال به عنوان رئیس و "مهندس محمود شعاعی" سرپرست فدراسیون کوه نوردی کشورمان بعنوان نائب رئیس فدراسیون کوه نوردی آسیا برگزیده شدند. شایان ذکر است در جریان این اجلاس فدراسیون کوه نوردی جمهوری اسلامی ایران بعنوان مسئول کمیته "صعود های بزرگ" (expedition) کشورهای آسیایی نیز انتخاب شد.

الزامات فدراسیون در جهت تکریم ارباب رجوع

فدراسیون کوه نوردی طی بخشنامه ای به هیات های کوه نوردی سراسر کشور اقداماتی را در جهت تکریم ارباب رجوع لازم الاجرا کرد ۱- نصب صندوق انتقادات و پیشنهادات در محل هیات کوه نوردی ۲- اعلام دیدار مردمی در طول هفته با تعیین روز و ساعت ۳- تهیه و تدوین و ارسال گزارش عملکرد هیات کوه نوردی هر ۳ ماه یکبار به فدراسیون.

دو انتصاب جدید

مهندس محمود شعاعی در تاریخ ۷ و ۸ مهر ماه ۸۶ طی احکام جداگانه ای، به ترتیب رضا زارعی را به سمت دبیر کمیته کوه نوردی و مهدی داور پور را به سمت سرپرست کمیته صعود های ورزشی، هر یک به مدت شش ماه منصوب کرد.

انتخابات هیات های کوه نوردی استان ها

نظر به فرا رسیدن موعد برگزاری مجمع هیات کوه نوردی استان های کهگیلویه و بویراحمد و آذربایجان غربی و استان مرکزی به ترتیب امین منوچهری، مرتضی رضایی آزادی و علی طاهری به عنوان رئیس هیات کوه نوردی استان های خود انتخاب شدند.

اخبار انجمن کوه نوردان ایران

● انجمن کوه‌نوردان ایران، برگزاری دوره‌های آموزشی و برنامه‌های با کیفیت کوه‌نوردی را در دستور کار قرار داده است، از همه اعضا و دیگر دوستان کوه‌نورد درخواست داریم تا در این زمینه، با پیشنهادهای خود ما را یاری نمایند.

شصت‌مین نشست ماهانه انجمن، در روز چهارشنبه ۱۸ مهرماه در مرکز سازمان‌های غیردولتی شهرداری تهران برگزار شد. در این نشست، پس از ارایه اخبار، مهدی اعتمادفر که در مردادماه گذشته توانست قله ۸۰۶۸ متری گاشربروم یک را صعود کند، توضیح کوتاهی در مورد برنامه خود داد. دیگر مهمان این روز، محمد تاجران، کوه‌نورد خراسانی بود که چندین ماه است با دوچرخه سفری را به دور دنیا با شعار «به درختان نیاز داریم» آغاز کرده است. او در شهرهای سر راه خود درخت می‌کارد و می‌کوشد توجه همگان را به مشکلات زیست محیطی جلب کند. نکته مهم این که تاجران هزینه سفر خود را با کمک‌های مردمی و یا تلاش خود و دوستانش تامین می‌کند.

● پس از افطار، یک میزگرد کوتاه در مورد موضوع رول کوبی روی دیواره علم کوه با حضور حسین اعلایی (سرپرست) و دو عضو دیگر تیم صعود «مسیر کریستال» در مرداد ۸۶ و رسول کشوری و عباس محمدی به عنوان منتقد برگزار شد. در این گفت و گو که حاضران در سالن نیز در آن شرکت داشتند، تقریباً همگی (از جمله صعودکنندگان مسیر کریستال) به این نتیجه رسیدند که سوراخ کاری روی دیواره علم کوه که در ایران منحصر به فرد است و جزو آثار طبیعی ملی به ثبت رسیده، نباید انجام شود.

در بخش پایانی جلسه، سایمون بروکس غارنورد انگلیسی، توضیحاتی در مورد برنامه‌های شناسایی غار که در ایران اجرا کرده یا در دست اجرا دارد، ارایه داد.

● موضوع اصلی نشست ۹ آبان ماه، گزارش صعود کاظم فریدیان به قله ۸۶۱۱ متری کی ۲ (دومین قله بلند و دشوارترین ۸۰۰۰ متری جهان) بود. فریدیان، پس از مقدمه‌ای که در آن بر لزوم حمایت بیشتر تولیدکنندگان ایرانی از برنامه‌های کوه‌نوردی «مستقل» تأکید کرد، با نمایش اسلاید به ارایه یک گزارش خوب از برنامه خود پرداخت. همچنین فیلمی در مورد این برنامه به تهیه کنندگی رضا نظام دوست نمایش داده شد که بسیار مورد توجه و تحسین حاضران قرار گرفت. در این نشست، بیش از سیصد نفر حضور داشتند.

● در نشست همگانی ۱۴ آذرماه، خانم شیما شادمان گزارش صعود مستاق آتا را که به همراه خانم پرستو ابریشمی (عضو هیات مدیره انجمن) در مرداد ماه گذشته انجام داده بودند و سعید طوسی گزارش صعود به قله دشوار آمادابلام در نپال (آبان ۸۶) را ارایه دادند.

● مجمع عمومی عادی انجمن که مطابق اساسنامه همه ساله باید نیمه دوم آبان ماه برگزار شود، در روز ۳۰ آبان در تهران تشکیل شد.

● تعدادی از دفترهای نمایندگی انجمن در شهرستان‌ها، اقدام به برگزاری نشست‌های ماهانه همگانی می‌کنند که این کار در جلب توجه افکار عمومی منطقه به موضوع کوه‌نوردی و کوهستان، موثر بوده است. دفترهای تنکابن، چالوس و سمنان در این زمینه بسیار موفق عمل کرده‌اند.

