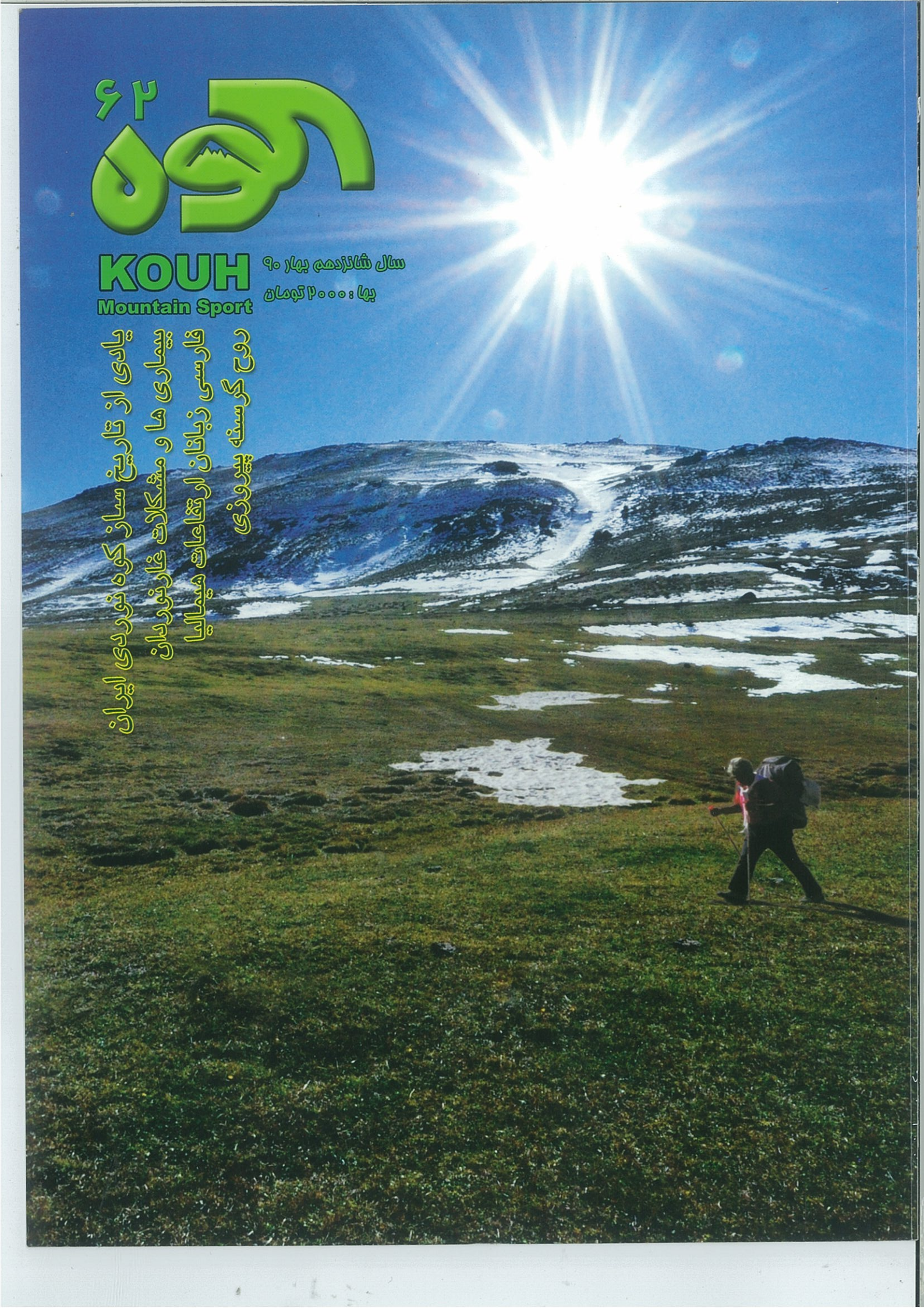
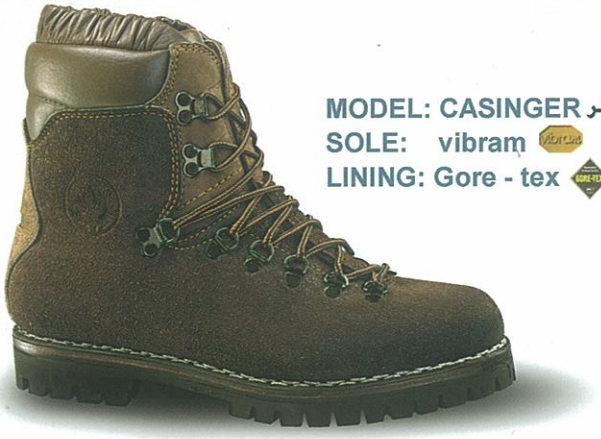

۶۲
کوه
KOUH
Mountain Sport
سال شانزدهم بهار ۹۰
بها : ۲۰۰۰ تومان
یادی از تاریخ ساز کوه نوردی ایران
بیماری ها و مشکلات غارنوردان
فارسی زبانان ارتفاعات هیمالیا
روح گرسنه پیروزی

PAYAR

CLIMBING • TREKKING • MOUNTAIN

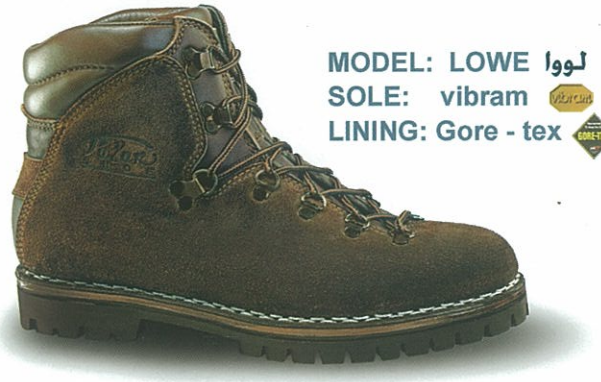
پایار



MODEL: CASINGER کاسینگر
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



MODEL: NORDICA نوردیکا
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



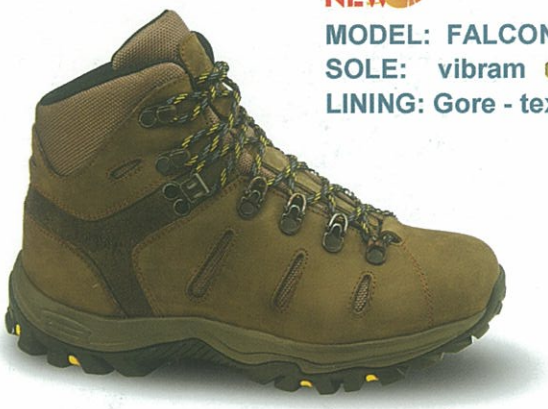
MODEL: LOWE لووا
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



MODEL: ALPE آلپ
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex

NEW

MODEL: FALCON فالکون
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



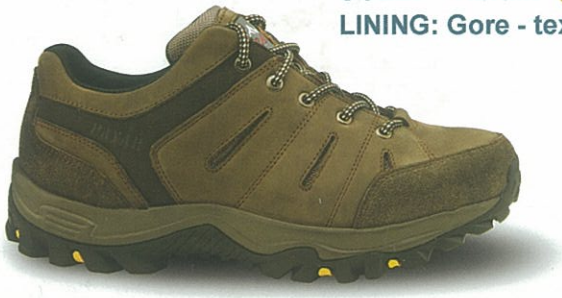
NEW

MODEL: PAMIR پامیر
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



NEW

MODEL: VIPER وایپر
SOLE: vibram
LINING: Gore - tex



تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی،
پنج لایه با لایه گورتکس
و عرضه کننده کلیه لوازم کوه نوردی، سنگ نوردی و کمپینگ

آدرس : خیابان ولیعصر ، بین میدان منیریه و خیابان امام خمینی (سپه) مقابل خیابان صنعتی پور (مهدیه) پلاک ۹۲۳
تلفن : ۵۰ ۵۳ ۶۶ ۴۹ - ۴۶ ۲۶ ۳۱۰ ۰۹۱۲

خوان به نام آنکه آموخت از کرم
آدمی را علم از راه قلم

فصل‌نامه کوه
۶۲

فرم اشتراک صفحه ۱۰۵

سال شانزدهم ـ بهار ۱۳۹۰

■ صاحب امتیاز و مدیرمسؤل:
دکتر حسن صالحی‌مقدم

■ زیر نظر شورای نویسندگان

■ تحریریه: جلیل کتیبه‌ای، مهندس وارطان زاکاریان، مهندس شاهپور صمصام،مهندس منیژه برزگر، مهدی شیرازی، سید مرتضی موسوی، علی پارسایی، مهدی داورپور، نصراله فتوگرافی، رضا زارعی، مهندس هادی فوقانی، مسعود اشرفی، جمشید هدایت‌نسب،عباس محمدی، رضا چهکنویی و افشین یوسفی

■ صفحه‌آرایی: منصوره بختیاری

■ اشتراک و توزیع: ایران جوادپور

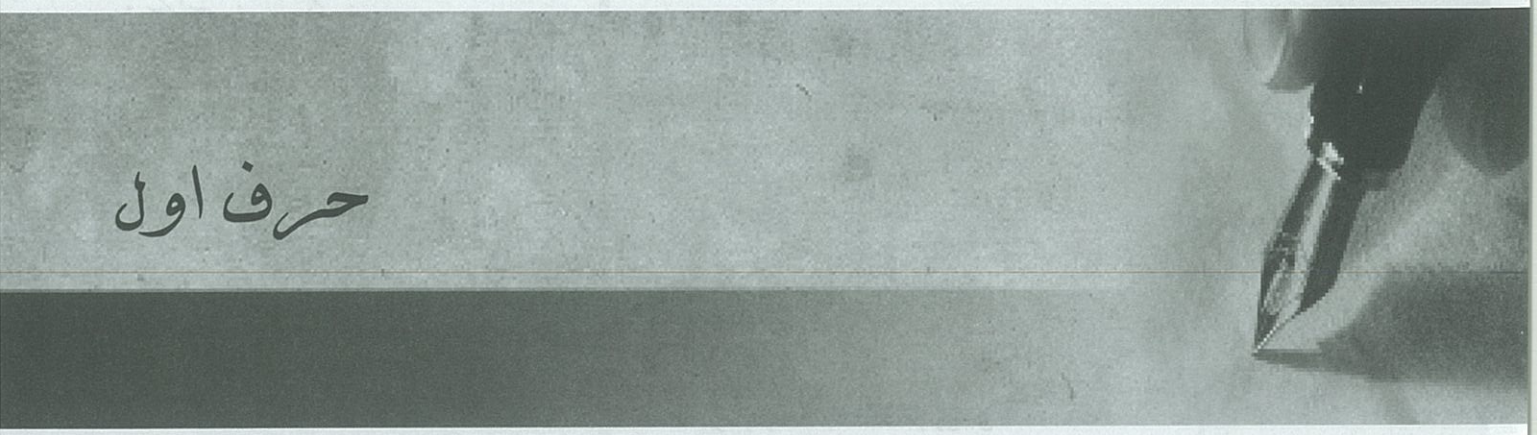
■ عکس روی جلد:

■ همکاران این شماره به ترتیب حروف الفبا:
عباس اربابی، کاوه اشکشی، دکتر علیرضا بهپور، غلامرضا توکلیان، علیرضا جعفری بارانی، محمد جلالی، ابوالفضل جوادی، صبا جودکی، امیر حجار زرین، پریسا حسین‌زاده، آذران حمیدی، دکتر مسعود حمیدی، فاطمه دالوند، محمد روحانی، نرگس روحانی، جعفر سپهری، لیلا صالحی، امیرحسین صالحی جم، کارگروه غارنوردی فدراسیون، گروه پیام زردکوه، کاظم گیلانپور، داود محمدی‌فر، مریم میرمیثاقی، حبیب نجفی‌پور و جاوید هیربد

■ حرف اول	۲
■ روح گرسنه پیروزی	۴
■ از کرانه به دریا	۶
■ صعود به قله آمادابلام	۱۰
■ فارسی‌زبانان ارتفاعات هیمالیا	۱۵
■ شکستگی طناب	۱۸
■ گزارش برنامه بارونتسه	۲۲
■ کت‌های پر	۲۶
■ موزه‌های سنگی	۳۰
■ دریاچه شورمست	۳۳
■ قدرت و قوت عضلات قسمت مرکزی بدن	۳۴
■ کوه‌پیمایی در منطقه پارس جنوبی	۳۷
■ غار سنگی طاق فرامرز	۳۸
■ شناسایی دره مرکزی تل‌انبار	۴۰
■ عبور از خط‌الراس زردکوه	۴۲
■ خطر ریزش سنگ	۴۴
■ کوه سیرداغی	۴۶
■ قله کنیا	۴۸
■ معبد خورشید	۵۰
■ کوه پریشان	۵۲
■ جایگاه ویژه هموطنان ارمنی	۵۳
■ غذا و انرژی	۵۴
■ غارهای عمودی درفک	۵۶
■ بیماری‌ها و مشکلات غارنوردان	۵۸
■ آذرخش	۶۲
■ صعود	۶۴
■ کوتاه و خواندنی از اینترنت	۶۸
■ از همه بالاتر (یادی از گذشته)	۷۶
■ نکات فنی	۷۸
■ نکات فنی در غارنوردی	۸۲
■ در جستجوی یتی	۸۶
■ اکسپدیشن غارنوردی ایران - لهستان - سوئد	۹۰
■ صعود انفرادی اورست	۹۴
■ شانس در کوه‌نوردی	۹۶
■ اخبار فدراسیون	۱۰۲
■ اخبار انجمن کوه‌نوردان ایران	۱۰۶
■ از میان نامه‌های رسیده	۱۰۸
■ Azure Lakes	۱۱۲

■ فصلنامه کوه نشریه‌ای است که به هیچ سازمان یا تشکیلاتی وابستگی ندارد. مطالب مندرج در فصل‌نامه کوه الزاما 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 ماخذ مانعی ندارد. مطالب را حتی‌المقدور 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. مسؤلیت صحت و سقم مطالب به عهده نویسنده است.
■ گزارش معرفی مناطق کوه‌نوردی و یا خط‌الرأسی حتما با کروکی وعکس 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 آگهی دهنده می‌باشد.**

پست الکترونیکی: faslnameyekouh@yahoo.com
تلفن: ۲۲۷۱۲۸۱۶ و ۲۲۷۴۵۳۵۴ نمابر: ۲۲۷۱۲۸۱۷
نشانی: تهران، صندوق پستی: ۱۹۶۱۵/۹۳۸



حرف اول

چون نیک بنگری هیچ حقیقتی شگفت‌تر از خود حقیقت نخواهی یافت

جنایت و مکافات داستایوفسکی

بارها در خلوت خویش برگذشته تابناک مدفون در دل تاریخ تاسف خوردم و به پاس حرمت کورسویی مانده از دوران شایسته و مقبول لب فرو بستم و دم برنیاوردم که **اخلاق در کوه‌نوردی رو به زوال است**. هر از چند گاهی هم اگر سکوت را شکسته و با اشاره و کنایه صحبتی از آن به میان آوردم، از سویی ترس و واهمه‌ام بود که پرده برافتد و پرده‌دران را دیگر پروایی بر به تاراج کشیدن این ته‌مانده اخلاق نماند و از سویی دیگر سکوت و خاموشی حمل بر بی‌تفاوتی و عامل ادامه روند فزاینده بی‌اخلاقی گردد. آنچه در این دو سه دهه اخیر دیدم، خواندم و شنیدم همه حاکی از آن بود که محیط ورزشی که روزگاری ورزشکارش به خود می‌بالید که بدون کمترین آلایشی به پالایش روح و جسم می‌پردازد آنچنان در جامعه آلوده پیرامون خویش غرق شده که می‌رود تا گوی سبقت را در بی‌منشی از دیگر ورزش‌ها برباید و این به دور از انصاف و مروت است که به بهانه‌های واهی و نافی و الفاظ پرطمطراق و دهان پر کن دست به تخریبی این چنین زده و بنیان و اساس فرهنگی غنی و ملهم از کوهستان را که به مرور زمان از پیدایش کوه‌نوردی در ایران در جامعه جا افتاده و رشد کرده است، متزلزل نماییم. روزی بود که کوه‌نوردان را هم به مانند دیگر ورزش‌ها لباسی متمایز بود که پوشندگانش را موظف و مکلف به رعایت اصول و قوانین اخلاقی نانوشته‌ای می‌کرد که هر بیننده خارج از این دایره را ناخودآگاه جذب کرده و به کسوت کوه‌نوردی می‌کشاند. به طور قطع و یقین این لباس نبود که چنین جاذبه‌ای داشت، پاکی، مهربانی، دوستی، صداقت، ایثار، مروت، بخشندگی و به‌طور کل خصایل نیکوی انسانی بود که کوه‌نوردان، در کسب و اشاعه آن کوشیده و در قالب لباس تجلی می‌کرد و حال دیربازی است که لباس رنگ باخته و با خود تمام فضایل را به محاق فراموشی برده است. امروز لباس‌های مدرن و به‌روز می‌پوشیم ولی لباس‌ها کماکان خالی هستند خالی از شان و شعور انسانی. به کوه‌نوردی می‌پردازیم. برنامه‌ها همه جالب و وزین شده‌اند اما تهی از ارزش نه ارزش فنی که همه چیز صعود نیست؛ صعودی که

به سقوط اخلاقی منجر گردد حراج معنویت است که به بهایی نازل فروخته‌ایم. صعودی که در آن برای اثبات خود به دیگران و ارضاء حس جاه‌طلبی و خودنمایی به شعبده‌بازی و چشم‌بندی و دروغ پردازی متوسل می‌شویم ـ موفق و ناموفق ـ صعود نیست زوال معرفت و به انزوا کشیدن حقیقت است. زمانی می‌توان صعودی را به مفهوم کامل کلمه موفق دانست که تنها عملی فیزیکی به دور از مسایل اخلاقی و اجتماعی صورت نگرفته باشد. صعود تنها با هدف رسیدن، به قله به هر بهایی، از انسان موجودی می‌سازد که روح، احساس و شرافت‌اش به تسخیر گرگ درونش درآمده است. گرگ او را دایما تشویق و ترغیب به حرکات ضداخلاقی نشات گرفته از خودخواهی و بی‌تفاوتی می‌کند. دوست و هم‌طناب برایش بی‌معنا شده و کمک به دیگران را مانع بزرگی برای رسیدن به هدف می‌بیند و در آنجا که فعل انتخاب پیش می‌آید ارزش صعود برایش بر ارزش جان‌ها پیشی می‌گیرد. وجدان خفته‌اش از شیرینی القاب اولین، قهرمان، و... و توجیه‌های ساده لوحانه و خودباور گوناگون هیچ‌گاه بیدار نمی‌شود. غافل از اینکه جامعه و... بیدار است و هر گونه اعمالی را هر چند دیر پاسخی درخور خواهد داد.

امروزه در تمام جوامع بشری با هرگونه بضاعت علمی، فرهنگی، ورزشی و اجتماعی اخلاق در سرلوحه امور بوده و حرف اول را می‌زند و مردم هر گونه حرکت ضداخلاقی را دیگر برنمی‌تابند. نگاه و مقصودمان از کوه‌نوردی هر چه باشد. تفریح، ورزش، ماجراجویی، ارضاء حس درونی، بلندپروازی و قهرمانی محترم بوده و امری شخصی تلقی می‌گردد ولی این به آن معنا نیست که ما مجاز و محق هستیم که با اتکا به این موضوع انجام هر کاری را شایسته دانسته و با حصول اطمینان از عدم آسیب‌های فیزیکی و صدمات جانی آن را بدون تاثیر سوء بدانیم. بازتاب اعمال و رفتار کسانی که در سطوحی بالاتر از سطح عمومی جامعه هدفی را دنبال کرده و به کاری مشغولند تاثیرگذار بوده و قطعا مبدل به الگو و فرهنگ می‌گردد، در چنین مواقعی پاک نمودن اثر منفی و ناخوشایند از پیکر جامعه به کاری دشوار و ناممکن مبدل می‌گردد. پس برای عدم مواجهه با این معضل بر همه ما فرض است که پیش از انجام هر کاری و علنی نمودن هر عملی ابتدا به برآیند و ماحصل آن بیندیشیم. کوهستان مظهر پاکی، دهش و بخشش است و کوه‌نوردی آیین زندگی؛ آیینی مبتنی بر روح جمعی و پایبندی به اصول اخلاقی. کوه‌نوردی که درک صحیحی از کوهستان و کوه‌نوردی دارد هیچ‌گاه منافع خود را بر منافع جمع ارجح نمی‌شمارد و از موقعیت و موفقیت‌های تحصیل شده به نفع خود بهره‌برداری نمی‌کند. تخطئه و تحمیق دیگران را گناهی بزرگ شمرده و هیچ‌گاه دست به کاری نمی‌زند که کوچک‌ترین زیانی از سمت و سوی وی متوجه جامعه گردد.

در این برهوت بی‌منشی و بی‌اخلاقی آنچه که انسان را امیدوار می‌سازد درخشش ستارگانی است که گه‌گاه در ضمیر به تاریکی گراییده انسان عصر ماشین با خاموشی خویش چراغ تابناکی برافروخته و نور امید را در دل‌ها تجلی می‌بخشند. بیش از یک سال از آن عصر سرد زمستانی می‌گذرد و من در این اندیشه‌ام که اگر همه آنهایی که در آن روز جان باختند اگر تنها به نظاره ایستاده بودند **آیا شاهد مرگ انسانیت نبودند؟** ترس از مرگ و تلخی آن را همه باور داریم پس چگونه است که برخی با اینکه به خوبی می‌دانند خطر در کمین است بی‌پروا گام به کام آن می‌گذارند و برای بازپس گرفتن حرمت، شرافت و کرامت انسانی لحظه‌ای تعلل نمی‌ورزند. اینان خودباختگان و دل به هوس دادگان نیستند، قدر خود را خوب می‌شناسند و به بهایی ارزان خود را نمی‌فروشند

چراغی در دست
چراغی در دلم
زنگار روحم را صیقل می‌زنم
آیینه‌ای در برابر آیینه‌ات می‌گذارم
تا از تو ابدیتی بسازم (احمد شاملو)

دکتر حسن صالحی‌مقدم

قابل توجه خوانندگان محترم فصل‌نامه کوه

روال انتشار مجله بر مبنای ۹۶ صفحه است. لطفا به نکات زیر توجه فرمائید:
۱- آگهی‌های رنگی مجله فاقد شماره صفحه است.
۲- در صورتی که میزان آگهی‌های سیاه و سفید بیشتر از ۱۰ درصد صفحات باشد. به منظور جلوگیری از تضییع حقوق همنوردان به صفحات مجله افزوده می‌گردد. به عنوان مثال این شماره در ۱۱۲ صفحه منتشر شده است.

روح گرسنه پیروزی

«Hungry Ghosts»

نویسنده: جف جکسون*
مترجم: مهندس وارطان زاکاریان

مقدمه مترجم:

رقابت انسان و طبیعت از بدو خلقت انسان وجود داشته و هنوز هم ادامه دارد اما در این رقابت اولین شرط سنجش برابری مقیاس‌های رقابت است. کسانی در این رقابت پیروز شده‌اند که ابعاد نیروهای خود را با نیروی طبیعت مقایسه کرده‌اند و اگر این نیروها هم‌آهنگ نباشند مسلما عدم پیروزی انسان را به ارمغان می‌آورند. در هر حال انسان همیشه برای پیروزی بر طبیعت در تلاش است و سعی می‌کند ضعف خود را در این رقابت با کمک ابزارها و روش‌های عملیاتی جدید برطرف نماید. ولی در هر حال طبیعت با قدرت نامحدودی که در اختیار دارد غالبا پیروز است. اما در ابعاد کوچک‌تر این رقابت گاهی به سود انسان ختم می‌شود، مثل مهار رودخانه‌ها، استفاده از نیروهای طبیعی مثل باد و رعد و برق و .... ولی چنانچه در این رقابت موفق نشود عدم پیروزی خود را همراه با کسب تجربه‌های زیاد از این رقابت می‌پذیرد و خود را برای رقابت دیگر آماده می‌سازد و این مبارزه انسان و طبیعت همچنان ادامه داشته و دارد. طبیعی است در بخشی از این مبارزات اگر انسان عدم موفقیت خود را پیروزی قلمداد نماید بدترین تفکر و خط مشی را انتخاب کرده و از آن به بعد مجبور است مرتبا با این روش غلط و مقیاس منفی، فعالیت‌های خود را مثبت جلوه دهد. بعضی دانشمندان بر این اعتقادند که کارها و فعالیت‌های مادی و معنوی انسان مانند محاسبات ریاضی بوده و دارای ضریب مثبت یا منفی است به طور مثال اگر مثبت دو (۲+) را با منفی دو (۲-) جمع کنیم حاصل جمع صفر است یعنی حاصل دو عمل مفید و دو عمل مضر صفر بوده و چیزی به اعتبار انسان نمی‌افزاید. حال اگر مثبت دو (۲+) در منفی دو (۲-) ضرب شود حاصل ضرب منفی چهار است نه مثبت چهار، یعنی انجام بعضی از عملیات با روش غلط، نتیجه را به مراتب بدتر از آن‌چه انتظار داریم برای ما رقم خواهد زد. در کوه‌نوردی هم فعالیت‌های انسان‌ها به همین گونه تعبیر می‌شود. هر عمل انسان دارای جنبه منفی و یا مثبت است. راست‌گویی و بیان حقیقت نقش مثبت را ایفا می‌کند و دروغ‌گویی و کتمان واقعیت نقش منفی را. براساس منطق ریاضی ضرب عددی منفی در عدد منفی دیگر، نتیجه مثبت است ولی این نباید ما را خشنود کند زیرا اگر شخص یا اجتماعی این روش را ادامه دهند حاصل ضرب باز هم منفی است. تعبیر و درک اجتماعی و قضاوت جامعه درباره رفتار شخص یا گروه که براساس گزارش خود آنها صورت می‌پذیرد مرتبا در تغییر خواهد بود، یعنی اجتماع گاهی باور می‌کند و گاهی باور نمی‌کند ما نمی‌توانیم جامعه را برای مدت طولانی فریب دهیم. پس این عمل ما پس از مدتی دیگر اعتباری نخواهد داشت. کوه‌نورد که بیشترین اصطکاک و درگیری را با طبیعت دارد، گاهی به قله رسیده و پیروز می‌شود و گاهی نه، اگر پیروز شد اجتماع بر او ارج می‌گذارد و اگر پیروز نشد بر او خرده نمی‌گیرد زیرا رقیب او یعنی طبیعت از ابعاد رفتاری وسیع و قدرتمندی برخوردار است. پیروزی انسان فقط با درایت و با به‌کارگیری ابزارهای کمک کننده و استفاده از زمان‌های دقیق و مدیریت صحیح در عملیات انجام‌پذیر است؛ پس جامعه با صبر و شکیبایی منتظر پیروزی در نوبت‌های بعدی رقابت مانده و بیشتر از سابق، از آنان حمایت خواهد کرد، اما اگر آن کوه‌نورد یا گروه کوه‌نوردی پیروز نشوند یا به نقطه پیروزی نهایی نرسند ولی با اظهارات غیرواقعی تظاهر به پیروزی نمایند و حتی برای این عمل ناتمام جشن گرفته و مردم را وادار به پذیرفتن اخبار غیرواقعی نمایند، چندین اشتباه با جنبه‌های متفاوت انجام داده‌اند. اولا به اجتماعی که به آنها اعتماد داشته‌اند پشت کرده و با ارایه اخبار غیرواقعی یعنی اخبار دروغ ضریب منفی را انتخاب کرده‌اند. پس چگونه انتظار دارند که از این عمل نتیجه مثبت دریافت نمایند. اجتماع همیشه هوشیار است. در حالی که اگر دروغ نگویند مردم تلاش‌شان را ارج می‌نهند. دیگر اینکه کسانی که دروغ می‌گویند همیشه در درون خود حقیقت را می‌بینند و این حقیقت درون و دروغی که گفته‌اند همواره در حال مبارزه با یکدیگر هستند و نتیجه آن عذاب وجدان است که برای شخص باقی می‌ماند. به یادآوریم که «اِدوایستروس» کوه‌نورد مشهور که چهارده قله بالاتر از هشت هزار متر را صعود نمود در آخرین یا چهاردهمین قله نتوانست تا راس قله صعود کند و حدود یکصد متر مانده به قله صعود خود را متوقف کرده و به بارگاه اصلی بازگشت و به دنیا اعلام کرد که: احساس کردم قله مرا نمی‌پذیرد. برگشتم تا سال دیگر بخت خود را بیازمایم و او در سال بعد پیروز شد.

و سوال آخر آیا در دیگر رشته‌های ورزشی اگر ورزشکاری پیروز نشود اعلام می‌کند که بر حریف پیروز شده است؟ در مقاله زیر مطلبی در همین زمینه به وسیله «جف جاکسون» سردبیر مجله «راک اند آیس» در دسامبر ۲۰۱۰ تحت عنوان « روح گرسنه پیروزی» نوشته شده که تقدیم می‌شود. امید است با مطالعه این مطلب دوستان کوه‌نورد به خاطر آورند که کوه‌نوردی ورزشی است که در دامن طبیعت صورت می‌گیرد و در طبیعت فقط با واقعیت و حقیقت روبه رو می‌شویم. باید از طبیعت عبرت


اوه اون سان

بگیریم و در این ورزش حقیقت را قربانی جاه‌طلبی نکنیم. در این صورت است که می‌توانیم سرمشق آیندگان باشیم. ما همگی ورزشکاریم و جویای راه حقیقت و پویای حقیقت.

کوه‌نورد اطریشی «کریستین استانگل» قله اورست را بدون استفاده از کپسول اکسیژن در طی ۱۷ ساعت صعود کرد و صعود به قله چوآیو را در مدت ۱۵ ساعت به ثبت رساند. سپس چهار قله ۶۰۰۰ متری را در مدت ۲۴ ساعت صعود نمود. صعودهای این کوه‌نورد فوق‌العاده سبک وزن آنچنان انقلابی برپا کرد که واژه کوه‌نوردی را نیز تحت شعاع خود قرار داد و روزنامه‌ها او را به نام آسمان‌نورد یا آسمان پیما (Skyrunner) نام نهادند. او پس از موفقیت در صعود چند قله بالاتر از هفت‌هزار متر توجه خود را به صعود دومین قله جهان معطوف داشت و در یازدهم اگوست براساس گزارشی اعلام داشت که سخت‌ترین برنامه‌اش را انجام داده و قله K2 را صعود نموده است. این صعود که تقریبا سریع انجام شده بود سر و صدا و غوغای عجیبی به پا کرد. تعدادی از گروه‌ها و صاحب‌نظران منکر ادعای استانگل شدند. شرایط نامساعد جوی کوه‌نوردان را به‌ستوه آورده بود. صعود استانگل به قله موجب شد تا گروه‌های دیگر هم برای صعود اقدام کنند. روز بعد از صعود استانگل، گروه دیگری برای صعود قله حرکت کرد. آنها برای صعود به جستجوی طناب ثابت پرداختند و آن را در میان برف دفن شده یافتند. آنها همچنین در میان برف و یخ اشیا و ادوات به‌جا مانده از او را پیدا کردند که شامل چادر – ابزار و ادوات وی بود. چند روز بعد باربرها کیسه‌خواب استانگل را که در میان سنگ‌های نزدیک کمپ بعدی کمپ اصلی پنهان شده بود، پیدا کردند و در نهایت عکس استانگل را که به عنوان مدرک ارایه شده بود به دست آورند و معلوم شد این عکس در نقطه‌ای شبیه به قله K2 در نزدیکی کمپ سوم گرفته شده است. یعنی محلی که چندهزار متر پایین‌تر از قله قرار داشت. در تاریخ هفت سپتامبر استانگل در جو فشار مضاعف روزنامه‌نگارها و کوه‌نوردان بیانیه‌ای صادر کرد که بیشتر جنبه تزویر و نیرنگ داشت. او اعلام کرد «ترس از مرگ بد است ولی ترس از شکست بدتر از آن است. در اثر فشارهای روحی که بر من وارد شده بود در مرحله‌ای از صعود حالت خلسه مانند داشتم که در آن حالت واقعا تصور کردم که به بالاترین نقطه کوه یعنی قله K2 رسیده‌ام». به این ترتیب دروغ‌های او برملا شده و او از اعتبار ساقط شد. در همان زمان یک داستان دیگر نظیر داستان اول شکل گرفت که مربوط به کوه‌نورد کره‌ای خانم «اوه اون سان» است؛ او اعلام کرد که با صعود به قله آناپورنا در آوریل ۲۰۱۰ اولین کوه‌نورد زن است که چهارده قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کرده است. خانم «الیزابت هاولی» مفسر بزرگ رخدادهای کوه‌نوردی که آمار همه کوه‌نوردان را دارد قبلا ثبت نموده بود که خانم «اوه اون سان» قله «کان‌چن چونگا» را نتوانسته صعود کند. این گزارش و گزارشات ضد و نقیض دیگر باعث ایجاد شک و شبه و بحث در بین کوه‌نوردان گردید. از طرفی دیگر رقبای کوه‌نورد کره‌ای نیز از او درخواست ارایه عکس قله را نمودند و آن عکس هم نتوانست اظهارات این خانم کوه‌نورد را به اثبات برساند با پرسش از شرپاهای صعودکننده قله در آن تاریخ آنها هم صعود وی را تایید نکردند. در ۲۷ اگوست فدراسیون کوه‌نوردی کره پا را فراتر نهاده و اعلام کرد که او در صعود به قله «کان چن چونگا» احتمالا موفق نشده است. پس با توجه به این بررسی‌ها او دیگر فاتح چهارده قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر نبود. به این ترتیب کوه‌نورد اسپانیایی «ادورنه پاسابان» با تایید کلیه مراجع و محافل، اولین زن کوه‌نوردی شناخته شد که کلیه چهارده قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را بدون عیب و نقص صعود کرده است. همان چیزی که خانم «اوه اون سان» برای به دست آوردن آن به دروغ متوسل شده بود. «ادورنه پاسابان» قله «شیشاپانگما» را برای خود آخرین قله در نظر گرفته بود. در هر حال او چهارده قله بالاتر از ۸۰۰۰ متر را صعود کرد و افتخار این عنوان را نیز به خود اختصاص داد در حالی که وضعیت خانم «اوه اون سان» در صعود به قله «کان چن چونگا» یا «استانگل» در صعود به قله K2 هنوز در پرده ابهام قرار دارد. در گزارش صعود

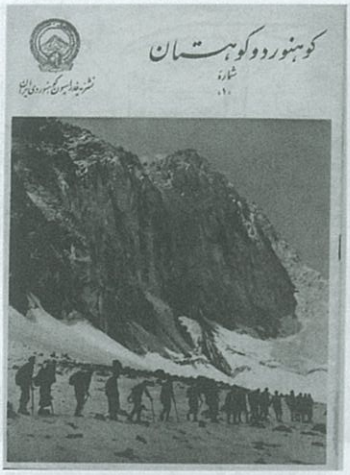


کریستین استانگل

قله‌ها بعضی اوقات با دروغ‌های بزرگ و اغراق‌گویی‌های بسیاری روبه رو می‌شویم، مثل گزارش صعود «فردریک کوک» به قله دنالی – «سزار مایستر» در سروتوره و موارد نظیر آنها، متاسفانه تعدادی از کوه‌نوردان در مقیاس‌های فعالیتی بزرگ دچار این بیماری شده و کارهای انجام شده در مقیاس کوچک را با بزرگ‌نمایی‌های ناباورانه به کارهای بزرگ مبدل و با نمایش‌های اغراق‌آمیز، آنها را در معرض دید اجتماع قرار می‌دهند. عملیات روی صخره‌های کوچک را به گونه‌ای نمایش می‌دهند که خواننده و یا بیننده با دیدن آنها به باورهای غیر حقیقی رسیده و تصور کند این فعالیت‌ها واقعیت دارند. مشکل بزرگ و دیرپای تاریخ ورزش کوه‌نوردی دروغ و گزافه‌گویی است.

این مسلم است که اول شدن و اولین‌ها با خود اعتبار و امتیاز به همراه دارد ولی ممکن است در میدان‌ها و دامنه‌های بزرگ رقابت قضاوت‌ها تحت تاثیر آن قرار گرفته و منتهی به خطا و انحراف شود و حتی شایستگی و محبوبیت آنها در جامعه نیز از میان برود. بعضی افراد کارهای انجام شده را بزرگ‌نمایی می‌کنند. زیرا آنها به آنچه که هستند راضی نبوده و مانند روح گرسنه‌ای هستند که در مکتب بودا از آنها یاد می‌شود و با اشتهای سیری‌ناپذیر می‌خواهند همه‌چیز را ببلعند. بعضی از کوه‌نوردان به این صفت سیری‌ناپذیری مبتلا هستند. در خود، بیهودگی یا تهی بودن وحشتناکی احساس می‌کنند و ناامیدانه و یا مایوسانه سعی می‌کنند آن را با هر وسیله‌ای پر کنند. «استانگل» اولین کوه‌نوردی نیست که برای تامین آرزوهای پیروزی بر قله‌ها جعل اخبار نموده. هرچند که جسارت او در اجرای آنها غیرمعمول نیز جلوه کند. برای او و همگی ما مشکل‌ترین قله برای پیروز شدن، قله کوه آرزوهای تمام‌نشدنی و غیر قابل کنترل است که هرگز بر آن پیروز نخواهیم شد ولی ممکن است سرشکستگی و افسردگی به همراه داشته باشد.■

* (سردبیر مجله Rock Ice)



از کرانه به دریا

یادواره استاد فقید جلیل کتیبه‌ای

... و چقدر سخت است قلم‌زدن درباره کسی که روزگاری پیش قراول کوه‌نوردی و صعودهای فنی بود و روزی دیگر از جفای روزگار خانه‌نشین و استاد قلم. چه بی‌پیر روزگاری است که این گونه رقم می‌زند که قلم شکسته‌ای در رسای قلم افراشته‌ای به بلندای تاریخ کوه‌نوردی این مرز و بوم بی‌بضاعتی‌اش را در معرض ظهور می‌گذارد. عالمی است و آدمی و گذر زمان با سرعتی باور نکردنی به اندازه مژه برهم زدنی.

زمستان است زمستانی سرد و پربرف و نیمه اول دهه چهل، او را برای اولین‌بار در خانه کوه‌نوردان (آن زمان) از نزدیک ملاقات کردم. تازه از ره رسیده بود. از سفر به مناطق آلپ با کوله‌باری از اطلاعات و اسلاید. آن شب تا پاسی از نیمه بدون ترس از بارش برف و بسته شدن راه‌ها و نرسیدن به خانه، میخکوب بر صندلی با او به کوهستان‌های آن منطقه سفر کردم و تنها زمانی از سفر بازگشتم که همهه جمع حکایت از پایان جلسه داشت. چه شیوا و دلنشین و چه صمیمی و با مهر سخن می‌گفت. هنوز با گذشت سالیان دراز از آن شب، سحر کلامش دوباره مرا با خود به آلپ می‌برد. از بد روزگار جلای وطن نمود و ترک خانه کرده و گوشه انزوا برگزید و یار و اغیار را در بعد مسافت محروم از نعمت دیدار و بهره‌گیری از تجارب. سالیان سال به همین منوال گذشت تا در اواخر دهه شصت خبر رسید که استاد به ایران سفر کرده و در هتل آزادی قرار ملاقات گذاشتم و یکی دو ساعت گپی زدیم. او را همان گونه یافتم که از سال‌های دور در ذهن و باور داشتم. خونگرم، صمیمی و مهربان. گرد پیری بر چهره‌اش نشسته ولی ذره‌ای از نفوذ کلام و نغز بیانش کاسته نشده بود. در همان جلسه بود که جرقه انتشار مجله در مغزم زده شد. سال ۷۴ نخستین شماره را پس از انتشار برایش فرستادم و از نظریاتش برای شماره‌های بعدی بهره جستم. مطالبی که ارسال می‌داشت به قدری دقیق و موشکافانه بود که اگر «ویرگولی» جا می‌افتاد آن را گوشزد می‌کرد. همواره راهنما، مشوق و گره‌گشا بود، هم و غم‌اش انتشار بی‌وقفه مجله و نگرانی‌اش تعطیلی آن بود، که به خواست یکتای بی‌همتا تا آخرین روزهای حیاتش وقفه‌ای پیش نیامد و ما از این بابت شرمنده و شاهد ناخرسندی‌اش نبودیم. او عضو مجازی هیات تحریریه بود. در اوایل بهمن ماه متاسفانه دچار حمله قلبی شده و پس از چند روز جان به جان آفرین تسلیم نمود. یاد و نامش گرامی باد.

دکتر حسن صالحی مقدم

از استاد کتیبه‌ای بیشتر بدانید !

در پنجم بهمن ماه ۱۳۰۰ در تهران متولد شد.

از دوره دبستان به کتاب و ادبیات و هنر علاقه پیدا کرد و در نوجوانی با مطبوعات انس گرفت.

در پانزده سالگی از راه مطبوعات با دماوند و علم کوه و صعود به آنها آشنا شد و همان‌ها بودند که در قلب و مغزش اثرهای نافذی نسبت به کوهستان و کوه‌نوردی به وجود آوردند.

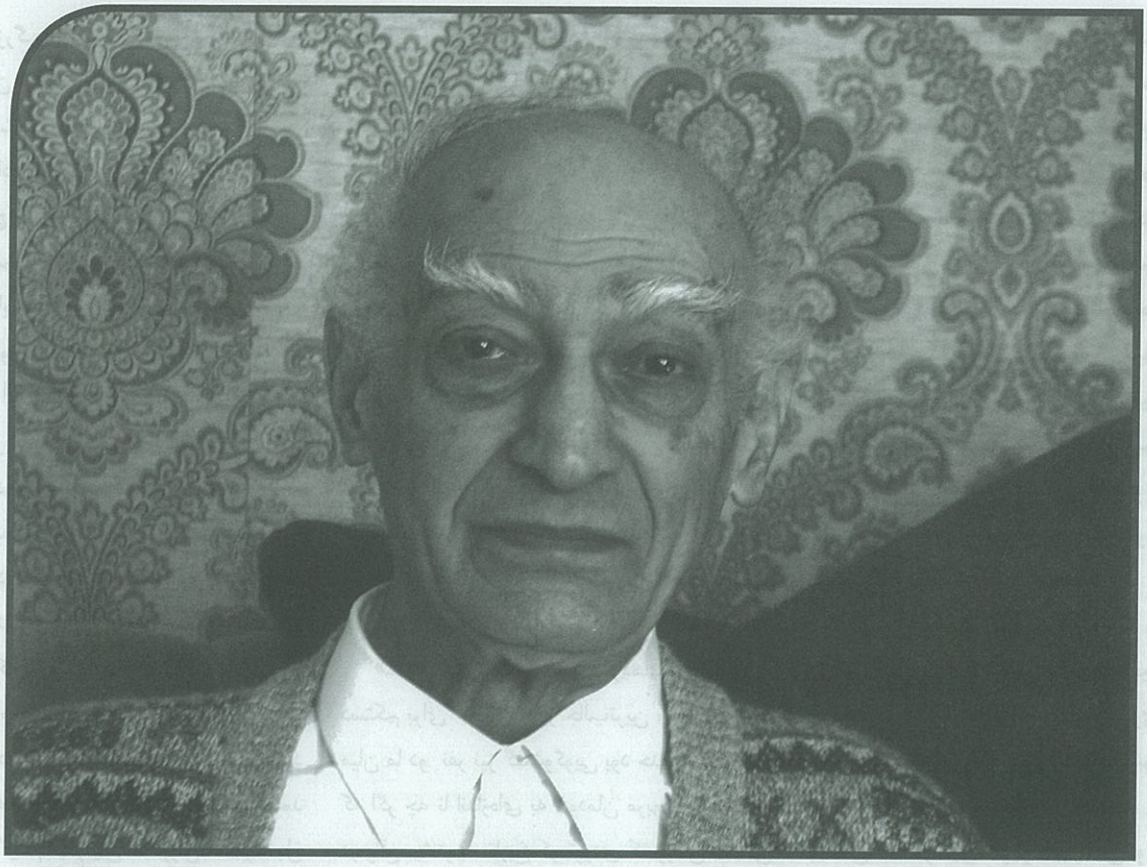
سال ۱۳۲۵، اولین صعود زمستانی به یک قله (توچال) را انجام داد و در سال بعد اولین صعود شبانه به همین کوه را عملی کرد.

در آغاز بهار سال ۱۳۲۷، تمرین‌های سنگ‌نوردی با وسایل‌های فنی را در بندیخچال (توچال) شروع کرد و سپس نکته‌های این روش نوین را در مجله ورزشی منتشر ساخت.

سال ۱۳۲۸ به اتفاق گیلانپور و پرویزی ضمن صعود از راهی تازه و زیرپا نهادن سه قله صعود نشده، درهای بهشت سنگ و یخ کوه‌نوردی ایران را گشودند و با راهیابی به یخچال و جبهه شمالی ناآشنای علم کوه، اولین صعود از آن بخش به فراز این کوه را تثبیت کردند.

در سال ۱۳۲۹ می‌بایست با گیلان‌پور و پرویزی به مدرسه کوه‌نوردی و اسکی فرانسه فرستاده می‌شدند، اما به عللی در این برنامه شرکت نکرد.

سال ۱۳۳۰ پس از نخستین صعود تنها از راه تخت فریدون به دماوند، اولین نوردش یک تیغه بلند سنگی در ایران را اجرا کرد (تیغه جنوب شرقی هفت تنان زردکوه، همراه با خلیل عباسی و هوشنگ محیط). سپس اولین صعود به بلندترین قله دنا (قاش مستان) را تک نفره انجام داد. آنگاه در اواخر تابستان با محمد علی تفرشی، سه قله دیگر در منطقه علم‌کوه را صعود کردند و نیز اولین صعود مستقیم با وسایل فنی از یک دیواره بلند در ایران را (دیواره شمالی شاخک، از علم‌چال به بالا) به مرحله اجرا درآوردند، که «آغاز کوه‌نوردی نوین، در صعود از دیواره‌های بلند ایران» عنوان گرفت. در این



برنامه نیز با گیلانپور و پرویزی همراه بود.

در ۱۳۳۰/۹/۲۲ که همراه با گیلانپور و هوشنگ محیط و ابراهیم صدری به هدف دماوند کوه، روانه رینه بودند، در نزدیکی آبعلی، اتومبیل جیپ آنها دچار حادثه شد و پای وی از ۸ جا شکست که بیش از یکسال بستری‌اش کرد. پس از آن تا سال ۳۷، جراحت و زخم بهبودی نیافته و از درد بسیار در رنج بود، تا بالاخره یک پای خود را از دست داد. در سال ۴۰، طی ۶ هفته، برنامه‌ای برای بررسی و مطالعه در کوه‌های آلپ پنج کشور اروپا اجرا کرد و تا آنجا که مقدور بود آنها را درنوردید.

استاد کتیبه‌ای از سال ۲۷ در فدراسیون‌های متعدد کوه‌نوردی با سمت‌های عضو هیات مدیره، مشاور عالی و معاون در خدمت کوه‌نوردان بوده است. طرح ایجاد انجمن پیشگامان کوه‌نوردی (که خود دبیری آن را پذیرفته بود)، طرح برگزاری کنگره‌های کوه‌نوردی (که طرح و تهیه اولین پوستر کوه‌نوردی برای اولین کنگره نیز از او بود) او سال‌ها سردبیر کیهان ورزشی بود و در اوایل دهه ۱۳۴۰ یک قدم بسیار بزرگ برداشت و مجله (کوه‌نورد و کوهستان) را منتشر کرد؛ (این مجله ۱۹ شماره و زیر نظر فدراسیون چاپ می‌شد.

در سال ۵۳، یکی از کسانی بود که از طرف کوه‌نوردی فرانسه برای شرکت در یکصدمین سال ایجاد کلوپ کوه‌نوردی آن کشور (در شامونی) دعوت شد.

با این همه، دوبار پیشنهاد پذیرفتن مسؤلیت کوه‌نوردی کشور (در سال ۳۵ و پس از انقلاب) را رد کرد، زیرا معتقد بود که با وضع بدنی‌اش نمی‌تواند آن‌طور که لازم است و باید، در خدمت کوه‌نوردان باشد. در دوره نویسندگی‌اش، بیش از ۲۵۰۰ مقاله در زمینه‌های مختلف به ویژه کوه‌نوردی نگاشته که در فزون از ۳۵ مجله و روزنامه و نشریه به چاپ رسیده‌اند. او نخستین ایرانی است که بیش از بیست سال با دو مجله معتبر کوه‌نوردی آلمان Alpinismus و Der Bergsteiger همکاری داشته است.

در یک جمع‌بندی از تعداد صفحه‌های مقالاتش (که ۳۴۰ صفحه از دست‌نویس آنها در همین مجله کوه بوده است) و تعداد صفحه نامه‌هایش در این بیست و چند سال اخیر که با محتویات کوه‌نوردی، تبادل نظر، زندگی و ... بوده و از ۴۴۵۰ نامه گذشته است، می‌توان رقم ۱۳۰۰۰ صفحه را پیش چشم مجسم کرد.

از وی نیز تاکنون ۱۳ جلد به صورت کتاب منتشر شده و یا در مطبوعات به چاپ رسیده، وجود دارد مانند : کوه‌ها و آدم‌ها، رفع نواقص بدن با ورزش، اورست، برای دوستی، آخرین صعود، یک کوه و یک مرد و الفبای کوه‌نوردی و ورزش اصلاحی بانوان.

آخرین مطلب وی در شماره ۶۰ مجله کوه به چاپ رسیده است.

بریده‌هایی از نوشته‌های استاد

«... دیگر برای من که از مرز هفتاد سالگی گذشته‌ام، مهلت و فرصتی در زندگی نیست و چند صباحی است هرچه می‌نویسم در حکم واپسین‌هاست و با این امید که چون این نوشته بی‌پیرایه، دوستانه، خیرخواهانه و از بن دندان است، بر دل‌ها بنشیند و ثمربخش باشد.

... یکی از ویژگی‌های برجسته، شایان توجه و کاملا انسانی ما شرقی‌ها، احترام گذاشتن به بزرگ‌تران و به سال نشستگان است، چه در خانواده و چه در اجتماع

و از نکته‌های بزرگ ورزشی در کشور ما، والا شناختن و محترم داشتن کسوت و پاسداری از پیشگامان و برجستگان گذشته این راه بوده که هنوز هم از ارزش و استحکام نیفتاده است.

بیست و پنج سال پیش، بی‌آنکه درباره موضوعی بیندیشیم که امروز درباره‌اش اشاره‌ای دردناک دارم، یکی از نوشته‌هایم را با این عنوان آغاز کرده بودم که: پیشگامان و دلاوران گذشته را از یاد نبریم!».

و در پی آن آورده بودم :

... و این جبر زندگی است و ما خیلی کم دیده‌ایم و یا شنیده‌ایم که دوره تابندگی یک قهرمان به بیش از ده سال رسیده باشد، که بعد هم خواه و ناخواه و کم و بیش، نامش و یادش در غریو زمان از یادها می‌رود و جامعه فراموشش می‌کند و چه روان خراش است این فراموش شدن‌ها ... دردناک و وحشتناک! (فصل‌نامه۴)

«... از پیشگامی و تازه‌خواهی می‌نوشتم، که در پی قله‌نوردی از راه‌های ساده‌تر و جبهه‌های آسان‌تر، چند نفری بودند که به خطر کردن بیشتر روی آوردند: محمد کاظم گیلانپور، گیغام میناسیان، شادروان محمود اجل و چند تن دیگر ... و از آن میان، نخستین ایرانیانی که پاهایشان را به یخچال و سوی شمالی علم کوه رسید، گیلانپور، محمد علی پرویزی (فقید) و نگارنده بودند.

«اما دردی که از چند سال پیش در نهاد دارم و در نشریه‌ای آشکار نکرده‌ام، متوجه عزیزانی می‌شود که دیروز، پریروز و یا همین امروز هم قلم به دست می‌گیرند و یا دهان به گفتار می‌گشایند که تاریخی، تاریخچه‌ای را مطرح سازند، افسوس که روال، روش و حرمت این‌گونه نوشتارها و یا گفتارها را – اگر هم آموخته باشند – به فراموشی و یا کنار گذاشتگی می‌سپارند!

من، خود را گناهکار می‌دانم. اگر بارها طی سال‌ها، به این نابسامانی‌ها برخورده و خاموش مانده‌ام، این را گناه می‌پندارم و اگر امروز دست به قلم شکسته‌ام می‌برم، به خاطر بخشایش گناهم نیست. بلکه سببش را چنان که در بالا اشاره کردم، بیشتر به خاطر ناپایداری زندگی است که بیم آن را دارم، پس از من هم کسی نباشد که به این همت آید و اصلاح و هدایتی را در این زمینه پیش بکشد.

قدر پیشینیان را که منشا اثری بوده‌اند، باید شناخت. (فصل‌نامه ۴)

«... ای کاش کس دیگری بود که این وظیفه را به عهده می‌گرفت و مرا از پرداختن به نگارش مطلبی که نام خودم نیز در آن می‌آید، بازمی‌داشت.

اما چه می‌توان کرد که مقداری پراکنده گویی، و بیشتر کم آگاهی همراه با کشش‌های ویژه و بستگی‌های گروهی، دیر زمانی است که همچنان، شمه‌ای از این موضوع از سویی کم روشن را، اغلب واژگونه یا در هم، به خورد ذهن‌های ناجستجوگر داده‌اند، و از سوی دیگر باید پذیرفت که تا دیرتر نشده، این پراکندگی‌ها و ناروشنی‌ها را سروسامانی و انسجامی لازم است، که اگر باز هم فروتنی و به خود نپردازی چند دهه را ادامه بدهم، فردا که دیگر نیستیم – یا پیش از آن – این امکان است که باز همان اشتباه‌ها به روی کاغذ بیاید.» (فصل‌نامه ۶)

«... به راستی که گفت و شنودهای کوه‌نوردان– دستکم برای خودشان– از جالب‌ترین محاوره‌هاست. میان ما دو نفر نیز گفت‌وگویی بود جدی و روشنگر، که اگر چه تا اندازه‌ای به خودمان مربوط می‌شد، اما در واقع بیشتر با تاریخ کوه‌نوردی کشورمان بستگی داشت.» (فصل‌نامه ۱۵)

«... مـی‌گفتند و می‌گفتم که این هدف، دریاست. آنهم نه آرام و بدون غوغا و ساحل پیدا و ناژرف. موج، مه، توفان، خطر، اشتباه و سردرگمی، با آن همراه هستند و به سادگی نمی‌شود از چنگشان رهایی یافت. اما با وجود این آگاهی‌ها، گام به پیش نهادم، رفتم و می‌روم که از آن بگذرم. آنکس که می‌خواهد به کرانه دیگر دریا برسد، باید که دل به دریا بزند.

مـجله کوه که با همت و شهامت مدیر بسیار علاقه‌مندش، منتشر شد، آن را آشیانه‌ای یافتم برای ادامه خدمتم به کوه‌نوردان و کوه‌نوردی. دعوت ایشان را به همکاری با مجله، صمیمانه پذیرفتم و نخستین نوشته‌ام را در آن، به عنوان هدیه انتشار، برای نخستین شماره‌اش ارایه دادم.

این را نیز باور بفرمایید که در همه این کوه‌نوردی‌ها که از آنها نام برده‌ام، با شما اجراکنندگان برنامه‌ها همراه بوده‌ام. با شما، لذت‌های صعود و بر چکاد رسیدن‌ها را درک کرده‌ام و با شما، سختی‌ها و سرماها و توفان‌ها و ناکامی‌ها را از سرگذرانده‌ام. با شما مروری در گذشته‌های خود داشته‌ام.» (فصل‌نامه ۱۷)

«... کسانی که در انجام دادن کارهای خود پی‌گیراند، و تفنن و این شاخه و آن شاخه پریدن شیوه‌ی زندگی‌شان نیست، و قلم یا قدم‌شان را مجدانه در راه شایسته‌ای به کار می‌گیرند، و مصلحت اندیشی‌های روزانه یا آزمندی و کسب مال ذهن‌شان را از دنبال کردن مقصود منحرف نمی‌کند، سزاوار رساترین درودها و صمیمانه‌ترین ستایش‌ها هستند و از این قبیله، در میان دوستان ما، یکی دوستدار کوه و کوه‌نورد جلیل کتیبه‌ای است که دست روزگار او را گوشه‌نشین کنجی از اروپا کرد. اما دل در گرو میهن دارد و می‌دانم که شب و روزش در اندیشه‌ی این خاک و بلندی‌های آن می‌گذرد.

چه روح بلندی در کالبد بایدت و چه قلب بزرگی در سینه که پس از حدود نیم‌سده که پرده‌دار تقدیر به نوازش شمشیری پای در نوردیدن ستیغ‌ها را از تو گرفته، باز چنین عاشقانه از کوه‌ها بگویی و شکایتی نداشته باشی. چه بینشی که در این کویر کم‌آگاهی و خودبینی، برگ‌برگ کوشش گذرندگان چکادها را ببینی و از آنها بوستان سبزی فراهم کنی. چه همتی که در این زمانه‌ی کم‌حوصلگیِ خود و ناسپاسی خلایق که «قلم‌به‌دست» دشنام‌شان است، قلم برگیری و تلاش‌های باارزش دیگران را بنمایی. درود بر این همه بزرگواری و گرم‌باد این دمِ مردانه. (عباس محمدی‌فصل‌نامه ۱۹)

اما برای کوه‌نوردان و دوستداران طبیعت رنگارنگ، همچون عارفان، هنرمندان و اندیشه‌گران ، زیبایی‌های سحرانگیز خزان بی‌مانند است. کوه در این فصل حالت ویژه‌ای دارد. هر چه هم به هدف تلاش و چنگ افکنی به کوهستان بروی، نمی‌توانی از توجه به برگ‌های طلایی و سرخ و ارغوانی فرو ریخته و پراکنده، و یا هنوز بر تن و پیکر چسبیده، غافل بمانی، که در این گوشه و آن تنگه، برایت ناگفته سخن‌ها دارد. (فصل‌نامه ۲۱)

«...آیین راستین ورزشکاری حکم می‌کند که گذشته‌ها و گذشتگانی را که در این راه، گام‌های نخستین و پر ثمری برداشته‌اند از یاد نبریم، اگرچه به ظاهر از ما و جامعه دور شده‌اند.

زمان به تندی می‌گذرد. این گمشدگان را باید یافت و خاطراتشان را برای جوانان امروز و تاریخ کوه‌نوردی بازگو و ضبط کرد. یکی از این رد گمشدگان، محمد کاظم گیلانپور است. (فصل‌نامه ۸)

تو ای نو عقاب قوی چنگ و بال
به سوی کهن کوه بر بسته شال
مشو غره بر زور و بازوی خویش
مکن تکیه بر یال و کوپال، بیش
که گردون عفریته، فن‌ها زند
به یک لحظه آتش به دریا زند
به هش باش، چون چرخ‌بازی کند
چگونه عقابی، زاوجی فتد !
مصمم، قویدل، به پرواز آی
خضوعانه بر قله بگذار پای
تو با ترس و با ضعف بیگانه باش
دلیرانه رو، لیک فرزانه باش
بگستر به کهسار رسم و داد
خدای دو گیتی پناه تو باد.

(فصل‌نامه ۲۳) شعر از استاد کتیبه‌ای

«... تراوش قلم، مدرک است. اگر برخی از گفته شده‌ها را بتوان کتمان و حاشا کرد، اما نوشته، چیزی است به ثبت رسیده که معمولا «از باد و باران نیابد گزند» و به گونه مرسوم، در اختیار همه می‌تواند باشد، و همواره نیز تا به سببی نابود نگردد، قابل مراجعه و مرور و بررسی‌های مجدد است.» (فصل‌نامه ۴۲)

«... به خود آمدم و دیدم که به راستی، هرچند که از جوانی کوتاهی سهم داشتم، اما سپاس بزرگ که بر اثر ریاضت‌های بسیار که کشیدم، عمری نه کوتاه نصیبم شد، اگرچه نیم بیشترش با چاشنی دردهای جانکاه همراه بود و هست ! و باز هم شاکرم که با وجود این، چندین دهه توانستم در خدمت ورزش و پرورش و جوانان و مطبوعات وطنم باشم و تا آنجا که برایم امکان داشت، از این چهار مورد غافل و فارغ نماندم.» (فصل‌نامه ۴۴)

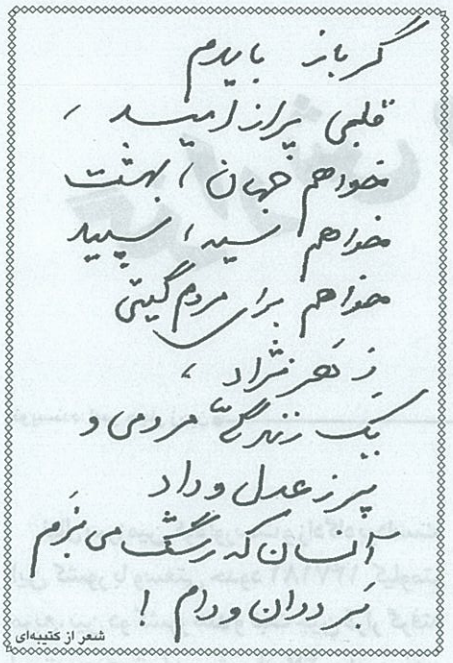
«... از نابکاری روزگار هم یکی این است که بنشینی و بنویسی، همه آنچه را که در دل داشته‌ای، و نتوانی آن را برای دیگران بخوانی !

مگر تو برای دیگران می‌نویسی ؟

نمی‌دانم. اما شاید گاه، بودن یک مخاطب موهوم آن پشت‌ها، هیچ که نباشد حداقل بهانه‌ای برای گفت و گو خواهد بود و سر حرف باز خواهد شد. مثل این که داری سربالا می‌روی و یکی سلام می‌کند و بیرونت می‌کشد از هزار توهای ذهنت. و وقتی می‌پرسد : چه خبر؟ – به ناگاه دریچه گفت و گو گشوده می‌شود تا ... آنجا که می‌بینی آتش خاکستر شده و چای یخ کرده است و تو هنوز می‌گویی.

اما گاهی نیز چنان است که همه چیز غریبه می‌شود ! – آدم‌ها، کوه‌ها (نه، کوه‌ها هیچ‌وقت غریبه نمی‌شوند!)» . (فصل‌نامه ۴۶)

«.. بله، در مجله خودمان، اغلب نوشته‌های خوب و نیز خبرهایی از غارهای پنهان مانده می‌بینیم و خوشوقت می‌شوم، درست برخلاف آنکه، با این همه کوه و دیواره که در وطن داریم، هیچ خبر تازه‌ای از صعودهای نو نمی‌توانم دید. انگار که بساط این جایگاه‌های با ابهت تلاش کوه‌نوردان را جمع کرده و از دسترسی و پارسانی



شعر از کتیبه‌ای

به آنها، دور و پنهان‌شان ساخته‌اند ! –

عمری مشتاقانه دل به عرصه گسترده کوهستان سپرده، پیشانی اخلاص بر آستان پر بارش ساییده، از سود معنویش بهره‌ها برده، بر کمبودها و نارسایی‌ها در کانون‌های کوه‌نوردان و در فدراسیون‌ها توجه داشته، دردناکانه بر کژدستی و سودبری مادی چندی(!) نیز آگاه گشته، به دست پیشامدهای روزگار به گوشه‌ای خزیده و ... سرانجام خود را در پایان زندگی یافته‌ام» (فصل‌نامه ۵۴)■

استاد همیشه مقالات خود را با عنوان «از دریا به کرانه» می‌نوشتند اما این بار برعکس شده است.

فروشگاه کوه‌نورد

کفش و لوازم کوه‌نوردی

خ دکتر بهشتی نبش خیابان میرعماد پلاک ۳۰۰
ساختمان گلدیس زیر همکف واحد ۱۰۸

تلفن: ۱-۸۸۷۳۹۷۰۰ - نمابر: ۸۸۷۳۹۶۷۲

فروشگاه ورزشی فرهنگ

عرضه کننده لوازم و وسایل کوه نوردی
شرکت های معتبر در استان یزد

فروش انواع کفش ، (خارجی و ایرانی) کوله پشتی ، کیسه خواب ، لباس های پلار و سی دی کوه نوردی

یزد: خ ایرانشهر – روبروی هنرستان شهید رجایی –ورزشی فرهنگ
محمد مهدی کمالیان : ۰۹۱۳۱۵۳۲۶۵۱ – ۰۳۵۱-۶۲۶۲۴۱۸

گزارش صعود قله آمادابلام

۶۸۵۶ متر (مسیر جنوب غربی)

نگوداشت عباس جعفری

نویسنده: امیر حجار زرین

نپال سرزمین کوه اورست و زادگاه بوداست. این کشور با وسعتی حدود ۱۴۷۱۸۱ کیلومتر مربع، بین دو کشور هند و تبت چین قرار گرفته است. جمعیت آن بیش از ۲۷ میلیون نفر، حکومت آن جمهوری دمکراتیک و پایتخت آن کاتماندو است.

مردمان نپال بیش از ۶۷ نژادند، زبان رسمی آنها نپالی است و به یکصد لهجه و زبان صحبت می‌کنند. بودیسم و هندو دین‌های اصلی این مردمان است اما اقلیتی ۴/۵ درصدی کیش مسلمانی دارند.

در این جغرافیای کوچک، بلندترین کوه جهان (اورست) به ارتفاع ۸۸۴۸ متر و ۷ قله از ۱۴ قله مرتفع دنیا قرار دارد.

ناماسته (Namaste): یعنی هم سلام و هم خداحافظ؛

بودایی‌ها، هندوها و مسلمان‌ها، (حتی اگر جمعیت‌شان سه درصد نپالی‌ها بیش نباشد) آنچنان با هم کنار آمده‌اند که باور نکردنی است. بیشتر در بند خصال هم‌اند، نه به دین هم. پنداری در ژن و جغرافی‌شان، دعوا مفهومی ندارد؛ یا عصبیت ... در گذار و عبور این سال‌ها و بارها، به یاد ندارم گلاویز و پرخاشی از هیچ‌کدامشان.

در شلوغی خیابان اگر حوصله‌شان سر برود یا که عجله داشته‌باشند، فقط بوق می‌زنند و چه بلند؛ اما کسی را ندیدم که از کوره در برود. این شلوغی و تنگی‌های نفس‌گیر کوچه‌ها و خیابان‌های بعضا خاکی نیز به مسالمت و تحمل چه برایشان عادی شده و انگار که بایستی چنین باشد و بس، و چیزی که غریب‌تر می‌نماید تنگی کوچه‌های پرآدم و فراوان سگ‌های تبتی است که لای جمع و ماشین می‌لولند. کم دیده شده‌است که ریکشایی به ماشینی بمالد! یا سگی دمش را در زیر پایی نادیده انگاشته شده انگارد.

کاتماندو: شهر در خواب است و جز سپوران و سگان کسی هنوز به کوچه‌ها نیست. سگان خسته از سگ دوهای شبانه و رفتگران که خواب آلوده جاروب بر صورت آبله‌روی کوچه‌ها می‌کشند.

شهر بودا با همه فقر و زیبایی‌اش می‌رود تا روزی دیگر را تجربه کند و زندگی این چنین در گوشه‌ای از دنیا آغاز می‌گردد. جاده در کاتماندو یعنی چاله ... یعنی مشتی شن وگل سیل آورده و بوق! یعنی خطی که جنگل را از دره می‌برد؛ یعنی هراس از سقوط به دره ای که در قعر آن رودخانه‌ای کف بردهان آورده و می‌غرد و این چنین می‌رویم .... و روز، حالا دیریست که در روستاهای حاشیه شهر آغاز گردیده‌است.

استوپا (Stupa (۱)):

چشمان بودا بر فراز گنبدی سپید و بلند، اما محصور به ساختمان‌های کنار شهر، مهم‌ترین بنا و سمبل نپال است. همان چشمان آرامی که در زیر سایه پارچه‌هایی رنگارنگ از تابش آفتاب مصون است و در چهار جهت مکعبی خویش به چهار سو می‌نگرد. و در هر سو که می‌نگرد، آرامش را با خویش بدان سمت می‌برد، آرامش عمیقی که در بیننده اثر خویش را می‌گذارد و وادارت می‌کند تا آرام باشی، تا خودت باشی.

آن چشمان آرام همه را به آرامش کشانده است و وقتی که نگاهش می‌کنی، چیزی تازه‌تر کشف می‌کنی. آن صورت مهربان در خود دهانی ندارد و برجایش گوشی روییده، اشارتی، تلمیحی به اینکه " خاموش باش و بشنو".

پس کسی سخن نمی‌گوید، گهگاهی بانگ زنگی شاید، آن هم به نشانه یادکرد خدایی یا خدایانی و بس، یا که چرخش چرخ دعایی، زمزمه نیایشی به زیر لب راهبی پیر یا جوان: Om mani padme hum. اووووووم مانی پمه هام م م م ..... (۲)

(دست نوشته هایی از عباس جعفری)

چرا آمادابلام:

قله آمادابلام که از زیباترین قله‌های منطقه هیمالیا خومبو است، از دیرباز مورد توجه همه کوه‌نوردان و گردشگران بوده و هست. از سال ۲۰۰۳ و در اولین تجربه حضور در منطقه نیز شوق صعود به این قله ایجاد و در هر سفر این اشتیاق بیشتر شد ولی به علت مشغله کاری و اجرای تورهای متعدد فرصت لازم به دست نیامد، تا اینکه در بهار امسال تصمیم قطعی شد و نهایتاً در نوامبر ۲۰۱۰ اقدام به صعود گردید. موارد زیر، اشاراتی مختصر به انگیزه‌های این صعود دارد:

– وجود ابهت، عظمت و زیبایی آمادابلام به ویژه به جهت انجام صعود به نام و یاد عباس جعفری؛

– علاقه شخصی؛

– صعود نشدن قله توسط تیمی ایرانی؛

آمادابلام و تاریخچه آن:

در مسیر کمپ اصلی اورست کوهی قرار دارد که بیشتر به یک رؤیا می‌ماند. سر ادموند هیلاری ابتدا صعود این

کوه را غیر ممکن می‌دانست. اما زمانی که افراد تیمش خط‌الرأس طولانی کوه را با پانصد متر طناب، ثابت‌گذاری کردند نظرش را عوض کرد و صعود این قله را فوق‌العاده مشکل دانست. آنها در ۱۳ مارس ۱۹۶۱ موفق شدند از مسیر جنوب غربی که امروزه مسیر نرمال به حساب می‌آید صعود نمایند. (۳)

در واقع هدف اصلی این صعود یک سری تحقیقات علمی بود. در طی این صعود، تیمی متشکل از پزشکان و متخصصان در کنار کوه‌نوردان زبده، ۱۰ ماه را در ارتفاعات نپال سپری کردند تا با انجام یک سری آزمایشات فیزیولوژیک میزان اثرات منفی ارتفاع و اثرات مثبت هم‌هوایی را بر سیستم‌های فیزیولوژیک بدن اندازه‌گیری کنند.

در این مسیر دشوار خود هیلاری در ارتفاع ۵۸۰۰ متری دچار سکته مغزی شد و دکتر انگلیسی مایکل ولو هم به علت ادم به کما رفت. در واقع هیچ‌کدام نمردند؛ اما این شرایط حساسی بود که بر روی نمودار، بدتر شدن شرایط در روزهای اقامت بیشتر در ارتفاع بالای ۵۵۰۰ را نشان می‌داد.

" صعودی تمام عیار بر روی کوهی تمام عیار " این توصیفی بود از گیلر آمریکایی که در سال ۱۹۸۲ از تیغه جنوب غربی، آمادابلام را صعود کرد. با وجود تعدد مسیرها بر روی قله‌ها در هیمالیا، این یکی از کلاسیک‌ترین‌هاست. آمادابلام به معنای آغوش مادر است. آما در واقع به معنای رشته کوهی طولانی است که چون بازوانی از دره مینگبو حمایت می‌کند و دابلام نیز به معنای لباس‌آویزی است که عکس خدایان را در خود جای داده است و زنی شرپا آن را به تن کرده است. این تمثیل به دو توده بزرگ یخی برمی‌گردد که از قسمت بالایی یال جنوب غربی آویزان است و تهدیدی جدی برای کوه نوردانی که از این مسیر صعود می‌کنند به حساب می‌آید. (۴)

از سال ۱۹۶۱ به بعد مسیرهای زیبایی بر روی دیگر جبهه‌های این قله، توسط کوه‌نوردان انجام شد که می‌توان به یک صعود در سال ۱۹۸۵ اشاره‌ای کرد. دراین برنامه هومن آپرین (۵) و رندی هریندگتون امریکایی به همراه مارتین زابالتای اسپانیایی یال جنوب شرقی را که به یال لاگوناک مشهور است صعود کردند.



گزارش روز شمار برنامه:

مقدمه:

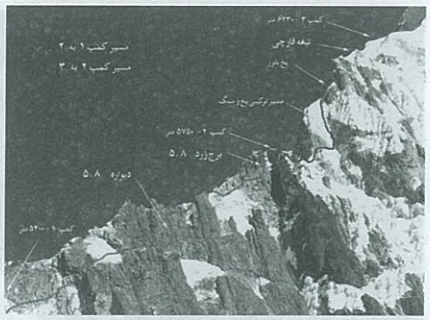
مدت زمان اجرای برنامه صعود به آمادابلام بین ۲۸ تا ۳۱ روز است و اکثر تیم‌ها پس از پرواز از کاتماندو به لوکلا و رسیدن به روستای نامچه بازار یکی از دو مسیر زیر را انتخاب می‌کنند:

الف) مسیر گوکیو: با استقرار و عبور از روستاهای دوله، ماچرمو و نهایتا گوکیو (۴۷۵۰ متر). صعود قله گوکیوی ۵۳۶۰ متر و با عبور از یخچال دزونگلا و گردنه چولا (۵۴۲۰ متر)، لوبوچه، گوراکشب و کمپ اصلی اورست و نهایتاً قله کالاپاتار (۵۵۴۵ متر) و راه‌پیمایی به سمت کمپ اصلی آمادابلام.

ب) مسیر نرمال یا فریچه: استقرار و عبور از روستاهای تینگ بوچه، فریچه، لوبوچه، گوراک شب، کمپ اصلی اورست و صعود قله کالاپاتار (۵۵۴۵ متر) و در نهایت به سمت کمپ اصلی آمادابلام.

بخشی از صعودهای انجام شده بر روی این قله زیبا:

تاریخ	مسیر	ملیت	توضیحات
۱۹۶۱	جنوب غربی	نیوزیلند.انگلیس.امریکا	سر ادموند هیلاری
۱۹۷۹	"	انگلستان . امریکا	
۱۹۷۹	جنوبی (lowe)	امریکا	جف لوو (انفرادی)
۱۹۷۹	تیغه جنوبی	فرانسه	لوییس آیدوبرت
۱۹۸۱	شمال شرقی	امریکا	تیم مک کارتی . لینکلن هال و اندور هندرسون
۱۹۸۳	تیغه شرقی	سوییس . بلژیک	آلاین هوبرت و آندره جورجس
۱۹۸۴	شمال غربی	ژاپن	نائو ساکاشیتا (انفرادی)
۱۹۸۵	تیغه شمالی	استرالیا . آلمان	صعود آلپی
۱۹۸۵	جبهه غربی	ژاپن	ماساياکی آریاکی و نائوسا کاشیتا
۱۹۸۵	شمال شرقی	امریکا	مایکل کندی و کارلوس بوهلر . (اولین صعود زمستانی)
۱۹۹۶	شمال غربی (یادبود)	اسلونی	ونجا فورلان و توماس هامر
۲۰۰۱	تیغه شمال غربی	انگلستان	جولیس کارت رایت و ریچ کراس
۲۰۰۸	جبهه غربی	اسپانیا . ایتالیا	سانتی پادرو و فرانسیسو فازی (صعود سرعتی دو روزه)



بعضی از گروه‌ها هم از لوبوچه و از مسیر بالادست به پانگ بوچه آمده و طی ۴ تا ۵ روز به قله آیلند پیک صعود می‌کنند و سپس به سمت کمپ اصلی آمادابلام می‌روند، تا برنامه اصلی خود را انجام دهند.

قصد ما اجرای یک صعود آلپی بود بدون برگشت از کمپ ها و .....

۱۶ آبان: ورود حمید صفرزاده دیگر عضو تیم دو نفره صعود، به فرودگاه کاتماندو و استقرار در هتل؛

من به علت همراه داشتن یک تیم، جهت سفر به کمپ اصلی اورست و ...، از بیست روز قبل در نپال بودم و بعد از اتمام برنامه و عزیمت دوستان به ایران، برنامه‌مان را با حمید آغاز کردیم.

۱۷ تا ۱۹ آبان: ملاقات با شرپا میندو و انجام کارهای مجوز صعود و خرید تجهیزات و تدارکات مورد نیاز برنامه؛

۲۰ آبان: پرواز به لوکلا و عزیمت به نامچه بازار؛

با تأخیری طولانی ساعت ۹:۳۰ به همراه آشپزمان (لاکپاشرپا) از کاتماندو به لوکلا (۲۸۰۰ متر) پرواز کرده و پس از تقسیم بارها و دیگر تدارکات ساعت ۱۱ به سمت بالا حرکت کردیم. با عبور از روستاهای پاکدینگ، مونجو، جورسال، ... و نهایتاً ساعت ۷ بعداز ظهر به نامچه بازار(۳۴۲۰ متر) و یا به عبارتی به پایتخت شرپاها (۶) رسیده و در هتل شرپا مستقر شدیم.

* شرپا میندو جهت کارهای اداری در کاتماندو ماند و بعد از آن به علت خرابی هوا دو روز مجبور به ماندن در کاتماندوگردید و نهایتاً با بالگرد (۴۵۰ دلار) به نامچه آمده وسپس یک‌روزه خود را به کمپ اصلی آمادابلام رساند.

۲۱ و ۲۲ آبان: هم‌هوایی و انتظار؛

یک روز را جهت هم‌هوایی در نامچه بازار مانده و روز دیگر را هم برای رسیدن شرپایمان منتظر ماندیم؛ اما از او خبری نشد. او همچنان به علت بدی شرایط جوی، در کاتماندو مانده بود.

اکثر گروه‌ها جهت اجرای برنامه‌هایشان یک روز را در این روستای زیبا سپری می‌کنند و برای آمادگی و هم‌هوایی یکی از دو مسیر را انتخاب و می‌پیمایند. دو مسیر به شرح زیر وجود دارد که تیم‌ها برای هم‌هوایی پیمایش می‌کنند:

الف) راه‌پیمایی در جهت شمال و بازدید از روستاهای کومجونگ (۳۷۸۰ متر) و گوانگده (۳۸۴۰ متر) که بیمارستان و مدرسه هیلاری در این دو روستا قرار دارد.

ب) مسیر تامی و روستای تامی که زادگاه آپا شرپاست که ۲۰ بار صعود اورست را در کارنامه خود دارد؛ این مسیر نسبت به مسیر الف، طولانی‌تر ولی ارتفاع کمتری دارد (۳۷۵۰ متر).

* کمک آشپز به همراه بارها و تدارکات که توسط یاک‌ها حمل می‌شدند از ما جدا شده و عازم کمپ اصلی شدند تا زودتر کمپ تیممان را برپا کنند.

۲۳ آبان: راه‌پیمایی ۴ ساعته از نامچه بازار به روستای تینگ بوچه (۳۸۷۰ متر)؛

اکثر تیم‌ها در این محل مستقر می‌شوند ولی توصیه می‌کنم اگر در محله پایین دست این روستا که دبوچه نامیده می‌شود و کمتر از ۱۵ دقیقه راه است، شب را سپری کنید بهتر است. (اولین مهمان‌خانه)

* از اواسط راه لاکپا شرپا، آشپزمان هم جهت بررسی و کمک به همکارش از ما جدا شده و همان روز به کمپ اصلی رفت و من و حمید آرام‌تر به راهمان به سمت کمپ اصلی ادامه دادیم.

۲۴ آبان: راه‌پیمایی به سمت کمپ اصلی آمادابلام (۴۶۵۰ متر)؛

امروز ساعت ۱۰ دبوچه را ترک کرده و با یک ساعت و نیم راه‌پیمایی به پانگ بوچه رسیده و پس از توقفی نیم ساعته به سمت کمپ اصلی آمادابلام به راه افتادیم. از آخرین مهمان‌خانه این روستا دو مسیر در پیش‌رو داریم. مسیر مستقیم به سمت فریچه و نهایتاً گوراکشب و کمپ اصلی اورست. و مسیری که در سمت راست قرار داشته و به کف دره و رودخانه و در نهایت، ما را به سمت کمپ اصلی آمادابلام هدایت می‌کند. باعبور از پل کوچک روی رودخانه و بالارفتن در مسیری نسبتاً پر شیب، بر روی یال مشرف به قله رسیده و با دو ساعت راه‌پیمایی به کمپ اصلی آمادابلام می‌رسیم.

در ابتدای ورود با چای و بیسکویت توسط دوستان نپالی، که در دیگر شرکت‌ها کار می‌کنند، پذیرایی می‌شویم و سپس به سمت محل کمپ خود می‌رویم.

۲۵-۲۷ آبان: هم‌هوایی و صعود تا کمپ پیشرفته؛

همان‌طور که قبلا توضیح داده شد به علت عدم پرواز هواپیما از کاتماندو به لوکلا، سه روز را در کمپ اصلی می‌مانیم. این مدت را در ارتباط با دیگر گروه‌های حاضر در منطقه سپری می‌کنیم. حمید تا کمپ پیشرفته صعود می‌کند (۵۱۵۰ متر). شرپا میندو هم در ۱۷ نوامبر در کمپ اصلی حاضر می‌شود ما یک روز بیشتر برای رسیدن او در کمپ اصلی استراحت می‌کنیم.

۲۸ آبان: حرکت به سمت کمپ پیشرفته و کمپ یک؛

ساعت ۹:۱۰ صبح به همراه شرپا میندو و لاکپا شرپا (آشپز) حرکت به سمت کمپ پیشرفته (۵۱۵۰ متر) و کمپ یک (۵۴۰۰ متر) را شروع می‌کنیم.

برخلاف بسیاری از مسیرهای هیمالیا، برای رسیدن به این مسیر نیازی به عبور از هیچ یخچالی نیست. مسیر بعد از کمپ اصلی، با یک راه‌پیمایی کوتاه نیم ساعته بر روی یال طولانی منتهی به کمپ پیشرفته قرار می‌گیرد. پس از رسیدن به این کمپ به سمت کمپ یک می‌رویم. امروز بین کمپ پیشرفته و کمپ یک، باد سرد و شدیدی می‌وزید.

اواخر مسیر یا به عبارتی دو ساعت مانده به کمپ یک، سنگ‌های بزرگی وجود دارد که شباهت زیادی به شیب زیر گرده آلمان‌ها و اوایل گردنه هفت‌خوان دارد. حدود ساعت ۳:۲۰ بعد ازظهر به کمپ یک می‌رسیم. پس از تماس با دوستانمان در ایران در چادر مستقر شده و پس از خوردن چای و سوپ داغ، به استراحت می‌پردازیم.

تا کمپ یک و گاهاً تا کمپ دو (با توجه به وضعیت هوا) استفاده از کفش سبک امکان پذیر است. استفاده از باتوم تا کمپ یک توصیه می‌شود.

۲۹ آبان: حرکت به سمت کمپ دو؛

ساعت ۹:۱۰ صبح کمپ یک را به طرف کمپ دو به همراه شرپایمان ترک می‌کنیم. در کل طول مسیر، برای اینکه شکل مسیر برای همیشه در خاطرم بماند نفر اول صعود می‌کنم. شرپایمان وسط تیم و حمید نفر آخر می‌آید.

اکثر مسیر صعود بر روی سنگ است. بخش عمده‌ای از مسیر را بر روی یال حرکت می‌کنیم که مجبور به انحراف از مسیر مستقیم می‌شویم (معمولاً انحراف به راست و ضلع مشرف به جبهه جنوبی است)، کمی بالاتر، وجود سنگ‌های گرانیت صعود را لذتبخش‌تر می‌کند. در بعضی از قسمت‌ها مجبور به استفاده از یومار می‌شویم. بالاترین درجه صعود درجه ۵/۹ در طول انتهایی برج زرد Yellow Tower و در قسمت انتهایی بخش افقی مسیر است. جایی که محل برقراری کمپ دو (۵۷۵۰ متر) می‌باشد.

ساعت ۲:۵۰ در کمپ دو مستقر می‌شویم و با مهیا کردن چای و غذا از دو کوه‌نورد خارجی و دو شرپا و دیگر دوستان پذیرایی گرمی به عمل می‌آوریم. پس ازتماس با ایران، چون تصمیم داریم فردا به سمت قله حرکت کنیم بعد از خوردن مقداری تنقلات و سوپی داغ به خواب می‌رویم.

۳۰ آبان : روز صعود قله؛

ساعت ۲:۳۰ دقیقه بامداد، کمپ دو را به سمت قله ترک می‌کنیم. کوله‌هایمان سبک است و هوا به شدت سرد و باد نسبتاً شدیدی ما را همراهی می‌کند. از کمپ دو به بالا کرامپون جزو تجهیزات ضروری است. تا کمپ سه در ارتفاع ۶۲۳۰ متر بایستی از مسیرهای سنگی و گاهاً مسیرهای ترکیبی و عرضی عبور کرد.کمی بالاتر برج خاکستری Gray Tower و بعد از آن تیغه قارچی شکل Mushroom Ridge وجود داردکه همانند پلی قسمت پایین تیغه را به صفحه بالایی وصل می‌کند. کمپ خطرناک سه بر روی یک تراس که از زیر برج دابلام بیرون زده است برپا می‌شود.

کمی پایین‌تر از این تراس خطرناک، محل نسبتاً امن‌تری جهت برقراری دو تا سه چادر وجود دارد.

ساعت ۷ صبح هر سه نفرمان در محل برقراری کمپ سه هستیم ولی از چادر در این قسمت خبری نیست. کمی دیرتر از ما یک گروه از کمپ دو راه افتاده‌اند و زمانی که ما به کمپ سه می‌رسیم، دو گروه دیگر که در این کمپ مستقر بودند، به همراه ما به سمت قله حرکت می‌کنند. زمانی که به تراس زیر دابلام می‌رسیم شرپای‌مان از ادامه صعود به خاطر ناراحتی سینه و .... منصرف می‌شود. ما نیز پس از توقفی ۱۵ دقیقه‌ای به صعودمان ادامه می‌دهیم. از این نقطه به بعد به دلیل شیب‌های تند برف و یخ بلور بین ۶۵ تا ۷۰ درجه، در قسمت بالایی دابلام، صعود بسیار دشوار است. پس از عبور از آن شیب‌های تند دهلیزی و نهایتاً تیغه‌ای در بالادست، و پس از آن یکی از زیباترین قله‌ها قرار دارد.

وجود شکافی عمیق و نسبتاً عریض که تنها، پلی طبیعی وکوچک رابط آن است، برخی تیم‌ها را از تلاش برای رسیدن قله منصرف می‌کند.

در نهایت ساعت ۲:۲۰ دقیقه، من و حمید موفق به صعود قله می‌شویم. با اینکه هوا آفتابی است باد شدید و سرمای توان‌فرسا اجازه توقف بیشتر از دقایقی را بر روی قله نمی‌دهد. پس از گرفتن چند عکس با پرچم ایران و یادبود عباس، سریعا به سمت پایین باز می‌گردیم. در حین برگشت به دو شرپا و دو کوه‌نورد همراهشان برمی‌خوریم که از پل برفی عبور کرده و به سمت قله می‌روند.

آنها در بازگشت از قله، در مسیر کمپ سه با ما همراه می‌شوند. حدوداً یک ساعت آخر برگشت را در تاریکی پایین آمده وساعت ۷ شب در تنها چادر خالی کمپ سه، هر ۶ نفرمان آن شب سرد و به یاد ماندنی را به صبح می‌رسانیم.

۱ آذر: بازگشت به کمپ دو؛

صبح، بعد از صرف یک نوشیدنی داغ ساعت ۸:۳۰ دقیقه همگی به سمت کمپ دو حرکت می‌کنیم. هوا ابری و همچنان سرد است.

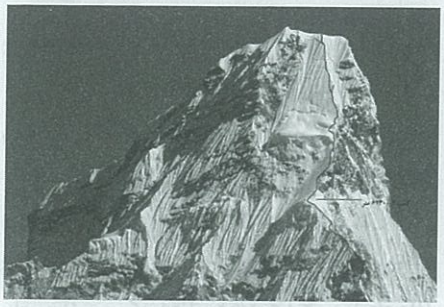
بعد از فرودهای پی در پی و عبور از تراورس‌های سنگی و یخی ساعت ۱۲ به کمپ دو می‌رسیم. امروز به علت شرایط آب و هوایی، تیمی به کمپ ۲ نیامده است. تنها یک کوه‌نورد و تعدادی از شرپاهای تیم‌ها که جهت برپایی کمپ و .... در آنجا مستقر هستند.

دوستان کوه‌نوردمان که دو زن و مرد امریکایی هستند و دو شرپای خوب و قوی آنها را همراهی می‌کنند، به سمت کمپ دو حرکت کرده و ما برای استراحت بیشتر تصمیم به ماندن در این کمپ می‌گیریم.

از ساعت ۴ به بعد، بارش برف آغاز می‌شود و هرچه زمان می‌گذرد برای ما مسلم می‌شود که تا دو سه روز آینده، برنامه صعود سایر تیم‌ها به تأخیر خواهد افتاد.

۲ آذر: بازگشت به کمپ اصلی؛

امروز برایمان روز خوبی است. بعد از صرف صبحانه‌ای مختصر ساعت ۹:۱۵ دقیقه، در زیر برف و بوران کمپ دو را به قصد رسیدن به کمپ یک و کمپ اصلی، ترک می‌کنیم.



در طول فرود از برج زرد، تراورس‌های متعدد و ..... فاصله دیدمان فقط ۵ متر است وجود طناب‌های بین مسیر، راهنمای خوبی برایمان بوده و کمک بزرگی است.

ساعت ۱۱:۳۰ دقیقه در کمپ یک هستیم و پس از گفتگویی مختصر با دو کوه‌نورد آلمانی که دیروز از کمپ اصلی به آنجا رسیده‌اند و خوردن یک نوشیدنی داغ به راه خود به طرف کمپ اصلی، ادامه می‌دهیم. در بین راه شرپایمان به همراه لاکپا (آشپز) با یک فلاکس سوپ داغ و نوشیدنی گرم، به استقبالمان آمده‌اند. آنها کوله‌هایمان را گرفته و با هم به سمت کمپ اصلی باز می‌گردیم. ساعت ۴ بعدازظهر در کمپ اصلی خوشحال از صعود سریع و موفقمان به چادر می‌رویم.

۳ آذر: جمع آوری کمپ و حرکت به سمت پایین و استقرار در دبوچه؛

۴ آذر: حرکت و استقرار در مونجو؛

۵ آذر : حرکت و استقرار در لوکلا؛

۶ آذر : پرواز به کاتماندو و دوم دسامبر پرواز به ایران؛

توضیحات:

تجهیزات فنی شامل: هارنس سبک ۲۳۰ گرم Black Diamond-Couloir. کاربین پیچ ۴ عدد. کاراباین ساده ۳ عدد. نوار خود حمایت ۲ عدد. یومار ۱ عدد. تبر یخ ۱ عدد . ابزار فرود (هشت یا ای تی سی) کلاه کاسکت. کرامپون تکنیکال.

تدارکات غذایی: در طول مسیر، (از لوکلا تا کمپ اصلی آمادابلام) از غذاهای ساده مانند: سوپ، برنج، ماکارونی، تخم مرغ که در مهمان‌خانه‌های بین راه فروخته می‌شود، استفاده می‌کردیم.

درطول ۴ روز رفت و برگشتمان در کمپ اصلی غذا به عهده شرپایمان بود که او هم با سوپ، برنج، ماکارونی و سالاد و سبزیجات و مقدار قورمه‌ای که با خود از ایران

برده بودیم، از ما پذیرایی کرد.

در طول مسیر صعود تنها ۸ پاکت سوپ، نوشیدنی و کمی تنقلات به همراهمان بود.

وسایل شخصی: چراغ خوراک پزی (Jet boil Personal cooking system). دست کش زمستانی سه جفت متفاوت (Black Diamond). چادر دونفره سبک ارتفاع ۱/۹۵ کیلوگرم (Black Diamond . I-tent).

کوله پشتی سبک Black Diamond-Speed ((عینک دو عدد Cebe)). زیرانداز سبک، ۲۵۰ گرم (Exped). سه عدد شلوار پلار با ضخامت متفاوت. بادگیر گورتکس سبک (North face). کاپشن پر (Rab) بلوز استرچ پلار باضخامت متفاوت دو عدد. کلاه و روکش صورت Buff . باتوم Exped

توضیحات خاص : ویزای نپال در فرودگاه و دیگر مرزهای ورودی صادر می شود و هزینه آن عبارتست از:

۱۵ روزه ۲۵ دلار امریکا ..... ۳۰ روزه ۴۰ دلار امریکا ..... ۱۰۰ روزه ۱۰۰ دلار امریکا

مجوز صعود قله آمادابلام :

تعداد نفرات	بهار و پاییز	تابستان و زمستان
۱ نفر	۱۰۰۰	۵۰۰
۲ نفر	۱۲۰۰	۶۰۰
۳ نفر	۱۴۰۰	۷۰۰
۴ نفر	۱۶۰۰	۸۰۰
۵ نفر	۱۸۰۰	۹۰۰
۶ نفر	۱۹۰۰	۹۵۰
۷ نفر	۲۰۰۰	۱۰۰۰

و به ازای هر نفر اضافه بر تیم ۷ نفره، مبلغ ۳۰۰ دلار

در پایان لازم می‌دانم از دوستان و همنوردان خوبمان آقایان رضا زارعی، حسن نجاریان، جواد نظام‌دوست، و سرکار خانم سارا عدالتیان به جهت راهنمایی و همکاری‌های آنان و به ویژه خانم‌ها غلامی و شمشیری صمیمانه تشکر و قدردانی نماییم.

پی نوشت :

(۱) معبد بودایی‌ها که غالباً گرد است و بالای آن هم مکعبی است که چشمان بودا را بر آن نقاشی یا حک کرده‌اند.

(۲) ذکر بودایی به معنای درود بر جواهر درون لوتوس (بودا).

(۳) اعضای تیم عبارت بودند از: مایک گیل. باری بیشوپ . مایک وارد و والی رومانس .

(۴) در تراژدی نوامبر سال ۲۰۰۶ سه کوه‌نورد اروپایی و سه شرپا بر اثر سقوط بهمن بر روی کمپ ۳ جان باختند.

(۵) هومن آپرین : متولد ایران و ساکن امریکا که در قالب یک تیم امریکایی فعالیت داشته است.

(۶) «شرپا» مرد کوه نشین کوتاه قد، پراستقامت و قوی، یکی از همینان بود «پیمبا دورجی شرپا» که در ۲۱ می سال ۲۰۰۴ قله اورست را به هشت ساعت و ده دقیقه صعود کرد و دیگر هموطنش «آپا شرپا» موفق گردید در ۲۲ می سال ۲۰۱۰ برای بیستمین بار قله اورست را صعود نماید.■





فارسی‌زبانان ارتفاعات هیمالیا

ارسال توسط: امیرحسین صالحی جم

حسین خندان، فیلمساز مهاجر ایرانی که دو دهه است در آمریکا اقامت دارد دست به کار تولید مستندی از زندگی فارسی زبانان ارتفاعات چهارهزار متری هیمالیا شده است.

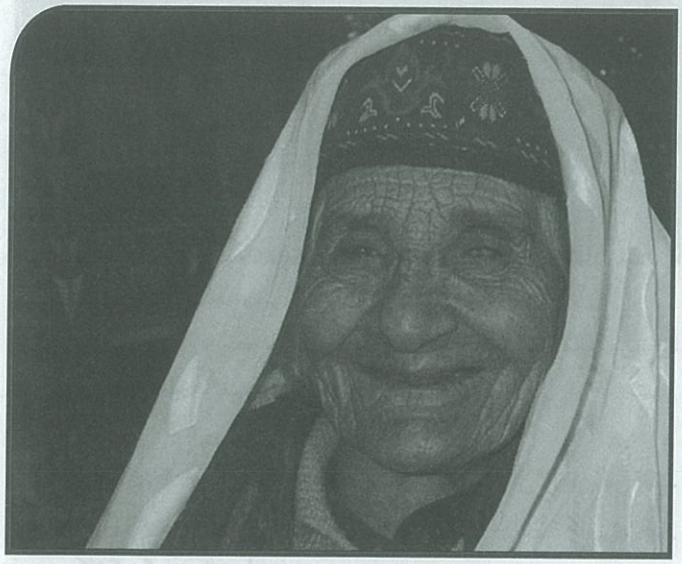
چهارده سال پیش برای اولین بار، رضا دقتی عکاس مجله نشنال جیاگرافیک زندگی تاجیک‌های چینی منطقه تاشکرگان در ناحیه سین کیانگ در شمال غربی چین را به تصویر کشید.

آسمان کاشگر اندکی قبل از فرود هواپیما، نشان از غروبی قریب الوقوع دارد در حالیکه ساعت محلی ۹:۳۰ شب است. دولت چین سعی دارد سیاست ساعت واحد را از غرب تا شرق این کشور پهناور، همچنان حفظ کند

آمدن تا کاشگر که آن را پایتخت جاده ابریشم می نامند، در مجموع ۶ ساعت پرواز از پکن وقت لازم دارد. تا اینجا مشکلی نیست ولی همین که در هتلم صحبت از رفتن به تاشکرگان ویافتن روستای بلدیر می‌کنم، مرا به اداره پلیس ارجاع می‌دهند تا مجوز عبور به آن مناطق را دریافت کنم. مجله‌ای چینی همراه با روزنامه‌ای را که درباره‌ام مطلبی دارند را به آنها نشان می‌دهم و می‌گویم که به عنوان فیلمساز قصد دیدار بامردم منطقه را دارم. بعد از نیم ساعت و پرداخت مبلغی، گذرنامه آنجا را برای ۴ روز دریافت می‌کنم.


میز نوروزی

قبل از راهی شدن در لابلای کوه‌های تاشکرگان، در چند خانواده تاجیک به عید دیدنی رفتم. داخل اکثر خانه‌ها بسیار آراسته وزیبا می‌نمود. مردم تاجیک این مناطق همگی نوروز را به جشن می‌نشینند ولی از هفت سین خبری نیست، در عوض سفره‌ای می‌گسترند که آن را رنگارنگ می‌نامند و در آن انواع نان‌های محلی، شکلات وحتی گوشت کله و پاچه گوسفند یافت می‌شود.

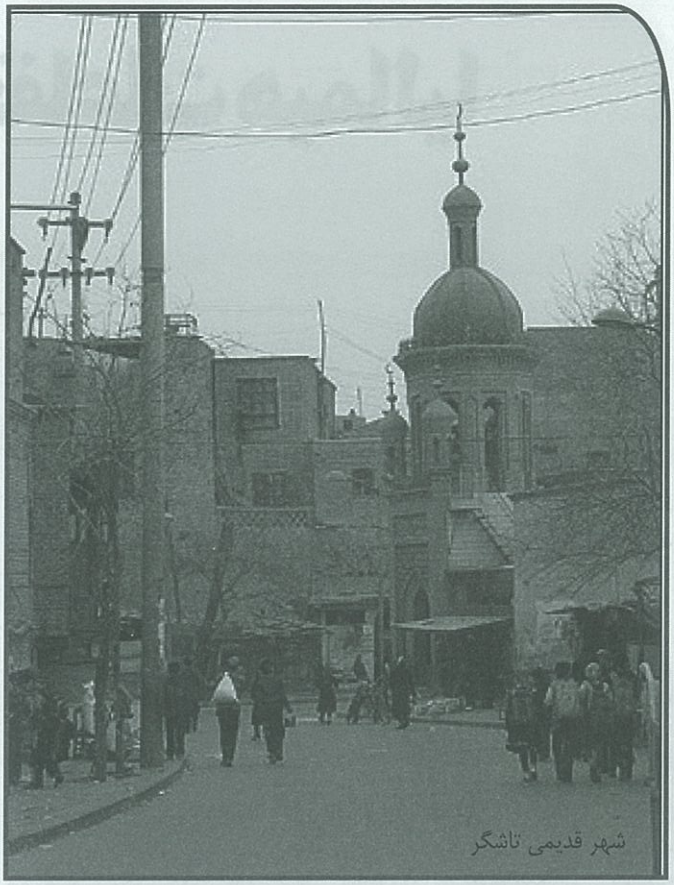


یکی ازاولین کارهایی که میزبان نوروزی برای مهمانانش انجام می‌دهد، این است که از کاسه آردی که از قبل تدارک دیده، مشتی آرد بر شانه راست مهمانش می‌پاشد که به منزله امید برکت در سال نو است. سپیدی شانه، علامت خوبی برای شناسایی تاجیک‌ها در خیابان‌های تاشکرگان بود.

در طی مسیر تاشکرگان به بلدیر، بارها و بارها به معماری‌هایی چنین آشنا برخوردم که متاسفانه اکثرا مخروبه‌ای بیش نبودند.

توصیف بلدیر را اول بار از زبان رضا دقتی عکاس شهیر ایران شنیدم که ۱۴ سال پیش در آنجا عکاسی کرده بود. مسجد بلدیر اولین نمایی است که به مسافر از راه رسیده سلام می کند. این مسجد تنها برای کمتر از ۵۰ خانوار دربش باز می‌شود. مردم این روستا سنی مذهب فرقه اسماعیلیه هستند.

بلدیری‌ها گرچه تدریجا زبان فارسی را دارند فراموش می‌کنند اما فرهنگ مهمان نوازی و بزرگداشت نوروز و بهار از خاطره تاریخی‌شان به


شهر قدیمی کاشگر



این زودهای محو نخواهد شد

پیرزنی بلدیری که خطوط گذر عمر را به چهره دارد، از اینکه می‌شنود این همه راه آمده‌ام تا تبریک نوروزی‌ام را به فارسی پاسخ بگیرم، خندان می‌شود.

همه تاجیک‌ها نان‌هایی دایره شکل می‌پزند که طبعا آن را نان می‌نامند. این نان‌ها در نانوایی‌های هرکوی و برزن دیده می شود. این عکس در شهر قدیمی کاشگر گرفته شده است

دوشنبه بازار، معروف‌ترین بازار سنتی و محلی کاشگر است که به قول مردمش به غیر از جان آدمیزاد و شیر مرغ، هرچیز دیگر در آن یافت می‌شود.

نمایی از شهر قدیمی کاشگر که به‌دلیل قدمت تاریخی‌اش، مکان مناسبی برای ساخت فیلم‌های تاریخی محسوب می‌شود. آخرین فیلمی که در این شهر ساخته شده، فیلم بادبادک باز است که بر اساس داستانی به همین نام نوشته خالد حسینی نویسنده افغان بر پرده نقره‌ای سینماهای جهان رفت

جدا از نانوایی‌ها، نان فروشی‌هایی ازین دست در هر خیابان شهر قدیمی کاشگر به‌وفور یافت می‌شوند

استفاده از رنگ‌های طبیعی که از پودر سنگ های معادن مختلف منطقه تهیه شده، محبوبیت خاصی دارد

استفاده از الفبای زبان فارسی که در زمان جاده ابریشم یکی از زبان‌های کلاسیک و رسمی داد و ستد محسوب می‌شد کماکان در همه عرصه‌های هنری، فرهنگی و تجاری مورد استفاده قرار می‌گیرد تنها با این تفاوت که به دلیل آمیزش با زبان اویغورها کمی رسم‌الخط دیگری به کار گرفته می‌شود.■

گروه تبلیغات فرات
هدایای نمایشگاهی ، همایشی و تبلیغاتی
مدیر عامل
کاظم مبهوتیان
«قلم ، کاغذ و سوت از وسایل کوهنوردی است .»
تلفن : ۱ - ۵۰ ۰۷ ۱۵ ۵۵، ۰۵ ۱۸ ۵۲ ۸۸
همراه : ۰۹۱۲ ۳۳۸ ۵۰۹۶ - ۰۹۱۲ ۱۳۰ ۸۳۷۰
فرات

DVD اورست قله آرزوها
مجموعه ای مستند از فعالیت های انجام شده در کوه اورست
با ترجمه و دوبله فارسی در مراحل پایانی تهیه می باشد
بزودی از طریق فصل نامه کوه
damaWand داماوند
گروه طراحی سایت داماوند
www.damawand.com
۰۹۱۲ ۵۱۳ ۷۱۱۸
۰۲۱ ۵۵۷۱۷۸۳۹
طراح، مشاور و مجری در کلیه امور :
وب سایت مالتی مدیا گرافیک انیمیشن فیلم و صدا
ریشه چی

سیمرغ پارس کوه
simorgh pars kouh

با تبریک عید نوروز و آرزوی سالی پربرکت

RARAT

برنامه شش ماهه اول ۱۳۹۰

عنوان برنامه	کشور	ارتفاع	زمان اجرا	زمان لازم	اياب و ذهاب	تعداد اجرا
آیلندپیک و...	نپال	۶۱۸۹ متر	فروردین	۲۰ روز	هوائی	۱ برنامه
کازبک	گرجستان	۵۰۴۷ متر	مرداد الی شهریور	۹ الی ۱۱ روز	زمینی و هوائی	۲ برنامه
آرارات جنوبی	ترکیه	۵۱۳۷ متر	خرداد الی مهر	۶ روز	زمینی	۱۰ برنامه
آرارات شمالی	ترکیه	۵۱۳۷ متر	مرداد الی شهریور	۷ روز	زمینی	۲ برنامه
شاهداغ	آذربایجان	۴۲۵۰ متر	تیر الی شهریور	۹ روز	زمینی و هوائی	۲ برنامه
سیپان	ترکیه	۴۰۵۷ متر	اردیبهشت الی مهر	۶ روز	زمینی	۳ برنامه
کاچکار	ترکیه	۳۹۳۲ متر	اردیبهشت الی مهر	۷ روز	زمینی	۳ برنامه

جهت کسب اطلاعات بیشتر لطفاً تماس حاصل فرمائید

تلفکس : ۳۳۶۹۷۹۸۶ - ۰۲۱
همراه : ۶۲۶۶۹۸۰ - ۰۹۱۲ (محمودی)
www.SimorghParsKouh.com
Email : ararat_rezamhmoudi@yahoo.com



شکستگی طناب

نویسنده : Kolin Powick
مترجم : آذران حمیدی

یک رویداد

حدود ساعت ۱:۱۵ بعد از ظهر یکی از روزهای ماه می سال ۲۰۰۶ در سالن سنگ‌نوردی ایالت کالیفورنیای آمریکا، سنگ‌نورد جوانی مشغول صعود بر روی دیواره مصنوعی بود. این مسیر کمی بیش از ۱۰ متر ارتفاع داشت. او زمانی که به گیره آخر رسید آن را لمس کرده، او فردی با ۱۸۰ سانتی‌متر قد، اندامی لاغر و وزنی در حدود ۷۰ کیلو گرم بود. آن‌گاه که او خود را رها کرد طناب از کارابین اسلینگ بلندی که آخرین میانی محسوب می‌شد و می‌بایست بیشترین شوک ناشی از سقوطش را بگیرد، به طور صحیح عبور داده شده بود و با صندلی او حدود ۱۲۰ سانتی متر فاصله داشت. حمایت‌چی او کاملاً مواظب بود و چندین سنگ‌نورد دیگر نیز برای تماشای نتیجه این صعود جمع شده بودند.

به مانند همیشه، سنگ‌نورد دستان خود را رها کرده و به طرف پایین سقوط کرد. قبل ازاینکه طناب کاملاً محکم شود او در حدود ۲ تا ۲/۵ متر سقوط کرده بود و حمایت‌چی تازه شروع به جمع کردن طناب نمود. به طور کامل مشخص نبود که حمایت‌چی چه مقدار طناب اضافه آزاد کرده بود، اما ضربه شدیدی به طناب آمد وصعود کننده واژگون شده و به زمین خورد.

سقوطی در حدود ۴ متر یا کمی بیشتر که توام با فشار زیاد به صعودکننده و طناب بود این مساله باعث پارگی طناب شد. برآورد سقوط تقریبی درحدود پنج متر و سی سانتی‌متر از حدود یازده متر طناب مابین صعود کننده و حمایت‌چی بود که باعث آسیب دیدگی طناب شد(فاکتور سقوط).

من در حد زیادی به طورغیررسمی آزمایش گسیختگی طناب را انجام داده بودم. مطابق گفته فردی که طناب متعلق به او بود و حمایت‌چی فرد سقوط کننده، در حدود ۳۰ سال ازعمرطناب می‌گذشت. او می‌گفت تا به حال ۲۰ سقوط شدید بر روی طناب اعمال شده است.

شکل ظاهری طناب خوب وروکش آن نیز بدون فرسایش و ساییدگی بود اما با لمس آن نقطه از طناب به طور واضح متوجه تغییر شکل و گسیختگی هسته در زیردستانم شدم که نه لکه و نه هیچ نشانه وعلامتی که نشان دهنده آن باشد نبود.

به طور خلاصه اطلاعات رسیده توسط صاحب طناب و این تغییر شکل با هم جور در می‌آمد. این حقیقت برای همه سنگ‌نوردان و کسانی که شاهد این ماجرا بودند روشن شد که در بیشتر سالن‌های سنگ‌نوردی فرسایش و ساییدگی کم روکش طناب‌ها دلیل بر سلامت کامل طناب نیست و می‌تواند خطر آفرین باشد. البته به طور واضح و مسلم، من در موقعیتی نبودم که از تاریخچه دقیق طناب بیش از آنچه که گفته شده بود اطلاع داشته باشم.

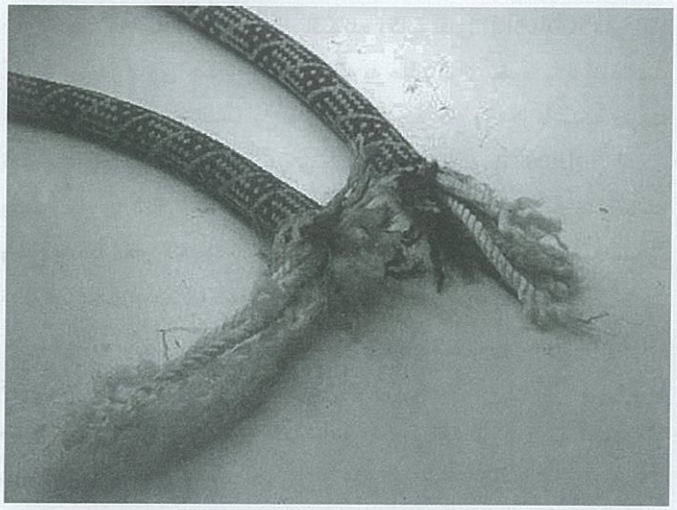
گفته‌های خود سنگ‌نورد:

من یک سقوط داشتم اما ازهمان اول پوسته پوسته بودن طناب برایم قابل لمس بود. همه گفته‌ها صحیح بود به غیرازاینکه طناب توسط زبانه کارابین بریده شده این خود طناب بود که براثر شوک ناشی از سقوط پاره شد و من به کف سالن پرت شدم، البته کمی جراحت دارم اما حالم خوب است. طناب متعلق به دوستم بود و او طناب را گوشه‌ای پرت نکرده یا حیوان خانگی هم نداشت که روی اون خراب‌کاری کند. از این گذشته او سنگ‌نورد بسیار با تجربه و یک دوست خوب است و من به او اطمینان دارم .

به نظر می‌رسید طناب نیزازهمه طناب‌های موجود درسالن بهتر باشد وهیچ آسیب‌دیدگی تا قبل از پارگی مشاهده نشده بود. من معتقد هستم که دوباره باید طناب به شرکت سازنده برگردد تا آزمایش‌های بیشتری روی آن صورت گیرد.

سئوالی برایم وجود دارد که به دنبال جواب آن هستم. من طناب را با یک گره هشت به خود متصل کردم. حمایت‌چی آن را در دستانش گرفته و داخل وسیله حمایتی قرار می‌دهد و در واقع آن را با دستانش لمس و تست می‌کند و چیزی هم حس نمی‌کند، من صعود را آغاز می‌کنم. تا اینجا همه چیز خوب است، اما ناگهان طناب از ۱/۵ متری من پاره می شود و من بر روی زمین نقش می‌بندم !!!.

راستی در مورد کارابین هم بگویم که: به طور صحیح در محل خودش قرار گرفته و من هم یک سقوط عمدی داشتم. طناب از طرفین کارابین عبور کرده بود، پس کارابین هم علت گسیختگی طناب نبود. درنهایت باید بگویم طناب خیلی زیبا از وسط پاره شد و من به شدت علاقه‌مند به دانستن نتایج تست هستم .



اطلاعات به دست آمده ازحمـایت‌چی:

– حمایت‌چی آقای (Dan Sobieski) بود.

– اولین حمایت ایشان در آن روز بود.

– هنگام سقوط، سنگ‌نورد تعادل خودشو از دست داد و به زمین برخورد کرد.

– وسیله حمایتی ابزار ATC بوده است.

– حمایت‌چی، حمایت دینامیک کمی انجام داد یا در واقع مانند همه سنگ‌نوردان پرش بلندی برای کمک به کاهش شوک وارده نکرد.

– همه اسلینگ‌ها تازه خریداری شده بودند .

– موقع سقوط سنگ‌نورد، طناب او مقداری آزاد بوده است.

تاریخچه طناب:

– درسال ۲۰۰۲ خریداری شده است.

– اگر بخواهیم منصفانه بگوییم، در طول سال اول هرهفته استفاده شده است.

– از سال بعد به صورت دوره‌ای استفاده می‌شده است .

– همیشه در داخل کیسه طناب نگهداری می‌شد.

– هر از گاهی با آب گرم در وان حمام (نه با صابون، سفید کننده یا هر نوع شوینده قوی دیگری) شستشو می‌شد و درهوای محیط و در زیر سایه نیز خشک می‌شد.

برداشت اولیه:

زمانی که من از این واقعه خبردار شدم ، اولین عکس‌العملم بررسی چگونگی پارگی طناب بود، زیرا به نظرم می‌آمد طناب نباید پاره شود. من مدت‌ها بر روی طناب در آب وهواهای مختلف تست‌های بسیار زیادی انجام داده‌ام. با توجه به تجاربم طناب فرسوده و با آن بدرفتاری شده بود.

من یاد گرفتم که فرآورده‌های نایلونی به مرور زمان فرسوده می‌شوند (آب وهوا و استفاده از طناب). حدس می‌زنم که طناب به علت‌های : لبه کارابین ، لبه‌ای تیز، جذب شوک یا ... پاره شده باشد. اما نمی‌دانم که کارخانه سازنده علت آن را طرز نگهداری غلط ، قرار دادن در معرض مستقیم مواد شیمیای یا ... بیان کند و یا در نهایت هم شخص را محکوم کند و مساله را خاتمه دهد.

اولین دفعه این رویداد را از سایت superturbo.com و rockclimbing.com خواندم و به محض مشاهده عکس‌های طناب متقاعد شدم که طناب پاره شده است. هسته طناب کاملاً متفاوت بوده و بعد از آن تست شکسته شده بود.

بیشتر نخ‌های به هم پیچیده شده کاملاً سالم بودند و فقط قسمتی از هسته از هم گسیخته شده بود و واقعـاً رعب‌آور بود. حمایت‌چی این مطالب را در تاریخ ۲۵ ماه می برای من ارسال کرد.

اطلاعات:

– سایز طناب ۱۰/۵ میلیمتر توسط شرکت Black Diamond درحدود سال ۲۰۰۱ ساخته شده است.

طناب متعلق به شرکت Black Diamond و توسط کارخانه PMI و از الیاف نایلونی انعطاف‌پذیرآن شرکت تهیه شده بود.

– کارابین فولادی ومتعلق به شرکت Kong بوده است.

– صفحه رول هم از شرکت Petzl

– سنگ‌نورد از آخرین میانی در حدود ۱۲۰ سانتی متر و زمانی که پرش کرد ۳ متر فاصله داشته است.

تجزیه و تحلیل:

کارابین:



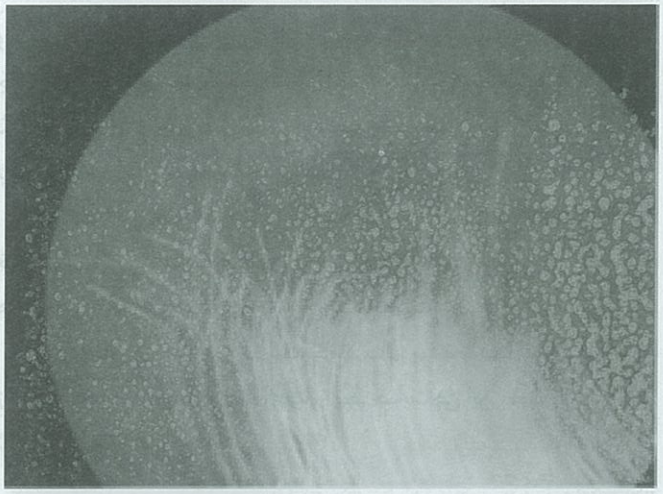
فولادی و زبانه کارابین (keylock) است. هیچ‌گونه ساییدگی و لبه تیزی در کارابین وجود ندارد که باعث آسیب به طناب شود.

– درآن لحظه حدود ۱۰ متر و ۷۰ سانتی‌متر مابین آنها فاصله بوده است و زمانی که طناب پاره می‌شود سنگ‌نورد درحدود ۶ متر سقوط می‌کند و به سختی آسیب می‌بیند.

طناب:

– پارگی طناب در فاصله ۲ متر و ۵۰ سانتی‌متر مانده به گره سنگ‌نورد و گره استفاده شده هشت تعقیبی بوده است .

– بیشتر قسمت‌های به‌هم بـافته شده طناب در نقطه گسیخته شده سالم بوده و فقط مقداری ازطناب فرسوده و دچار آسیب‌دیدگی بوده که از همان نقطه گسیخته شده است.





مقایسه نسبی تست طناب:

معلومات قبلی : طناب‌های دینامیک در حمایت‌ها می‌توانند متحمل ۱ تا ۴ کیلو نیوتن در متر شوند.

آزمایشگاه طناب:

طبق تستی که با استفاده از دستگاه صورت گرفت، چند بخش از طناب آقای (Sobieski) در ماکزیمم قدرت تحمل خود دچار گسیختگی شده است و بیشترین بار وارده را خاصیت دینامیکی طناب جذب کرده است.

تست در برج شبیه‌ساز سقوط و با باقـیمانده طناب آقای (Sobieski) و مقایسه آن با طناب جدید ۱۰/۵ دینامیک صورت گرفت. این تست شامل سقوط با فاکتور سقوط تقریبی ۲ با تولید نیروی وارد شده بیش از ۱۰ کیـلو نیوتن صورت گرفت.

تست درونی طناب با سقوط با شبیه‌سازی زیر صورت گرفت :

– استفاده از کارابین‌های استاندارد .

– نیرو آوردن به دو طرف زبانه به مانند کارابین فولادی.

– لبه بالایی کارابین به مانند کارابین فولادی کمی ساییده شده است.

– استفاده از صفحه رول که باعث تحریک لبه کارابین شده ، نگه‌دارندگی صعود کننده و در نهایت به شبیه‌سازی کردن شرایط به وجود آمده.

به طور خلاصه نتیجه‌گیری از باقیمانده طناب آقای (Sobieski) این بود که کارابین در نیروی چند برابر شده‌ای که به طناب براثر سقوط وارد آمده است علت پارگی نبوده است. اساساً این نوع گسیختگی به هیچ وجه در طناب به صورت ثابت و لحظه‌ای نبوده است. (نیروی وارده به طناب آقای (Sobieski) اندکی بیشتراز نیروی اعمال شده در تست بوده است). با توجه به نتیجه‌گیری‌ها از تست، واضح بود که تمام طناب شک برانگیز نیست واحتمال دارد در یک طناب معمولی نیز برش اتـفاق بیفتد که البته درصد وقوع آن بسیار پایین است.

کارکنان سالن ، نماینده شرکت PMI و من برای بررسی مسیرصعود و محل تست سقوط به سالن رفتیم. کارمند سالن محل را دست نخورده گذاشته بود و ما مسیر صعود و مکان سقوط را به دقت بررسی کردیم. به دنبال اثری از طناب بریده شده در کنار مسیر صعود، صفحه رول نگه‌دارنده، اطراف کارابین و ... گشتیـم و متـوجه شدیم که گسیختگی به هیچ وجه بر اثر اصابت به عوارض نبوده است.

آنالیـز به وسیله تجـزیه شیمیایی:

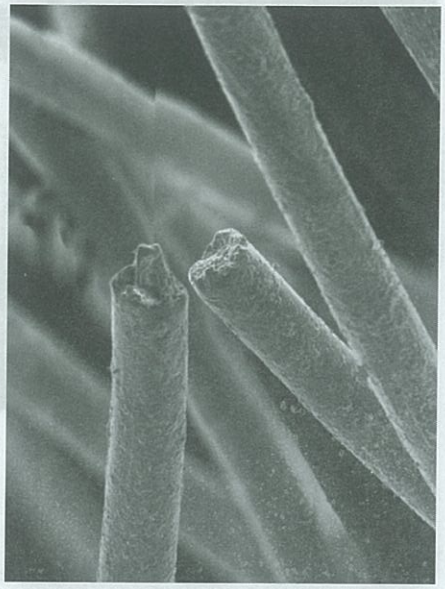
ما بخشی از طناب را برای آزمایش به کارخانه سازنده الیاف نایلونی فرستادیم . نتیجه به دست آمده اثرهایی از جوهر گوگرد (اسید سولفوریک) به فرمول H_2SO_4 در محل گسیختگی طناب بود. عکس‌هایی که به همراه نتیجه آزمایش فرستاده شده بود با عکس‌هایی از قسمت تمیز طناب که درتست سقوط UIAA صورت گرفته بود، مقایسه شده بود. به طوری که ازعکس‌ها به نظر می‌رسید که طناب در تست بر اثر گرما به شدت ذوب شده بود در حالی که پوسته طناب همچنان سالم بود.

تذکر: هیچ نوع برآمدگی در قسمت حادثه دیده که حاکی از انبساط و یا تغییر شکل طناب باشد وجود ندارد. اما به شدت الیاف نایلونی تحت تأثیر شرایط اسیدی قرار گرفته‌اند. اسید ضعیف شده بر روی الیاف نایلونی و همچنین بار وارد شده با مقدار کم که به راحتی هر کدام و به صورت مجزا بر روی الیاف همانند یک ژنراتور حرارتی تأثیر خود را گذاشته‌اند که وجود هر کدام نشان‌دهنده ذوب شدن بافت طناب می‌باشند.

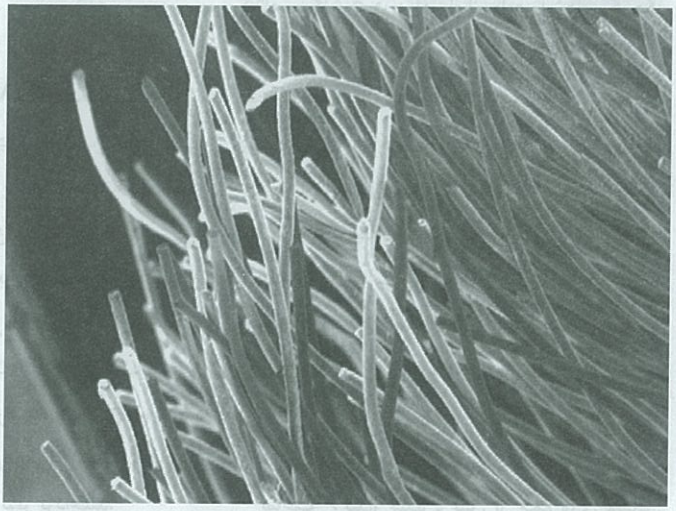
طناب ذوب شده



طناب شکسته شده



در پایان :



– مقدار مقاومت نهایی طناب از لحاظ قابلیت کشسانی طناب مورد بررسی قرار گرفت.

– مشاهده نوع دیگری از رفتار طناب آقای (Sobieski) در طی سقوط شدید هنگام استفاده از کارابین و وجود لبه تیز و...

– ناتوانی و بی اطلاعی درانجام تمرین سقوط با طناب از دیواره مشهود است .– اکتشافات به دست آمده آنالیز شیمیایی، آشکارکننده اثـر گاز اسید سولفوریک بر روی قسمت آسیب دیده طناب است .

مشهود است که طناب به طور موضعی با اسید ضعیف شده آلوده شده است واین آلودگی نیز سرانجام در یک تست سقوط با ضریب سقوط پایین تأثیر خود را نشان داده است .

سؤال :

۱) طناب چگونه با اسید سولفوریک آلوده شده است !؟

۲) منشع این آلودگی کجاست ؟

اسید سولفوریک عمل الکترولیت را در باطری ماشین انجام می‌دهد به علاوه می‌توان آن را در دیگر فرآورده‌های تولید شده با اسید سولفوریک پیدا کرد. ازطرفی حتی گاز آن هم می‌تواند سبب انهدام مولکول‌های طناب شود.

پس ازاعلام نتیجه به صاحب طناب، برای او نیز این سؤال مطرح بود که طناب چگونه با اسید آلوده شده است؟ – او می‌گفت که هرگز طناب را به باطری ماشین نزدیک نکرده وهمیشه آن را در کیسه طناب نگهداری کرده است و محل نگهداری طناب را قبل از آن رویداد نشان داد. محل پارکینگی بدون سقف بود. آیا در آنجا می‌توانست باطری فرسوده ماشین وجود داشته باشد؟ – آیا این علت سبب گسیختگی طناب بوده است ؟ – آیا آن قسمت از طناب که درون کارابین حرکت می‌کرده است در آن لحظه دچار آلودگی بوده است ؟ – جواب این سؤال‌ها شاید هیچ وقت داده نشود.

توضیحات پایانی:

من هنوزهم با توجه به سال‌ها تجربه سنگ‌نوردی معتقد هستم که طناب نباید گسیخته می‌شد. مواظبت صحیح و نگهداری درست طناب بزرگ‌ترین کمک به سلامت طناب و خودتان است. همیشه طناب را در کیسه مخصوص آن تمیز نگهداری کنید. هرگز طنابتان را به کسی قرض نداده و اجازه ندهید که طناب به طور مستقیم با هر ماده شیمیایی که توانایی آسیب زدن به الیاف نایلونی را دارد، آلوده شود. هوشیار باشید که طناب خود را در کجا قرار می‌دهید وهرگز آن را در نزدیکی ماشین (مخصوصاً اجزا ماشین از جمله باطری فرسوده)، حتی در مسیرعبور و یا هر ماده شیمیایی قوی قرار ندهید.

مترجم : باید توجه داشت که طناب اصلی‌ترین ابزار حمایتی سنگ‌نورد محسوب می‌شود.

بد نیست بدانیم که با توجه به علت‌های بیان شده که موجب آسیب رسانی به طناب شده است، گازهای آلاینده دیگری مثل: گاز اسید سولفوریک ، گاز نیتریک ، گازهای گوگردی، متان،اکسید ازت، آمونیاک، منوکسید کربن و...(بستگی به محل سکونت) درهوا وجود دارند که موجب فعل و انفعالاتی بر روی کریستال‌های پیوند دهنده مولکولی طناب می‌گردند و به آرامی هسته طناب را بدون اینکه متوجه شویم از درون منهدم می‌کنند. برای مثال، یکی از دلایلی که گفته می‌شود اگر طنابی را که به مدت ۱۰ سال یا بیشتر استفاده نکرده‌اید، باید آن را کاملاً کنار گذاشته و به هیچ وجه استفاده نکنید، همین علت است.

این واقعه وحشتناک اگر چه آسیب دیدگی کمی داشته است اما زنگ خطری است که هر لحظه برای طناب‌هایی که تاریخ مصرف آنها گذشته و در حفظ و نگهداری آنها دقتی صورت نگرفته است، قابل تکرار است و بدون تعارف پیامدهای وخیم‌تری به دنبال خواهد داشت. امید است که رعایت اصول اولیه نه تنها در طناب بلکه در کلیه ابزارها وهمچنین دیگر قسمت‌های ورزش کوه‌نوردی موجب لذت بردن ما از این ورزش شود.■

* مسؤل کیفیت و ایمنی (۲۰۰۶) Black Diamond August



گزارش برنامه

بارونتسه

گزارش : حبیب نجفی‌پور

قله بارونتسه به ارتفاع ۷۱۲۹ متر در شمال شرقی کشور نپال و در پارک ملی ساگاراماتا مابین قله‌های اورست و ماکالو قرار گرفته و از چهار یال و چهار قله مستقل تشکیل شده است. بارونتسه از شمال به یخچال هونکو، از غرب به یخچال بارون و از جنوب شرقی به یخچال ایمجا منتهی می‌گردد. نخستین صعود این قله در سی‌ام می سال ۱۹۵۴ توسط کولین تادوگوف‌ها‌رو از نیوزلند و از مسیر جنوب شرقی انجام پذیرفت، این مسیر بعداً مسیر نرمال لقب گرفت. بارونتسه یکی از پرصعودترین قله‌های منطقه به‌شمار می‌رود.

اعضای خانه کوه‌نوردان تهران از بدو شروع دوباره هیمالیانوردی در کشورمان در قالب تیم‌های اعزامی و به صورت انفرادی – تجربه‌هایی به دست آورده بودند و حال زمان آن بود که این تجربه‌ها در قالب تیمی مستقل به کار آید، از این رو با دعوتی درون گروهی پس از برگزاری چندین اردو، تیمی جوان متشکل از دوازده نفر شکل گرفت. با بررسی بسیار و دیدگاهی متفاوت به صعود قله‌های بلند، قله بارونتسه انتخاب گردیده و به دنبال آن وارد برنامه‌ریزی شدیم. با شرکت‌های مختلف مذاکره کرده و در نهایت با بهترین پیشنهاد قرارداد بسته و پس از فراهم‌کردن مقدمات در تاریخ شنبه دهم مهرماه تهران را به مقصد قطر ترک کردیم و در ساعت هشت و چهل دقیقه به وقت تهران به کاتماندو رسیدیم. در فرودگاه ویزا برای مدت ۹۰ روز در قبال دریافت ۱۰۰ دلار برای هر نفر صادر می‌شود. با استقبال گرم شرکت طرف قرارداد – روبه‌رو شدیم.

روز اول ۸۹/۷/۱۱ کاتماندو

امروز ۹ صبح آقای پاراجویی به هتل آمده و در جلسه‌ای پیرامون چگونگی پرداخت هزینه‌ها، نحوه و زمان‌های صعود از مسؤلین تیم خواستند که برای انجام کارها به اتفاق ایشان به محل شرکت بروند و در آنجا کنترل لوازم و تجهیزات و مواد غذایی جهت صعود انجام گرفت و سرپرست برنامه و پزشک تیم به همراه آقای پاراجویی جهت گرفتن مجوزهای صعود به وزارت توریسم رفتند. دوستان دیگر در همین زمان به خرید لوازم و تجهیزات مورد نظر پرداختند.

روز دوم ۸۹/۷/۱۲

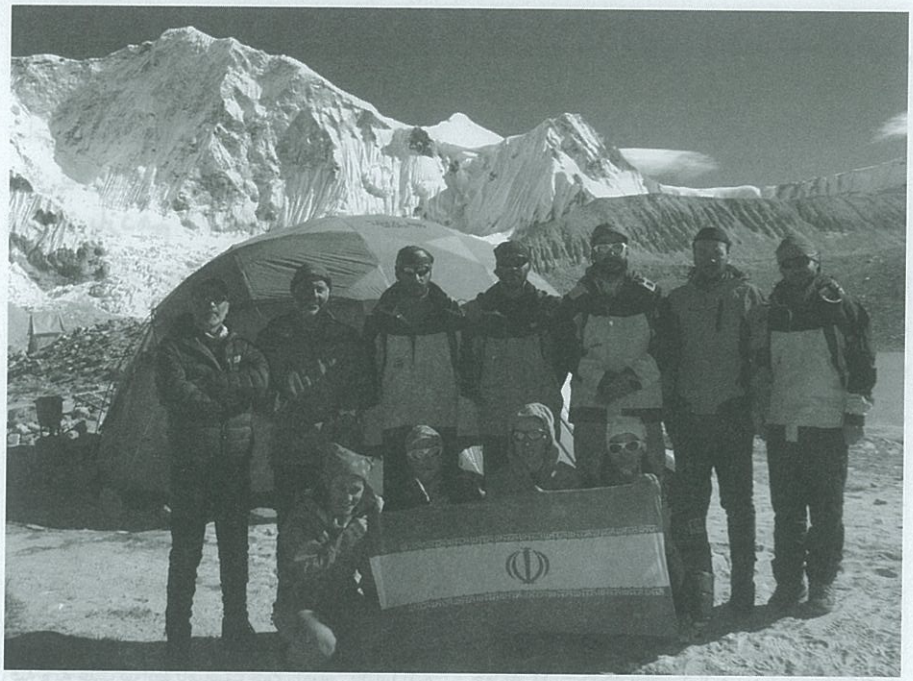
پس از آماده کردن کیسه بارها و بشکه‌های مواد غذایی در ساعت ۱۰:۵۰ دقیقه به وقت محلی، فرودگاه کاتماندو را به مقصد لوکلا ترک کردیم. پس از ۳۵ دقیقه در فرودگاه کوچک و زیبای لوکلا که شیبی حدود ۲۰ درجه دارد فرود آمده و پس از تحویل بارها به محل اقامتمان رفتیم.

روز سوم ۸۹/۷/۱۳

امروز صبح لوکلا را به مقصد کمپ اصلی بارونتسه به همراه شرپاها و دو نفر از انگلستان و یک نفر از ایتالیا ترک کردیم. مسیر از میان جنگل‌های زیبا و بکر با درختان کوتاه می‌گذشت در میان راه از جلوی لوژهای کوچک که به قهوه‌خانه‌های مسیرهای کوهستانی خودمان شبیه است می‌گذریم، در یکی از آنها نشسته و پس از خوردن چای و کمی استراحت به راهمان ادامه می‌دهیم. پارک ملی ساگاراماتا دارای ساکنینی فقیر ولی بسیار مهمان‌نواز و خوشروست. درآمد آنها از محل توریست‌هایی است که در منطقه رفت و آمد می‌کنند. ساعت دوازده ظهر در منطقه چوتانگا (Chutanga) در ارتفاع ۳۵۰۰ متری می‌مانیم. کمپ در نزدیک رودخانه و آبشاری زیبا برپا می‌شود.

روز چهارم ۸۹/۷/۱۴

ساعت ۶ بیدار شده و پس از جمع‌آوری وسایل و خوردن صبحانه حرکت می‌کنیم. شیبی تند را که به سمت شمال شرقی ادامه دارد در پی می‌گیریم. ساعت ۱۱:۴۵ دقیقه به گردنه چاترا (Chatrala) در ارتفاع ۴۵۰۰ متر رسیده و۴۵ دقیقه بعد به گردنه زاترا (zatrala) در ارتفاع ۴۶۱۰ متر می‌رسیم. یاک‌ها بارها را تا این نقطه حمل می‌کنند. با عبور از گردنه و کمی استراحت و صرف ناهار به حرکتمان ادامه داده در ساعت ۲ بعدازظهر در ارتفاع ۴۵۰۰ متری به محل برپایی کمپ دوم تولی خارکا (Thuli Kharka) می‌رسیم. منطقه‌ای وسیع با چهار لوژ که تیم‌های دیگری هم در این منطقه مستقر هستند.



روز پنجم ۸۹/۷/۱۵

پس از صبحانه به سمت پایین دره ادامه مسیر می‌دهیم. مسیری زیبا و جنگلی با شیبی حدود ۶۰ درجه. مسیر پاکوب همانند ماری عظیم بین درختان به سمت پایین دره و نزدیک به رودخانه می‌رود. پس از رسیدن به رودخانه به سمت شمال تغییر مسیر داده و در امتداد رودخانه پیش می‌رویم. ساعت ۲:۱۵ دقیقه به محل برپایی کمپ سوم در ارتفاع ۳۶۰۰ متر به نام خوته (Khote) می‌رسیم. خوته روستای بسیار زیبایی در میان جنگل است که خانه‌های آن به شکل زیبایی از سنگ و چوب ساخته شده است. بدون استفاده از هیچ‌گونه ملاتی، سنگ‌ها با مهارت تراشیده شده و با دقت بر روی هم چیده شده بودند، کمپ در مرکز روستا و در جایی وسیع و پوشیده از چمن برپا می‌شود.

روز ششم ۸۹/۷/۱۶

ساعت ۸ صبح در امتداد رودخانه و در شیبی ملایم ادامه مسیر داده و کم کم ارتفاع می‌گیریم. با افزایش ارتفاع از تعداد درختان و ارتفاع آنها کاسته می‌شود تا جایی که دیگر از جنگل خبری نیست و کوهستان پوشیده از بوته‌های کوتاه است. در ساعت ۲:۱۰ دقیقه به محل برپایی کمپ در ارتفاع ۴۳۵۶ متر می‌رسیم. این محل تانگ ناگ (Tang Nag) نام دارد و روستایی کوچک با مردمانی فقیر است که روزگار را با تنگدستی و فروش غذا به توریست‌ها و کوه‌نوردان می‌گذرانند. در اینجا برای روشن کردن بخاری که سوخت آن چوب و مدفوع یاک است از هر نفر ۱۵۰ روپیه و برای شارژ باطری‌ها برای هر ساعت استفاده از برق بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ روپیه می‌گیرند. هزینه استفاده از تلفن ماهواره‌ای دقیقه‌ای ۱۵۰ تا ۳۰۰ روپیه است. روستای تانگ نانگ توسط قله‌های تانگ تسه (Tang Tse) ۶۷۷۰ متر و ایست سومیت (East Summit) ۶۳۷۳ متر و مراپیک (Mera Peak) احاطه شده است.

روز هفتم ۸۹/۷/۱۷

از این روستا به سمت شرق و قله مراپیک حرکت می‌کنیم. دیگر خبری از درخت و جنگل نیست. مسیر تماماً خشک و سنگ‌لاخ است. از کنار دریاچه‌ای با آب شیری رنگ به نام سابایی تشو (Sabai Tsho) می‌گذریم ساعت ۱۱:۴۵ دقیقه به کمپ خاره (Khare) در ارتفاع ۴۹۰۰ متر می‌رسیم. کمپ خاره آخرین کمپی است که می‌توان در آن ارتباط ماهواره‌ای داشت. در کلیه روستاها و کمپ‌ها انرژی برق از سلول‌های خورشیدی تامین می‌شود. در این کمپ یکی از دوستانمان به تشخیص پزشکان تیم به همراهی یکی دیگر از دوستان راهی لوکلا می‌شود. او چند روزی از بیماری آنفلوانزا رنج می‌برد و معالجات به علت ارتفاع در وی اثری نداشت.

روز هشتم ۸۹/۷/۱۸

امروز روز استراحت است در خاره می‌مانیم و برای هم‌هوایی یکی از قله‌ها را به ارتفاع ۵۱۰۰ متر صعود می‌کنیم.

روز نهم ۸۹/۷/۱۹

با جمع کردن لوازم و خوردن صبحانه به سمت گردنه مرالا (Merala) حرکت می‌کنیم با عبور از مورن و یخچال زیر گردنه در هوایی سرد و مه‌آلود در ساعت ۱۰ صبح به گردنه می‌رسیم. ارتفاع‌سنج ۵۴۱۵ متر را نشان می‌دهد. کوه‌نوردانی که می‌خواهند مراپیک را صعود کنند از روی گردنه به سمت راست و به طرف کمپ اصلی می‌روند. با عبور از گردنه پس از دو ساعت و نیم با کم کردن ارتفاع در ارتفاع ۴۸۵۰ متر به دشت زیبایی به نام آنته پوخاری (Ante Pokhari) که در زبان نپالی دریاچه پوخاری می‌شود، می‌رسیم. برای خوردن ناهار به محل سنگ‌چینی که سقف آن را با نایلون پوشانده‌اند می‌رویم. باربری بیمار در آنجا خوابیده است. پزشکان او را معاینه کرده و به او دارو می‌دهند. پس از حدود یک ساعت با آمدن باربرها، چادرها را برپا کرده و شبی سرد توام با هوای بسیار سنگینی را به صبح می‌رسانیم.

روز دهم ۸۹/۷/۲۰

ساعت هشت صبح را نشان می دهد که به سمت شرق، مسیر را ادامه می‌دهیم. پس از حدود ۱۰ دقیقه به سمت شمال تغییر مسیر داده و با پشت‌سر گذاشتن شیبی تند و عبور از کنار دریاچه‌ای زیبا و عمیق و رودخانه‌ای خروشان به آرامی ارتفاع می‌گیریم. با عبور از کنار دریاچه‌ای بزرگ و زیبا که در چپ ما قرار دارد، در ساعت ۱۲:۳۰ دقیقه به محل برپایی کمپ سیتی پوخاری (Siti Pokhari) در ارتفاع ۵۰۵۰ متر می‌رسیم. کبک‌های زیبا و بسیار درشت در دسته‌های چندتایی در اطراف به خوبی دیده می‌شوند. در تمام طول مسیر آشپزها به همراه چهار خدمه، صبحانه، ناهار و شام تیم را آماده می‌کنند و در جاهایی که میسر نیست برای نهار یک عدد تخم مرغ و دو عدد نان چاپاتی (نان محلی که در ماهی‌تابه پخته می‌شود) و مقداری پنیر و چند عدد بیسکویت به هر نفر

می‌دهند. به گفته آنان لیست غذای ما لیست اروپایی است که تماما شامل فیبر،نشاسته، پروتیین و ویتامین است در تمامی وعده‌های شام سوپ گرم به همراه ذرت بوداده به عنوان پیش‌غذا سرو می‌شود.

روز یازدهم ۸۹/۷/۲۱

امروز روز آخر کوه‌پیمایی است و تا کمپ اصلی بیش از دو ساعت و سی دقیقه راه نیست پس از صبحانه مسیر را به سمت شمال ادامه داده و پس از ۳۰ دقیقه به سمت شرق تغییر مسیر می‌دهیم ساعت ۱۰:۳۰ دقیقه به کمپ اصلی بارونتسه در ارتفاع ۵۴۵۰ متر می‌رسیم. کمپ در کنار دریاچه‌ای بزرگ و زیبا قرار گرفته است. با رسیدن تیم ما دو تیم بین‌المللی و فرانسوی به کار خود پایان داده و در حال جمع کردن چادرهایشان هستند. علت را از یکی از اعضای تیم فرانسه جویا می‌شویم آنها تا کمپ دوم رفته و به علت شرایط نامناسب جوی (وزش باد شدید و سرمای زیاد) بازگشته‌اند. با رسیدن باربرهایمان چادرها یکی پس از دیگری برپا می‌شود و کمپ ما شکل می‌گیرد، چادری بزرگ و کروی مختص نشیمن و غذاخوری و چادر آشپزخانه و استراحت خدمه، آشپز ما فردی لایق و ماهر است و با کمترین امکانات بهترین غذاها را با تنوع زیاد آماده می‌کند.

روز دوازدهم ۸۹/۷/۲۲

این روز را پس از ۹ روز کوه‌پیمایی برای بازیابی قوای جسمانی به استراحت می‌پردازیم.

روز سیزدهم ۸۹/۷/۲۳

تیم‌های بین‌المللی و از کشورهای مختلف یکی پس از دیگری به کمپ اصلی می‌رسند کمپ بسیار شلوغ شده است. این شلوغی تاثیر آنچنانی در کمپ اصلی ندارد، ولی در طول مسیر و کمپ‌های بالایی بی‌اثر نیست. حدود ساعت ۱۰:۳۰ دقیقه همه اعضای در مراسم دعا (Puja Ceremonie) که توسط شرپاها و خدمه آشپزخانه برگذار می‌شود شرکت می‌کنند. این مراسم حدود یک ساعت و سی دقیقه به طول می‌انجامد. آنها معتقدند که با انجام این مراسم خداوند تمامی اعضای صعودکننده را از خطر مصون می‌دارد. مراسم بسیار جالبی است. در این مراسم هریک از اعضای تیم یکی از لوازمشان را برای تبرک باید به همراه داشته باشند. پس از مراسم و تقسیم تیم به دو گروه به استراحت و انجام کارهایمان می‌پردازیم.

روز چهاردهم ۸۹/۷/۲۴

ساعت ۷ صبح تیم اول به راه افتاده و ۳۰ دقیقه بعد از آنها تیم دوم حرکت خود را آغاز کرد. ابتدا دریاچه را دور زده و به سمت شمال شرقی ادامه مسیر می‌دهیم پس از حدود ۲ ساعت به کمپی (Kigh Camp) می‌رسیم که مابین کمپ اصلی و کمپ یک قرار گرفته و برخی آنجا را به خاطر نزدیکی به کمپ یک کمپ اصلی قرار داده‌اند. با ادامه مسیر به ابتدای مسیر ثابت‌گذاری می‌رسیم. تیم پیشرو ما در حال عبور هستند با پوشیدن هارنس و کرامپون آماده حرکت می‌شویم در همین حین هوا به سرعت ابری شده و بارش برف آغاز می‌شود. برودت هوا به ۱۴ – درجه سانتی‌گراد می‌رسد پس از عبور از دهلیزی سنگی که در ابتدای طناب ثابت‌ها واقع شده به شیب تند برفی در دهلیز می‌رسیم. یکی یکی با احتیاط کامل مسیر را پشت‌سر گذاشته و در ساعت ۱:۳۰ دقیقه بعدازظهر به محل برپایی کمپ یک در ارتفاع ۶۱۰۰ متر می‌رسیم. روبه‌رویمان در امتداد شمال شرق قله ماکالو با عظمتی وصف‌ناپذیر قد برافراشته است و در شمال غربی قله بارونتسه پر برف و باوقار ایستاده است. پس از ۳۰ دقیقه استراحت به کمپ اصلی باز می‌گردیم. در مسیر بازگشت لوازم فنی را در کمپ میانی گذاشته و سبک‌تر به کمپ اصلی می‌رویم.

روز شانزدهم ۸۹/۷/۲۶

ساعت ۸:۳۰ دقیقه به سمت کمپ یک حرکت کرده و در ساعت ۴ بعدازظهر به کمپ یک می‌رسیم قبل از ما شرپاها چهار چادر برپا کرده‌اند. بارش برف شروع می‌شود و تا پاسی از شب ادامه می‌یابد. دمای هوا به هنگام شب در چادر به ۱۸ – درجه سانتی‌گراد می‌رسد.

روز هفدهم ۸۹/۷/۲۷

تا ظهر استراحت کرده و ساعت ۱:۳۰ دقیقه به سمت کمپ ۲ حرکت می‌کنیم. به علت بارش برف شب گذشته برف‌کوبی سنگینی در پیش‌رو داریم. نفرات به نوبت یکی پس از دیگری برف‌کوبی کرده و همه در این کار شرکت می‌کنند هوا بسیار سرد است ساعت ۴ بعدازظهر به کمپ ۲ در ارتفاع ۶۵۰۰ متر رسیده و در دو چادری که شرپاها زده‌اند مستقر می‌شویم.

روز هجدهم ۸۹/۷/۲۸

به علت سرمای شدید منتظر طلوع خورشید می‌مانیم تا از شدت سرما کمی کاسته شود. پس از طلوع آفتاب به سمت قله حرکت می‌کنیم. پس از کمی پیش‌روی به علت بارش برف سنگین دو روز گذشته متوجه می‌شویم که امروز روز صعود نیست. پس تصمیم به بازگشت گرفته و پس از گذاشتن مقداری از لوازم و مواد غذایی در کمپ ۲ به کمپ یک و از آنجا به کمپ اصلی باز می‌گردیم.

روز نوزدهم ۸۹/۷/۲۹

این روز و روز بعد را به اجبار در کمپ اصلی می‌مانیم تا برف تثبیت شده و مسیر قابل صعود گردد.

روز بیست و یکم ۸۹/۸/۱

بازهم انتظار برای ترک کمپ اصلی و صعود. کمی حوصله‌مان سر می‌رود همه مشغول کاری هستیم ولی زمان نمی‌گذرد. حدود ساعت ۱۱ شب ولوله‌ای در کمپ اصلی برپا می‌شود. نیما شرپا، شرپای اصلی ما به همراه دیگر شرپاها به داخل چادر اصلی آمده و خبر تاسف‌باری را می‌دهند. به هنگام ثابت‌گذاری در ارتفاع ۷۰۵۰ متری بر اثر شکستن نقاب چاوانگ نیما شرپا به سمت دره ماکالو سقوط و ناپدید شده است. او یکی از بهترین شرپاهای منطقه بود و با ۱۹ بار صعود اورست دومین رکورددار به‌حساب می‌آمد. شرپای ما دچار شوک شدیدی شده و روحیه‌اش را به طور کل از دست داده است. با صحبت‌هایی که با مسؤل شرکت صورت می‌گیرد قرار می‌شود شرپای ما به همراه کوه‌نورد، آمریکایی که او هم به علت از دست دادن شرپایش روحیه خوبی ندارد. فردا با هلی‌کوپتر به کاتماندو منتقل شوند.

روز بیست و دوم ۸۹/۸/۲

متاسفانه کلیه شرپاهای تیم‌های حاضر در کمپ اصلی با مشورت یکدیگر به دلیل اتفاق ناگوار دیروز از صعود سرباز می‌زنند. چند تیم تصمیم به بازگشت گرفته و همان روز کمپ اصلی را ترک می‌کنند. کمپ اصلی

وضعیت نگران کننده‌ای به خود می‌گیرد.

روز بیست و سوم ۸۹/۸/۳

همان جو نامطلوب بر کمپ اصلی حاکم است با مشورت با یکدیگر با شرپا مشغول صحبت شده و پس از یک ساعت بحث و تبادل نظر آنان می‌پذیرند که تا جایی که امکان‌پذیر است صعود کنیم.

روز بیست و چهارم ۸۹/۸/۴

بالاخره زمان صعود فرا می‌رسد. پس از صبحانه ساعت ۸:۳۰ دقیقه حرکت کرده و ساعت ۲ بعدازظهر به کمپ یک می‌رسیم. دو نفر از اعضای تیم به تشخیص سرپرست به کمپ اصلی باز می‌گردند و تیم شش نفره ما به سمت کمپ دو حرکت می‌کند. ساعت ۴:۳۰ دقیقه را نشان می‌دهد که در تاریکی و سرمای شدید به کمپ دو می‌رسیم. به داخل چادرها می‌رویم دمای هوا ۳۸ – درجه سانتی‌گراد است.

روز بیست و پنجم ۸۹/۸/۵

ساعت ۴ صبح بیدار می‌شویم. خودمان را برای صعود سنگینی آماده کرده‌ایم. هوا بسیار سرد است سرپرست برنامه به انتظار هوای بهتر زمان حرکت را به عقب می‌اندازد. ساعت ۵:۳۰ دقیقه حرکت می‌کنیم. در مسیر با عبور از کنار شکاف‌های عمیق و خطرناک یخی و شیب‌های تند با استفاده از طناب‌های ثابت به صعود ادامه می‌دهیم. سرپرست برنامه با شرپاها در جلوی تیم حرکت می‌کند و مسئول فنی همراه تیم. حرکت به کندی صورت می‌گیرد. برای امنیت بیشتر بر روی هر طناب ثابت فقط دو نفر صعود می‌کنند. پس از پشت‌سر گذاشتن شیبی تند حدوداً ۶۰ درجه، به یک شکاف بسیار عمیق برخورد می‌کنیم. آن را به سمت پرتگاه شمال غربی دور می‌زنیم . با احتیاط بسیار و حمایت یکدیگر از کنار شکاف عبور می‌کنیم و دوباره بر روی خط الراس اصلی قرار می‌گیریم. ارتفاع ۷۰۰۰ متری را تجربه می‌کنیم. شیب مسیر حدوداً بین ۳۰ تا ۳۵ درجه است. پس از حدود ۹ ساعت تلاش در ارتفاع ۷۰۵۰ متری متوقف می‌شویم به محل شکست نقاب و سقوط شرپا چاوانگ نیما رسیده‌ایم. با بررسی مسیر توسط شرپاها و سرپرست برنامه ادامه صعود را منتفی دانسته و پس از برگذاری مراسم کوچکی به یاد شرپای



از دست رفته و همنورد خوبمان ابراهیم شیخی به سمت پایین حرکت می‌کنیم. پس از جمع کردن کمپ‌ها در تاریکی هوا به کمپ اصلی می‌رسیم.

روز بیست و ششم و هفتم ۷ – ۸۹/۸/۶

این روز را به استراحت و نظافت و روز بعد را به جمع‌آوری لوازم اختصاص می‌دهیم نزدیک ظهر باربرها می‌رسند و این نشان از بازگشت تیم دارد. شب هنگام همه در چادر غذاخوری جمع شده و با خوردن کیکی که سرآشپز درست کرده است آخرین شب را جشن می‌گیریم.

روز بیست و هشتم ۸۹/۸/۸

همه به کمک هم چادرها را جمع کرده و بارها را جهت حمل آماده می‌کنیم ساعت ۱۲ ظهر را نشان می‌دهد که به سمت پایین حرکت می‌کنیم با عبوراز مورن‌ها و یخچال‌ها به سمت شمال غربی ادامه مسیر داده و پس از عبور از کنار دو دریاچه زیبا حدود ساعت ۳:۵۰ دقیقه به محل برپایی کمپ در نزدیکی گردنه آمفولاپلا در ارتفاع ۵۵۰۰ متر می‌رسیم.

روز سی و پنجم ۸۹/۸/۱۵

پس از هفت روز کوه‌پیمایی در مسیرهای جنگلی و بسیار زیبا بالاخره به لوکلا رسیده و با تشکر و قدردانی و پرداخت انعام به کلیه افراد همراهی کننده تیم از آنها خداحافظی می‌کنیم. در لوکلا دو روز انتظار کشیده تا نوبت پروازمان به کاتماندو برسد.

اعضای تیم:

محمد نادریان، سرپرست و فیلم‌بردار – حبیب نجفی پور، سرپرست دوم و مسؤل مالی – عباس رنجبری، مسؤل فنی – نادر رحیمی، پزشک آقایان – مهسا مطیعی، پزشک بانوان – کیوان فتاپور، عکاس – اشکان افتخاری – بیژن لطفی – مریم ساجدی صبا – فاطمه جان بزرگی – فرشته خادمی.■

فروتنی و تواضع – گذشت و جوانمردی – شهامت و فداکاری از صفات بارز کوه‌نوردان است

کت‌های پر

(Down Jackets)

مترجم : وارطان زاکاریان

مقدمه : ایمنی یک کوه‌نورد در شرایط نامساعد جوی و زیست محیطی با پوشاک تامین می‌شود. پوشاک یا لباس از سه لایه تشکیل می‌شود: لایه اولیه، لایه میانی و لایه بیرونی. هرکدام از این لایه‌ها یا پوشش با داشتن خواص مناسب می‌تواند ایمنی کوه‌نورد را در شرایط سخت جوی و محیطی تامین کرده و قدرت فعالیت او را افزایش دهد. این مقاله به پوشش‌های بیرونی و به‌طور اخص درباره کت پر که یکی از مهم‌ترین پوشش‌های خارجی است تخصیص داده شده است هرچند در شماره‌های گذشته درباره کیسه خواب که یکی دیگر از پوشش‌های بیرونی کوه‌نورد است مفصلا بحث و بررسی شده است. ضمن آنکه درباره کفش‌های ساقه بلند زمستانی مربوط به صعودهای بلند و در شرایط یخ و برف نیز مطالبی ارایه شده است. در اینجا برآنیم تا درباره کت پر که یکی از پوشش‌هایی است که در شرایط نامساعد جوی و زیست محیطی می‌تواند آسودگی خاطر برای کوه‌نوردان به ارمغان آورده و حتی جانشان را نجات دهد، مطالبی ارایه نماییم.

کت‌های پر (Down Jackets) :

پس از سال‌ها بررسی نتایج زیر برای کت‌های پر به دست آمد :

۱ – کت پر در طی شب مانند کیسه خواب پر گرم و نرم نیست.

۲ – یک کت پر در هر زمان از روز هم سرد می‌شود و هم گرم.

۳ – سبک بودن کت پر همیشه مورد نظر کوه‌نورد است.

۴ – اگر کت پر کثیف شود تمیز کردن آن سخت است.

حال به نکات بالا پرداخته و آنها را مورد بررسی بیشتری قرار می‌دهیم:

۱ – کت پر در شب مانند کیسه خواب پر گرم و نرم نیست : اولین کت پر که به وسیله کوه‌نوردان اروپایی استفاده شد درواقع کت نبود بلکه بیشتر شبیه یک اورکت یا لباس بلندی بود که برای پوشیدن روی لباس اصلی استفاده می‌شد. این لباس به وسیله یکی از پیش‌گامان صعود به اورست تهیه و پوشیده شد. و سپس به وسیله مبتکرین انگلیسی معرفی شد و در نهایت این اندیشه به وسیله دیگران بررسی و جامعیت پیدا کرده. یکی از کسانی که نسبت به اندیشه لباس پر بیشترین اعتبار را قایل شده و وقت خود را به آن معطوف داشت؛ مبتکر و سازنده معروف ادوات و وسایل کوهستان پیر آلن بود. او در سال ۱۹۰۴ متولد شد و در سال ۲۰۰۰ چشم از جهان فروبست. او از مسببین گسترش صنعت اولین کفش‌های سنگ‌نوردی بود و به نام خود کفش معروف پیرآلن یا PA را ارایه نمود. او همچنین کارابین‌های آلومینیوم را ساخت که بین سنگ‌نوردان محبوبیت خاصی دارد و به کمک این نوع کارابین‌ها چندین صعود درخشان در منطقه آلپ انجام شد. به طور کلی پیرآلن یک شخصیت برجسته و تاثیرگزار در کوه‌نوردی جهان است. کت پر ساده‌ای که او معرفی کرد چنین طراحی شده بود که شب‌مانی یا بیواک در منطقه آلپ را نسبتاً قابل تحمل نماید. این لباس دور بدن کوه‌نورد را می‌پوشاند، در حالی که او می‌توانست با دست‌هایش آزادی عمل داشته و آنها را درعین گرم بودن به کار گیرد. این کت پر کارایی زیادی داشته و مفید بود، کوه‌نوردان در هر مکان و هر طاقچه‌ای که مورد نظرشان بود می‌توانستند آن را پوشیده و پاهایشان را در داخل کوله‌پشتی قرار دهند. تا از سرما در امان بوده و خواب خوبی داشته باشند ولی در شرایط سرمای زیاد آن روش تضمین کننده نبود. چندی بعد یک کیسه خواب عجیب یا درواقع نیم کیسه خواب ارایه شد که بلندی آن تا کمر کوه‌نورد بود و به نام پای فیل شهرت داشت. در چنین طرح ترکیبی یعنی کت پر و نیم کیسه‌خواب کوه‌نورد می‌توانست خودش را گرم نگه دارد ضمن آنکه از دست‌های خود آزادانه برای کارهای متفاوت مانند آشپزی و حتی حمایت استفاده کند. در آن روزها برای تولید این وسیله از نوعی کتان ظریف و خاص استفاده می‌شد ولی کیفیت پر آنها در

مقایسه با پرهای تهیه شده امروز قابل قیاس نبود. و با اینکه وزن آنها تا حد قابل توجهی کم بود. اما در میان سنگ‌نوردهای انگلیسی زیاد جا باز نکرده و طرفدار نداشت. هرچند یک نمونه ارایه شده به مدت زیادی بین کوه‌نوردان شناخته شده بود و نام آن را ممیز پنج (Point Five) گذاشته بودند. این نام از یک شکاف یا دهلیز اقتباس شده و یا به‌خاطر آنکه نصف درازای کیسه خواب را داشت به نام ممیز پنج مشهور شده بود. بعضی از کوه‌نوردان انگلیسی این نوع ترکیبی را هم در برنامه‌های سنگ‌نوردی و هم در شرایط شب‌مانی خارج از پناهگاه استفاده می‌کردند و تقریبا رضایت داشتند. هرچند قابل مقایسه با طرح‌های مدرن امروزه نبود. علی‌رقم محدودیت‌هایی که هنوز هم کت پر دارد ولی بازهم یک وسیله اصلی و اساسی در کوه‌نوردی است اما امتیاز آن برای گذراندن تمام شب نسبت به کیسه خواب دارای اهمیت کمتری است. با کت پر، کوه‌نورد می‌تواند به حمایت پرداخته و صبح‌های خیلی زود و سرد صعود را شروع کرده و سرمای حاصل از وزش باد را تحمل نماید. در جمع‌بندی می‌توان گفت کت پر وسیله سبکی است که کوه‌نورد می‌تواند با خود حمل کند و ضمن راه‌پیمایی و سنگ‌نوردی از آن استفاده نماید.

۲ – یک کت پر در هر زمان از روز هم سرد می‌شود و هم گرم.

کت پر در دو دهه اخیر نشانه مشخص از فعالیت‌های کوه‌نوردی و سنگ‌نوردی است و بعید است که در برنامه‌های بلند مدت سنگ‌نوردی و کوه‌نوردی کت پر جایی نداشته باشد به ویژه بعد از صعود تاریخی کریس بانینگتون از جبهه جنوبی به قله آناپورنا که جایگاه خاص خود را در میان کوه‌نوردان به دست آورد. پیت هاچیسون از طراحان معروف لوازم و تجهیزات کوه‌نوردی که امروزه تولیدات کارخانه او با نشانه (PHD –Pete Hatchinson Design) معروف است. در آن زمان برای هرکدام از اعضای تیم صعود جبهه جنوبی قله آناپورنا دو کت پر طراحی و تولید نمود که کوه‌نوردان یکی را در هوای خیلی سرد و سرمای شدید بر روی کت پر سبک‌تر می‌پوشیدند. در نتیجه کت‌های پر زرد و آبی که برای صعود به قله آناپورنا طراحی شده بود چندین سال به عنوان کت پر استاندارد قابل استفاده کوه‌نوردان انگلیسی در مناطق مختلف بود. اکنون مدل‌های تکمیل شده این نوع کت پر در میان لوازم و تجهیزات کوهستانی محبوبیت بیشتری نسبت به گذشته دارد. سنگ‌نوردان به این نتیجه رسیدند که کت پر برای حمایت خیلی بهتر است و می‌توان آن را به راحتی در داخل کوله‌پشتی جای داده و از آن خارج نمود و در نتیجه حمل آن در مسیرهای طولانی سنگ‌نوردی مشکل آفرین نخواهد بود. امروزه کت‌های پر سبک و جلیقه‌های پر، مورد پسند کوه‌نوردان و سنگ‌نوردان بوده و طراحان و تولیدکنندگان وسایل و لوازم کوه‌نوردی در انگلستان به آن توجه بیشتری دارند. پس با توجه به تنوع ساخت کت پر استفاده کننده به هنگام خرید باید مکان و زمان استفاده آن را در نظر داشته باشد. صرفاً هر کت پر ی نمی‌تواند گرم نگه دارد. کت پر سبک برای شرایط هوای خیلی سرد طراحی نشده و نمی‌تواند بدن کوه‌نورد را گرم نگه دارد. پس با پوشیدن کت پر مناسب است که بدن کوه‌نورد گرم می‌شود. مرغوبیت و کیفیت پر و پارچه در طرح‌های پیشنهادی در نظر گرفته شده خیلی پیشرفت کرده و نسبت به روزهای اولیه به مراتب بهتر شده است و ما مواجه با تنوع وسیعی از کیفیت لباس‌هایی هستیم که از بهترین پرها و انواع پارچه‌های مقاوم و سبک ساخته شده است. اروپای شرقی که منبع تولید پرهای مرغوب است آنها را به نحو مطلوبی شستشو و نظافت کرده و سیستم توزین پرها در هر کدام از کت‌ها و کیسه خواب‌ها به بهترین وجه انجام می‌شود. هم اکنون طراحان با سلیقه برای بازاریابی بیشتر و تامین نیاز و خواسته‌های کوه‌نوردان، اسکی بازها و کوه‌پیمایان فعالیت می‌کنند. و امروزه می‌توان طراح اولیه، پیرآلن را مسبب اصلی این پیشرفت دانست.