● دوره آموزش دیواره‌نوردی پیشرفته با مربی‌گری سه تن از مربیان فرانسوی سازمان جی.اچ.ام. در دو نوبت پنج روزه و به سرپرستی جواد نظام دوست در آبان ماه برگزار شد. در این کلاس که در منطقه پل‌خواب اجرا شد، فوسکو لادیسلاو رئیس کنونی جی.اچ.ام. و برنده جایزه مهم «کلنگ طلایی» برای گشودن یک مسیر نو در پاتاگونیا، اوبر ژبو رئیس پیشین سازمان، و فیلیپ پله که همگی از کوه‌نوردان فنی کار و مشهور در سطح جهان هستند، با جمعی از بهترین دیواره‌نوردان ایران به کار روی مسیرهای گوناگون پل‌خواب پرداختند و در عمل نکته‌های آموزشی باارزشی را تدریس کردند. طی این دو نوبت آموزش، دو مسیر نو هم باز شد که یکی به نام مسیر پله و دیگری به نام مسیر ایران و فرانسه نام‌گذاری شد.

سازمان جی.اچ.ام. فقط از میان بهترین کوه‌نوردان جهان عضوگیری می‌کند، یکی از شرایط عضویت در این سازمان، اجرای دست کم بیست برنامه باارزش در سه منطقه مهم جهان است. حضور این مربیان در ایران، با برنامه ریزی و دعوت انجمن به ویژه با پیگیری نماینده انجمن در فرانسه، ابراهیم نوتاش، انجام شد. همکاری در خور تقدیر فدراسیون کوه‌نوردی ایران و حمایت مالی شرکت‌های مصفا و کسا، کمک موثری به اجرای عالی برنامه نمود. رایزنی فرهنگی سفارت فرانسه در تهران نیز همکاری‌هایی در اجرای این برنامه آموزشی داشت و آن را نمونه‌ای قابل توجه در فعالیت‌های مشترک فرهنگی ورزشی ارزیابی کرد.

● کلاس سه روزه‌ای با عنوان «بقا در طبیعت» شامل شش ساعت تئوری و دو روز عملی با تدریس مجید ثابت‌زاده، در آبان ماه برگزار شد. ثابت‌زاده، از امدادگران سازمان جست و جو و نجات یوسمیتی (آمریکا) است که تجربه‌های پرشماری در کارهای امدادی دارد و خود دوره‌های تخصصی بسیاری را گذرانده است، او همچنین عضو افتخاری انجمن کوه‌نوردان ایران است.

● دوره‌های آموزشی دیگری از جمله کلاس کار با جی.پی.اس. و کلاس زیست محیطی «آشنایی با میراث جنگلی ایران» (در جنگل‌های منطقه المستان) در پاییز توسط انجمن برگزار شد.

فراخوان

نمایشگاه عکس دورنماهای دماوند

انجمن کوهنوردان ایران در نظر دارد در زمستان ۱۳۸۶ نمایشگاهی از عکس‌های دماوند برگزار کند. برای این نمایشگاه تاکید بر این است که عکس‌ها جلوه‌های ویژه‌ای از این کوه را نشان دهد، برای مثال:

- عکس‌هایی که از دورترین مسافت‌ها از دماوند گرفته شده (نشان اشراف دماوند بر سرزمین ایران)
- عکس‌هایی که از نقطه‌های کمتر شناخته شده دماوند گرفته شده
- عکس‌هایی که جنبه‌های ویژه‌ای از حیات جانوری، پوشش گیاهی و عارضه‌های زمین شناختی یا باستان شناختی منطقه دماوند را نشان دهد.

برای اطلاع بیشتر و دریافت آیین نامه نمایشگاه لطفاً با انجمن تماس بگیرید. △

دفتر مرکزی: تهران - ۱۱۴۵۷ ۷۴۴۵۷

خیابان انقلاب - جنب لاله‌زار - شماره ۵۹۰ - واحد ۱۲ تلفن: ۶۶۷۱۲۲۴۳ (۰۲۱) - شماره: ۶۶۷۱۲۲۴۲۱ (۰۲۱)

www.alpineclub.ir

دیده بان کوهستان (دکا)

● در اوایل شهریور ماه، دکا در همکاری با اداره محیط زیست تهران اقدام به تهیه بروشور معرفی ارزش‌های دماوند، جهت استفاده در برنامه صعود قله به مناسبت هفته ملی جوانان کرد.

● در روز ۵ شهریور همراه با تعدادی از اعضای دیگر سازمان‌های مردم نهاد زیست محیطی، در اعتراض به وضعیت فاجعه‌بار محیط زیست کشور (و به بهانه خشک شدن تالاب بختگان و مرگ حدود ۲۰۰۰ فلامینگو بر اثر سدسازی‌های بی ملاحظه) به سازمان حفاظت محیط زیست مراجعه کردیم. دکتر دلاور نجفی، معاون محیط طبیعی سازمان، به حاضران گفت که ما از حساسیت شما و دیگر سازمان‌های غیردولتی به محیط زیست کشور استقبال می‌کنیم. نماینده دکا، خواستار شد که سازمان موضوع مشخص خود را در مورد طرح جاده‌سازی در پارک ملی لار بیان کند، دکتر نجفی گفت که سازمان به شدت در مقابل این طرح ایستاده و به هیچ وجه اجازه نخواهد داد که در لار چنین جاده‌ای احداث شود. او همچنین به نامه انجمن که در آن به استناد قوانین موجود، احداث جاده در پارک ملی لار غیرقانونی خوانده شده بود، اشاره کرد و گفت که من خود آن را در حضور رئیس‌جمهور به عنوان یکی از مستندات مخالفت با طرح یاد شده ارائه داده‌ام (ایشان بعداً طی نامه‌ای رسمی به ما هم بر مخالفت سازمان و دولت با احداث جاده در لار تاکید کردند).