۳ – سبک بودن کت پر همیشه مورد نظر کوه‌نوردان است.

با وجود آنکه تمام کت‌های پر نسبتا سبک هستند ولی در بررسی وزن بارها و وسایل در یک برنامه صعود بلند Expedition اگر کاهش وزن مطرح شود کوه‌نورد وسایلی از آن مجموعه حذف می‌کند تا از وزن کلی بار کم نماید و بعضا او مجبور است کت پر سبک را جایگزین کت پر سنگین و گرم نماید، بنابراین داشتن یک کت پر گرم و راحت دیگر مطرح نیست و از سویی دیگر برای صعود به قله‌های مرتفع که در آنجا سرمای شدید حاکم است نمی‌توان به صرف کاهش وزن کت پر سبک را انتخاب نمود. به طور مثال در صعود قله K2 کت پر سبک نمی‌تواند بدن را گرم نگه داشته و شرایط خوب و مناسبی ایجاد نماید. با در نظر گرفتن این اصل من کت پر را به چهار نوع طبقه‌بندی نموده و فکر می‌کنم چنانچه مطابق با این طبقه‌بندی انتخابی انجام گیرد مناسب‌ترین انتخاب کت پر برای آن برنامه خواهد بود.

کت پر فوق سبک (Super Light):

طی سال‌های اخیر اندیشه‌ها و ایده‌های جدید از کارخانه‌های تولیدی مشهور ارایه شده است و کمپانی پاتاگونیا مبتکر این نوع کت‌ها بوده است به ویژه در مورد انواع جلیقه و کت پر که خیلی ساده دوخته شده و خیلی هم سبک هستند. داخل آنها از بهترین نوع پر پُر شده و نسبت به پشم و کرک کمتر پف می‌کند و وقتی جمع می‌شود به اندازه مشت دست خواهد شد. کوه‌نورد می‌تواند این نوع کت‌ها و جلیقه‌های پر را به تنهایی یا در زیر بادگیر بپوشد.

– کت پر سبک (light):

این نوع کت‌های پر گرم‌تر از کت‌های خیلی سبک هستند بافت خارجی آنها دارای پارچه‌های ضخیم و

ساختار آن تکمیل‌تر از کت پر فوق سبک است. این نوع کت‌های پر مناسب برای کوه‌نورد به هنگام حمایت است. رنگ‌های تیره آن به خصوص رنگ مشکی مورد توجه عامه مردم بوده و در خیابان‌های شهرها و مناطق کوهستانی نوع کلاه‌دار و بدون کلاه آن در تن مردم دیده می‌شود.

- کت پر مناطق کوهستانی (Mountain Jackets) :

این نوع کت پر در انواع گسترده‌ای ارایه می‌شود و نوعی از آن برای برنامه‌های کوهستانی و کوه‌پیمایی بسیار مناسب است. این کت مورد پسند و علاقه کوه‌نوردان بوده و در کمپ‌های اصلی یا در مسیر صعود قله‌های بالاتر از ۶۰۰۰ متر استفاده می‌شود. مواد به کار رفته و طرح‌های این نوع خیلی کامل‌تر از انواع قبلی است.

- کت پر مخصوص ارتفاع زیاد (High Mountain) :

این نوع کت پر در برنامه‌های صعودهای بلند و در طیف وسیعی مورد استفاده قرار می‌گیرد پس باید بهترین طراحی و ساختاری کامل داشته باشد تاحد ممکن گرمای بدن را حفظ نموده و از نفوذ سرما جلوگیری نماید. کمترین وزن را داشته و از قیمتی مناسب برخوردار باشد.

۴ – اگر کت پر شما کثیف شود تمیز کردن آن آسان نیست. چاره‌اندیشی کنید. چندین سال پیش داخل اطاقی در یک ساختمان عمومی کوه‌نوردان شدم که مملو از کوه‌نوردان بود. در حالی که لوازم را در انبار زیرزمین جمع و جور می‌کردم با یک کت پر قرمز رنگ بد بو و کثیف برخورد کردم که از نوارهای چسب برای چسباندن درزها و شکاف‌های آن استفاده شده بود. پس از پرس و جو متوجه شدم که هیچ کس مدعی آن کت پر کثیف نیست. آن را برداشته و با دست به دقت شسته و برای خشک کردن آن را به خشک‌شویی برده تا به وسیله یکی از دستگاه‌های خشک کن آن را خشک کنم. سکه و کت را به داخل دستگاه انداخته و پشت به دستگاه مشغول خواندن روزنامه شدم تا دستگاه کارش را انجام دهد. بعضی‌ها که در آن محل بودند، با تعجب و سوال برانگیز به من نگاه می‌کردند و من فقط با لبخند به آنها پاسخ داده و به خواندن ادامه می‌دادم. بعد از مدتی فکر کردم که بد نیست کار را بررسی کنم و وقتی برگشتم تا داخل دستگاه خشک‌کن را نگاه کنم با کمال وحشت و تعجب دیدم که گردونه دستگاه خشک کن مملو از پر است. واقعا وحشتناک بود. من بدون توجه درب دستگاه را باز



کردم و ناگهان کلیه محتویات دستگاه شامل پر و خرده پارچه‌ها قسمت اعظم خشک‌شویی را اشغال کرد. آنهایی که آنجا بودند خشمگین و ناراحت علت را از من جویا شدند و من در حالی که پارچه قرمز رنگ تقریبا خالی را بغل کرده بودم به خیابان گریختم و دیگر هرگز جرات بازگشت به آن خشک‌شویی را پیدا نکردم. این برای من درس عبرت و تجربه پرهزینه‌ای بود تا برای تعمیرات و نگهداری و تمیز کردن کت پر دقت نمایم. اخیرا کارخانه نیک واکس (Nikwax) محلول‌ها و اسپری‌هایی ساخته که برای تمیز کردن کت پر می‌توان از یکی از آن محصولات استفاده نمود. اما زمانی که کت پرخیس است و آب از لابه لای درزها و دوخت‌های آن خارج می‌شود استفاده از این نوع اسپری آسان نیست. استفاده از این اسپری برای کت‌های پر فوق سبک و سبک احتمالا امکان‌پذیر است. من توصیه نمی‌کنم شستن پر را به وسیله ماشین‌های لباس‌شویی و خشک‌شویی انجام دهید زیرا همان مشکل بزرگ ممکن است برای شما هم رخ دهد. توصیه می‌شود اگر کت پر شما کثیف است آن را به مراکز تخصصی شستن کت پر ارسال دارید و پس از دریافت اگر هنوز هم می‌خواهید بر روی آن از مواد تمیزکننده پر استفاده کنید از انواع اسپری آنها استفاده کنید. پس از آنکه کت پر خود را تمیز و پاکیزه گرفتید آن را از یک رخت‌آویز یا جایی نظیر قفسه مخصوص نگه‌داری بالش‌ها قرار دهید. اگر کت پر را در کیسه لباس نگهداری می‌کنید فراموش نکنید که باید مرتبا به آن سرزده و آن را ببینید، در غیر این صورت باید عواقب آن را بپذیرید.

- بافت پارچه (Fabric) :

بافت پارچه‌هایی که برای کت پر استفاده می‌شود به سه نوع تقسیم می‌شود :

۱ – بافت فوق‌العاده نرم که از نخ نایلون بسیار ظریف استفاده شده است. پارچه‌های پر تکس کوانتوم (Pertex) یا مایکرولایت و اولترا سافت (Ultrasoft) که پارچه‌هایی فوق‌العاده نرم هستند.

۲ – پارچه‌هایی که در بافت آنها از نخ نایلون‌های ضخیم‌تر استفاده شده و به دو نوع ضدآب و یا قابل تنفس ارایه می‌شود و هر دو نوع برچسب مشخص کننده دارند. (Breathable) قابل تنفس یا هوا از آن عبور می‌کند و (Water Resistence) مقاوم در مقابل نفوذ آب.

۳ – پارچه‌هایی که بافت آنها خصوصیات هر دو نوع پارچه را دارد. هوا از آن عبور می‌کند (Breathable) و یا به عبارتی تنفس‌پذیر و در عین حال ضدآب هم است (Water – Proof). به این نوع بافت یا پارچه‌ها گورتکس(Gortex) یا پرتکس (Pertex) می‌گویند.

- پر استفاده شده در کت‌ها:

پر محصول فرعی از صنایع غذایی است. در سال‌های اخیر کیفیت پر مورد استفاده صنایع پوشاک مربوط به فضاهای باز پیشرفت شایانی داشته زیرا

دسترسی خریداران و تولیدکنندگان کت پر و کیسه خواب به عرضه‌کنندگان پر در اروپای شرقی که بهترین هستند و پر مورد استفاده را با بهترین کیفیت از غاز و اردک تهیه می‌کنند راحت‌تر شده است. اطلاعات مربوط به کیفیت پر که به وسیله کارخانه‌های تولید کننده ارایه می‌شود اغلب هدایت کننده نیست و مشتریان برای انتخاب کالای مورد نظر بعضا خطا می‌کنند بنابراین دو نکته مهم درباره اطلاعات مربوط به پر به کار رفته در کت و لباس‌ها و کیسه خواب‌ها عبارتند از : مقدار پر استفاده شده نسبت به واحد فضای در نظر گرفته شده که به وسیله دستگاه مخصوص اندازه‌گیری می‌شود متاسفانه روش استفاده مقیاس اندازه‌گیری پر مورد استفاده در اروپا و آمریکا با هم کمی اختلاف دارند و در مقیاس آمریکا مقدار پر استفاده شده نسبت به فضای مورد نظر عدد بیشتری از مقیاس اروپایی برای همان مقدار پر را نشان می‌دهد. مقیاس پر مورد استفاده نسبت به واحد فضا را قدرت پر پُر شده یا (Fill – Power) گویند و این مقیاس بین دو عدد ۵۵۰ و ۹۰۰ در نوسان است هرچه عدد بیشتر باشد مرغوبیت پر نیز بیشتر خواهد شد. پس بهترین کیفیت گرمادهی کت‌های پر را باید در اعداد بیشتر قدرت پر پُر شده یا (Fill Power) جستجو کرد.

و دیگر آنکه مقدار کلی پر استفاده شده در هر کت یا کیسه خواب نیز مورد نظر است این مقدار برحسب گرم اندازه‌گیری می‌شود و درصد خلوص آن نسبت به پر اردک یا غاز که بهترین‌ها هستند می‌سنجند و معلوم می‌شود درصد پر خالص و متفرقه آن چه مقدار است. اطلاعات ارایه شده در مشخصات هر کت پر شامل موارد زیر می‌باشد:

قدرت پر با مقیاس اروپایی (EU Fill – Power)

قدرت پر با مقیاس آمریکایی (US Fill – Power)

درصد پر مرغوب غاز یا اردک و معمولی Filled



With %Down , %Feather

– ساختار کت پر :

یک کت پر دارای ساختار زیبا و ضمنا پیچیده است درواقع ترکیبی از دو نوع پوشش با هم است که یکی پوشش بیرونی را دربر دارد و شبیه یک حجم جلوگیری کننده از رسوخ هوای سرد بیرون و نگه‌دارنده گرمای داخل است به اضافه جیب‌ها و کلاه که هر کدام نقشی در زیبایی و مرغوبیت کت دارا هستند. باید پوشش بیرونی کت دارای ساختاری باشد که بهترین خواص عایق حرارتی پر را نمایان کند. یک کت پر که مقدار متنابهی پر در آن قرار گرفته باید دارای فضایی مفید و متناسب با پر داخل خود باشد به گونه‌ای که پر محتوی آن برای پف کردن فضای لازم را داشته باشد. تمام قسمت‌های کت پر باید به گونه‌ای طراحی و برش داده شده باشد که کمترین گرما را از دست بدهد و مانع حرکتی هم ایجاد نکند. در کت‌های پر سبک ممکن است پوشش بیرونی و داخلی به هم دوخته شود که در نتیجه در امتداد این دوخت‌ها نقاط سرد احساس خواهد شد ولی در کت‌های پر ساده این مورد چندان قابل توجه نیست بعضی از کت‌ها برای رفع رسوخ هوای سرد که در امتداد دوخت رخ می‌دهد یک آستری در داخل کت اضافه می‌کنند که این امر سبب افزایش وزن کت می‌شود. چسباندن دو لبه کت سبب توقف خروج گرمای بدن و ورود هوای سرد به داخل است پس به هنگام خرید باید توجه داشته باشید که دو لبه کت به خوبی بر روی هم قرار گرفته باشد. کلاه یک تکه و متصل به کت پر تاثیر بسزایی در حفظ گرما و عایق حرارتی کت دارد. جیب‌های کت پر ممکن است بر زیبایی و شکل مناسب آن افزایش دهد اما باید توجه داشت که جیب‌ها در محل استقرار هارنس یا کمربندی که روی باسن قرار می‌گیرد دوخته نشده باشد. سرآستین‌های کت پر باید به درستی در محل خود قرار داشته و دستکش‌ها بتوانند به راحتی داخل آستین شوند. کارخانه‌های معروف تولیدکننده نکات فوق را به درستی در نظر می‌گیرند و هنگام ارایه محصولات خود تمامی اطلاعات مورد بحث فوق را به شکل برچسب یا برگ اطلاعاتی ضمیمه کت ارایه می‌کنند حتی در این اطلاعات دامنه برودتی قابل استفاده را نیز بیان می‌کنند. بنابراین برای خرید یک کت پر خوب باید تمامی اطلاعات ارایه شده را به دقت مطالعه کرده و سپس خرید خود را انجام دهید بازهم یادآوری می‌شود هر کت پر مورد کاربردی خود را دارد برای برنامه‌های صعودهای بلند (Expedition) اگر کت سبک یا فوق سبک را انتخاب می‌کنید باید کت پر دیگری به عنوان پشتیبان در نظر گیرید در غیر این صورت تحمل سرما و برودت را پیش‌بینی کنید.

باید توجه داشت قیمت کت‌های مرغوب و مشهور بسیار گران و بین یکصد و پنجاه هزار تومان تا چهارصد و پنجاه هزار تومان و حتی بیشتر نیز است. ■

موزه‌های سنگی

گذری بر سنگ نگاره‌های دره سراوان

مریم میرمیثاقی

مقدمه:

هنگامی که سخن از سیستان و بلوچستان به زبان می‌آید، تفتان، شناخته شده‌ترین واژه برای کوه‌نوردان است. کوه‌نوردان ایرانی با گذر دست کم دو تا سه سال از عمر کوه‌نوردی خود، حتما صعود این کوه زیبا را در سیستان تجربه می‌کنند.

اما با کنار نهادن صعود و کوه‌نوردی باید گفت، سرزمین سیستان منبعی سرشار از جاذبه‌های تاریخی و طبیعی است به گونه‌ای که تنها بسنده کردن به صعود هنگام سفر به سیستان شما را از بسیاری دیدنی‌ها محروم می‌کند، دیدنی‌هایی که نظیر آن را در دیگر نقاط ایران کمتر می‌توان یافت.

سیستان و بلوچستان از نظر تاریخ و طبیعت و فرهنگ چنان سرشار است که نزدیک به شانزده روز سفر فشرده ما تنها به بازدید از منطقه جنوب بلوچستان منجر گردید و شمال آن برای سال‌های بعد باقی ماند. قدمت تاریخ و تمدن در این دیار به تعبیری به چهل هزار سال پیش باز می‌گردد، آن هم توسط نخستین نقوشی که توسط دست بشر عصر آهن بر سنگ نگاشته شده است.

یکی از جذاب‌ترین مکان‌های دیدنی در منطقه شرق استان سیستان و بلوچستان، سنگ نگاره‌های سراوان هستند. سنگ نگاره‌ها در واقع بازدید نوعی موزه تاریخی و باستانی هستند در دل طبیعت بکر که برای بازدید از آنها ورودیه نمی‌پردازید، در حصاری محدود نیستید و زمانی معین هم برای شما تعیین نمی‌کنند. لمس اثری هنری با انگشتان خود و از نزدیک که توسط دستان انسانی در بیش از ده هزار سال قبل خلق شده، بسیار هیجان‌انگیز است. تجربه‌ای که دو نسل انسان را از دو تمدن کاملا متفاوت به هم پیوند می‌دهد. نه برای انسان امروز باور زندگی پیشین خلاق این اثر باورکردنی است و نه در تصور انسان عصر آهن که این نقش‌ها را بر دیواره سنگی نگاشته است، می‌گنجد که وارثان تمدنش اکنون به چنین جایی برسند که ما رسیدیم: با قلم نوری بر صفحه‌ای دیجیتالی نقاشی می‌کنیم!



سنگ نگاره‌ها و تحقیقات علمی

با توجه به شمار زیاد و پراکندگی این نقش‌ها در سراسر ایران منابع تحقیقی مستند در این‌باره بسیار اندک هستند. گاها وب‌سایت‌هایی در فضای اینترنت موجودند که در این‌باره اطلاعاتی را به مخاطبین ارایه می‌دهند اما منابع بیشتر تحقیقات این مطالب فاقد منابع تاریخی و علمی مستدل هستند. مهم‌ترین گزارش‌ها در زمینه نقوش صخره‌ای نوشته‌های حمید ایزدپناه درباره نقاشی‌های غار لرستان در نشریه "باستان‌شناسی و هنر" کتاب موزه‌هایی در باد تلایف مرتضی فرهادی، انتشارات علامه طباطبایی، و کتاب سنگ‌نگاره‌های ارسباران نوشته جلال‌الدین رفیع‌فر هستند. (نقوش صخره‌ای و پناهگاه‌های سنگی ایران، فصل‌نامه نشان، شماره بیست و دوم، صفحات ۲۷-۲۳/ ریاضی، محمد رضا و مینا توکلی)

بنابر پژوهش‌های انجام شده پس از کشف سنگ نگاره‌ها در نقاط مختلفی از ایران، قدمت این سنگ نگاره‌ها به دوران پارینه سنگی نسبت داده می‌شود و با انجام تحقیقات بیشتر این دوره بین سی تا چهل هزار سال پیش تخمین‌زده می‌شود.(نقوش صخره‌ای و پناهگاه‌های سنگی ایران، فصل‌نامه نشان، شماره بیست و دوم، صفحات ۲۷-۲۳/ ریاضی، محمد رضا و مینا توکلی)

درباره تخمین قدمت سنگ نگاره‌های دره‌نگاران و شیرپلنگان در ناحیه سراوان، مستندات چندانی یافت نشد اما در بروشورهایی که برای گردشگران توسط میراث فرهنگی این ناحیه چاپ شده است، از این بناها به عنوان "مهم‌ترین عمل فرهنگی انسان‌های عصر شکار یاد می‌شود که در سال ۱۳۸۲ در فهرست آثار ملی نیز به ثبت رسیده‌اند. در منبعی دیگر نیز آمده است: «به نظر می‌رسد، مهاجرانی در

اولین هزاره‌های پیش از میلاد به این سرزمین وارد شده و با بومیان آن بر سر تصاحب محل به جنگ و ستیز پرداخته و عاقبت بر آنها پیروز شده‌اند.» (بروشور گردشگری سراوان، ناشر سازمان میراث فرهنگی استان سیستان و بلوچستان، صفحه ۱۳۸۶/۱۲)

سراوان ۲۳۸۸۰ کیلومتر وسعت دارد به عبارتی ۱۵/۲ درصد از استان سیستان و بلوچستان را تشکیل می‌دهد. سراوان از شرق خود ۳۸۴ کیلومتر با کشور پاکستان مرز مشترک دارد. از آنجا که سراوان نخستین منطقه در ایران است که خورشید از آن طلوع می‌کند، آن را زادگاه خورشید ایران می‌نامند. روز برای مردمان این دیار بیش از یک ساعت زودتر از غربی‌ترین نقطه ایران آغاز می‌شود.

در ۷۰ کیلومتری شمال غرب سراوان و در ۳۶ کیلومتری روستای ناهوگ در بخش جالق، دره‌نگاران واقع شده است.

ناهوگ (Nahuge) روستایی سرسبز است که به خودی خود یک منبع غنی گردشگری محسوب می‌شود. مقبره‌های قدیمی، دو قلعه بزرگ و زیبای تاریخی، مسجد، آبشار و قناتی منحصر به فرد از دیدنی‌های این روستا هستند؛ البته به جز سنگ نگاره‌های دره‌نگاران. آبیاری مزارع سرسبز و پربار این روستا توسط قناتی قدیمی است که مرکز آن در دل یک نخلستان زیبا در حاشیه روستا واقع شده است. میزان آب جاری در قنات ۳۵۰ لیتر در ثانیه است و با جویبارهایی زیبا و تو در تو در کنار نخل‌های بلند نخلستان پیچ و تاب می‌خورد و به سمت مزارع و زمین‌های کشاورزی هدایت می‌شود. در ناهوگ همه چیز با گذشته پیوند خورده است. کشاورزان هنوز هم برای شخم‌زدن زمین‌های خود از گاوآهن استفاده می‌کنند. دیدن چنین منظره‌ای برای انسان‌های غرق در دود و ماشین هیجان‌انگیز است.

روستای ناهوگ یک راهنمای گردشگری دارد، آقای .... از کارمندان اداره میراث فرهنگی استان سیستان و بلوچستان که حضور ایشان برای بازدید از روستا و به ویژه سنگ نگاره‌ها بسیار سودمند است. وی با صبر و متانت و احترامی که در بیشتر مردم بلوچستان می‌دیدیم ، ما را راهنمایی کردند. برای بازدید از سنگ نگاره‌ها توصیه می‌شود، اگر شناخت کاملی از منطقه ندارید، با توجه به دورافتاده بودن آنها بهتر است از راهنمایان محلی و بومی بهره بگیرید.



دره نگاران در ۳۶ کیلومتری روستای ناهوگ واقع شده است. در انتهای دشتی موسوم به سردشت که برای رسیدن به آن باید این ۳۰ کیلومتر را در جاده‌ای خاکی رانندگی کرد. در این منطقه که از روستا بسیار خشک‌تر است، عشایری نیز در قالب خانوارهایی محدود در سیاه چادرهای خویش زندگی می‌کنند.

بیشتر نقوش یافت شده در سنگ نگاره‌های سراسر ایران صحنه‌هایی از شکار، حیواناتی همچون بزوحشی، قوچ و سایر چهارپایان را نشان می‌دهند، دره‌نگاران نیز از این قاعده مستثنی نیست و بیشتر نقوش شامل همین موضوعات است. صحنه شکار دسته جمعی، اشاره به سیارات و ستارگان همچون ماه و خورشید نیز در این نقوش مشهودند.

نقوشی مبهم نیز در میان این نقوش دیده می‌شوند که توصیف علمی و مستدل از آنها وجود ندارد. مانند نقش حیوانی که در آسمان بالای سرش شانزده دایره ستاره مانند در قالب چهار در چهار کشیده شده‌اند و در کنار آن دایره‌ای بزرگ‌تر مانند خورشید به چشم می‌خورد. یا نوعی شکل ستاره مانند که به صورت سه شاخه به هم متصل است.

نقوشی که بتوان آنها را به راحتی به جنسیت مونث و زنان نسبت داد، یافت نمی‌شود البته نقشی شبیه به صحنه زایمان یک زن نیز به چشم می‌خورد. در برخی از صحنه‌ها استفاده از ابزارهایی مانند کمان و شمشیر مشهود است که توسط آنها انسان به سوی حیوان دیگری حمله برده است. در کشیدن شاخ حیوانات در اغلب موارد اغراق شده بود. این اغراق گاهی در کشیدن دم برخی جانوران نیز یافت می‌شد.

از ابتدای دره‌نگاران نقوش شروع می‌شوند و تا اواخر دره یعنی جایی که دره به یک آبگیر با آب‌نمایی کوچک می‌رسد، ختم می‌شود. تمامی نقوش در ارتفاعی ترسیم شده‌اند که دسترسی به آن دشوار نیست. بیشتر در پهنه سنگ‌ها می‌توان این نقوش را ملاحظه کرد.

برای بازدید از دره‌نگاران بهتر است نیمی از یک روز را تا پیش از ظهر در نظر گرفت که هم از نظر نور عکاسی مناسب باشد و هم بتوان به موقع به شهر بازگشت. با توجه به اینکه سنگ نگاره‌های سراوان در چند دره دیگر نیز همچون دره شیر و پلنگان، دار ساوات و کوه الله اکبر یافت می‌شوند، توصیه می‌شود چنانچه برای بازدید از آنها نیز برنامه‌ای دارید با مسئولین میراث فرهنگی هماهنگی نمایید. ■

منابع:

۱۳۸۹، نقوش صخره‌ای و پناهگاه‌های سنگی ایران، فصل‌نامه نشان، شماره بیست و دوم، صفحات ۲۷-۲۳/ ریاضی، محمد رضا و مینا توکلی

۱۳۸۶، شهرستان سراوان، سازمان میراث فرهنگی و گردشگری استان سیستان و بلوچستان، مالک شجاعی، نسرین و علیرضا شه بخش

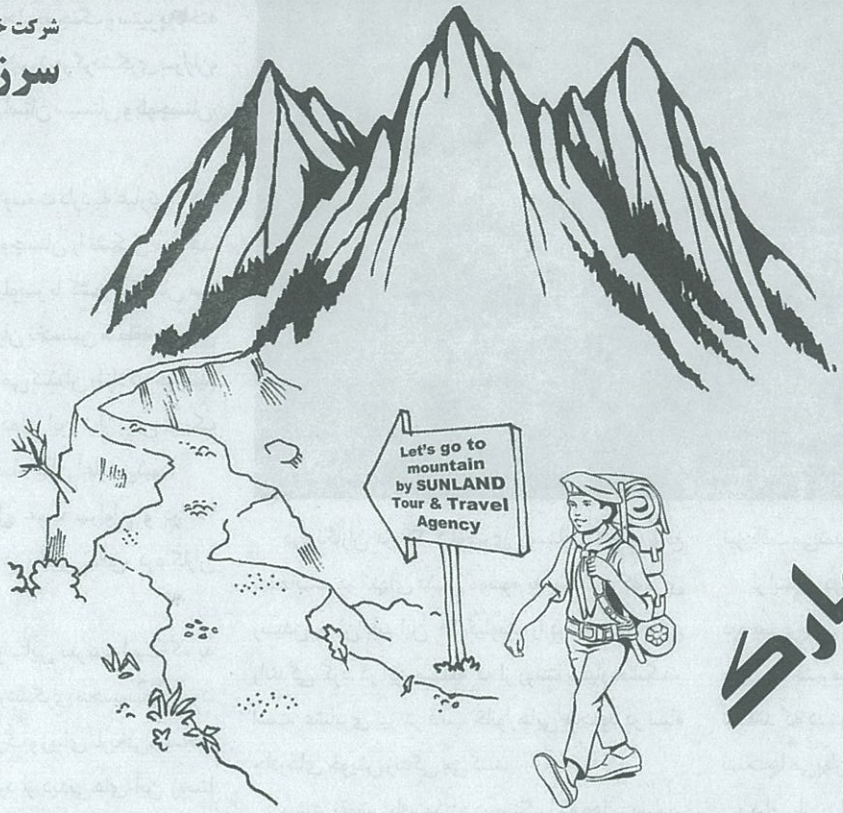
پایگاه اطلاع رسانی سازمان میراث فرهنگی استان سیستان و بلوچستان

http://www.chht-sb.ir/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=148&Itemid=164



شرکت خدمات مسافرتی و جهانگردی

سرزمین خورشید



سال نو مبارک

- هفتمین برنامه صعود به قله **لنین** ۷۱۳۵ متر
- چهارمین برنامه صعود به قله **خانتانگری** ۷۰۱۰ و قله **پوبدا** ۷۴۳۹ متر
- سومین برنامه صعود به قلل **کورژن وسکایا** ۷۱۰۵ متر و **سامانی** (کمونیزم) ۷۴۹۵ متر
- چهارمین برنامه صعود به قله **موستاق آتا** ۷۵۴۶ متر
- مجری برنامه های تراکینگ و اکسپدیشن در نپال، بیس کمپ اورست، آیلند پیک، مرا پیک و حلقه آناپورنا
- برنامه ریزی و انجام هماهنگی های صعود به قلل هشت هزار متری
- صعود به بام آفریقا **کلیمانجارو** ۵۸۹۵ متر در بهار، تابستان و پاییز
- مشاوره صعودهای برون مرزی و تمرین های آماده سازی تیم
- برگزاری تورهای ماجراجویانه ورزشی (رفتینگ، ماهیگیری، کویرنوردی، اسکی، جنگل نوردی و ...)

تلفن و فکس: ۶۶۲۰۴۴۴ - ۰۵۱۱ (۵ خط)
عمیدی ۰۹۱۵۵۰۲۴۵۹۹
رمضانپور ۰۹۱۵۱۸۹۲۰۴۷

www.sunlandtour.com
email: info@sunlandtour.com
sunlandtour@yahoo.com

دریاچه شورمست

جعفر سپهری*

همزمان با پرتوهای زرین خورشید جهان‌تاب که سپهر نیلگون را روشنایی می‌بخشد، ما نیز در دل کوهستان سترگ و خشن، وارد جاده ماز تو در توی افسانه‌ای فیروزکوه می‌شویم. قطرک‌های باران، در دمه‌ای پرنیانی، با ضرب‌آهنگ خود بر روی شیشه‌ها به ما خوش‌آمد می‌گویند. ناشتا را در جوار امامزاده اسماعیل(ع) فیروزکوه چاشت می‌کنیم با عطر دل‌انگیز ایمان. سپس در نزدیکی زیرآب می‌ایستیم ببینیم چگونه پیروزی اراده مهندسان ایرانی، جاده‌ای آهنین در سراچه دل این کوه تراشیده تا پل ورسک هر روز و شام گذرگاه اسب‌های پولادین غران باشد و ما محو تماشای آن در هوایی دل‌انگیز و با طروات دقایقی را سپری می‌کنیم. نام زیرآب از یک رود به نام ذبرو گرفته شده که به معنی آب روشن و روان است که از شیب تند ارتفاعات دنگالو در غرب شهر سرچشمه می‌گیرد. واژه زی یا زیو به معنی صاف و روشن و واژه رو به رودخانه گفته می‌شود.



جاده شورمست



پل ورسک

از پس آن به پل‌سفید می‌رسیم و اینک باید سرمست از سبزی چشم‌انداز بی‌مانند، ارتفاعات بیشه‌ای دامنه‌های البرزکوه، دل را به شوق فریبنده شورمست سپرد. جاده در پهنه فردوس‌سان جنگل به پایان می‌رسد. برای دیدار از دریاچه شورمست از مسیری با شیب تند بالا می‌رویم تا از لابه لای درختان تنومند توسکا با شاخه‌های در هم تنیده، دریاچه‌ای را به چشمان خود مهمان کنیم که چهره در امواج کشیده و به کرشمه و غمازی عاشقان طبیعت را به سوی آب شیرین و زلال خود پیش می‌خواند. چه زیبا هستند درختانی که با فروتنی قامت رعنای خود را به سوی آب زندگی‌بخش دریاچه پیش کشیده‌اند.

پهنه این دریاچه کمابیش بیضی‌گون، پانزده‌هزار متر مربع و میانگین ژرفای آن ۵ متر است. نه رودی به آن می‌ریزد و نه آبی از آن خارج می‌شود. این چشمه‌های زلال ژرفای دریاچه هستند که بی‌دریغ آب گوارای خود را به دل آن گسیل می‌دارند. غرب آن را جنگل و شمال آن را کشتزارها به زیبایی آرایش نموده‌اند. چشم‌انداز بی‌مانند این دریاچه، پیچیده در درختان تنومند و درهم تنیده توسکا، آن را به یکی از زیباترین مکان‌های دیدنی در نزدیکی تهران تبدیل نموده است. در نزدیکی روستاهایی همچون



جنگل در کنار دریاچه شورمست



دوخواهران دریاچه شورمست

شورمست، راستوپی و نوده.

پس از اطراق اعضای گروه در کنار دریاچه، به جنگل‌نوردی پرداختیم و پس از یک ساعت راه‌پیمایی به چشمه‌ای گوارا رسیدیم که دو درخت بسیار تناور همچون دو نگهبان



دریاچه شورمست



دریاچه شورمست

جان بر کف آن را در بر گرفته بودند. زیبایی و رویایی بودن دریاچه و قرار گرفتن آن در نزدیکی جاذبه‌های دیگر مانند تونل گدوک و پل ورسک، برج لاجیم، برج رسکت، برج باوند، خرابه‌های ساختمانی شاه‌کوه، غارهای کیجا کرک‌چال، دژ کنگلو، کرکلی دژ، دژ اولاد دیو، آبشار دراسله زیرآب، آبشار فصلی ورسک و غار اسپهبد خورشید به ارزندگی این منطقه می‌افزاید. درهم‌آمیختگی آب با درختان و کوه‌های پیرامون و بازتابش طبیعت فریبا در آب دریاچه، به ویژه در پاییز، جلوه‌ای بی‌مانند و ویژه به منطقه می‌بخشد.

ای کاش، ما قدر این چنین نعمت‌های والای خداوند پاک را بدانیم و خیره‌سرانه با زباله‌های خود آن را نیالاییم. ■



دریاچه شورمست



دریاچه شورمست

* مدرس دانشگاه جامع علمی کاربردی و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی ایران

قدرت و قوّت عضلات قسمت مرکزی بدن

مترجم : دکتر علیرضا بهپور

قدرت قسمت مرکزی بدن برای سنگ‌نوردی امری مهم و اساسی است. اگر تاکنون به فکر چنین مسأله‌ای نبوده‌اید، هم اکنون وقت شروع آن است. در مقاله پیش‌رو علت اهمیت آن و چگونگی انجام آن را شرح می‌دهیم.

قسمت مرکزی بدن چیست؟

قسمت مرکزی بدن مرکز ثقل و نقطه شروع هر حرکتی است. خیلی از افراد به غلط فکر می‌کنند که این قسمت فقط شامل عضلات شکمی است ولی در واقع شامل: قسمت پایینی ستون مهره‌ها، عضلات ناحیه لگن ،مفاصل ران و تمام عضلاتی است که به این نواحی می‌چسبند. به طور خلاصه این ترکیب را، مجموعه: کمری – لگنی – رانی (Lumbo –Pelvic–Hip complex (LPHC می‌نامند. در حدود ۳۰ عضله به این منطقه متصل هستند و به تثبیت ارتباط اجزاء آنها به همدیگر کمک می‌کنند. این قسمت مرکزی بدن با همراهی سایر قسمت‌ها ایجاد حرکت می‌کنند و یا سبب کاهش حرکت و تثبیت بدن در برابر نیروهای نامطلوب می‌شوند.

چرا تقویت عضلات قسمت مرکزی بدن برای سنگ‌نوردان اهمیت دارد؟

معمولاً سنگ‌نوردان تمرکز زیادی بر روی قدرت و نرمش قسمت فوقانی بدن دارند و به این قسمت مرکزی توجه چندانی نمی‌کنند. تمام قسمت‌های بدن ما زنجیروار به هم متصل است و هنگامی که یکی از حلقه‌های این زنجیر ضعیف باشد خود به خود قسمت‌های دیگر نیز تحت تاثیر قرار می‌گیرند. اگر قسمت مرکزی بدن شما ضعیف باشد ؛ چه درعبور از پرتگاه‌ها و چه در صعود از صخره ممکن است که ثبات لازم را نداشته باشید. این عدم ثبات و ناکارآیی زنجیره حرکتی می‌تواند سبب بدی عملکرد کلی و ناتوانی شود. عضلات قسمت مرکزی، ستون مهره‌ها را در حین صعود کنترل کرده و محافظت می‌کنند. اگر این عضلات به اندازه کافی قوی نباشند یا دچار عدم تعادل باشند؛ احتمال آسیب وجود دارد.

حرکت کلاسیک دست مخالف و پای مخالف را در نظر بگیرید. این حرکت بیشترین حرکت در بین حرکات سنگ‌نوردی است. در این حرکت شما هماهنگی بین عضلات حرکت دهنده و تثبیت کننده بدن خود را مشاهده می‌کنید. نمای کلی بدن در این وضعیت به شکل یک تسمه‌ای است که از دست یک طرف به پای طرف دیگر کشیده شده است. قدرت کلی در این وضعیت ثبات و حرکت شما را بر روی سنگ افزایش داده و خطر آسیب را نیز کاهش می‌دهد.

عقیده رایج و اشتباه در بین سنگ‌نوردان این است که هر چه حرکات دراز و نشست بیشتری انجام دهند در حرکات کششی و آویزان شدن بر روی سنگ (over hang) موفق‌تر هستند. در حالی که این تمرین فقط قسمت کوچکی از قسمت مرکزی را تقویت می‌کند. هنگامی که از صخره ای آویزان می‌شود باید از نوک انگشت دستی که از آن آویزان هستید تا شست پایی که رویش قرار دارید، در تمام طول بدن ؛ نیرو وارد نمایید. در این حرکت تمام عضلات راسته و مایل شکمی، عضلات پشتی و خیلی عضلات دیگر درگیر هستند. اگرهر کدام از این عضلات ضعیف باشند یا قوی‌تر از دیگران باشند، ثبات بدن به هم می‌خورد و عملکرد آن افت می‌نماید و در نهایت ستون مهره‌ها در معرض حرکت و فشار بیشتری قرار می‌گیرد.

درحرکات مختلف سنگ‌نوردی (مثل برقراری) اگر قسمت مرکزی بدن قوی نباشد و نتواند مانع فشار بیش از حد شود، نیروی زیادی به ستون فقرات وارد می‌شود که می‌تواند حتی منجر به مشکل دیسک کمر گردد.

به طور خلاصه ، یک مرکز بدن قوی و متعادل نه تنها سبب بهبود کارآیی و ثبات فرد در سنگ‌نوردی می‌شود بلکه از آسیب‌های احتمالی نیز جلوگیری می‌کند.

چگونه می‌توان این قسمت مرکزی را تقویت کرد ؟

روش‌های گوناگون تمرین برای این کار وجود دارد و بر اساس نیاز فرد و ضعف‌های مشاهده شده می‌توان از آنها استفاده نمود. اگر در معرض آسیبی قرار دارید و یا هم اکنون از آن رنج می‌برید حتماً باید در مورد روش تمرین خود با پزشک یا فیزیوتراپیست مشورت نمایید.عضلات قسمت مرکزی بدن را به دو دسته کلی تقسیم می‌کنیم:

ثبات دهنده‌ها Stabilizers

این عضلات بیشتر در عمق قرار دارند (مثل عضله افقی شکمی) انقباض وتمرینات این عضلات حرکت کمی را در ستون مهره‌ها ایجاد می‌کند.

حرکت دهنده‌ها Mobilizers

اینها عضلات بزرگ این ناحیه هستند (مثل عضله راسته شکمی، شش قسمتی وعضله مایل خارجی). فعالیت این عضلات سبب حرکت ستون فقرات می‌شود.

به طور تئوری هنگامی که ما راه می‌رویم، می‌دویم و یا سنگ‌نوردی می‌کنیم تا حدودی قسمت مرکزی را تقویت می‌کنیم (البته به شرطی که آسیبی وجود نداشته باشد). مشکل هنگامی آغاز می‌شود که عضلات ما نامتعادل باشند. یعنی گروهی از آنها قوی و گروهی دیگر ضعیف باشند. در اینجا احتمال اختلال عملکرد و آسیب وجود دارد. معمولاً وقتی که ما کار اشتباه را متوقف می‌کنیم خود به خود مکانیسم‌های صحیح شروع به کار می‌کنند. ولی همه ما در زمانی حرکات اشتباه انجام می‌دهیم و به همین دلیل نیاز به تمرینات اختصاصی برای تصحیح عملکرد خود داریم.

تمریناتی که به آن اشاره می‌شود برای کوه‌نوردانی است که سالم بوده و آسیب‌دیدگی جدی ندارند. این تمرینات می‌باید باشدت کم شروع شده و به تدریج به مرحله پیشرفته برسند. به نظر ما هر فردی می‌بایست با در نظر گرفتن نقاط ضعف خود چند تا از این تمرینات را در برنامه تمرینی خود بگنجاند. نکته مهم چگونگی وضعیت بدن در حین این تمرینات است. همیشه به خاطر داشته باشید که تمرینات خود را اگر چه با شدت

کمتر و یا در دفعات کمتر ولی به صورت صحیح انجام دهید تا اینکه همواره به دنبال شدت و دفعات بیشتری باشید ولی آنها را به صورت نادرست انجام دهید. تمرینات و حرکات مناسب، آمادگی بدنی مناسب را نیز به همراه می‌آورد و نیاز به تمرینات اضافی را بر طرف می‌سازد.

با در نظر گرفتن اینکه در طول هفته تمرین می‌کنید و در آخر هفته سنگ‌نوردی و صعود می‌کنید و به دنبال تمریناتی کوتاه و موثر هستید، باید نزد یک پزشک یا فیزیوتراپیست ورزشی رفته تا نیازهای شما را ارزیابی کرده و برنامه مناسب شما را تعیین نماید.

اگر بتوانید بر روی توپ مخصوص Physio ball تعادل خود را حفظ کنید و یا حرکت اسکات را به خوبی انجام دهید دلیل کافی برای قسمت مرکزی مناسب و قوی نیست. فقط انجام بعضی حرکات و عدم تمرکز بر روی HPC می‌تواند سبب آسیب بدنی شود. بیشتر آسیب‌های ستون مهره‌ها و بیرون زدگی دیسک کمر ناشی از ضربه نیست بلکه ناشی از فشارهای تکرار شونده بر مهره‌ها است.

قانون طلایی در تمرینات قسمت مرکزی بدن

پیش از شروع هر تمرینی باید بدانید که وضعیت طبیعی و خنثی neutral zone بدن شما کجاست.

تعریف: این وضعیت هنگامی است که تمام اجزای ستون مهره‌ها در تعامل مناسب بوده و به خوبی در کنار هم ردیف شده باشند. در این وضعیت ۳ قوس ستون مهره‌ها شکل طبیعی خود را داشته و به درستی به دنبال هم قرار گرفته باشند. این سه قوس عبارتند از: قوس گردنی، پشتی و کمری. در این وضعیت حداقل فشار به ستون مهره‌ها وارد می‌آید و نقطه شروع برای تمرینات نیز هست.

پیدا کردن وضعیت خنثی در ستون مهره‌ها:

بر روی پشت بخوابید و زانوهای خود را خم کنید. چند بار کمر خود را به زمین بچسبانید و سپس تا حد ممکن بالا بیاورید. چندبار این حرکت را تکرار کنید. در بین این دو حد و در وضعیتی که لگن شما صاف است و فشاری وارد نمی‌کنید وضعیت خنثی قرار دارد. این وضعیت یک نقطه خاص نیست بلکه یک ناحیه است و برای هر شخصی متفاوت است.

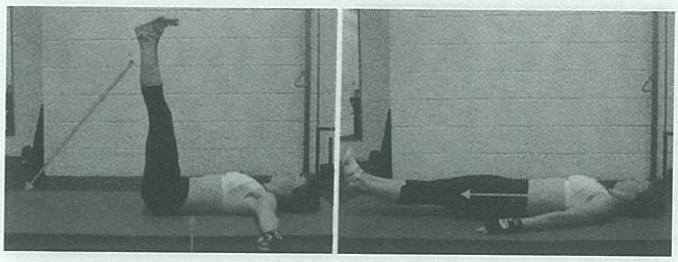
قانون طلایی در تمرینات شکمی، حفظ وضعیت خنثی در ستون فقرات است.

هنگام تمرینات خود نباید هیچ دردی را حس نمایید یا اینکه در روز بعد دچار گرفتگی عضلات شوید.

بیشتر تمرینات این بخش طوری در نظر گرفته شده که باید در وضعیت خنثی انجام گیرد. ولی هنگامی که مشغول صعود هستید دامنه زیادی از حرکات چرخشی، خم و راست و غیره را در ستون مهره‌های خود انجام می‌دهید. بنابراین قسمتی از تمرینات شما باید با حرکاتی خارج از وضعیت خنثی همراه شود.

تمرین شماره ۱ Double Leg Lowers:

به پشت بخوابید. هر دو پا را به صورت جفت بالا برده و عمود بر بدن و سطح زمین قرار دهید. سپس به تدریج آنها را پایین آورده تا به آرامی با زمین تماس یابند. هر دو پا در طول حرکت در کنار هم هستند و ستون مهره‌ها بایست در وضعیت خنثی نگاهداری شود. تنفس منظم اهمیت فراوان دارد. با انجام این حرکت خواهید دید که چگونه همه عضلات به سختی کار می‌کنند تا کنترل حرکت را داشته باشید. در ابتدا ممکن است شما



فقط بتوانید پاهای خود را تا نیمی از مسیر پایین بیاورید (۴۵ درجه). اگر مشکلی در کمر خود دارید پاها را فقط تا ۳۰ سانتی‌متری زمین پایین بیاورید. هر نوبت دو دوره ۵ تا ۱۰ حرکتی و در هفته ۲ تا ۳ بار این تمرین را انجام دهید.



تمرین شماره ۲ Single Leg Lowers:

اصول تمرین مثل تمرین اول است. به پشت خوابیده و ران‌ها به صورت عمود بر زمین قرار می‌گیرند ولی زانوها ۹۰ درجه خم است و ساق پا موازی زمین است. به طور متناوب پا را صاف کرده تا پاشنه به آرامی به زمین برسد. باید وضعیت خنثی را حفظ نمود. این تمرین عضلات شکمی را تقویت می‌کند و ثبات در برابر نیروهای چرخشی نیز تقویت می‌شود. هر نوبت دو دوره ۱۰ تا ۲۰ حرکتی ،۲ تا ۳ بار در هفته که به تدریج می‌تواند افزایش یابد. روش آسان‌تر: خم نگاهداشتن زانو و سعی در تماس پاشنه با زمین است که می‌تواند به عنوان مقدمه حرکت اصلی به کار برود.

تمرین شماره ۳: الوار Plank:

این تمرین برای تقویت کلی قسمت مرکزی بدن بسیار مفید است ولی انجام صحیح آن مشکل است.در هنگام انجام آن باید وضعیت مناسب بدن را در کنترل داشت.

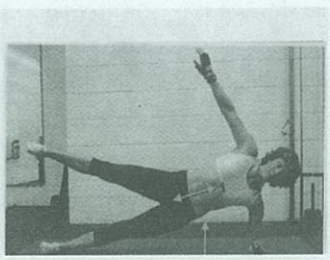
برای شروع رو به زمین ، آرنج‌ها را در حالت خمیده در زیر بدن و شانه‌های خود قرار دهید. ستون فقرات وضعیت خنثی دارد. بدن بر روی پنجه پاها و آرنج و ساعد دست‌ها تکیه دارد و قسمت سر و تنه و پاها به شکل یک الوار و تنه درخت یک تکه از زمین فاصله دارند. باید مراقب بود که باسن نه به بالا و نه به پایین حرکت نکند. اگر وضعیت بدن صحیح باشد به کمر و پشت شما فشار نمی‌آید.

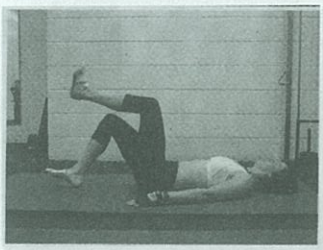
روش مشکل‌تر این تمرین:

تکیه بر روی یک آرنج و کنار یکی از کف پاها می‌باشد. یعنی صورت و تنه شما به سمت راست یا چپ نگاه می‌کند و کناره راست یا چپ بدن به طرف زمین است. برای سخت‌تر شدن تمرین می‌توان در این حالت کناری دست و پای سمت سقف را باز نمود. در ابتدا باید حدود ۱۰ ثانیه هر وضعیت را نگاه داشت و به تدریج به یک دقیقه رسید.

تمرین شماره ۴: برف پاک کن Windscreen Wipers:

در شروع وضعیت بدن مثل تمرین شماره ۱ است . سپس هر دو پا را به آرامی به سمت طرفین خم می‌کنیم بدون اینکه زانوها خم شوند و مفصل ران تغییر وضعیت دهد.





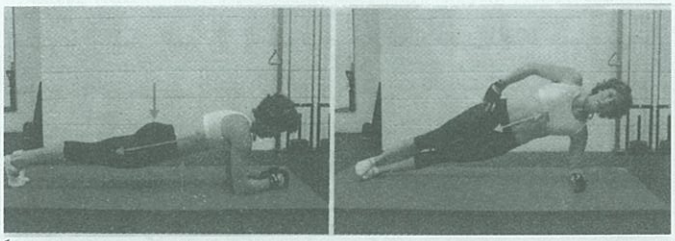
اگر فشار بر کمر شما زیاد است یا کنترل کافی ندارید، دامنه حرکت را کم کنید و به تدریج آن را افزایش دهید. این تمرین عضلات طرفی شکم را تقویت می‌کند. در روش ساده‌تر می‌توان زانوها را تا ۹۰ درجه خم کرد و سپس حرکت را انجام داد. این تمرین را باید ۳ بار در هفته و در هر نوبت دو دوره شامل ۶ تا ۸ حرکت انجام داد.

تمرین شماره ۶: سوپرمن Superman :

بر روی زمین زانو بزنید و کف دست‌ها را روی زمین قرار دهید. آرنج‌ها صاف هستند و ستون فقرات در وضعیت خنثی قرار دارد. شانه‌ها نیز کاملاً باز هستند. در همین وضعیت دست راست و پای چپ را باز کرده و آنها را موازی زمین می‌کنیم. سپس دست و پای دیگر را و به همین ترتیب ادامه می‌دهیم: ده بار در هر نوبت و دو بار در روز و ۳ بار در هفته.

تمرین با ابزار و وسایل بدن‌سازی:

در سالن‌های بدن‌سازی ابزارهای گوناگونی وجود دارد که هر کدام می‌توانند قسمتی



از عضلات قسمت مرکزی بدن را تقویت نمایند. استفاده از همه آنها مفید است ولی حتماً می‌بایست تحت نظارت مربی مناسب باشد و به صورت ترکیبی انجام شوند و از تمرین بیش از حد با یک دستگاه خاص خودداری کرد. همچنین وسایل دیگری هستند که می‌توان حرکات و تمرینات فوق را به صورت ترکیبی بر روی آنها انجام داد که رعایت نکات احتیاطی گفته شده الزامی است. به عنوان مثال می‌توان از میله بارفیکس نام برد که در حال آویزان بودن از آن می‌توان تمرینات شماره ۱ یا ۴ را انجام داد. در خاتمه مجدداً تاکید می‌شود که در هر دوره تمرینی تمرکز بر انجام صحیح حرکات باشد و از انجام حرکات اشتباه به هدف اینکه دفعات تمرین را به تعداد زیاد انجام دهید خودداری نمایید. همچنین دوره‌های استراحت بین تمرینات برای هر فرد باید به اندازه‌ای باشد تا بتواند دوره حرکتی بعدی را به درستی انجام دهد.■

ترجمه از مجله کلایمب: ماه می ۲۰۱۰ توسط: دکتر علیرضا بهپور ؛ کمیته پزشکی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی.



کوه‌پیمایی در منطقه پارس جنوبی

افشین مباشری

منطقه ویژه اقتصادی و انرژی پارس جنوبی (عسلویه) در ۲۷۰ کیلومتری شمال شرقی بندر بوشهر در استان بوشهر واقع شده است. این منطقه بین استان‌های فارس از جنوب، هرمزگان، از غرب و بوشهر از شمال شرقی واقع شده است. منطقه پارس جنوبی باریکه‌ای است بین کوه‌های زاگرس جنوبی و خلیج فارس در نزدیکی خلیج نایبند.

گرچه کوه‌های واقع در منطقه پارس جنوبی (عسلویه) خشک و بی‌آب و علف به نظر می‌رسند، اما می‌توان مناطق سرسبز و خوش آب و هوایی را در ورای آنها یافت. یکی از این مناطق، باغ و چشمه‌ای است در پشت کوهی که جاده گلوگاه ـ گله‌دار از آن می‌گذرد. از این مکان می‌توان برای کوه‌پیمایی و گردش استفاده نمود.

حدود نیم ساعت که از کمپ شیرینو (کمپ مسکونی کارکنان اقماری کار شرکت مجتمع گاز پارس جنوبی) به سمت شمال در حاشیه رودخانه فصلی پیاده‌وری کنیم، پس از گذشتن از پل‌های روی رودخانه (۳ پل)، به دره‌ای می‌رسیم که در ضلع غربی پاسگاه سابق نیروی انتظامی (گلوگاه) واقع شده است.

این دره به پشت‌کوهی امتداد می‌یابد که جاده گله‌دار (از شهرهای استان فارس) از آن می‌گذرد. مسیرحرکت را از سمت راست دره به سمت شمال ـ شمال شرقی ادامه می‌دهیم. پس از حدود نیم ساعت با گذر از کنار پرتگاه‌های که هنگام عبور باید بسیار با دقت از کنار آنها گذشت با سرازیر شدن به سمت پایین به چشمه‌هایی می‌رسیم که در تمام طول سال آب دارند.

این چشمه‌ها چون در تمام طول سال آب دارند پر از ماهی‌های کوچکی هستند که با جنب و جوش به هر طرف شنا می‌کنند. هر چقدر بالاتر برویم شاهد چشمه‌های دیگر با حجم آب بیشتری خواهیم بود. بالاتر به حوضچه‌ای می‌رسیم که به دلیل تنگ بودن دره و بلند بودن تخته سنگ‌ها عبور از آن سخت به نظر می‌رسد. در کنار این حوضچه در دیواره کوه سوراخ‌هایی برای عبور آب وجود دارند که به علت تغییر مسیر آب خشک هستند و می‌توان از آنها برای عبور استفاده کرد. با گذر از این قسمت به بزرگ‌ترین حوضچه می‌رسیم. این حوضچه توسط آبی که به صورت آبشار از ارتفاع چهار یا پنج متری درون آن می‌ریزد تغذیه می‌گردد که در نوع خود دیدنی است. این حوضچه در حدود ۵۰ متر مربع مساحت دارد و عمق آن نیز در عمیق‌ترین قسمت به حدود پنج متر می‌رسد. شناکردن در آن نیازمند آشنایی کامل با فن شناست. برای رسیدن به قسمت‌های بالاتر به ویژه باغ میوه دو راه وجود دارد. در سمت چپ حوضچه راهی است با احتیاط برای رسیدن به بالای آبشار می‌توان از آن استفاده نمود. راه دیگر همان راهی است که قبلا توضیح داده شد با استفاده از سوراخی که در دیواره کوه وجود دارد. این راه کم‌خطرتر است.

پس از رسیدن به بالای آبشار خرابه‌های به جا مانده از یک سد قدیمی را می‌توان دید که در کنار آبی جاری قرار گرفته است. قطر دیواره این سد به حدود یک متر می‌رسد. با گذشتن از آن به ابتدای باغی می‌رسیم که بی‌هیچ دیوار و حصاری در دل دره‌ای سرسبز واقع شده است. درختان متنوعی مانند مو، لیمو، انار، نخل، موز، نارنج، کنار (سدر) و... در آن باغ به چشم می‌خورند. در کنار این باغ مزرعه کوچکی قرار دارد که در آن به تناسب فصل به کشت پیاز، گوجه فرنگی، بادمجان و... می‌پردازند. باغ را که پشت سر گذاریم به حوضچه‌ای می‌رسیم که کمی از حوضچه قبلی کوچک‌تر است و در کنار آن می‌توان استراحت نمود. دره‌آی که باغ در آن قرار گرفته در اسفندماه پر از گل‌های زیبا و متنوعی است که دیدن آنها چشم هر بیننده‌ای را می‌نوازد. گل‌هایی مانند شقایق که عمرشان در آن ناحیه کوتاه است. در دیگر فصول می‌توان گل‌های دیگری را نیز شاهد بود. از این نقطه به بعد، دره به سمت شمال شرقی ادامه پیدا می‌کند که می‌توان برنامه کوه‌پیمایی را به آن سمت ادامه داد. کوه‌پیمایی را باید طوری برنامه‌ریزی کرد که هنگام بازگشت به تاریکی برنخوریم. مسیرهایی که خطرناک به نظر می‌رسند را باید بدون عجله و با احتیاط پیمود. بهتر است آب آشامیدنی به همراه داشته باشیم تا در طول مسیر از آن استفاده نماییم. هنگام بازگشت و برای رسیدن به حوضچه بزرگ، حتما مسیر سمت چپ که راحت‌تر و کم‌خطرتر است را انتخاب کنید. برای انجام یک کوه‌پیمایی لذت‌بخش حتما از کفش مناسب کوه پیمایی استفاده کنید. داشتن لوازمی مانند کوله پشتی، کلاه آفتابگیر، عینک آفتابی و... به هر چه بهتر برگزار کردن این برنامه کمک می‌کند. بهتر است مقداری مواد خوراکی و لوازم تهیه چای نیز به همراه داشته باشید. انتخاب همراهان و هم‌نوردان مناسب، این برنامه را لذت‌بخش‌تر می‌نماید.

برای رفتن به این منطقه راه‌های گوناگونی وجود دارد:

۱. از راه فرودگاه:

ابتدا به سمت فرودگاه خلیج فارس در منطقه پارس جنوبی (عسلویه) رفته و سپس مسیر شهرستان کنگان در استان بوشهر را تا سه راهی عسلویه ـ کنگان ـ گله‌دار (گلوگاه) ادامه می‌دهیم.

مسیر دیگر از راه فرودگاه توحید شهرستان جم می‌باشد. از فرودگاه به سمت عسلویه حرکت کرده و پس از رسیدن به سه راهی عسلویه ـ کنگان ـ گله‌دار (گلوگاه) پیاده‌روی آغاز می‌شود.

۲. از راه جاده:

از شیراز به سمت شهرستان فیروزآباد و سپس شهرستان جم در استان بوشهر ادامه مسیر داده و سپس مانند قبل عمل می‌نماییم.

از بندر بوشهر به سمت عسلویه حرکت کرده و در سه راهی عسلویه ـ کنگان ـ گله‌دار به کوه‌پیمایی می‌پردازیم.

از بندرهای لنگه یا عباس به سمت عسلویه حرکت کرده و پس از عسلویه در سه راهی عسلویه ـ کنگان ـ گله‌دار به کوه‌پیمایی می‌پردازیم.■



غار سنگی طاق فرامرز

جاوید هیربد

در جاده فیروزکوه به سمت ساری بعد از ورسک در منطقه دوآب مابین غار اسپهبد خورشید و کیجاکچال در ارتفاعات بلند سمت راست جاده در دل صخره‌ها بقایای دژی از دوران باستان با نام محلی طاق فرامرز قابل رویت است.

این دژ که در داخل یک طاقچه بزرگ صخره‌ای در ارتفاع ۶۰ تا ۷۰ متری از سطح زمین و حدودا ۱۵۰ متری از قله کوه قرار دارد شامل چهار اطاق در حداقل دو طبقه بر روی هم است. ایجاد این بنا در چنین ارتفاعی از شاهکارهای معماری آن دوران بوده است.

اتاق‌های این بنا که به مرور زمان و احتمالاً بر اثر زمین‌لرزه بر روی هم خراب شده است، دارای ابعاد ۵/۵۰ متر طول و عرض ۳/۹۰ تا ۴/۵۰ که با دیوارهایی به عرض ۵۰ سانتیمتر از یکدیگر جدا شده‌اند. در بالای اتاق‌ها و تقریبا زیر طاق غار آثار ستون‌های افقی و حتی تعدادی ستون‌های چوبی باقی‌مانده در خاک حکایت از استحکام و معماری آن زمان دارد. روکش دیوارها از دو لایه تشکیل شده است. یک لایه گچ و خاک و لایه دوم شبیه گچ‌کاری دیوارها در ساختمان‌های امروزی است. شاید ایجاد چنین بنایی در آن دوران از موارد شاخص بوده است. به هر حال وجود بعضی از نشانه‌ها در صخره‌های پایین غار احتمال به کار بردن داربست چوبی برای ساخت این بنا را افزایش می‌دهد که نیازمند پژوهش‌های باستان‌شناسی توسط متخصصان است.

در شهریور ماه ۱۳۸۹ اینجانب (نگارنده) به اتفاق آقایان گودرز ناطق، هادی ناطق و محمد تیموری تصمیم به گشایش مسیر بر روی دیواره سنگی این غار و بازدید از آن گرفتیم و پس از بررسی منطقه با برگزاری برنامه‌های شناسایی طی ۳ روز تلاش سخت و پیگیر موفق به گشایش ۷۰ متر مسیر با درجه سختی بالا بر روی دیواره عمودی و شیب منفی این غار شدیم. مسیر صعود در بعضی از قسمت‌ها به صورت طبیعی و در اکثر قسمت‌ها به علت ریزشی بودن سنگ‌ها به صورت مصنوعی انجام گرفت.

مسیر از ابتدا تا انتها رول کوبی شده و دارای یک کارگاه در میانی (۴۰ متری) بر روی یک طاقچه خوب و مناسب می‌باشد. همچنین در پایان مسیر قبل از ورود به دهانه غار (۶۰ متری) کارگاه دیگری آماده نموده و جهت ایمن سازی مسیر فرود در داخل دهانه غار نیز یک کارگاه ایمن نصب گردیده است. شایان توجه است آوارهای ناشی از بنای تخریب شده حرکت در مسیر را خطرناک نموده و احتمال ریزش سنگ وجود دارد.



به منظور بازدید از این غار دژ بعد از وارد شدن به منطقه دو آب در جاده فیروزکوه و پارک ماشین در ده «پیت سرا»، با حدود ۳ ساعت کوه‌نوردی و عبور از شیب‌های تند و البته با صعود توسط ابزار در شیب‌های ۷۰ تا ۸۰ درجه به پای دیواره اصلی غار خواهید رسید. مسیر صعود دارای یک دهلیز ۸۰ متری جنگلی صخره‌ای دارای شیب ۷۰ درجه است که با توجه به ریزشی بودن سنگ‌ها بهتر است با ابزارگذاری صعود گردد. به احتمال زیاد این مسیر بهترین و راحت‌ترین مسیر صعود است زیرا دهلیزها و سنگ‌های اطراف همگی ریزشی و صعب‌العبور هستند. به همین دلیل فرود از این منطقه نیز از همین مسیر می‌باشد. در مسیر یک درختچه به عنوان کارگاه وجود دارد و کارگاه ثابتی جهت فرود نفرات در بالای دهلیز ایجاد گردیده است.

محیط پایین دیواره اصلی غار جنگلی و پوشیده از صخره‌های بسیار مرتفع است که رسیدن به آن را مشکل و خطرناک ساخته و این موضوع بیننده را شگفت‌زده می‌سازد که چگونه در زمان‌های گذشته برای ساخت چنین بناهایی اقدام شده است و امروزه چگونه آثار این بناها در حال از بین رفتن است.

در پایان از کلیه نفرات شرکت‌کننده در برنامه گشایش مسیر که چه از لحاظ مالی و چه از لحاظ فنی در شکل‌گیری برنامه نقش داشته‌اند تشکر نموده و همچنین از مهمان‌نوازی اهالی خوب و محترم پیت سرا و آقای شیرزاد مسول شورای اسلامی محل قدردانی می‌نمایم.

نکات قابل توجه در اجرای برنامه:

۱- دسترسی به آب آشامیدنی در منطقه وجود ندارد.

۲- اجرای برنامه کاملا فنی و احتیاج به تجربه و تخصص بالای سنگ‌نوردی دارد.

۳- اجرای برنامه به حداقل ۲ روز و یک شب‌مانی نیاز دارد (پیشنهاد نویسنده).

۴- به علت تغییرات آب و هوایی و جنس سنگ‌ها احتمال ریزش سنگ زیاد بوده و استفاده از کلاه ایمنی و ارزیابی مسیر صعود توسط گروه الزامی است.

۵- به علت بکر بودن محیط زیست منطقه، حیوانات جنگلی مانند گربه وحشی سکنا داشته و پرندگان در این محیط لانه‌سازی نموده‌اند حتما از نزدیک شدن به محل سکونت آنها خودداری کنید.■

شرکت کوه نوردی هرم تبریز

با ۳۷ سال سابقه کوه نوردی

در سال ۱۳۹۰ برگزار می نماید

صعـــود به قلل مختلف کشور ترکیه

✓ قلـه کاج کار

✓ قلـه ارجیس

و

✓ قلـه سیپهان

✓ قلـه آرارات

کشور آذربایجان
✓ قله شاه داغی
۸ روزه

کشور ارمنستان
✓ قله آراگاس
۶ روزه

کشور روسیه
✓ قله البروس
۱۱ روزه

کشور گرجستان
✓ قله کازبک
۹ روزه

مراکز ارتباطی ما :

مسئول فنی: ۰۹۱۴۳۱۷۹۴۲۲ تلفاکس دفتر مرکزی: ۰۴۱۱-۴۷۷۰۳۶۸ مدیریت :۰۹۱۴۳۱۷۶۲۵۴

۰۳۱۱-۲۳۶۰۷۵۲ ۰۵۶۱-۴۴۳۲۱۶۳

نمایندگان شرکت:

۰۹۱۳۱۰۸۱۰۴۴ (خلیفه سلطانی) ۰۹۱۳۳۹۳۷۵۲۵ (سلمانی) ۰۹۱۱۱۹۴۷۶۴۲ (اسماعیلی)

۰۹۱۷۳۷۴۸۳۶۸ (رضائی) ۰۹۱۵۱۶۱۳۷۱۸ (لاری)

۰۹۱۴۹۱۵۴۷۴۴ - ۰۰۳۷۴۹۱۳۳۰۷۹۱ (رضا باقری)

آدرس دفتر مرکزی: تبریز-خیابان شریعتی جنوبی-اول خیابان پاستورقدیم-کوچه سینا پلاک ۸

فرود و شناسایی دره مرکزی تل‌انبار

گزارش : باشگاه کوه‌نوردی آفاق (گرگان)، عباس اربابی

اگر در شهر گرگان نگاهی به سمت جنوب داشته باشیم، رشته کوهی کمانی شکل در وسعت دیدمان قرار می‌گیرد که شهر را در آغوش گرفته است.

بلندترین قله این رشته کوه به ارتفاع ۳۰۸۰ متر تل‌انبار نام دارد. این رشته کوه یکی از منابع اصلی تامین آب شهر گرگان محسوب شده و دارای دره‌های زیبا و متعددی است که انتهای این دره‌ها به آبشار دوقلوی زیارت ختم می‌شود.

هروقت که به قله تل‌انبار صعود می‌کردیم، دره مرکزی آن در سمت چپ مسیرمان با جلوه‌ای خاص کنجکاوی ما را برمی‌انگیخت، ذهن کنجکاو و جستجوگرمان هربار بیشتر از بار قبل ما را به سوی ناشناخته‌های این دره بکر سوق می‌داد. در اردیبهشت ماه هشتاد و پنج بخشی از دره را پیمودیم که به علت کمبود وقت موفق به پیمایش کامل آن نشدیم. مجددا در یک برنامه دو روزه تصمیم به پیمایش کامل دره گرفتیم.



پنج‌شنبه سیزدهم تیرماه ساعت چهار و سی دقیقه بامداد شهر گرگان را که در خواب صبحگاهی بود با ماشین سواری به سمت روستای زیارت ترک کردیم. این روستا در هفده کیلومتری جنوب گرگان واقع شده و دارای پتانسیل بالایی جهت گردشگری است؛ که متاسفانه مانند نقاطی دیگر از کشورمان نادیده گرفته شده و تنها ویلاسازان زیاده‌خواه پای‌شان به آنجا باز شده است، از زیارت به سمت دوراهی آبشار جاده‌ای خاکی وجود دارد که می‌توان آن را هم با ماشین طی کرد. ساعت پنج بامداد دوراهی آبشار از ماشین پیاده می‌شویم. برای رسیدن به ابتدای دره دو مسیر وجود دارد. که از هر دو مسیر می‌توان قله تل‌انبار را صعود کرد، مسیر چشمه «شهر بت» و مسیر «چمازچال».

تیم ما مسیر چشمه «شهر بت» را انتخاب می‌کند. حرکت را از بین زمین‌های کشاورزی شروع می‌کنیم. راه کاملا پاکوب است در حقیقت این راه در قدیم محل تردد اهالی روستای چهارباغ و شاهکوه به زیارت و نهایتا گرگان بوده است. بعد از رسیدن به چشمه «شهر بت» استراحت کوتاهی کرده آب برمی‌داریم و حرکت می‌کنیم. مقصد بعدی ما محلی است به نام سیاهخانی در ارتفاع ۲۳۰۰ متر که در حقیقت چشمه‌ای است در انتهای یک مرتع جنگلی. ساعت هشت صبح به سیاهخانی می‌رسیم بعد از صرف صبحانه، آب مورد نیاز روزمان را برمی‌داریم. بعد از ساعتی استراحت آماده حرکت می‌شویم. سمت راست چشمه مسیر مشخص و پاکوبی نمایان است که کوه‌نوردان برای صعود قله از آن استفاده می‌کنند، ما از سمت چپ چشمه که کوره راهی باریک است حرکت خود را به سمت شرق ادامه داده و بعد از چند دقیقه به مرتع کوچکی می‌رسیم. که بعد از آن راه مشخصی وجود ندارد. بعد از گذشت بیست دقیقه به اولین دره می‌رسیم. از آن عبور کرده و بعد از ۱۵ دقیقه به دومین دره که دره مورد نظر ماست، می‌رسیم. اگر به بالا نگاه کنیم قله تل‌انبار دیده می‌شود و ما دقیقا زیر آن قرار داریم. این همان کاسه‌ای است که از آن سه دره منشعب می‌شود، هدف ما دومین دره است. دره‌ای با شیب تند و پر آب که ابتدا خشک و بی آب به نظر می‌رسد. به سمت پایین سرازیر

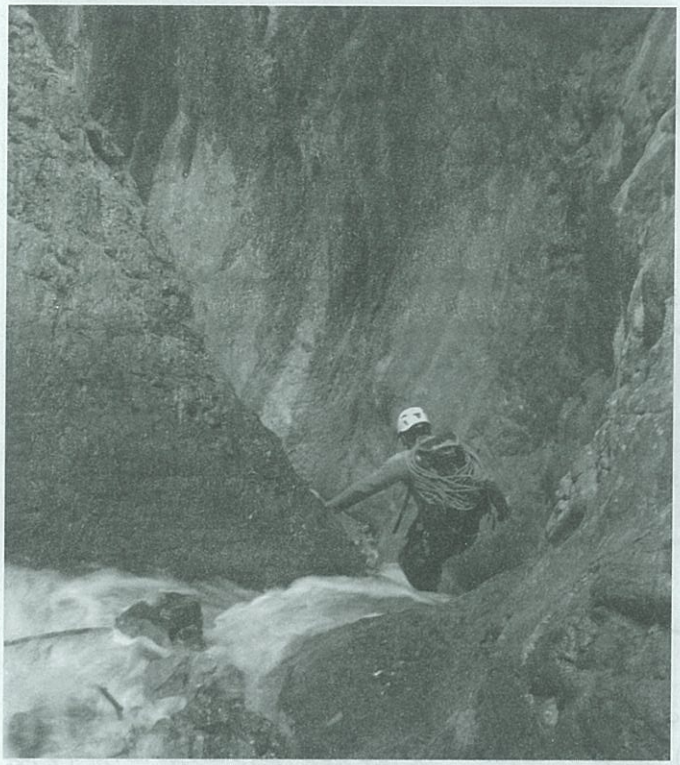
می‌شویم، کم کم آب هویدا می‌شود. به بالای اولین آبشار می‌رسیم. تمام دره قابل رویت است در اینجا همه‌چیز عظمت خالق بزرگ را فریاد می‌زند. در اولین نگاه محسور زیبایی‌های محیط می‌شویم و هیجان سراسر وجودمان را فرا می‌گیرد. چند دقیقه‌ای را صرف آماده شدن و پوشیدن هارنس‌هایمان می‌کنیم. ساعت ده صبح را نشان می‌دهد که آماده اولین فرود می‌شویم. ارتفاع آبشار را سی و پنج متر تخمین می‌زنیم و با استفاده از یک درخت کارگاه را آماده می‌کنیم و طناب فرود را می‌ریزیم. پس از گذشتن از هشت آبشار بین سه تا چهل متر به محوطه نسبتا بزرگی می‌رسیم. اینجا محل تلاقی سه دره اصلی است که هرکدام با یک آبشار به هم می‌پیوندد، منظره فوق‌العاده زیبایی است. بعد از کمی استراحت و لذت بردن از این همه زیبایی حرکت می‌کنیم. ساعت پنج بعدازظهر پس از گذشت هفت ساعت از اولین فرودمان و پشت‌سر گذاشتن بیست و پنج آبشار که نه آبشار آن را به کمک‌افزار فنی فرود رفته‌ایم، به محل مناسبی برای شب‌مانی می‌رسیم، نام این محل «صندوق پست» است.

آتشی روشن کرده و مشغول خشک کردن لباس‌های خیس‌مان می‌شویم تا سرما را از خود دور نگه داریم. شامی مختصر و به دنبال آن استراحت می‌تواند فردای دلنشین‌تری را به ارمغان آورد. ساعت هفت صبح از خواب بیدار می‌شویم بعد از خوردن صبحانه و جمع و جور کردن لوازم در ساعت هشت و سی دقیقه حرکت می‌کنیم. بعد از چند دقیقه حرکت دوباره آبشارها نمایان می‌شوند بعد از اولین فرود دیگر راه برگشتی نیست و باید مسیر را ادامه داد. رودخانه با دیواره‌های بلند احاطه شده و همچون کانالی آب خروشان و کف‌آلود پایین می‌رود، در این قسمت از مسیر دیگر درختی برای برپایی گارگاه نیست ترجیحاً از شکاف دیواره برای کارگاه زدن استفاده می‌کنیم و برای فرود از یک آبشار هفت متری مجبور به رول‌کوبی می‌شویم.

ساعت یک بعدازظهر با وجود آنکه هواشناسی هوای چند روز آینده را خوب اعلام کرده است، رو به خرابی می‌گذارد. دره از مه پر می‌شود و این به نگرانی ما می‌افزاید. ولی چاره‌ای جز ادامه مسیر نداریم. دیواره رودخانه به قدری به هم نزدیک شده که قسمتی از آن را به صورت پاگستر عبور می‌کنیم.

کم کم، نم نم باران شروع به باریدن می‌کند. برای سرعت بخشیدن به حرکت‌مان آبشارهای کوچک را بدون حمایت طناب عبور می‌کنیم. در هنگام پریدن از یک آبشار یکی از نفرات تعادلش به هم می‌خورد و از ناحیه کف دست مجروح می‌شود. بیست دقیقه را برای پانسمان دستش توقف می‌کنیم. اینجا مه، باران، جنگل، آبشار، دیواره و همه همه دست به دست هم داده‌اند تا خاطراتی فراموش نشدنی را رقم بزنند. کم کم احساس می‌کنیم به پایان مسیر نزدیک می‌شویم این قسمت برای‌مان آشنا است، فرودی سی متری بر روی صخره‌ای پوشیده از خزه، با این فرود و وارد شدن به دره سمت راست عبور از آبشاری کوچک آخرین آبشار نمایان می‌شود.

از بالای آبشار افراد زیادی را می‌بینیم که با وجود باران برای دیدن آبشار دوقلوی زیارت آمده‌اند. ساعت شش بعدازظهر کارمان را با یک فرود بیست متری که به محوطه آبشار زیارت ختم می‌شود، پایان می‌دهیم. کاملاً خیس و کثیف



شده‌ایم، ولی خوشحالیم!

این دره تشکیل شده از پنجاه و سه آبشار دو الی چهل متری که بیست آبشار آن بالای ۱۰ متر ارتفاع دارند. تیم ما ۲۵ آبشار را با حمایت طناب عبور کرد و ۲۸ آبشار را بدون حمایت طناب.

نکاتی که برای پیمایش این دره باید در نظر داشت.

۱ – برای پیمایش کامل دره به دو روز وقت نیاز است.

۲ – فصل مناسب اجرای برنامه از اول تیرماه تا نیمه اول شهریورماه است.

۳ – به همراه داشتن دو حلقه طناب پنجاه متری و یک طنابچه بیست متری ضروری است.

۴ – داشتن ابزار کارگاه‌زدن.

۵ – اطلاع کامل از وضعیت جوی منطقه.

۶ – آشنایی کامل نفرات به فرود.

۷ – داشتن جعبه کمک‌های اولیه.

۸ – آشنایی حداقل دو نفر از اعضای تیم به سیستم بالاکشی مصدوم از روی طناب.

۹ – ضد آب کردن تجهیزات داخل کوله‌پشتی.

باید توجه داشت جز چند نقطه از مسیر راهی برای بازگشت نیست و باید مسیر را ادامه داد.

در آخر از کلیه تیم‌هایی که قصد گذر از این دره را دارند تقاضا می‌شود نظافت منطقه را رعایت نمایند.

نفرات شرکت‌کننده : عباس اربابی (سرپرست تیم). موسی دلپسند. قاسم دیانی. محمدرضا لطفی. مرتضی قربانی. مصطفی شاهینی.■

عبور از خط‌الرأس «زردکوه»

گزارش: محمد جلالی

مقدمه:
موقعیت جغرافیایی: رشته کوه زردکوه یا به عبارتی زرده در حدفاصل دو رودخانه بزرگ کوهرنگ و بازفت در استان چهار محال و بختیاری قرار دارد. جهت این رشته‌کوه از شمال غربی به سمت جنوب شرقی هم آهنگ با حرکت کلی ساختار زاگرس است. در نواحی شرقی این رشته کوه بخش‌های چلگرد و اردل و در نواحی غربی آن آبادی‌های ییلاقی جنگل بازفت قرار دارد.

بررسی توپوگرافی: قله‌های مرتفع رشته‌کوه زردکوه در میان یخچال‌ها و خط الراس‌های وسیعی قرار دارند که از هرسو قله‌های مهمی چون چری، خرسون، نازی، چهار بوم، دورنگ، شورنگ، درویش کزلی، گویی چر، کئو، گینه شه، کلونچین، خرسان، جفت زرده، شاه شهیدان، آب سفید، ایلوک، سردان، هفت تنان و ... را دربر گرفته‌اند.

سراسر جناح غربی این رشته‌کوه را دیواره‌ها و دره‌های عمیق فراگرفته و بر روی یال‌های منشعب از قله‌ها ندرتا می‌توان قله‌ای فرعی مشاهده نمود.

ویژگی‌های خاص:

از جمله زیبایی‌های این منطقه می‌توان به گیاهان غالب که نوعی گلپر وگون است اشاره نمود. همچنین از مهم‌ترین ویژگی‌های زردکوه،یخچال‌های آب سفید، خرسان، پورسانان، ایلوک می‌باشد، چشمه بزرگ کوهرنگ در زیر قله آب سفید و جنگل‌های تک درخت بازفت از دیگر شاخص‌های زرد کوه است.

در جای جای دشت‌های پیرامون زرد کوه عشایر بختیاری چادرهای خود را برافراشته و دام‌هایشان به چرا مشغولند. هوا در این منطقه کمی گرم است ولی از سرسبزی و طراوت خاصی هم برخوردار است. از دیگر ویژگی‌های زرد کوه : صخره‌های موازی، رودهای پر آب، شیب های تند،آسمان پر ستاره و غیره ... است.

سه جانپناه در دامنه‌های قله‌های، خرسان، شاه شهیدان، هفت تنان وجود دارد.

گزارش برنامه صعود خط الراس زردکوه بختیاری تیرماه ۸۹

پس از تمرین روی قله‌های : "شاه البرز"- "دماوند"- "کلونچین (زردکوه)"- "سوزنی‌های مهرجمال (اشترانکوه)" و "قله خفر (دنا)" آماده پیمودن "خط الراس زردکوه" می‌شویم. بعد از صحبت تلفنی با آقای ابراهیم بابایی و بهره‌گیری از رهنمون‌ها و تجربیات ایشان (بار سبک - رفیق راه) در تاریخ پنج شنبه ۸۹/۴/۲۴ ساعت ۴ صبح با وسیله نقلیه دوست خوبمان آقای بهمن اخوتیان از اراک به طرف "کوهرنگ" حرکت می‌کنیم. پس از گذر از شهر "کوهرنگ"(چلگرد) جاده شهر "فارسان" را در پیش گرفته و پس از رسیدن به دو راهی "دوآب صمصامی، فارسان" مسیر سمت راست را به طرف "دوآب صمصامی" ادامه می‌دهیم روی "گردنه چری" به ارتفاع ۲۸۴۱ متر در ساعت ۱۱/۵ صبح از اتومبیل پیاده شده و پس از برداشتن کوله‌ها و وداع با دوستان حرکت را آغاز می‌کنیم. پس از طی مسافتی روی "خط الراس" قله "چری" به ارتفاع ۳۶۴۰ متر را صعود کرده و در ادامه خط الراس قله "اسپیون" و ۷ قله بدون نام دیگر را صعود می‌کنیم. ساعت ۸/۵ شب زیر یال شرقی قله "اسپیون" استراحت می‌کنیم. برای برداشتن آب از برف‌چال در حال ذوب که گله‌دارها کنار و زیر آن را سنگچین کرده‌اند پایین می‌رویم. صبح "گردنه لاسوز" را پایین و بالا رفته و قله صخره‌ای "خرسون" را طی می‌کنیم. نزدیک ظهر روی گردنه بین قله‌های "خرسون و نازی" به ارتفاع ۳۴۸۵ متر کمی استراحت کرده و پس از ناهار صعود را دوباره از "قله نازی" به ارتفاع ۴۰۰۰ متر شروع می‌کنیم و روی "خط الراس" که به شکل نعل اسب است به طرف غرب دور می‌زنیم، با چندبار بالا و پایین رفتن روی گردنه‌های کوچک و بعد مسافت زیاد قله‌های برگلون و سرشط نازی و قله "شورنگ" که ۴۰۶۰ متر ارتفاع دارد را صعود می‌کنیم. تمام آبریزهای این قسمت از زردکوه به طرف "شهریاری- چمن گلی" و "دوآب صمصامی" می‌باشد. پس از حرکتی دوباره به قله "دورنگ" رسیده و به عکاسی و فیلمبرداری می‌پردازیم ۱۰ دقیقه بعد شب دوم را در ارتفاع بالای ۴۰۰۰ متر، و پایین یک قله پس از "دورنگ" می‌گذرانیم. روبه روی ما در آن طرف "دره قله‌های چهاربوم" و "درویش کزلی" قرار دارد و در فاصله بین این دو قله یخچال بزرگ دورنگ که فعال است دیده می‌شود. صبح حرکت را آغاز می‌کنیم و چند قله بدون نام دیگر را طی می‌کنیم. در گردنه‌ای زیر "قله گویی‌چر" ارتفاع کم کرده و سپس قله "گویی چر" یا (گاوچر) به ارتفاع ۳۹۴۷ متر و سپس قله دیگری که از بقیه شاخص‌تر است به ارتفاع ۳۸۸۶ متر را صعود می‌کنیم. حدود ساعت ۱۲ ظهر به "گردنه سم کله" به ارتفاع ۳۵۷۰ متر می‌رسیم. این گردنه سنگی و پرشیب که اسمش واقعا صحیح است با پوشش گل‌های زرد ریز و زنبورهای فراوان عسل، بسیار زیباست. از گردنه سم کله به صعود قله "گینه شه" به ارتفاع ۴۰۴۰ متر می‌پردازیم مسیر پر شیب و در انتها سنگی است. به



طرف گردنه زردی پایین می‌رویم و پس از صرف نهار بعد از ظهر مجدداً حرکت را آغاز می‌کنیم. قله "دینک بندی" به ارتفاع ۴۰۶۶ متر را صعود کرده و شیب تند پس از آن را به طرف قله "کلونچین" بلندترین قله زردکوه ادامه می‌دهیم در نهایت ساعت ۷ بعد از ظهر قله "کلونچین به ارتفاع " ۴۲۲۱ متر را صعود می‌کنیم. پس از لحظاتی فراموش نشدنی به طرف چال قله حرکت کرده و شب را در این محل عالی و صاف با جای چادر خوب و آب زلال و در دسترس به صبح می‌رسانیم.