● به مناسبت ۴ مهر، روز پاک‌سازی کوهستان از طریق مطبوعات (روزنامه همشهری و...) توانستیم تا حدودی موفق به جلب افکار عمومی نسبت به محیط‌های کوهستانی شویم. در تهران، در منطقه‌های دارآباد، قله توچال، مسیر کلک‌چال و بندبخیچال برنامه‌های پاک‌سازی اجرا شد. در چند شهرستان هم برنامه‌های مشابه اجرا شد که برای مثال اعضای نمایندگی سمنان انجمن توانستند بیش از سه تن زباله را از دره‌های شه‌میرزاد جمع‌آوری کنند.

● گفت و گوهای اولیه در مورد راه‌اندازی «کار گروه غارپیمایی و حفاظت غارها» انجام شده است. علاقه‌مندان به فعالیت در این کار گروه می‌توانند با حسین فرجی عضو انجمن در مشهد (۰۹۱۵۱۱۵۸۵۰۶) تماس بگیرند.

● عبدالله صفری عضو فعال انجمن در کرمان، در گزارش صعودی که به قله‌های منطقه خیر در شهرستان بافت داشته است، اشاره کرده که شکارچیان متخلف به آسانی در این منطقه که عنوان «پارک ملی» دارد، رفت و آمد دارند و لازم است که مسئولان توجه بیشتری به موضوع داشته باشند. △

دیده‌بان کوهستان، در مورد مسایل مربوط به محیط‌های کوهستانی و نیز پاره‌های مسایل عام زیست محیطی، طرف مشورت و گفت و گوی سازمان‌های مختلف (ان.جی.او.ها، شهرداری‌ها، شوراهای شهر، محیط زیست...) قرار می‌گیرد، از علاقه‌مندان دعوت می‌کنیم برای ارتقای فعالیت‌های دکا و کمک به آن با ما تماس بگیرند.

www.mountainwatce.persianblog.ir

اخبار اخبار

به صعود قله آرارات شدند. اعضای گروه: عبدالغفور زاده دباغ، علیرضا کرناسی، علیرضا رضایی، علیرضا استقامت، عبدالکریم مؤذن، عبدالرحیم اعتصامی نیل، محمد خیاط مقدس و عباس عبادی.

● اولین تیم مستقل استان خراسان شمالی متشکل از آقایان امان اله بهنیا (گروه تلاش سبز) و حسین بهمنیار (گروه سبکاد) در مردادماه سال ۱۳۸۶، قله نئین واقع در کشور قرقیزستان به ارتفاع ۷۱۳۴ متر را با موفقیت صعود کردند.

● گروه کوهنوردی مجموعه ورزشی شیرکوه یزد موفق به فتح قله آرارات ترکیه در تاریخ ۱۸ تیرماه شدند. در این صعود دو بانوی یزدی به نام‌های سمیه حسن آبادی و زهرا حنیف‌نژاد شرکت داشتند.

● دو نفر از کوهنوردان جوان دیواندره، پژمان فیضی و جبار گلمحمدی در تاریخ ۸۶/۱۱/۳ موفق به صعود به قله هواز (۲۸۰۰ متر) از خط‌الراس تاله‌سوار شدند.

● گروه کوهنوردی راهداران آریبای بانه کردستان برای برنامه‌های از پیش تعیین شده در شش ماهه اول سال جاری موفق به صعود قله زیر شدند. قله‌های گرده کوه حجره مامه شوران، سرتون، وزنه، چهل چشمه، سیلان، قلعه بابک سه‌سهند، افراد گروه: احمد فلاحت، قادر محمود زاده محمد عباسی، حسین قادرپناه و حسن نصیری.

● گروه فتح طی یک برنامه صعود شبانه موفق به صعود قله کرکس با ارتفاع ۳۸۹۵ متر شد.

افراد گروه: محمود مقدم، حسن نصیری، علی اسماعیلی، علی اصغر صفاری، حیمد شیرانی، تقی احمدی، سیدفضل اله علوی، محمد منقاد، مجتبی وفاپور، مریم منقاد، آمنه جریست، منیره شیباسی، کبری صفی‌خانی، مریم نقشه، فاطمه آقابابایی، هما نصیری، زهرا درستکار، مهدی نیکومش، زهرا مداح زاده.

● در تاریخ ۸۶/۵/۱۸ پنج نفر از کوهنوردان تبریز به اسامی علیرضا ورمز، صمد شوخ‌بافه دکتر کسری ارومچی، حمید سلات و احد شتربان توانستند قله سه گانه هرم‌ها در منطقه سیلان را با موفقیت صعود کرده و مسیر آن را با جی.پی.اس. نقشه‌برداری کنند.



● اعضای باشگاه کوهنوردی اوج مشهد طی یک برنامه دو روزه موفق به صعود قله ۳۲۱۱ متری بینالود از مسیر شمالی (روستای فریزی) شدند. اعضا یک شب را در چادر و بر روی قله شب‌مانی به سر بردند.

اعضای تیم: جواد اکبری (سرپرست تیم)، نیما عظیمی، حسین اسلامی نژاد، سامان لسانی، امید اکرمی، حامد کلاهی، ریحانه افشاری، نرگس ریگ‌نژاد، نرگس ترابی، سکینه شکفته و سحر بابایی.

● ۱۳ نفر از اعضای گروه کوهنوردی بانوان خزر موفق به صعود قله ۳۴۵۰ متری الوند هملان شدند.

اعضای شرکت کننده: خانم‌ها احیادرویش صفت (نایب رئیس هیات کوهنوردی چالوس)، زهره مشایخ سکینه شفیعی، ته‌مین امادی، حکیمه نورحسینی، زهرا خزایی، نسرين شریفی، زینب خدابنده معصومه مرادجعفری و آقایان امیرضیایی سرپرست فنی گروه غلامرضا خداباری، محمد خزایی و همایون ضیایی.

● یک تیم از گروه کوهنوردی احد خراسان موفق شدند غار پروا در استان کرمانشاه را در مدت زمان ۲۰ ساعت به طور کامل پیمایش کنند و پلاک این گروه را در چاه ۲۶ که انتهای آن محسوب می‌شود نصب کنند. این دومین گروه مشهدهی است که توانستند خود را به عمق ۷۵۲ متری این غار برسانند.

رضا قاسمی، حسن الهی و مرتضی غلامپور به اتفاق یوسف سوری نیا که در کرمانشاه به این تیم پیوست، پنج شنبه ۸۶/۶/۱۸ ساعت ۶ صبح وارد غار شدند و جمعه ساعت ۲ پس از پیمایش کامل از این غار خارج شدند.

● باشگاه فرهنگی - ورزشی کاسپین بندرآستارا به مناسبت گرامیداشت زنده یاد حسین زحمتکش در یک برنامه به همراه ۶ نفر در تاریخ ۸۶/۶/۱۵ از مسیر شمال شرقی قله ۴۸۱۱ متری سیلان را فتح کردند اعضای گروه: میرعلی اکبر صابو، هوشنگ عین الهی، ایوب پاک‌نژاد، سیاحمد جاهد، ارنگ استقامت، دکتر میرنظام میرچرخچیان.

● گروهی از نوجوانان کوهنورد دیواندره کردستان موفق به صعود قله چهل چشمه شدند.

اعضای گروه: پژمان فیضی، عدنان فتحی، نافع یوسفی، جبار گل‌محمدی، عرفان کریمی، عرفان سیبی، کیانوش گندایی.

● امید اسدی و عثمان زارعی از کوهنوردان پرتلاش دیواندره صعود قله آرارات ترکیه را برای صعود و تجربه‌ای تازه‌تر در برنامه صعودهای برون مرزی خود قرار دادند و در تاریخ ۸۶/۶/۱۵ موفق به صعود این قله شدند.

● هفت تن از اعضای گروه کوهنوردی کاوه بروجرد، حسین سلیمی، علیرضا شایانفرد، محمود گیتی‌فرد، ناصر رسلی، عرفان طاهری، فرود گودرزی و ایرج گودرزی (سرپرست تیم) همراه دو میهمان از بندرعباس: میثم رضایی و محمدرسول رضایی موفق شدند در هوایی توفانی و در میان کولاک و سرما در تاریخ ۸۶/۵/۲۷ قله دماوند را از طریق ناندل، تخت فریدون صعود کنند.

● در تابستان سال جاری تیمی مرکب از کوهنوردان آذرخس و ستاره بانوان دزفول موفق

● تیمی از هیات کوه نوردی استان هرمزگان توانستند مسافت ۲۷۰ کیلومتر دور جزیره قشم را از تاریخ ۸۶/۱/۴ تا ۸۶/۱/۱۲ پیمایش نمایند.



● هفتمین همایش سراسری کوه نوردان شرکت های مخابرات کشور و به همت تربیت بدنی شرکت مخابرات استان تهران که در کویر مرنجاب کاشان انجام گردید. ۱۸۵ نفر کوه نورد از استان های تهران، آذربایجان شرقی، خوزستان، لرستان، بوشهر، مرکزی، مازندران، زنجان، خراسان شمالی، کردستان، اردبیل، اصفهان، همدان کرمان، هرمزگان، کرمانشاه، یزد، چهارمحال بختیاری، فارس و کهگیلویه و بویر احمد شرکت نمودند.
مراسم در تاریخ ۸۶/۸/۷ در تهران و با حضور آقای قاضی نماینده محترم فدراسیون کوه نوردی آغاز و پس از دو روز راه پیمایی در شهر کاشان به پایان رسید.

● در طی یک سری عملیات امداد و نجات که توسط هیات کوه نوردی رودبار قصران و گروه کوه نوردی میگون انجام گردید، فردی که در صخره های گرمابدره گرفتار شده بود نجات یافت. کمبود امکانات کمی از قبیل نورافکن، وسایط نقلیه و... باعث شد تا علی رغم اقدام سریع کوه نوردان تلاشی های فوق به داراز بکشد. لازم است هیات های شهرستان ها با کمک ارگان های دیگر مانند شهرداری، نیروی انتظامی، هلال احمر هماهنگی و آمادگی لازم را داشته باشند.

● مسیر فرانسوی های دیواره علم کوه توسط آقایان حاج ساعد نجفی، محینی شفق، محمد جلوخانی، احمد دشتکی صعود شد این برنامه اوایل شهریور سال جاری صورت گرفت و مدت ۶ روز به طول انجامید.