با صعود دو قله بدون نام و "جفته زرده" و "شاه شهیدان" به ارتفاع‌های ۴۱۸۰ متر و ۴۱۰۰ متر به گردنه بین این دو قله و مسیر صخره‌ای زیر جفت زرده و راهی بسیار پرشیب و پرتگاهی است، می‌رسیم. دور زدن دیواره قله "شاه شهیدان" و سپس گردنه "آب سفید" را که توام با سنگ‌نوردی و راه بز رو است با دقت فراوان به آخر رسانده و به طرف گردنه "بازفت" و در ایل راه "چال بهار" در کنار دریاچه‌ای بسیار تمیز و زیبا بر روی خط الراس به خوردن نهار مشغول می‌شویم. حرکت خود را ساعت ۳/۵ دوباره از سر می‌گیریم. قله "لابی خیر" به ارتفاع ۳۹۶۴ متر را صعود می‌کنیم. مسیری پرشیب و طولانی، سپس حرکت به طرف قله "ناب" و صعود آن به ارتفاع ۳۹۴۶ متر و سپس گردنه "ایلوک" به ارتفاع ۳۸۶۰ متر و قله‌های فرعی زیاد و صعود قله "ایلوک" به ارتفاع ۳۸۱۳ متر، شب را تصمیم به ماندن در سنگ چین‌های روی قله مشرف به چال شمالی می‌گیریم. دراین محل شاهد قوطی‌های خالی کنسرو و پوکه‌های خالی فشنگ هستیم. شکارچیان حداقل ۵ کله شکار روی این گردنه ساخته‌اند.

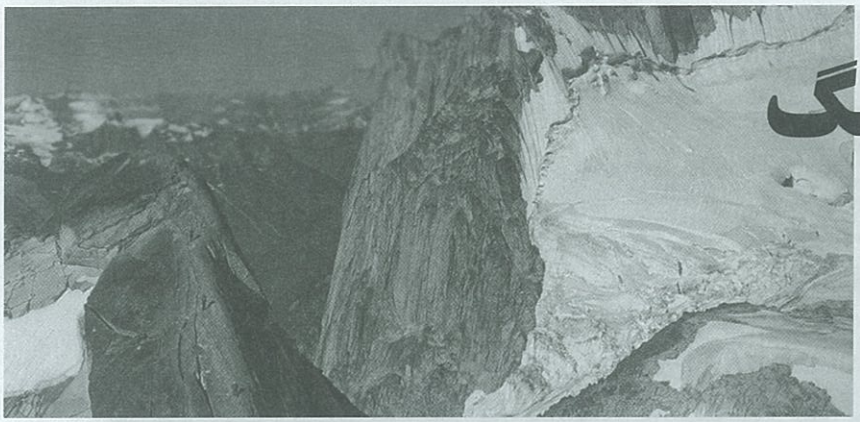
قله" هفت تنان" را دیگر از نزدیک می‌بینیم و در دسترس ماست، ساعت ۷ صبح حرکت خود را آغاز می‌کنیم و با عبور از تعداد زیادی قله‌های سنگی و چال بسیار بزرگ و عبور از دو گردنه به ارتفاع ۳۸۷۰ متر و ۳۷۲۳ متر و بالا به پایین رفتن‌های زیاد در زیر قله" هفت تنان" به صرف نهار مشغول می‌شویم و روستای «شیخ علیخان» در سمت راستمان به خوبی دیده می‌شود. با صعود قله «هفت تنان» به ارتفاع ۴۱۰۹ در ساعت ۵/۲۰ دقیقه بعد از ظهر چهار نفرمان با چهره‌های خوشحال و سوخته یک‌دیگر را در آغوش می‌گیریم و کار صعود را با موفقیت بعد از پنج روز به پایان می‌رسانیم. پس از عکاسی و فیلم‌برداری به طرف پایین حرکت می‌کنیم پس از عبور از پل "جی جی" به طرف شیخ علیخان و اراک راهی می‌شویم. تمامی مسیر طی شده و ارتفاع قله‌ها را بر روی GPS ثبت می‌کنیم.

در پایان از آقایان: سیامک رضایی مسئول هیات کوه‌نوردی و رضا رهنورد مربی عزیزمان و بهمن اخوتیان و ابراهیم بابایی به خاطر زحماتشان تشکر و قدردانی می‌کنیم.■

مختصات قله‌های زردکوه بختیاری

گردنه چری - ارتفاع ۲۸۴۱ متر	N32\10\09\04"-E050\10\47/8"	قله اسپیون ۳۳۴۸ متر	N32\13\06/4"-E050\10\17/8"
قله اسپیون ۳۲۸۷ متر	N33\12\55/6"-E050\10\07/8"	قله چشم سبز ۳۴۸۲ متر	N32\13\57/2"-E050\10\21/1"
قله بدون نام ۳۶۷۳ متر	N32\15\28/2"-E050\10\27/5"	قله خرسون ۳۷۷۵ متر	N32\16\26/9"-E050\09\47/7"
گردونه خرسون به نازی ۳۴۸۵ متر	N32\16\27/8-E050\09\06/8"	قله شورنگ ۴۰۸۶ متر	N32\17\34/5"-E050\05\39/8"
قله بعد دورنگ ۳۹۹۹ متر	N32\17\59/1"-E050\05\20/7"	گردونه سم کله ۳۵۷۱ متر	N32\20\11/1"-E050\04\52/1"
قله دینک‌بندی ۴۰۶۶ متر	N32/21/32/1"-E050\04/26/4"	قله کلدنجسن ۴۲۳۶ متر	N32/21/54/3"-E050\04\38/5"
قله شهیدان ۴۰۲۷ متر	N32/22/41/05"	قله گردنه بازفت ۳۴۶۲متر	N32/23/40/6"-E050\02\35/6"
قله لابی خبر ۳۹۶۹ متر	N32\24\15/3"-E050\01\32/6"	قله ناب ۳۹۴۶ متر	N32\26\14/8-E050\00\45/8"
قله گردنه ۳۸۷۰ متر	N32 28\36/9-E049\58\29/0"	قله گردنه ۳۷۲۳ متر	N32/28/50/2-E049\58\14/3"
قله گردنه زیر هفت‌تنان ۳۷۳۰ متر	N32\21\51/4"-E049\57\51/1"	قله هفت‌تنان ۴۱۶۳متر	N32/21/52/38"-E050\04\38/70"

خطر ریزش سنگ



نویسنده: جف جکسون
ترجمه : هادی فوقانی

رویداد:

در ساعت حدود یازده صبح روز بیست و شش ژوییه سال دوهزار و ده میلادی چندین گروه از کوه‌نوردان آمریکایی در حال پیمایش یکی از معروف‌ترین بخشاب‌های ایالت کلرادوی آمریکا بودند. این بخشاب (خط الراس) در حدفاصل دو قله شاخص چهارهزار متری در رشته کوه معروف «سن میگوئل» قرار دارد. این بخشاب گرچه در بین کوه‌نوردان پرطرفدار است اما دارای قسمت‌هایی است که از سنگ‌های ریزشی و فرسوده تشکیل شده‌اند.

یک گروه پنج نفره از کوه‌نوردان، تازه از صعود یکی از دو قله فوق فارغ شده بودند و برای دستیابی به قله دوم در حال عبور از یک گذرگاه باریک و پر شیب بودند که کوه‌نوردی در بالادست آنها باعث جابه‌جایی و حرکت سنگ‌هایی بی‌ثبات شد. ریزش سنگ سه کوه‌نورد را در پایین دست مورد اصابت قرار داد. دو نفر که جراحت‌های کمتری برداشته بودند جان بدر بردند ولی نفر سوم که کوه‌نوردی پنجاه و نه ساله بود با وجود اینکه کلاه ایمنی بر سر داشت و کوه‌نورد با تجربه‌ای بود براثر اصابت سنگی بزرگ به سرش بیش از ده متر سقوط کرد و متاسفانه جان باخت.

حادثه‌ای مشابه در قسمتی دیگر از همین بخشاب در تاریخ چهاردهم اوت همین سال باعث مرگ کوه‌نورد بیست ساله دیگری شد. او نیز از ناحیه سر مورد اصابت سنگی قرار گرفت که به وسیله کوه‌نورد دیگری در بالا دست جابه‌جا شده و به حرکت درآمده بود. این کوه‌نورد در اثر اصابت آن سنگ حدود دویست متر سقوط کرد و جان باخت. او نیز کلاه ایمنی برسر داشت.

بررسی رویداد:

اغلب هوای متغیر مانند رعد و برق، عدم تشخیص موقعیت به واسطه وجود مه غلیظ همراه با بارش برف، یخ‌بندان و سرمای زیاد را خطرناک‌ترین عامل در کوه‌نوردی می‌دانند. اما ریزش سنگ‌های سست و ناپایدار که خود کوه‌نوردان و کوه‌پیمایان آن را به وجود می‌آورند به احتمال زیاد بیش از هر عامل عینی دیگری تاکنون باعث مرگ کوه‌نوردان و کوه‌پیمایان شده است. کوه‌نوردی هر روز طرفداران بیشتری پیدا می‌کند و همین میل به صعود قلل بیشتر و در نتیجه تعداد بیشتر کوه‌نوردان در مسیرهای کوه‌نوردی، خطر برخورد با سنگ‌هایی را که دیگران باعث ریزش آنها شده‌اند افزایش می‌دهد. ترکیب شلوغی یک مسیر با سنگ‌های ناپایدار، همان ترکیبی است که تاکنون باعث صدمات جدی و مرگ‌های متعدد شده است.

پیشگیری:

همه می‌دانیم که کوه‌نوردی به هر حال با خطرهایی بالقوه همراه است. اما بدون شک برخی مسیرها و برخی قلل بیش از بقیه خطرناک‌اند. مثلا منطقه‌ای که کوه‌نورد بیست ساله فوق در آن جان خود را از دست داد، نزد کوه‌نوردان به منطقه مرگ معروف شده است. این منطقه این شهرت را پس از آن به دست آورد که در سال هزار و نهصد و شصت و پنج میلادی در پنج حادثه جداگانه در آن منطقه هشت نفر کشته شدند. اکنون درابتدای مسیر کوه‌نوردی در این منطقه تابلویی نصب شده است که نسبت به ریزش سنگ‌های ناپایدار، سست و فرسوده هشدار می‌دهد. باید تا می‌توانیم از چنین مسیرهایی اجتناب کنیم، اما به هر حال اگر تصمیم به پیمایش چنین مسیرهایی گرفتیم باید با کاربست نکات زیر خطر ریزش سنگ را به حداقل برسانیم:

۱ – در گروه‌های کوچک و نزدیک به هم حرکت کنید تا هرکس بتواند دیگری را زیر نظر داشته و محل قرارگیری او را بداند.

۲ – برای ایجاد حمایت‌های میانی از ابزارگذاری در مکان‌هایی که سست و ناپایدارند اجتناب کنید. به ویژه هنگام استفاده از ابزارهای درگیرشونده‌ای مانند فرند که باز می‌شوند و ممکن است همین باز شدن باعث جابه‌جایی قسمت‌های سست شود، دقت کنید.

۳ – در پایین دست گروه‌هایی دیگر صعود نکنید و هنگامی که پشت‌سر همنورد یا هم‌طناب خویش صعود و یا او را حمایت می‌کنید، طوری جاگیری و حرکت کنید که در مسیر احتمالی سقوط سنگ قرار نداشته باشید. هنگام گذر عرضی همنوردتان از برخی قسمت‌های خاص که خطر ریزش در آنها بیشتر است، کمی درنگ کنید تا او از این قسمت‌ها رد شود.

۴ – وقتی می‌خواهید وارد قسمت‌های سست و ریزشی شوید افراد پایین دست را مورد خطاب قرار داده و به آنها هشدار دهید. به آنها فرصت دهید تا خود را از مسیر احتمالی سقوط سنگ کنار بکشند و اگر باعث حرکت سنگی شدید با صدای بلند فریاد بزنید: «سنگ!».

۵ – قبل از گرفتن هر گیره‌ای ابتدا آن را امتحان کنید. گیره‌هایی را که به آنها شک دارید بیرون نکشید بلکه در جهت عکس به آنها فشار وارد آورید.

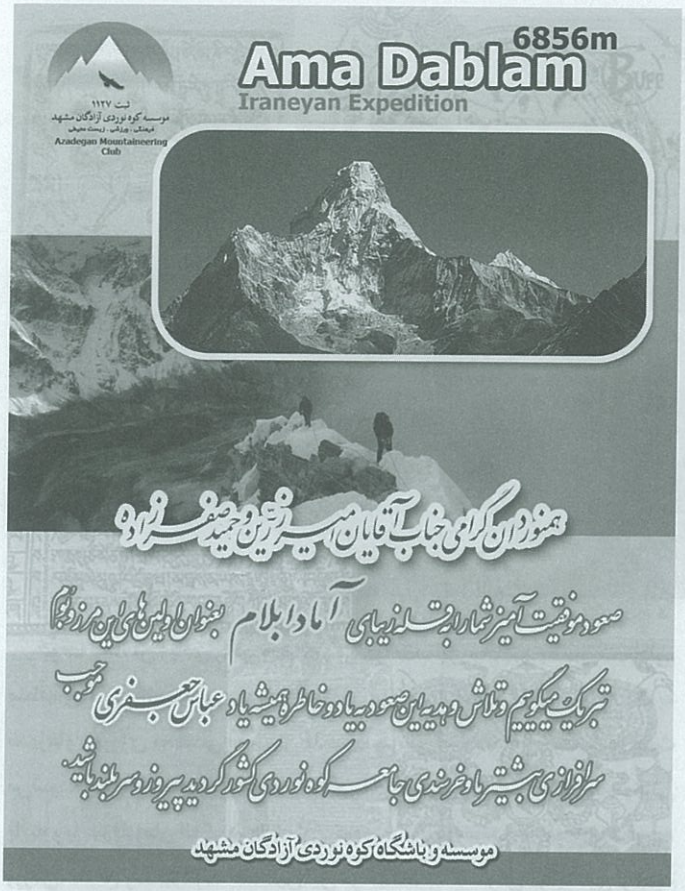
۶ – وقتی که سر طناب هستید یا قصد فرود دارید از قسمت‌هایی که در آنها ممکن است کشیده شدن طناب شما بر روی سنگ‌های سست باعث ریزش آنها شود؛ اجتناب کنید.

۷ – هنگام مسیریابی بیشتر به گرده‌ها و ستیغ‌ها توجه کنید تا دهلیزها.

۸ – صبح زود صعود را شروع کنید، در این موقع قسمت‌های سست به واسطه یخزدگی شبانه کمی پایدارترند.

۹ – به دنبال پناه‌های طبیعی مانند کلاهک‌ها یا برجستگی‌هایی که شما را در برابر خطر ریزش سنگ حفظ می‌کنند بگردید و از آنها استفاده کنید. هنگام عبور از قسمت‌های بالقوه خطرناک، سریع‌تر حرکت کنید.

۱۰ – از کلاه ایمنی استفاده کنید.■



کوهستان خالی از خطر نیست

با آموزش، تمرین، احتیاط، خودداری از غرور بیجا و برنامه‌ریزی صحیح امکان بروز حادثه را به حداقل ممکن برسانیم.

فصل‌نامه کوه

هم‌میهن گرامی!

کالای ایرانی به کاربر و پشتیبان سازندگان ارجمند کشورمان باش

انجمن کوه‌نوردان مساعد

Jack Wolfskin

CAMP

MILLET
MOUNTAIN BY EXPERIENCE

Columbia Sportswear Company

THE NORTH FACE

SALEWA

PETZL

KOVEA

& ...

کوهنورد پارسه
PARSE MOUNTAINEER

تنها فروشگاه عرضه تجهیزات کوهنوردی، سنگنوردی و گردشگری در غرب تهران

■ سر انجام می توانید با بودجه‌ای اندک تجهیزات کاملی را تهیه کنید

■ آیا به دنبال مکانی برای خرید و فروش تجهیزات دسته دوم هستید؟!

www.koohshop.com

۵ تا ۳۰٪ تخفیف

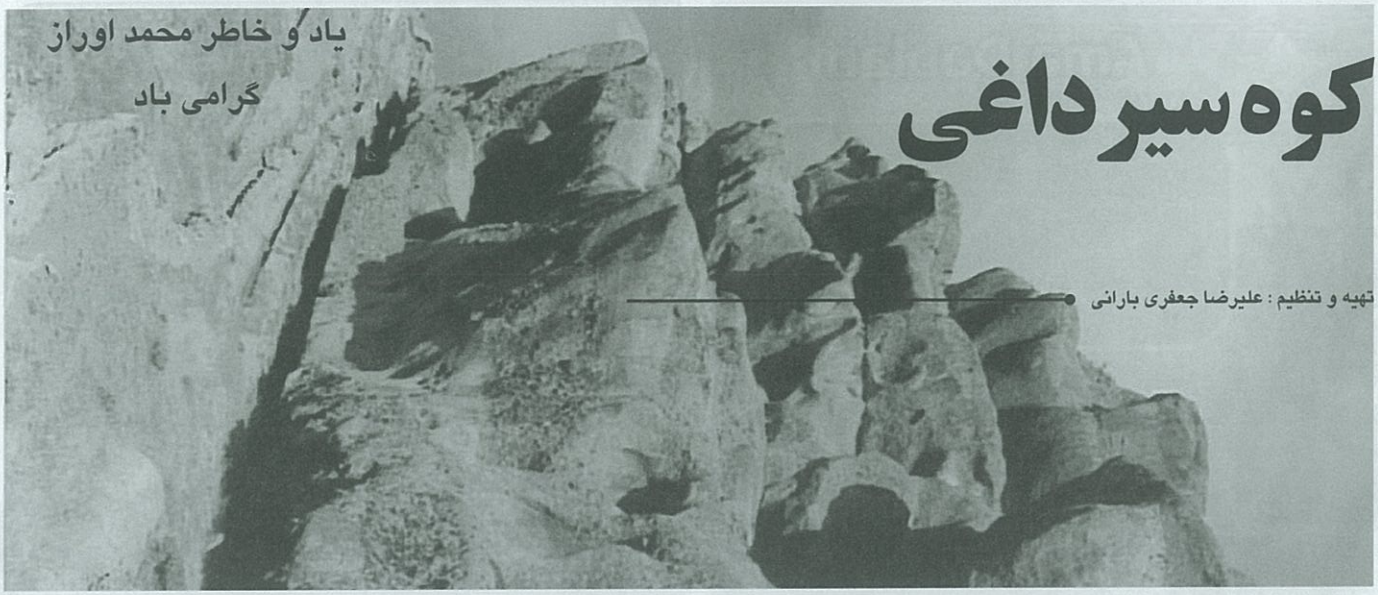
۵ % تخفیف بیشتر ویژه خرید اینترنتی

تامین سفارشات با پایین ترین قیمت

تلفکس : ۴۴ ۲۸۸ ۱۴۰ - ۴۴ ۲۸۸ ۷۴۰

Info @ koohshop.com عماد فتاحی ۰۹۱۹ ۶۲۷ ۰۲ ۰۵

آدرس : میدان صادقیه - برج تجاری گلدیس - طبقه ۱۱ - واحد ۱۶



کوه سیرداغی

یاد و خاطر محمد اوراز گرامی باد

تهیه و تنظیم : علیرضا جعفری بارانی

کوه‌ها محاسن زیادی را در خود متمرکز نموده‌اند. این محاسن به صورت محلی، منطقه‌ای، ملی و گاه فراملی برای علاقه‌مندان خود آشکار است. اما کوه‌های نزدیک به شهرهای امروزی محاسنی دوچندان دارند: دسترسی آسان به این موقعیت‌ها باعث می‌شود مردم علاقه‌مند از دغدغه‌ها و دلتنگی‌های شهری و صنعتی به سهولت رهایی یافته و با صرف زمان اندک در دامنه این کوه‌ها ضمن بهره‌مندی از هوای پاک آن به ورزش، تفریح و ... بپردازند. همچنین این موقعیت‌ها به گسترش کوه‌پیمایی از جنبه عمومی کمک کرده و از جنبه خاص نیز مکان‌های قابل دسترسی هستند برای تمرینات کوه‌نوردانی که دل در گرو صعود ارتفاعات بلند دارند. این موقعیت‌های نزدیک در سطح شهرهای مختلف کشور کم نیستند و تردد بیشمار جمعیت در آنها باعث ایجاد مسیرهای متعدد در این مناطق کوهستانی شده است. اکثریت شهرهای آذربایجان غربی با توجه به موقعیت جغرافیایی طبیعی خود از این موهبت برخوردارند که می‌توان به شهرهای ماکو، ارومیه، اشنویه، پیرانشهر، سردشت، نقده، مهاباد و ... اشاره کرد.

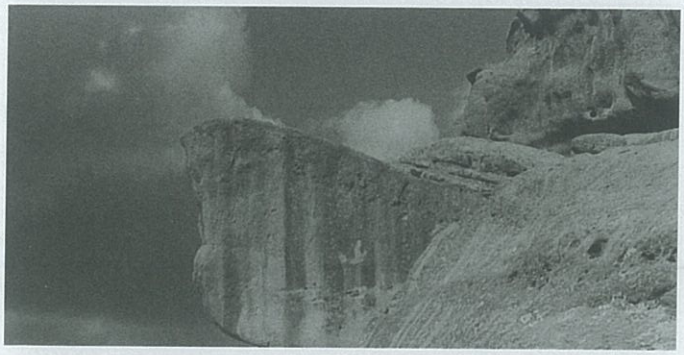
در زمستان هنگامی که انبوه برف جاده‌های کوهستانی را مسدود نموده و تردد مشکل و یا غیرممکن می‌شود، ما از رسیدن به قله هدف باز نمی‌مانیم و با وجود صعودهای مکرر «کوه سیر» باز دلخوش به اجرای برنامه‌ای مجدد می‌مانیم. در جنوب غربی شهر ارومیه با فاصله‌ای کمتر از چهار کیلومتر کوه سیرداغی با ارتفاع ۲۳۰۳ متر در بالای روستایی به همین نام واقع شده است. نزدیکی به شهر و مسیرهای متعدد صعود آن همواره در تمام فصول سال مورد توجه علاقه‌مندان و کوه‌نوردان محلی می‌باشد، خصوصا در زمستان‌های پربرف که تردد در جاده‌ها به راحتی میسر نیست؛ نزدیکی و دسترسی سهل به این کوه علاوه بر رونق کوه‌پیمایی باعث رونق ورزش‌های کوهستانی از جمله اسکی ، دوچرخه کوهستان، ورزش‌های هوایی (چتر، پاراگلایدر و ... شده است). افسوس که این رونق باعث هجوم بی‌رویه به موقعیت طبیعی کوه نیز شده تا جایی که علاوه بر از بین رفتن سرسبزی، افزایش زباله‌ها، ایجاد جاده‌های متعدد، مقدمات تعرض هرچه بیشتر تمدن شهری به آنجا فراهم شده است و این تعرض تهاجم صورت گرفته، با ایجاد جاده‌های دسترسی جهت کارهای عمرانی باعث شده تا این مجموعه زیبای در دسترس از موقعیت طبیعی خارج و در معرض نابودی قرار گیرد. به طوری که جویز دره‌سی با داشتن آبشارهای متعدد و زیبا در فصل بهار و زمستان اکنون با سنگ‌های ریز و درشت انباشته شده و در حال نابودی است. نام این کوه برگرفته از نام یکی از قدیسین نخست مسیحیت است که در حقیقت آن را باید سیر نامید. وجه تسمیه‌ای منصوب به سیر مارسرکیس ماری کوس. بدون هیچ شکی تاریخ آبادی قدمتی طولانی دارد و رونق آن به عهد سلطنت ساسانیان برمی‌گردد در زمان خسرو پرویز ساسانی جنگ‌های طولانی مدت ایران و روم شرقی ادامه یافت. امپراطوری بیزانس که در شرق ترکیه فعلی بوده هر از چند گاهی به ایران حمله می‌کرد و اردوگاه خود را در آغاز حمله به نقاط مختلف در دامنه کوه سیر قرار می‌داد که از لحاظ استراتژیکی در کنار رودخانه شهر جایی و در موقعیت حفاظتی و دیده‌بانی مشرف بر گذرگاه تنگه‌ای است که از روستای بند می‌گذرد و جاده عبوری پشت کوه نیز در زیر دید نگهبانان ارتفاعات قرار داشت. متقابلا خسروپرویز هم لشگرکشی‌های خود به امپراتوری روم شرقی را به لحاظ سوق‌الجیشی بودن منطقه برای استراحت و ایجاد اردوگاه از همین نقطه انتخاب می‌کرد. گویند خسرو پرویز همسرانی از قوم‌های مختلف داشت که در میان این همسران شیرین از قوم آشور بود که به دین مسیح گرویده بود. در همان زمان از خسرو بنای کلیسایی را در کوه سیر درخواست کرد که در آن زمان نقطه امید برای مسیحیانی شد که به دستور هراکلیوس کشته می‌شدند. به دستور شیرین شهدای مسیحی را به این محل آورده و دفن می‌کردند.

کلیسا هنوز هم بافت خود را حفظ کرده و مسیحیان اطراف هنوز هم به زیارت آن روی می‌آورند. اکنون دو نقطه آباد در دامنه‌های شمالی کوه وجود دارد. کلیسای سیر و دیگری حیدرلوی سیر که رونق کوه بیشتر به دلیل آبادی کلیسای سیر و توجه زیارتی مسیحیان و گردشگران به آن است. گفتنی است پس از آخرین شکست خسرو پرویز از هراکلیوس شهر ارومیه به تصرف سپاهیان هراکلیوس درآمد. او پس از استقرار در بلندی‌های کوه و سازماندهی سپاهیان به طرف آتشکده آذرگشسب در منطقه شیز یا تکاب حرکت کرده و آنجا را که نماد آتشکده شاهی در زمان ساسانیان بود ویران کرد. کوه سیر به شهر زیبایی خاصی بخشیده و از ارتفاعات آن شهر ارومیه و نقاط مجاور از جمله

گردشگاه بند، سلسله جبال کوه‌های نوار مرز، دریاچه ارومیه و ... جالب توجه و دیدنی است. هوای پاک آن، جای تنفسی برای گردشگران در تمام فصول سال داشته و مسیحیان نیز از نقاط مختلف برای قربانی و عبادت به این مکان روی می‌آورند. کوه‌نوردان و سایر ورزشکاران با ره سپردن به دامن طبیعت زیبا و هوای پاک و سالم آن در طول ایام هفته از آن بهره‌مند می‌شوند.

در تاریخ کوه سیر آمده است که اولین دانشکده پزشکی ارومیه توسط دکتر جوزف کاکران (پسر یکی از میسیونرهای آمریکایی مقیم ارومیه) در سال ۱۸۷۹ میلادی در ارتفاعات این کوه تاسیس و راه‌اندازی شده است قبر این پزشک فداکار و زحمتکش نیز در دامنه همین کوه واقع شده است(۱۹۰۵ میلادی).

سیر باوجود تعرضات صورت گرفته به موقعیت طبیعی خود در چند سال اخیر هنوز هم انبوه کوه‌پیمایان خود را در طول هفته خصوصا ایام تعطیل پذیرا می‌باشد. روستای سیر یکی از روستاهای زیبای منطقه ارومیه محسوب می‌شود. تعداد محدود خانوار ساکن در روستا از امکانات برق، آب آشامیدنی، تلفن و راه آسفالت و غیره بهره‌مند بوده و از سایر امکانات ارومیه و روستای جانوسلو برخوردار هستند. ساکنین روستا آسوری بوده و از کشاورزی امرار معاش می‌نمایند. در طول دره‌ها درختان زالزالک به وفور دیده می‌شود و در تمامی ارتفاعات حتی تا قله اصلی محصولات گندم و نخود به صورت دیم کشت می‌شود. به واسطه بادهای شمالی سنگ‌ها و دیواره‌های آن براثر فرسایش شکل و شمایل خاصی به خود گرفته و می‌تواند از جمله دیدنی‌های منطقه به حساب آید. جدا از چشمه‌های مسیر در طول دره‌های شلمکان و دانیال حجم درختان زالزالک و گردو از انبوه بیشتری



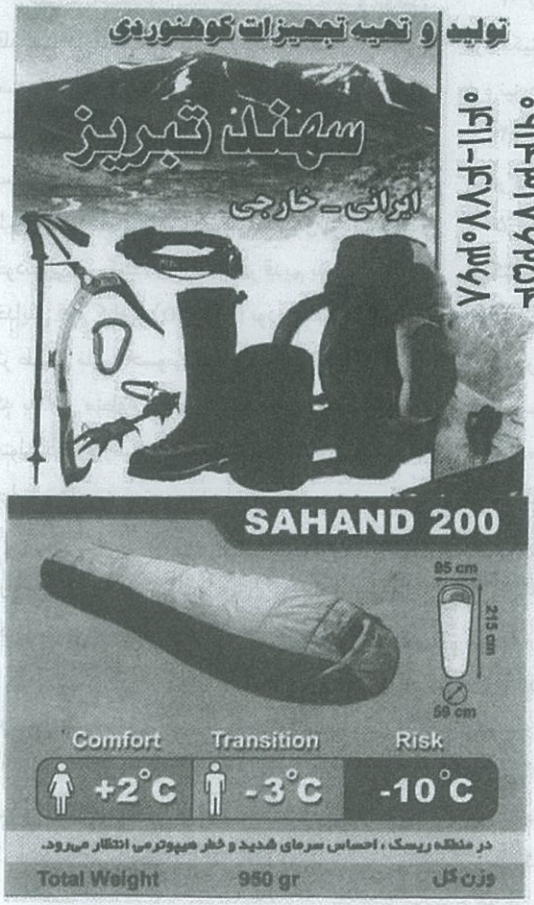
برخوردار بوده و وجود آب دایم در آنها باعث حضور کبک و سایر پرندگان در دره‌ها شده است. از مبدا فلکه قویون کورپوسی ارومیه می‌توان از مسیرهای متفاوت به صورت پیاده و سواره از کوه سیر دیدن نمود.

۱ – روستای جانوسلو – روستای سیر به دو طریق الف) نرسیده به روستا (یا بیرون از روستا). ب) از داخل روستا از محل کافه آقای جانسون. ۲ – روستای بند – دره دانیال ۳ – بعد از روستای بند جویز درسی – شملکان دره سی ۴ – روستای حیدرلو سیر برای دوچرخه کوهستان مسیر داخل روستا را انتخاب کنید. (مسیر شماره ۱)

در طول مسیر اول فقط دو چشمه آب وجود دارد که یکی دایمی است.

مسیر شماره ۱ از روستا تا قله به صورت پاکوب ادامه دارد.

با سپاس فراوان از اطلاعات آقای جانسون قشه خسرو ■



اطلاعیه

بدینوسیله به اطلاع کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی می‌رساند که نمایش کامل یا جزیی فیلم حادثه بهمن جاده دیزین سال ۱۳۸۸ که توسط زنده‌یاد سعید طاهری از طریق دوربین گروه همت شمیران تصویربرداری شده است و یا هر گونه بهره‌برداری از آن در فیلم‌های دیگر و یا انتشار کلی یا جزیی آن در اینترنت بدون اجازه کتبی مادر گرامی وی (سرکار خانم مقدم) ممنوع است.

عدم رعایت مفاد این اطلاعیه تبعات قانونی و حقوقی برای افراد متخلف دارد.

بدیهی است جامعه شریف کوه‌نوردی با تعهد و درایت خود احترام خون زنده‌یاد سعید طاهری و خانواده محترم وی را پاس داشته و از حقوق ایشان حفاظت می‌نماید.

هیات کوه‌نوردی شهرستان شمیرانات

قله کنیا

گزارش از: محمد روحانی، فاطمه دالوند*



کنیا یکی از کشورهای شرق آفریقا بوده و در ناحیه استوایی قرار دارد. آب و هوای این کشور معتدل، مرطوب و دمای هوا بین ۲۰ تا ۲۸ درجه سانتی‌گراد است. کنیا دارای جاذبه‌های طبیعی زیادی جهت گردشگری می‌باشد. از جمله این جاذبه‌ها، کوه زیبای کنیاست و نام این کشور برگرفته از این کوه است.

مونت کنیا (mount Kenya):

یکی از مرتفع‌ترین پارک‌های ملی دنیا و دومین قله بلند آفریقاست که در واقع یک آتشفشان خاموش است. این منطقه بر روی خط استوا قرار دارد و به صورت قطعاتی به هم پیوسته از جنگل، زمین بایر و صخره و یخ است و قله‌های زیبای باتیان ((batian، نلیون nelion)) و لنانا (lenana) در این مجموعه خودنمایی می‌کنند، این قله‌ها در قدیم به عنوان خانه خدایان قوم کیلویو (kiloyo) بوده و هم‌اکنون یک اثر طبیعی ملی محسوب شده و کعبه کوه‌نوردانی است که به این منطقه می‌آیند. یونسکو این منطقه را به عنوان ذخیره ژنتیکی بیوستر (زیست کره) و پناهگاه حیات وحش به ثبت رسانده است.

کوه‌پیمایی در اطراف این قله‌ها به دلیل وجود دریاچه‌های متعدد , علفزارهای کوهستانی، گیاهان نادر استوایی روییده در ارتفاع، حیات‌وحش و... یکی از زیباترین ماجراجویی‌ها در کوه‌های شرق آفریقا محسوب می‌شود.

مسیرهای صعود به قله کوه کنیا

۱-مسیر سیریمون (sirimon):

ساده‌ترین و تماشایی‌ترین مسیر دستیابی به قله یادشده مسیر سیریمون است که در ناحیه شمالی کوه واقع گردیده است.

۱- این مسیر در ناحیه شمال غرب کوه کنیا قرار دارد و به دلیل کمی بارش جوی نسبت به سایر مسیرها در طول سال مناسب‌تر است.

۲- کوه‌نوردان در طول مسیر قادر به استفاده از دو کمپ دایمی در ارتفاع‌های ۳۲۰۰ متر و ارتفاع ۴۲۰۰ متر هستند.

۳- بهترین نقاط برای نظاره قلل اصلی کوه کنیا دره مکیندر (Mackinder valley) است که این دره نیز در مسیر سیریمون جای گرفته است.

۴- آب فراوان برای استفاده کوه‌نوردان در این مسیر وجود دارد.

۵- کوه‌نوردانی که این مسیر را برای صعود انتخاب می‌کنند شانس عبور از خط استوا را در دو مرحله به دست می‌آورند یکی در شهر نانیوکی و دیگری در مسیر حرکت به سوی کمپ اول.

۲-مسیر چگوریا (chogoria route):

این مسیر در جبهه غربی کوه کنیا قرار دارد و به خاطر اینکه مبداء آن شهر چگوریا است این نام بر این مسیر نهاده شده است. (حدود ۹۶ کیلومتری امبو (embo) و ۶۴ کیلومتری (meru) .)

برای اولین بار ارنست کار در دومین دهه قرن بیستم این مسیر را گشایش نمود. امکان شب‌مانی برای کوه‌نوردان در این مسیر وجود دارد و آب مصرفی خود را نیز می‌توانند از جویبارهای موجود تهیه نمایند.

پناهگاه مینتوز در ارتفاع ۴۳۰۰ متری در فلاتی بسیار زیبا ۳۰۰ متر بالاتر از دریاچه کوهستانی میشل سون (michalson) بنا نهاده شده است.

یکی دیگر از ویژگی‌های این مسیر وجود گردنه‌های زیبا و دریاچه‌های متعدد است که با فاصله اندکی از این پناهگاه قابل رویت است.

۳-مسیر نارومورو ((noro moru route:

کوتاه‌ترین مسیر دسترسی به قله کوه کنیا نارومورو و در جبهه جنوبی قله قرار گرفته است.

در طول مسیر دو کمپ اصلی و مجهز به نام‌های مت (met station) در ارتفاع ۳۰۵۰ متری و مکیندر (Mackinder) در ارتفاع ۴۳۰۰ متری وجود دارد.

یکی از مشکلات این مسیر وجود بخش باتلاقی شیبداری است که از آن به عنوان باتلاق عمودی یاد می‌شود و حدود یک ساعت با ایستگاه مت فاصله دارد و عبور از آن حداقل دو ساعت به طول می‌انجامد. تقریباً دو ساعت بعد از پایان این ناحیه به ستیغ کوه که مشرف به دره تلکی (teleki valley) است خواهد رسید . مسیر پاکوب که در سمت راست دره تلکی قرار دارد به تدریج به طرف رود نارومورو کشیده می‌شود و پس از عبور از رودخانه به کمپ مکیندر در ارتفاع ۴۳۰۰ متر می‌رسد.

از کمپ مکیندر تا پناهگاه بعدی که هات کمپ نام دارد (hut camp) مسیری حدود چهار ساعت با شیب نسبتاً تند است و از آنجا تا قله نیز حدود چهل و پنج دقیقه بیشتر راه نیست.

۴-مسیر بورگورت (burguret route):

این مسیر از هتل مونتین راک (mountain

rock) شروع شده و پس از گذر از راهی مبهم و نامشخص در جنگل به کشتزاری در ارتفاع ۲۵۰۰ متر ختم می‌شود، جاده پاکوب از این ناحیه تا کمپ الفانت (elephant camp) در ارتفاع ۲۶۰۰ متر ادامه پیدا می‌کند و در نهایت در ارتفاع ۲۸۶۰ متری نمای زیبایی از قله ظاهر می‌شود و بهترین نقطه برای بر پایی کمپ شب‌مانی همین محوطه است.

گزارش صعود به قله

در تابستان امسال تیمی متشکل از ۹ نفر از کوه‌نوردان اصفهان که ۴ نفر از آنان از اعضای گروه چکاد بودند تصمیم به صعود قله ۵۲۰۰ متری کنیا MT.KENYA گرفتند. این گزارش مختصری از این صعود است.

روز یکشنبه ۸۹/۶/۱۴ ساعت ۷ صبح از نایروبی به سمت گیت ورودی مونت کنیا از مسیر نارومورو را ترک کردیم این فاصله ۱۶۵ کیلومتر است. پس از رسیدن به گیت نارومورو در ارتفاع ۲۴۰۰ متر و پرداخت ورودی و اخذ مجوز ورود به منطقه در مدت زمان کوتاهی، کوله‌ها را به باربران تحویل داده و پیاده‌روی آغاز شد.

پس از طی ۳ ساعت راه‌پیمایی در مسیر جنگلی به کمپ یک در ارتفاع ۳۰۴۸ متری به نام مت استیشن (Met station) رسیدیم. شب را در آنجا به استراحت پرداخته و صبح روز بعد ساعت ۷ صبح آنجا را به مقصد کمپ تلکی (Teleki lodge) در ارتفاع ۴۳۰۰ متر ترک کردیم، در مسیر از میان گیاهان عجیب استوایی در کوهستان و جویبارهای پرآب گذشته و پس از رسیدن به ارتفاع ۴۱۰۰ متر، با کم کردن ۲۰۰ متر ارتفاع دوباره کار را از سر می‌گیریم و پس از ۷ ساعت کوه‌پیمایی به کمپ دوم می‌رسیم. در انتهای مسیر به دلیل بارش برف و باران حسابی خیس می‌شویم.

از کمپ دوم منظره زیبایی از قله خودنمایی می‌کند. حیوانات وحشی کوچکی شبیه به راسو ولی اخت شده با انسان‌ها، ما را به وجد می‌آورند.

سه شنبه ۸۹/۶/۱۶ ساعت ۴:۳۰ دقیقه بامداد به قصد صعود قله کمپ را ترک می‌کنیم همان لحظه اول نگاهمان با صحنه عجیب و جالبی روبه رو می‌شویم؛ بر روی خط استوا تمام آب‌های جاری در جویبارها



و چشمه‌ها به طور کامل یخ زده‌اند. در مسیر صعود دریاچه‌های متعدد و زیبایی را می‌بینیم که بعضی به طور کامل و یا نیمه یخ بسته‌اند. به دلیل بارش روز قبل و سردی هوا حدود ۴۵ دقیقه انتهایی، مسیر برفی و یخ زده است، ولی در نهایت پس از ۴ ساعت تلاش موفق به صعود قله می‌شویم.

از روی قله کنیا در صورتی که هوا صاف و بدون غبار باشد، قله کلیمانجارو قابل رویت است ولی به دلیل وجود لکه‌های ابر ما موفق به دیدن آن نشدیم.

برگشت تیم به دلیل برف‌های یخ‌زده کمی به کندی صورت می‌گیرد و تا رسیدن به کمپ ۳ ساعت و ۴۰ دقیقه طول کشید. (برای صعود از این مسیر همراه داشتن پاشنه یا کرامپون ضروری به نظر می‌رسد).

پس از صرف نهار و کمی استراحت در کمپ تلکی خود را برای بازگشت به کمپ یک آماده می‌کنیم.

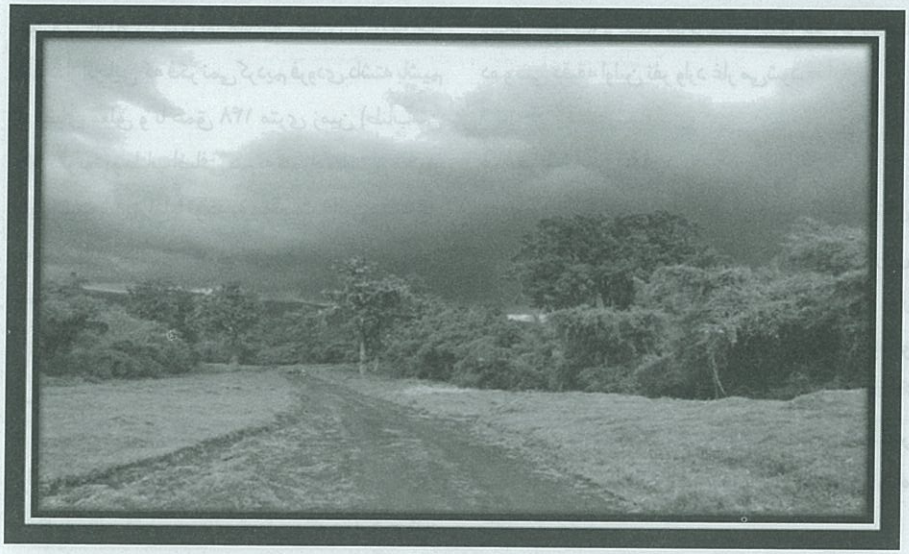
فرود کل مسیر ۴ ساعت و پنجاه دقیقه به طول می‌انجامد که حدود ۲ ساعت آن در مسیری باتلاقی است را با مشقت و همراه با زمین خوردن بسیار و کاملا آغشته به گل بالاخره به کمپ مت می‌رسیم.

روز بعد ساعت ۴ صبح از خواب بیدار شده و پس از آماده شدن و صرف صبحانه در ساعت ۵ بامداد در تاریکی هوا به سمت گیت ورودی رهسپار می‌شویم. همه افراد با چراغ‌های روشن و سر صدای زیاد با فاصله بسیار کم نسبت به یکدیگر حرکت می‌کنند تا مبادا گله‌های بوفالو و فیل و یا دیگر حیوانات وحشی هوس حمله به ما داشته باشند.

در آخر پس از ۲ ساعت و ۳۵ دقیقه پیمودن جنگل‌های استوایی به گیت ورودی می‌رسیم.

اعضای تیم: عباس ترابی، محمود روحانی، پژمان تیموری، هومان تیموری، رضادانش، حجت‌الله کریمیان، محمد روحانی و تنها خانم تیم فاطمه دالوند به سرپرستی آقای حسین حکیمی.■

*گروه کوه‌نوردی چکاد اصفهان



مسیر معبد خورشید پیمودن خطر دارد



گزارش از: گروه پیام زردکوه «شهرکرد»

ولی هر کس کزین ره رفت
بخشی شد زنور او
هم آوا گشت با فر و شکوه او
غرور او

معمولاً هرگاه نام استان چهارمحال و بختیاری را به زبان می‌آوریم به یاد زردکوه بختیاری، نقاط بکر و دست نخورده و نقاط تفریحی آن می‌افتیم و کمتر کسی به یاد زیبایی‌هایی می‌افتد که در دل زمین نهفته است و چه بسیارند این زیبایی‌ها در دل ظلمت و تاریکی دست طبیعت هزاران هزار سال ذره ذره آن را شکل بخشیده است تا روزی روزگاری اگر پای انسانی به آنجا رسید مسحور آن همه زیبایی به ستایش خالقش لب به تحسین و تمجید گشاید. وقتی در مجله کوه خواندیم که هم‌نورد گرامی‌مان آقای مهدی کریم‌زاده از غار قلایچی به عنوان عمیق‌ترین غار چاهی ایران یاد کرده است. به یاد غار چاهی جهانبین واقع در خط الراس کوهی به همین نام در دوازده کیلومتری جنوب افتادیم .کمیته فنی گروه کوه‌نوردی پیام زردکوه شهرکرد برنامه‌ای برای شناسایی بیشتر این غار برنامه‌ریزی نمود و در تاریخ ۲۹ شهریور ماه سال جاری آن را به اجرا درآورد. از آنجایی که فکر نمی‌کردیم فرودی داشته باشیم در فضای معلق و تا عمق ۱۴۸ متری زمین (طناب‌مان ۱۵۰ متر بود) و طناب اضافی هم به همراه نداشتیم مجبور به بازگشت شدیم لذا با توجه به موقعیت خاص دهانه غار که تمام بارش‌های فصلی به این دهانه سرازیر می‌شود ادامه کار را به زمان بهتری موکول نمودیم. قطر دهانه غار دو متر است که پس از ۲۰ متر فرود وارد فضای معلقی می‌شویم که تا عمق ۱۴۸ متری زمین ادامه دارد. ولی آیا به راستی می‌توان گفت این غار عمیق‌ترین غار چاهی ایران است؟ در منطقه چهارمحال و بختیاری بیش از ۱۰ غار تا به حال کشف شده است ولی متاسفانه هیچ‌کدام به جامعه کوه‌نوردی و غارنوردی معرفی نشده است. به عنوان مثال غار آبی سراب در روستای امید آباد و ... امید داریم که در آینده در این زمینه فعالیت‌های چشمگیری انجام شده و به معرفی آنها بیشتر پرداخته شود. در ادامه فعالیت، گروه موفق شد که تا عمق ۱۳۰ متری غار پایین برود. که در این جا به گزارش آن می‌پردازیم.

گزارش اولیه پیمایش غار دزک

صبح روز دوشنبه پانزدهم تیرماه هشتاد و هشت در ساعت چهار و سی دقیقه صبح با یک دستگاه مینی‌بوس شهرکرد را به مقصد دزک ترک کردیم. مسیر را که از کنار جاده‌ای در نزدیکی قلعه دزک عبور می‌کرد و به سمت باغ‌های دزک و در ادامه سد خاکی دزک می‌رفت ادامه داده و پس از طی مسافتی در امتداد دره در ساعت هفت و پانزده دقیقه از مینی‌بوس پیاده شدیم. مسیر را در امتداد جنوب شرقی از کف دره، به طرف خط الراس کوه تاپو که در شرق ما بود ادامه داده و در ساعت ۹ صبح به دهانه چاه رسیدیم. پس از صرف صبحانه و برقراری کارگاه با برداشتن وسایل مورد نیاز و تعیین سرپرست و مسؤل‌فنی در ساعت ده و سی دقیقه اولین نفر وارد غار می‌شود.

مسیرشناسی غار:

بر روی خط‌الراس کوه تاپو در فاصله ۳ کیلومتری جنوب شرقی روستای دزک شکافی در امتداد خط‌الراس و تقریبا شمالی جنوبی واقع شده است که به آن غار جهانبین می‌گویند. این غار از نوع چاهی دیواره‌ای بوده و از جنس کنگرومرا می‌باشد. طول تقریبی این شکاف ۶ متر و عرض آن حداکثر ۷۵ سانتی‌متر است دو سنگ در دهانه آن وجود دارد که یکی از آنها برای برپایی کارگاه مناسب می‌باشد.

سوار شدن بر روی کارگاه مشکل است و جای دیگری برای زدن کارگاه مناسب در نزدیکی دهانه غار وجود ندارد . فرود اولیه حدوداً ۴۴ متر در فضای معلق است. در انتهای مسیر به دلیل نوع سنگ، احتمال ریزش وجود داشته ولی در انتها سنگ‌ها یکپارچه می‌شود. بعد از اتمام فرود در امتداد سراشیبی کوتاهی با شیب حدوداً ۳۰ درجه و طول حدوداً ۱۰ متر که به طرف دهانه چاه دیگری می‌رود به حرکت خود ادامه می‌دهیم این سراشیبی انباشته از فضولات کبوتران و پرندگان دیگری است که آنجا زندگی می‌کنند. جای مناسبی برای کارگاه زدن وجود ندارد ولی می‌توان از شکاف‌های نزدیک دهانه چاه برای کارگاه استفاده کرد .

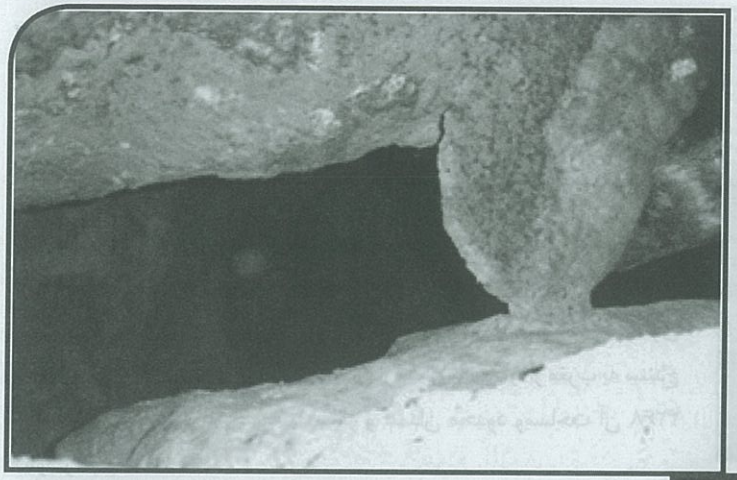
۱۰ متر ابتدای فرود بعدی به دلیل باریک بودن مسیر مشکل است سپس وارد فضای معلق می‌شویم و تا پایین امتداد پیدا می‌کند طول فرود دوم حدوداً ۳۶ متر می‌باشد. پس از آن به یک سنگ بزرگ به ارتفاع ۲ متر و محیط ۱۱ متر می‌رسیم که محل مناسبی برای کارگاه چاه سوم است. در اینجا محوطه‌ای به ابعاد ۵ متر در ۳ متر وجود دارد که تقریباً منطقه امنی محسوب می‌شود ولی در هنگام فرود احتمال ریزش سنگ از ابتدای مسیر وجود دارد دیواره‌های اینجا پوشیده از چکیده‌ها وچکنده‌هایی می‌باشد. گروه آماده فرود به چاه سوم می‌شود، از سقف این قسمت آب چکه می‌کند طول چاه سوم حدوداً ۲۸ متر در فضای معلق است کماکان چکیده‌ها و چکنده‌های فراوانی به چشم می‌خورد .

در قسمتی که فرود تمام می‌شود محوطه‌ای به ابعاد ۳ متر در ۷ متر وجود دارد در کنار طناب فرود دهلیزی قرار دارد که کف آن گل است .

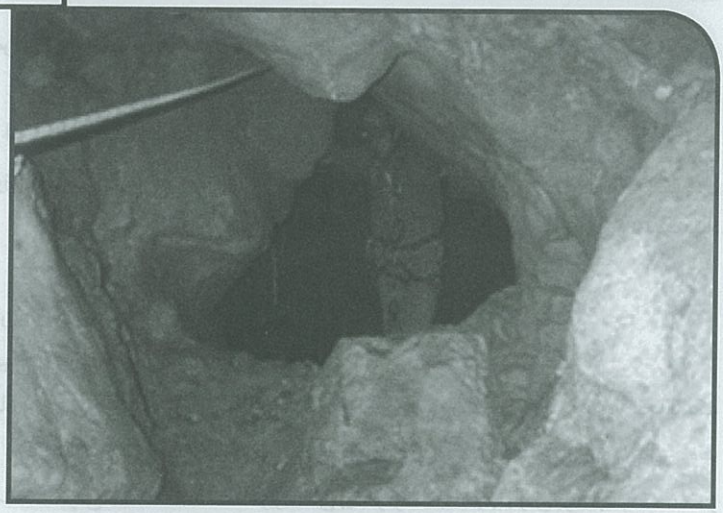
پس از حدود ۱۲ متر دهلیز باریک شده و به سمت چاه بعدی با شیب کمی از شکاف باریکی که به زحمت می‌توان

از آن عبور کرد (به صورت سینه‌خیز باید عبور کرد) ادامه می‌یابد. بعد از حدود ۴ متر در امتداد سراشیبی به دهانه چاه بعدی می‌رسیم با دو مدخل ورودی که یک پل گلی طبیعی این دو مدخل را به هم متصل نموده است.

به علت نبود محل مناسبی برای کارگاه و ریزشی بودن سنگ‌های بالای دهانه چاه (سنگ‌های بسیار بزرگی که با اتصالی بسیار جزیی در این قسمت قرار دارد که اگر انسان بخواهد به آنها دست بزند احتمالا به ریزش آنها کمک کرده و باعث مسدود شدن چاه می‌شود). هر لحظه بیم ریزش و مسدود شدن دهانه چاه می‌رود.



باریک و گیر کردن یومار بر روی سنگ‌ها و خلاص‌سازی آن احتیاج به توان فنی وآمادگی بدنی بالایی دارد اولین فرد گروه در ساعت شش به ابتدای چاه اول می‌رسد که پس از عبور پر مشقت بقیه



افراد تیم از شکاف ابتدای چاه دوم و تجدید قوا شروع به صعود به سمت دهانه چاه اول می کنیم، آخرین نفر در ساعت ده و سی دقیقه از دهانه چاه خارج می‌شود و بعد از جمع کردن کارگاه به سمت شهرکرد حرکت کرده و در ساعت یک بامداد به شهرکرد می‌رسیم.

از این رو به تشخیص سرپرست تیم، از ادامه کار در این محل منصرف شده و تصمیم به بازگشت گرفته تا در فرصتی دیگر با روحیه‌ای مضاعف برای ادامه کار بازگردیم. گروه بعد از تجدید قوا و شکرگذاری از خداوند متعال و یک دقیقه سکوت برای شادی روح جان‌باختگان این راه، مسیر بازگشت را در پیش می‌گیرد. عبور از مسیرهای بسیار

۱- آشنایی کامل به تکنیک‌های غارنوردی و آشنایی کامل به وسایل و ابزار (کلوگر ، استاپ ، یومار، طناب استاتیک و...) و همچنین داشتن آمادگی جسمی و روحی از ملزومات این برنامه است.

۲- دمای غار حدود ۶ تا ۸ درجه سانتی‌گراد است که لباس اضافی وگرم با توجه به گل‌آلود بودن کف غار الزامی است کمبود اکسیژن هم احساس نمی‌شود.

۳- مجموع طناب‌های استفاده ۱۳۰ متر بوده است.

کمیته فنی گروه پیام زردکوه شهرکرد مصمم است در آینده نزدیک ادامه کار را از سرگرفته تا به لطف خدا گوشه‌ای از زیبایی‌های نهفته در دل طبیعت و رشته کوه زاگرس را به همه هم‌نوردان کشور عزیزمان معرفی نماید.

در پایان از تیم پشتیبان که با صبر و حوصله نقطه قوتی برای تیم پیشرو بودند تشکر و قدردانی می‌شود.

سرپرست برنامه: آقای فاطمی

سرپرست تیم غارنوردی: آقای بهرام فتاحیان

مسوول فنی: آقای مهدی حقی

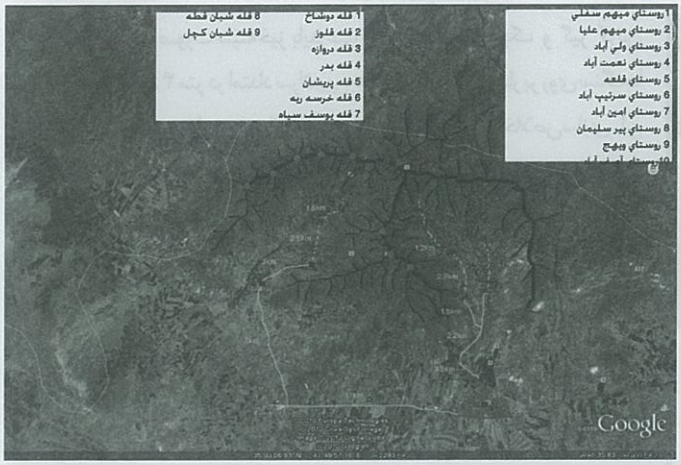
اعضای تیم: آقایان فاطمی، جعفریان، روحی، رحمانی‌زاده

اعضای شرکت کننده: شانزده نفر■

MAMMUT
Raichle
SAFE ON EVERY GROUND
فروشگاه سبلان
عرضه کننده لوازم کوه‌نوردی، سنگ‌نوردی، کمپینگ
نماینده محصولات ماموت، رایچل، آپامهر در اصفهان
اصفهان - خیابان ۵ رمضان - ساختمان آذر
تلفن ۳۳۸۳۳۰۵
همراه: ۰۹۱۳۲۲۹۶۱۳۴ مرادیان

کوه پریشان (قروه)

گزارش از: لیلا صالحی



موقعیت جغرافیایی

شهرستان قروه در دشت وسیعی در ۹۳ کیلومتری شرق سنندج و ۷۲ کیلومتری شمال غربی همدان قرار دارد. این شهرستان از شمال به بیجار، از مغرب به سنندج و از مشرق به همدان، از جنوب به سنقر و همدان محدود ومساحت آن ۴۲۶۸ کیلومتر مربع است.

قروه بین ۴۷ درجه و ۴۸ دقیقه طول جغرافیایی و ۳۵ درجه و ۱۰ دقیقه عرض جغرافیایی قرار دارد. ارتفاع آن از سطح دریا ۱۹۰۰ متر است.

شهرستان قروه دارای ارتفاعات بسیاری است که مهم ترین آنها عبارتند از پریشان، بدر، ابراهیم عطار، پنجه علی، شیدا، یوسف سیاه، شعبان کچل، قلوز، دروازه و.....

در اینجا به طور مختصربه معرفی کوه پریشان می پردازیم.

کوه پریشان در جنوب شرقی شهرستان قروه واقع شده است ،برای رسیدن به دامنه این کوه، ابتدا ده کیلومتر از مسیر جاده همدان را طی نموده سپس تغییر مسیر داده و پس از عبور از روستاهای میهم سفلی و علیا، ولی آباد و نعمت آباد به دامنه کوه پریشان می‌رسیم.

این کوه از چهار قله صخره ای تشکیل شده که بلندترین آن قله پریشان است و از دور به مانند کوهان های شتر (دوکوهانه) دیده می شودوارتفاع آن ۳۱۰۰ متر است و صخره های آن از ارتفاع ۲۸۰۰ متری شروع شده و تا قله ادامه می یابد.

بیشتر مسیرهای قله پریشان با توجه به صخره‌ای و صعب العبور بودن، جایگاه امنی برای تعدادی از جانوران از جمله: بزکوهی، کل، عقاب و کبک می باشد.

دامنه کوه پریشان پوشیده از انواع گیاهان متنوع مانند انواع گون- مرزه- کِما- انواع لاله ها و..... است.

پناهگاه پریشان

در سال ۱۳۶۹ به همت و یاری کوه نوردان یک باب پناهگاه در ارتفاع ۲۴۰۰ متری ساخته شد که هر ساله در فصول مختلف، پذیرای صدها نفرکوه نورد از اقصی نقاط کشور است. چشمه آبی در فاصله ۲۵۰ متری، قسمت غربی پناهگاه وجود دارد. قله های قابل دسترسی از پناهگاه پریشان، بدر، خرسه ریه، سه زرده، دروازه، شعبان کچل و یوسف سیاه است. پناهگاه ۲۵ مترمربع وسعت داشته و بیست وسه نفر ظرفیت دارد.

مسیرهای صعود به قله

در تابستان تا روستای نعمت آباد را می توان با اتوموبیل طی کرد واز آنجا با یک ساعت وسی دقیقه راه پیمایی به پناهگاه رسید. فاصله پناهگاه تا قله از مسیر یال جنوب شرقی ۲تا ۳ ساعت است در زمستان بیشتر اوقات به سبب بارش برف راه بسته است و ماشین بیشتراز روستای (میهم علیا) نمی تواند بالاتر برود، در نتیجه باید پیاده به روستای ولی آباد و نعمت آباد رفت و از آنجا به طرف پناهگاه حرکت نمود .طی این مسیر حدود ۳ تا۴ ساعت طول می‌کشد و از پناهگاه تا قله به ۳ تا ۴ ساعت زمان نیاز دارد.

فعالیت‌های کوه نوردان شهرستان قروه

کوه‌نوردان بر روی دیواره پریشان تا کنون بیش از۱۰ مسیر دشوار را صعود کرده و در دو مسیرآن چندین کارگاه نیز تعبیه نموده‌اند.■





جایگاه ویژه‌ی هموطنان ارمنی در ورزش کوه‌نوردی ایران

ارمنیان از نخستین پیش‌گامان کوه‌نوردی نوین کشورند



گغام میناسیان



امیل مارکاریان



وارطان زاکاریان

داوود محمدی‌فر

نام استاد امیل مارکاریان و گغام میناسیان، بر تارک تاریخ کوه‌نوردی ایران می‌درخشد. اگر بگوییم کوه‌نوردان ارامنه هموطن، در گسترش ورزش کوه‌نوردی این سرزمین سهم بسزایی داشته و در پیشبرد این رشته از ورزش تلاش‌های گسترده‌ای نموده‌اند، بی‌راه نگفته و درواقع نتوانسته‌ام آن‌طور که شایسته نقش کارسازشان است حق مطلب را ادا نمایم.

در اینجا بد نیست توصیه‌ای داشته باشیم به این عزیزان.

از آنجایی که جای تاریخ تدوین شده تلاش و کوشش و تاثیرگذاری بزرگان و پیشکسوتان و مربیان ارمنی در آرشیو کوه‌نوردی کشور خالی است می‌طلبد که دوستان آستین بالازده و با گردآوری و تدوین آن زودتر این نقیصه را برطرف نمایند و من برخود فرض می‌دانم که در این راه با این دوستان همراه هماهنگ باشم و حال می‌پردازم به مطلبی در پیرامون این موضوع.

الف: از تعداد ده نفر نخستین مربیان کوه‌نوردی کشور در سال ۱۳۳۱ چهار نفر، گغام میناسیان، نورایر میناسیان، فلیکس مناساکانیان و هاملت چرخ چیان، یعنی رقمی برابر با چهل درصد از جمع کل مربیان کوه‌نوردی ایران از این اقلیت نیکو خصال بوده و نیز از تعداد دوازده نفر از دومین دوره مربیان در سال ۱۳۳۳ چهار کوه‌نورد، امیل مارکاریان، آمور مرادیان، لیون خوجاییان و ماردبروسیان، با سی و سه درصد متعلق به اقلیت ارمنیان بوده است. به عبارت دیگر از مجموع ۲۲ نفری نخستین مربیان کوه‌نوردی کشور ۸ مربی از ارامنه بوده‌اند.

این ۸ مربی، به همراه دیگر مربیان همدوره خود، چون محمد اعظمی، فرخ رحمدل، رضا قدیری نیا، حسین رضایی، ناصر تفکریان، رحمان ستایش و بقیه در کلاس‌های آموزش فنی تدریس نموده و به تعلیم و تربیت دیگر مربیان در دوره‌های بعدی پرداخته‌اند. نتیجه اینکه، درصد قابل توجهی از مجموع کل مربیان و اهل فن کوه‌نوردی امروز کشور، دست پرورده مربیان کاردان و علاقه‌مند ارمنی چون استاد امیل مارکاریان و استاد گغام میناسیان بوده‌اند.

ب: در زمانی که به علت عدم گسترش کوه‌نوردی فنی و اشاعه دانش سنگ‌نوردی، صعود به قله‌های مرتفع دارای اهمیتی ویژه بود و تمام امتیازهای کوه‌نوردی به صعود از قله‌ها اختصاص می‌یافت بسیاری از نخستین‌های این ورزش به شرح زیر به کوه‌نوردان هموطن ارمنی تعلق داشت.

۱ – در سال ۱۲۹۲ خورشیدی گریگور مارکاریان، برای نخستین‌بار به قله سهند صعود کرد. ۲ – در سال ۱۳۱۸ خورشیدی لیدا مارکاریان نخستین دوشیزه‌ای بود که به قله الوند در همدان صعود نمود. ۳ – سال ۱۳۲۹ نخستین صعود به قله پسند کوه توسط کوه‌نوردان باشگاه آرارات انجام گرفت. ۴– سال ۱۳۲۹ نخستین صعود به قله خرسنگ توسط گغام میناسیان، نورایر میناسیان و استپان مرادیان به اجرا درآمد. اینان در همین سال اولین صعود به قله آلانه سر را نیز به انجام رساندند. ۵ – سال ۱۳۲۹، نخستین صعود به قله خلنو توسط برادران میناسیان و امیل مارکاریان صورت گرفت. ۶ – سال ۱۳۲۹ نخستین صعود روی قله آزادکوه به وسیله برادران میناسیان اجرا شد. ۷ – سال ۱۳۲۹ نخستین صعود زنجیره‌ای قله‌های کوهستان‌های ایران توسط گغام میناسیان، نورایر میناسیان و استپان مرادیان با هدف هفت قله در هفت روز، در منطقه علم کوه عملی شد. ۸ – سال ۱۳۳۰ نخستین صعود روی قله‌های کوشا، چهل‌تن، جوپار و جوپار بهرام گرد، توسط گغام میناسیان همراه با محمود اجل بزرگ کوه‌نورد همدان انجام پذیرفت. ۹ – سال ۱۳۳۱ نخستین صعود روی دو قله زرین کوه و دوبرار توسط برادران میناسیان همراه با دیگر بزرگان این ورزش دکتر منوچهر جهانبگلو و غلامحسین بالکانی اجرا گردید. ۱۰ – سال ۱۳۳۲ نخستین صعود به قله شانه کوه توسط برادران میناسیان همراه با استاد بزرگ محمد کاظم گیلانپور صورت پذیرفت و نام‌گذاری این کوه توسط شان انجام شد. ۱۱– سال ۱۳۳۴ نخستین صعود مستند ایرانیان به قله اشتران کوه (سن بران) به سرپرستی گغام میناسیان و محمود اجل، همراه با بانوان کشور به مورد اجرا درآمد و برخی نخستین‌های مهم دیگر چون نخستین صعود کوه بانوان ایران به قله منبلان در کشور فرانسه، توسط دوشیزه نلی یقیاییان.

کوه‌نوردان هموطن ارمنی علاوه بر اجرای نخستین‌های بسیار و استادی و تدریس در کلاس‌های آموزش فنی فراوان، از نظر نگارش و ترجمه مطالب مفید و مورد استفاده عموم کوه‌نوردان نیز خدمات ارزنده‌ای در ورزش کوه‌نوردی ایران ارایه کرده‌اند، که به عنوان بارزترین نمونه آنان، از شخصیت برجسته وارطان زاکاریان مربی درجه یک کوه‌نوردی و اسکی کشور می‌توان یاد کرد.■

غذا و انرژی

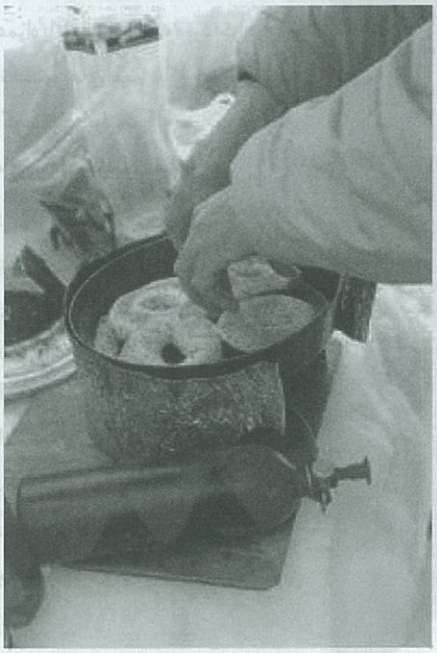
ENERGY FooD

نویسنده: Tom Richardson
مترجم: منیژه برزگر

غذا و انرژی

تقریبا می‌توان گفت که همه غذاها انرژی‌زا هستند. البته موارد استثنایی هم وجود دارند، مثلا تخم‌مرغ آب‌پز سفت خیلی دیر هضم است و برای هضم آن انرژی زیادی مصرف می‌شود (به اندازه انرژی حاصل از آن تخم‌مرغ). بعضی غذاهای گیاهی، از جمله کرفس، هم در حقیقت مثل یک لوله کوچک و ظریف پر آب هستند و هیچ انرژی ایجاد نمی‌کنند.

سوال مهم این است که بهترین و مناسب‌ترین غذای انرژی‌زا برای کوه‌نوردان و به ارتفاعات چیست؟



من چندین بار به هیمالیا صعود کردم و صعود کنندگان در آن سفرها فقط از غذاهای محلی، شامل برنج و عدس دال استفاده کردیم و آن را به نوعی رژیم غذایی قراقوروم نامیده بودیم. روش بسیار خوبی است برای اینکه اندامت یک سایز کوچک شود، بدون اینکه احتیاج به صبحانه‌های گران و رژیمی داشته باشی، ولی این رژیم غذایی برای صعود که به انرژی زیادی احتیاج است، مطلوب نیست. البته همان‌طور که گری رلف می‌گوید، غذاهای سالم و طبیعی و گیاهی جایگاه والایی در تغذیه دارند ولی اگر هر روز برنج و عدس دال بخوری، چندان مفید نیست.

در زمان صعود و کوه‌نوردی جهت کسب انرژی کافی، به غذای بیشتری احتیاج است. هر ۱۰۰۰ متر که شما ارتفاع می‌گیرید، احتیاج غذایی شما تقریبا ده درصد بیشتر می‌شود. درحقیقت باید گفت که بدن توانایی خود را در هضم غذا و تبدیل آن به انرژی تا اندازه‌ای از دست می‌دهد. یعنی اگر در وضعیت عادی به ۲۵۰۰ کالری انرژی روزانه احتیاج دارید، در ارتفاع بالا چیزی حدود ۸۰۰۰ کالری احتیاج دارید ولی اشکال کار این است که در ارتفاعات اشتها کاهش می‌یابد و نمی‌توانید حتی نیمی از غذای معمول روزانه خود را که برای ایجاد انرژی لازم است بخورید.

نخستین نمونه غذاهای انرژی‌زا در اولین صعود قله اورست، ۱۹۵۳، به معرض تماشا گذاشته شد. تنسینگ و هیلاری قبل از فرود از قله، در کنار بسته‌های کیک شکلاتی نعناعی با مارک کندال عکس گرفتند و تبلیغ زیبایی برای آن شد. گرچه این تبلیغ تاکنون (بیش از ۵۴ سال) اثرگذار بود و درنتیجه عده زیادی براثر مصرف آن شکلات‌ها، کارشان به دندانپزشکی کشید ولی باید دانست که آثار انرژی آن شکلات حتی قبل از پایان نیمه راه قدمگاه هیلاری، به پایان رسیده بود. من که می‌خواستم از آن قهرمانان پیروی کنم، عادت کرده بودم که همیشه یک قطعه کیک شکلاتی نعناعی کندال در کوله‌پشتی خود داشته باشم. ولی در آن سال‌ها هم چندان مفید نبودند. زیرا روغن و شکلات کیک پس از مدتی از پوشش کیک بیرون زده، در ته کوله‌پشتی می‌چسبد و هرگز دوست نداشتم آن را بخورم، هر چند که می‌دانستم خوراکی خوب و مفیدی است. البته اگر هم آن را می‌خوردم نمی‌توانست در وضعیت اورژانس به من کمک کند. زمانی که بحث خوراکی انرژی‌زا به میان می‌آید، باید حالات مختلفی را در نظر بگیریم. گاه شما به موجی از جریان سریع انرژی احتیاج دارید و گاه به انرژی اندک ولی مداوم احتیاج دارید و گاه به انرژی زیاد و مستمر برای زمانی طولانی احتیاج دارید و در اینجا است که بحث غذاهای انرژی‌زای مدرن پیش کشیده می‌شود.

در سال‌های اخیر غذاهای انرژی‌زای متنوع و فراوانی تولید و توزیع شده‌اند که بسیاری از آنها توسط موسسات ورزشی امریکایی تهیه و معرفی شده‌اند، که در مغازه‌های ورزشی و حتی گاه در سوپرمارکت‌ها

یافت می‌شوند. می‌توانیم آنها را به سه دسته تقسیم کنیم ۱) انواع جامد مانند کیک‌ها و قطعات شکلاتی ۲) انواع مایع مانند ژله‌ها و نوشیدنی‌ها ۳) پودرها که به آب یا نوشیدنی‌های دیگر اضافه می‌شوند.

۱) در اوایل دهه ۱۹۹۰، یک نوع خوراکی انرژی‌زا به بازار معرفی شد به نام Power Bars که در امریکا تهیه و ساخته شده بود و عملا در درازمدت نیرویی بیشتر از شکر و قند ایجاد می‌کرد. این محصول در طعم‌های مختلف تهیه شده بود ولی دارای دو اشکال می‌باشد. نخست آن‌که بافت و ترکیب آنها طوری است که گویی خرده‌های چوب می‌خوری و همیشه مجبوری آن را با آب یا نوشابه‌ای دیگر فرو دهید. دوم این‌که در هوای سرد بسیار سفت و سخت می‌شوند. هرگز سعی نکنید که یخ زده آن را بجوید. زیرا کار شما به دندانپزشکی کشیده می‌شود، شاید لازم باشد آن را اندکی گرم کنید و سپس بخورید. بهتر است از ابتدا آن را به قطعات کوچک تقسیم کنید و هر دفعه یک تکه کوچک را در دهانتان بگذارید.

محصول دیگری از این نوع به نام Harvest Bar است که نرم‌تر بوده و در آن از انواع غلات و میوه نیز استفاده شده است. این محصول در تمام شرایط دما قابل خوردن می‌باشد.

۲) ژله‌های انرژی‌زا هم فراوان هستند. ممکن است با گفته مارک توایت آشنا باشید که گفته: هر ساعت ۲ یا ۳ قطعه ژله انرژی‌زا بخورید. البته این کار برای همه عملی نیست. در مورد کوه‌نوردان معمولی یک یا ۲ قطعه ژله در روز به عنوان خوراکی کمکی کافی است. البته این ژله‌ها زیاد خوشمزه نیستند و مارک‌های مختلف آن تفاوت چندانی با هم ندارند.

۳) پودرهای خوراکی ورزشی را می‌توان به سه دسته تقسیم کرد: پودرهای انرژی‌زا، پودرهای برطرف کننده تشنگی، پودرهای جبرانی استقامتی

- پودرهای انرژی‌زا از ترکیب شکر و انواع اسانس میوه تشکیل می‌شود و تنها عیب آن این است که برخی از انواع آن دندان‌ها را بدرنگ می‌کنند.

- پودرهای برطرف کننده تشنگی به طور مستقیم در ایجاد انرژی نقشی ندارند ولی در حقیقت با عمل آب‌رسانی به سلول‌ها و اندام‌ها، انرژی از دست رفته را به خوبی جبران می‌کنند. این پودرها، حاوی مقادیر متفاوتی از املاح ضد تشنگی هستند. شاید بتوان گفت که این املاح (دیورالایت) از مهم‌ترین داروهای کشف شده قرن بیستم هستند و در سال‌های اخیر افراد بی‌شماری را که دچار کم آبی سلولی اعضای بدن شده بودند، نجات داده است. در روزهای کوه‌نوردی و در پایان هر روز، نوشیدن آب لازم و ضروری است ولی کافی نیست، زیرا نمک از دست رفته بدن را جبران نمی‌کند و لازم است که از پودرهای دیورالایت برای تهیه نوشابه مخصوص استفاده کرد. بعضی



قرص‌های جوشان هم موجود است که برای تهیه چنین نوشابه‌هایی به کار می‌رود.

- پودرهای جبرانی / استقامتی که مشهور به نام SIS هستند توسط گروهی از ورزشکاران مخصوصا قهرمانان دوچرخه‌سواری استفاده می‌شود. در ترکیبات آن مخلوطی از پروتئین و مواد انرژی دهنده وجود دارد که سبب بهبود و تقویت سریع ورزشکاران می‌شود. باید توجه داشت که غذاهای انرژی‌زا فقط در داروخانه‌ها و سوپر مارکت‌ها وجود ندارند، بلکه شما می‌توانید خوراکی‌های سلام، مفید و انرژی‌زا را در آشپزخانه خود و گاه در سفرهای تفریحی برای خود تهیه کنید و از آنها لذت ببرید. نان‌ها و کیک‌های حاوی خشکبار و سبزیجات می‌توانند در روزهای صعود انرژی شما را تامین کنند.■

مأخذ: ۵۴.p/N۰,۳۲/۰۷.Climb, Oct

رفیق عزیزو هم‌نورد سال‌ها کوه‌نوردی یار و مددکار کوه‌نوردان، افسر فعال و دلسوز سازمان حفاظت محیط زیست «امیر سلیمی تهرانی» از میان ما رفت

این ضایعه را به همسر و فرزندان و دوستان و کوه‌نوردان و همکارانش تسلیت می‌گویم.

آلمان - محمود مرتضوی و بانو

گل به گل سنگ به سنگِ این دشت
یادگاران تواند
رفته‌ای اینک و هر سبزه و سنگ
در تمام در و دشت
سوگواران تواند

امیر سلیمی تهرانی، از تبار پیش‌کسوتان کوه‌نوردی و افسر فعال سازمان حفاظت محیط زیست به دیار باقی شتافت. این ضایعه را به بازماندگان و دوستانش تسلیت می‌گوییم.

فصل‌نامه کوه

غارهای عمودی

دُرفک

گزارش : مسعود حمیدی*



غار یخی درفک از دیرباز برای همه شناخته شده است. هنگامی که از غاری در کوه درفک سخن به میان می‌آید، همه به این غار فکر می‌کنند. چندی پیش مطلع شدم که تعدادی دهانه در بلندی‌های درفک وجود دارد که به دلیل فنی بودن همه آنها (وجود چاه‌های عمیق) تا به حال مورد کاوش و پیمایش قرار نگرفته‌اند. بنابراین طی دو برنامه مجزا برای جستجو و بازدید این غارها به همراه تعدادی از غارنوردان گروه کوه‌نوردی فراز رشت به کوه درفک رفتیم.

«کرنی (karaney) در گویش محلی به معنای چاه است.»

غار یخی درفک

آقای فرهاد مهرانفر، کارگردان نام آشنای سینمای ایران در حال ساخت مجموعه‌ای تلویزیونی با نام (دیلمان ، بهشت نیاکان) است. طی این سریال مستند، بیننده با تاریخ و تمدن منطقه دیلمان آشنا می‌شود. در ضمن جاذبه‌های مختلف این منطقه وسیع و به ویژه کوه درفک به تصویر کشیده شده و بخشی از این مجموعه به قابلیت‌ها و جاذبه‌های طبیعی منطقه اختصاص داده شده است. برای مثال جنگل‌ها و کوه‌نوردی در منطقه، غارهای منطقه، دوچرخه سواری در مناطق کوهستانی و ...

یکی از اهداف مهم این مجموعه ، تلاش برای معرفی منطقه درفک به عنوان یک ژئوپارک به ایرانیان و در بعدی وسیع‌تر به جهانیان است .

با توجه به شناسایی سطحی چند دهانه غار در ارتفاعات نزدیک قله و کسب اطلاعات لازم و اولیه از بومیان منطقه به اتفاق تیم فیلم‌برداری به سمت کوه درفک حرکت کردیم. طبق اطلاعات موجود، دهانه بیشتر این غارها در اطراف کاسه درفک و در بخش شمالی قله است. برای رسیدن به این قسمت می‌توان از مسیرهای مختلف کوه درفک را صعود کرده و خود را به کاسه و نزدیکی قله رساند. راه دیگر استفاده از جاده خاکی است که از سمت شرق و جنوب شرقی به بلندی‌های این کوه می‌رسد. این جاده از روستای چیچال گذشته و پس از عبور از جنگل شرقی به سمت کاسه درفک می‌رود. کاسه درفک درواقع بخشی وسیع و مسطح است که چندین کلبه و گوسفندسرا در آن وجود دارد. غار معروف درفک (غار یخی) نیز در قسمت جنوب غربی این کاسه قرار دارد.

تیم ما به دلیل همراه داشتن وسایل حجیم و سنگین فیلم‌برداری و نیز تجهیزات فنی غارنوردی با دو دستگاه خودروی شاسی‌بلند خود را به محل دهانه غارها در نزدیکی کاسه می‌رساند.

۱ - غار سیاه (سیاه کرنی)

مختصات: ۳۶درجه و ۳۶/۵۴۲ دقیقه شمالی، ۴۹ درجه و ۴۲/۳۹۴ دقیقه شرقی، ارتفاع دهانه از سطح دریا : ۲۵۵۸ متر، ارتفاع چاه : ۳۵ متر – ابعاد دهانه ۵ در ۳ متر

دهانه غار سیاه

کارگاه اول یک بلوک طبیعی است و بلافاصله بعد از فرود با نصب یک رول هیلتی شماره ۱۰ ، ۸ سانتی‌متری. فرود به صورت معلق آغاز می‌شود و در میانه راه به صورت پا به سنگ ادامه می‌یابد. در کف چاه حوضچه کوچک آبی وجود دارد و دو مسیر به چشم می‌خورد.

مسیر سمت چپ کوتاه‌تر بوده و پس از۱۰ متر مسدود می‌شود. مسیر سمت راست هم به سمت پایین رفته و بعد از حدود ۲۰ متر بسته می‌شود.

۲ - غار کبوتر

مختصات : ۳۶ درجه و ۵۳/۳۳۶ دقیقه شمالی، ۴۹ درجه و ۴۹/۲۷۶ دقیقه شرقی، ارتفاع دهانه از سطح دریا : ۲۵۴۵ متر، ابعاد دهانه حدود ۳ در ۲ متر

کارگاه طبیعی را به صورت بلوک سنگی برقرار می‌کنیم و در ادامه بلافاصله یک رول هیلتی شماره ۱۰ ، ۸ سانتی‌متر نصب می‌نماییم. با نصب این رول فرودی امن تا انتهای چاه اول میسر می‌شود.

دهانه غار کبوتر

عمق چاه ورودی این غار ۶۰ متر است. فرود به صورت معلق بوده و نیازی به

میانی نیست . بعد از ۲۰ متر فرود به چاه دیگری می‌رسیم که به موازات چاه اصلی بوده و ابعادی شبیه به همین چاه نیز دارد. تلاش می‌کنیم تا با حرکات آونگی، این چاه نیز از بالا مورد مشاهده قرار گیرد. به نظر می‌رسد عمق این چاه کمتر از چاه اصلی باشد. بررسی‌های بیشتر و تکمیلی ضروری است.

انتهای چاه اول در غار کبوتر - غارنوردان گروه کوه‌نوردی فراز رشت

در انتهای چاه اول تالاری به ابعاد تقریبی ۳ در ۴ متر وجود دارد و در زیر چاه حوضچه آبی است که عمق چندانی ندارد. ادامه مسیر از دالانی است که بعد از ۴ متر ما را به تالار کوچک دیگری می‌رساند. در سمت راست این تالار دهانه‌ای است که به چاهی به عمق ۴ متر ختم شده و سپس مسدود می‌گردد. در سمت چپ این تالار دهانه دیگری است که ادامه مسیر غار است. این راه به صورت شکافی به عرض یک متر می‌باشد که حدود ۱۰ متر ادامه یافته و سپس به سمت بالا امتداد می‌یابد. تمام کف این مسیر شکاف عمیقی است که عبور از آن را دشوار می‌سازد. در قسمتی عمق آن زیاد است و تشکیل چاهی دیگر را داده است. عمق این چاه حدود ۱۵ متر بوده و در انتهای آن چند دخمه وجود دارد.

تشکیلات غار سنگ در تالار دوم (کوچک) مشاهده می‌شود که به صورت استالاگمیت ، استالاگتیت، ستون و فلاوستون هستند. نام این غار با ایده گرفتن از کبوتری است که در انتهای چاه اول این غار مشاهده می‌کنیم. این جوجه کبوترهنوز توان پرواز نداشت و در حالی آن را یافتیم که به دلیل گرسنگی و بیماری لحظات آخر عمرش را سپری می‌کرد. بعد از بیرون آوردن کبوتر از اعماق سرد و نمناک غار و با مراقبت‌هایی که انجام می‌دهیم، این پرنده بعد از دو هفته بهبودی کامل یافته و به سمت سرنوشت خود به پرواز درمی‌آید .

۳ - غاراسب (اسب کرنی)

مختصات: ۳۶ درجه و ۵۳/۸۴۳ دقیقه شمالی، ۴۹ درجه و ۴۲/۲۵۵ شرقی، ارتفاع از سطح دریا : ۲۵۴۵ متر

کارگاه یک بلوک سنگی است که بدون نیاز به میانی ما را به انتهای چاه می‌رساند.





غار اسب

ابعاد دهانه حدود ۳ در ۱/۵ متر است. دهانه در کف زمین قرار دارد. چاهی به عمق ۲۰ متر ورودی این غار را تشکیل می‌دهد. تمام مسیر فرود به صورت پا به سنگ است. در کف این چاه دو مسیر راست و چپ وجود دارد. شاخه راست کوتاه و حدود ۵ متر است. شاخه چپ به طول حدود ۲۰ متر می‌باشد که در میانه راه به سمت بالا رفته و دهلیزی عمودی را پدید می‌آورد. تشکیلات غار سنگ به صورت استالاگمیت، استالاگتیت و ستون وجود دارد.

دهانه غار اسب

۴ - غار لارکرنی (LAR KARANEY)

۳۶ درجه و ۵۳/۸۴۶ دقیقه شمالی، ۴۹ درجه و ۴۹/۱۹۲ دقیقه شرقی، ارتفاع از سطح دریا : ۲۵۲۵ متر

دهانه این غار بسیار کوچک است و یک انسان به سختی می‌تواند از آن عبور کند. به همین دلیل و با توجه به عدم وجود نام خاصی برای این غار، اینجانب نام لارکرنی را برای آن انتخاب کردم که این نام با استقبال بومیان منطقه نیز مواجه می‌شود. لار در گویش محلی به معنای لاغر و باریک است.

به دلیل کمبود وقت و اولویت بندی در بازدید غارهای منطقه، جستجو و پیمایش این غار به زمان دیگری موکول می‌گردد.

۵ - غار اشتنیف (خربره)

ESHTENIF CAVE (KHARBAREH)

این غار در ابتدای دیواره صخره‌ای مشرف به ییلاق زیبای اشتنیف قرار دارد. منظره دهانه و موقعیت آن نسبت به دیواره کم نظیر و شگفت‌انگیزاست. در دهانه این غار چاهی عمیق با ابعاد تقریبی ۴ در ۵ متر جلب نظر می‌کند.

چاه به عمق ۳۵ متر و به صورت یکنواخت است. شاخه‌های فرعی، دهلیز، تشکیلات غار سنگی در آن دیده نمی‌شود. در کف غار توده برفی به ارتفاع ۳ متر وجود دارد که به شکل نعل اسبی (به صورت افقی) درآمده است.

کارگاه مصنوعی را با استفاده از ۳ عدد میخ برپا می‌کنیم و با توجه به استفاده از تونل طناب (محافظ طناب) نیازی به میانی نیست.■

* مربی و مدرس درجه دو غارنوردی - عضو گروه کوه‌نوردی فراز رشت

بیماری‌ها و مشکلات غارنوردان

دکتر مسعود حمیدی*

بررسی بیماری‌های مهم درغارنوردان

محیط درون غارها تفاوت‌های عمده ای با فضای بیرون دارد. تاریکی، برودت هوا و رطوبت از اجزای جدا ناشدنی غار هستند. با در نظر گرفتن اینکه بیشتر غارها در عمق زمین ایجاد می شوند به سادگی می‌توان بسیاری از مشکلات پیش روی غارنوردان را متصور شد. خطرات ناشی از انجام عملیات غارنوردی در تاریکی و فضای نا متعارف غارها همواره وجود دارند. سرما نیز به عنوان عامل خطری مضاعف نقش خود را اعمال می‌کند. اما موضوع مورد نظر ما در این مقاله فراتر از این‌هاست . هدف اصلی پرداختن به برخی مشکلات و بیماری‌هایی است که به شکل نامحسوس یک غارنورد را تهدید خواهند کرد. حساسیت‌ها، گزیدگی‌ها، ونتیلاسیون هوا و شرایط تنفسی، عفونت‌های مختلف و تأثیر ترکیبات آهکی درون غارها بر انسان از جمله این مباحث هستند.

گزیدگی‌ها

هرگونه آسیب و گزش توسط جانوران یا حشرات مختلف جزو این قسمت محسوب می‌گردد. مهم ترین گزش‌ها می‌تواند توسط عقرب، رطیل، عنکبوت، مار و زنبور به‌وجود آید. در صورت وجود زمینه‌های آلرژی در انسان حتی نیش زنبور هم می‌تواند موجب بروز شوک‌های شدید یا مرگ شود.

عقرب گزیدگی

– ۶۵۰ نوع عقرب در جهان وجود دارد که تنها ۵۰ گونه آن برای انسان خطرناک است. خطرناک‌ترین عقرب در ایران گاردیم بوده که در بومی استان خوزستان است.

– علایم عقرب گزیدگی شامل تورم، درد، قرمزی در محل گزش است – شدت علایم در ۴ تا ۶ ساعت اول پس از گزش بوده و به‌طور معمول تا ۲۴ ساعت بهبود می یابند.

– علایمی چون طپش قلب، افزایش فشار خون، دوبینی، لکنت زبان، تعریق، تهوع، استفراغ، افزایش ترشحات ریوی و انقباضات مداوم عضلانی نیز از دیگر علایم هستند که پس از چند ساعت تا چند روز برطرف می‌شوند.

– درمان: به‌دلیل جذب سریع و حجم کم سم ؛ تخلیه سم ضرورتی ندارد. تزریق پادزهر در عرض یک ساعت علایم را از بین می برد. گاه درد تا چندین ساعت ادامه می یابد.

مار گزیدگی

– بیش از ۳۰۰۰ نوع مار در سراسر دنیا وجود دارد که فقط ۲۰۰ نوع از آنها سمی هستند.

– مارهای افعی عامل بیش از ۹۰ درصد مار گزیدگی‌های سمی هستند و در بین آنها مار زنگی از همه خطرناک‌تر است

– مارها معمولا در فصل بهار، تابستان و پاییز در مکان‌های سایه دار و خنک ودرفصل زمستان درمکان‌هایی مانند درون غارها و تونل معادن زندگی می کنند.

– اکثرمارگزیدگی‌ها (حدود ۷۲ درصد) در تاریکی و حدود نیم ساعت پیش از غروب آفتاب تا ۲ ساعت پس از آن رخ می‌دهد.

خصوصیات مارهای سمی

– سر مارهای سمی مثلی شکل است، برخلاف مارهای غیرسمی که سربه صورت نیمه بیضوی است.

– مارهای سمی دارای مردمک بیضی شکل بوده در حالی‌که مردمک مارهای غیرسمی گرد است.

– معمولاً در انتهای دم مارهای سمی یک ردیف فلس وجود دارد، درحالی‌که درمارهای غیرسمی تعداد ردیف‌های فلس‌ها ۲ یا بیشتر است.

– مارهای سمی دارای نیش در محوطه دهانی هستند که در واقع نوعی دندان پیشرفته می‌باشد. و به عنوان ابزار تزریق زهر در مار محسوب می شوند. بنابراین محل گزش مارهای سمی با دو سوراخ در محل گزش مشخص می شود، در مارهای غیرسمی محل گزش به صورت دو ردیف سوراخ هلالی شکل است.

علایم گزیدگی افعی‌ها

– درد و حساسیت در محل گزش به صورت دردهای تیز و سوزاننده که در عرض ۵ تا ۱۰ دقیقه پس از گزش ظاهر می شود.

– تورم در محل گزیدگی ۳۰ دقیقه تا ۴ ساعت بعد از گزش ایجاد می شود. ممکن است در عرض

۱۴ تا ۲۲ ساعت افزایش یافته و کل اندام مبتلا را درگیر نماید.

– در طی ۳۶-۲۴ ساعت پس از گزیدگی تاول‌های کوچک ممکن است در محل ایجاد شوند

– تهوع و استفراغ

– بی حسی (پارستزی) در اطراف دهان، صورت و پوست سر و گز گز نوک انگشتان

– تب، لرز

– تعریق، ضعف و بی حالی

– سرگیجه و حتی سنکوپ

– اختلالات انعقادی خون: یکی از مشخص‌ترین و مهم‌ترین نشانه‌های گزیدگی با افعی‌ها بوده و به صورت خونریزی از بینی، وجود خون در خلط، خون در ادرار، خون در مدفوع، خونریزی در شکم و داخل چشم و مغز بروز می نماید.

– کاهش سطح هوشیاری و شوک قلبی – عروقی

اقدامات خارج از بیمارستان

– گزش همه افعی‌ها با خطر جدی همراه است در اسرع وقت به دنبال مراقبت‌های پزشکی باشید.

– دور کردن مصدوم از محل حادثه جهت جلوگیری از حمله مجدد مار

– همه لباس‌های سفت، کفش و جواهرات را از دست و پای بیمار خارج کنید.

– فعالیت فیزیکی بیمار را محدود و کم کنید

– آرام باشید و بیمار را نیز آرام کنید و از حرکات بیش از حد او جلوگیری نمایید.

– اگر زمان دارید زخم را با آب و صابون بشویید.

– عضو را باید بی حرکت و همسطح یا کمی پایین تر از سطح قلب نگه داشت.

– بستن گارو در محل بالای گزیدگی به‌ویژه اگر محل گزیدگی در دست‌ها یا پاها باشد، نباید آنقدر سفت باشد که جریان خون اندام را مختل کند.

– خودداری از سرد کردن و کمپرس کردن عضو با آب سرد یا یخ، این کار ممکن است منجر به قطع عضو بیمار شود.

– درصورتی‌که انتقال بیمار به بیمارستان بیش از یک ساعت طول کشد با ایجاد یک برش به موازات محور عضو درگیر به طول تقریبی ۷-۶ میلی‌متر و عمق ۳ میلی متر نموده و عمل مکش را با دهان به مدت ۶۰-۳۰ دقیقه ادامه دهید. در صورت وجود زخم در محوطه دهان ازانجام مکش خودداری کنید.

نیش سایر حشرات

– اهمیت و خطر کمتری دارند. مگرآنکه فردی حساسیتی شدید و سابقه شوک داشته باشد.

– نیش زنبوریا رطیل می‌تواند شوک آنافیلاکتوویید ایجاد نماید.

– علایم مهم شامل : تحریک پذیری، خارش، مشکلات تنفسی، کهیر، تغییرات فشار خون، تورم و درد در محل گزش

Paederus blister beetles

دراکولا = بند

– دراکولاها نه نیش می زنند و نه گاز می گیرند بلکه این موجودات ترکیبات سمی و محرکی به نام پدرین ترشح می‌کنند که باعث ایجاد زخم‌های پوستی و چشمی می شود.

– پدرین یک ماده سمی است که باعث ایجاد صدمات بافتی، نکروز و تاول می‌شود. این سم اگر در تماس با پوست بدن قرار گیر د، لایه سطح پوست را تخریب می کند.

– له شدن حشره روی پوست و یا خاراندن پوست ناحیه سبب انتشار سم و تشدید زخم‌های روی پوست خواهد شد. – سم پدرین در صورت تماس با چشم باعث ایجاد التهاب ملتحمه چشم شده و در موارد نادری ممکن است باعث کوری شود.

توصیه‌های کلی درباره گزش‌ها

– محل اطراق را با دقت بیشتری انتخاب کنید.

– لباس‌های خود را در محلی مناسب و امن قرار دهیم.

– از چادر مناسب با توری کامل استفاده شود.

– پیش از استفاده مجدد از پوشاک و کفش آنها را کنترل نماییم.

– انواع مارها، عقرب و رطیل‌های منطقه را بشناسیم.

– از پوشاک پوشیده تر و مناسب منطقه استفاده کنیم.

– مواد و داروهای دافع حشرات را به کار ببریم.

عفونت‌های قارچی

– غارها به دلیل دارا بودن رطوبت زیاد و تهویه نامناسب مستعد وجود انواع قارچها هستند.

– مهم‌ترین بیماری قارچی در غارنوردان درماتوفیت است.

– درماتوفیت عفونت قارچی وسطحی پوست است که نواحی پوست، مو و ناخن را مبتلا می‌کند.

– مهمترین قارچها عبارتند از :

۰ میکروسپوروم (پوست و مو را درگیر می‌کند)

۰تریکوفیتون (پوست و مو و ناخن را درگیر می‌کند)

۰ اپیدرموفیتون (پوست و ناخن را درگیر می‌کند)

Kerion

– کریون : عفونت قارچی است که در اثر قارچ‌های حیوانی ایجاد می‌شود. التهاب شدید، تورم، فرونکل همراه با ترشحات چرکی و خونابه شایع است. معمولاً بدون درمان هم خوب میشود ولی اسکار (حالتی شبیه به زخم پوستی) به جا می‌گذارد.

– پیشگیری: نواحی گرم و مرطوب و تحت فشار مستعد عفونت قارچی هستند. نواحی چین دار بدن و بین انگشتان مستعدترند. پودر تالک یا تیناکتین موجب جلوگیری از عفونت می‌شود.

– کفش تنگ و پلاستیکی، جوراب پشمی و نایلونی، بهداشت نامناسب، عوامل ارثی و رطوبت زیاد از جمله عوامل زمینه ساز برای ابتلای به عفونت‌های قارچی هستند.

– درمان: باید پس از معاینات لازم توسط پزشک انجام شود.

روند درمان شامل رعایت بهداشت، داروهای موضعی و سیستمیک است.

خفاش‌ها و آلودگی درون غارها

– برخورد مستقیم با مواد دفعی خفاش می تواند برخی مشکلات را به‌وجود آورد که مهم‌ترین آنها به شرح زیر هستند:

مشکلات پوستی
مشکلات چشمی
مشکلات تنفسی و گوارشی

– آلودگی‌های ثانویه به حضور خفاش‌ها درغارنیز از جمله معضلات دیگری است که غارنوردان باید به آن توجه نمایند. شایع‌ترین مشکلات در ارتباط با وجود خفاش‌ها و فضولات آنها در غار عبارتند از :

رشد انگل‌ها
تکثیر و رشد حشرات موذی
تکثیر باکتری‌های مختلف و بیماری‌زا

گازهای درون غار و تهویه هوا

ترکیب هوای تنفسی به شرح زیر است :

اکسیژن (۲۱ درصد) نیتروژن (۷۸ درصد)

دی اکسید کربن (۳ صدم درصد) آرگون (۹۳/۰ درصد)

– دی اکسید کربن تنظیم کننده تنفس انسان بوده وغلظت طبیعی آن درهوا ۰/۰۳ درصد است.

– حداکثر غلظت مجاز دی اکسید کربن در صنعت برای ۸ ساعت کار مداوم نیم درصد است.

– اغلب غارها دارای مقادیر بالاتر از حد طبیعی دی اکسید کربن هستند و غارنوردان تا حدودی در معرض مشکلات مربوط به آن قرار دارند.

– غاری که دارای دی اکسیدکربن بیشتر از ۱ درصد باشد را غارهوای انباشته (لبریز) گویند.

FULL AIR CAVE

برای غارنوردان (بویژه مبتدی) فعالیت در غارهای انباشته تجربه ای ناخوشایند خواهد بود

– تشخیص انباشتگی یک غار کار ساده ای نیست زیرا هیچگونه بو، علامتی قابل رؤیت و نشانه ای دیگر وجود ندارد و شاید افزایش ضربان قلب و تعداد تنفس اولین نشانه باشد

– بعضی غارنوردان یک نوع مزه ترشی همراه با خشکی دهان را ذکر می‌کنند.

– غارنوردان به‌طور سنتی از شعله آتش برای بررسی هوای درون غاراستفاده می‌کنند. این روش قادر به تعیین میزان دی‌اکسیدکربن نبوده و بیشتر نشانه کمبود اکسیژن است.

تست فندک چیست ؟

در هوای آکنده از دی اکسید کربن و بدلیل سنگینی این گاز، شعله فندک به شکل عجیبی می سوزد. بخش مجاور فندک خاموش و بخش بالاتر آن شعله‌ور است. گاه تا یک متر فاصله پدید می‌آید. انجام این تست با کبریت و شمع مقدور نیست.

دی اکسید کربن چگونه وارد غارها می شود؟

راه اول : انتقال دی اکسیدکربن از طریق آب‌های سطحی به اعماق غارها. فساد ریشه و باقیمانده گیاهان این روند را تشدید می کند.

راه دوم: دی‌اکسیدکربن نتیجه متابولیسم ارگانیک و میکروارگانیزم‌ها و نیز تنفس جانوران یا انسان است.

راه سوم: در غارهایی که تهویه کافی ندارند، دی اکسید کربن به‌تدریج به عمق رفته و جانشین اکسیژن و نیتروژن می‌شود.

دی اکسید کربن ۱/۵۷ بار از نیتروژن سنگین‌تر است

دی اکسید کربن ۱/۳۸ بار از اکسیژن سنگین‌تر است

نکته : در غارهای عمیق تر، احتمال افزایش غلظت دی اکسید کربن بیشتر خواهد بود.

نتیجه گیری

– همواره مراقب علایم افزایش غلظت دی اکسید کربن در غارها باشید.

– در صورت تردید می توان از آزمون شعله آتش (تست فندک) استفاده کرد.

– بهترین اقدام، خروج از موقعیت مشکوک و خطر آفرین است.

– هوای بازدمی انسان دارای ۱۵ درصد اکسیژن بوده و این میزان برای زنده نگه داشتن یک انسان در عملیات احیای قلبی – ریوی کافی است. شعله آتش در غلظت اکسیژن کمتر از ۱۰ درصد خاموش می‌شود.

نتیجه : حتی در چنین غلظت پایینی از اکسیژن هم یک انسان می‌تواند زنده بماند. اما در صورت مشاهده این وضعیت، باید در اولین فرصت از غار خارج شویم.

سنگ آهک (limestone)

– سنگ آهک از جمله سنگ‌های رسوبی است. رسوبگذاری عملکرد متقابل اتمسفر و هیدروسفر بر روی پوسته زمین است.

– ترکیب اصلی سنگ آهک کربنات کلسیم است که ۱۵-۱۰ درصد سنگ‌های رسوبی را شامل می شود.

– سنگ آهک شیمیایی در شرایط بخصوصی در خشکی هم تشکیل می شود. برای نمونه در دهانه چشمه‌ها هنگامی که آب زیرزمینی به سطح زمین می‌رسد، با محیط کم فشار و گرمتری مواجه شده و به علت جاری شدن، توربولانت آن بیشتر می‌شود. تمامی این فاکتورها در از دست دادن دی اکسیدکربن و رسوب کربنات کلسیم موثرند. سنگ آهک‌های پرحفره و شیری رنگ تراورتن و ستون‌های آهکی درون غارها به این ترتیب تشکیل می شوند.

– سنگ آهک براساس نوع ناخالصی موجود در آن به نام‌های سنگ آهک رسی، ماسه ای و دولومیتی نامیده می شود.

– سنگ آهک یا کربنات کلسیم به ندرت به صورت آهک خالص در طبیعت یافت می شود.

$$CaO + CO_2 \rightarrow CaCO_3$$

اگر به آهک زنده آب اضافه کنیم هیدراته می شود و واکنش گرمازاست .

$$CaO + H_2O \rightarrow Ca(OH)_2 + \text{گرما}$$

– مصارف بهداشتی آهک :

بهبود کیفیت آب آشامیدنی، کنترل PH پساب‌ها و رسوب دادن مواد زاید،خنثی کردن پساب‌های اسیدی کارخانه‌ها، کنترل آلودگی هوا، در کارخانه‌های ذوب فلزات و به عنوان جذب کننده گازهای سمی مانند SO_2، HF و غیره از آهک استفاده می شود.

آهک و اثرات آن بر غارنوردان

– اثرات پوستی

مهمترین عارضه آهک درماتیت است. این عارضه به اشکال مختلف و در مراحل متفاوتی به‌وجود می‌آید:

مرحله حاد: خشکی شدید پوست، قرمزی، تورم، تاول، ترشح، خارش

مرحله مزمن : پوسته پوسته شدن یا ضخیم شدن پوست، ترک پوست

مرحله بهبودی: هیپوپیگمانتاسیون، هیپرپیگمانتاسیون (پدید آمدن نقاط کم رنگ یا پر رنگ در پوست)

– اثرات آهک بر دستگاه گوارشی

تداوم مصرف آب دارای آهک ممکن است تحریک و تورم مخاط سیستم گوارشی ایجاد نماید.

– اثرات آهک بر دستگاه کلیوی و ادراری

در یک روند طولانی می‌تواند موجب افزایش احتمال آسیب‌های کلیوی شود.

حساسیت‌ها

آلرژی‌ها طیف وسیعی از بیماری و اختلالاتی هستند که در واکنش به عوامل حساسیت زا بروز می‌کنند. مواد آلرژن (حساسیت زا) بسیار متنوع و متعدد هستند و برخی از آنها در محیط درون غارها نیز وجود دارند. بعضی از عوامل و دلایل ایجاد آلرژی در غارنوردان به شرح زیر هستند :

– تماس با مواد و املاح درون غارها

– گزیدگی توسط جانوران یا حشرات

– حساسیت به مواد غذایی

– حساسیت به پوشاک و دستکش غارنوردی

– حساسیت به فضولات خفاش و سایر پرندگان

– سندرم رینود : این بیماری به‌دنبال تماس با هوا یا آب سرد غارها بروز میکند. علایم شامل قرمزی پوست، تورم و خارش شدید است. شدت بیماری در دست‌ها بیشتر است. غیر از خارش آزار دهنده و علایم ذکر شده عوارض مهم و خطرناک دیگری وجود ندارد.

پیشگیری و درمان حسا سیت‌ها

– دوری از عامل ایجاد کننده آلرژی

– اصلاح رفتارهای پرخطر – توجه بیشتر به بهداشت فردی و گروهی، توجه به آلودگی دستها

– دقت کافی در انتخاب محل‌های اطراق و استراحت در غار.

– درمان دارویی : بر اساس دو دسته کلی دارویی صورت میگیرد. این داروها به اشکال خوراکی، تزریقی و موضعی وجود دارند.

کورتیکواستروییدها (مانند: بتامتازون، کلوبتازول، پردنیزولون و...)

آنتی هیستامین‌ها (مانند : هیدروکسی زین، لوراتادین، کلماستین و...)

* مربی و مدرس درجه دو غارنوردی

مدرس کمیته پزشکی فدراسیون کوهنوردی■

دماوند DAMAVAND

Jack Wolfskin

Julbo

CAMP

KOVEA

SALEWA

MILLET MOUNTAIN BY EXPERIENCE

PETZL

LAVAN

هفت کوهر

تنها عرضه کننده لوازم کوه نوردی سنگنوردی ، کمپینگ در شمیران

نماینده فروش دستگاه دفع سگ سانان DAZER II در تهران

آموزش پاراگلایدر و پاراموتور توسط اساتید مجرب

زیر نظر هیئت ورزشهای هوایی استان تهران

آدرس: تجریش، روبروی بیمارستان شهداء ، پاساژ میری ،

طبقه همکف بازار، شماره ۲۳ تلفن: ۲۲۷۱۴۷۷۲

همراه: ۷۳۸۴۲۹۵ – ۰۹۱۲ فاضلی

Email: f.damavand@yahoo.com

آذرخش

کاوه اشکشی

اثرات آذرخش بر روی تلفن همراه و سایر دستگاه های الکترونیکی

kolakchal@gmail.com

www.kolakchal.com

روابط عمومی کار گروه راهنمایان کوهستان فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی



تابلو هشدار دهنده پیرامون خطرات استفاده از تلفن همراه [۱]

پیشگفتار:

تصور نمایید در یک روز زیبای بهاری (یا پاییزی)؛ مشغول گام برداری در محیط جذاب کوهستان هستید. در این دو فصل، شرایط جوی؛ قدری ناپایدارتر و بی ثبات تر از سایر فصول رفتار می کند. رفتاری که می تواند علاقمندان به طبیعت و کوهستان را در چشم به هم زدنی، غافلگیر نماید. این تغییرات، در ارتفاعات بلند؛ از سرعت و شدت بیشتری برخوردارند. حال اگر قدری هوا منقلب تر گردد و فضا از صدای رعدهای مهیب و برق های خیره کننده پر شود؛ چه چیزی در انتظار شما است ؟ بارش باران تند و سیل آسا، ذهن و جان کوه نورد خسته را به خود مشغول می کند. اما شاید خطری دیگر در کمین نشسته باشد. خطری که دست کم گرفتن آن، می تواند عواقبی غیرقابل جبران به همراه داشته باشد. در این شرایط، یکی از ساده ترین کارهایی که به ذهن افراد می رسد، پناه گرفتن و درخواست کمک است. کمکی که اگر به شیوه آن توجه کافی نشود، شاید آخرین درخواست کمک باشد ...

فرد تلاش می‌کند با تلفن همراهی که در جیب دارد با دوست، همنورد، مربی، مسؤل گروه، باشگاه و یا سازمان های امداد رسانی که در آن لحظه به ذهنش می رسد تماس بگیرد. تماسی که ممکن است نیمه تمام باقی بماند ... هنگامی که شرایط جوی نامناسب است و احتمال بروز آذرخش وجود دارد، از انجام هر گونه تماسی خودداری نمایید ! متاسفانه اصابت یک آذرخش (صاعقه) می تواند پایانی تلخ و ناخوشایند برای درخواست کمک ارسالی از سوی شما باشد. برای حفظ خونسردی، مسلط شدن بر اوضاع، دوری جستن از مناطق خطرناک و نهایتا پناه گرفتن در مکانی ایمن؛ فرصت چندان زیادی وجود ندارد. بنابر این بهتر است قدر تک تک آن لحظات طلایی را بیشتر بدانیم. به این منظور از شما خواهش می کنم حالت‌های زیر را مرور نموده و نسبت به اطلاع رسانی به دوستان، خانواده و همنوردانتان اقدام بفرمایید:

در صورت مواجهه با آذرخش و یا استقرار در میدان مغناطیسی آن؛ اگر احساس کردید تلفن همراهتان مشغول زنگ خوردن نیست، ایمن‌ترین و مناسب‌ترین اقدام شناخته شده تاکنون؛ این است که تلفن همراهی که روشن است را خاموش نکرده و تلفن همراهی که خاموش است را نیز روشن نکنید ! زیرا هر گونه تغییر وضعیتی در این زمینه، می‌تواند موجب تحریک آذرخش شده و احتمال برخورد و اصابت، به مراتب افزایش خواهد یافت. موارد مشابهی از برخورد آذرخش با تلفن همراه، آی پاد، دستگاه‌های پخش کننده موسیقی و ... در سراسر جهان گزارش شده است.

"همچنین کلیه وسایل الکترونیکی که حتی با باتری‌های بسیار کوچک و ضعیف کار می‌کنند، نیز می‌توانند احتمال اصابت آذرخش را افزایش دهند. بنابراین، منطقی‌ترین کاری که می‌توانید انجام دهید؛ این است که پیش از مواجهه با آذرخش یا ورود به میدان مغناطیسی آن، کلیه وسایل الکترونیکی غیر ضروری را خاموش کرده و در صورت امکان نسبت به جدا سازی باتری ها (منبع تغذیه) از وسایل الکترونیکی اقدام نمایید." [۲]

اگر در حین صحبت با تلفن همراه، صدای آذرخش در اطراف به گوش شما رسید، منطقی ترین و ایمن ترین کار این است: بدون آنکه تلفن همراه را خاموش نمایید، به سرعت تلفن همراه را درون یک جلد محافظ ضد آب یا ... قرار داده و بر روی زمین بگذارید. سپس به طور موقتی از آن فاصله گرفته و در مکان امنی؛ پناه بگیرید تا شرایط جوی مساعد شود. این فاصله حتی ممکن است به بیش از یکصد متر نیز برسد. مطمئن باشید ارزش آن تلفن همراه حتی اگر گم شود با زیر باران بسوزد، بیشتر از جان شما نخواهد بود.

"هنگامی که صاعقه رخ می دهد نباید از تلفن همراه جهت توصیف آنی صاعقه و یا احوالپرسی و ... استفاده نمود. ممکن است صاعقه بعدی به فردی که در حال مکالمه است برخورد کند. استفاده از تلفن همراه که نقش محرک را دارد، در هنگام صاعقه بسیار خطرناک است." [۳]

متاسفانه موارد مختلف و مشابهی از اصابت آذرخش با افرادی که هنگام صاعقه، نسبت به قطع نمودن ناگهانی تماسشان اقدام کرده اند؛ گزارش شده است. به بیان ساده‌تر، هنگامی که خطر آذرخش وجود دارد و با تلفن همراه مشغول صحبت هستید، هرگز نباید اقدام به خاموش نمودن تلفن همراه یا خارج نمودن باتری یا سیم کارت آن نمایید. فقط از آن دور شوید بدون آنکه تغییری در وضعیت آن ایجاد نمایید. در صورتی که شرایط جوی چندان نامساعد نیست اما احتمال بروز آذرخش را در ادامه مسیر می‌دهید، بهتر است ضمن خاموش نمودن تلفن‌های همراه کلیه اعضای گروه؛ نسبت به جداسازی باتری آن‌ها نیز اقدام شود. سپس جهت پیشگیری از تخلیه شارژ باتری‌ها، می‌توانید تلفن‌های همراه و باتری‌های آن را درون یک محفظه عایق پیچیده و درون کوله پشتی‌ها قرار دهید.

در این شرایط باید کلیه تجهیزات و لوازم فلزی را نیز از خود دور نموده و یا درون بخش های میانی کوله پشتی قرار دهید. ضمنا پیشنهاد می شود کلیه وسایل الکترونیکی نظیر واکمن، رادیو، پخش کننده‌های موسیقی مانند MP۳ Player و ... را نیز خاموش کنید. اجازه ندهید بیهوده امنیت شما و همراهانتان به خطر بیفتد. هنر سالم بازگشتن به خانه را همواره مد نظر قرار دهید. مساله ای که مهم به نظر می‌رسد، این است که باید هدفون، هد ست و ... که در ناحیه سر یا گوش قرار می گیرند را نیز از خود دور نمایید. ممکن است تصور کنید چون دستگاه پخش کننده موسیقی

یا تلفن همراه را قبلا خاموش نموده‌اید دیگر نیازی به دور نمودن هدفون و سیم متصل به آن نیست. اما حوادثی از این دست رخ داده اند که مرور هر یک از آن‌ها می‌تواند عبرت آموز باشد. فراموش نکنید سیم هدفون دارای لایه عایق بسیار نازکی بوده و در درون خود حاوی مواد رسانا و فلزی است.

نمونه های خاصی از سوختگی ناشی از اصابت آذرخش در کشورهای اروپایی گزارش شده است که در آن ها راستای سوختگی کاملا قابل مشاهده است. در این گزارش ها، مسیر سوختگی پوست از گوش فرد؛ آغاز شده و تا جیب کناری شلوار که در آن دستگاه پخش کننده موسیقی قرار داشته است، امتداد می یابد.

"موزیک گوش دادن با آی پاد هنگام رعد و برق بسیار خطرناک است. این هشدار ژورنال پزشکی نیو انگلند است. بر اساس گزارش، سالون مکینیست یک فرد ۳۷ ساله که در ایالت بریتیش کلمبیای کانادا به هنگام رعد و برق در حال موزیک گوش دادن با آی پاد بود، زیر یک درخت پناه گرفت، اما با زدن صاعقه به حدود چند متر دورتر پرتاب شد و در اثر این حادثه با سه شکستگی در ناحیه فک مواجه شد. پزشکان معالج این فرد در بیمارستان ونکوور گفتند او در مسیر هد فون های آی پاد دچار سوختگی شده و پرده های گوش هایش نیز دچار آسیب های جدی شده است." [۴]

در صورت مواجهه با آذرخش و یا استقرار در میدان مغناطیسی آن؛ اگر فراموش کرده باشید تلفن همراه خود را خاموش کنید کار قدری حساس تر می شود. به خصوص هنگامی که ناگهان تلفن همراهتان زنگ بخورد ! در این شرایط ایمن ترین و مناسب ترین اقدام شناخته شده تا کنون؛ عدم پاسخ دهی به تماس مذکور و فاصله گرفتن موقتی از تلفن همراه است. زیرا بر اساس تحقیقات انجام گرفته توسط بسیاری از دانشمندان و محققین، تلفن همراه یکی از عوامل محرک آذرخش بوده و احتمال اصابت آذرخش را به شکل معنی داری افزایش می دهد. بنابراین خواهش می کنم به این تماس نه پاسخ بدهید (Accept Call) و نه آن را رد کنید (Reject Call)؛ اجازه دهید در حالی که تلفن همراه زنگ می خورد، خود را به فاصله ای دورتر از تلفن همراه که به مراتب ایمن‌تر است؛ برسانید.

شرکت در دوره های تخصصی نظیر هواشناسی کوهستان، پزشکی کوهستان، مشاوره با مربیان زبده و کارآزموده فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی و همچنین مطالعه مستمر در زمینه رفتار ابرها به ویژه در مناطق کوهستانی و مرتفع؛ یکی از کم هزینه‌ترین و موثرترین اقدامات پیشگیرانه در مواجهه ایمن با پدیده‌هایی همچون آذرخش و تندر محسوب می شود.■

منابع:

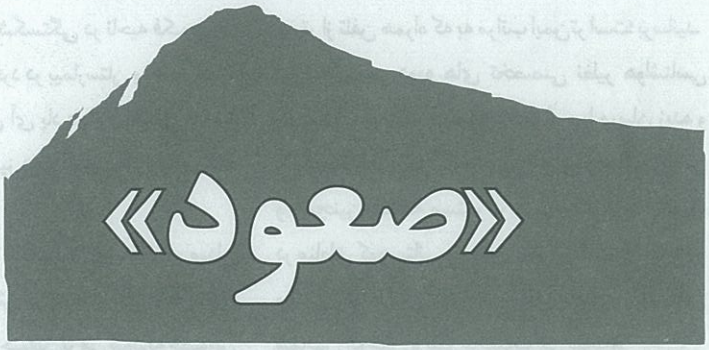
[۱]: تابلو هشدار دهنده پیرامون خطرات استفاده از تلفن همراه، پایگاه اطلاع‌رسانی (http://images.intomobile.com/)

[۲]: اشکشی، کاوه، بررسی راهکارهای پیشگیرانه و ایمن در برخورد با آذرخش و تندر در کوهستان، پایان نامه مربیگری درجه سه ملی کوه پیمایی، فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی (استاد راهنما: ناژداکی، فریبرز؛ استاد مشاور و کارشناس: دکتر سپهری، جعفر)، بهمن ۱۳۸۸

[۳]: دکتر سپهری، جعفر؛ مباحث ارایه شده در "دومین دوره هواشناسی کوهستان" در دفتر انجمن کوه نوردان ایران، آبان، ۱۳۸۸

[۴]: پایگاه اطلاع رسانی Mobile3c (http://mobil3c.mihanblog.com/post/17/category)





«صعود»

قسمت نهم: «از خومبو تا بارگاه اصلی»

ترجمه: ابوافضل جوادی
نویسنده: جی.وستون.دوالت
به روایت: آناتولی بوکریف

... بدون شک تراژدی اورست در سال ۱۹۹۶ از مهم‌ترین حوادث به وجود آمده در منطقه هیمالیاست که شرح این حادثه برای اولین بار در شماره ۵ مجله کوه در سال ۱۳۷۵ چاپ شد. جزییات کامل این واقعه از زبان جان کراکوئر نویسنده و خبرنگار مجله آوت ساید، با نام «در هوای رقیق» و در ۲۱ قسمت و با ترجمه خانم تیموری به چاپ رسید که قسمت پایانی آن در شماره ۵۳ چاپ شده است. لازم به یادآوری است که فیلم «صعود به قله اورست» بازسازی همان ماجرای صعود است که در آذر ماه ۷۸ از شبکه ۳ صدا و سیما پخش شد. با گذشت حدود ۳۱ سال از پدید آمدن این حادثه، آسیب‌شناسی آن هنوز مورد بررسی جامعه کوه‌نوردی است. شاید اهمیت آن به این دلیل است که در جریان صعودهای تجاری، این تعداد کشته بی‌سابقه بوده است.

در واقعه ۱۹۹۶ آناتولی بوکریف برای زنده ماندن افراد تا سر حد مرگ تلاش کرد و تا حدودی موفق شد او در طی این عملیات به یک اسطوره تبدیل شد. وی در زمستان سال ۱۹۹۷ در هنگام صعود قله آناپورنا دچار بهمن شد و جانش را از دست داد.

در کتاب «در هوای رقیق» شرح ماجرا از زبان یکی از صعودکنندگان تجاری بیان شده است اما در کتاب صعود، شرح و علت حادثه از زبان یک کوه‌نورد برجسته، آناتولی بوکریف آسیب‌شناس و... نقل شده است.

این کتاب با تلاش دوست و همکارمان دکتر ابوالفضل جوادی ترجمه شده است. با توجه به این که مترجم نیز از تجربه صعود به ارتفاعات بلند برخوردار است، مطالعه ترجمه این کتاب، خواننده را به هیمالیا می‌برد.

مقدمه مترجم: موضوع محوری این بخش از کتاب، « خودکفایی » است. خودکفایی یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های هر تیم کوه‌نوردی است که به قصد صعود از شهر خارج می‌شود. مفهوم خودکفایی آن است که کوه‌نورد باید مهارت حفظ سلامت خود و پرهیز یا گریز از موقعیت‌های مخاطره آمیز را به دست آورد. تیم کوه‌نوردی نیز، باید برای حوادث معمول و قابل پیش‌بینی در مسیر مورد نظر، آماده و مجهز باشد. در این نوشتار، نگرانی بوکریف برای مشتریانی که پیوسته باید مراقبشان بود و دستشان را گرفت، جای تامل دارد. نقطه مقابل این نگرش، رویکرد تجاری به کوه‌نوردی است که در آن تامین مبلغ درخواستی برای شرکت در صعود، مساله اساسی است و معیارهای مهمی چون آمادگی، تجربه و توانایی‌های فنی، در سایه تجارت و اقتصاد قرار می‌گیرد و رنگ می‌بازد. برخورد این دو نگرش را در تمامی فصل‌های کتاب «صعود» می‌توان مشاهده کرد.

پیش از سپیده دم یازدهم آوریل ، مشتریان جنون کوهستان از چادرها بیرون آمدند و آماده گذر از یخچال خومبو شدند. به گفته بوکریف، هوای آن روز صاف و آفتابی و برای صعود نهایی بسیار مناسب بود: هوایی دلخواه با باد ملایم که پیش‌بینی می‌شد تا چند روز پایدار بماند.

مشتریان فیشر، نگران وضع هوا در پایان روند هم‌هوایی بودند. همان گونه که شانس صعود قابل پیش‌بینی نیست، آب و هوای کوهستان را نیز نمی‌توان با دقت قابل قبول پیش‌بینی کرد. شاید آن هنگام که کوه‌نوردان آمادگی صعود را به دست می‌آوردند، هوای کوهستان آنها را پس می‌زد. در این صورت، پول کسی را پس نمی‌دادند و مشتری‌ها باید ناکام به خانه برمی‌گشتند.

بیشتر اعضا به افزایش ارتفاع از گوراک شپ تا بارگاه اصلی، واکنش جدی نشان ندادند. سرعت تنفس آنان در حال استراحت به محدوده طبیعی برگشت ولی برای بسیاری از آنان، هر تلاشی موجب تنگی نفس می‌شد. به گفته یکی از آنها، "در بارگاه اصلی که غلظت اکسیژن آن نصف سطح دریا بود، انگار با یک شش تنفس می کردی و در حال مستی راه می‌رفتی ! "

برخی از مشتری‌ها هنوز گرفتار سردرد بودند اما شکایتی نمی‌کردند زیرا می‌خواستند تصویر خوبی از خود نمایش دهند. آنها نمی‌خواستند از احساس بسیار بد خود چیزی بگویند. فیشر پیوسته به مشتری‌ها می گفت:

"موضوع، اعتقاد است نه ارتفاع ! " او از دید مشتری‌ها سالم و نیرومند به نظر می‌رسید اما در نگاه جین برومت، میان این برداشت‌ها و شرایط واقعی فیشر تفاوت آشکاری بود : " او بامداد بیدار می‌شد و گاهی پنج دقیقه طول می‌کشید تا بتواند سرپا بایستد. اسکات از نفس افتاده بود. او یک روز در میان، ۱۲۵ میلی گرم " دیاموکس" مصرف می‌کرد تا هم‌هوایی خود را جلو بیندازد. "

نیل بیدلمن و همه مشتری‌ها (به جز سندی پیتمن) برای نخستین بار پا به یخچال خومبو می‌گذاشتند. بیشتر آنان با وجود آرامش ظاهری، از پیشینه مانع روبه‌رویشان در هراس بودند: از زمانی که حفظ آمار باب شده بود، نوزده نفر ضمن گذر از یخچال کشته شده بودند. این یخچال به صورت توده سترگ و غول آسایی از یخ آبی رنگ، در مسیری شیبدار به سمت بارگاه اصلی اورست می‌لغزد و پیوسته دگرگون می‌شود. این توده سهمگین با نیروی گرانش به سمت پایین کشیده می‌شود، شکاف برمی‌دارد و به صورت مکعب‌های یخی بزرگ و برج‌های بلندی درمی‌آید که گاهی از ساختمان‌های ده طبقه نیز بلندترند. در فاصله برج‌ها، مجموعه‌ای از شکاف‌ها پدید می‌آید که ژرفای آنها گاهی به بیش از یکصد متر می‌رسد. برای گذر از یخچال و رسیدن به بارگاه یک (۶۱۰۰ متر) باید در مسافتی حدود ۱۶۰۰ متر، بیش از ۶۵۰ متر ارتفاع بگیریم. پیش از شروع فصل صعود، گروهی از شرپاها مسیر یخچال را برای گذر کوه‌نوردان آماده می‌کنند. در مارس ۹۶، این تیم با تلاش هنری تاد و " مال داف " بریتانیایی تشکیل گردید. مال داف مانند تاد، سرپرست یک گروه تجاری بود. سرگروه شرپاهای گشاینده راه یخچال – که در بارگاه اصلی او را دکتر یخچال می‌خواندند – بر کارگذاری پرمخاطره نردبان‌های آلومینیومی نظارت می‌کرد. این نردبان‌ها (که در سال ۹۶ بیش از هفتاد عدد بودند) برای صعود قائم یا گذر از شکاف‌ها به کار می‌آمدند. به تناسب پهنای شکاف، گاهی بیش از سه یا چهار نردبان را با طناب به هم می‌بستند. چالش اصلی، گذر از نردبان با حمایت طناب ثابت و به کمک طناب‌های دستگیره بود. معمولا از کارابین و طناب یا تسمه کوتاه متصل به هارنس فرود، به عنوان خودحمایت استفاده می‌شد . در صعودهای قائم نیز یومار به کار می‌آمد. در ضمن گذر از یخچال جابه جا شونده، پیوسته صداهایی – گاه خشک و گاه ناله مانند – به گوش می‌رسید. کوه‌نوردان دایم دعا می‌کردند که این صداها، پیش‌درآمد دهان باز کردن شکاف زیر نردبان یا فرو ریختن برج یخی روی مسیر نباشد.

فیشر به مشتریانش گفته بود شرط ادامه مسیر به سوی بارگاه‌های بالا، آن است که بتوانند در کمتر از چهار ساعت از یخچال بگذرند. آموزش‌های گذر از یخچال، بسیار کوتاه بود: "دنبال این نشانه بگرد! دنبال آن نشانه برو ! " برای بیشتر مشتری‌ها، بالا رفتن از نردبان‌های قائم به مراتب آسان‌تر از گذشتن از روی نردبان‌های روی شکاف‌ها بود: پیشروی گام به گام روی پله‌های نردبان، سر و صدای سایش دو فلز، گیر کردن گاه و بی‌گاه کرامپون به پله و تاب خوردن افراد روی شکافی که با یک اشتباه می‌توانست آنها را ببلعد. حتی اگر می‌توانستند به آنها دسترسی پیدا کنند، تصور بالا کشیدنشان با بدنی سرد و درهم کوفته، بسیار هراس‌انگیز بود. بعضی از آنها روی نردبان‌ها راه می‌رفتند و برخی می‌خزیدند اما سندی و لین، بهتر از هر کسی این کار را انجام می‌دادند. آنها تعادل خوبی داشتند و اصلا دستپاچه نمی‌شدند. از سوی دیگر شارلوت فاکس به این نتیجه رسیده بود که روی نردبان، " کون خیزه " رفتن به مراتب ساده‌تر و مطمئن‌تر از راه رفتن با کرامپون است ! فاکس در روز دهم ماه می، سی و نه ساله می‌شد و بسیار مشتاق بود که آن روز را ببیند.

" همه مشتری‌ها یخچال را در کمتر از چهار ساعت پشت‌سر گذاشتند و من در مجموع راضی بودم. اما شمار بالای مشتریانی که برای گذر از یخچال نیاز به مراقبت شرپاها داشتند، مرا غافلگیر کرد. از این می‌ترسیدم که آنها انتظار داشته باشند در هر موقعیتی، یک شرپا به آنها کمک کند. این اندیشه مرا پریشان می‌ساخت که اگر کسی برای کمک به آنها نباشد، چه اتفاقی خواهد افتاد ؟ "

بوکریف ارزیابی معادله « گروه جنون کوهستان و کوه اورست » را آغاز کرده بود. عوامل موثر بر این معادله، راهنماها، شرپاها و مشتری‌ها بودند . اگر آنها سالم و هم‌هوا شده بالا می‌رفتند، تصمیم‌های درست می‌گرفتند، تلاش‌هایشان در یک راستا هم افزایش می‌یافت و هوا هم به آنها فرصت می‌داد، می‌توانستند زنده برگردند. اما در موقعیت‌های بحرانی چطور؟ زمانی که راهنماها مراقب آنان نبودند، چقدر می‌شد به توان آنها برای مراقبت از خود و تصمیم‌گیری‌های درستشان اعتماد کرد؟ بوکریف روی آموخته‌ها و تجربه خود در ارتفاعات بالا حساب می‌کرد. هنری تاد در سال گذشته، وی را به خاطر همین تجربیات



استخدام کرده بود: " در سال ۹۵ او واقعا عالی و شگفت‌انگیز بود و دقیقا همان کاری را می‌کرد که از وی انتظار می‌رفت. من می‌دانستم او کیست و چه توانایی‌هایی دارد. اگر مشکلی در ارتفاع پیش می‌آمد، کسی را می‌خواستم که مانند گلوله بالا برود. من یک تفنگ لازم داشتم! "

از دید تاد، ارزش بوکریف در نیروی او و حاشیه امنیتی بود که می‌توانست برای تیم پدید آورد. اگر مشتری‌ها به دردسر می‌افتادند ، وی می‌توانست خود را برساند و آنها را پایین بیاورد. به باور تاد ، کار بوکریف تر و خشک کردن مشتری‌ها نبود. گماشتن وی به این کار، هدر دادن توانمندی‌های او بود: " این کاری نیست که او برای آن ساخته شده باشد. مثل این است که شما برای بردن بچه‌ها به کودکستان، از یک اتومبیل مسابقه استفاده کنید! "

بازگشت آنها از یخچال، بی‌حادثه بود و مشتری‌ها با اطمینان و رضایت از پیروزی خود، به بارگاه اصلی برگشتند. برابر برنامه، آنها دو روز استراحت در پیش داشتند تا شرپاها بارگاه یک را برای گام بعد – نخستین شب مانی در آنجا – آماده نمایند. ضمن این استراحت دو روزه، بوکریف از مشتری‌ها پرسش‌هایی درباره آمادگی آنها کرد. او در مجموع از کارکرد گروه راضی بود اما نگرانی‌هایی در مورد توانایی دیل کروز و پیت شونینگ برای صعود داشت. فیشر به او اطمینان داد: " پیت به حرف من گوش می‌کند. او با تجربه است و رویاها را با واقعیت‌ها مخلوط

نمی‌کند. اما درباره کروز: دیل یک دوست قدیمی است. برگرداندن او برای من آسان است. صعود برای او چندان مهم نیست. او در بارگاه اصلی غذاهای خوب می خورد و نوشیدنی‌های دلخواهش را می‌نوشد! مشکلی نیست. "البته فیشر ترس و نگرانی خود را درباره کروز، محرمانه به یکی از اعضای تیم پشتیبان گفته بود. کروز در ضمن کوه‌پیمایی و نخستین روزهای سکونت در بارگاه اصلی، خود را از گروه دور نگه می‌داشت. او رفتاری ضد اجتماعی نشان می‌داد و در عالم خود غرق بود. فیشر به زودی متوجه این موضوع شد اما باور داشت که او باید به تنهایی با موضوع روبه رو شود و با تلاش و کوشش، مشکل را از پیش پا بردارد. به گفته یک ناظر، " دیل داشت رنج می کشید. او با آن وضع روحی ، بی‌تردید ضعیف‌ترین حلقه زنجیر بود. ارتفاع او را ویران کرده بود. به نظر من، او از پنج هزار متر به بالا دچار کمبود اکسیژن شده بود اما از آنجایی که بسیار کم حرف بود، به سختی می‌شد چیزی از ظاهرش خواند. "

مشتری‌ها همان‌گونه که باید با ارتفاع سازگار می‌شدند، ناچار بودند با یکدیگر نیز کنار بیایند. به گفته یکی از آنها، "بیشتر ما پیش از آمدن به کاتماندو شناخت چندانی از یک‌دیگر نداشتیم و تنها وجه اشتراکمان، رسیدن به قله بود. سپس با پیشرفت برنامه، به شناخت کامل یک‌دیگر نزدیک شدیم. آدم باید بداند با چه کسی صعود می کند. اگر مشکلی پیدا شود، نمی‌توان تاکسی گرفت و به خانه برگشت. جالب است که به جز یکی دو مورد استثنا، همه اعضا به صورت تصادفی گرد هم آمده بودند و با این وجود، ما گروهی به نسبت یکدست و هماهنگ بودیم. "

تیم مدسن نیز بسیار ساکت و گوشه‌گیر بود. او به اندازه دیل کروز ساکت و خاموش بود و به یک کتاب بسته می‌ماند. البته با وجود کم حرفی، برخورد مدسن و کروز با دیگران خوب بود. درواقع به جز «سندی پیتمن» و «لین گاملگارد»، همه مشتری‌ها روابط خوبی با یکدیگر داشتند. به گفته یکی از ساکنان بارگاه اصلی، " من پس از مدتی متوجه شدم که گونه‌ای رقابت میان سندی و لین پدید آمده است. از دید لین، سندی یک خودنمای بزرگ و میلیونر مشهور بود که می‌توانست هر کاری بکند در حالی که خود او، در پی یک زندگی مستقل و بی‌نیاز از کمک دیگران بود. ... به نظر من، انگیزه هیچ یک از آن دو، علاقه درونی به صعود نبود. آنها بیشتر در پی اثبات خود بودند. از سویی نیل بیدلمن نیز با این دو شخصیت درگیر بود. ناتوانی پیتمن در کار با تجهیزات ارتباطی، رابطه او با بیدلمن را پیچیده‌تر می‌کرد. او وسایل خود را نمی‌شناخت و بیدلمن، شبانه روز درگیر رفع و رجوع مشکلات تجهیزات وی بود. من به او پیشنهاد کردم که با NBC تماس بگیرد و درخواست دستمزد نماید اما پاسخ بیدلمن منفی بود. "

با وجود همه این مشکلات ، فیشر تلاش می کرد آرامش خود را حفظ کند. او نمی‌خواست وارد چالش‌های میان پیتمن و گاملگارد شود. فیشر پذیرفته بود که شاید آوردن پیتمن اشتباه بوده است. پیتمن لقمه بزرگی بود. او اگر به قله نمی‌رسید، گناه را به گردن فیشر می‌انداخت و اگر صعود می کرد، شاید به یاد فیشر هم نمی‌افتاد .

"با پیشرفت کار، ارتباط من با هر یک از مشتری‌ها به گونه‌ای متفاوت شکل می‌گرفت. من از برنامه ماکالو (۱۹۹۴) با نیل بیدلمن و مارتین آدامز آشنایی کامل داشتم. لین گاملگارد با احترام ویژه‌ای به من می‌نگریست زیرا از میخاییل یورگنسن چیزهایی در باره‌ام شنیده بود. یورگنسن نخستین کوه‌نورد دانمارکی بود که در بهار گذشته توانست در قالب تیم اعزامی هنری تاد، به اورست صعود کند. لین هم مانند من غیر آمریکایی بود و این، او را از دیگر مشتری‌ها جدا می‌کرد. از این گذشته، او ثروت چندانی نداشت و تنها بخشی از هزینه صعود را خودش پرداخته بود. ارتباط من با شارلوت فاکس و تیم مدسن کم و بیش شکل گرفته بود زیرا ما به خاطر عشق به کوه، روحیات بسیار نزدیکی داشتیم. دیگر مشتری‌ها با من با احتیاط برخورد می کردند. پیت شونینگ و برادرزاده‌اش پیوسته با هم بودند و ارتباطی با دیگران نداشتند. از دید آنها بین یک کوه‌نورد روس و یک باربر ارتفاع تفاوت چندانی نبود. برخی از برخوردهای آنان را می‌شد به جنگ سرد نسبت داد که زمان زیادی از آن نمی‌گذشت. بالاتر از همه اینها، مشکل زبان انگلیسی من بود. من به بسیاری از پرسش‌های آنها نمی‌توانستم پاسخ درست بدهم. نمی‌توانستم آن‌گونه که از یک راهنما انتظار می‌رود، مسایل علمی و تجربی را به خوبی توضیح دهم و اهمیت رهنمودهایم را برای آنها روشن کنم. "

روز شنبه سیزدهم آوریل، اعضای گروه دوباره سراغ یخچال خومبو رفتند. آنان بدون سانحه از یخچال گذشتند و به گردنه باختری پا نهادند: چشم‌انداز گسترده‌ای که در عدسی هیچ دوربینی نمی‌گنجد. گردنه باختری یک گودال یخچالی است: گستره‌ای از برف و یخ به درازای چهار کیلومتر که شیب ملایمی دارد و از سه سو به قله‌های اورست، لوتسه و نوپتسه (سه قله اصلی مجموعه اورست) محدود می‌شود. از اینجا می‌توان کوه وهم‌انگیز، با شکوه و هراسناک اورست را به تمامی دید: چیزی که از بارگاه اصلی هرگز دیده نمی‌شود. گاملگارد که اراده نیرومند و سبک زندگی آزاد او برخی را آزار می‌داد، در چشم‌انداز زیبای پیش رویش غرق شده بود: " من در برابر این چشم‌انداز جادو شده بودم. هیچ چیز نتوانسته بود تاثیری چنین عمیق بر من بگذارد. " گاملگارد رو در روی فلات برفی شیبدار گردنه باختری و کوهی که باید از آن بالا می‌رفت، ایستاد و دور از چشم دیگر مشتری‌ها ، در سکوت گریست.

آنها بارگاه یک خود را نیم ساعت مانده به ته یخچال، روی برف و یخ گردنه باختری برپا کردند. اینجا کمی بالاتر از محل اصلی بارگاه یک بود که پیش‌تر تیم‌های زیادی با چادرهایشان آنجا را پر کرده بودند. در عوض، ایمنی بیشتری در برابر خطر بهمن داشت. اعضای تیم برای گرم کردن خود و جبران آب از دست رفته، به کمک اجاق‌های ارتفاع شروع به آب کردن برف کردند. پیتمن سرگرم فرستادن گزارش صعود تا بارگاه یک برای پایگاه اینترنتی NBC بود. او می‌گفت حضور در ارتفاع ، چنان گیج و منگش کرده که دیدن آب شدن برف ، برایش تجربه‌ای لذت بخش مانند تماشای تلویزیون است. او از گاملگارد نیز سپاس گزاری کرد که هم چادر وی شده و برای شام، غذاهای خوشمزه را یکی پس از دیگری از کوله‌اش بیرون می‌آورد. غذاهایی که هدیه یکی از حامیان دانمارکی وی بودند. در حالی که در چادرهای دیگر، کوه‌نوردان سوپ آماده را به زور پایین می‌دادند، آن دو بدون شرمندگی میوه‌های خشک و انواع مغزها را نوش جان می‌کردند. به علاوه چیزی که پیتمن آن را « غذای ویژه چادرنشینان خاورمیانه » می‌نامید. گاملگارد و پیتمن با وجود شخصیت‌های متفاوت، هر دو در تلاش رسیدن به هدف‌هایشان بودند. دوست یا دشمن، آنها هم چادر بودند و با یک‌دیگر همکاری می‌کردند.

بامداد روز بعد، بوکریف و برخی از مشتری‌ها از گردنه باختری تا جای بارگاه دو (۶۵۰۰ متر) پیشروی کردند ولی دیگران یکراست به بارگاه اصلی بازگشتند.

تا پیش از شام ، همه سالم به بارگاه رسیدند و در چادر همگانی گرد آمدند.

در روزهای پانزدهم و شانزدهم آوریل، اعضای تیم گرفتار استراحت ناخواسته شدند و به تعمیر کرامپون‌هایشان پرداختند. خوردن صبحانه‌ای از پن کیک، املت با پنیر یاک و قهوه، دوش آب داغ، آفتاب گرفتن، خواندن کتاب و تماشای فیلم، چالش‌های روزانه آنها بود. در هفدهم آوریل، آنان دوباره راهی کوه شدند.

" در سومین گذر از یخچال خومبو، همه مشتری‌ها به جز سندی و تیم، صبح زود بارگاه اصلی را پشت سر گذاشتند. من و اسکات احساس می‌کردیم آنها دیگر می‌توانند بی‌کمک از یخچال بگذرند. سندی کمی بیشتر ماند تا کارهایش را در چادر ارتباطات انجام دهد. تیم مدسن که از کوه گرفتگی حاد رنج می‌برد، روز گذشته با اینگرید (پزشک تیم) به فریچه برگشته بود. اینگرید نیز دچار مشکل بود. من از بیماری آنها چندان تعجب نکردم زیرا هیچ یک پیش‌تر به ارتفاعات بالا نرفته بودند و این چالش برایشان تازه بود. "

با وجود تردید و نگرانی برومت، پیتمن به فرستادن اخبار برای پایگاه NBC ادامه می‌داد. در آن روز، فیشر بیش از یک ساعت در چادر ارتباطات ماند و در گفتگوی اینترنتی زنده‌ای با ادموند هیلاری – که آن هنگام در کاتماندو بود – شرکت کرد . هیلاری با وجود مخالفت دیرینه با صعودهای تجاری و تخریب محیط اورست، این گفتگو را پذیرفت و رهنمودهایی نیز داد: " همواره به کوه احترام بگذارید. اگر تحت تاثیر ارتفاع قرار گرفتید، پایین‌تر بیایید تا نشانه‌ها برطرف شوند. در نهایت برای موفقیت در اورست، باید از آمادگی جسمی کافی برخوردار باشید. "

در حالی که پیتمن به گفتگو پایان می‌داد، فیشر و بوکریف بارگاه را پشت‌سر گذاشتند تا به عنوان عقب‌دار، به واماندگان گروه کمک کنند. از دید بوکریف، در آن روز بیش از یکصد صعودکننده سرگرم گذر از یخچال بودند. شرپاهای گروه‌های گوناگون با کوله‌ها و کیسه‌های پر از ملزومات و تجهیزات، به کوه می‌رفتند تا بارگاه‌های بالا را برپا سازند. کوه نوردان گروه‌های دیگر نیز مانند مشتریان فیشر، در حرکت بودند تا هم‌هوایی خود را کامل کنند.

" من و اسکات ضمن حرکت به سوی بارگاه یک، به کوه‌نوردان برخی از گروه‌های تجاری توجه کردیم و پذیرفتیم که صعودکننده‌های ما در مقایسه با دیگران، بهتر به نظر می‌رسند. البته از دید من سطح کلی آمادگی مشتریان گروه‌های تجاری – از جمله مشتریان خودمان – به مراتب پایین‌تر از کسانی بود که سال گذشته از سمت تبت صعود کردند. من به خود گفتم اگر شانس بیاوریم می‌توانیم صعود کنیم. باید طوری برنامه‌ریزی می‌کردیم که همه کسانی که توان صعود داشتند، درست در زمان مناسب در بارگاه چهار آماده تلاش باشند. البته در آن حالت هم وابسته به هوا بودیم و در برابر آن، هیچ تضمینی نداشتیم. با وجود تندبادهای ارتفاع یا دگرگونی ناگهانی هوا، کاری از کسی برنمی‌آمد. اگر در زمان تعیین شده کار پیش نمی‌رفت، شاید می‌توانستیم برای تلاش دیگری آماده شویم. اگر انگیزه، زمان و توان لازم را داشتیم، شاید می‌شد منتظر موقعیت بهتری ماند. اما وضع مشتری‌ها و اندوخته اکسیژن چطور؟ تردید داشتم که مشتری‌ها بتوانند تا بهتر شدن هوا در ارتفاع بمانند و اکسیژن کافی برای تلاش دوباره در دسترس داشته باشند. به هر حال می‌دانستم که بسیاری از تصمیم‌ها را، کوهستان برای ما می‌گیرد. "

اگر این صعود برای بوکریف یک نقطه عطف داشت، بی‌گمان امروز همان نقطه عطف بود. پیتمن هنوز به ته صف صعودگران نرسیده بود. هنگامی که فیشر عقب ماند تا به وضع او رسیدگی کند، بوکریف تنها شد تا به قراردادی که با جنون کوهستان بسته بود بیندیشد. او در صعودهایش هرگز به چنین چیزهایی برنخورده بود: تجهیزات الکترونیک، ارتباط با رسانه‌ها، مشتری‌های نازپرورده و ملاحظات سیاسی .

" من با توجه به تجربه‌هایم از دگرگونی هوا در بالای هشت هزار متر، به احتمالات پیش رو می‌اندیشیدم. اگر در آن بالا وضعیتی بحرانی پدید آید ، چه رخ می‌دهد؟ آیا نیروی من، اسکات، نیل و شرپاها برای رویارویی با آن کافی خواهد بود؟ ... خوب شد که مشتری‌ها صبح زود حرکت کردند زیرا بعد از ظهر، هوا خراب شد و با آغاز تاریکی، برف دانه درشتی باریدن آغاز کرد. پیتمن هنوز نرسیده بود ولی به‌خاطر تجربه پیشینش در اورست، فکر نمی‌کردم در خطر جدی باشد. "

تا سپیده دم هجدهم آوریل بیش از پانزده سانتی‌متر برف تازه روی چادرهای بارگاه یک نشست. با برآمدن آفتاب، قرار شد اعضاء تا بارگاه دو بالا بروند و شب آنجا بمانند. بوکریف نگاهی به مشتری‌ها انداخت. از دید وی، همه آنها در وضع خوبی بودند.

" هر یک از ما راهنماها کوله‌پشتی کوچکی داشتیم و با آهنگی یکنواخت، همراه مشتری‌ها در برف تازه گام برمی‌داشتیم. امروز، «شارلوت» و «لین کندتر» از دیگران جلوتر می‌رفتند اما سندی، نیرومند و سرحال بود. تنها مشکل وی سرفه‌های پیوسته‌اش بود که مانند سرفه‌های نیل، در هوای خشک کوه بدتر می‌شد. "

بوکریف پس از گذر از ردیف مشتری‌ها، در کمتر از سه ساعت به جایی رسید که شرپاها لوازم بارگاه دو را زمین گذاشته بودند. بارگاه آنها در چین خوردگی پای کوه، روی سنگ‌هایی جابه جا شده از حرکت یخچال برپا شده بود. چادرهای آنها که تا اندازه‌ای از گزند باد در امان بود، در بامداد با تابش آفتاب گرم می‌شد ولی بعد از ظهرها افراد را کباب می‌کرد.

" در هوای ساکن و آفتابی، بارگاه دو زیر نور خورشید برشته می‌شود. در نیمروز، دما به شدت بالا می‌رود و موجب ضعف و کم آبی بدن می‌گردد. ... با رسیدن به بارگاه دو، به کمک شرپاها رفتم که هنوز چادر همگانی را برپا نکرده بودند. در حالی که سرگرم کار بودیم، مشتری‌ها یکی یکی از راه رسیدند. میان نفر اول و آخر آنها، دور و بر سیصد متر فاصله بود. "

پس از رسیدن مشتری‌ها، بوکریف و شرپاها همچنان به کار ادامه دادند تا سرانجام چادر همگانی برپا شد. سپس شرپاها سراغ مشتری‌ها رفتند تا به آنها در برافراشتن چادرهایشان کمک کنند. بوکریف در بارگاه اصلی، مدتی با همین شرپاها کار کرده بود. او از اینکه آنان برای کمک به مشتری‌ها با هم رقابت می‌کنند، دچار شگفتی شد. در واقع، هدف آنها جلب رضایت مشتری‌ها بود تا بتوانند در پایان کار، پاداش خوبی بگیرند. بوکریف نمی‌خواست با آنها وارد رقابت شود. از سوی دیگر، گذر از صف بلند مشتری‌ها و صعود سریع، وی را خسته کرده بود. پس برای خودش چای ریخت و روی سنگی نشست تا استراحت کند.

با وجود رد این موضوع، هنوز برخی از کوه‌نوردان باور دارند که مصرف پیشگیرانه دیاموکس (استازولامید – م) می‌تواند موجب هم‌هوایی شود. ■

کوتاه و خواندنی از اینترنت

ترجمه: رضا زارعی

اورست - قدمگاه هیلاری اجساد کوه‌نوردان رها شده در اورست!



صعود تونچ فنیدیک به بارونتسه



تونچ فنیدیک کوه‌نورد ترکیه‌ای توانست قله برفی و یخی بارونتسه با ارتفاع ۷۱۲۹ متر در منطقه ماکالو بارون را فتح نماید. در این صعود داوا شرپا، کوه‌نورد نپالی که ۸ صعود قله اورست را در کارنامه دارد تونچ را همراهی می کرد. داوا شرپا همچنین صاحب رکورد صعود اورست از شمالی و بازگشت از مسیر جنوبی با زمان ۲۰ ساعت در سال ۲۰۰۶ می باشد.

ایشان برای صعود خود پس از چند روز توقف اجباری در کاتماندو که به‌دلیل لغو پروازهای لوکلا به علت خرابی هوا رخ داد، در روز ۱۹ اکتبر توانستند قله مراپیک ۶۴۴۰ متر را برای هم هوایی بهتر صعود کنند.

در نهایت در روز ۲۴ اکتبر آنها تلاش خود را بر روی بارونتسه به سبک آلپی (سبک بار) آغاز و در حدود ساعت ۱۱ صبح روز ۲۵ اکتبر توانستند از طریق یال جنوب غربی قله بارونتسه را فتح نمایند. این صعود با بازگشت دو کوه‌نورد در همان روز به کمپ اصلی پایان یافت.

تلاش ترک‌ها فتح ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری



تونچ فیندیک کوه‌نورد ترکیه‌ای فاتح ۴ قله ۸۰۰۰ متری متولد سال ۱۹۷۲ در شهر آنکارا می‌باشد. وی کوه‌نوردی را از اوایل دهه ۹۰ میلادی آغاز نمود و در سال ۱۹۹۳ با صعود به قله لنین نخستین فتح خارج از خانه خود را انجام داد.

فیندیک تا سال ۹۶ صعود برجسته‌ای نداشت و در این سال خان تنگری بلندترین کوه قزاقستان را صعود نمود. در نهایت این کوه نورد خوش اخلاق ترک در سال ۲۰۰۱ با صعود قله اورست از مسیر جنوبی به نخستین ۸۰۰۰ متری خود دست یافت، ضمن آنکه پس از نسوح مرزوقی دومین کوه نورد ترکی بود که قله اورست را صعود می‌کرد.

فیندیک در سال ۲۰۰۲ توانست تا قله پیشین برودپیک بالا رود و در سال ۲۰۰۴ آمادابلام، در سال ۲۰۰۵ پومری و چوآیو را فتح نمود. در سال ۲۰۰۶ او توانست لوتسه را صعود نماید و یکسال بعد قله آکانکاگوآ بلندترین کوه نیمکره جنوبی را از مسیر یخچال لهستانی‌ها صعود کرد. در سال ۲۰۰۶ همچنین قلل سامانی و کورژنفسکایا را نیز فتح نمود.

فیندیک در سال ۲۰۰۷ و اینبار از مسیر شمالی موفق به صعود اورست گردید و در سال ۲۰۰۸ بارونتسه را صعود کرد. او در نهایت در بهار ۲۰۰۹ توانست قله کوه دائولاگیری را به عنوان چهارمین ۸۰۰۰ متری خود فتح نماید.

فیندیک علاوه بر برودپیک همچنین طعم ناکامی‌را بر روی قلل کی دو و گاشربروم دو در سال ۲۰۰۹ چشید.

او که قصد تلاش بهاره بر روی برودپیک را دارد، صعود هر ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری را به عنوان هدف خود عنوان می‌دارد.

او که یکبار در سال ۲۰۰۰ و با صعود قله دماوند میهمان کشورمان بوده، هفته گذشته نیز به دعوت خانواده مرحوم اعتمادی فر چند روزی را در طبیعت البرز گذراند. برای این کوه نورد با اخلاق ترک در تمامی‌صعودهایش آرزوی سلامتی و موفقیت داریم. همچنین برای خواندن زندگینامه و سرگذشت فیندیک می‌توانید به وبلاگش http://www.tuncfindik.com مراجعه نمایید.



اولین ترکیه‌ای‌های فاتح اورست

همانطور که می‌دانید «اورست» مرتفع‌ترین قله جهان در سلسله جبال هیمالیا و در مرز چین و نپال قرار دارد. کوه اورست از فلات تبت در شمال شرق تقریبا تماما دیده می‌شود. ولی قله‌های مرتفع « چانگ تسه Çangtse" ، " کومبوتسه Khumbutse" "نوپتسه Nuptsė" و " لوتسه Lhotse" مانع از دیده شدن آن از نپال می‌گردند. تلاش‌ها برای فتح اورست از سال ۱۹۲۰ و با باز شدن راه تبت آغاز شد. برای نخستین بار در سال ۱۹۵۳ گروهی از کوه‌نوردان تحت حمایت انجمن سلطنتی جغرافیا و کمیته هیمالیای متحدِ باشگاه کوه‌نوردی قله را فتح نمود. در ۲۹ می ۱۹۵۳ «ادموند هیلاری" نیوزیلندی و " Tenzing Norgay" نپالی با صعود از مسیر جنوب شرقی کوه اورست به قله آن رسیدند. کوه‌نوردان در جریان این صعود از کپسول‌های اکسیژن مدار باز و مدار بسته، کفش‌ها و لباس‌های عایق شده ویژه و بیسیم‌های پرتابل استفاده نمودند. پس از این تاریخ بود که گروه‌های کوه‌نوردی زیادی از کشورهای مختلف توانستند قله اورست را فتح نمایند.

" Nasuh Mahruki" اولین کوه‌نورد ترکیه است که در ۲۱ ماه می ۱۹۹۵ به اورست صعود کرد. " Tunç Fındık" نیز دومین فاتح و اولین صعودگر ترک اورست از سمت نپال در سال ۲۰۰۱ است. اولین زن کوه‌نورد ترکی که در ۱۵ می ۲۰۰۶ به اورست صعود نمود، " Elif Eylem Maviş" بود این صعود اولین تجربه گروه کوه‌نوردان ترکِ همراه " الیف" در صعود به اورست بود. در این صعود " Serhan Poçan" رهبر گروه، به‌عنوان اولین کوه‌نورد ترک، برای صعود بدون استفاده از اکسیژن که یکی از اهداف گروه بود تلاش کرد، ولی موفق نشد. در سال ۲۰۰۷ در چرچوب برنامه های صدمین سالگرد تاسیس باشگاه ورزشی فنر باغچه، "تونچ فیندیک " و " Mustafa Kalaycı" به‌طور مشترک به اورست صعود نمودند.

" Ali Nasuh Mahruki"، کوه‌نورد، نویسنده و عکاس ترک، در ۲۱ می ۱۹۶۸ در استانبول متولد شد. پس از تحصیل در دبیرستان " Şişli Terakki"، در سال ۱۹۹۲ از دانشکده مدیریت دانشگاه بیلکنت فارغ التحصیل شد. وی در سال ۱۹۸۸ در کلوب ورزش‌های هوای آزاد دانشگاه بیلکنت با ورزش کوه‌نوردی آشنا شده و سه سال مدیریت آن را بر عهده گرفت. او علاوه بر کوه‌نوردی، به غواصی، چتربازی، ورزش‌های موتوری، دوچرخه سواری و ورزش‌های بادبانی نیز علاقمند است.

وی بین سال‌های ۱۹۹۲ تا ۹۴، با صعود به بیش از ۵ کوه با ارتفاع بیش از ۷۰۰۰ متر در خاک‌های اتحاد جماهیر شوروی سابق، توانست لقب "یوزپلنگ برف " را کسب نماید. و همان‌طور که گفته شد Ali Nasuh Mahruki در سال ۱۹۹۵ نیز عنوان اولین کوه‌نورد ترکی که به اورست صعود کرد را از آن خود ساخت. وی در سال ۱۹۹۶ با صعود به بلندترین کوهِ ۷ قاره،۴۴امین کوه‌نورد موفق شرکت‌کننده در پروژه "۷ قله" گردید. این کوه‌نورد ترک در سال‌های بعد چند صعود دشوار دیگر را نیز محقق ساخت.

چنانکه گفته شد " Eylem Elif Maviş" اولین کوه‌نورد زن ترکی است که به قله اورست صعود کرد. تیم کوه‌نوردی ترکیه در سال ۲۰۰۶ با تلاش زیاد توانست پرچم ترکیه را در ارتفاع ۸ هزار و ۸۵۰ متری به اهتزاز درآورد. از تیم ۱۱ نفره کوه‌نوردی ترکیه که در ۲۷ مارس باهدف صعود به اورست ترکیه را ترک نمود. تنها ۴ تن توانستند به این قله برسند. " ایلم الیف ماویش"، " Haldun Serkan Girgin » «Ülkenli" و "Soner BüyÜkatalay" چهار نفراز اعضای تیم در مدت یکماه و نیم و با تمرین و تلاش برای کسب آمادگی های لازم برای شرایط ارتفاع بالا، با صعود از قرارگاه کوهستانی ۵ هزار و ۲۰۰ متری به ارتفاعات بالاتر، توانستند قله ۸ هزار و ۸۵۰ متری اورست، بلندترین نقطه جهان را فتح نمایند.

" الیف " اولین کوه‌نورد گروه بود که در ساعت ۵ بامداد به وقت ترکیه گام فتح بر قله اورست نهاد. این زن جسورِ کوه‌نورد، فارغ التحصیل رشته مهندسی محیط زیست از " دانشگاه فنی خاورمیانه یا اُدتو" است. "الیف" فوق لیسانس در رشته مدیریت اجرایی یا " MBA"از دانشگاه " Iowa State" در شاخه "پردازش داده‌ها و اطلاعات" گرفته است. این زن شجاع کوه‌نورد به‌عنوان متخصص سیستم‌های مدیریت مشغول به کار است.

صعودی دیگر برای نوجوان آمریکایی

جوردن رومرو کوه‌نورد ۱۳ ساله آمریکایی که موفق شد با صعود به قله اورست رکورد جوان‌ترین فاتح این کوه را به خود اختصاص دهد در صدد است در فصل پاییز ۲۰۱۰ ششمین کوه مرتفع دنیا چوآیو را نیز فتح نماید. رومرو که همچنین در پی فتح ۷ قله مرتفع تمامی‌قاره های جهان است هفته گذشته توانست با صعود به بام دنیا اورست به همراه پدرش و سه شرپای نپالی رکورد کوه‌نورد ۱۶ ساله نپالی تمبا شری را شکسته و نامش را به عنوان جوان‌ترین فاتح این کوه به ثبت رساند.

موفقیت کوه‌نورد ترک در صعود به ماکالو

تونچ فیندیک کوه نورد ترکیه‌ای موفق شد با صعود به قله ماکالو پنجمین قله ۸۰۰۰ متری خود را نیز صعود نماید. این کوه‌نورد ترک که قصد فتح هر ۱۴ قله بالای ۸۰۰۰ متر دنیا را دارد تا کنون توانسته قلل چوآیو، لوتسه، اورست و دائولاگیری را نیز فتح نماید. فیندیک عضو تیم Summitclimb به سرپرستی آرنولد کاستر بود.

۵۰۰۰ صعود برای اورست



با صعودهایی که روز ۲۵ می‌بر روی اورست صورت گرفت عملا آمار فاتحان این کوه از مرز ۵۰۰۰ نفر گذشت. به این صورت اورست همچنان به عنوان محبوب‌ترین قله ۸۰۰۰ متری باقی خواهد ماند. با این صعودها تقویم تلاش‌های ۲۰۱۰ نیز بر روی این کوه بسته شد تا شاید در پائیز اورست شاهد تلاشهای مجدد علاقمندان به صعودهای خود باشد.

۵,۱۴ در ۵۸ سالگی

یکی از مهم‌ترین بهانه‌هایی که همواره موجب ترک کوه‌نوردی جدی در میان ماها میشه بالا رفتن سنه!

همین موضوع موجب میشه تا پس از ۳۰ سالگی و گرفتن یکی دوتا مدرک مربی‌گری به خیل پیشکسوتان بپیوندیم و شروع به نقد گروه، باشگاه، انجمن، هیئت و فدراسیون کنیم و بالا رفتن سن رو بهونه کوه نرفتن بدونیم.

اما در همین حال کم نیستند کوه‌نوردان و سنگ نوردانی که باوجود سن بالا همچنان پر فروغ ظاهر میشن و موجب حیرت هستند!

از اون جمله فرانسیسکو مارین سنگ نورد ۵۸ ساله‌ای که توانسته در این سن و سال مسیری با درجه سختی ۵,۱۴ رو صعود کنه!

مسیری که فرانسیسکو صعود کرده ۳۵ متر طول دارد و Botanics اسمشه و در کشور اسپانیا قرار داره.

در مورد این جوان ۵۸ ساله جالب هست بدونید وی در سن ۵۲ سالگی b۵,۱۳ و در ۵۴ سالگی ۵,۱۳d را صعود کرده! البته پروژه بعدی فرانسیسکو باز هم مسیری است با درجه ۵,۱۴a به‌نام Geminis.