● هیات کوه نوردی شهرستان دیواندره و کارکنان سیدسیازخ دیواندره در تاریخ ۱۰ و ۱۱ مرداد ۱۳۸۶ صعود به قله سبلان را در دستور کار خود قرار دادند و نهایتاً روز پنجشنبه ۸۶/۵/۱۱ قله را صعود کردند. افراد گروه: سلام اسماعیل سرخ، مهدی بهادری، علی مشهدی محمدی، حسین رشادت، علی یاور زرین کفش، محمدعلی جعفریان، سیدجمال الدین بلادیان، سامان سعیدی، خه بات ابراهیمی، جلال وهابی، مهرداد فلک ناز، عبدالله کریمی، شیروان اسماعیلی. △

نامه ها و ای میل های شما رسید:

ایرج طریقی جاوید - حسین صالحی، تهران - مصطفی سلاخی - کانون کوه نوردان بم - مهدی حاج ربیعی، سیرجان - لیلا داوودی - گروه احد خراسان - هیات کوه نوردی شهرستان آمل - هیات کوه نوردی شهرستان نظرآباد - وحید عرفانی - گروه تیاناک، همدان - گروه دنا، اصفهان - گروه کاوه، بروجرد - حسن یادگاری - امین علی جوانرود - دکتر محمدرضا بیگدلی - گروه کوه نوردی تهران - سلام اسماعیل سرخ - امین معین، نهاوند - محمدحسن نصودی، تنکابن - اصغر کلانی، تهران - گروه کوه نوردی فتح مرکز پزشکی الزهراء، اصفهان - درنایل علی پور - خانه کوه نوردان کرج - کاظم هیهوتیان - گروه بانوان بامداد بروجرد - هیات کوه نوردان شهرستان آمل - صادق غروبان، تبریز - علی اصغر معلم کلایه، ساری - علی مجدی، کاشان - بهمن رئوفی - افشین ایران پور - داریوش میرانی - احمد دشتکی، کرج - حمید دادرسی - حامد منصوری - محسن سعیدزاده - افشین یوسفی - سعید نجاریان - ارنست گایار - گروه آلپ تبریز - باشگاه آرش تهران - منوچهر علیاری، شهرکرد.

● قلیچ تقان عطایی قرنچیک و حاج محمد قرانی از کوه نوردان رکاب زن کوهستان و پیشکسوت شهرستان گنبد کاووس استان گلستان و حاج ولی مرادی، گل محمد نوری، تورج سودایی و بهروز حسن پور از کوه نوردان بندرمرزی آستارا در مرداد سال جاری در برنامه ای قله ۴۸۱۱ متری سبلان را با موفقیت صعود کردند.

● هیات کوه نوردی شهرستان دیواندره و کارکنان سدسیازخ دیواندره در تاریخ ۱۰ و ۱۱ مرداد ۱۳۸۶ توانستند قله سبلان را صعود کنند. افراد صعودکننده: سلام اسماعیل سرخ، مهدی بهادری، علی مشهدی محمدی، حسین رشادت، علی یاور زرین کفش، محمدعلی جعفریان، سیدجمال الدین بلادیان، سامان سعیدی، خه بات ابراهیمی، جلال وهابی، مهرداد فلک ناز، عبدالله کریمی، شیروان اسماعیلی.

● هیات کوه نوردی شهرستان مرند یک دوره کلاس کارآموزی امداد و نجات کوهستان و کوه پیمایی را به مدت یک ماه از تاریخ ۸۶/۶/۳۰ تا ۸۶/۷/۲۹ برای خواهران کوه نورد شهرستان مرند برگزار نمود. مربیان این کلاس ها در امداد و نجات کوهستان: محمدعلی سلیمان پور و کوه پیمایی جعفر فلاح بودند و شرکت کنندگان این دوره عبارتند از: حمیده جدیدی (سرپرست تیم) عقیقه یثربی، آرزو مجاوری، آیسان علی پور، فریبا زمستانی، سولماز روضه ای، نازیلار روضه ای، رضوان احمدی اقدم، حمیده سادات عراقی و فاطمه سلطان کامران.

● ۲۰ نفر از کوه نوردان شهرضا موفق به صعود قله دماوند به ارتفاع ۵۶۷۱ متر شدند. خانمها: عفت رضایی، لیلا صفیان، اعظم خراچی، منیره خرمی، اوین صالحی. آقایان: محمدعلی طاهری، علیرضا نصیری، کامران همت، مهرداد طالبیان، مهدی مهدیان، روح اله رضایی، محسن تشریزی، نوراله صدری، حسین گلایه، مرتضی میرمسیب، محمدرضا شفیعی، سعید وزیر، عبدالله خانی، بهنام طاهری و محمد ضیایی.

● گروه کوه نوردی جنگ الماس شهرستان بیجار در تیر، مرداد و شهریور ۱۳۸۶ به ترتیب موفق به صعود قله های الوند (مسیر یخچال)، سبلان، آزادکوه و دماوند شدند. اعضای شرکت کننده: سعید الله کرمی، جمال الدین عمورضایی، بهزاد کاظمی، احمدالله مرادی، جعفر نوربخش، شهریار خادمی، افشین عمورضایی، احمد شهسورای، حامد منصوری، رسول رمضانزاده، محمد ستاره، آرین خادمی، سیدناذر سبحانی، صادق منصوری، مصطفی خادمی، مرتضی خادمی، سبکی زمانی.

● تیمی ۲۱ نفره متشکل از چهار نفر از کوه نوردان قائم شهر و ۱۳ نفر از زنجان و چهار نفر از خرمدره آقایان محمد شیخی، علی اکبر زارع، مسعود عطایی و کریم گل محمدی به قله آرات صعود کردند.

● گاهنامه زبان، نشریه گروه کوه نوردان زبان رودسر با مطالبی از قبیل آموزش امداد، بانوان و کوه پیمایی، گزارش یک صعود و... منتشر شد.