نرخ صعود به قلل پاکستان در سال ۲۰۱۱

وزارت گردشگری پاکستان نرخ صعود به قلل این کشور در سال ۲۰۱۱ را به شرح زیر اعلام نمود.



بر این اساس هزینه اجازه صعود قلل نسبت به سال ۲۰۰۶ تا حدود ۴۰ درصد کاهش یافته است (این تخفیف در سال ۲۰۱۰ حدود ۵۰ درصد بود). ضمن آنکه برای قلل تا ارتفاع ۶۵۰۰ متر و همچنین قلل منطقه چیترال و گیلگیت و قله اسپانتیک تا ۱۰درصد قیمت سال قبل و صعودهای زمستانی تا ۵ درصد تخفیف داده شده است.

هزینه اجازه صعود به قلل پاکستان عبارتست از:

کی دو – برای یک تیم ۷ نفره ۷۲۰۰ دلار و ۱۲۰۰ دلار برای هر نفر اضافه

سایر قلل بالای ۸۰۰۰ متری پاکستان – برای یک تیم ۷ نفره ۵۴۰۰ دلار و ۹۰۰ دلار اضافی برای هر نفر اضافه

قلل ۷۵۰۱ تا ۸۰۰۰ متر – برای تیم تا ۷ نفر ۲۴۰۰ دلار و ۳۰۰ دلار برای هر نفر اضافه

قلل ۷۰۰۱ تا ۷۵۰۰ متر – برای تیم تا ۷ نفر ۱۵۰۰ دلار و ۱۸۰ دلار برای هر نفر اضافه

قلل ۶۵۰۱ تا ۷۰۰۰ متر – برای تیم تا ۷ نفر ۹۰۰ دلار و ۱۲۰ دلار برای هر نفر اضافه

لازم به ذکر است در سال ۲۰۱۰ هزینه ها به شرح زیر بود

کی دو – برای یک تیم ۷ نفره ۶۰۰۰ دلار و برای هر نفر اضافه ۱۰۰۰ دلار و برای سایر قلل ۸۰۰۰ متری تنها ۴۵۰۰ دلار و برای هر نفر اضافه ۷۵۰ دلار

آمار تلاش‌های نپال در پاییز ۲۰۱۰ از سوی اتحادیه کوه‌نوردی نپال اعلام گردید



بر این اساس

اورست –

دو تیم و مجموعا دو نفر، لوتسه – دو تیم و در مجموع ۶ کوه‌نورد، ماناسلو – ۸ تیم و در مجموع ۸۶ کوه‌نورد، دائولاگیری – دو تیم و نه کوه‌نورد یاد آوری – آمار بالا بدون احتساب شرپاهای همراه است.

آمار تلاشهای صورت گرفته در تبت در پاییز ۲۰۱۰

اورست – دو تیم و در مجموع ۱۲ کوه‌نورد، چوآیو – ۲۵ تیم و در مجموع ۳۴۰ کوه‌نورد، شیشاپانگما – ۳ تیم و در مجموع ۴۵ کوه‌نورد، یادآوری – آمار فوق با احتساب شرپاهای همراه است.

تلفات کوه‌های هیمالیا در پاییز ۲۰۱۰

دائولاگیری – بر اثر سقوط بهمن در این کوه سه کوه‌نورد ژاپنی به نام‌های اوساموتانابه ۴۹ ساله، توشیو یامومونو ۳۶ ساله و دایسوکه هوندا ۳۲ ساله به همراه شرپای نپالی خود پاسانگ گلو ۲۸ ساله در روز ۲۸ سپتامبر جان خود را از دست دادند.

چوآیو – والتر نونس – سرپرست ۳۹ ساله تیم ایتالیا بر اثر سقوط در مسیر جدید جبهه جنوب غربی در روز ۳ اکتبر جان باخت.

ماناسلو – نوبوکای کوابارا کوه‌نورد ۶۱ ساله ژاپنی در کمپ اصلی و در روز ۲۴ سپتامبر جان خود را از دست داد.

مدیریت بحران ساز!

مدتی پیش سازمان پیشگیری و مدیریت شهر تهران با رویکرد کاهش حوادث کوهستان اقدام به اجرای طرح ساماندهی کوه‌های شمال تهران نمود. این طرح بر اساس بودجه ای که به تصویب شورای شهر استان تخصیص داده شده بود به اجرا درآمد. در این طرح سازمان‌هایی چون هیات کوه‌نوردی استان تهران، هلال احمر، آتش‌نشانی و ... به منظور مقابله با حوادث به عنوان ارکان اصلی شناخته شده و از بودجه اختصاص یافته بهره مند شدند. اما با تغییرات صورت گرفته پس از روی کارآمدن دولت جدید در این سازمان، به ظاهر طرح مقابله با حوادث کوهستان در اختیار گروهی با دیدگاه‌های جدید قرار گرفته. آنچه مشخص است طراحان جدید رویکرد خود را بر روی حوادث با پاک نمودن صورت مساله به اجرا نهاده اند، یعنی ساخت و ساز در ارتفاعات شمال تهران! در واقع قرار است هزینه های تخصیص یافته در این طرح صرف ساخت و ساز بر روی کوه‌ها شود!

«فصل‌نامه کوه با هر گونه ساخت و ساز در کوه‌ها مخالف است.»

رکوردشکنی در گذشتن از قطب جنوب



همشهری – یک گروه انگلیسی اعلام کرده که رکورد سریع‌ترین زمان عبور زمینی از قطب جنوب را شکسته است. اعضای این گروه که ۱۰ نفر هستند با استفاده از وسایل نقلیه خود توانسته‌اند تمام قطب‌جنوب را در مدت کمتر از ۱۳روز طی کنند که یک رکوردشکنی تاریخی به‌حساب می‌آید. این گروه در سفر ماجراجویانه خود مسافت بیش از ۱۹۴۵کیلومتر را در برف و یخ سنگین در مدت ۳۰۳ساعت طی کرده است. اعضای این گروه برای اینکه در طی این مسیر با خطری مواجه نشوند از یک رادار ویژه برای تشخیص شکاف‌های موجود میان یخ‌ها استفاده می‌کردند. چند مکانیک حرفه‌ای برای رفع مشکلات خودروها محققان این گروه را همراهی می‌کردند.همچنین سرما،استراحت کم یکی از مشکلات در طی این مسیر سخت بوده است.



خاک بر سر اورست!

چند روز قبل در مجله‌ای گفتگویی را خواندم در مورد صعود به قلل خارج از کشور که در آن گوینده از اورست به عنوان تپه ای بزرگ یاد کرده و صعود آن را فاقد ارزش ارزیابی نموده بود! (اسم و لینک مجله هم بماند...)

ایشان دلیل گفتار خود را هم نبود صخره و شکاف در این کوه عنوان نموده‌اند! ضمن آنکه مدعی بودند مادرشان هم خرده می‌گیرد چرا اورست را صعود نکرده اند؟

اما جهت استحضار مدعی؛

بدون شک اورست با ۵۰۷۰ صعود پر صعود ترین قله از میان ۸۰۰۰ متری‌های دنیا می باشد که می توان گفت این علاقه بدلیل بلندترین بودن این کوه است. ضمن آنکه طبق آمار تا سال ۲۰۰۶ تنها ۲۹ درصد از علاقه‌مندان به صعود اورست موفق به فتح آن شده اند که این آمار در قیاس با بسیاری از کوههای دشوارتر از اورست بسیار اندک است.

اما اگر این تعداد صعود را دلیل راحتی این کوه بدانیم بدون شک علت آن می‌تواند از کم سوادیمان باشد تا سهل و راحت بودن اورست و البته لازم به یادآوری است که قله اورست دارای ۱۷ مسیر است و تنها دو مسیر نرمال در جبهه شمالی و جنوبی بیش از ۹۵ درصد صعودهای این کوه را به خود اختصاص داده و دیواره‌های شمالی و جنوبی آن (البته دارای صخره هم هستند!) جزو دشوارترین جبهه‌های کوه های دنیا به شمار می‌آیند که تعداد صعودهای آن در حدود مجموع انگشتان دو دست هم نیست

ضمن آنکه باوجودجمیع امکانات حاضر طبق آمار سال ۲۰۰۶ در این کوه تنها ۳۱ درصد از صعودکنندگان از شانس صعود قله برخوردار بوده‌اند و ۱/۵ درصدبا خطر مرگ مواجه شده اند و قرار گیری نام این کوه در میان ۱۰ کوه پرتلفات دنیا (به نسبت تعداد صعود به کشته ها) خود نشان از دشواری‌های آن و البته دست کم گرفته شدن آن دارد! در نهایت اینکه جمیع شواهد دال بر این واقعیت است که: پیشی دستش رو باید خیلی دراز کنه تا بتونه دنبه رو بگیره ...

پی نوشت ۱– شاید اگر برای مامانامون کوه نریم خیلی از مشکلاتمون حل بشه! پی نوشت۲– راست میگن با مدعی نگویید ...

فتح چهاردهمین ۸۰۰۰ متری



با گذشت بیش از ۳۰ سال از نخستین صعود ایرانی‌ها به قله ماناسلو که سرآغاز داستان ۸۰۰۰ متری‌های هموطنانمان به شمار می‌آمد همچنان نام دو قله در ردیف قللی قرار دارد که پرچم کشورمان هیچگاه چکاد آنها را لمس ننموده.

کانچن چونگا و آناپورنا را می‌توان در زمره قلل خطرناک و البته دشوار منطقه هیمالیا دانست که صعودهای آنها از ابتدا به صورت افسانه بوده و همچنان تلاش برای فتحشان به حماسه ها تبدیل می‌گردد.

آناپورنا



کانچن چونگا سومین قله مرتفع دنیا با ارتفاع ۸۵۸۶ متر می باشد که در مرز ایالت سیکیم و میان هند و نپال قرار دارد. نخستین صعود این کوه مربوط به ۲۵ می ۱۹۵۵ است که طی آن هیاتی از کوه‌نوردان کشور انگلستان به سرپرستی چارلز اوانز موفق به فتح قله کوه شدند. جو براون و جورج باند در حالی موفق به صعود شدند که به احترام مردم محلی که قله کوه را جایگاه خدایان می‌دانستند از لمس بام قله منصرف شدند و تنها تا چند قدمی آن پیش رفتند.

همچنین آناپورنا نهمین قله مرتفع دنیا نخستین بار در سال ۱۹۵۰ توسط هیئتی از کوه‌نوردان فرانسوی صورت گرفت. در این صعود که با حماسه و جانفشانی اعضای تیم همراه بود کوه‌نوردان نامی فرانسه موریس هرزوک و لوئیس لاشنال موفق به فتح قله و البته فتح نخستین کوه ۸۰۰۰ متری دنیا شدند این صعود در ۳ جون به ثبت رسید.

اینک در حالی که بیش از ۶۰ سال از نخستین فتح آناپورنا و ۵۵ سال از صعود کانچن چونگا سپری می شود زمزمه تلاش کوه‌نوردان کشورمان برای صعود به این قلل به گوش می‌رسد و بر همگان است تا برای اهتزاز پرچم کشورمان بر اوج این قلل ایشان را یاری نماییم.

رسم زشت تغییر نام قلل

در خبرها آمده دولت قرقیزستان لایحه تغییر نام قله ای ۴۰۰۰ متری در این کشور را به نام نخست وزیر روسیه ارایه نموده و نخست وزیر قرقیزستان نیز از این لایحه حمایت کرده است. پیشتر نیز قله‌ای در این کشور به نام رئیس جمهور اسبق روسیه نامگذاری شده بود.

رسم زشت تغییرنام قلل به نام دیدگاه‌ها و یا مسؤلین و بزرگان یک کشور در اتحاد جماهیر شوروی کمونیست به بیش از یک قرن پیش باز می‌گردد که بلندترین کوه پامیر را به کمونیست و یا قله کوفمن را به نام لنین تغییر نام دادند. البته بعدها و با فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی، این نام‌ها نیز فرو ریخت و به امیر اسماعیل سامانی و ابن سینا تغییر داده شدند.

اما گویی این بدعت بالا بردن و به زیر افکندن هنوز در آن دیار وجود دارد و به ظاهر حقیرتر از هر مکانی برای لگد کوب شدن، فراز کوه‌ها هستند که اسامی فانی را بر آنها می نهند تا نسل‌های بعدی جایی برای لگد کردن داشته باشند.

پی نوشت- مدتی پیش برخی استان‌ها زمزمه قرار دادن نام‌های بزرگان خود بر روی قلل منطقه شان را سر داده بودند! که خوشبختانه با هوشیاری کوه‌نوردان جلوی این عمل نابخردانه گرفته شد. باشد تا همگان بدانند برترین نام‌ها همانی است که اقوام و ساکنان نخستین مناطق بر روی قلل خود نهاده اند و ما حتی در حفظ نام قلل نیز باید میراث دار ایشان باشیم.

تیم زمستانی گاشربروم در کمپ اصلی

سرانجام تیم رویایی دنیس و سیمون با بهره‌گیری از هوای خوب و کمک گرفتن از بالگردهای ارتش پاکستان خود را به کمپ اصلی این کوه رساند.

در روز ۱۱ ژانویه و پس از پشت سرنهادن دوره هوای خراب بالگرد ارتش پاکستان طی دو پرواز تیم سه نفره دنیس اوربکو، سیمون مورو و گری یرچارد را به کمپ اصلی گاشربروم II در ارتفاع ۵۱۰۰ متر رساند تا نخستین گام این تیم رویایی برای فتح نخستین ۸۰۰۰ متری پاکستان در زمستان برداشته شود. دنیس و سیمون که سابقه صعود مشترک زمستانی به ماکالو پنجمین کوه دنیا را در کارنامه دارند با اخذ مجوز صعود به دو قله گاشربروم I و II و البته با هدف صعود گاشربروم II و با پشتیبانی شرکت NORTH FACE عازم این صعود دشوار شده اند. ایشان شب نخست حضور در کمپ اصلی را در کمپ ارتش پاکستان و با دمایی برابر ۳۰- به سر بردند و روز بعد کمپ اصلی خود را در ارتفاع ۵۱۰۰ متری برپا نمودند.

لازم به ذکر است آنها پیش از رسیدن به کمپ اصلی جهت هم هوایی تلاشی را بر روی قله Khosar Gang به ارتفاع ۶۴۰۰ متر صورت دادند و البته به دلیل سرمای شدید و خطر سرمازدگی از نزدیک قله بازگشته بودند. برای این تیم رویایی آرزوی موفقیت داریم.

اهمیت ثبت صعود به قلل

در سال ۱۹۸۱ تیمی از کوه‌نوردان ژاپنی پس از ۱۲ روز موفق به صعود دیواره غربی کوه کان در هندوستان گردید. آنها در تلاشی مشقت بار و در هوایی ابری در ۵ جولای بر فراز قله ایستادند، اما در اقدامی عجیب برای تهیه عکس، تا آفتابی شدن هوا در روز بعد بر روی قله بیتوته نمودند!

منبع: فصل‌نامه کوه ص۱۳ پاراگراف آخر

ثبت صعود به قله به هر طریقی از عکس و فیلم گرفته تا ثبت با دستگاههای موقعیت یاب جهانی از دیرباز مرسوم بوده و تنها صعودهایی مجال فرار از آن را داشته‌اند که شاهدانی غیر از گروهشان به طور همزمان صعود آنها را تایید نموده‌اند.

بدیهی است اختلاف بر سر صعودهایی که هیچ‌گونه نشانی از آنها وجود ندارد سالها ادامه داشته و حتی منجر به جنگ لفظی میان افراد مدعی صعود با سایر مدعیان کوه‌نوردی گردیده.

نمونه‌های زیادی از این دست وجود دارد که عمدتا ره به جایی نبره و فرد صعود کننده مجبور به تکرار صعود و یا گذشتن از حق خود گردیده، وجود دارد:

صعود خانم اوه یون - سان تا زیر قله کانچن چونگا و دست بردن اسپانسر برنامه در تصاویر!

صعود فاستو دی استفانی کوه‌نورد ایتالیایی تا نزدیک قله لوتسه در هوایی خراب و اعتراض تیم کره ای به ثبت صعود وی ...

صعود آلن هینکس بریتانیایی به چوآیو در هوای خراب و اعتراض هم تیمی‌های

او ...

و در نهایت ادعای صعود چینی‌ها از مسیر شمالی اورست در سال ۱۹۶۰ و نداشتن فیلم و عکس به دلیل صعود قله در شب.

از این دست مشکلات در کوه‌نوردی ایران نیز به وفور دیده می‌شود که بیشتر یا به دلیل یخ زدن دوربین قادر به اثبات صعودشان نیستند! و یا تصاویر صعود تنها کوه‌نوردان و آسمان را نشان می‌دهد!

اما آن چیزی که مهم است و شایسته توجه به اهمیت ثبت و ضبط صعود است و غفلت از آن مشکلات بسیاری به همراه دارد که عمدتا ره به جایی نخواهد برد.

پی نوشت: همزمان با تحویل سال نوی میلادی و بر طبق سنت تبریک و تهنیت گفتن ها، ایمیلی از یک دوست نپالی به دستم رسید که کارت پستال آن مربوط بود به صعود یک تیم ایرانی بر روی یکی از قلل کشور نپال. آن چیزی که برایم جالب توجه بود عکس روی قله بود که نفرات تیم صعود را با چهره هایی شاد به همراه آسمان آفتابی و بدون هرگونه عارضه زمینی نشان می داد! بدیهی است انتشار چنین تصاویری حتا در صورت صعود بی نقص می تواند شبهه‌برانگیز باشد...



ادورنه در کنار کوه‌نورد فقید اسپانیایی

تغییر در رده‌بندی باشگاه ۸۰۰۰ متری‌ها

سرانجام پس از ماه‌ها جنگ و جدل لفظی میان ادورنه پاسابان کوه‌نورد زن اهل باسک و خانم اوه-ایون سان و بررسی‌های صورت گرفته از سوی فدراسیون کوه‌نوردی کره و مسؤلین سایت www.explorerweb. نام خانم اوه - ایون سان از فهرست فاتحان ۱۴ قله ۸۰۰۰ متری دنیا حذف گردید و ادورنه پاسابان به عنوان نخستین بانوی فاتح تمامی ۸۰۰۰ متری‌ها شناخته شد.

درواقع این جنگ از زمانی آغاز شد که تصاویر صعود به کانچن چونگای خانم اوه ارایه گردید و به دلیل قرار داشتن تصاویر در محیطی سنگی صعود وی مورد شک واقع شد و از آنجایی‌که قله کانچن چونگا تماما برفی است ادورنه خواستار حذف این صعود از فهرست تلاش‌های زن کره‌ای شد. بعدها اظهار نظر شرپاهای همراه خانم اوه و تفاوت در تصاویر ارایه شده از سوی شرکت بلک یاک کار را با چالشی عجیب برای وی همراه ساخت تا فدراسیون کوه‌نوردی کره نیز از این رسوایی به تنگ آمده، خواستار ارایه مدارکی محکم‌تر گردد و باتوجه به عدم ارایه هر گونه مدارکی نام وی از فهرست سایت .http://www.adventurestats com وقایع نگار هیمالیا حذف شد و در تازه ترین نگارش ویکی‌پدیا نیز ادورنه پاسابان به عنوان نخستین زن و بیست و یکمین انسان فاتح ۸۰۰۰ متری‌ها در این فهرست قرار گرفت.

اولین صعود گردنه شمالی اورست

هرچند نظرات متفاوتی مبنی بر حرکت اولین تیم‌ها برای رسیدن به قله اورست از مسیر گردنه شمالی در سال‌های پیش از جنگ ۱۹۱۸ ـ ۱۹۱۴ ابراز شده است ولی بیشتر آنها به دلیل عدم شواهد کافی مردود هستند و تنها اولین تیم ثبت شده برای رسیدن به این کوه در سال ۱۹۲۱ مورد ثبوت قرار گرفته است. این تیم را چارلز هواردبری سرپرستی می‌کرد. که نام یکی از اعضای آن جورج مالوری با نام این قله عجین شده است و به نوعی رقیب هیلاری و تنسینگ محسوب می‌شده. این هیأت اعزامی به‌طور کلی جهت شناسایی و اکتشاف جبهه شمالی، شمال‌شرقی و شرق این قله حرکت نمود. مالوری یخشار خومبو را دید و بر آن نام یخشار غربی را نهاد و امکان صعود از این طریق و حرکت به سمت گردنه و صعود از میان اورست و قله جنوبی (لوتسه) را از نظر گذرانید و همچنین موفق به دیدن جبهه شرقی یا کانگ شونگ شد ولی به دلیل وجود گردنه دور از دسترس چانگ‌لا که به آن نام گردنه شمالی نهادند از صعود آن منصرف گردید. در جریان این اکتشاف مالوری، ویلر و بالوک گردنه شمالی را صعود کردند و مالوری آمادگی خود را برای ادامه صعود و حرکت به سمت بالا ابراز داشته و اعتقاد داشت که آنها می‌توانند تا ۶۰۰ متر بالاتر را نیز صعود کنند ولی باد شدید آنها را مجبور به بازگشت نمود. به‌هرحال این تیم پس از بررسی این مسیر دلایل کافی داشت که امکان صعود از طریق گردنه شمالی و یال شمالی وجود دارد. این تیم سفر موفقی داشت هر چند که در زمان بازگشت، یکی از اعضای تیم به نام الکساندر کلاس دچار ایست قلبی شد و جان باخت و دلیل آن خستگی مفرط بود که در آن زمان در میان کوه‌نوردان بسیار شایع بود.



صعود زمستانی خان تنگری

سومین صعود زمستانه خان تنگری در روز ۲۰ ژانویه توسط سه کوه‌نورد از باشگاه ورزشی ارتش قزاقستان به نام‌های Kazakh Vasili Pivtsov، Alex Sofrygin و Ildar Gabassov صورت گرفت. پیش از این در سالهای ۱۹۹۳ و ۲۰۰۲ این کوه در فصل زمستان و در ماه فوریه صعود شده بود. Andrey Verkhovod تنظیم کننده خبر این صعود معتقد است به دلیل سرمای بالای منطقه تیان شان، صعودهای زمستانه قلل این منطقه دشوارتر از صعودهای زمستانه در قراقروم می باشد. اعضای این تیم در ساعت ۱۴،۳۰ موفق به صعود قله شدند و به کمپ سوم در ارتفاع ۵۹۰۰ متر بازگشتند.

لازم به ذکر است کوه خان تنگری همچون هرمی سه وجهی است که از شمال و جنوب غربی به صورت دیواره ای و از سمت جنوب شرقی توسط یخچالی طویل محصور شده. جنس سنگ این کوه گرانیت سیاه می باشد و از ارتفاع ۶۲۰۰ متر به بالا شکل آن تغییر کرده و به صورت سنگ‌های آهکی زرد رنگ در می آید و این رنگ غروب خان تنگری را چون مشعلی آتشین می نماید. بومیان محلی معتقدند ارواح شب هنگام بر فراز کوه آتش می افروزند و همان‌ها نام کوه را خان تنگری به معنای سلطان ارواح نهاده اند. این کوه شمالی ترین قله ۷۰۰۰ متری دنیا به حساب می آید و پس از پوبدا دومین ۷۰۰۰ متری مرتفع منطقه تیان شان می باشد.

کلنگ طلایی ۲۰۱۱



مراسم اعطای کلنگ طلایی ۲۰۱۱ که به برترین صعودهای انجام شده در سال ۲۰۱۰ تعلق دارد، از تاریخ ۱۳ لغایت ۱۶ آوریل در دو شهر کورمایور ایتالیا و شامونی فرانسه انجام خواهد شد.

این مراسم که به اسکار کوه‌نوردی مشهور شده نخستین بار در سال ۱۹۹۱ به همت سازمان صعودهای بلند فرانسه Groupe de Haute Montagne و مجله کوه فرانسه راه اندازی گردید و تا سال ۲۰۰۱ بدون مشکل به کار خود ادامه داد. اما ورود تبلیغات و تجارت به عرصه این مراسم، آن را از گردهمایی به رقابتی تبلیغاتی تبدیل نمود و همین امر موجب گردید پس از وقفه ای یکساله این مراسم با ساختاری نو و ورود سازمان‌هایی چون آلپاین کلاب فرانسه و آمریکا و فدراسیون کوه‌نوردی فرانسه به معرفی برترین صعودهای فنی کوه‌نوردی و در راس آنها صعودهای سبکبار (آلپی) بپردازد. همچنین طی دو سال گذشته در این مراسم برترین کوه‌نوردان دوران معرفی گردیدند. والتر بوتانی و راینولد مسنر دو کوه‌نورد بزرگی بودند که به دلیل فعالیت‌های بزرگ خود در عرصه کوه‌نوردی و ترویج فرهنگ کوه مورد تقدیر قرار گفتند. در مراسم امسال همچنین علاوه بر معرفی برترین صعودهای سال نمایشگاه عکس و پخش فیلم‌های کوه‌نوردی نیز گرمی بخش خواهد بود. قرار است به زودی برگزار کنندگان مراسم ضمن معرفی هیئت داوران، کاندیداهای برترین صعودهای سال را نیز معرفی نمایند.

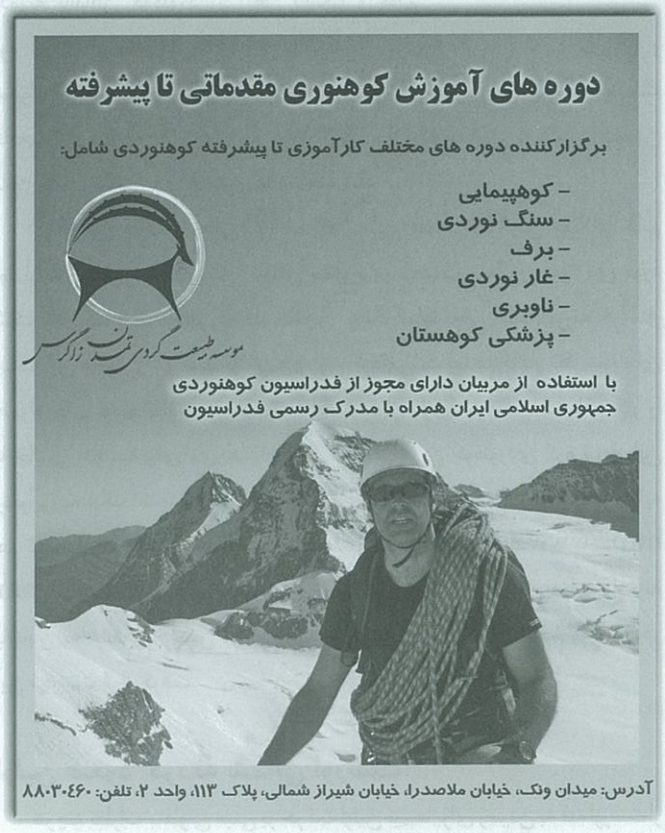
اینترنت پر سرعت در اورست

همه چیز نسبت به زمانی که Edmund Hillary و Tenzing Nirgay برای اولین بار در سال ۱۹۵۳ قله Everst را فتح کردند تغییر کرده است. به لطف شرکت سئودی Nepalese Telecom کوه نوردان در طی بالارفتن از قله اورست می توانند به اینترنت دسترسی داشته و نامه های الکترونیکی خود را مشاهده کنند. اورست بلندترین قله دنیا و در واقع بلندترین نقطه زمین از سطح دریا است. ارتفاع این قله ۸/۸۴۸ متر است و در هیمالیا قرار دارد این قله از سال ۱۹۵۳ توسط بسیاری از کوهنوردان فتح شده است برخی این قله را بدون استفاده از گاز اکسیژن فتح کردند. متاسفانه تا به امروز ۲۱۹ نفر در راه فتح این قله جان خود را از دست داده اند.

همه چیز نسبت به زمانی که Edmund Hillary و Tenzing Nirgay برای اولین بار در سال ۱۹۵۳ قله Everst را فتح کردند تغییر کرده است. به لطف شرکت سئودی Nepalese Telecom کوه نوردان در طی بالارفتن از قله اورست می توانند به اینترنت دسترسی داشته و نامه های الکترونیکی خود را مشاهده کنند.

اورست بلندترین قله دنیا و در واقع بلندترین نقطه زمین از سطح دریا است. ارتفاع این قله ۸/۸۴۸ متر است و در هیمالیا قرار دارد این قله از سال ۱۹۵۳ توسط بسیاری از کوهنوردان فتح شده است برخی این قله را بدون استفاده از گاز اکسیژن فتح کردند. متاسفانه تا به امروز ۲۱۹ نفر در راه فتح این قله جان خود را از دست داده اند.





پیش از این کوه نوردان اورست از اینترنت ماهواره ای استفاده می‌کردند که بسیار پرهزینه بود چون اولا نیاز به وسیله خاصی جهت اتصال به شبکه ماهواره‌ای داشت و ثانیا دسترسی به اینترنت در تمام طول مسیر امکان پذیر نبود. البته شرکت چینی China Mobile امکان تماس تلفنی را از سال ۲۰۰۷ امکان پذیر کرده است ولی سرویس آن محدود به مکالمه صوتی است.

سرویس جدیدی که توسط Ncell TeliaSonera ارائه می شود از طریق تلفن های همراه قابل استفاده است و به دلیل پوشش بسیار خوب آن می تواند به کوه نوردان در زمان حادثه کمک کند. پوشش این سرویس از طریق ۸ پایگاه رادیویی که تا سطح ۵,۲۰۰ متری زمین راه اندازی شده اند، انجام می شود. انرژی مورد نیاز ۴ ایستگاه از طریق انرژی خورشیدی تامین می شود.

Lars Nyberg مدیر اجرایی TeliaSonera که صاحب ۸۰ درصد سهام شرکت Ncell است در رابطه با این دستاورد گفت:

سرویس اینترنت پرسرعت ۳G در بزرگترین قله جهان باقیمت مناسب و سرعت بسیار بالا، حرکت برجسته ای برای ارتباطات سیال است.

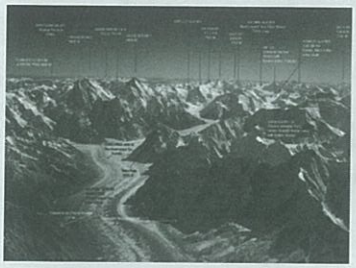
Pasi Koistinen مدیر Ncell Nepal به گزارشگران گفت:

امروز، همه می توانند از بالاترین نقطه زمین با دیگر نقاط جهان تماس ویدیویی داشته باشند و پوشش شبکه ما تا بالاترین سطح قله اورست ادامه دارد.

این سرویس تنها برای کوهنوردان ارزشمند نیست، مردم محلی نپال نیز از این سرویس استفاده خواهند کرد. نپال یکی از فقیرترین مناطق دنیاست. سرویس جدید مخابراتی تنها یک سوم کشور ۲۸ میلیونی را پوشش می دهد. شرکت TeliaSonera قصد دارد ۱۰۰ میلیون دلار دیگر هزینه کند تا پوشش مخابراتی ۹۰ درصد این کشور را پشتیبانی کند.

جلاب است بدانید که شرکت Telia Sonera پیش از این امکان ارائه سرویس مخابراتی ۳G در پایین ترین نقطه سطح زمین یعنی ۱۴۰۰ متر زیر سطح دریا در یکی از معادن اروپا را نیز داشته است.

از K۱ تا K ...



در سال ۱۸۵۶ یک افسر و مساح انگلیسی به نام توماس مونتگمری ۱۸۳۰-۱۸۷۸از فاصله ۲۰۰ کیلومتری عمق منطقه قراقروم متوجه ارتفاعات بلندی می شود. وی برای نام گذاری این قلل از حرف K در اول کلمه Karakorum استفاده میکند و آنها را از K۱ تا K۱۲ نامگذاری می کند. در میان نامهای ثبت شده بر این اساس، بعدها تنها نام قله K۲ باقی می ماند و سایر نامها به نامهای محلی و یا نامهای ابتکاری کوهنوردان تغییر میابد.

امروزه می‌دانیم:

نام محلی K۲ چوگوری و به معنای کوه کوهها می‌باشد.

اما،

K۵ به گاشربروم I و هیدن پیک (کوه پنهان) تغییر یافت.

K۳ به برودپیک (در سال ۱۸۹۲ مارتین کانوی این نام که کوه پهناور معنا می دهد را بر این کوه نهاد) و فلاکون کانگری (همان کوه پهناور معنا می دهد که نامی است بلاتی) تغییر یافت.

K۴ به گاشروبروم IIتغییر یافت (نام گاشربروم که نامی است بلاتی، دیواره درخشان معنی می دهد و اشاره ای است به دیواره درخشان گاشربروم IV در هنگام غروب خورشید اشاره می‌نماید).

*ارسال توسط رضا زارعی به وبلاگ کوه‌نوردی ـ کوه قاف■

یاد و نام بزرگ مرد کوه نوردی ایران جلیل کتیبه ای را گرامی داشته و فقدان او را به خانواده محترم ، دوستان ، یاران و جامعه کوه نوردی کشور تسلیت می گوییم.

خانه کوه نوردان تهران

خانه کوه نوردان تهران بهار سال ۱۳۹۰ عضو می پذیرد.

در سال جدید کلاس های کار آموزی کوه پیمایی ، یخ و برف ، سنگ نوردی و . . . برگزار می گردد.

مسئول ثبت نام کلاس ها : وحید عطایی فر همراه:۰۹۱۲۱۸۳۵۶۰۲

تهران ، دروازه دولت ، بین لاله زار و سعدی ، پلاک۵۹۰ طبقه سوم

یادی از گذشته

نخستین گام بلند به سوی آن «از همه بالاتر»

با پوزش از استاد گیلانپور این مطلب در اول مجله صفحه‌بندی شده بود ولی به علت چاپ یادنامه جناب آقای کتیبه‌ای ناچارا به این صفحه منتقل شد.

نویسنده: کاظم گیلانپور
«اولین مربی کوه‌نوردی ایران»

در شماره‌های پیش اشاره‌ای کرده بودم که به همراه برادر بزرگم دره بهشت‌آسای لار را – یک‌بار از پلور به لواسان و بار دیگر از لواسان به پلور – پیموده بودم.

در مرتبه اول دماوند پرشکوه همیشه در سمت راست ما قرار داشت و من با ولع و لذت فراوان آرزوی رسیدن به نوک آن را در دل می‌پروراندم. در آن روزها اخبار رسیدن گروه‌هایی چند کم و بیش شنیده می‌شد تا آنکه زنده‌یاد منوچهرمهران مدیر باشگاه پیکار آن زمان و نیرو و راستی بعدا، یک تصمیم ابتکاری گرفت و یک کاروان ۵۰ نفری را به سوی دماوند حرکت داد. او می‌خواست از نظر تعداد نفرات صاحب رکورد شود و به دلیل اهمیت و بی‌سابقه بودن آن نظر جوانان را بیش از پیش به سوی باشگاهش جلب کند و این گامی بلند بود که به گمان عده‌ای – از جمله پدر و مادر من – سنگی بزرگ بود به علامت نزدن!

البته آن کار بزرگ با توجه به امکانات آن روز از چند نظر نارسا بود و به همین دلیل تعدادی از آن عده پیش از رسیدن به بارگاه سوم و حتی پیش از آن، به رینه بازگشتند و ۱۲ تن از آن‌ها نیز مفتخر و شادمانه بر سنگ گوگردی قله کوه بوسه زدند.

برنامه‌ریز دماوند ندیده !

درباره نارسایی‌های یاد شده از کسی نام نمی‌برم. یکی از آن‌ها کسی بود که سابقه کمی از کوه‌نوردی در خراسان داشت اما دماوند را مطلقا نمی‌شناخت و چون مشهدی و معلم ورزش بود هدایت آن گروه بزرگ را عهده‌دار شده بود و اصرار داشت که نیک می‌داند ! که هیچ معلمی نمی‌گوید که نمی‌داند !.

او عده‌ای را به گنجایش اتوبوسی که کرایه کرده بود به ده رینه فرستاد و نمی‌دانم به چه جهت تصمیم گرفت که بقیه را همراه خود به ده دماوند ببرد و از آنجا پیاده از راه مالرو به چشمه علا و گردنه امامزاده هاشم و سپس ده پلور در رینه به دیگران ملحق شود و من ۲۱ ساله از آن جهت که به نظرم برنامه‌اش برایم تازگی داشت به گروه او پیوستم و از دروازه شمیران خیابان مازندران با اتوبوس سرویس تهران – دماوند دیروقت به ده دماوند رسیدیم و برنامه‌ریز ما بی‌آنکه اجازه شب‌مانی در دماوند را بدهد، تصمیم گرفت که کوله‌های سنگین خود را برداریم و به دنبال او به سوی چشمه علا حرکت کنیم. در چشمه علا در کنار آب گوارای آن سفره را باز کردیم و نان و پنیری به خندق بلا سرازیر ساختیم و بنابرآن شد که در روشنایی مهتاب به راه ادامه دهیم؛ چون باید صبح روز بعد به گروه پیشتاز در رینه می‌پیوستیم.

شادمان از سرازیر شدن !

در روشنایی گرگ و میش سپیده دم، افتان و خیزان به گردنه امامزاده هاشم رسیدیم، خوشحال از آنکه از آنجا تا رینه جاده اتومبیل‌رو سرازیری است.

اشتباه پشت اشتباه !

در نزدیکی پلور – آنجا که راه مالرو دره لار از جاده جدا می‌شد – برنامه‌ریز به چپ (مغرب) پیچید و راه دره لار را پیش گرفت به دلیل آنکه دماوند را کاملا می‌دید. چندی که پیش رفتیم من به یادآوردم که دو سال پیش از آن، که از لواسان به پلور رفتیم و از آنجا با اتومبیل به رینه، دماوند همیشه در سمت چپ ما قرار داشت در حالی که به دنبال برنامه‌ریز ادامه دادن دماوند در سمت راست ما واقع می‌شد.

به برنامه‌ریز گفتم که به راه خطا می‌رویم. اما او به تذکر بچه‌ای مثل من توجهی نکرد. ساعتی که گذشت از چوپانی که به پلور می‌رفت راه رینه را پرسیدیم و او گفت که باید برگردیم و با پیمودن هشت فرسخ روی جاده به رینه برسیم و این کار دماوند را در سمت چپ ما قرار می‌داد. خلاصه نزدیکی ظهر بود که در میان هلهله ریشخندآمیز یاران پیشتاز به رینه رسیدیم، یعنی درست موقعی که بلدهای محلی با قاطرهای خود انتظار ما را می‌کشیدند برای بارگیری و حرکت به سوی کوه و ناچار ساعتی بعد به دنبال آن‌ها راه بارگاه اول (چشمه ورگلی) را پیش گرفتیم.

همه جور ورزشکار و مربیان آن‌ها

در گروه باشگاه پیکار از همه رشته‌های ورزش – از شناگر گرفته تا شیرجه‌رو و وزنه‌بردار، مشت‌زن، ژیمناست و زیبایی اندام و مربیان آن‌ها دیده می‌شدند – تنی چند هم از هیچ ورزشی سررشته نداشتند. یکی از آن‌ها که بیشتر در خانه ورزش

می‌کرد تا در باشگاه، و من هرگز فراموش نمی‌کنم، فضل‌الله سخایی بود که قدی نزدیک به دو متر داشت و برای پیش رفتن شلنگ برمی‌داشت نه قدم ! و هنگامی که از باشگاه پیکار به سوی دروازه شمیران به راه افتادیم تا اتوبوس تهران – ده دماوند را بگیریم او چنان از ما فاصله گرفت که مرا ترس برداشت و در دل گفتم که چگونه می‌توان در کوه به گرد او رسید و از خدا خواستم که به من و امثال من رحم کند. او جوانی بود خوش‌مشرب، مهربان و بسیار مودب، اما به بارگاه سوم نرسیده از کاروان جدا شد و به رینه بازگشت. خوشبختانه در محلی به نام چشمه ورگلی با لقب بارگاه اول، راحت‌باش داده شد و ما چند لیوان از آب شیرین آن و سبزی و نان و پنیری به خندق بلا سرازیر ساختیم. چشمه ورگلی این امتیاز بزرگ را داشت که در تمام جبهه جنوبی تنها آبی داشت که مزه گوگرد نمی‌داد و از این‌رو از خدم و حشم مشتریان فراوانی داشت.

هیچکس به اندرزهای حسن آقا گوش نکرد !

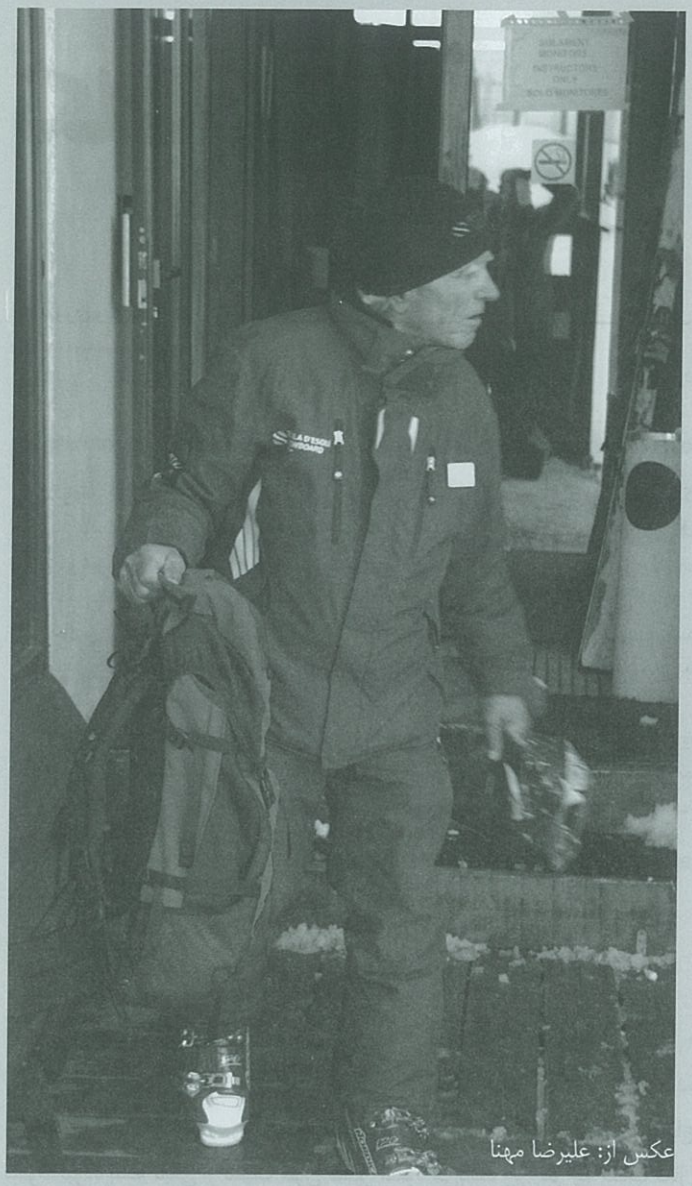
سرکرده قاطرچی‌های ما مردی بود به نام حسن بایع که سابقه‌ای بیش از دیگران داشت و یک‌بار هم با عموی خود به قله رسیده بود و از او اندرزهایی به یاد داشت که همیشه به مبتدی‌ها بازگو می‌کرد. از جمله پیش از حرکت از رینه به سوی کوه، گفته بود که در بارگاه دوم از خوردن ماست و شیر و سرشیر خودداری کنیم و آن را به بازگشت از قله موکول کنیم و همچنین توصیه کرده بود که از بقالی کوچک ده چند سیر و پیاز بخریم. تنی چندهم یکی دو لیموترش همراه داشتند.

نزدیک ظهر به گوسفندسرای کوروم پشته رسیدیم و چشم کوه‌نوردان که به شیر و ماست اعلا آن گله‌دار و سرشیر عالی او افتاد اندرز حسن آقا را به کلی فراموش کردند و با نان تنوری آن مرد بنا کردند به ماست و سرشیر خوردن. در آنجا برای نخستین‌بار دیدم که آن چوپان و همسرش قطعات سرشیر را روی طناب پهن می‌کردند تا خشک شود و راحت‌تر بتوانند آن را برای فروش به آب‌گرم لاریجان ببرند که در آنجا برای تمام تابستان، گروه زیادی از تهرانی‌ها برای استفاده از آب معدنی، ایام تعطیل را می‌گذرانیدند.

به هر حال کوه‌نوردان سرشیر ندیده زیاده‌روی کردند و ندانستند که چربی خوشمزه آن از اندکی بالاتر، نزدیک به بارگاه ظل کوه (بارگاه سوم) و بعد از آن به سختی بیمارشان خواهد کرد و چنان بود که کمی بالاتر از بارگاه سوم، نزدیک به منطقه گوگردی دودکوه به نام «قرآن به سر» دچار استفراغ و سرگیجه شدند و یکی از بلدها آنان را به پایین برگرداند.

چرا اسمش قرآن به سر بود ؟

در آن هنگام یک گروه سه نفری، آقایان مهندس ابوالقاسم میرهادی، مهندس هوشنگ نخعی و دکتر یحیی معاصر، گویی با دماوند پیمان بسته بودند و هر تابستان در فصل معین پیروزمندانه به قله آن صعود می‌کردند و آنها بودند که نام «قرآن به سر» را به آن یخچال داده بودند و آن یخچالی است در دل یک دهلیز پرشیب در سمت راست راه صعود، به شکل انسانی ایستاده که دستش را بر سر گرفته است و آن سه تن می‌گفتند که گویی قرآنی را بر سبیل ایمان و التماس فرا راه



عکس از: علیرضا مهنا

کوه‌نوردان بر سر گرفته که تا قله به سلامت بروند و بازگردند ! قرآن به سر در چند صد متری دودکوه واقع شده است.

خلاصه آن که از آن گروه بزرگ ۱۲ تن به قله رسیدند که نام آنها را به یاد ندارم و من خردسال یکی از آنها بودم که گام بلند مهران را با گام‌های کوتاه خود تا قله دنبال کردم و آن سنگ تنومند قله و دهانه آتشفشان آن ۳۲ بار دیگر مرا با کسانی دیگر و از راه‌های گوناگون رسیده، دیده است.

این را هم درباره معجزه سیر و پیاز و لیموترش بنویسیم و مطلب را درز بگیرم. آنگاه که از دودکوه دود گوگرد فضا را پر می‌کند و حالت را به هم می‌زند، اگر تکه‌ای از سیر را در بینی خود فروکنی ، پیازی را گاز بزنی مانع خواهد شد که بوی گوگرد ناراحتت کند و آب لیموترش هم به دادت می‌رسد و مانع می‌شود که مزه گوگرد گلو و دهانت را پر کند و به ریه‌هایت برسد. به امید خدا بروید، موفق شوید و پیروز و شادمان برگردید.■

نکات فنی

گردآوری و ترجمه: علی پارسایی
http://www.parsaei.com/techtip

کوه‌نوردی فنی می‌تواند برای مبتدیان و حتی افراد با تجربه بسیار خطرناک باشد . نکاتی که در این صفحات ذکر شده تنها برای آشنایی و بهره‌گیری آن دسته از افرادی است که صلاحیت و توانایی کافی انجام صعود های فنی را دارند .
کوهنوردی فنی احتیاج به ممارست تمرین و یادگیری فن زیر نظر یک مربی مجرب را دارد . نکات ذکر شده تنها به‌عنوان آشنایی و ایده گرفتن از روش‌های گوناگون بوده است . خواندن این مطالب به تنهایی نمی تواند از هیچ شخصی یک کوه‌نورد 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 روش‌ها و یا توصیه‌ها وجود دارد. ضمنا ممکن است روش‌های بهینه‌تری برای انجام تکنیک‌ها و یا تاکتیک‌های کوه‌نوردی فنی به غیر از آنچه در این مجموعه آورده شده وجود داشته باشد.
نگارنده و فصلنامه کوه هیچ گونه مسؤلیتی چه مستقیم چه غیر مستقیم در باره حوادث ناشی احتمالی برای افرادی که از این توصیه ها استفاده نموده‌اند چه مبتدی چه کهنه کار را به عهده نمی‌گیرد. مسؤلیت 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.

فاکتور سقوط

فاکتور سقوط تعیین‌کننده سختی سقوط است .

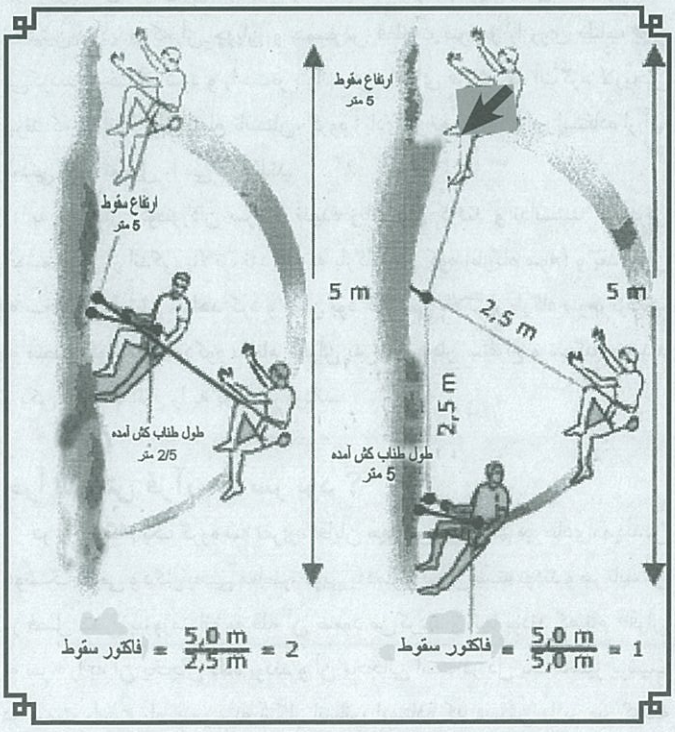
هر چه میزان آن بیشتر باشد سقوط سخت‌تر است و میزان آن بین حداقل ۰ و حداکثر ۲ می‌باشد. محاسبه آن از تقسیم ارتفاع سقوط بر طول طناب صعود شده (طناب بین حمایتچی و صعود کننده) به دست می‌آید. سختی سقوط تابعی از ارتفاع سقوط نبوده بلکه تابعی از نسبت طول مسیر صعود می‌باشد زیرا هر چه طناب فعال طویل‌تر باشد طول بیشتری از طناب برای جذب نیروی سقوط کشش پیدا می‌کند.

وقتی که هیچ‌گونه اصطکاکی بین حمایتچی و بالاترین کارابین وجود نداشته باشد انرژی حاصله از سقوط در تمام طول طناب به طور یکسان توزیع می‌گردد که این نیرو را فاکتور سقوط نظری می‌نامند.

$$f = \frac{\text{Height of fall}}{\text{Length of rope}}$$

اصطکاک طناب با کارابین‌ها و سنگ باعث محدود شدن انتشار کامل نیروی به وجود آمده از سقوط در طول طناب می‌شود و از این رو فقط طول طناب بین آخرین کارابین و کارابین ماقبل آن کاملا تحت بار قرار می‌گیرند و نیروی وارد شده به بقیه طناب و حمایتچی بسیار کمتر است.

درنتیجه طناب با تمام طول و ظرفیت جذب خود به کار گرفته نمی‌شود و به این ترتیب میزان فاکتور سقوط عملی بسیار فراتر از مشابه آزمایشگاهی آن است.



کمی درباره ویژگی‌های طناب

نیروی ضربه Impact Force مقادیر مورد نیاز برای استاندارد

• تک طناب: نیروی ضربه در اولین مهار سقوط با فاکتور ۱,۷۷ و با وزن ۸۰ کیلوگرم باید کمتر از ۱۲ کیلونیوتن باشد.

• نیم طناب: نیروی ضربه در اولین مهار سقوط با فاکتور ۱,۷۷ و با وزن ۵۵ کیلوگرم باید کمتر از ۸ کیلونیوتن باشد.

• طناب دو قلو: نیروی ضربه در اولین مهار سقوط با فاکتور ۱,۷۷ و با وزن ۸۰ کیلوگرم می‌بایستی کمتر از ۱۲ کیلونیوتن باشد.(بر روی هر دو رشته طناب با هم)

طبق استاندارد ، نیروی ضربه نوشته شده در برگ مشخصات فنی طناب نباید کمتر از ضعیف‌ترین (بدترین) نتیجه به دست آمده در آزمایشگاه باشد.

قطر و وزن Diameter and weight

طناب‌های با قطر بالا عموما دارای عمر مفید طولانی‌تر و در عین حال سنگین‌تر و نه چندان مطلوب برای استفاده می‌باشند. در صعودهایی که وزن و حرکت روان طناب حایز اهمیت است ، انتخاب یک طناب با قطر کم ارجحیت دارد. عملکرد جامع و کلی طناب را می‌توان در توازن و تعادل بین وزن و خاصیت دینامیکی آن ارزیابی نمود....

لغزش پوسته Sheath slippage

پوسته و هسته طناب دو جزو مستقل می‌باشند و در صورت نداشتن سازگاری دقیق با یکدیگر جابه‌جا شده و خلاف یکدیگر خواهند لغزید. در این حالت پوسته طناب تغییر شکل داده و کم‌کم تحت تاثیر ابزار فرود برآمده شده و نقاطی توخالی و بیرون زده اطراف هسته طناب به‌وجود می‌آید. این پدیده به‌خصوص هنگام صعودهای قرقره‌ای و یا شوک‌های شدید باعث استهلاک بیشتر طناب می‌شود. همچنین خطر جمع شدن پوسته طناب در ابزارهای فرود و یا حمایت وجود دارد.

صعود تا میانی بعد از سقوط بر روی کلاهک

خود نجات: صعود تا میانی بعد از سقوط بر روی کلاهک.

در صعودهای چند طول طنابه هر موقعیتی می‌تواند بسیار پیچیده و حساس شود.

به عنوان نمونه: بعد از در آمدن از یک کلاهک سرطناب سقوط می‌کند و خود را در میان زمین و آسمان معلق می‌بیند.

فرض کنید رسیدن به سمت دیگر طناب و سنگ ممکن نباشد و امکان پایین دادن نفر هم نباشد. (به دلیل کوتاه بودن طناب)

در این حالت تنها راه ممکن اتکا به خود و صعود بر روی طناب است.

به همراه داشتن TIBLOC و ابزار حمایت ریورسو ۳ و کویک درا عامل بسیار مهمی است. در مسیرهای بلند این وسایل هرگز نباید فراموش شوند.

مراحل کار

نصب سیستم صعود بر روی طناب

ابزار صعود TIBLOC را توسط یک کارابین پیچدار بر روی طناب متصل کنید.

توسط یک گره یک حلقه در انتهای یک تسمه ایجاد کنید و آن را به کارابین متصل نمایید. این به عنوان حلقه پای شما خواهد بود. کویک درا را به تسمه و بالای گره متصل کنید. طول تسمه باید به اندازه ای باشد که بتوانید بر روی آن برای صعود بلند شوید.

بلند شوید تا بتوانید کویک درا را به هارنس متصل کنید.

این مانور بر روی بالای گره اتصال به هارنس مقداری طناب آزاد می‌کند.

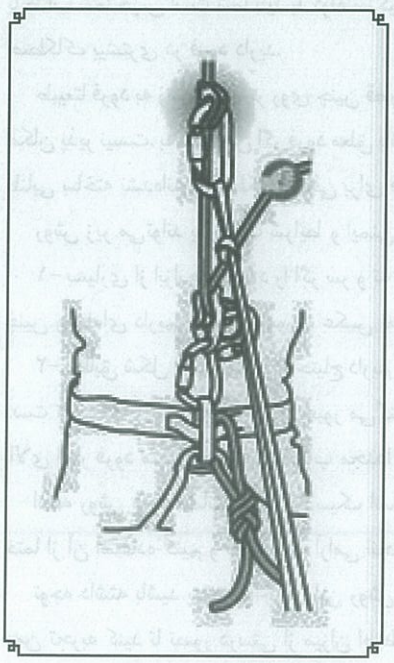
توسط یک کارابین پیچدار ریورسو ۳ را در حالت بر عکس بر روی هارنس متصل کنید. طناب را توسط دومین کارابین به داخل ریورسو ۳ بیندازید و تمام خلاصی طناب را بکشید.

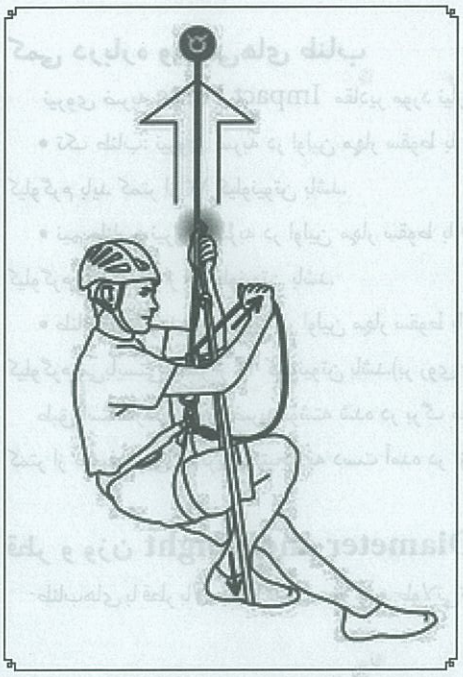
بر روی اسلینگ بلند شوید تا بتوانید کویک را آزاد کنید.

با نشستن بر روی هارنس وزن شما بر روی ریورسو ۳ منتقل می‌شود.

همیشه به یاد داشته باشید مناسب ترین حالت وارد شده بار بر روی کارابین حالتی است که بار بر روی محور طولی کارابین وارد شود. .

بهترین راه برای اطمینان از چگونگی اتصال کارابین به هارنس مطالعه دفترچه راهنمای هارنس است. اما می‌توان با قاطعیت گفت در تمامی هارنس هایی که حلقه کمر و بخش پا به وسیله یک تسمه دوخته شده به یکدیگر متصل هستند؛ محل اتصال کارابین چه برای فرود و چه حمایت همین حلقه است.





صعود

شروع به صعود کنید

نیازی نیست شتاب‌زده شوید. سعی کنید یک روند یکنواخت داشته باشید.

هشدار : انگشت خود را از روی TIBLOC در تمام طول صعود بر ندارید.

TIBLOC را بر روی طناب بالا ببرید, بر روی تسمه بلند شوید و همزمان طناب آزاد را از داخل ریورسو ۳ جمع کنید.

برای حداکثر کارایی بدن و طناب هم راستا نگاه دارید.

بر روی هارنس بنشینید دست خود را کنار طناب آزاد نزدیک ریورسو ۳ بیاورید و این مانور را تکرار کنید.

لازم به ذکر است که روش فوق را با دو و حتی یک طنابچه پروسیک نیز می‌توان انجام داد. اما آشنایی با روش‌ها و ابزار به گستره دانش سنگ‌نوردی ما افزوده و در صورت نیاز می‌توان از آنها استفاده نمود.

اضافه کردن اصطکاک هنگام فرود بر روی طناب‌های نازک و یا تک رشته

اتفاقات در کوه‌نوردی هیچ‌گاه قابل پیش‌بینی نیستند. محیط متغیر کوهستان همواره می‌تواند شرایطی را در برابر ما قرار دهد که با تمامی تجربیات و آموزش‌های فرا گرفته در تضاد است.

فرض کنید بنا به هر دلیلی بیشتر لوازم خود را از دست می‌دهید (فرضا کوله پشتی شما به پایین پرت می‌شود) و تنها وسیله فرود یک طناب نازک ۷ یا ۸ میلی‌متری است و یا حتی مجبورید بر روی یک طناب انفرادی ۱۰ متر فرود بروید یا طناب شما خیس است شما باید با کوله سنگین بر روی آن فرود بروید و نیاز به اصطکاک بیشتری در فرود دارید.

طبیعتا فرود به وسیله ابزار بر روی چنین قطر طنابی به صورت کلاسیک تقریبا امکان پذیر نیست. به خصوص اگر فرود معلق باشد. ابزارهای فرود برای چنین قطر طنابی ساخته نشده‌اند و اصطکاک کافی برای فرود ایجاد نمی‌کنند.

روش زیر می‌تواند با رعایت شرایط و ایمنی و دقت کارساز باشد.

۱- بسیاری از ابزارهای فرود را اگر سر و ته کنیم اصطکاک بیشتری دارند اگر چنین وسیله‌ای داریم آن را به صورت عکس به هارنس متصل کنیم.

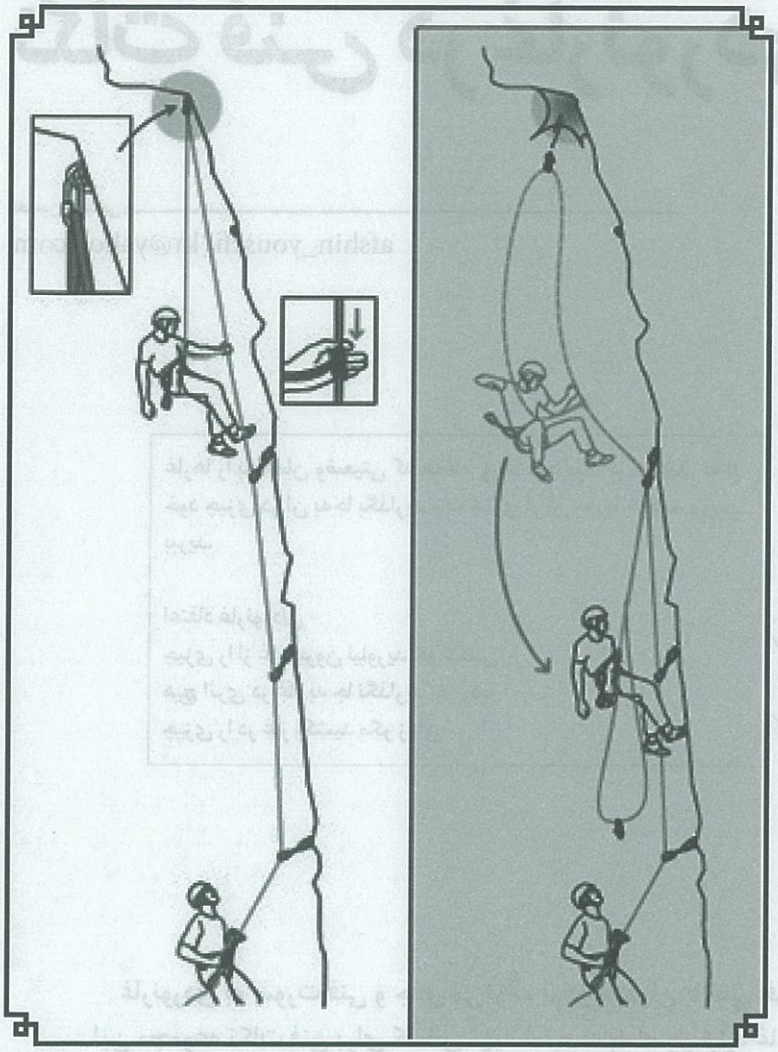
۲- مطابق شکل به سه کارابین احتیاج داریم یک به حلقه پای هارنس در طرف دست ترمز که برگشت طناب از آن عبور می‌کند و دو کارابین که بر روی طناب بالای ابزار فرود متصل می‌شود و طناب مجددا از آن عبور می‌کند.

ادامه روش فرود همانند فرود کلاسیک است. بهتر است اگر دستکش داریم حتما از آن استفاده کنیم و فرود را به آرامی انجام دهیم.

توجه داشته باشید پیش از اجرای این روش در طبیعت حتما آن را در شرایط ایمن تجربه کنید تا تصور درستی از میزان اصطکاک ایجاد شده داشته باشید.



منبع http://www.outdoorstogether.com/canyoneering/images/rappel_z.jpg



برگشت سر طناب بر روی مسیر های ورزشی و رول کوبی شده

در حین صعود از یک مسیر رول‌کوبی شده ورزشی هستید ممکن است در انتهای مسیر کارگاهی وجود نداشته باشد و یا حتی ممکن است شما به هر دلیلی به انتهای مسیر نرسیده‌اید و می‌خواهید به پایین برگردید.

فرض بر این است که حمایتچی طناب کافی برای پایین دادن شما تا زمین دارد. اما او مایل به صعود نیست و شما می‌خواهید کارابین‌ها را از مسیر جمع کنید؟ ایمن‌ترین راهکار چیست؟

ساده‌ترین حالت این است که اگر تیم دیگری دور و بر شما است و می‌خواهد همین مسیر را صعود کند از آنها بخواهید که مسیر را صعود کنند و کارابین‌های خود را با شما جایگزین کنند!!

شاید هم مسیر دیگری در کنار آن مسیر باشد که بتوانید با فرود از آن به کارابین‌های خود دسترسی پیدا کنید.

اما اگر چنین امکانی نبود و یا مسیر کلاهکی بود راه کار چیست؟ چگونه می‌شود ایمن‌ترین راه پایین آمدن را انتخاب کرد.

برای انجام صحیح و ایمن ما نیاز به یک طنابچه پروسیم و یک مایلون راپید (MailonRapid یا همان کارابین‌های کوچک آهنی پیچدار) داریم.

در دنیای سنگ‌نوردی ورزشی امروزه شاهد هستیم این وسیله به علت کم حجمی و سبکی علاقه‌مندان زیادی پیدا کرده است.

و بد نیست همیشه در نظر داشته باشیم ارزش جان و سلامتی ما بسیار بیشتر از قیمت یک کارابین و یا یک مایلون راپید و یا هر ابزاری چه گران قیمت چه ارزان قیمت است.

مراحل کار به این صورت است:

از ایمنی و استحکام ظاهری رولی که می‌خواهیم از آن پایین بیاییم مطمئن می‌شویم. (بررسی چشمی).

به وسیله یک کویک درا خود را به کارابین آخر که طنابمان از آن عبور کرده متصل می‌کنیم. (خود حمایت پشتیبان). در این حالت وزن ما از روی طناب برداشته می‌شود.

مایلون را در پشت کارابین به رول وصل می‌کنیم به نحوی که مایلون بین کارابین و رول قرار بگیرد.

طناب را از مایلون عبور می‌دهیم و پیچ آن را می‌بندیم.

بر روی طنابی که داخل کارابین‌ها عبور کرده یک گره پروسیک می‌زنیم و طنابچه پروسیک را به هارنس خود وصل می‌کنیم.

با هماهنگی حمایتچی بالاترین کارابین را از رول باز می‌کنیم.

وزن خود را بر روی طناب انتقال می‌دهیم و حمایتچی به آرامی و یکنواخت ما را به پایین می‌دهد.

همزمان ما گره پروسیک را بر روی طناب پایین می‌دهیم و کارابین‌ها را باز می‌کنیم.

در این صورت اگر رول بالایی هم کنده شود به علت اتصال طنابچه پروسیک به طناب، سقوط حاصله بلند نخواهد بود و رول بعدی سقوط را مهار می‌کند.

این روش در حالت زیر آزمایش شده است: ۴ متر سقوط با ۸۰ کیلوگرم وزن با استفاده از طنابچه ۷ م م پروسیک و تک طناب ۹,۷ م م

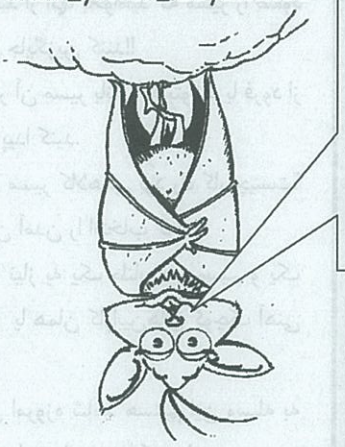
نتیجه آزمایش : سقوط مهار شد و طناب و پروسیک هم آسیب ندیدند.

نکات فنی در غارنوردی

قسمت نهم

افشین یوسفی
afshin_yousefi_k۲@yahoo.com

Speleo Tech Tip
afshin_yousefi_k2@yahoo.com



غارها را به همان وضعیتی که هنگام ورود شما بود، ترک کنید. نه از خود چیزی در آن به‌جا بگذارید و نه چیزی از آن جا، با خود به بیرون ببرید.

اعتقاد غارنوردان
چیزی را از غار بیرون نیاورید جز عکس
هیچ اثری در غار به جا نگذارید جز ردپا
چیزی را در غار نکشید مگر زمان

غارنوردی به صورت فنی و جدی می‌تواند برای مبتدیان یا حتی افراد کارکرده بسیار خطرناک و خطر آفرین باشد. این مجموعه نکات فنی برای کسانی تهیه شده که به اصول اولیه غارنوردی آشنایی کامل دارند و برای کسب اطلاعات بهتر و بیشتر می خواهند از این نکات استفاده کنند. مادامی که به فنون غارنوردی تسلط کافی پیدا نکرده اید، استفاده از آنها خطر آفرین خواهد بود.

این نکات، فقط به گوشه‌هایی از نکات فنی در دنیای پر هیجان غارنوردی تعلق دارد و برای کامل کردن تجربیات و آموزش های خود باید نزد مربیان با تجربه و کارآزموده به کسب تجربه بپردازید و اطلاعات فنی خود را تکمیل کنید.

مولف و نشریه کوه هیچ گونه مسؤلیتی در برابر حوادث احتمالی برای افرادی که از این توصیه‌ها استفاده می‌کنند ندارد و تمامی مسؤلیت به عهده خوانندگان است.

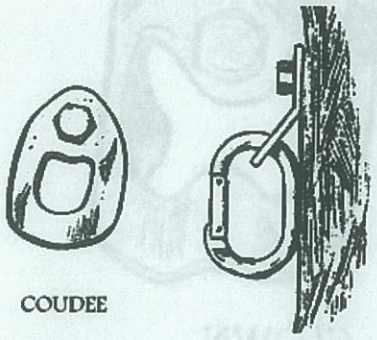
اشاره:

از آنجایی که ذات ورزش و تکنیک‌های فنی در غارنوردی با سنگ‌نوردی متفاوت است از این رو استانداردهای تدوین شده آنها نیز با هم متفاوت است به طور نمونه استاندارد صفحه پلاک‌های غارنوردی ۱۵۰۰ کیلوگرم است ولی صفحه پلاک‌های سنگ‌نوردی باید ۲۲۰۰ کیلوگرم تحمل داشته باشند یا در مورد مقاومت رول‌ها و رول‌کوبی تفاوت‌هایی با سیستم‌های سنگ‌نوردی وجود دارد که ممکن است در این مجموعه مقالات با برخی از آنها برخورد داشته باشید.

در شماره پیش در مورد رول بولت‌های مصرفی و خصوصا رول بولت اسپیت که پر مصرف ترین رول بولت در غارنوردی است کمی صحبت کردیم. اکنون در این شماره می‌خواهیم در مورد صفحه پلاک‌های مصرفی در غارنوردی، کاربرد و نحوه استفاده هرکدام از آنها در محیط غار بحث کنیم.

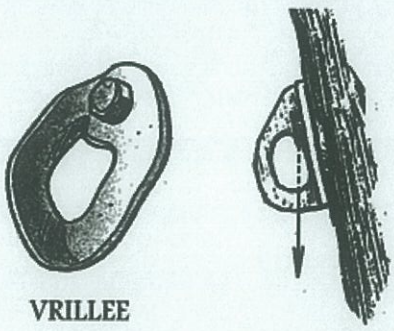
صفحه پلاک‌های مصرفی در غار عموماً از جنس آلومینیوم که آلیاژی سبک و مقاوم است تهیه می‌شود . مقدار مقاومت نهایی آنها معمولا ۱۵۰۰ کیلوگرم است. به طور عموم صفحه رول‌ها در غارنوردی به چند دسته تقسیم می‌شوند.

۱- صفحه رول‌هایی که فقط در دیواره‌های عمودی مورد استفاده قرار می‌گیرند. این‌گونه صفحه پلاک‌ها به صورت عمومی در غارنوردی مورد استفاده قرار می‌گیرد و پر مصرف‌ترین صفحه پلاک در غار است. این صفحه پلاک در بین غارنوردان به "کودی " یا "بِند" (coudee) or (bend) مشهور است. طراحی این صفحه رول به گونه‌ای است که کارابین را به صورت عمود بر دیواره نگه می‌دارد تا گره طناب ثابت غار به دیواره سایش نداشته باشد.

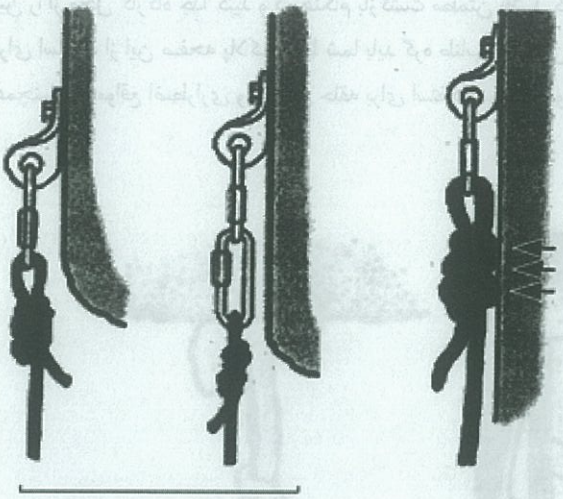


صفحه پلاک "کودی" مناسب برای دیواره های عمودی

۲- صفحه پلاکی‌هایی که برای استفاده در شیب‌های منفی طراحی شده‌اند. این صفحه پلاک‌ها شبیه به صفحه پلاک‌های معمولی سنگ‌نوردی هستند و می‌توان آنها را هم برای شیب‌های عمودی و هم برای شیب‌های منفی استفاده کرد. سوراخ این صفحه رول ها طوری طراحی شده که وقتی از آن در شیب منفی استفاده می‌کنید کارابین را به مرکز پیچ رول بولت هدایت می‌کند تا در هنگام فشار، نیروی گشتاور کمتری به محور پیچ وارد کند. این صفحه پلاک در بین غارنوردان به "وریل" یا "مینوکس" (vrillee) or (minox) معروفند. اما از ایرادات این صفحه پلاک این است که وقتی آن را در دیواره عمودی کار می‌گذارید، گره طناب به دیواره غار ساییده و سبب فرسوده و زخمی شدن پوسته طناب در آن نقطه می‌شود که برای جلوگیری از این کار باید از ۲ عدد کارابین به صورت متوالی استفاده کرد.



صفحه پلاک "وریل" مناسب برای شیب های منفی

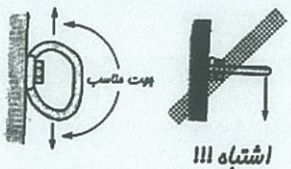


۳- صفحه پلاک‌هایی که برای استفاده در شیب منفی و در سقف‌ها طراحی شده‌اند. این صفحه پلاک‌ها به "رینگ" یا حلقه (Ring) معروف هستند و مرکز ثقل آنها طوری طراحی شده که وقتی آن را به سقف اتصال دهید نیرو از مرکز پیچ گرفته می‌شود و نیروی گشتاور را صفر می‌کند. نیروی این صفحه پلاک‌ها ۲۲۰۰ کیلوگرم به بالا است و برای کارهای امداد و نجات نیز کاربرد دارد. از مزیت‌های دیگر این صفحه پلاک‌ها این است که به دلیل ساختار حلقه ای شکل آن می‌توانید طناب را مستقیم و بدون نیاز به کارابین به آن اتصال دهید.

همچنین توجه داشته باشید اگر از این صفحه پلاک در دیواره‌های عمودی استفاده می‌کنید جهت حلقه را درست کنید در غیر این‌صورت حلقه به راحتی می‌شکند!!



رینگ مناسب برای استفاده در سقف ها

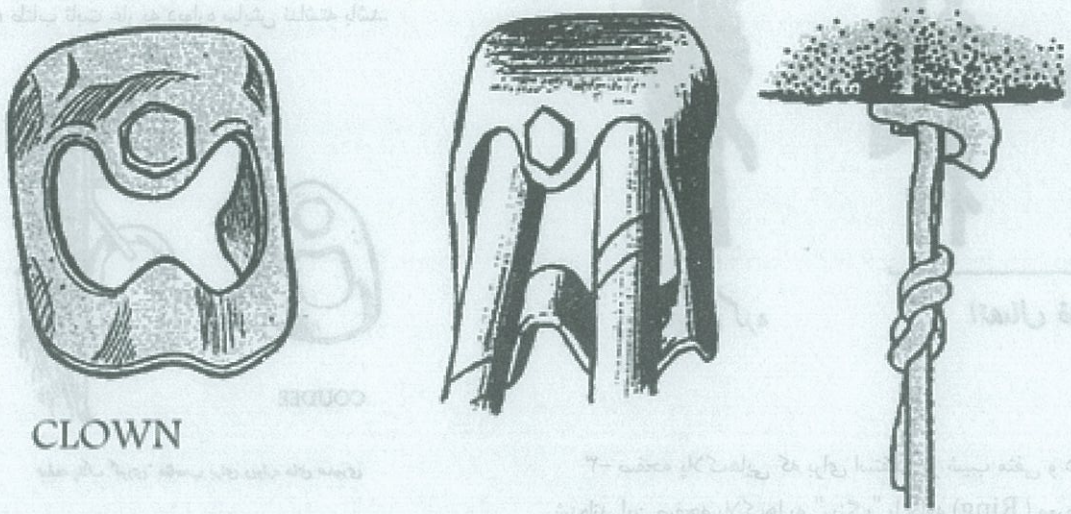


۴- صفحه پلاک‌هایی که نیاز به اتصال کارابین ندارند. این صفحه پلاک‌ها به "کلون" (CLOWN) معروفند و کاربرد مناسبی برای مناطقی دارد که جاگذاری کارابین خطر ناک است. به طور نمونه در دهانه غارها که به راحتی مورد بازدید عموم قرار می‌گیرد می‌توانید از این صفحه پلاک استفاده کنید و

کارابین را از محل کارگاه جدا کنید و در هنگام بازگشت مطمئن باشید که کارگاه شما دست نخورده است.

برای استفاده از این صفحه پلاک فقط شما باید گره طناب را در بین صفحه و پیچ قرار دهید و صفحه را در روی بولت ببندید.

همچنین در مواقع اضطراری و نداشتن حلقه برای استفاده در سقف و شیب منفی نیز می‌توانید از این صفحه رول نیز در غار استفاده کنید.



صفحه پلاک کلون نیازی به اتصال کارابین ندارد!

منابع تحقیقاتی این مطلب:

- مطالب گفته شده در کلاس‌های آموزشی اردوی بین المللی غارنوردی ایران – سال ۲۰۰۸ میلادی
- مطالب گفته شده در کلاس مربیگری و دوره امداد در غار– لبنان– سال ۲۰۰۹ میلادی
- کتاب –Vertical– Alan warild ۲۰۰۱
- کتاب –ALPINE CAVING TECHNIQUES – Gorges marbach & Bernard tourte ۲۰۰۲
- کتاب –Rock Gear– layne gerrard ۱۹۹۰

شرکت خدمات کوه‌نوردی اطهر
کوه‌نوردان تبریز

مجری برنامه‌های متنوع
کوه‌نوردی (داخلی ـ خارجی)

به مدیریت:
احد پرتوی
سید حسن آل حسین



با ده سال سابقه برون مرزی

TABRIZ MOUNTAINEERS ATHAR CO.
TEL: 5510796

شرکت خدمات کوه‌نوردی اطهر تبریز در سال ۹۰ برگزار می‌نماید

۱- کشور ترکیه:
قلل: کاج کار، دمیر کازیک، ارجیس، سبحان و نمرود
و آرارات

۲- کشور گرجستان
قله کازبک

۳- کشور آذربایجان:
قله شاه‌داغی

۴- کشور ارمنستان:
قله آراگاس

۵- کشور روسیه:
قله البروس

جهت اطلاع از شرایط برنامه‌های فوق با ما تماس بگیرید

دفتر مرکزی تلفاکس : ۵۵۱۰۷۹۶ - ۰۴۱۱

تلفن‌های تماس : ۵۵۶۰۳۱۱ - ۰۴۱۱ همراه : ۰۹۱۴۴۱۲۴۹۳۷ - ۰۹۱۴۳۱۰۶۹۴۴

آدرس: تبریز، خیابان خیام، ایستگاه مسجد میانه جنب قنادی پونک

در جستجوی یتی

آدم برفی

قسمت چهاردهم

رینهولد مسنر
ترجمه: پریسا حسین‌زاده

غول سیاه و سرسفید

در آوریل سال ۱۹۹۷ به اتفاق یک راهنما و مترجم از لهاسا به اسم کارما درون مزارع چای، برنج، شالیزارها و مزارع ذرت چنگدو در سیچوان به طرف ارتفاعات تبت رفتیم. از آلاپاس با جیپ رد شدیم جایی که کاروان‌های یاک قرن‌هاست که از آن می‌گذرند و چای به تبت می‌آورند، راهمان را به سمت غرب از یک بازارچه به بازارچه دیگر در پیش گرفتیم. گارد سرخ از این مسیر به تبت بعد از اینکه کومینتانگ یک جاده به ینتوم لاتسو ساخت، وارد شد. خامپاس در اینجا از عقب راندن چینی‌ها خودداری کرد و گارد سرخ با تانک‌ها، جت‌های جنگی و کامیون‌ها سریعاً به لهاسا حرکت کردند.

برف عمیقی در گذرهای بالا بین کانزه و دگه نشسته بود بنابراین خطر دایمی ریزش بهمن وجود داشت اما ما از آن گذشتیم. در سرتاسر جاده کارگران چینی جاده‌ها را تعمیر می‌کردند و چاله‌ها را می‌پوشاندند و هیچکس جلوی ما را نگرفت. در دگه شانس از من روگردان شد و پلیس به دنبال من آمد. چینی‌ها نمی‌خواستند که یک اروپایی به تنهایی به تبت مسافرت کند. وقتی که کارما با مسؤلین محلی مشغول مذاکره بود من در منزل عموی او مستقر شدم و در مورد وضعیت تبت با هم بحث کردیم. او گله می‌کرد"همه چیز کمیاب شده است، دلسوزی، با ارزش بودن طلب کمک از خداوند، آیین، و مراسم".