● گروه کوه نوردی شرکت مخابرات اصفهان در تابستان سال جاری به قله دماوند صعود کردند. افراد گروه: محمد احمدی (مسئول فنی)، مسعود عظیمی، محمد اکبری، منصور مختاریانپور، حمیدرضا شیخان، غضنفر گوناگونی، مرادعلی رنجبر، محمدرضا منتظری، حمیدرضا محسنی نیا، مرتضی شریفی، حسین افشاری، محمدرضا آقامحمدی، حسین رفیعی، مجید عابسی، کمال عسگری.

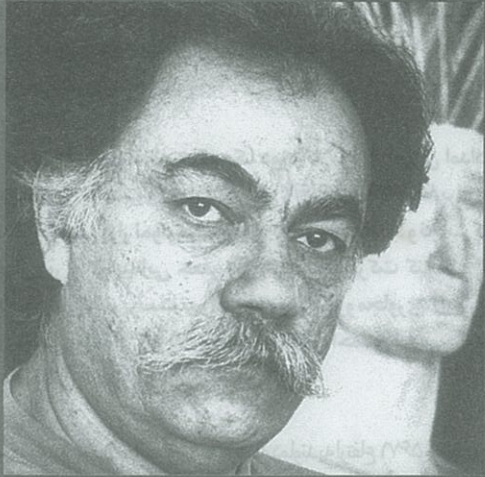
● آقای درنایل علی پور گرگری کوه نورد هادیشهری در سال ۱۳۸۶ موفق به صعود قله های زیر شده است. زرین کوه هفت خوان، شاه رشید تخت سلیمان، علم کوه از مسیر گرده آلان ها به همراه مهدی سیدی از کرمان، قله دماوند از مسیر شمالی، چالون، قله دماوند از مسیر شمال شرقی، قوردوسینه زار، پالون گردن، نرگس و رستم چال.

www.bakhtarmagazine.com

بخارا

شماره ۲۴ - مهر آبان ۱۳۸۲ - سه هزار نوبان

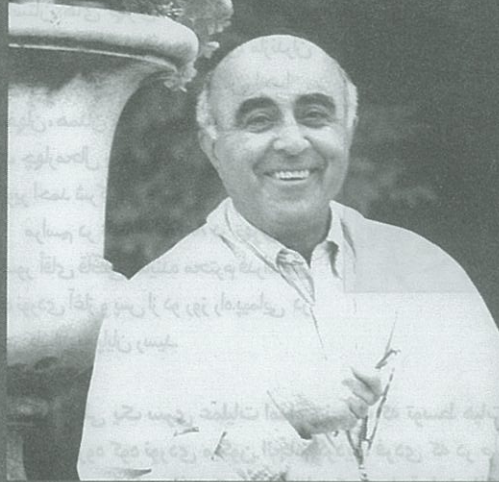
با سلامتی از عبدالحسن آذربک و داریوش آتوری، آیدین آنداشلو، ایرج افشار، حسن انوری، گلن امانی، فریدون ابراهیمی، احمد پوری، هوشنگ دولت آبادی، هاشم رحیمزاده، علی محمد حق شناس، فریدون زبانی، هوشنگ دولت آبادی، فریدون رازی، داریوش شاهگان، هاشون نسیمی، سیروس علی نژاد، ترناله فولادوند، مسعود حسینی، وینا شاهرخی، سیروس شمس، هاشون نسیمی، بزرگ ناززاد، قاسم وصالی، ایرج هاشمی زاده، و هرمز هماون پور به انضمام گنگو باخورا، پوری و پادشاه برهمی تبریز



بخارا

شماره ۳۲ و ۳۱ - آذر - اسفند ۱۳۸۳ - سه هزار نوبان

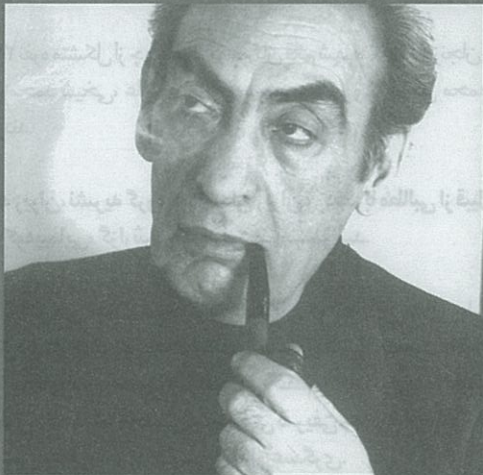
با سلامتی از: زاله ابوزکریا، ایرج افشار، شاورز اسفندیاری، احقر استخوانی، جواد بخشاری، سمن بهمانی، ابراهیم حقیقی، علی خرمی، فریدون هوشنگ دولت آبادی، هاشم رحیمزاده، مریم زندی، کاتینا سعیدی، محمد رضا شهبازی، کدکسی، سید محمد علی شهرستانی، ترناله فولادوند، محمد حسن گنجی، حسن میرجانی، مسعود حسینی، محمد علی موجد، احمد بهدوی دامغانی و هرمز هماون پور... تاریخ شاهی، مکتوبات ایران، نازها و پارچه‌های ایرانی، نقد و معرفی کتاب، گنگو باخورا، برهمی تبریز، دربار زمان، سمن و من...