"ولی دالای لاما توسط غربی‌ها حمایت می‌شود"

"می‌دانم و این خوب نیست ، حالا همه تبتی‌ها توقع کمک از غرب را دارند"

"آیا مردم درک نمی‌کنند که در اینجا چه دارد می‌گذرد؟"

"لامائیسم چطور؟"

"آن هم از بین رفته است ، بوداییسم هم به طرف غرب گرایش پیدا کرده است "

وقتی که از عموی کارما درباره شموها پرسیدم او داستانی از یکی از آنها که یک خوک را درست وسط دگه ربوده بود تعریف کرد، آن خوک حدود ۳۰ کیلوگرم وزن داشت ، او آن را برداشت و فرار کرد. فکر کنم این داستان برمی‌گردد به سال ۱۹۷۷.

"او چه شکلی بود؟"

"مردم می‌گویند او صورت زشتی دارد، وقتی که یک بز را به چنگ می‌گیرد، تعداد زیادی را هم زخمی می‌کند."

"چینی‌ها به این جانور چه می‌گویند؟"

"رنشونگ، ما به او شمونگ یا شمو می‌گوییم"

"میگیو چیست؟"

"میگیو یعنی خرس ایستاده ، در گویش محلی به آن نه ته نیز می‌گویند که مفهوم آن مرد خرسی است"

"خرس غول پیکر پاندا را چه صدا می‌کنند؟"

"چینی‌ها به آن شومو می‌گویند"

"پس این شمونگ چیست؟"

"تا آنجایی که به ما تبتی‌ها مربوط می‌شود او یک خرس نیست"

"چرا خرس نیست؟"

"شمونگ‌ها بچه‌هایشان را به پشتشان حمل می‌کنند و آنها را از رودخانه عبور می‌دهند و با فشار هوا سوت می‌زنند مثل این، او منظورش را عملاً به من نشان داد. آنها بین خودشان بازی می‌کنند و مثل سگ‌ها پارس می‌کنند. توم کلمه‌ای است که برای خرس به‌کار می‌رود، توم سریع‌تر و کوچک‌تر است و اکثراً روی هر چهار دست و پا راه می‌رود."

"آیا میگیو و شمونگ‌ها یکی نیستند؟"

"نه، چینی‌ها میگیو را برای مرد وحشی به کار می‌برند ولی هرگز کسی یکی از آنها را در تبت ندیده است"

"ولی شمونگ‌ها دیده شده‌اند؟"

"بله، درفصل پاییز حتی در مزارع نیز دیده می‌شوند و در فصل بهار آنها بوته‌های تازه سیب‌زمینی می‌خورند. دید آنها خوب نیست و وقتی که انسان به او خیلی نزدیک می‌شود من فکر می‌کنم بی‌هیچ ترسی به او حمله می‌کنند. آنها می‌ایستند و ترسناک به نظر می‌رسند. وقتی که عصبانی و یا گوش به زنگ هستند روی پاهای عقبشان می‌ایستند. به بچه‌های آنها تسه

تو می‌گوییم."

"عموی کارما ادامه داد، شمو شبیه انسان است فقط بزرگ‌تر است ، چشم‌های کوچکی دارد و دهانش برجسته است، از مابقی حیوانات متمایز است. با دست‌هایش شکار می‌کند و پاهایش شبیه پاهای انسان است ولی بدون پاشنه برجسته. به طرف سگ‌ها سنگ پرتاب می‌کند و سگ‌ها مانع او می‌شوند. او همیشه سنگ‌ها را به پشت سر خود پرت می‌کند. در ماه مه شموها پس از غروب خورشید بیرون می‌آیند و موش خرما شکار می‌کنند. این کار در مواقعی که موش خرماها آسان پیدا می‌شوند انجام می‌گیرد ولی در پاییز فقط در ارتفاعات بالای کوهستان می‌توان آنها را پیدا کرد."

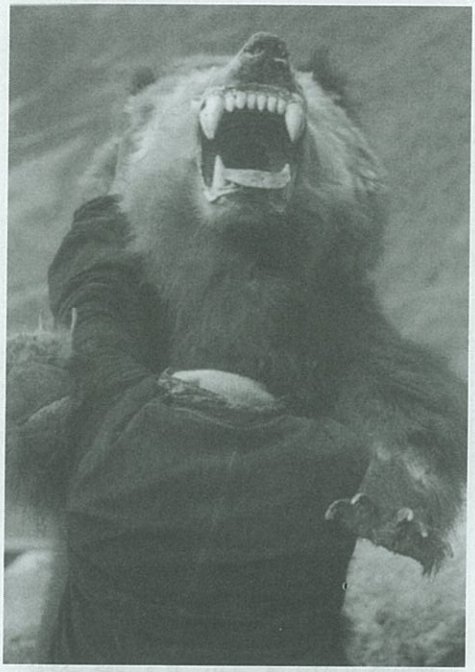
"در زمستان چطور؟"

"نمی‌دانم، شاید بعضی از آنها به خواب زمستانی فرو می‌روند ولی نه همه آنها"

پس از مذاکرات مفصل با پلیس به ما اجازه داده شد که تا رودخانه یانگتسه پایین برویم و از میانکوه مشا بالاتر نرویم. جاده بین کلبه‌های دهکده خاتمه پیدا می‌کرد. شیب بالای میانکوه پوشیده از بوته بود. جهت یک کوره راه به سمت بالا می‌رفت و ما آن را به سمت مرتع دورا در پیش گرفتیم. در یک اقامتگاه زمستانه کمپ خود را برپا کردیم که حدود چهارهزار متر ارتفاع آن بود، چادرنشینانی که گله یاک، گوسفند و بز داشتند از ماه نوامبر تا ماه مه از گله‌های خود در آنجا نگهداری می‌کردند. در ماه ژوئن آنها به ارتفاعات بالاتر تا حاشیه یخچال‌ها می‌رفتند، چادرها، حیوانات و بچه‌هایشان را نیز با خود می‌بردند.

پس از پنج ساعت پیاده‌روی به یک وادی پهناور رسیدیم. مراتع دورا روبه‌روی ما گسترده شده بود، ولی آن‌طور که ما تصور می‌کردیم نبود، در آنجا فقط تپه‌ای از کود حیوانی بود، یک آغل برای جانوران و دو کلبه گلی و چوبی که با بوته‌ها محصور شده بودند. بعد از گذشت چند روز، هیجان دیدن یک شمو در میانکوه، جای خود را به سرخوردگی داد. ما نه شمو پیدا کردیم و نه صدای آن را شنیدیم. ولی خود را آماده کردیم که تحمل کنیم هفته‌ها اگر لازم باشد انتظار بکشیم. من نباید سرخورده می‌شدم.

یک روز کارما و من پیش از غروب آفتاب به بیرون



رفتیم و یک کوره راه باریک و پوشیده از گیاه را به سمت بالا در پیش گرفتیم تا اینکه به قسمت مرتفع و صاف میانکوه رسیدیم.

خم شدیم و دوربین‌هایمان را روی شیب سمت کوهستان در آن سوی دره تنظیم کردیم. قله بالای آن هنوز از نور خورشید روشن بود ولی جنگل در پایین یک دست سیاه بود.

کارما ناگهان به نجوا گفت شمو!

پرسیدم کجا؟

"او بزرگ و سیاه بود و سرسفیدی داشت. کارما با صدای آهسته گفت فکر می‌کنم او بچه دارد. "

من دوباره و به آهستگی گفتم: کجا؟، کارما به راه باریکی بین کاج‌های بلند اشاره کرد. دوربینم را محکم با هر دو دست گرفتم. آرنج‌هایم را روی زانوهایم تکیه دادم. تمام صخره‌ها را جستجو کردم. هیچ چیز ندیدم.

"آنجا، زیر آن درختان بلند، می‌توانی به وضوح سرسفید او را ببینی!"

بالاخره آن جانور را دیدم، پنجه‌های پاهایش را به تنه یک درخت تکیه داده بود و به جنگل گل‌های صد تومانی خیره شده بود. برگشت تا از درون بوته‌های زیر درختان به سمت شیب بالا برود. از شیب تند خیلی آرام عبور کرد. خورشید در پشت او می‌درخشید، پشت یک درخت ناپدید شد و دوباره برای آخرین‌بار پدیدار گشت. بدن تنومندی داشت و سر او سفید بود، او را سرسفید نامیدیم.

به کمپ بازگشتیم و از مشاهدات خود به چند زن جوان که گله‌های بز را به چرا آورده بودند گفتیم. آنها کوچک‌ترین واکنشی به این موضوع نشان ندادند. به امورات خود مشغول بودند و دیدن شمو برای آنها یک اتفاق معمولی در این اطراف بود و البته علت قفل کردن در اصطبل در نزدیک اقامتگاه غارمانند آنها پس از شیردوشی همین مساله بود.

صبح روز بعد عازم دیدن سرسفید راست قامت و پیدا کردن رد پاهایش ، مو و فضولات او شدیم. ما دسته‌ای از مو و جمجمه یک بچه تاکین را نیز پیدا کردیم. از یک شیب تند صخره‌ای بالا رفتیم و ردپاهای بیشتری پیدا کردیم که کاملاً ما را هیجان‌زده کرد. سرسفید از روی این زمین گذشته بود. اینجا مسیر و قلمرو او بود.

شیب زمین خیلی تند شده بود طوری که ما مجبور شدیم برای قدم بعدی چشم‌هایمان را به زمین بدوزیم. بالاخره به نقطه‌ای برای استراحت رسیدیم، توده‌ای از درخت‌های سوخته و سنگ‌های ناهموار بود، اینجا فقط شمو می‌تواند دوام بیاورد. لانه سرسفید باید جایی بالای سرما باشد، مخفیگاهی بین آسمان و مغاک.

ساعت‌ها به صعود ادامه دادیم، او هیچ کجا نبود.

وقتی که برگشتیم زن جوانی که در مرتع بود می‌خواست بداند که آیا بالاخره بچه‌ها را دیدیم یا نه.

پرسیدم "کدام بچه‌ها؟"

"بچه‌های شمو" بومی‌ها به جای توله به لغت بچه اشاره می‌کردند که ناشی از تاکید آنها به ویژگی‌های انسان بود.

مردم اینجا شمو را همان‌گونه توصیف می‌کنند که دقیقاً شرپاها یتی را توصیف می‌کنند، شبگرد، غالباً تنها، با موهایی که بستگی به سن آنها هم تیره است و هم روشن. معمولاً روی دو پا راه می‌روند، اکثراً مانند یک انسان راست راه می‌روند، مدفوع او شبیه مدفوع انسان است، اگرچه حاوی استخوان‌های هضم شده و موی جوندگان هم هست. این جانوران خجالتی و باهوش هستند و هم بالای خط جنگل و هم پایین آن زندگی می‌کنند. معمولاً زیر خط برف حتی در نیمه‌های تابستان باقی می‌مانند و فقط مواقعی که لازم باشد

دست به کار مخاطره‌آمیز عبور از یخچال‌ها می‌زنند. غالباً نزدیک روستاها دیده می‌شوند یا صدای آنها به گوش می‌رسد، مخصوصاً در بهار و یا در خلال ماه‌های طولانی زمستان.

دو روز بعد محدوده وسیعی از زمین را برف تازه پوشاند. امیدوار بودم که ردپاهای او درون برف که راحت‌تر اثر می‌گذارد سریع‌تر پیدا شود. من و کارما به درون میانکوه فرود آمدیم، بعد راهمان را زیگزاگی برخلاف جهت شیب به بالا در پیش گرفتیم. چند تا ردپا پیدا کردیم. چند تا حفره عمیق تازه و مقداری فضولات و دیگر هیچ.

در بعدازظهر به پنج مرد برخوردیم که مشغول قطعه قطعه کردن یک یاک بودند. آنها به ما گفتند که یک شموی غول پیکر او را کشته و بعد او را زیر خاک دفن کرده تا بتواند هروقت گرسنه شد و برگشت لاشه آن را بخورد. ما ردپاهای غول‌پیکر و مدفوع او را نزدیک آنجا دیدیم. آنها یک تکه گوشت از لاشه یاک را به ما فروختند. ما آن را همانجایی که شمو آن را دفن کرده بود مخفی کردیم، دراز کشیدیم و منتظر ماندیم. نیمی از شب را در انتظار گذراندیم، ابتدا حدود نود متر از طعمه فاصله داشتیم و بعد با شروع بارش باران نزدیک‌تر رفتیم. شمو پیدایش نشد، نا امید و خیس به زحمت درون برف و باران و تاریکی به کمپ برگشتیم. وقتی که رسیدیم از نیمه شب نیز گذشته بود.

صبح روز بعد چندتا از بچه‌های میانکوه همسایه به ما گفتند که یک غول سیاه را چند روز پیش دیده‌اند. آنها او را وحشتناک توصیف کردند ولی شبیه انسان نبود، با قضاوت در مورد نحوه گفتگو و حرکات دست‌هایشان داستان آنها موجه به نظر می‌رسید. آنها محلی را که با او روبه‌رو شده بودند نشان دادند و زیاد از آنجایی که ما طعمه را قرار داده بودیم دور نبود. تکه گوشت سر جایش نبود. آشکارا دو شمو در آن حوالی تردد داشتند، سرسفید (همان‌طور که ما آن را صدا می‌کردیم) و غول سیاه. ما به درون میانکوه فرود آمدیم و بعد به بالاترین حاشیه جنگل صعود کردیم. هر شب ما بوته‌های به هم تنیده زیر درختان مراتع را جستجو می‌کردیم.

در رعد و برق ما ردپاهایی را در جنگل پیدا کردیم که احتمال دادیم متعلق به غول سیاه باشد. او حقیقتا یک یاک شکار کرده بود. اندازه ردپاهایش هرکدام بیش از ۳۰ سانتیمتر بود و در قسمت‌های گلی جای سرخوردن پاهایش مشخص بود.

صبح روز بعد به سمت شرق رفتیم ، راه‌های کوهستانی را دنبال کردیم ، از یک گردنه گذشتیم، به میانکوهی وارد شدیم و در مه سر از تعدادی آلونگ درآوردیم. ابتدا تصور کردم که خطای دید و روشنایی است ولی وقتی که نزدیک‌تر شدیم بوی کود و چربی فاسد به مشاممان خورد. وارد یکی ازکلبه‌ها شدیم که به ما تسامپا و چای کره تعارف کردند و تا زمانی که نورخورشید مه را شکست و اشاره‌ای به شروع دوباره بود در آنجا ماندیم.

کارما به من گفت که پدرش انجم، کمی بالاتر در قسمت هموار زمین در حاشیه جنگل در یک کلبه کوچک چوبی و گلی زندگی می‌کرده، او خانواده‌اش را در میانکوه ترک کرده و مانند معتکفین تنها زندگی می‌کند. انجم به عنوان متخصص شمو شناخته شده بود و وقتی که من او را دیدم فهمیدم که چرا این‌طور است . پیرمرد به ما در مورد واقعه‌ای گفت که سال گذشته رخ داده بود. وقتی که در این مورد صحبت می‌کرد بسیار پرشور و حال شده بود:

" یک شب در دل تاریکی در اثر تکان‌هایی از خواب پریدم، یک شمو مشتش را آنچنان به دیوار می‌کوبید که تمام کلبه می‌لرزید. سه تا از دیرک‌های چوبی کلبه ترک برداشت ، با دلهره شروع به نعره کشیدن کردم و امیدوار بودم که به گوش همسایه‌ها برسد، او نرفت. همان‌طور به کوبیدن در ادامه داد، وقتی که نتوانست در را باز کند شروع به ایجاد حفره‌ای در دیوار کرد. فقط وقتی که نور چراغ را درون حفره جلوی صورتش گرفتم به درون جنگل فرار کرد"

پرسیدم: آیا او تنها بود؟

بله ، او تنها بود

آیا شموها همیشه تنها هستند؟

انجم پاسخ داد، نه ، حدود یک ساعت دورتر از اینجا سه تا شمو دیدم که با هم می‌رقصیدند"

"منظورتان از رقص چیست؟"

"مثل رقصی که بچه‌ها با هم بازی می‌کنند"

"ولی آیا از جهات دیگر شموها تنها هستند؟"

"آنها گاهی گروهی شکار می‌کنند، یک‌بار یک یاک جوان را درون رودخانه کشیدند" انجم به سمت شرق به طرف میانکوه اشاره کرد، آنها او را کشتند و خوردند.

"آیا آنها آدم‌ها را نیز می‌کشند؟"

"آنها معمولاً گوشت انسان نمی‌خورند، فقط وقتی که وحشت‌زده می‌شوند برای ما خطرناک می‌شوند، بدترین چیز این است که آنها همه چیز را بدانند. آنها می‌دانند که چه وقت هیچ انسانی در مراتع کوهستانی وجود ندارد. آن وقت می‌آیند و البته در نیمه شب و در سقف طویله‌ها سوراخ ایجاد می‌کنند تا به گله بزها که معمولا محکم در وسط طویله بسته شده‌اند حمله کنند. آن وقت یکی از آنها را به چنگ می‌آورند و ناپدید می‌شوند. شموها قدرت جادویی دارند. شکی در این موضوع وجود ندارد، جادوی سیاه ، آنها همه چیز را می‌دانند. آنها ما را از آن بالا به دقت تماشا می‌کنند، احتمالا از یک صخره یا چیزی دیگر و می‌دانند که چه وقت و چه کسی از آلونک‌ها محافظت می‌کند. نمی‌توانی آنها را ببینی ولی آنها تو را می‌بینند."

تا آنجایی که به بومی‌ها مربوط می‌شود، جنگل‌ها و بوته‌های به هم تنیده غیر قابل نفوذ فقط متعلق به شموها است. وقتی که خانواده‌ای را ملاقات کردم که در گودالی در بالای کوهستان زندگی می‌کردند متوجه شدم که چگونه مردم بومی با احتیاط با تمام چیزهای بیگانه برخورد می‌کنند. حتی پیش از رسیدن ما به حصار چوبی اطراف کمپ صدای خفه پارس سگ‌های تبتی را می‌شنیدیم که منتظر دنبال کردن غریبه‌ها، انسان یا هر چیز دیگری بودند.

وقتی که به شیب آن طرف میانکوه خیره شده بودیم جایی که چادرهایمان را می‌توانستیم ببینیم، سر و کله یک نفر پیدا شد. از او پرسیدم آیا لانه‌های شموها در این اطراف وجود دارند. او به ما گفت که جای یکی از آنها را می‌داند و گفت که او را دنبال کنیم. به پایین میانکوه فرود آمدیم سپس حدود چهارصدمتر از کوه بالا رفتیم. آخرین قدم‌هایی را که برداشتیم در برآمدگی صخره، برج بلند کلیسا را دیدیم. در وسط آن غاری وجود داشت که در آن علوفه خشک ریخته شده بود. غار خالی بود. محیط اطراف آن قدر شیب داشت که نخواستم سعی کنم حتی نگاهی به اطراف بیندازم. ناگهان چیزی از زیر بوته‌ها پرتاب شد و سریعاً دور شد. نفهمیدم چه بود.

اواخر همان شب از شیب پایین رفتیم و غار دیگری کشف کردیم. نوچار یکی از برادران کارما به ما پیوست و می‌خواست که غول سیاه را پیدا کند. دوباره چیزی به غیر از ردپا پیدا نکردیم، در بالای صخره‌ای قرار گرفتیم و به جنگل‌ها و دره‌های عمیق اطراف خیره شدیم تا اینکه از سرما شروع به لرزیدن کردیم، نتوانستیم به هیچ وجه در آنجا بمانیم. به سمت کمپ در زیر نور ماه برگشتیم و از چراغ پیشانی استفاده نکردیم، نمی‌خواستیم شموها عصبانی شوند.

هنوز هیچ عکسی از این جانور نتوانسته‌ام بگیرم و ردپاهایش حالا در دل سیاه جنگل از بین رفته است . به زحمت به سمت کمپ قدم برمی‌داشتم، خسته بودم و کوله پشتی‌ام که پر از دوربین‌های سنگین و لوازم ایجاد نور در شب بود بر پشتم سنگینی می‌کرد.

با هر قدم که به طرف کمپ درون سیلاب ، گل و بوته‌های انبوه برمی‌داشتم ذره‌ای دیگر از امیدی که با به دست آوردن مدرکی از یتی فراهم می‌شد از بین می‌رفت. هر شب احساس می‌کردم که شاید تمامی این سفرها به بیشتر میانکوه‌های کوهستان‌های دور افتاده در شرق تبت مسخره بوده است .

ولی با آمدن صبح دوباره آماده می‌شدم و پس از چند ساعت پیاده‌روی کنجکاوی قدیمی من به سراغم می‌آمد و به طور اجتناب ناپذیری اعتقادم به اینکه در مسیر درست قدم برداشته‌ام شکوفا می‌شد.

کارما به منزلش برگشت ولی نوچار و من به جستجویمان برای سرسفید و غول سیاه ادامه دادیم. ما برای اینکه چگونه از یک شمو عکس بگیریم و همین‌طور اگر با یکی از آنها روبرو شدیم چه واکنشی نشان دهیم و چگونه برای او کمین کنیم برنامه خاصی نداشتیم. مردم همیشه می‌گویند دیدن یک شمو فقط اتفاقی رخ می‌دهد. اگر برای او بگردی هیچگاه او را پیدا نمی‌کنی. به دنبال او می‌گشتیم و این‌طور احساس می‌شد که او ما را می‌پاید.

صبح روز بعد که بیدار شدم ناخوش بودم، احساس بدی داشتم که باید برای پایین رفتن از نردبان بام کلبه که چادرم را روی آن زده بودم به من کمک کنند. به سمت جویبار رفتم تا آبتنی کنم. آنجا روی سنگی نشستم. صدای زنگوله یک یاک از پشت‌سر شنیده می‌شد، گل‌های یخ‌زده جلوی من روی آب شناور بودند.

برای مدت طولانی آنجا نشستم، احساس بدبختی می‌کردم از خودم پرسیدم که اینجا چه کار می‌کنم.

هوا سرد و مرطوب بود، یک صبح بدون خورشید، به شیب‌های یخ‌زده خیره شدم. یک دسته پرنده زیرخط برف بالای یک سطح صاف به پرواز درآمدند، کرکس‌ها!

ناگهان حس ماموریتم دوباره به سراغم آمد. به سرعت کوره راه را در پیش گرفتم و از حیاط پوشیده از کود خشک شده یاک گذشتم و به طرف زاغه‌های درون مراتع رفتم. کرکس‌ها هنوز در بالای میانکوه دایره‌وار پرواز می‌کردند. نوچار را صدا کردم. او به آنها اشاره کرد و دوربینش را بلند کرد.

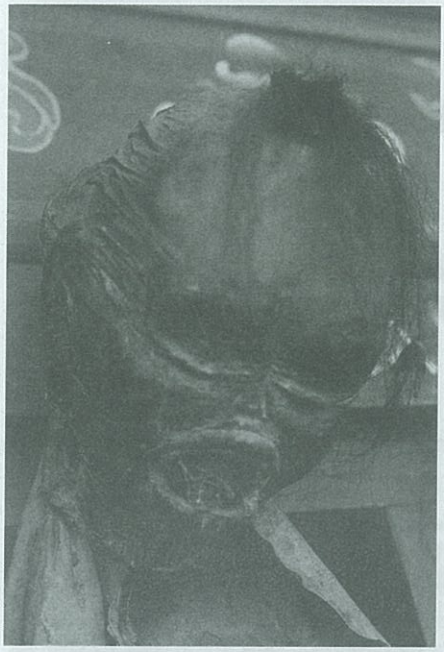
معنی این چیست؟ آیا یاک یا چیز دیگری در آنجا بین علف‌های هرز و بریدگی صخره افتاده است، دسته کرکس‌ها همچنان اطراف آن نقطه در حال پرواز بودند. آیا غول سیاه در حال پرسه‌زدن بود؟

برای بالا رفتن به سمت حاشیه جنگل بسیار ضعیف شده بودم بنابراین نوچار به تنهایی رفت. او وقتی که به کمپ برگشت به من گفت که لاشه یک یاک را پیدا کرده و کرکس‌ها بالای لاشه او تاب می‌خوردند.

همان بعدازظهر نوچار به یک شمو در شیب روبرو اشاره کرد. او باید سرسفید باشد اگرچه حالم بهتر نشده بود ولی آماده رفتن با او شدم. از ناپدید شدن او در زیر بوته‌ها وحشت‌زده بودیم، منتظر ماندیم، به آواز پرندگان گوش دادیم تا اینکه غروب آفتاب به تاریکی کامل تبدیل شد. سکوت آنچنان حکمفرما بود که به نظر می‌رسید تمامی دنیا از صدای شکسته شدن شاخه‌های درختان به لرزش افتاده است. تا دیروقت در دلهره به انتظار ماندیم و بعد برگشتیم و عازم کمپ شدیم.

صبح روز بعد از برآمدگی سنگی که تا فاصله زیادی در میانکوه جلو آمده بود بالا رفتیم. این دفعه برنامه‌ریزی شده عمل کردیم: خیال داشتیم با بوی تند یک تکه استخوان یاک یک شمو را به دام بیندازیم. ما استخوان‌ها را به یک درخت بستیم، آنقدر پایین که بتواند به آن دسترسی داشته باشد و در فاصله چهل متری پشت انبوهی از درختان صنوبر که دید خوبی از آنجا داشتیم مخفی شدیم.

پرنده‌ها شروع به آمدن کردند بعد تعدادشان بیشتر



شد ولی فقط همین بود.

غروب از راه رسید و آسمان ابری و تیره شد و همان موقع ما سروصدایی شنیدیم. در شیب روبه‌روی ما یک شمو و دو بچه شمو وجود داشت ، موهایشان متمایل به سفید بود، صاف راه می‌رفتند و سلانه سلانه ریشه‌های گیاهان در اطراف خود را در می‌آوردند و تکه تکه می‌کردند. بعد پس‌مانده‌های آن را بی هیچ ملاحظه‌ای پشت‌سر خود روی زمین می‌ریختند. به دلیل تاریکی و فاصله‌ای که داشتیم می‌دانستم هر عکسی که از آن جانوران گرفته شود چیز زیادی را نشان نخواهد داد. دوباره بی‌هیچ دستاوردی آنجا را ترک کردم.

شب را در کیسه خواب زیر یک درخت گذراندیم. صبح روز بعد با سر و صدای پرنده‌ها از خواب بیدار شدیم. استخوان‌ها هنوز آنجا بودند. هیچ‌گونه ردپایی دیده نمی‌شد. نقشه ما عملی نشد.

باد هر صدایی را به بالای رشته کوه‌ها و بالای حاشیه جنگل جایی که ما نشسته بودیم می‌برد. ساعت‌ها در سکوت منتظر ماندیم، همه شیب‌ها را یکی یکی با دوربین به دقت نگاه کردیم، به این مساله فکر نکرده بودیم که آیا سکوتی که اختیار کرده بودیم و گوش به زنگ بودن راه درستی است یا نه.■

ادامه دارد....

اکسپدیشن غارنوردی ایران - لهستان - سوئد

گزارش از : بخش غارنوردی فدراسیون

مقدمه: استان‌های کرمانشاه و لرستان، به خاطر دارا بودن شرایط محیطی مناسب، همواره مورد توجه غارنوردان و محققان ایرانی و خارجی بوده‌اند و غارهای متعددی نیز در این مناطق کشف و پیمایش شده‌اند. سال ۱۳۸۸ در برنامه مشترک میان فدراسیون کوه‌نوردی ایران و لهستان در مناطق پاوه و پراو، بررسی سطحی، اکتشاف، پیمایش و نقشه‌برداری چندین غار انجام شد و در بهار سال جاری تیمی متشکل از غارنوردان ایران، لهستان و سوئد، مناطق دیگری را در این دو استان، مورد شناسایی قرار دادند. نتیجه این برنامه، شناسایی کامل چند منطقه (با پیمایش بیش از ۲۰۰ کیلومتر و حداکثر استفاده از زمان)، کشف، پیمایش و نقشه‌برداری چند غار و همچنین تعامل و انتقال تجربیات غارنوردان خارجی و ایرانی بود (با توجه به حضور دو گیاه‌شناس از ایران و سوئد، بررسی‌های علمی نیز در خصوص پوشش گیاهی منطقه انجام گرفت) که در گزارش زیر، توضیحاتی در مورد این برنامه ارایه می‌گردد، امید است که مورد استفاده علاقمندان قرار گیرد، نقشه‌های تهیه شده نیز به صورت مقتضی در آینده نزدیک در اختیار همگان قرار خواهد گرفت.

خلاصه: از تاریخ ۸۹/۲/۲۴ لغایت ۸۹/۳/۸ اکسپدیشن غارنوردی با حضور نفراتی از سه کشور ایران، لهستان و سوئد در رشته کوه های زاگرس و دو استان لرستان و کرمانشاه انجام شد. هدف این اکسپدیشن بررسی اولیه در خصوص نقاط و پتانسیل های موجود در فلات شمالی کوه شاهو در مرز دو استان کردستان و کرمانشاه بود. مشکل عمده عدم وجود امنیت کافی در منطقه و به دنبال آن بروز تغییراتی ناخواسته بود که در محل برگزاری برنامه به وجود آمد.

محل های مورد بررسی شامل قسمت هایی از رشته کوه زاگرس در محدوده‌های زیر می باشد:

استان کرمانشاه قسمت های شمالی روستای سریاس در ۱۲ کیلومتری جنوب شرق پاوه.

استان کرمانشاه قسمت هایی در دره موجود در شمال غار قوری قلعه.

استان کرمانشاه قسمت هایی درشمال روستای بنچله.

استان کرمانشاه بخش های ابتدایی - غربی دشت زیلو تا ارتفاع ۲۶۵۰ متری از سطح دریا واقع در نزدیکی روستای سرابله در ۴۵ کیلومتری شمال غرب کرمانشاه.

استان لرستان قسمت هایی از دامنه های جنوبی و شمالی سفید کوه واقع در شمال روستای میرزاوند چله ۳۰ کیلومتری غرب خرم آباد

استان لرستان دره ای در نزدیکی روستای پرست در جنوب شرق شهرستان الشتر

استان لرستان کوه پریز واقع در ۵ کیلومتری شهر درود

در بیشتر مناطق، مشکل عمده خرد بودن بیش از حد سنگ ها و یا وجود مقادیر زیادی خاک در منطقه است که دسترسی را به غار مشکل می سازد. درگیری با سنگ و شیب زیاد، دره های U شکل و پیر، عدم وجود نقشه های به روز و دقیق و آب و هوای خشک - گرم و غبارآلود عملیات اکتشاف را مشکل‌تر می سازد.

در این فصل تعداد عملا بیشتر فروچاله های موجود در ارتفاعات دارای برف‌اند و این نیز باید مورد توجه قرار گیرد.

یافته های موجود اعم از نقاط بررسی شده ، غار های کشف شده و نقشه های آنها در دسترس اند.

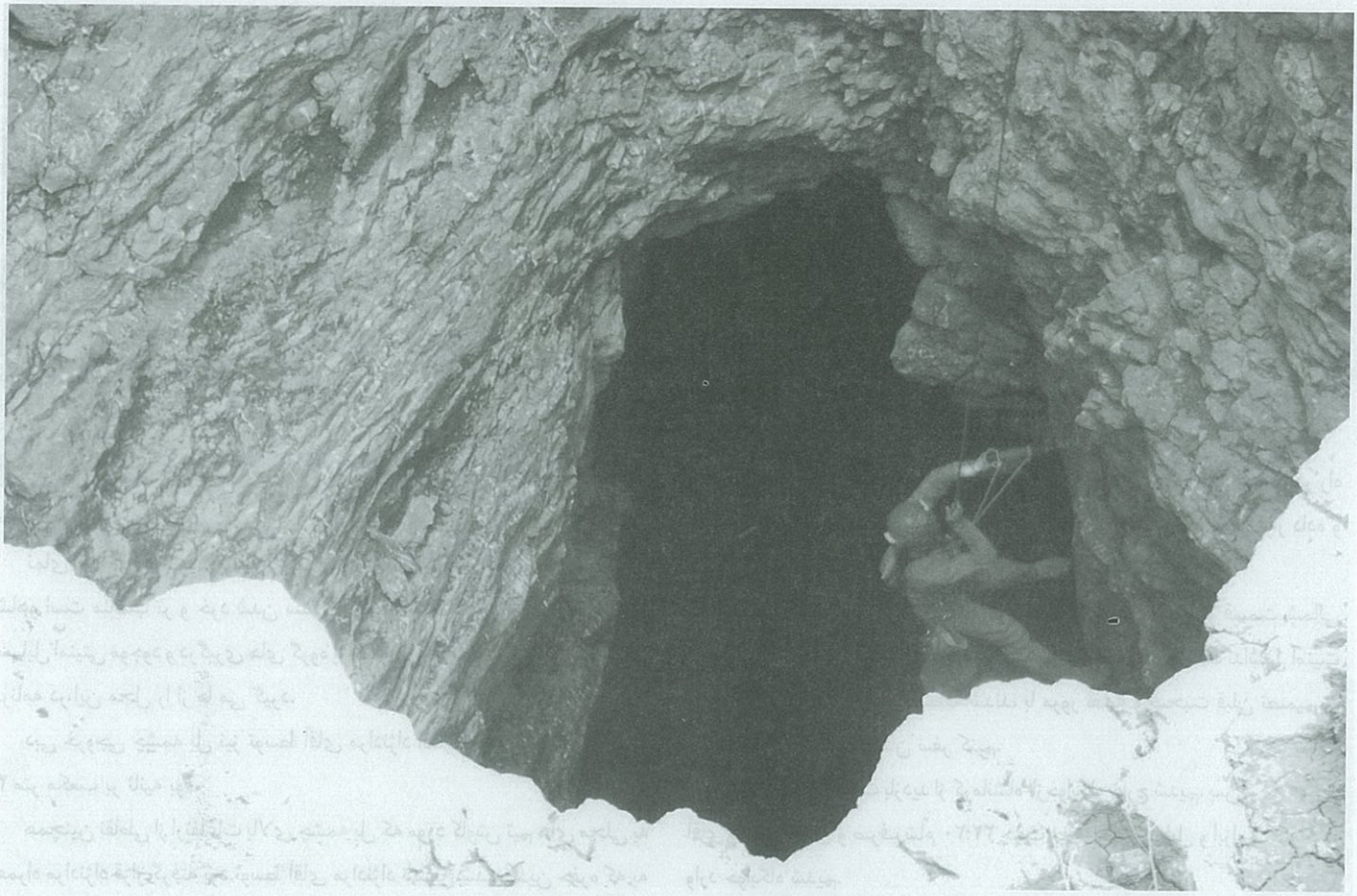
همکاری های هیات های کوهنوردی استان های کرمانشاه و لرستان و نیز حمایت های دوستان به ویژه منوچهر مراد نژاد، پیمان یاوری و احمد سفری بسیار قابل تقدیر است.

پتانسیل و دور نما:

هدف اصلی برنامه مناطق شمالی رشته کوه شاهو بود که متاسفانه امکان حضور در منطقه نبود.

در قسمت های جنوبی کوه شاهو عملا امکان دسترسی به غار بسیار ضعیف میباشد. مناطق شرقی تر در دشت زیلو هنوز جای کار دارد.

مناطق دیگر در استان لرستان نیز بسیار بکر بوده و امکان برگزاری برنامه های



بیشتر و امید به یافتن شمار زیادی غار دور از ذهن نیست و به دلیل مشکلات موجود که در این گزارش نیز ذکر شده در بیشتر مناطق بررسی شده امکان پیدا شدن غارها و سیستم های عظیم خیلی محتمل نیست.

در بسیاری موارد ممکن است برای دسترسی به غار نیاز به کندن محل هایی باشد که با سنگ های تکه تکه و خاک مسدود شده اند.

روزشمار:

۸۹/۲/۲۴: ورود غارنوردان لهستانی و سوئدی به ایران، حرکت به سمت قزوین، استراحت کوتاه شب در منزل علیرضا بلاغی

۸۹/۲/۲۵: صبح حرکت به سوی کرمانشاه به وسیله اتوبوس، عصر بازدید از طاق بستان، خرید، مطالعه نقشه ها و تصمیم گیری در مورد برنامه فردا، شام میهمان آقای یاوری در منزل ایشان، بازگشت به خوابگاه

۸۹/۲/۲۶: حرکت به روستای سریاس (نرسیده به شمشیر)، کوهپیمایی به مدت ۹ ساعت از حدود ۱۹۰۰ متر تا ارتفاع ۳۰۰۰ متر از سطح دریا، سنگ های آهکی بیش از حد خرد و شکسته هستند و هیچ دهانه ای در این روز پیدا نشد. شب بازگشت به خوابگاه در کرمانشاه. نفرات: جهانگرد، بلاغی، یوهانس، مارچین، بوگوش و استنلی

۸۹/۲/۲۷: تقسیم تیم در قالب دو گروه کلی، تیم اول شامل منوچهر مرادنژاد، جلیل نوروزی، یوهانس، مارچین، بوگوش و استنلی برای مشاهده و بررسی نقاطی در کوه شاهو در محدوده روستای بنچله، این تیم تا ارتفاع ۲۸۰۰ متری صعود نموده و دو دهانه کوچک را کشف وبررسی کردند. سنگ های ارتفاع ۲۶۰۰ تا ۲۸۰۰ به شدت خرد می باشند و فلات پشتی دارای مقادیر زیادی خاک است و دهانه ها هم با گل و سنگ های خرد شده مسدود هستند و دسترسی را مشکل می کنند. تیم دوم متشکل از : اسکندری، یاسمن پور، بلاغی، سید میدیا سید هاشمی و هیوا احمدی برای جستجو در قسمت های فوقانی غار قوری قلعه عازم این منطقه شدند. این تیم نیز به دو گروه تقسیم شد.گروهی بررسی دهانه‌ای بزرگ در شمال شرق غار قوری قلعه و دو نفر هم بررسی قسمت شمال غربی غار را در دستور کار قرار دادند. متاسفانه دسترسی به دهانه مذکور امکان پذیر نبود.گروه دیگر نیز جز تعدادی اشکفت کوچک، دهانه ای پیدا نکردند. هر دو تیم شب را در خوابگاه کرمانشاه گذراندند.

۸۹/۲/۲۸: به سه تیم تقسیم شدیم: اسکندری، سید هاشمی، احمدی و یاسمن‌پور جهت دهانه موجود در بالای غار قوری قلعه که متاسفانه باز هم موفقیت آمیز نبود. در آخر مشخص شد تنها راه مناسب برای دسترسی به دهانه صعود تا نزدیکی قله از مسیر دره غربی و سپس کمی تراورس و کاهش ارتفاع تا بالای دهانه و فرود با بهره گیری از تجهیزات فنی به داخل دهانه است. تیم دوم شامل جلیل نوروزی، یوهانس و استنلی جهت بررسی دامنه های روی سر قوری قلعه و نیز جمع آوری نمونه های گیاهی تلاش کردند. تیم سوم که شامل مارچین، بوگوش، مرادنژاد و بلاغی بود به همراه یک راننده و به وسیله یک دستگاه وانت عازم



منطقه هجیج و چشمه بل شدیم.

نمای ظاهری دره و کوه های غربی دره که در واقع دامنه انتهایی شرق کوه شاهو است مناسب تر و خرد شدن سنگ ها کمتر است و این محل نیز به دلیل مسایل امنیتی موجود و درگیری های گروه پژاک و نیرو های نظامی امکان برگزاری برنامه در این محل را از ما می گیرد.

دبی خروجی چشمه بل نیز توسط آقای مرادنژاد اندازه گیری شد که در حدود ۴ متر مکعب بر ثانیه بود.

همچنین نقاطی از ارتفاعات بالای چشمه بل که مورد کاوش تیم های محلی به همراه مرادنژاد قرار گرفته بود توسط آقای مرادنژاد تشریح شد. چندین حفره که به عمق ۶۰ تا ۷۰ متر رسیده بود. ولی متاسفانه نتیجه دلخواهی به دنبال نداشت.

۸۹/۲/۲۹: کل نفرات تیم شامل یوهانس، مارچین، بوگوش، استنلی، اسکندری، یاسمن پور، بلاغی و زارعی با کمک و راهنمایی آقای جهانگرد از کرمانشاه عازم منطقه دشت زیلو در نزدیکی روستای سرابله در شمال غرب کرمانشاه شدند. پس از صعود به ارتفاع ۲۳۴۵ متری از سطح دریا به گردنه ای می رسیم که در قسمت شمالی آن دره‌ای قرار دارد با چشمه ای کوچک در کف آن که متاسفانه ظاهر سنگ‌ها به گونه‌ای است که گسترش غارهای بزرگ و عمیق را مشکل می نمایاند. جهانگرد، اسکندری و یاسمن پور عصر همان روز عازم کرمانشاه می شوند.

تیمی متشکل از مارچین، بوگوش، بلاغی و زارعی جهت بازدید و تهیه نقشه، عازم غار سنگواره ها در قسمت غربی دره یادشده که به دشت زیلو معروف است می‌شوند. لازم به ذکر است این غار پیش از این اکتشاف و کروکی آن توسط آقای باقر عیوضی از کرمانشاه تهیه شده بود ولی نقشه‌ای به صورت علمی و استاندارد وجود نداشت. دهانه‌ی این غار در ارتفاع ۲۵ متری از کف دره قرار دارد و به خوبی از داخل غار قابل مشاهده است. در داخل غار تعداد زیادی استخوان حیوانات وجود دارد. یوهانس نیز در جریان بررسی پایین دره یک غار ۵۰ متری پیدا کرد. استنلی و یوهانس در کمپی که در روی گردنه برقرار کردیم ماندند و همگی شب را آنجا گذراندیم.

۸۹/۲/۳۰: بلاغی در کمپ ماند و بقیه تیم هر دو طرف چپ و راست دره (دشت زیلو) را مورد بررسی قرار دادند.که تعدادی دهانه کوچک و گاه به شکل سرپناه یافت شد. عصر نیز چهار دهانه جالب کشف شدند که دو تای آن ها به سرعت مسدود می شوند و دو تای دیگر غارهای Z_3 و Z_2بودند که کشف شدند. همچنین بخشی از دامنه های روی خط الراس منتهی به گردنه محل کمپ توسط بلاغی بررسی شد. شب مانی نیز در محل کمپ روی گردنه انجام شد.

۸۹/۲/۳۱: صبح زود مهدی زارع به شهر باز گشت، در حالی که بلاغی برای آوردن دریل عازم محل شروع راهپیمایی در پایین دره شد. دریل در حدود ساعت ۱۰:۳۰ به تیم رسید و تیمی متشکل از یوهانس، مارچین، بوگوش و استنلی جهت اکتشاف و نقشه برداری به غار های Z_3 و Z_2 رفتند. بلاغی نیز قسمت هایی از جمله یک دهانه نسبتا بزرگ در سمت شرق گردنه را مورد بررسی قرار داد. شب‌مانی باز هم در روی گردنه انجام شد.

۸۹/۱/۱: صبح کمپ جمع آوری شد و در راه بازگشت دهانه ای نیز که در راه برگشت، یعنی در دامنه های جنوبی گردنه قرار داشت را مورد بررسی قرار داده و به سمت کرمانشاه حرکت کردیم.

ساعت ۱۲:۳۰ نفرات به خوابگاه بازگشتند. در بازدید از شاهو قسمت شمالی شاهو منطقه مناسبی برای غارنوردی واکتشاف غار بود ولی به علت نداشتن امنیت برای نفرات مجبور به ترک منطقه شدند، با مرور نقشه و صحبت قبلی تصمیم بر آن شد که به استان لرستان سفر کنیم.

ساعت ۱۶:۳۰ جهت بازدید از کرمانشاه ازخوابگاه خارج شدیم. پس از ملاقات با آقای پیمان یاوری و صرف شام ۲۲:۲۰ جهت جمع آوری وسایل و ابزار و استراحت وارد خوابگاه شدیم.

۸۹/۳/۲: ساعت ۷:۲۰ پس از صرف صبحانه از خوابگاه خارج و همراه آقای یاوری و آقای نقدی رییس هئیت کوهنوردی استان به سمت ترمینال حرکت کردیم. ۱۱:۳۰ به خرم آباد رسیدیم و طی هماهنگی قبلی به اداره تربیت بدنی جهت دیدار با آقای شهروان رییس هیئت کوهنوردی خرم آباد و رییس اداره تربیت‌بدنی خرم آباد رفتیم.

آقای بلاغی برنامه تیم را در استان لرستان تشریح کردند تا جهت گرفتن راهنمای محلی اقدام شود. بعد از صرف ناهار و بازبینی نقشه های منطقه لرستان ساعت ۴ به همراه آقای شهروان به سمت سفید کوه حرکت کردیم .

سفید کوه: خرم آباد به سمت کوهدشت، فرعی دست راست، روستای میرزاوند چله در دامنه سفید کوه می باشد.

۵:۱۰ به روستای میرزاوند رسیدیم. ۶:۲۰ شروع به کوهپیمایی در دامنه سفید کوه کردیم به دلیل صخره ای بودن سفید کوه باید تمام مسیر را از داخل دره و در مسیری با شیب ملایم طی می‌کردیم. با وجود کوله‌های سنگین ۲۰:۱۰ به محل کمپ که شبیه به یک غار بود رسیدیم. شب مهتاب بسیار زیبایی بود هریک از دوستان محل مناسبی را جهت استراحت انتخاب کردند و در هوای بسیار عالی کوهستان شب را سپری کردند.

۸۹/۳/۳: پس از صرف صبحانه ۷:۲۰ به سمت قله سفید کوه حرکت کردیم. مسیر حرکت شن اسکی بسیار بدی است که ما باید از ارتفاع ۲۰۵۰ متر به ارتفاع ۲۶۵۰ متر در شن اسکی حرکت کنیم و این باعث کندی حرکت می‌شد. ساعت

۹ بر روی گردنه ایستادیم حال ۲۰ دقیقه کوهپیمایی تا دهانه غار داریم. ۹:۲۰ به دهانه یک چاه رسیدیم که به زبان محلی ذهابی (نام سیاه چادرهای منطقه) است. یک تیم جهت شناسایی و نقشه برداری حاضر شدند. یک کارگاه طبیعی و یک رول زدند و تا انتهای چاه ۷ ریبلی زدند. ۱۰:۲۰ یوهانس نیز وارد غار شد سیستم ایمنی بسیار بالایی در فرود و پیمایش دارند (شعارشان یک غار نورد خوب آنست که زنده بماند) داخل چاه به چند راه تقسیم می‌شود که یک راه به یک تالار استالاگمیت و استالاکتیت می‌رسد که زیبایی خاص خود را دارد مسیرهای دیگر یا با سنگ یا با برف مسدود شده وداخل آن سرد است. ۱۰:۳۰ بلاغی و بوئینی به همراه آقای شهروان قسمت شمالی چاه را بازدید و سه چال برف اکتشاف که دو چال برف آن به طور کلی بن بست و یک چال برف، از برف مسدود شده بود. ۱۲:۳۵ به برف چال میرزاوند رسیدیم که برف مانع پیشروی شد.

۱۳:۲۰ به دهانه غاری در زیر کوه تاپوله رسیدیم. یک تیم جهت شناسایی و نقشه برداری وارد غار شد، یک فرود حدود ۱۵ متر و یک تالار که انتهای آن مسدود است. هوای منطقه گرم وخشک بود و نسیم ملایمی می وزید بهترین فصل برای این منطقه اردیبهشت است. ساعت ۱۵ به سمت خرم آباد حرکت کردیم.

ایرادهای منطقه سفید کوه:

۱- خاکی بودن ۲- کم بودن حوزه آبگیر ۳- خرد بودن سنگ ها ۴- زیاد بودن برف

نکات مثبت:

۱- نبود چشمه در ارتفاعات ۲- آهکی بودن جنس سنگ ها ۳- وجود سراب در پایین ترین نقطه کوه

ساعت۲۲:۳۰ آقای شهروان به همراه آقای اکبری رییس هیئت کوه‌نوردی استان جهت هماهنگی برنامه فردا به محل استقرار گروه آمدند.

۸۹/۳/۴: ساعت ۷ آقای اکبری، راهنمای محلی را جهت حرکت به سمت الشتر، شهرستان سلسله، روستای پرسک (دامنه کوه والاش) به ما معرفی کرد. ساعت ۹:۵۵ شروع به کوهپیمایی در روستای پرسک به سمت کوه والاش کردیم. آفتاب شدیدی دارد ولی منطقه بسیار سرسبز است باغات میوه و زمین‌های کشاورزی جلوه خاصی به محیط داده است. در مسیر رودخانه حرکت می‌کردیم و به یک سفره زیر زمینی رسیدیم که آب شرب منطقه از آنجا تامین می‌شد. از آنجا تا دهانه اول ۱۵۰ متر فاصله است. ۱۰:۵۰ به دهانه رسیدیم که به زبان لکی کنارخ می‌نامند یعنی سوراخ ریگ ها.کل نفرات از غار بازدید کردند ۲۰ متر بالاتر از دهانه اول دهانه دوم وجود دارد، دهانه دوم ورودی صعب العبوری دارد که به یک تالار بزرگ می‌رسد، سمت راست تالار به یک چاه که انتهای آن به یک سفره زیرزمینی می خورد و ادامه اکتشاف نیازمند تجهیزات غواصی است. یک تیم مشغول نقشه برداری و مستند سازی غار می شوند و ساعت ۱۲ یک تیم نیز جهت بازدید کلی از منطقه و فیلم‌برداری به سمت تپه های فوقانی رفته و ساعت ۱۳:۴۰ به دیگر همنوردان پیوستند و از آنجا به سمت خرم آباد حرکت کردیم.

ایراد های منطقه والاش:

۱- وجود خاک روی قله ۲- وجود چشمه های متعدد در نزدیکی قله ۳- خرد بودن سنگ‌ها ۴- وجود برف در منطقه

نکات مثبت:

۱- وجود آب زیاد در ارتفاعات زیر قله ۲- وجود دهانه های زیاد ۳- وجود سراب های پایین کوه ۴-آهکی بودن جنس سنگ ها

۲۱:۲۰ به دورود رسیدیم و به منزل یکی از دوستان، آقای احمد صفری رفتیم در آنجا عکس ها ونقشه های بازبینی و منطقه پریز انتخاب شد.

۸۹/۳/۵: ساعت ۷:۲۰ از روستای چشمه سرنجه، در دامنه کوه پریز، شروع به کوهپیمایی کردیم که ۳ نفر از کوه‌نوردان دورود ما را یاری می‌کردند. بر روی قله پریز که قله ای سنگین است یک دهانه بزرگ چاه که معروف به ساز و دهل است و یک دهانه به نام اشکفت پریز و چندین دهانه کوچک وجود دارد از آنها بازدید و با جی پی اس موقعیت آنها ثبت شد و از آنجا به سمت شهر دورود باز گشتیم .

ایراد های منطقه:

سستی سنگ ها و در واقع جنس سنگ کاملا خاص

۸۹/۳/۶: بازدید از شهر قزوین، جمع آوری اطلاعات و نقشه های غارها

۸۹/۳/۷: انجام بخشی از کار های مربوط به گزارش و نقشه ها، جمع آوری لوازم و بستن کوله ها

۸۹/۳/۸: پرواز از فرودگاه امام به مقصد کشور متبوع

زمانی که صحبت از غارنوردی به میان می‌آید اصولا در ذهن عموم یک برنامه تفریحی متصور می‌شود ولی بر خلاف تصور عامه، غارنوردی با تمام زیبایی‌هایی که در دل خود دارد سختی ها و مصائب زیادی برای یک غارنورد دارد. کوله کشی سنگین برای حمل تجهیزات به ارتفاعات،کمپ های طولانی در ارتفاعات برای اکتشاف غارهای مناطق مختلف که تمامی این ها یک لذت است برای غارنورد برای روشن کردن غار های تاریک. یک غارنورد برای اکتشاف باید مطالب زیادی را بداند، از جمله:

۱- زمین شناسی

۲- جانور شناسی (حد معمول)

۳- گیاه شناسی

۴- نقشه کشی و نقشه خوانی

۵- تکنیک های فنی روز دنیا

۶- آشنایی با رایانه و تجهیزات الکترونیکی

۷- آمادگی جسمانی زیاد و ...

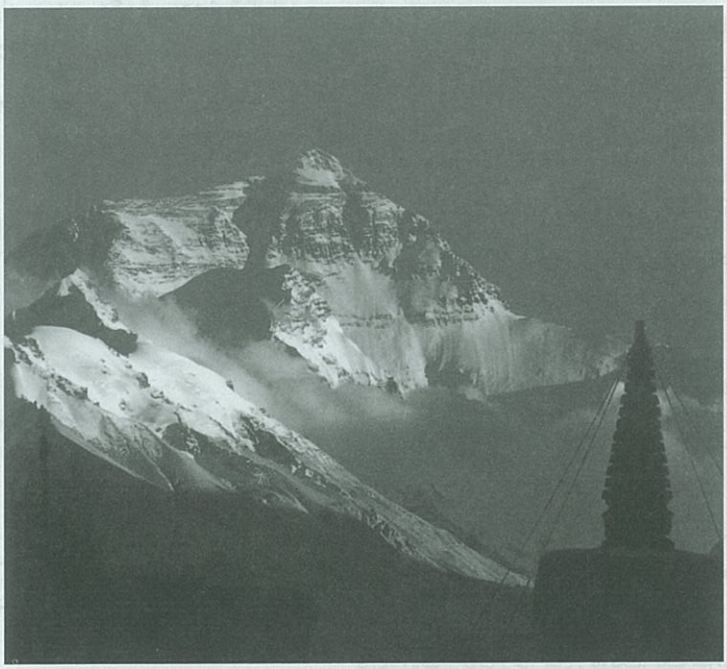
در پایان متذکر می شویم نیاز به مکتوب سازی و نشر فعالیت هایی که در عرصه اکتشاف غار انجام می پذیرد به شدت ملموس است.

بخش غارنوردی کارگروه کوه نوردی فدراسیون

گزارش: علیرضا بلاغی، حسین بوئینی و تیم لهستانی■

صعود انفرادی اورست

نویسند : رینهولد مسنر
ترجمه: غلامرضا توکلیان



زمانی که اشعه نوربخش خورشید بر کوه‌های تبت چومولانگما تابیدن گرفت من توانستم سوزنی‌های تیغه شمال شرقی را تشخیص دهم. دو سال پیش در برنامه صعود ۱۹۷۸ با پیتر هابلر روی قله اورست ایستادیم که این برنامه‌ای بود که شرپا «باربران» تا ارتفاع ۸۰۰۰ متری ما را یاری دادند. اما الان نه شرپایی دارم و نه کوه‌نوردانی که همراهم باشند نه کپسول اکسیژن، نه رادیو، و نه وسایل دیگر. در حقیقت مبارزه بزرگی را آغاز کرده‌ام مبارزه‌ای انفرادی که بتوانم به تنهایی بلندترین قله دنیا را صعود کنم. در اواسط ماه مه من و نا «Nena» تا ارتفاع ۶۰۰۰ متری بالا رفتیم و کمپ اصلی را برپا نمودیم. از اینجا در ساعت ۵ صبح روز ۱۸ اوت ۱۹۸۰ برنامه ماجراجویانه خود را شروع کردم.

از یک نقاب «پل برفی» روی شکافی در حال عبور بودم که ناگهان پل شکسته و به قطعات یخ و پودر برفی تبدیل گردید من به داخل شکاف افتادم ولی به طور معجزه‌آسایی متوقف شدم در این لحظه گذشت زمان را حس نمی‌کردم خوشبختانه چراغ پیشانی و کلاه پشمی را بر اثر سقوط از دست نداده بودم اما کارکرد چراغ طولانی نبود و خیلی زود تاریکی مرا دربر گرفت فکر کردم شاید تا ابد در این شکاف باقی می‌مانم به نظرم رسید که شیار باریکی در مقابلم برق می‌زند در این لحظه فکر کردم که اگر واکی تاکی را آورده بودم شاید می‌توانستم نا را که پانصد متر پایین‌تر از اینجا بود خبر کنم. او می‌توانست با طناب بالا بیاید و به من کمک کند امید به بقا و زندگی دوباره باعث شد که به سرعت از این زندان سرد و یخی رهایی یابم، با چکش یخ در یک دست و باتوم اسکی در دست دیگر خود را به بالای شکاف و روی زمین رساندم. زمانی که اشعه خورشید گردنه شمالی را روشن کرد ساعتم ۷ صبح را نشان می‌داد و حالا در ساعت ۹ صبح ارتفاع سنج ۷/۳۶۰ متر را نشان می‌دهد تیغه‌های برفی و یخی را صعود کردم گاهی تا زانو در برف فرو می‌رفتم گردبادهای قوی انرژیم را می‌گرفت در ارتفاع ۷۵۰۰ متری خیلی کند و کرخت شده بودم به خودم می‌گفتم من نباید خسته شوم. در دو روز آینده باید فعال‌تر باشم. در زیر وزن کوله ۱۵ کیلویی نفس کشیدن برایم مشکل بود هر ۱۲ قدمی که برمی‌داشتم توقف کرده و با دهان باز نفس می‌کشیدم. ذهنم کم کار شده بود و فاصله‌های بین استراحت‌ها کوتاه و کوتاه‌تر می‌شد. زمانی که می‌نشستم بلند شدن مجدد برایم تقریبا غیرممکن بود. به نظر می‌رسید کسی پشت سرم به من جرات می دهد. قدم به قدم جلو می‌رفتم تا اینکه به ارتفاع ۷۸۰۰ متری رسیدم نقطه مناسبی که مورد نظرم بود یافتم برف‌های آن را با پا کوبیدم تا سطح آن محکم شود. نشستم و کوله‌ام را باز نمودم کمپی که صبح ساعت ۵ آن را ترک کرده بودم در پایین دست‌ها جلوی چشمانم بود. چادرم را در جایی که مسطح کرده بودم برپا نمودم، باد با سرعت ۸۰ کیلومتر می‌وزید با استفاده از باطوم‌ها و دسته چکش یخ چادر را محکم کردم زیراندازم را در آن پهن نموده و داخل آن خزیدم، گوش دادن به صدای باد تنها راه رهایی از تنهایی بود. باید چیزی برای خوردن آماده می‌کردم اما نمی‌توانستم. یک تیکه گوشت خشک شده با مقداری پنیر و یک تیکه نان را در دهان گذاشتم. هنوز خسته بودم در آن لحظات خستگی به خود گفتم بدن

من در روز به چهار لیتر آب احتیاج دارد بی‌آبی بدن کشنده است. درب قوری را باز کردم و دستم را از چادر بیرون برده و قوری را از برف پر نمودم، گاز را روشن کردم که ناگهان منفجر شد اما آسیبی به من نرساند مجبور شدم که کپسول را عوض کنم و دوباره آن را روشن کنم خلاصه شب بدی بود.

نور آفتاب روز ۱۹ اوت به چادرم تابیدن گرفت و یخ‌های دیواره‌های داخلی چادر شروع به آب شدن کرد، به آهستگی وسایل را جمع و جور کردم. دو عدد ساردین یک کپسول کوچک گاز مقداری سوپ را به خاطر کم کردن وزن کوله جا گذاشتم. می‌دانستم که باید روز آینده به قله برسم. ساعت ۳ بعدازظهر بود که به ارتفاع سنجم نگاه کردم ارتفاع ۸۲۲۰ متر را نشان می‌داد، پیشرفتم کند و بی‌نتیجه بود خسته و مانده شده بودم با نومیدی دنبال جایی می‌گشتم که استراحت کنم اما نمی‌توانستم جایی مسطح و مناسب پیدا کنم. در تیغه‌های پوشیده با یخ و برف چادرم را برپا کردم. به فکر فرو رفتم اگر تا صبح هوا باز نشود چکار باید بکنم آیا باز باید صبر کنم؟ به نظرم این دیگر بی‌معنی و احمقانه است زیرا اگر بخواهم تا پس‌فردا صبر کنم آن‌قدر ضعیف می‌شوم که هرگز به قله نخواهم رسید. فردا یا باید بالا بروم و یا پایین، انتخاب دیگری وجود ندارد.

صبح روز ۲۰ اوت هوا مه‌آلود نبود اما ابری بود. من دوربین و چکش یخ را برداشته و بقیه وسایل را در چادر جا گذاشتم صعود به طرف قله از نظر بدنی برایم بسیار سنگین بود ولی از نظر فنی مشکلی نداشتم آن‌قدر خسته و بی‌رمق بودم که مثل جانوران چهار پا با دست و پا، ولی بسیار آهسته حرکت می‌کردم. بالاخره با مصیبت خود را به زیر قله رساندم. مه همه جا را فرا گرفته بود. به سختی می‌توانستم جهت‌یابی کنم درست سه ساعت به همین منوال گذشت. به طور غیرارادی صعود می‌کردم. برای چند لحظه ابر و مه کنار رفت نگاهی به قله زیر آسمان آبی انداختم ناگهان سه پایه آلومینیومی را که چینی‌ها در سال ۱۹۷۵ در بالاترین نقطه قله نصب کرده بودند را دیدم که این نشانه ارتفاع کامل و صعود قله بود.

مانند یک تکه سنگ آنجا نشستم زیرا برای رسیدن به آنجا همه نیرویم را صرف کرده بودم هیچ احساسی نداشتم جز اینکه برای دومین بار به بلندترین نقطه زمین رسیده‌ام.■

نتایج مسابقات یخ‌نوردی

بانوان و چهارمین دوره ویژه آقایان یادواره جان باختگان حادثه سقوط بهمن در مسیر شمشک – دیزین در زمستان ۸۸ از تاریخ ۶ لغایت ۸ بهمن ۸۹ در محل مدرسه یخنوردی هملون و با حضور ۳۸ یخنورد برگزار گردید.

در این دوره که بر اساس آیین نامه سال ۲۰۱۰ فدراسیون جهانی کوه‌نوردی برگزار گردید در بخش بانوان ۸ یخنورد از ۴ استان (تهران، البرز، همدان و اصفهان) حضور داشتند که در پایان:

مهسا حکام زاده از استان البرز اول

زهره عبداله خانی از استان البرز دوم

و شبنم شاه محمدیان از همدان به مقام سوم دست یافتند.

شایان توجه است رقابت‌های بانوان در دو دور مقدماتی و فینال برگزار گردید.

در بخش آقایان نیز ۳۰ یخ‌نورد از ۵ استان (تهران، همدان، البرز، آذربایجان شرقی و مرکزی) به رقابت پرداختند.

در پایان

محمد اسماعیل صبوری از تهران باشگاه داودی

مسعود زینالی از تهران گروه همت شمیران



و امید آمحمدی از تهران باشگاه داودی

به مقام‌های اول تا سوم دست یافتند.

رقابت‌های آقایان نیز در سه مرحله مقدماتی، نیمه نهایی و فینال برگزار گردید. لازم به ذکر است این رقابتها با همکاری کارگروه کوه‌نوردی فدراسیون، هیئت کوهنوردی استان تهران و گروه کوه‌نوردی میگون، شرکت کوه ویسی، شرکت ۷ گوهر و شرکت آپامهر برگزار گردید و در هر دو بخش مردان و زنان به ۸ فینالیست رقابت‌ها جوایزی اهدا گردید.■

شانس در کوه‌نوردی

نوشته:Steve Howe
ترجمه: صبا جودکی

یک پسر بچه یتیم را از یک قبیله فقیر سوازی بردارید، به او اراده‌ای مهار نشدنی، چند دوست ثروتمند و شش‌های اد ویسترز (Ed Viesturs) را بدهید، در نهایت آنچه خواهید داشت یک کوه‌نورد منحصر به فرد است: سیبوسیسو ویلان

من هرگز در کوهستان با صعودی دشوارتر ازصعود قله مک کینلی در طوفان روبرو نشده‌ام. من و هم طنابم با وجود بوران و بارش برف که هرلحظه شدیدتر می‌شد کورمال کورمال پیش می‌رفتیم تا اینکه در ارتفاع ده هزار پایی ناچار به توقف شدیم، جایی که یخچال کاهیلتا به راست می‌پیچید و با شیب زیاد از مسیر وست باترس[1] قله دنالی[2] بالا کشیده بود.این محل زین اسبی شکل بادگیر و یخ‌زده اصلا جای خوشایندی برای اتراق کردن نبود ولی ما خسته تر از آن بودیم که قادر به ادامه مسیر باشیم.بنابراین چادرمان را علم کردیم و به درون جای گرم و نرم مان پریدیم و شروع کردیم به آب کردن برف‌ها.

بعضی کوه‌نوردان متکبر مسیر وست باترس را یک جاده برای پیاده روی می‌نامند ولی من جزو این دسته نیستم. هیچ راه سهل الوصولی برای رسیدن به سردترین قله مرتفع دنیا وجود ندارد.من تا ارتفاع ۲۲ هزار پایی در آمریکای جنوبی بار حمل کرده‌ام و برای اولین بار از ارتفاع بیست و یک هزار و نهصد پایی اسکی کرده‌ام ولی هرگز نه آنقدر فشار متحمل شده‌ام و نه آنقدر که در برپایی کمپ در ارتفاع چهارده هزار پایی دنالی در جریان صعود انفرادی‌ام در سال ۲۰۰۳خسته شدم و احساس خستگی کرده‌ام. و تازه این پیش از آن بود که چهار شب را در بوران و در یک غار برفی در ارتفاع هفده هزار پایی سپری کنم.

در نهایت پس از مشاهده عده‌ای از کوه‌نوردان که با هلیکوپتر به پایین برگشتند قله را صعود کردم.سپس در سال ۲۰۰۷ به منطقه برگشتم تا یخچال پایینی را پیدا کنم. در اواسط ماه می‌و پیش از رسیدن من آنچه که اتفاق افتاده بود چندین سقوط از شکاف‌های یخی خیلی عمیق، چندین مورد ارتفاع گرفتگی و کشته شدن دو کوه‌نورد بر اثر سقوط از ارتفاع دو هزار پایی بود.سرانجام طوفان شدیدی که برای مدت‌ها ادامه داشت من و سایر کوه‌نوردان را وادار به عقب نشینی کرد.امسال(۲۰۰۸) تنها یک هفته قبل از اول ژوئن دو آلپینیست کاملا حرفه ای ژاپنی نزدیکی‌های قله ناپدید شدند که هنوز اثری از آنها به دست نیامده است.

بیان همه این‌ها برای روشن کردن این موضوع است که من دنالی را بسیار بسیار جدی گرفته بودم.در واقع تنها یک نکته وجود داشت که تا حدودی نگرانم می‌کرد و آن همنورد جدیدم بود.همنوردان در کوه‌نوردی می‌توانند موجب شکست یا موفقیت یک ماجراجویی شوند و این طوفان آزاردهنده برای ما دو نفر فرصتی فراهم می‌کرد تا بفهمیم چطور در برابر چنین موقعیتی واکنش نشان می‌دهیم. من برای نگرانی‌ام دلایلی داشتم: هم‌طناب من پیشینه کوه‌نوردی نامتعارفی داشت. درست است که او شش تا از قلل هفت گانه[3] را فتح کرده بود ولی آنها تنها کوه‌های مهم در کارنامه‌اش بودند و تا آن زمان تنها به همراه راهنما صعود کرده بود. اگر به خاطر یک ملاقات تصادفی نبود او هنوز باربرتوریست‌ها در مناطق خشک، گرم و کم ارتفاع یک پارک حیات وحش در افریقا بود.واقعیت این است که او بیشتر در زمینه راه و رسم برخورد با فیل‌ها تجربه داشت تا برخورد با بهمن.

سیبوسیسو امانوئل ویلان (Sibusiso Emmanuel Vilane)در نزدیکی‌های مرز آفریقای جنوبی و سوازیلند پرورش یافت. او که اکنون ۳۷ ساله است اهل یک قبیله سوازی است که مردم آن به زبان بانتو سخن می‌گویند و از نظر فرهنگی شباهت‌هایی با زولوها دارند. جمعیت یک و نیم میلیون نفری سوازیلند هنوز به صورت قبیله‌ای زندگی می‌کنند. این کشور از سه طرف محصور در مرزهای آفریقای جنوبی و از طرف شرق با موزامبیک همسایه است. آب و هوای آن حاره ای است و هفتاد درصد جمعیت آن با درآمد کمتر از روزی یک دلار زندگی می‌کنند.۳۸ درصد جمعیت ایدز دارند و امید به زندگی در این کشور ۳۲ سال است که کمترین میزان بین دویست و پنجاه کشور دنیا محسوب می‌شود.

دوران کودکی سیبو در استان حاشیه ای Mpumalanga حتی با معیارهای آن منطقه هم در سختی سپری شد. اولین خاطره او مربوط به روزی می‌شود که از مادرش پرسید چرا وقتی پدرش مست به خانه برمی‌گردد باید مخفی شود. وقتی سیبو ۵ ساله بود پدرش با یک نیزه به مادرش حمله کرد.مادرش فرار کرد و سیبو نزد مادربزرگ پدری‌اش رفت و ناچار شد به چوپانی بزها مشغول شود. اما پولی که به این ترتیب به دست می‌آمد کافی نبود به همین دلیل مادربزرگش او را نزد عمویش که در خانه یک رییس قبیله سوازی زندگی می‌کرد فرستاد.

آنجا یک محیط سنتی بود: رییس قبیله و پنج همسرش در کلبه‌هایی در محوطه‌ای که با دیوار از محل زندگی مردها و پسرها جدا می‌شد زندگی می‌کردند. سیبو دامنی از جنس پوست گاو می‌پوشید و بدون پیراهن یا کفش در اتاقی کثیف با سایر پسرها می‌خوابید. او می‌گوید: «ما تنها یک وعده غذایی در روز داشتیم که معمولا عصرها به ما داده می‌شد و آن هم شامل مقداری ذرت و کمی‌گوجه یا اسفناج بود».به عنوان یکی از ساکنان جوان قبیله در موارد بسیاری از سوی مردان به شیوه وحشیانه‌ای مورد ضرب و شتم قرار می‌گرفت. او لاله گوشش را به من

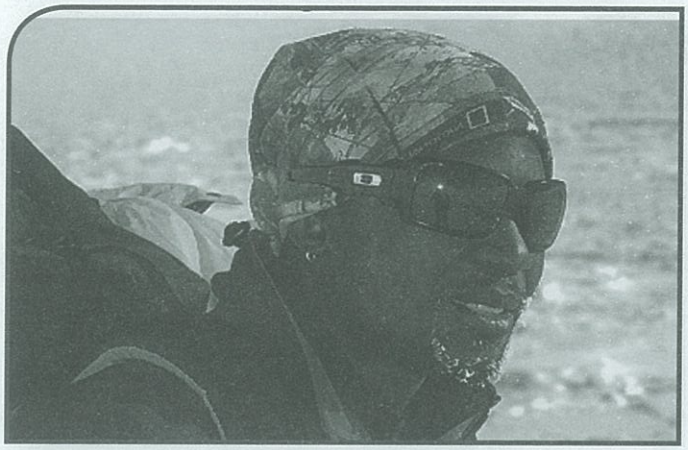
نشان داد که چاک چاک شده بود و توضیح داد که بریدن و پاره کردن گوش‌ها یک سرگرمی‌برای مردان قبیله بوده است. ولی در مورد سیبو؛ عمویش یک شب او را از خواب بیدار می‌کند و با چاقو لاله گوشش را پاره می‌کند. سیبو وقتی شش ساله بود از آنجا فرار کرد و نزد مادربزرگش برگشت. او تمام روز و نیمی‌از شب را دوید تا ۲۵ کیلومتر را طی کند. او به یاد می‌آورد که بسیار ترسیده بود:« تا چشم کار می‌کرد صحرای وحشی بود پر از شیرها و کفتارها و افرادی که بچه‌ها را برای قربانی کردن می‌دزدیدند».

گوش دادن به داستان سیبو در این فضای منجمد آدم را به یک دنیای خیالی می‌برد. کلمات او مانند قطرات یخ زده بخار آب در هوا باقی می‌ماند.من سعی کردم چنین سفری را، سفر یک پسربچه گرسنه و پابرهنه، تجسم کنم ولی مطلقا نتوانستم. تصور این موضوع بسیار سخت است که چطور یک پسربچه ۶ ساله تنها و بی کس و کار، تبدیل به یک مرد خنده رو، بشاش و آرام می‌شود که حالا در این چادر روبه روی من نشسته است: یک نویسنده، جمع‌آوری کننده کمک‌های خیریه، سخنور خبره، فاتح قله اورست، جستجوگر قطب و یک قهرمان در سرزمین مادری اش.

من اولین بار سیبو را در سال ۲۰۰۷ در دنالی دیدم.درست است که کوه‌نوردان سیاه پوست اندکند ولی آنچه در مورد او واقعا توجه مرا جلب کرد چکمه‌های بلند مخصوصش بود که نشان می‌داد در اورست بوده است. ما درباره آفریقای جنوبی صحبت کردیم که من از آن دیدن کرده بودم و سیبو به من درباره ماموریتش گفت: او در آستانه تبدیل شدن به اولین کوه‌نورد سیاه پوست (و مهم‌تر از آن برای او اولین سیاه پوست آفریقایی) بود که قلل هفت گانه را صعود کرده است. دنالی آخرین قله این برنامه او بود. پیش از آن همه قله‌های دیگر را صعود کرده بود که دو بار فتح اورست از جمله آنها به شمار می‌آمد.

ما آن بهار به طور جداگانه صعود کردیم ولی دوستی‌مان را حفظ کردیم. دنالی آن سال هردوی ما را ناکام گذاشت ولی این شکست به ما یک انگیزه مشترک داد؛ هردوی ما مشتاق بودیم بار دیگر به منطقه برگردیم. حالا، یک سال بعد از آن دیدار، و پس از صرف چهار روز متوالی برای بستن کوله‌ها، پرواز به منطقه و حمل ۵۵ کیلو بار (که در کوله‌ها و سورتمه جا داده شده بود) به بالای یخچال پایینی رسیده بودیم و آن لحظاتی که به ناچار در چادر نشسته بودیم اولین فرصت هردوی ما برای آشنا شدن با غریبه‌ای بود که به او به عنوان هم طناب اعتماد کرده بودیم.

من شک دارم که از دید منطقی ما ترکیب کاملا مناسبی به نظر برسیم. من یک روزنامه نگار دورگه ولزی-ایرلندی کوتاه قد، ذاتا بدبین و خرده گیر، کاملا بی توجه به مذهب و عاشق گشت و گذار به تنهایی در دره‌های بکر جنوب غربی هستم. سیبو با قدی حدود ۱۸۰ سانتی متر یک مسیحی معتقد، و یک پدر آرام، با حوصله و خوش برخورد با موهای مجعد کوتاه و یک لبخند همیشگی است. او یک مذهبی متعصب نیست ولی من دریافتم که کفر گفتن در حضور او ناممکن است. با وجود تفاوت‌های شخصیتی فاحش مان مانند دو دوست قدیمی‌برای هم ماجراهایمان را تعریف می‌کردیم و به زودی دریافتیم که این زوج منحصر به فرد



مکمل خوبی برای هم خواهند بود.

وقتی سرانجام توفان فروکش کرد، ما که انتظار یک روز خوب را داشتیم برف‌ها را کنار زدیم و از چادر بیرون آمدیم ولی در عوض با توده برفی عمیق و آب دار مواجه شدیم که درجه شیب را تا کمپ یازدهم افزایش داده بود.وست بارتس در مقابل مان مانند قلعه ای گرانیتی قد علم کرده بود. به سرعت دست به کار شدیم تا وسایل‌مان را از زیر خروارها برف بیرون بیاوریم. آن بعدازظهر را در کمپ به استراحت، خوردن یک تکه پنیر و یک سالامی و گفتگو درباره جنبه‌های احمقانه ماجراجویی‌مان پرداختیم.

من حالا می‌فهمم که حمایت‌های مالی در این سفر چه اهمیتی برای سیبو داشت. او تقریبا هیچ حامی‌مالی نداشت.هارمونی گولد (Harmony Gold)، شرکت حامی‌او، پس از تغییر مدیریت به ناگهان قراردادش را با او خاتمه داد. این برای سیبو یک ضربه مهلک بود. او گفت که اصلا مطمئن نبوده که بتواند این برنامه را اجرا کند. در آخرین لحظه توانست یک بلیط سفر از شرکت سرمایه‌گذاری باتسالانی (Batsalani) ،یک کنسرسیوم متشکل از سرمایه گذاران سیاه‌پوست آفریقایی ، به دست بیاورد و مابقی هزینه‌های سفرش را از پس اندازی که به زحمت جمع کرده بود پرداخت کرد. این آخرین تیر ترکش او برای فتح قلل هفت گانه بود.

هیچ فردی که در یک روستای سوازی بزرگ شده باشد رویای فتح بلندترین قله‌های دنیا را ندارد. در واقع همه آنچه که سیبو آرزویش را داشت تمام کردن مدرسه بود. او می‌گوید:« من حتی با آن سن کم هم می‌دانستم که آموزش تنها راه بیرون رفتن از این شرایط است». مدت کمی پس از آنکه سیبو از محل زندگی با عمویش فرار کرد، مادرش به همراه همسر جدیدش برگشت. سیبو می‌گوید:«او مرد خوبی بود، با اینکه ما بچه‌های او نبودیم، او من و خواهر کوچک‌ترم را به مدرسه فرستاد». طی دوران ابتدایی و متوسطه او ناچار بود هر روز ۶ مایل را طی کند تا به مدرسه ای با یک اتاق گلی برسد که در آن انگلیسی را با لهجه بریتانیایی فرا بگیرد.

وقتی سیبو ۱۵ ساله بود ناپدری اش درگذشت و پولی برای فرستادن او به مدرسه باقی نماند. سیبو تعطیلات کریسمس را به جستجوی کار در نزدیکی Mbanane گذراند.او به یاد می‌آورد که روزهای متوالی خانه به خانه دنبال کار می‌گشته است.



پشتکار او پس از ملاقات با داگ و پنی واتس کانادایی که در سوازیلند چاه آب حفر می‌کردند نتیجه داد. هر روز پس از مدرسه و در تعطیلات آخر هفته، باغ را تمیز می‌کرد و علف‌های هرز را می‌کند. واتس‌ها هزینه تحصیل او را حتی پس از بازگشت به کانادا تامین کردند.

در ۱۷ سالگی سیبو خوش شانس بود که توانست دبیرستان را به پایان برساند و یک کار ساختمانی با حقوق ماهیانه به دست آورد. سپس او نومسا (Nomsa)؛ خواهر ۱۵ ساله یکی از دوستانش را دید. او با خنده می‌گوید:« اینجا مثل فرهنگ غرب نیست که شما به آرامی‌به هدف نزدیک شوید، من فقط به او گفتم که دوستش دارم و او گفت که بروم گم شوم».

آن‌طور که سیبو توضیح می‌دهد مراسم ازدواج آنها نسبتا مدرن برگزار شده است. طبق سنت سوازی داماد باید از زنان خانواده اش بخواهد که عروس را بدزدند و او را نگه دارند و آنقدر از صفات خوب داماد تعریف کنند تا عروس بالاخره راضی به ازدواج شود. سپس یکی از آنها ممکن است به نشانه خوش‌آمد گویی به عروس و ورودش به جمع خانواده به او یک بچه بدهد. داماد باید به خانواده عروس شیربها بپردازد که مقدار متداول آن به این ترتیب است: بزرگ‌ترین دختر،۱۳ گاو ماده و دومین دختر، ۱۲ گاو ماده. سیبو اعلام می‌کند که این هزینه را می‌پردازد و آن‌طور که می‌گوید هنوز در حال پرداخت کردن آن است.

از آنجا که آنها به زودی بچه دار می‌شدند سیبو ناچار بود به دنبال کار بهتری بگردد.هنگام ورق زدن دفترچه تلفن، توجهش به دفتر حفاظت منابع طبیعی مالولوجا (Malolotja) جلب شد؛ یک پارک کوهستانی که فاصله چندانی با محل زندگی او نداشت. او با خنده می‌گوید:« من فکر کردم شاید شغل یک رنجر چیزی شبیه به چرا بردن گاومیش‌هاست که من پیش از آن انجام داده بودم». در عوض با یک کار طاقت فرسا در یک کمپ با قوانین سخت روبرو شد که مستلزم آزمون‌های فیزیکی دشوار و آموزش در زمینه هدایت کانو در رودخانه، استفاده از تفنگ‌های شکاری و راندن اتومبیل توریست‌ها بود. ۱۴ متقاضی باید در آزمون‌هایی مانند تعمیر وسایل نقلیه از کار افتاده و نجات مصدومین شرکت می‌کردند. سیبو می‌گوید:« کار سختی بود. باید همیشه مواظب می‌بودیم که ضمن انجام درست کار قوانین را رعایت کنیم. یک خطای کوچک موجب حذف شما می‌شد.تنها ۶ نفر از ما آزمون‌ها را با موفقیت گذراندیم». او رنجر موسسه حفاظت آفریقا شد؛ شرکتی خصوصی که اداره بسیاری از پارک‌های منطقه را بر عهده داشت. حقوق اولیه او چیزی حدود ۵۰ دلار در ماه بود.

طبیعت همیشه با سیبو مهربان بوده است و سیبو کارش را دوست داشت. او برای من داستان‌های سرگرم کننده ای درباره مامباهای سیاه خشمگین و مخاطرات سفر در قلمرو شیرها تعریف کرد. یک بار یک فیل بزرگ که به خاطر روحیه خشنش "قاتل" نامیده شد مانند صحنه‌های فیلم پارک ژوراسیک به دنبال لندرور سیبو افتاد و او در حالی که عاج‌های فیل ماشین را می‌خراشید و دختربچه‌های پرتغالی در عقب ماشین از ترس جیغ می‌کشیدند توانست از چنگش فرار کند.طبق معیارهای محلی سیبو موفقیت‌های بزرگ و قابل توجهی به دست آورده بود: تحصیلات، کار خوب، حساب بانکی متوسط، ازدواج پایدار و نقل مکان به خانه سابق یکی از روسای محلی.این ایده که فردی پیدا شود و به او پیشنهاد صعود به قله اورست را بدهد مثل این بود که ناسا مرا برای سفر به ماه دعوت کند ولی بالاخره یک نفر این کار را کرد.

چهار مایل باقی مانده از کمپ یازده تا چهارده با وجود باد شدید بسیار دشوارتر از چیزی بود که به نظر می‌رسید.به این شرایط باید هوای بد و مسیر خطرناک را هم اضافه کرد. با این حال سیبو و من روز خوبی داشتیم. ما با کرامپون و بدون سورتمه و کفش برفی(Snowshoe) صعود می‌کردیم و از منظره پرتگاه Peters Headwall (پرتگاه صخره ای ۷۰۰۰ پایی پوشیده از یخ) لذت می‌بردیم.سیبو رو به آسمان فریاد زد:«چقدر بودن در اینجا لذت بخش است». این تکیه کلام او هنگام رسیدن به کمپ یا استراحت در مسیر بود. سیبو با وجود همه مصایبی که متحمل شده است یک شیوه کوه‌نوردی آرامش بخش و انرژی دهنده دارد، همیشه برای حال و احوال با کوه‌نوردان دیگر در مسیر پیشقدم می‌شود و در مواقعی که هوا وادار به توقف مان می‌کند بدون اشتباه برمی‌گردد.