بخارا

شماره ۵۰ - فروردین اردیبهشت ۱۳۸۵ - سه هزار نوبان

با سلامتی از: عبدالحسن آذربک و محمد رحیم اجوت، جسنده ارجمند، ایرج افشار، حسن انوری، گلن امانی، سمن بهمانی، احمد پوری، سمن علی زاده، فریدون شکستی، علی محمد حق شناس، فریدون زبانی، هوشنگ دولت آبادی، فریدون رازی، هاشم رحیم زاده، رضا رضایی، مریم زندی، سید اسفندیاری، رضا سعید حسینی، وینا شاهرخی، سیروس شمس، هاشون نسیمی، ابوالحسن سیاه تهرانی، فرشید شاهرخی، عزت الله فولادوند، کتیا اولمیر، حسن گلشن، هوشنگ کاظمی، محمد گلین، سیا، موجد، مهدی مازوزی، مهدی ابوالهانی، ایرج هاشمی زاده، نیاز بهوشناهی، نسیمه پادشاه، مری بویس، گزارش و نقد کتابهای تازه



بخارا

شماره ۶۶ - خرداد - شهریور ۱۳۸۶ - سه هزار نوبان

عبدالحسن آذربک، فریدون افشار، ناصر رضا امانی، گلن امانی، منوچهر بهدینی، امیر پشداو، نصرالله پور جوادی، احمد پوری، شهلا خاتری، فریدون زبانی، هوشنگ دولت آبادی، شهلا وانی، هاشم رحیم زاده، سمن سلطانی، حامد نسیمی، داریوش شاهگان، سیروس نسیمی، علی صالح نوب، هماون نسیمی، شهریار عدال، مهلا نسیمی، سیروس علی نژاد، ترناله فولادوند، سید امیرزاد، عبدالله کوزلی، ترناله نسکوت، محمدرضا سلیمان، محمد علی موجد، بهشید برهمی، هرمز هماون پور، حوزا ابوزری



- نشانی برای ارسال مقاله و نامه‌ها و نقدها: تهران - صندوق پستی ۱۶۶-۱۵۶۵۵
- تلفن و فاکس موقت: ۸۸۳۰۵۶۱۵؛ تلفن همراه: ۰۹۱۲-۱۳۰۰۱۴۷
- آدرس پست الکترونیک بخارا در اینترنت: dehbashi@bukharamagazine.com
- مجله بخارا در اینترنت: www.bukharamagazine.com

as 1798, a French climber - Olivier turned back near the summit and abandoned his attempt. In 1863 a French naturalist- Aucher Eloy, reached the Damavand summit via the Thompson route. Sir Austin Henry Liard, a French man of British origin, went caving at 'Salman' cave back in 1840, and then went on to the Bakhtiari region namely Izeh to carry out geographical research; the following is a summary of his observation, "On both sides of the cave was etched a number of figures as large as a human being; this engraving in all probability dated back to 7th. or 8th. century B.C.

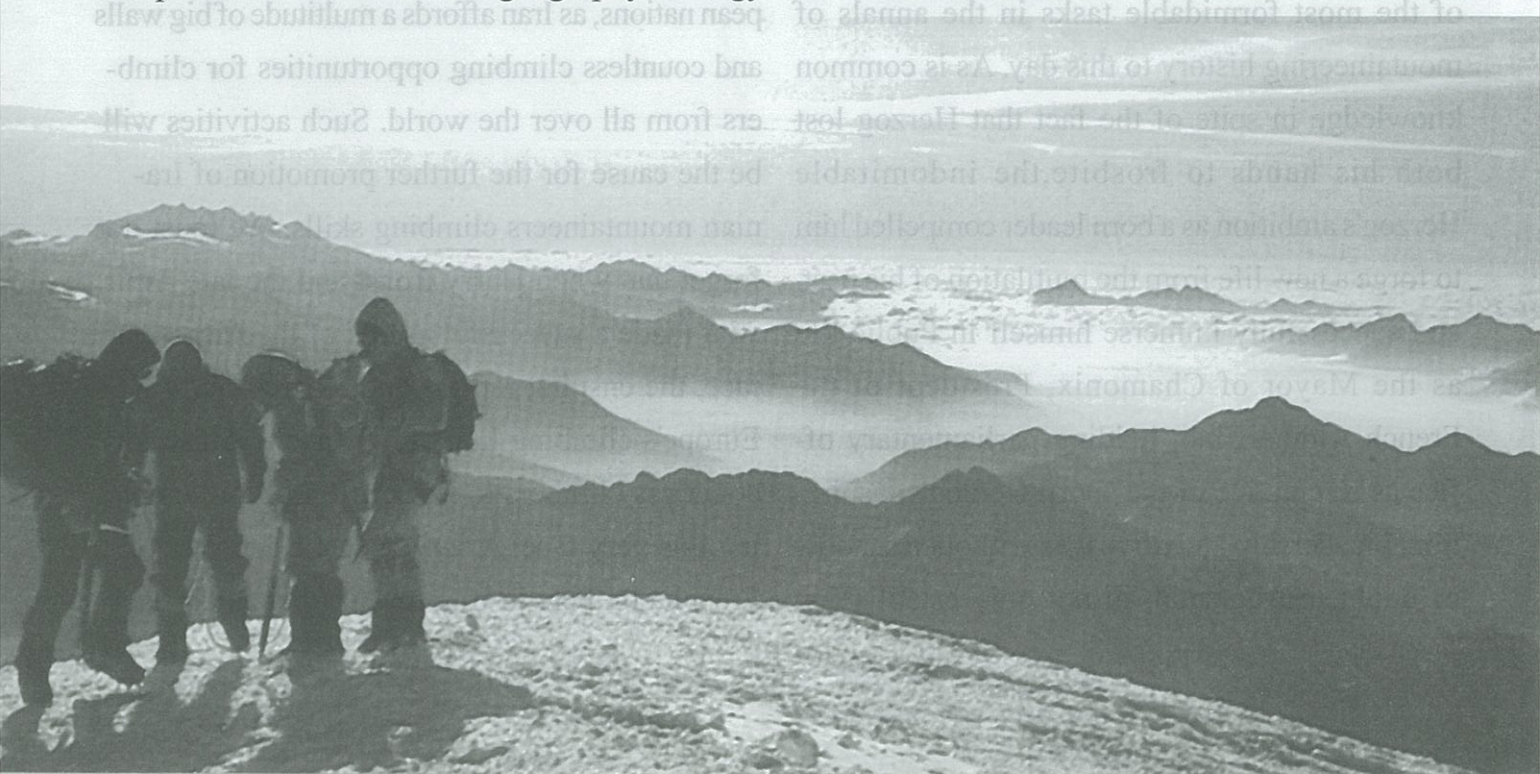
In 1864 a French cavalry officer, Count De Sortis, together with other members of the French community resident in Iran, escaped the cholera outbreak in the city, by tenting by a Tochal fountain. There exists a large boulder, in the "Oroos Valley" which records this incident. Jan Jack Mari De Morgan, a world class explorer and mountaineer, not only in a winter assault conquered the Damavand summit, but also composed several books on geography zoology

and anthropology which were to become of reference value for future generations. Another salient feature in the depth of the France-Iran ties, marked the maiden flight over the Damavand summit, exactly 22 years after the first flight in history by the Wrights Brothers. This sortie was conducted by three French bomber aircrafts over the Damavand summit. The crew were three bomber pilots, accompanied by the then Minister for War, General Amir-Tahmaseb.

On August 4,1956, 6 French climbers,plus Mr.Gilanpour, leading the Iranian team of 10 climbers, summited the Alam Kouh face.

Countless other stories of similiar nature are registered in the records of Iran's mountaineering history, but, due to the shortage of space, such text has been omitted in this article. France's training courses and contact with French sports authorities, rekindles past memories, where both sides look upon such past history, with mutual respect honour and dignity. May such ties be the cause for further unstinted collaboration between the both countries.

۷۱
۱۱۱



FRANCE'S CLIMBING INSTRUCTORS IN IRAN

Translated and edited by: Shapour Samsam

France has, undeniably, emerged as the lead nation in promoting, enhancing and furthering the finer arts and techniques of high altitude mountaineering in the Himalayas. Group de Haut Montagne (GHM) was founded as far back as 1919 and its aim and objectives were to train and hone the climbing skills of all out door enthusiasts and world class mountaineers. Maurice Herzog's successful conquest of Annapurna graphically demonstrates the French outstanding expertise in the field of high altitude mountaineering. For ruthless tenacity, obsessive attention to detail and planning, unrivalled fortitude, exceptional technical and high altitude skills by all the expedition member, it still ranks as one of the most formidable tasks in the annals of mountaineering history to this day. As is common knowledge in spite of the fact that Herzog lost both his hands to frostbite, the indomitable Herzog's ambition as a born leader compelled him to forge a new life from the mutilation of his past, and successfully immerse himself in Public life as the Mayor of Chamonix, President of the French Alpine Club, holding parliamentary office as representative of the sport. Herzog's inspirational leadership and drive was without a shadow of doubt instrumental, in not only establishing

and cementing France's position in the mountaineering world, but also paving the way for the conquest of all '8000 ers' from that date onwards. As defined by no lesser mortal than Sir Chris Bonington in his 'Moutaineer' book, the 1950's was the Golden decade of high altitude mountaineering.

The Iran-France bilateral ties have always been extremely fertile and productive and on order to further promote and consolidate such ties the presence of France's climbing instructors in the last 200 years, has been a pivotal factor in enhancing and bolstering the performance off all out door enthusiasts, as well as world class mountaineers. Iran can become the 'cross roads' between Asia and European nations, as Iran affords a multitude of big walls and countless climbing opportunities for climbers from all over the world. Such activities will be the cause for the further promotion of Iranian mountaineers climbing skills. We must not forget that when Harry Roast and the late Amir Alai made a successful ascent of the Alm Koh face, the ensuing reports and other articles in Europe's climbing literature, was the cause for countless climbers to flock to Iran for attempting this very face. A survey of the activities of French climbers in Iran reveals that as far back



بنادک؛ اولین تولید کننده انواع کتانی سنگ در ایران

WWW.bonadak.com e-mail: info@bonadak.com



Oranous

نشانی:

تهران، میدان منیریه، خیابان ولیعصر،
 نرسیده به چهارراه سپه،
 مقابل پاساژ تابان، شماره ۱۲۹۸
 دفتر فروش: ۶۶۴۶۰۵۷۰ و ۶۶۹۶۳۱۸۱
 و ۶۶۹۶۵۸۵۰
 دفتر مرکزی: ۶۶۹۵۴۸۵۷
 صندوق پستی: ۱۳۳۴۵/۱۶۷



Miniator



Geranii

شهر ورزش

MULTI BRANDS

تنیس
پینت بال
اسکیت
اسکواش

اسکی کوهستان
اسکی روی آب
اسکی
اسنورد

جت اسکی
پاراگلایدر
پاور کایت
غواصی

دوچرخه کوهستان
کوهنوردی
یخ نوردی
صخره نوردی

شکار و ماهیگیری
تردمیل
دوچرخه ثابت
کمپینگ

کارتینگ
موتور
موتور ATV
قایقرانی

CITY SPORT

آدرس : خیابان استاد مطهری . تقاطع میرزای شیرازی . جنب بانک تجارت . پلاک ۲۷۶ . فروشگاه بزرگ شهر ورزش

تلفن : ۲۰ - ۸۸ ۹۲۱ ۹۲۱

NO 276 . MIRZAYE SHIRAZI AVE . MOTAHARI ST . TEHRAN . IRAN . TEL:88 921 921-20

FAX:88 921 922 . WWW.IRANCITYSPORT.COM . INFO@IRANCITYSPORT.COM