از فاصله دور کمپ یازده مانند روستایی عجیب که ساکنانش را آدم فضایی‌هایی با لباس‌های نئون تشکیل می‌دهند به نظر می‌رسد. این هفته جمعیتی حدود ۱۵۰ نفر یا بیشتر از آمریکا ، کانادا، روسیه ، نروژ، سوئد، فنلاند، بریتانیا، ایتالیا، آلمان، اتریش، سوییس، چک، لهستان، برزیل، ونزوئلا، شیلی، آرژانتین، اکوادر، اسپانیا، کره، ژاپن، چین و همین‌طور یک اندونزیایی، یک سیک و یک مغول تبتی (که تاکید کرد شرپا نیست) در آنجا جمع بودند.

حتی در این جمع با این ترکیب متنوع، سیبو با آن موهای مجعد و پوست سیاه سوخته اش منحصر به فرد به نظر می‌رسید. بیشتر کوه‌نوردان در مورد او کنجکاو بودند و سیبوی خوش برخورد پس از یک گشت و گذار کوتاه، با تلی از کارت‌ها و کاغذهای یادداشت با آدرس افراد مختلف برگشت.من شخصا به پوست سیاه او حسادت می‌کنم. من نمی‌توانم مانع آفتاب سوختگی پوستم در ارتفاع شوم درحالی که سیبو با خوشحالی و بدون نیاز به محافظ پوستش در برابر اشعه آفتاب مثل یک توریست قدم می‌زد و عکس می‌گرفت.

او معمولا دو دوربین دیجیتال، یک دوربین فیلم برداری، یک ضبط صوت، یک تلفن ماهواره ای، یک جی پی اس و یک آیپد پر از کتاب‌های صوتی به همراه دارد. دو ساعت به دست دارد که یکی زمان آلاسکا و دیگری زمان آفریقای جنوبی

را نشان می‌دهد. اغلب بعدازظهر به نومسا یا به ایستگاه رادیویی Nelsptuit تلفن می‌زند تا برای جمع آوری کمک‌های خیریه برای یک پیش دبستانی محلی تبلیغ کند.

ما بالاخره جایی مسطح پیدا کردیم و آنجا را برای برپایی چادر آماده کردیم. بالای سر ما Headwall به کمپ ناهماهنگ و پراکنده ما مشرف بود. بالاتر از اینجا کوه‌نوردی واقعی شروع می‌شود.

در ۱۹۹۶ جان دابل (John Doble) یکی از ماموران کهنه کار سرویس خارجی بریتانیا به عنوان کمیسیونر عالی در سوازیلند منصوب شد. دابل ۶۷ ساله میگوید: «من تنها سه روز بود که در آن کشور بودم و تقریبا هیچکس را نمی‌شناختم. بنابراین می‌خواستم ببینم در کشوری به کوچکی سوازیلند چه کار می‌توانم بکنم». با نگاه کردن به نقشه متوجه منطقه محافظت شده مالولوجا شد. او تا بالای آبشار مالولوجا پیاده روی کرد و آنجا را فوق‌العاده یافت. با این حال به نظر او مالولوجا یک پارک کوهستانی خشن و بودن در آنجا به تنهایی کمی‌نابخردانه بود.

پس از بازگشت به دفترش درباره وجود تورهای پیادهروی پرس و جو کرد و پاسخ شنید که چنین تورهایی وجود ندارد ولی سیبوسیسو آنجا بود. دابل می‌گوید:«او نمی‌دانست من کی هستم با این حال یک روز از تعطیلاتش را به این اختصاص داد که مرا برای قدم زدن به ارتفاعات دوهزار متری Ngwenya (به معنی کروکودیل) ببرد». آنها با هم دوست شدند و به پیاده‌روی‌هایشان در آخر هفته‌ها ادامه دادند. اولین صعود واقعی آنها قله کاتدرال (Cathedral) در رشته کوه دراکنزبرگ (Drakensberg) بود. دابل می‌گوید:«حال من خیلی خوب نبود ولی سیبو اعتماد به نفس باور نکردنی در کوه داشت. و من به صدای بلند پرسیدم چرا کوه‌نوردان بومی‌بیشتری در آنجا وجود ندارند».

سیبو جواب داد چون سیاهان آفریقا کوه‌نوردی را به عنوان ورزشی که ارزش ادامه دادن داشته باشد نمی‌بینند. به گفته او اگر شما از یک روستایی اهل سوازیلند بپرسید که چطور می‌شود از یک کوه محلی بالا رفت او می‌گوید شما هرگز بازنخواهید گشت. قله‌های بلند مکان‌هایی هستند که آنها روسای قبایل را در آن دفن می‌کنند. به عقیده آنها آنجا پر از ارواح و حیوانات وحشی است و هرگز شب را بیرون از روستا نمی‌گذرانند. با این حال دابل سیبو را مستقیما به چالش کشید: به او گفت با اینکه از زمان فتح اورست توسط ادموند هیلاری و تنزینگ ۴۰ سال گذشته است هنوز هیچ سیاهپوستی این قله را فتح نکرده است.

سیبو گفت:« ما از عهده مخارج آن برنمی‌آییم». و دابل در پاسخ پرسید:« اگر منابع لازم را داشته باشی خواهی رفت؟».

«قطعا!» سیبو این جواب را به یاد می‌آورد. ولی او در آن زمان در مورد ارتفاع اورست، یا چگونگی صعود آن چیزی نمی‌دانست. با این حال این باور در او به وجود آمد که باید تلاش کند به دنیا و آفریقایی‌ها نشان بدهد که از پس این کار برمی‌آید. جرقه این ایده زده شده بود. دابل پس از بازنشستگی و بازگشت به انگلستان تلاش کرد تا با استفاده از روابطش سیبو را در این ماجراجویی کمک کند.

حمایت‌های کمی‌در آفریقای جنوبی از او می‌شد و این تنها به این دلیل نبود که سیبو یک رنجر ناشناخته و یک کوه‌نورد تازه‌کار بود. این کشور هنوز از صعود ناموفق اورست در سال ۱۹۹۶ متاثر بود. علاوه بر اینها در این صعود سرپرست گروه اسامی‌دو عضو سیاهپوست گروه را وارد لیست نکرده بود و آنها نتوانسته بودند از کمپ اصلی بالاتر بروند. این شکست اشتیاق آفریقای جنوبی را برای توجه به کوه‌نوردی به عنوان رشته‌ای که می‌تواند سمبل غرور و افتخار ملی باشد کمرنگ کرده بود.

دابل تسلیم نشد و درسال ۲۰۰۱ یک تور کوه‌نوردی انگلیسی به نام Jagged Globe را متقاعد کرد تا سیبو را برای صعود بعدی اورست در لیست خود قرار دهد. ولی پیش از آن او باید سه قله بالای شش هزار متر را صعود می‌کرد و در یک تست صعود زمستانه موفق می‌شد. دابل سیبو را برای مرحله اول تمرین به نپال فرستاد. سیبو می‌گوید: «فکر می‌کنم آنها انتظار داشتند من به سرعت (در همان ابتدای مسیر) شکست بخورم و نتوانم هیچ یک از قله‌ها را صعود کنم و بتوانند به دلیل عدم تجربه مرا حذف کنند».

دیدن هیمالیا یک شوک بود. سیبو اولین باری که آن کوه‌های سربه فلک‌کشیده و پوشیده در برف و یخ را دید به خوبی به یاد میآورد: «آیا من هرگز از اینجا زنده برخواهم گشت؟» او پس از رسیدن به روستای خومبو دچار سردرد شده بود. همنوردهایش به او گفتند که این تاثیر ارتفاع است. سیبو به خودش گفت این تازه اول راه است. سردردم چقدر از این بدتر خواهد شد؟ این مسأله برای او نگران کننده بود با این حال او می‌گوید: «من عاشق انجا شدم. شما ارتفاع زیادی را صعود می‌کنید و در آن بالا آنچه می‌بینید قله‌های سر به فلک کشیدهای است که تا دوردست‌ها امتداد یافته‌اند».

او باید تکنیک‌های صعود را آموزش می‌دید. راه رفتن با کرامپون و حفظ تعادل روی یخ با چکمه‌های پلاستیکی در ابتدا برایش بسیار دشوار بود. با این حال او توانست قله‌های شش هزار متری Pokalde و Island peak را صعود کند درحالی که دو نفر از همنوردان با تجربه‌اش به دلیل ارتفاع زدگی ناچار شدند از نیمه راه برگردند.

سیبو در ولز، جایی که برای مرحله دوم برنامه انتخابی‌اش به آنجا رفته بود به همراه دابل با یک بانکدار معروف اسکاتلندی (یان فلمینگ، نویسنده داستان‌های جیمز باند) دیدار کرد. فلمینگ به شدت تحت تاثیر سیبو قرار گرفت و پیشنهاد کرد که تامین هزینه این تلاش تاریخی را بر عهده بگیرد.

پس از یک روز استراحت برای هم‌هوایی در ارتفاع چهار هزار متری، من و سیبو Headwall را با استفاده از طناب‌های ثابت صعود می‌کنیم. در بالای قسمت زینی کرامپون‌هایمان را درمی‌آوردیم و مسیر را تا رسیدن به بالای Washburn's Thumb در ارتفاع پنج هزار متری دست به سنگ ادامه می‌دهیم. سپس بارهایمان را در آنجا جاسازی می‌کنیم و برمی‌گردیم. روز بعد آنها را در حین صعود به سمت کمپ بالایی برخواهیم داشت. سیبو در قسمت‌های دشوار مسیر خیلی راحت حرکت می‌کند. ما بالاخره ساعت ۸ صبح روز بعد خسته از بارکشی در شیب، به کمپ بالایی می‌رسیم. چنان باد سردی می‌وزید که انگشتانم درحین بستن زیپ لباسم یخ زده بود. سرانجام سیبو برای پوشیدن لباس به کمکم آمد. من حتی از او کمک نخواستم، او ناگهان آنجا بود. بدون هیچ سرزنش یا اخم، او آنجا بود با دستانی

یاری گر و پندی خاموش.

روز بعد از شدت خستگی و با کمی‌سردرد در کیسه خواب‌هایمان دراز می‌کشیم و برف آب می‌کنیم. روزی ناخوشایند و نگران کننده است. صداهایی که از دنالی به گوش می‌رسد مانند صدای اشباح است. در حالی که از در چادر به بیرون خیره شده‌ایم گروه‌های دیگر را در حال بالا رفتن یا پایین آمدن می‌بینیم. درباره همه چیز غیر از صعودمان حرف می‌زنیم و سیبو از برنامه‌هایش می‌گوید.

پس از بازگشت به خانه او حامی‌مالی یک باشگاه دو می‌شود. همچنین در نظر دارد یک کمپ آموزشی برای بچه‌ها در مالولوجا به راه بیاندازد. او قصد دارد به همراه جان دابل به قله ماترهورن و به همراه دختر نوجوانش به قله کلیمانجارو صعود کند (او و نومسا یک پسر و سه دختر دو تا پانزده ساله دارند). زندگی نامه خود او به نام "رسیدن به اوج از هیچ"[۴] به تازگی در آفریقای جنوبی منتشر شده است.

او چندین برنامه ماجراجویانه در ذهن دارد: صعود قله آمادابلام، پرواز با کایت به تنهایی از فراز قطب جنوب، صعود اورست بدون استفاده از اکسیژن، گذشتن از تپه‌های شنی عربستان با پای پیاده و شرکت در مسابقه اتومبیل رانی پاریس– داکار. با این حال بزرگ‌ترین آرزوی او صعود با چند آفریقایی با ملیت‌های مختلف به قله اورست به عنوان جلوه ای از اتحاد و افتخار آفریقاست.

البته همه این پروژه‌ها به پشتوانه مالی نیاز دارند که پیدا کردن آن در جایی که سیبو زندگی می‌کند کار دشواری است. او حتی برای تامین چادر و کیسه خواب برای باشگاهش مشکلات زیادی دارد. آنها ناچارند برنامه‌هایشان را به ارزان‌ترین شکل ممکن اجرا کنند. او در عین حال باید برای جمع آوری تنها چند صد دلار کمک از افراد گوناگون انرژی زیادی بگذارد. همه اینها، صعود دنالی و تکمیل برنامه صعود قلل هفت گانه را برایش بسیار پر اهمیت‌تر کرده است.

اولین صعود اورست سیبو با بدیمنی شروع شد. پس از رسیدن به کمپ اصلی در بهار ۲۰۰۳، به او خبر رسید که افرادی (شاید همسایه‌هایی حسود) خانه اش را آتش زده اند. نومسا و بچه‌ها فرار کرده بودند و این زوج در یک گفتگوی تلفنی به این نتیجه رسیدند که سیبو باید بماند و صعودش را به پایان برساند. او می‌گوید: «من می‌خواستم اورست را صعود کنم حتی اگر مجبور بودم تا قله بخزم!»

در آن زمان سیبوی ۳۳ ساله، مصمم، محاصره شده توسط قله‌هایی بلند، آبشارهای یخی و کوه‌نوردانی با تجربه، اولین فرد از آفریقای جنوبی و سوازیلند بود که به کمپ اصلی می‌رسید. این ماجراجویی با هوایی بسیار بد روبرو شد. توفان دوبار تیم را وادار به عقب نشینی از کمپ بالایی کرد ولی سرانجام سومین تلاش منجر به فتح قله در ساعت ۹ صبح روز ۲۴ می‌شد. آنها به علت گردباد شدید تقریبا چهاردست و پا به قله رسیدند.

حالا سیبو از یک رنجر گمنام به یک قهرمان ملی تبدیل شده بود. روزنامه‌ها درباره او مطلب می‌نوشتند. او با نلسون ماندلا دیدار کرد. پرچم قله او هنوز در سرسرای مجلس ملی آفریقای جنوبی آویزان است. اما همه این موقعیت را جشن نگرفتند. در برخی مقالات او را متهم کردند که با پذیرفتن ملیت دوم و به اهتزاز در نیاوردن پرچم سوازیلند در قله به کشورش خیانت کرده است. اما سیبو می‌گوید او با وجود تلاشش نتوانست پرچم سوازیلند را بخرد و مقامات دولتی سوازی در نپال به درخواست او پاسخ ندادند.

صعود اورست بیش از آنچه که سیبو انتظار داشت بر زندگی او تاثیر گذاشت. او می‌گوید:« هدف اولیه من صعود اورست و بعد برگشتن به خانه و ادامه زندگی معمولی‌ام بود. ولی حالا باور دارم که کوه‌ها چه بزرگ، چه کوچک، اثر زیرورو کننده‌ای دارند. بعد از صعود اورست بود که من فهمیدم می‌توانم به هر آنچه در ذهنم دارم برسم. اعتماد به نفس، جسارت، اراده یا هرچه که اسمش را بگذارید، من آن را از خانواده یا مدرسه نیاموختم. کوه بود که آن را به من آموخت.»

پس ار صعود اورست در سال ۲۰۰۳، سیبو تا مدت‌ها زندگی معمولی نداشت. او همچنان به صورت پاره وقت به عنوان رنجر کار می‌کرد تا بتواند هزینه دومین صعودش به اورست در سال ۲۰۰۵ را تامین کند. او این بار از جبهه شمالی به قله رسید ولی در بازگشت دچار حادثه شد که به سختی از آن جان به در برد.

پس از بازگشت سیبو رییس جمهور آفریقای جنوبی به او لقب شوالیه داد چرا که نتیجه این صعود جمع آوری کمک مالی برای چندین موسسه خیریه و انجمن‌های مربوط به فعالیت‌های انسان دوستانه بود. از آن پس همه صعودهای سیبو کمک به موسسات خیریه را شامل می‌شد. تاکید عمده او بر مسایل کودکان است. او می‌گوید:« آینده آفریقا در دستان این جوان‌هاست ولی بسیاری از انها زندگی خوبی ندارند. وقتی من بچه بودم هیچ‌کس نبود که من به او نگاه کنم و با خودم بگویم می‌خواهم مثل او باشم. به همین دلیل می‌خواهم برای کمک به آنها پول جمع کنم و شاید الگویی باشم تا حتی فردی مثل خودم که از هیچ شروع کرده است بتواند زندگی اش را تغییر دهد.»

سیبو پس از آشنایی با یک سفیدپوست اهل آفریقای جنوبی به نام آلکس هریس که قلل هفت گانه را صعود کرده بود به این فکر افتاد که می‌تواند اولین سیاه پوستی باشد که به این هدف می‌رسد. طی دوسال بعدی او پنج قله از مجموعه قلل هفت‌گانه را صعود کرد: کلیمانجارو، آکوانکاگوا، البروس، کارستنز پیرامید (کاسیوسکو) و وینسون (که این آخری اولین صعود بدون راهنمای او بود). تنها دنالی باقی مانده بود ولی در ماه می۲۰۰۷ سیبو اولین شکست واقعی کوه‌نوردی‌اش را تجربه کرد.

او سال بعد را با افسوس خوردن تلف نکرد، در عوض در قالب یک تیم اسکی برای یک سفر ۶۵ روزه به قطب جنوب رفت. آنها درست سه روز پس از آغاز سفر، در مقابل یک کولاک ۶ روزه زمین گیر و با کمبود مواد غذایی روبرو شدند. با وجود آن در ۱۷ ژانویه ۲۰۰۸ سیبوسیسو ویلان اولین سیاه پوستی شد که با اسکی به قطب جنوب رسید. هریس، همنورد سیبو در این سفر می‌گوید:« صعود اورست در مقابل این سفر مانند یک پیاده روی در آخر هفته به نظر میرسد. با این حال آنچه بیش از همه مرا در این سفر تحت تاثیر قرار داد اراده خدشه ناپذیر سیبو برای اجرای برنامه بود.» آنها در هفته چهارم برنامه با شرایط دشواری روبه‌رو بودند. سورتمه‌ها به سختی حرکت میکردند و توفان و باد شدید پیشروی را بسیار دشوار کرده بود. هریس شرح میدهد:« درحالی که به زحمت جلوی پایمان را می‌دیدیم با وجود خستگی و ضعف پیش می‌رفتیم. هرچند وقت یکبار روی سورتمه ولو می‌شدیم ولی ناچار بودیم قبل از اینکه یخ بزنیم به حرکت ادامه بدهیم. این سخت‌ترین

شرایطی بود که من با آن روبه‌رو شده بودم.» درست در این شرایط، تلفن همراه سیبو به صدا درآمد. به او اطلاع دادند که دختر یک ساله‌اش به شدت بیمار است و امیدی به زنده ماندن او وجود ندارد. او تصمیم گرفت کل روز را با سرعت به حرکت ادامه دهد تا برای دخترش انرژی روحی بفرستد. او در بدترین شرایط قدرت روحی فوق‌العاده‌اش را نشان داد. پس از یک هفته بستری شدن در بیمارستان، سیفوستو که اکنون دو ساله است از مرگ نجات یافت.

روز بعد در سرمای شدیدی از خواب بیدار شدیم. با هر وزش ناگهانی باد سرمای شدیدی به درون چادر نفوذ می‌کرد. شرایط آب و هوا ناامید کننده بود ولی ما به هر حال کوله‌هایمان را به قصد صعود قله بستیم.

مثل همیشه لحظه شروع صعود در ارتفاع، مثل شکنجه است: تک تک سلول‌ها برای دریافت اکسیژن فریاد می‌کنند و قلب با سرعت شروع به تپیدن می‌کند. سپس ما گرم می‌شویم و پیمودن مسیر را آغاز می‌کنیم. دنالی به ویژه هنگام پایین آمدن بسیار خطرناک است و تا به حال کوه‌نوردان بسیاری حین برگشت جانشان را از دست داده‌اند.

همان‌طور که به صعودمان ادامه می‌دادیم ابرها آسمان را فرا گرفتند و جهت باد تغییر کرد. ما چند دقیقه ای برای استراحت توقف کردیم. آسمان صاف شده بود ولی باد به شدت می‌وزید و شرایط برای رفتن به قله مناسب نبود. از شدت سرما به هم چسبیده بودیم و سعی داشتیم خودمان را از جریان باد دور نگه داریم.

جای تردید نبود باید می‌جنبیدیم. پشت به باد کردیم و پشت تکه سنگی پناه گرفتیم در حالی که به صدای غرش باد و خس خس ریه‌هایمان گوش می‌کردیم. سرانجام به ورد روز قله متوسل شدیم: حرف نزن، خیال پردازی نکن، نایست چون یخ می‌زنی، فقط به صعود ادامه بده.

پس از گذشت مدت زمانی که انگار سال‌ها به طول انجامید، هوا بهتر شد و قیف یخی برج Archdeacon پدیدار شد. درست روبه‌روی ما قله دنالی قدبرافراشته بود. برف خیس به کرامپون من چسبیده بود. پس از نیم ساعت درحالی که باد مستقیما از روبروی ما می‌وزید به بالای جبهه جنوبی رسیدیم. من تا مغز استخوانم یخ کرده بودم.

از بالای یال قله دره‌های عمیق و باریک در ابرها گم می‌شدند. زیر پای ما یک شکاف ۳۶۰۰ متری وجود داشت. ما با احتیاط از لبه پرتگاه و در شکاف‌های عمیق گذشتیم و بعد ناگهان خود را روی قله یافتیم. پهنه یخی آلاسکا در دوردست‌ها مانند یک دنیای مجزا شناور بود. من و سیبو به پشت هم زدیم و فریادی از شادی کشیدیم. بعد سیبو ساکت شد و اشک چشمانش را پر کرد و من ترجیح دادم او را چند لحظه تنها بگذارم. او لیاقت لذت بردن از این لحظه را داشت: سیبو بر بلندای هر هفت قاره ایستاده بود تا برای خانواده‌اش زندگی بهتر و برای مردمان فقیر نگه داشته شده سرزمینش، امید به همراه بیاورد.

چشمان من هم کمی‌خیس شده بود. دوست دارم دعا کنم که سرمای هوا علت آن بود ولی واقعیت این است که من تحت تاثیر آن لحظه قرار گرفتم: شریک بودن با سیبو در ثبت آن لحظه تاریخی. من می‌دانم که این فقط یک قله است؛ و در بهترین حالت یک ماجراجویی نمادین. ولی نمادها اهمیت دارند. پس از بازگشت



فهمیدیم که اوباما در رقابت برای کاندیداتوری حزب دموکرات پیروز شده است.

هریس بعدها به من گفت: «سیبوسیسو بین دو دنیا گام برمی‌دارد و این تنها به دلیل نژادش نیست. او از سرزمین فقیری می‌آید که در آن ماجراجویی هیچ محلی از اعراب ندارد. ولی او از تجربیاتش استفاده می‌کند تا جوانان سرزمینش را با دنیایی متفاوت آشنا کند.»

من به دوستم که سراپا غرق شادی بود پیوستم و با هم چند عکس از قله گرفتیم. زمان کوتاه ایستادنمان بر قله به پایان رسیده بود و من داشتم به بازگشت سیبو به آینده نامطمئنش فکر می‌کردم. زیمباوه در حال فروپاشی است. یک میلیون پناهنده از طریق بوتسوانا، همچنین پناهندگانی از موزامبیک به سمت آفریقای جنوبی سرازیر شده‌اند. مشکلات اقتصاد جهانی جمع آوری کمک‌ها را بیش از پیش دشوار کرده است. چه بر سر امیدها و برنامه‌های سیبو خواهد آمد؟ من حتی نمی‌توانم یاسی را که در چنین شرایطی ممکن است احساس کنم تصور کنم ولی سیبو بر احتمالات تاکید دارد.

او شب قبل از رسیدن به کمپ بالایی به من گفت: «یکی از نتایج آپارتاید و استعمار این است که سیاهان آفریقا فکر می‌کنند هیچ کاری را نمی‌توانند به تنهایی و بدون کمک سفیدپوست‌ها انجام دهند. ولی ما می‌توانیم مشکلاتمان را حل کنیم. هر آفریقایی اگر فرصتش را داشته باشد می‌تواند به بالاترین جاها برسد.» حقیقت مهمی‌که او از سر فروتنی به آن اشاره نکرد این است: یک آفریقایی، یک بزچران از سوازیلند، قبلا این کار را انجام داده است.

منبع:مجله Backpacker می۲۰۰۹

(Endnotes)

۱ . West Buttres :نام مسیر متداول صعود قله دنالی

۲ . Denali: مرتفع ترین قله آمریکای شمالی که با ارتفاع ۶۱۹۶ متر در آلاسکا قرار دارد.

۳ . قلل هفت گانه: بلندترین قلل هفت قاره شامل قله اورست در آسیا، آکونکاگوا در آمریکای جنوبی، دنالی در آمریکای شمالی، البروس(Elbrus) در اروپا، کلیمانجارو در آفریقا، وینسون ماسیف (Vinson Massif) در قطب جنوب و کاسیوسکو (Kosciuszko) در استرالیا

۴ . To the Top from Nowhere

اخبار فدراسیون

فدراسیون کوه نوردی و صعود های ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

برگزاری صعودهای زمستانی سراسری فدراسیون به قله های بینالود و شاهوار

همچون سنوات گذشته فدراسیون با همکاری هیئت استان ها، صعود زمستانی سراسری را به مناسبت سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی طراحی و برگزار کرد. بر این اساس صعود کوه نوردان مرد سراسر کشور با همکاری هیئت خراسان رضوی ۲۷ الی ۲۹ بهمن به قله بینالود و صعود کوه نوردان زن سراسر کشور با میزبانی هیئت سمنان ۲۷ و ۲۸ بهمن به قله ی شاهوار صورت گرفت.

آئین یادبود اولین سالگرد عروج کوه نوردان در حادثه بهمن ۸۸، با شکوه خاصی برگزار شد

آئین یادبود اولین سالگرد عروج کوه نوردان در حادثه ریزش بهمن دیزین ۸۸، عصر دیروز توسط فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، با شکوه خاصی در سالن اجتماعات آکادمی ملی المپیک و با حضور مسئولین ورزش کشور، خانواده های ضایعه دیده و جامعه قدرشناس کوه نوردی و صعودهای ورزشی برگزار شد. این مراسم با اجرای سرود مقدس جمهوری اسلامی ایران توسط گروه مارش و تلاوت قرآن کریم آغاز شد و در ادامه ابتدا «اینانلو» رئیس کارگروه فرهنگی فدراسیون و سپس « دکتر امیدوار رضایی» رئیس فراکسیون ورزش مجلس شورای اسلامی به ایراد سخن پرداختند. ضمن این که پس از قرائت متنی در رثای کوه نوردان جان باخته، نماهنگی تلفیقی از جریان حادثه پخش شد. بخش پایانی مراسم نیز به قرائت بیانیه ی خانواده های ضایعه دیده، تجلیل از خانواده ی کوه نوردان جان باخته و تقدیر از کوه نوردان سهیم در امداد و نجات این حادثه اختصاص داشت. گفتنی است: این مراسم با حضور «دکتر حمید سجادی» معاونت فنی سازمان تربیت بدنی و سایر مسئولین از نمایندگان مجلس ، هلال احمر، هیئت های کوه نوردی و صعودهای ورزشی استان ها و نمانیندگان نهادها و تشکل های کوه نوردی نیز همراه بود. تصاویری از این مراسم را در بخش گزارش های تصویری پایگاه خبری فدراسیون مشاهده نمائید.

انتصاب سرپرست هیئت لرستان

بر اساس پیشنهاد مدیرکل تربیت بدنی استان لرستان، رئیس فدراسیون طی حکمی «آرش قیاسیان» را به مدت سه ماه به عنوان سرپرست هیئت کوه نوردی و صعودهای ورزشی این استان منصوب کرد .

ناظر ویژه جهت نظارت بر مسابقات و دوره های آموزشی

رئیس فدراسیون طی حکمی «سید مرتضی موسوی» را به عنوان ناظر ویژه جهت نظارت بر مسابقات و دوره های آموزشی منصوب کرد.

نفرات برتر رقابت های یخ نوردی

در پایان رقابت های یخ نوردی یادواره جان باختگان حادثه دیزین، که در بخش آقایان با حضور ۳۰ شرکت کننده از ۵ استان طی دو روز در مدرسه ی یخ نوردی «میگون» برگزار شد؛ «محمد اسماعیل صبوری»، «مسعود زینالی»و «امیدآمحمدی» هر سه از تهران به ترتیب به مقام های اول تا سوم این دوره از مسابقات دست یافتند. شایان ذکر است: ادامه رده بندی این مسابقات در بخش آقایان به این شرح است: رده چهارم: بهنام خانی از همدان - رده پنجم: سروش حدادی از تهران - رده ششم: سلیمان قره داغی از آذربایجان شرقی - رده هفتم :مهدی پهناور از تهران و رده هشتم: فرشید شاه پسند از تهران. هم چنین نتایج رده بندی این رقابت ها (بانوان) در بخش بانوان به شرح زیر است: نفر اول: «مهساحکام زاده» از استان البرز/ نفر دوم: «زهره عبدالله خانی» از استان البرز/ نفر سوم: «شبنم شاه محمدیان» از استان همدان /نفر چهارم: «پریسا فقیه نوبری» از استان تهران /نفر پنجم: «صفورا درسنج» از استان اصفهان /نفر ششم: «آزاده قاسمی» از استان تهران/ نفر هفتم: «ناهید ناصری» از استان تهران/ نفر هشتم: «آلاله قاسمی» از استان تهرا ن.

برگزاری چهارمین دوره نقشه خوانی و نقشه برداری غار

پیرو برگزاری و استقبال علاقه مندان رشته غارنوردی در سطح کشور از دوره‌های نقشه خوانی و نقشه برداری بخش غارنوردی کارگروه کوه‌نوردی فدراسیون، چهارمین دوره تخصصی از سری دوره‌های فوق در سال جاری روزهای ۵ و ۶ اسفندماه به میزبانی هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان گلستان (در محل باشگاه آفاق گرگان) برگزار شد. لازم به ذکر است در این دوره‌ها، کارآموزان علاوه بر آشنایی با نقشه خوانی عمومی، با نقشه برداری از غار توسط دستگاه‌های دیجیتال روز دنیا و کار با نرم افزارهای مرتبط آشنا شدند و بطور عملی نیز در غار اقدام به نقشه برداری نمودند. گفتنی است: در پایان این دوره ها به شرکت کنندگان گواهی طی دوره اعطاء می شود.

فجر و صعود زمستانی استان ها

چهارمین صعود سراسری زمستانی کوه نوردان استان تهران در دهه مبارک فجر، یادواره اولین سالگرد عروج ۸ کوه نورد جان باخته در حادثه ریزش بهمن ۸۸ با صعود به ۸ قله مرتفع بخش رودبارقصران از تاریخ ۱۳ لغایت ۱۵ بهمن ماه به همت هیئت کوه نوردی و صعودهای ورزشی این استان برگزار شد. هم چنین صعود سراسری کوه نوردان منتخب استان آذربایجان غربی یادواره شهید حسن حسن نژادی با مشارکت هیئت کوه نوردی و صعودهای ورزشی استان و تربیت بدنی سپاه شهدای استان آذربایجان غربی در مورخه ۷ و ۸ بهمن به قله بز سینا واقع در شهرستان ارومیه برگزار شد. ضمن این که هیئت آذربایجان شرقی صعود خود را از تاریخ ۱۴ بهمن در منطقه شمالغرب کشور به قله ی ۳۷۰۷ متری «قوش گلی کمال» و در منطقه عمومی «سهند» برگزار کرد.

جلسه ی ماهانه هیئت رئیسه فدراسیون تشکیل شد

یکشنبه ۱۰ بهمن ماه هیئت رئیسه فدراسیون تشکیل جلسه داد. در این جلسه که قریب به اتفاق اعضای هیئت رئیسه حضور داشتند به مواردی از جمله گزارش عملکرد سه ماه گذشته ی فدراسیون، بررسی و تصویب تقویم ورزشی سال ۱۳۹۰ ، بازبینی بازتاب جشنواره بیستون در رسانه های خارجی، هماهنگی های لازم در خصوص رقابت های سنگ نوردی در اهواز، بررسی امور پناهگاه ها و قرارگاه های فدراسیون و به سایر موارد مربوط به امور جاری فدراسیون پرداخته شد.

همایش دوی استقامت کوه نوردان از شیرودی تا بهشت زهرا (س)

حدود ۴۰ نفر از کوه نوردان تهرانی با همکاری معاونت فرهنگی ورزشی شهرداری منطقه ۷ و مشارکت فدراسیون، در اقدامی نمادین به مناسبت گرامیداشت دهه مبارک فجر و یادبود دومین سالگرد فقدان کوه نورد پیش کسوت زنده یاد «ابراهیم شیخی» و مقارن با سالروز شهادت امام رضا علیه السلام و اولین سالروز جان باختگان حادثه بهمن دیزین ۸۸، از مقابل مجموعه ورزشی شهید شیرودی تا بهشت زهرا(س) را به صورت دوی استقامت دویدند. این کوه نوردان رأس ساعت ۳:۳۰بامداد جمعه ۱۵ بهمن ماه حرکت خود را از مقابل مجموعه ورزشی شهید شیرودی آغاز نمودند و مسیر مذکور را با لباس های متحد الشکل و به صورت دوی استقامت طی کردند.

یادمان سالگرد کوه نوردان جان باخته در دیزین در بهشت زهرا(س)

جامعه قدرشناس کوه نوردی ساعت ۱۰ صبح روز جمعه ۱۵ بهمن ماه؛ به مناسبت اولین سالروز ضایعه ی تأسف بار جان باختن کوه نوردان کشورمان در حادثه ی ریزش بهمن در دیزین، همراه با خانواده های ضایعه دیده، بر سر مزار این عزیزان در بهشت زهرا (س) حضور بهم رساندند. شایان ذکر است: این مراسم با حضور مسئولین فدراسیون بر سر مزار این جانباختگان در قطعات مختلف بهشت زهرا (س) و در اجتماعی با شکوه در قطعه ی قهرمانان و نام آوران همراه بود.

سفر استانی رئیس فدراسیون و شرکت در مجمع هیئت استان ها

مهندس «محمود شعاعی» رئیس فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی، ۷ آذر با سفر به آذربایجان غربی و شرقی، ۱۰ آذر ماه همدان، ۲۸ آذر ماه یزد، ۱۲ دی ماه فارس، ۱۶ دی ماه گیلان، ۲۱ دی ماه خوزستان، ۲۸ دی ماه ایلام و ۱۷ بهمن ماه اردبیل؛ در مجمع سالیانه هیئت این استان ها شرکت کرد. به گزارش رسیده: وی طی این سفرها علاوه بر حضور در مجمع سالیانه ی هیئت؛ به رسم معمول سفرهای استانی، با نمایندگان کوه نوردان و سنگ نوردان نیز دیدار و گفت و گو داشت و از نزدیک در جریان خواست های ایشان قرار گرفت.

سفر استانی نایب رئیس بخش بانوان به «یزد» و مذاکره با مسئولین ورزش «جزیره کیش»

در ادامه بازدید های استانی نایب رئیس فدراسیون در امور بانوان ، «منصوره گرجی» در ۷ بهمن ماه به «یزد» سفر کرد و با رئیس هیئت ، نایب رئیس هیئت در امور بانوان ، نماینده کارگروه صعودهای ورزشی ، نماینده کارگروه کوهنوردی ، نواب رئیس در امور بانوان هیئت های تابعه و تنی چند از نماینده گان باشگاه ها و گروه ها ملاقات نمود و در جریان مسائل و مشکلات آنان قرار گرفت. وی هم چنین از یک باشگاه کوه نوردی و دو باشگاه سنگ نوردی که یکی از آنان باشگاه اختصاصی بانوان بود بازدید کرد.

شایان ذکر است: نایب رییس فدراسیون در حوزه بانوان ، چهارشنبه ۲۹ دی ماه نیز عازم جزیره کیش شده بود تا در خصوص توسعه ورزش سنگ نوردی در این جزیره با مسئولین مربوطه مذاکره نماید. « منصوره گرجی» در این سفر با مهندس «میر شفیعی» مدیر عامل موسسه ورزش و تفریحات سالم منطقه آزاد کیش و خانم «نعمتی» سرپرست ورزش بانوان آن موسسه دیدار و گفت و گو کرد و در زمینه شروع فعالیت های سنگ نوردی و ایجاد دیواره در آن جزیره، بررسی و تبادل نظر صورت گرفت.

بازدید استانی کارگروه صعودهای ورزشی از «بوشهر»

«مهدی داورپور» رئیس کارگروه صعودهای ورزشی فدراسیون، در ادامه بازدید های استانی این کارگروه، چهارشنبه ۲۹ دی ماه عازم استان بوشهر شد و ضمن حضور در هیئت متبوع و بازدید از امکانات سنگ نوردی بوشهر و برازجان با نمانیدگان سنگ نوردی و کوه نوردی این استان نیز دیدار و گفت و گو کرد. شایان ذکر است این سومین بازدید استانی کارگروه صعودهای ورزشی پس از خراسان رضوی و خوزستان است و قرار است این بازدیدها به تناوب ادامه خواهد داشت.

برگزاری مسابقات سنگ نوردی به میزبانی هیئت خوزستان

گفتنی است: یازدهمین دوره رقابت های سنگ نوردی جام فجر در دو بخش آقایان و بانوان در هفته ی اول اسفند به میزبانی هیئت خوزستان در اهواز برگزار گردید.

تلاش در جهت کاربری مفید از ایجاد دیواره های سنگ نوردی

فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی با ارسال مکتوبی به هیئت های سراسر کشور اعلام کرد:ضمن سپاس از تلاش‌های بی‌شائبه و اقدامات ارزنده‌ای که اکثر هیئت‌های کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی در بخش گسترش زیرساخت‌ها و توسعه در زمینه صعودهای ورزشی داشته و دارند، معطوف بر اهمیت بهره‌وری و امکان‌سنجی‌های لازم، مقتضی است پیش از هرگونه اقدامی در زمینه استقرار دیواره‌های سنگ‌نوردی، از نظرات تخصصی و مشورتی کارشناسان فدراسیون بهره‌مند شوند تا در آینده بتوان بهترین کاربری را از سازه‌های ایجاد شده و هزینه صرف شده، میسر ساخت.

پایگاه خبری فدراسیون برگزیده شد تقدیر از روابط عمومی فدراسیون

ششمین گردهمایی مدیران روابط عمومی فدراسیون و مجموعه‌های ورزشی به میزبانی فدراسیون اسکی و در ارتفاع ۳۸۰۰ متری توچال برگزار شد.در این همایش کارشناسان کارگروه روابط عمومی فدراسیون های ورزشی، پایگاه های

برتر خبری فدراسیون ها و مجموعه‌های ورزشی را معرفی کردند و از آنان تقدیر به عمل آمد . بر این اساس پایگاه خبری فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی برای دومین بار در گروه خود جزو پایگاه های برگزیده معرفی شد و - این بار با اختلاف امتیازی اندک - در جایگاه دوم قرار گرفت.

واکاوی علل و عوامل حوادث کوه نوردی و راهکارهای بازدارنده

کارگروه کوه نوردی فدراسیون در نظر دارد به منظور واکاوی علل و عوامل حوادث کوه نوردی و جهت بررسی راهکارهای بازدارنده در این خصوص، با همکاری بخش نجات شرکت «کوه ویسی» اقدام به تدوین طرح درس هایی در این رابطه نماید. بر این اساس گردهمایی با حضور کارشناسان و اهالی فن، از تاریخ ۱۸ الی ۱۹ آذر ماه جاری در مجتمع کوهستانی پلور برگزار شد.

رئیس هیئت خراسان شمالی منصوب شد

مهندس محمودشعاعی با توجه به کسب اکثریت آرای مجمع عمومی هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان خراسان شمالی در تاریخ ۸۹/۰۹/۱۳ ، طی حکمی «حسین بهمنیار» را به مدت چهار سال به سمت رئیس هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان خراسان شمالی منصوب کرد.

انتصاب رئیس هیئت استان خراسان رضوی

رئیس فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی با عنایت به کسب آرای مجمع عمومی؛ طی حکمی «حسین امانی» را به مدت چهار سال به سمت رئیس هیئت استان خراسان رضوی منصوب کرد.

برگزاری نخستین دوره آموزشی کار با «جی پی اس»

نخستین دوره آموزشی کار با «جی پی اس» و نرم افزار» مپ سورس» طی روزهای ۱، ۲ و ۳ دیماه با تلاش بخش ناوبری فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی برگزار شد. در این دوره که متعاقب دوره نقشه خوانی و کار با قطب نما برگزار می گردید حاضران ضمن آشنایی با تاریخچه «جی پی اس» با بخش های مختلف این وسیله آشنایی پیدا نمودند. ضمن آنکه کلیه موارد آموزش دیده شده در محیط طبیعی تمرین شد.

لازم به ذکر است دوره های آموزشی نقشه خوانی و کار با قطب نما و کار با «جی پی اس» و نرم افزارهای مرتبط پیش نیاز دوره جستجو بوده و کلیه استان های علاقمند میتوانند ضمن برقراری ارتباط با کارگروه کوه نوردی فدراسیون نسبت به اجرای این دوره ها در استان های خود اقدام نمایند

اطلاعیه کارگروه صعودهای ورزشی و تقدیر از هیئت استان ها

توسعه و پیشرفت همه‌جانبه صعودهای ورزشی در سراسر کشور، در سایه مشارکت علمی و عملی مربیان، طراحان، داوران و دست‌اندرکاران پدیدار و محقق می‌شود. در همین رابطه کارگروه صعودهای ورزشی این فدراسیون مراتب تقدیر و سپاس خود را از هیئت های مختلف استان ها (به ویژه استان‌های آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، اصفهان، البرز، تهران، خراسان رضوی، خراسان شمالی، خوزستان، زنجان، سمنان، فارس، قزوین، کردستان، کرمان، کرمانشاه، گلستان، گیلان، لرستان، مرکزی، هرمزگان، همدان، یزد) برای حضور تمامی ارکان برشمرده صعودهای ورزشی و حمایت همه‌جانبه مسئولین ذیربط در دوره‌های بازآموزی و هماهنگی خانم‌ها و آقایان که در آبان سال جاری برگزار گردید اعلام می‌دارد. امید است در پرتو عنایت حضرت باری‌تعالی و در راستای اجرای اهداف، اقدامات و مشارکت همه‌جانبه منبعث از درایت، آینده‌نگری، دلسوزی و مسئولیت‌پذیری تمامی اهالی این رشته، شاهد رشد و شکوفایی و توسعه پایدار صعودهای ورزشی باشیم.

انتصاب اعضای کارگروه انضباطی فدراسیون

رئیس فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی طی احکام جداگانه ای اعضای کارگروه انضباطی این فدراسیون را به مدت یک سال منصوب کرد. بر این اساس رضا زارعی به عنوان مسئول بخش فنی، محمد حسین حاتمی به عنوان مسئول بخش مربیان و نصرت الله نوری و مهدی شیرازی به سمت کارشناسان ورزشی این کارگروه منصوب شدند.

رئیس هیئت «ماکو» به درجه رفیع شهادت نائل شد

با نهایت تأسف و تأثر با خبر شدیم «حسن حسن نژادی «رئیس هیئت کوه نوردی و صعودهای ورزشی شهرستان ماکو از جانبازان شیمیایی دفاع مقدس پس از مدت ها تحمل درد و رنج به درجه رفیع شهادت نائل شد. به گزارش پایگاه خبری هیئت آذربایجان غربی: وی از سال ۱۳۷۷ ریاست هیئت شهرستان ماکو را بر عهده داشت و در پیشرفت ورزش کوه نوردی و سنگنوردی شهرستان ماکو تلاش های ارزشمندی را از خود به یادگار گذاشت که از جمله می توان به این موارد اشاره کرد: اعزام موفقیت آمیز تیم دو نفره به قله موستاق آتا در کشور چین، حمایت از سنگنوردان ماکو جهت گشایش و اتمام مسیر در کلاهک بی نظیر ماکو و برگزاری دهها کلاس کارآموزی و آموزشی. بر خود لازم می دانیم شهادت آن رزمند میهن و خادم صدیق کوه نوردی و صعودهای ورزشی کشور را خدمت خانواده ی معزز ایشان و جامعه ورزش کشور تبریک و تسلیت عرض نمائیم. یادش گرامی باد.

نشست مشترک مسئولین فدراسیون با ناحیه ویژه کوهستان شهرداری تهران

«منصوره گرجی» نائب رئیس بخش بانوان و «حسین رضایی «رئیس کارگروه روابط عمومی فدراسیون، طی نشستی با «رامش دیانت» مسئول ناحیه ویژه کوهستان منطقه ۱ شهرداری تهران پیرامون اهداف مشترک و زمینه های بهره مندی از ظرفیت های طرفین به ویژه در حوزه فعالیت های فرهنگی و هم چنین بانوان، به تبادل نظر پرداختند و مقرر شد به زودی توافق نامه ی مشترکی بین فدراسیون و شهرداری منطه یک منعقد شود. شایان ذکر است: به گزارش روابط عمومی شهرداری منطقه یک، این اقدام که در راستای طرح "امداد و نجات کوهستان در دامنه جنوبی ارتفاعات البرز مشرف به شهر تهران" انجام شد وفدراسیون کوهنوردی در پناهگاه های شیرپلا و پلنگ چال محلی را به استقرار امداد و نجات تخصیص خواهد داد. گفتنی است ناحیه ویژه کوهستان منطقه هماهنگی های لازم جهت تجهیز این پایگاه ها به وسایل امداد نجات و استقرار نیروهای امدادگر هلال احمر و آتش نشان را به عهده خواهد داشت.

آشنایی با گیاهان دارویی «کهور»

گردآوری: نرگس روحانی

درختی از خانواده Leguminosae و با نام علمی Prosopis Spicigera است. درخت کهور به اسامی دیگری از جمله کبیر، غاف و جند نیز نامیده می‌شود.

مشخصات گیاه‌شناسی: کهور درختچه‌ای تیغ‌دار، به ارتفاع ۷-۳ متر و دارای تاجی گسترده از شاخه‌های آویخته با تیغ‌های مخروطی و ریشه‌های طویل که تا اعماق زیاد زمین فرو می‌رود، می‌باشد. برگ‌های آن شانه‌ای مضاعف است که هر کدام از برگچه‌ها دارای ۱۲-۶ زوج از برگچه‌های بسیار کوچک، خطی پهن و نوک تیز است. گل کهور بدون دمگل، مجتمع در سنبله‌های طویل مخروطی، منفرد یا دوتایی و به رنگ زرد یا زرد متمایل سبز می‌باشد که در سطح درونی کرک‌دار است. میوه این درختچه نیام، استوانه‌ای و سطحی ناهموار دارد.

موسم گل دهی در ماه‌های اسفند و اردیبهشت است.

پراکنش جغرافیایی: جنگل‌های اطراف بندرعباس، میناب، جیرفت، نرماشیر، شهداد، مکران، نیک‌شهر، بمپور،بوشهر، برازجان.

قسمت‌های مورد استفاده: غلاف میوه، پوست،گل، صمغ.

موارد استفاده: پوست درخت کهور دارای طعمی گس و تلخ است که مقوی، ضد کرم، ضد سم عقرب (در محل نیش زدگی عقرب قرار داده می‌شود)، بوده و جهت درمان جذام، رماتیسم، اسهال خونی،برونشیت و آسم استفاده می‌شود. گل‌های له‌شده آن مخلوط با قند، زنان باردار را از ناراحتی‌های حاملگی رها می‌سازد. خاکستر آن را اگر بر روی پوست بمالند موی پوست را از بین برده و تمیز می‌کند.

از ساقه درخت صمغی به دست می‌آید که به آن مسکوئیت می‌گویند، این صمغ جانشین صمغ عربی بوده و به مصارف مختلف از جمله صنایع غذایی، جوهرسازی، لیتوگرافی، آهار پارچه و ... می‌رسد.■

فرم اشتراک

همنورد گرامی توجه فرمایید:

نظر به اینکه تعدادی از حواله‌های واریز شده به حساب مجله فاقد نام پرداخت کننده است و یا آدرس آنها به دست ما نرسیده است بنابراین ارسال مجله برای آنها مقدور نبوده است. لطفا کسانی که وجهی پرداخت کرده‌اند (از ابتدای انتشار مجله تاکنون) و مجله دریافت نکرده‌اند با دفتر مجله تماس بگیرند.

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

۱- حق اشتراک یکساله فصل‌نامه کوه (۴ شماره در سال) در داخل ایران با پست عادی ۹۵۰۰۰ ریال و پست سفارشی ۱۱۰۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۳۵۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب سپهر **(۰۱۰۰۲۶۲۴۷۴۰۰۰)** بانک صادرات به نام دکتر صالحی و موسوی (قابل پرداخت در کلیه شعب) واریز گردد. **(لطفا به بانک تاکید فرمایید که درج نام فرستنده ضروری است)** و اصل فیش بانکی را همراه با فرم تکمیل شده به نشانی: تهران ـ **صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۹۳۸** فصل‌نامه کوه ارسال فرمایید.

۲- کپی فیش بانک را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگاه دارید.

۳- از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جدا خودداری فرمایید.

۴- هر گونه تغییر در نشانی را سریعا به دفتر مجله اعلام فرمایید.

۵- دوره‌های صحافی شده فصلنامه ۸-۱، ۱۶-۹، ۲۴-۱۷، ۳۲-۲۵، ۴۰-۳۳، ۴۸-۴۱، ۵۲-۴۹، ۵۶-۵۳ موجود می‌باشد.

فتوکپی فرم ارسالی مورد قبول است. لطفا 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 لطفا اطلاع دهید تا مجددا ارسال شود.

اخبار انجمن کوه‌نوردان ایران

کارگاه آموزشی «مبانی نجات در کوهستان»؛ این کارگاه یک روزه در روز جمعه ۱۹ آذر ۸۹ با همکاری آموزشگاه کوه‌نوردی فلات در قزوین برگزار شد، و سی و چهار نفر از کوه‌نوردان، آتش‌نشان‌ها و نجات‌گران استان‌های قزوین و البرز در آن حضور یافتند.

در این دوره، مباحث پایه نجات، شامل فرماندهی عملیات، عوامل موثر بر فرایند نجات، چرخه‌ی سانحه، مراحل عملیات نجات، منابع جستجو و نجات، مهارت‌های سه گانه در نجات، آمادگی‌های ضروری، و قوانین جستجو و نجات طرح و ارایه گردید.

تدریس این دوره را دکتر ابوالفضل جوادی، پزشک هیمالیانورد و کارشناس نجات و پزشکی ارتفاع، به عهده داشت. این دوره پیش نیاز سطوح بالاتر آموزش «نجات در کوهستان» از جمله دوره های بقا، جستجو و نجات فنی است.

نمایشگاه عکس های فریدون اسماعیل زاده؛ زنده یاد فریدون اسماعیل زاده (۱۳۸۴– ۱۳۱۹) گذشته از آنکه کوه نوردی زبده و پر کار بود، علاقه زیادی هم به عکاسی داشت و تعداد بسیار زیادی عکس از منطقه‌های کوهستانی مختلف کشور گرفته بود. این عکس ها، بخشی از تاریخ کوه نوردی و گوشه‌هایی از طبیعت ایران را در فاصله دهه‌های چهل تا هشتاد نشان می‌دهند. نمایشگاهی از گزیده عکس‌های اسماعیل‌زاده، با همکاری معاونت فرهنگی هنری شهرداری منطقه ۷ تهران، از ۲۲ تا ۲۷ آذر در فرهنگسرای اندیشه برگزار شد. در این نمایشگاه، همچنین عکس هایی از دو کوه نورد دیگر عضو انجمن، اسماعیل رضایی و مصطفی شکرابی به نمایش گذاشته شد.

همین نمایشگاه، از ۲۹ آذر تا ۲ بهمن با کار مشترک سازمان فرهنگی هنری شهرداری همدان و دفتر نمایندگی انجمن در همدان، در این شهر هم برگزار شد.

حضور در جشنواره یخ نوردی اکرن؛ برای چهارمین سال پیاپی، انجمن توانست نفراتی را برای شرکت در جشنواره یخ نوردی اکرن، به فرانسه بفرستد. با وجود آنکه در اواخر پاییز و اوایل زمستان، سرمای بی‌سابقه‌ای بر اروپا حاکم شده بود، اما در روزهای برگزاری جشنواره (۲۳ تا ۲۶ دی)، هوا به شکلی غیرعادی تا هفت درجه بالای صفر گرم شد و بیشتر آبشارهای یخ زده منطقه، روان شدند! (نشانه‌ای از تغییر غیر طبیعی اقلیم و گرم شدن زمین). به این ترتیب تیم شش نفره ایرانی، همچون دیگر شرکت کنندگان در جشنواره نتوانستند چنان که انتظار داشتند، یخ نوردی کنند.

جشنواره یخ نوردی انجمن؛ فکر برگزاری جشنواره یخ نوردی در ایران، پس از بازگشت دوستان مان که در زمستان ۸۶ به جشنواره اکرن رفته بودند، در انجمن شکل گرفت. نخستین جشنواره اگرچه با شتاب برنامه ریزی شد، اما اجرای موفقیت‌آمیز آن نشان داد که اشتیاق خوبی برای یخ نوردی در میان کوه نوردان کشور وجود دارد. چهارمین دوره ی این جشنواره، از ۱۲ تا ۱۵ بهمن ۸۹ با همکاری گروه کوه نوردی لواسان (نماینده انجمن در لواسان)، گروه کوه نوردی میگون، و مدرسه یخ نوردی میگون برگزار شد. در این جشنواره بیش از سی نفر از شهرهای بروجرد، رشت، مهاباد، اهواز، سمنان، تهران، لواسان، و کرج شرکت داشتند. گروه فنی جشنواره، شامل حسن جواهر پور، فرنوش رییسی، افشین یوسفی، محمد صبوری، و محمد تقی بهره ور بود.

نشست های ماهانه تهران؛ نود و چهارمین نشست همگانی انجمن، در روز اول دی ماه ۸۹ در "خانه ی شهریاران جوان" برگزار شد. در این نشست ابتدا عباس محمدی رییس پیشین انجمن، تقدیرنامه‌هایی را به چند نفر از همکاران خود در هیات مدیره پیشین داد. سپس لیلا اسفندیاری گزارش تلاش خود برای صعود به قله ک۲ را ارایه کرد.

نود و پنجمین نشست، در روز ۲۹ دی برگزار شد. موضوع اصلی این نشست، گزارش امیر زرین و حمید صفر زاده از صعود به قله آمادابلام بود. این صعود در پاییز ۸۹ و به یاد عباس جعفری که در شهریور ۸۸ در یکی از رودخانه های نپال جان باخت، اجرا شد.

دفترهای نمایندگی جدید؛ دفترهای نمایندگی جدید انجمن، در شهرهای بابل و سلطانیه آغاز به کار کرده اند.

همکاری با ستاد اطلاع رسانی و پیشگیری از حوادث؛ امسال نیز برای چهارمین سال پیاپی، از ابتدای زمستان انجمن با این ستاد که از سوی هیات کوه نوردی استان تهران برای پیشگیری از بروز حادثه های زمستانی در کوه های شمال تهران تشکیل شده و نقش موثری در این امر داشته است، همکاری داشت.

دیده بان کوهستان

روز پاک سازی کوهستان؛ به مناسبت ۴ مهر، روز پاک سازی کوهستان، اعضای انجمن در شهرهای مختلف به پاک سازی مسیرهای کوه‌پیمایی و

همچنین کار رسانه ای و آموزش چهره به چهره پرداختند. از جمله: در سمنان، پاک سازی دره های شهمیرزاد؛ در ساری، پاک سازی ارفه کوه؛ و در تهران، پاک سازی مسیر قله دارآباد انجام شد.

نمایشگاه در دانشگاه تربیت مدرس؛ از ۱۸ تا ۲۰ آبان، نهمین کنفرانس هیدرولیک ایران در دانشگاه تربیت مدرس برگزار شد. در مدت این کنفرانس، نمایشگاهی در دانشگاه برگزار شده بود که در آن، دست اندرکاران سد سازی و منابع آب حضور داشتند. دیده‌بان کوهستان هم در این نمایشگاه غرفه‌ای داشت و در آن به ارایه مقاله‌ها و کتب منتقدان سد سازی پرداخت.

برنامه‌های روز جهانی کوهستان؛ ۱۱ دسامبر (۲۰ آذر) روز جهانی کوهستان نامیده شده است؛ موضوع امسال این روز «اقلیت های کوه نشین و مردم بومی» بود. اعضای انجمن در بابل و چند شهر دیگر مازندران، با همکاری انجمن دوستداران دماوند و هیات کوه نوردی بابل، همایشی را در روز ۱۲ آذر با حضور حدود چهارصد نفر در بابل برگزار کردند. در این همایش، دکتر اسماعیل کهرم استاد و فعال محیط زیست، داود محمدی فر پژوهشگر تاریخ کوه‌نوردی ایران، و عباس محمدی مدیر گروه دیده بان کوهستان، سخن رانی داشتند.

در روز ۱۸ آذر، دفتر انجمن در سمنان با همکاری جمعیت هلال احمر این شهر، همایشی را برگزار کرد که در آن، کارشناسان در مورد عشایر سمنان و تنوع زیستی استان سخن رانی کردند. پس از همایش، مراسم گشایش «خانه کوه نورد» سمنان انجام شد.

در روز ۲۰ آذر، در تهران با همکاری باشگاه فرهنگی ورزشی آرارات، ششمین برنامه به این مناسبت در محل این باشگاه برگزار شد. در این مراسم، هنریک مجنونیان، پژوهشگر و نویسنده و مترجم برجسته محیط زیست کشور، به عنوان عضو افتخاری انجمن معرفی شد. همچنین از رسول نقوی که در چند دهه گذشته، نقش ارزنده ای در کمک رسانی به گروه های حادثه دیده علم کوه داشته است، تقدیر شد.

انجمن همچنین در نمایشگاهی که به مناسبت روز جهانی کوهستان، از سوی شهرداری منطقه یک تهران در محل موزه دارآباد برگزار شده بود (۱۰ تا ۱۲ آذر) شرکت داشت.

گزارش انجمن از برنامه های اجرا شده روز جهانی کوهستان، در شبکه Mountain Forum منتشر شد.

برنامه های هفته هوای پاک؛ در ۲۹ دی ماه سال ۱۳۷۲ ده ها نفر از پزشکان و فعالان محیط زیست، با انتشار «بیانیه هوای تهران- ۷۲» نسبت به آلودگی هوای تهران هشدار دادند. از سال ۷۴، دولت روز ۲۹ دی را به عنوان «روز هوای پاک» در تقویم رسمی گنجاند.

اعضا و همکاران دیده بان کوهستان، امسال نیز مانند چند سال گذشته در همایش ها و نشست های مختلف مربوط به این روز شرکت کردند و با ارایه ی راهکار، نوشتن مقاله، دادن نامه به مسؤلان، امضای طومار و درخواست ورود دادستان کل کشور به موضوع، خواستار رفع معضل مرگ آفرین آلودگی هوا در شهرهای بزرگ کشور شدند. برنامه های دیگری هم به این مناسبت اجرا شد: در آمل، دفتر نمایندگی انجمن با کمک حدود چهارصد نفر از کوه نوردان و کوهپیمایان، پارک جنگلی میرزا کوچک خان را پاک‌سازی کردند (اول بهمن)؛ و در کرمان، عبدالله صفری عضو انجمن و مدیر «انجمن پاک سازان کوهستان» مسیر کوه های قلعه بیدی و ترک آباد را پاک سازی کردند (۲۴ دی).

مخالفت با پناهگاه سازی روی قله ی توچال؛ از یکی دو سال پیش، در بخش هایی از شهرداری تهران (سازمان مدیریت بحران و ...) صحبت از ساخت یک پناهگاه بزرگ دو طبقه روی قله ی توچال است. توجیه قضیه، کمک به امر جستجو و نجات در کوهستان است؛ انجمن کوه نوردان بارها در جلسه های گوناگون و با نوشتن نامه و دادن یادداشت و مقاله، گفته است که پناهگاه سازی گذشته از آنکه سبب تخریب و آلودگی محیط زیست می شود، موجب جلب شمار زیادی از کوه پیمایان و در نتیجه سبب بروز حادثه های بیشتر هم می گردد. از جمله، در نشست ۱۰/۲۲/ کمیته محیط زیست شورای شهر تهران، مخالفت خود را با دادن نامه ای به خانم ابتکار رییس این کمیته، اظهار داشتیم. در این نشست، نمایندگان فدراسیون، هیات کوه نوردی استان تهران و نمایندگانی از چند باشگاه و گروه کوه نوردی تهران هم حضور داشتند.

دیده بان کوهستان انجمن پیشنهاد داده است که پناهگاه فلزی موجود روی قله توچال جمع آوری شود تا هیچ اثری از ساخت و ساز روی بلند ترین نقطه تهران باقی نماند، و این نقطه به عنوان نماد طبیعی تهران، شکل اصیل خود را بازیابد. بدیهی است که تصمیم گیری نهایی در این مورد، باید در پی نشست‌هایی با مسوولان فدراسیون کوه نوردی، باشگاه ها و گروه های کوه نوردی، اداره های محیط زیست و منابع طبیعی و دیگران گرفته شود.

ساخت و ساز در کوه‌های دیگر؛ در چند ماه گذشته،از طرح های مخرب دیگری مانند راه سازی در منطقه حفاظت شده اشترانکوه، طرح احداث تله کابین در درفک، و پناهگاه سازی در ساوالان خبر یافتیم و در هر مورد، با دادن مقاله به روزنامه‌ها، نوشتن نامه به مسوولان محیط زیست و امضای طومار... تلاش کردیم که جلوی اجرای این گونه طرح‌ها را بگیریم. همکاری کوه نوردان با یکدیگر، جلب همکاری جامعه‌های محلی و همکاری با اداره های محیط زیست و منابع طبیعی، می تواند موفقیت هایی را در این زمینه به دنبال داشته باشد.

هیات مدیره انجمن کوه‌نوردان ایران، از دوستان کوه نورد درخواست همکاری با کارگروه های آموزش، روابط عمومی، مالی، دیده بان کوهستان، و امور راهبردی دارد. لطفا با انجمن خودتان در تماس باشید:■

دفتر مرکزی : تهران - خیابان انقلاب ، جنب لاله زار ، شماره ۵۹۰ ، واحد ۱۲ . کد پستی : ۱۱۴۵۷۷۴۴۵۴

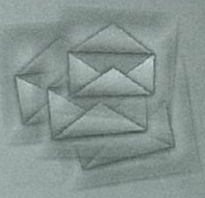
تلفن : ۶۶۷۱۲۲۴۳ نمابر : ۶۶۷۱۲۴۲۱

ای میل: info@alpineclub.ir تارنما: www.alpineclub.ir

وبلاگ دیده‌بان کوهستان: www. mountainwatch.persianblog.ir

تارنمای پاکوب (دانشنامه آزاد کوه‌نوردی):www.pakoob.com

تارنمای کوه چامه (شعر و ادب کوهستان): www.koohchame.com



از میان نامه‌های رسیده

در شماره گذشته در صفحه اول دفتر مطالبی در حمایت از تولیدات داخلی نوشتیم که مورد توجه قرار گرفت. اما در همین مدت چندین نامه گلایه‌آمیز از تولیدات داخلی به دست ما رسید که در زیر یک نمونه آن را ملاحظه می‌فرمایید :

تولیدکننده گرامی: اگر می‌خواهیم در کار خود موفق شویم باید روز به روز به کیفیت تولید بیافزاییم و اگر این نکته مدنظر باشد که فقط جنس را بفروشیم و نخواهیم که هر روز گام تازه‌ای برداریم راه به جایی نخواهیم برد.

به این دو نکته توجه کنید که رمز موفقیت است :

۱ – همیشه حق با مشتری است.

۲ – پول خوب در کار خوب است.

* فصل‌نامه کوه

■ اندر حکایت تولید ملی

نمی‌دانم آیا برای شما هم چنین چیزی پیش آمده است، برای اینکه چیز مورد نیاز را خریداری کنید و سوابق آن شی مورد نیاز چندان برایتان آشنا نیست، به ارگان یا رسانه مورد اطمینان در جهت تبلیغ آن جنس اعتماد می‌کنید و وسوسه خرید آن در شما به اطمینان مبدل می‌گردد.

در میان صفحات مجله، یک آگهی چشم ما را گرفت و ما هم مشتاق شدیم برای حمایت از تولید داخلی آن را برای یک برنامه زمستانی خریداری کنیم.

این در حالی است که، با قیمت بسیار کمتر می‌توانستیم جنس خارجی خوب دست دوم و با کیفیت خریداری کنیم. به مجله کوه تلفن کردم و گلایه خود را ابراز داشتم. مدیر مجله گفت با سازنده آن تماس بگیرید و عیب آن را گوشزد کنید.

در نهایت ادب با تلفن مدیر شرکت را در جریان کیفیت نامناسب محصولش قرار دادم که متاسفانه در اولین برخورد خونسردی خود را از دست داده و با اعتراض که چرا به مجله کوه زنگ زده‌ای و آبروی ما را برده‌ای.

به نمایندگی آن شرکت در استان مراجعه کردم و اشکال را گفتم ایشان گفتند که به ما مربوط نیست نه حاضر شدند جنس را تعویض کنند و یک کالای بی‌عیب به ما بدهند و یا آن را پس بگیرند که در هر دو مورد جواب منفی بود و گفتند می‌توانید آن را به شرکت بفرستید تا عیب‌یابی و تعمیر شود و برایتان بفرستند که البته هزینه ارسال رفت و برگشت به عهده شما است.

* سلام اسماعیل سرخ

■ در مجله کوه شماره ۶۱ از قول نویسنده گزارش صعود «قله کان» آمده است که در سال ۶۸ مرحوم محمد داودی پس از صعود قله وایت نیدل از صعود «قله کان» بازماندند. در صورتی که سمان‌اله کوه‌نورد مشهور پاکستانی عضو آن اکسپدیشن و هم‌طناب محمد که در زمستان سال ۶۸ در صعود بین‌المللی دماوند در ایران حضور پیدا کرد اظهار می‌داشت که زمانی که او به قله کان رسید محمد یک‌ربع زودتر بر روی قله نشسته و در حالی که دستمال سیاهش را بر دور گردن دارد در حال خواندن زیارت عاشورا است.

* محسن نوری

■ در تایید حرف اول مجله ۶۱ و حمایت از تولید داخلی

*آن‌قدر شایانی‌ام تا در خورت یاری کنم
یا سخن‌دان باشم و همچون شما کاری کنم
هم نه آن حرافم و حیله‌گر رند دو رو
باریا کاری تظاهرها به غمخواری کنم
مصرف کالای خارج در وطن ساری شده
من در آن کوشم که شاید رفع بیماری کنم
گر کنون چاره نیندیشم به غفلت، بعد ازین
با تاسف لاجرم بنشینم و زاری کنم
بهره از کالای میهن را گزینش کرده‌ام
تا برای میهنم من هم وفاداری کنم
در سخن بهره‌وری، در چرخش اندیشه‌ها
جنبشی بایسته تا این شیوه را جاری کنم
از خدا خواهم که تا در این گرایش چون شما
حامی سازندگان من هم کمی یاری کنم

* خسروپرویز مساعد

■ از مدت‌ها پیش رسم بر این بود که پیشکسوت و به اصطلاح پیر هر صنف و رشته‌ای به عنوان نماینده، رییس یا سخنگوی آن صنف و رشته باشد. این باعث می‌شد تا هدایت آن صنف و یا گروه به درستی صورت گیرد و تجارب سالیان دراز که بهای گزافی بابت آن پرداخت شده بود هرز نرفته و مجدداً تجربه نشود. این شیوه رهبری به معنای واقعی راهبردی است، زیرا که جمعی از قدرت‌های فکری، تجربی و توان و نیروی جوانی در قالب یک مجموعه دقیق و هدفدار با یک شیوه مدون، هدایت را رقم می‌زند.

متاسفانه سال‌هاست که این شیوه تغییر یافته و دیگر نمایندگان (یا بهتر است بگوییم جلودارها) بر اساس معیارهایی به غیر از این انتخاب می‌شوند و این صرفا به دلیل رضایت خاطر عده‌ای و پیشرفت کوتاه مدت امورات آن مجموعه در نظم کنونی است. اگر روشن‌تر بخواهیم بگوییم نتیجه این‌چنین اعمالی، خسارت به بدنه تشکیلاتی مجموعه منظم قبلی و افول قدرت آینده‌نگری و راهبری خواهد بود.

این مقدمه‌ای بود بر این موضوع که بگوییم مجموعه‌هایی مانند هیات‌های ورزشی نیز هم‌اکنون به این شیوه هدایت می‌شوند. یعنی افراد مجرب و استخوان خرد کرده در آن رشته ورزشی به کناری می‌روند و عده‌ای بدون سابقه و یا تجربه و کفایت لازم به جای ایشان جایگزین می‌شوند.

و البته هدف از این کار را حفظ قدرت یا کارآمدی آن هیات گذاشته‌اند. مثلا برای پیشبرد اهداف کوتاه مدت و جذب بعضی اعتبارات و یا برخورداری از پاره‌ای حمایت‌های دولتی و ... به یک چهره سرشناس و یا با نفوذ متوسل می‌شوند.

در بیشتر موارد افراد نامبرده یا اصلا با این سبک و رشته آشنایی ندارند و یا درحد بسیار کمی در این مورد اطلاعات دارند و این مساله شاید در ظاهر باعث فخر و مباهات هیات ورزشی مورد نظر باشد ولی اثرات و پیامدهای منفی آن در آینده می‌تواند موجب تضعیف ساختار آن هیات گردیده و مضراتی بیشتر از نفع آن در پی داشته باشد.

تاریخچه یک هیات ورزشی قاعدتا باید طوری باشد که در هر دوره نسبت به دور قبلی بهبودی در آن احساس شود و در هر زمانی از مدیران و مسؤلان آن به نیکی یاد شود و ایده‌آل این باشد که هیچگاه از بدنه هیاتی چیزی کسر نگردد بلکه در هر دوره مدیریتی به آن افزوده گردد. این یک روال درست و منطقی برای هیات‌های ورزشی است. متاسفانه در سالیان اخیر این روال معکوس گردیده است به این شکل که در اغلب استان‌ها و در اغلب انتخابات، متولیان امر یا دست‌اندرکاران آن مجموعه رییس یا دبیر هیات‌های ورزشی را نه از بین افراد مجرب و کارآزموده بلکه از بین افراد ذینفوذ و چهره‌های شناخته شده در سایر امور انتخابات برگزار می‌کنند. بد نیست اگر روزی ما را برای سمتی انتخاب می‌کنند کمی بیاندیشیم و ببینیم آیا واجد شرایط تر از ما هم وجود دارد یا خیر؟ آیا ما واقعا در این رشته دارای تجربه و تخصص کافی و لازم هستیم یا نه؟ زیرا که مسؤلیت تمامی عواقب بعدی آن هیأت ما خواهیم بود.

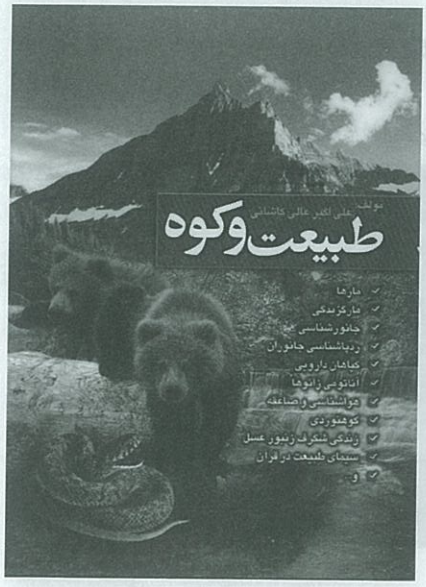
به عنوان نمونه می‌توانیم از همین هیات‌های شهرستانی و استانی کوه‌نوردی نام ببریم، با توجه به ریزه‌کاری‌هایی که در این ورزش وجود دارد و محتوای متفاوت آن، الزام در این است که مسؤلین هیات‌های کوه‌نوردی افرادی شناخته شده و مجرب در این فن باشند و در این رشته شما زمینی برای بازی دارید که وسعت آن بی‌پایان می‌نماید و بازیگران آن در ساعت خاصی به تمرین و ورزش نمی‌پردازند و حریف مقابل آن، طبیعت ناشناخته است که گاهی غضب نیز می‌کند.

حال با توجه به پراکنش بازیگران و زمین بزرگ بازی با سطحی افقی، عمودی، مورب، سخت، گرم، سرد، روشن، تاریک و ... و وسایل و تجهیزات بسیار زیاد و متنوع و همین‌طور پیچیدگی‌های این بازی، به نظر شما چه نوع سیستم مسؤلیتی و مدیریتی برای آن کافی و پسندیده است؟

شاید بهتر است این سؤال را به این شکل مطرح کنم که اگر یک فرد بخواهد در مورد یک صعود به قله دماوند برنامه‌ریزی کند و هدایت و مسئولیت آن را بپذیرد، باید خودش یک بار تا قله آن صعود کرده باشد یا خیر؟ اگر بخواهد در مورد سانحه‌ای در ارتفاع یا دیواره‌ای جوابگو باشد، باید الفبای سنگنوردی و تجهیزات فنی را بداند یا نه؟

در این رابطه ده‌ها سؤال می‌توان مطرح کرد ولی قصد بنده این نیست که زحمات افراد را زیر سؤال ببرم، برعکس این وجدان و دلسوزی و وظیفه من است که ابتدا از افرادی که در خود قدرت و تجربه مسؤلیت‌پذیری هیات‌های کوه‌نوردی را می‌بینند تقاضا کنم زحمت این مسؤلیت را بپذیرند تا جامعه ورزش ما کارآمدتر و فنی‌تر و پربازده‌تر شود و از طرفی از همنوردان گرامی و دوستان عزیز خود در کل ایران تقاضا کنم که اگر رسمی را پایه‌ریزی می‌کنند، این رسم طوری نباشد که باعث پدیدار شدن بنایی سست و شکننده در مقابل حوادث و زمانه – آن هم براثر خشت نپخته (!) – شود. آرزوی توفیق و پیروزی برای تمامی هیات‌های ورزشی به خصوص هیات‌های کوه‌نوردی کشورمان را دارم.■

* مهندس رضا استاد سرایی



تلفن مرکز پخش:
۰۹۱۳۳۲۵۷۳۴۲

اخبار



در تاریخ ۱۳۸۹/۱۰/۳ مراسم یادبود شانزدهمین سالگرد درگذشت بابای کوهنوردان آذربایجان((زنده نام اسد ا... بابایی))و کوچ ناباورانه اکبر نظمی آذر با شرکت گروه‌های کوهنوردی بانک صادرات ، شادروان بابایی ، آلپ و جمع دیگری از کوه‌نوردان تبریز در قله میشو برگزار گردید، یادشان گرامی باد.

* نگرشی به صعودهای برون مرزی کوه‌نوردی در استان خراسان رضوی

اولین صعودهای برون مرزی تیمی در سال‌های ۱۳۵۹ و ۱۳۶۴ به سرپرستی





عباس شوشتری به قله‌های «سان پیک» به ارتفاع ۶۰۰۰ متر و «ایلند پیک» به ارتفاع ۶۱۸۰ متر انجام شد. با تشکیل تیم منتخب کوه‌نوردان استان در سال ۱۳۷۵ فعالیت‌های هیات کوه‌نوردی شکل منسجم‌تری را به خود گرفته و مقدمه بسیاری از صعودهای تکنیکی، مهم و البته سخت گردید. صعود زمستانی قله دماوند در سال ۷۸، صعود به قله علم‌کوه در سال ۱۳۷۹، سبلان در سال ۸۰، زردکوه در سال ۸۲ و دنا در سال ۸۳ و صعود قدرتمندانه به قله‌های خانتانگری به ارتفاع ۷۰۱۰ متر و پوبدا به ارتفاع ۷۴۳۹ متر و برگزاری اردوهای فشرده و کلاس‌های مختلف در سال ۸۴ گوشه‌ای از برنامه‌ها و فعالیت‌های هیات کوه‌نوردی استان است که کارنامه درخشانی را برای این هیات رقم زده است.

انجام دو صعود موفق آقایان نقطه عطفی در هیمالیانوردی استان محسوب گردیده و راه را برای تلاش بانوان کوه‌نورد به سوی قله‌های ۷۰۰۰ متری هموار ساخت. به طوری که در اوایل سال ۸۴ گام‌های اولیه جهت برنامه‌ریزی و سازماندهی این برنامه برداشته شد. در این راستا اولین تیم منتخب مستقل بانوان استان تشکیل گردید. تیم منتخب بانوان توانست با شرکت در اردوها و آموزش‌های تخصصی، به آمادگی و انسجام بالایی دست پیدا کند به طوری که نتیجه آن حضور پرقدرت بانوان در صعود سراسری زمستانی بود. بعد از آن همواره تیم مذکور در اردوهای مختلف آمادگی، شرکت نمود. در سال‌های ۸۶ و ۸۷ باوجود آمادگی بالای تیم منتخب و انجام کارهای مقدماتی صعود، به دلایل مالی و غیره هیات استان موفق به اعزام

تیم منتخب بانوان برای صعود قله‌ای ۷۰۰۰ متری نگردید. اما این مسأله تاثیری بر فعالیت و تلاش تیمی بانوان کوه‌نورد نداشت. این تیم در دو مرداد سال جاری در یک برنامه حدودا یک ماهه موفق به صعود به قله لنین گردید.

اعضای تیم اعزامی به لنین: حکیمه وفادارنیا – زری سلیمانی – راضیه عبداللهی – معصومه قشقایی – راضیه غضنفری – بصیره حسن‌زاده – محبوبه باغبان – زهرا ارغیانی – سارا صفاییان – حسین امانی – جواد نوروزی – مجید مذهبی.

* با همت هیات کوه‌نوردی شهرستان کازرون

به میزبانی و حمایت مالی گروه‌های کوه‌نوردی آزادگان، مهرگان و ادارات شهرستان کازرون طبیعت غار تاریخی شاپور پاکسازی گردید.

هیات کوه‌نوردی با حمایت مسؤلین ادارات در یک روز پاییزی بسیار زیبا و با دعوت قبلی از گروه‌های کوه‌نوردی و ادارات دولتی و آحاد مردم با اطلاع‌رسانی توانسته‌اند در روز جمعه ۸۹/۹/۱۹ در یک همایش کم‌نظیر و با شرکت بیش از ۱۷۰۰ نفر از اهالی کازرون و گروه‌های کوه‌نوردی استان فارس مسیر تنگ چوگان تا غار شاپور را پاک‌سازی کردند.



* برگزاری نمایشگاه و همایش پاکسازی محیط زیست

طبیعت و کوهستان در ارتفاعات روستای قره خاچ دفتر انجمن کوه‌نوردان ایران (ماکو) و گروه فرهنگی، کوه‌نوردی یاران سبد داغی ماکو در یک اقدام بی‌سابقه و با شعار محیط پاک، زندگی پاک اقدام به برگزاری نمایشگاه، همایش، مسابقه حضوری و برنامه پاکسازی کوهستان و طبیعت نمودند. این برنامه که با همیاری گروه کوه‌نوردی ساوالان ماکو و اداره محیط زیست و مدیریت حوزه بانک ملی شهرستان ماکو برگزار گردید، مورد استقبال اقشار مختلف مردم و دوستداران طبیعت قرار گرفت. در این برنامه فرهنگی، ورزشی همچنین از مربی و ۳ نفر از دانش‌آموزان شهرستان ماکو که آثار هنری (نقاشی) آنها در سازمان بین‌المللی حفاظت از محیط‌زیست در کشور ژاپن (J.O.A) برگزیده شده بودند و همچنین از فعالان محیط زیست کوه‌نوردان منتخب و دوستداران طبیعت شرکت کننده در این برنامه با اهدای جوایزی توسط دفتر انجمن کوه‌نوردی ایران (ماکو) تقدیر و قدردانی شد.

* طی یک برنامه گروه کوه‌نوردی شهرستان رودسر

در تاریخ ۹ و ۱۰ دی ماه ۱۳۸۹ در فصل زمستان گام بر قله پر برف سماموس نهاد نفرات شرکت کننده در این صعود: حسین علی پاکپور – عیسی داداشی – مهدی نیک چهره – غلامرضا باقری – مجید شفقت (سرپرست) – علی شیخ مولایی – احسان تاجبر (تاج بر) – علیرضا جانبازی

* در آبان سال ۸۹ گروه کوه‌نوردی مخابرات استان اصفهان موفق به صعود به قله «بل» شدند.

موقعیت جغرافیایی قله بل: کوهستان بل در منتهی الیه جنوب شرقی رشته کوه عظیم زاگرس در استان فارس در جنوب شهرستان اقلید با چشم‌اندازی بسیار زیبا خودنمایی می‌کند. بلندترین ارتفاع این کوهستان قله بل ۴۰۵۰ متر می‌باشد که بلندترین قله کوه‌های استان فارس است. این منطقه دارای آب و هوای معتدل کوهستانی چهارفصل می‌باشد.

پوشش گیاهی منطقه بسیار متنوع بوده و گیاهانی از قبیل ارژن، گون، آویشن، جاشیر، کما، درمنه، کتیرا، پیاز کوهی، قارچ در فصل بهار و تابستان به چشم می‌خورد.

پوشش جانوری نیز شامل خرس، گرگ، روباه، خرگوش و پرندگانی مانند کبک و تیهو و گنجشک کوهی می‌باشد.

همنوردان این سفر: محمد نجفی – علی همتی – نبی‌اله تیموری – علیرضا مظاهری – غضنفر گوگونانی – جعفر سلیمی – منصور مختاریانپور – مرتضی شریفی – محمد احمدی – یوسف احمدی – رحمت‌اله یوسفیان – حمیدرضا محسنی نیا – مراد علی رنجبر – هوشنگ عباسی – محمدرضا منتظری – اصغر فتاحیان.

* ادامه اکتشافات غار زرین

غارنوردان هیات کوه‌نوردی استان زنجان در ادامه شناسایی بیشتر غار زرین با یک تیم ۱۶ نفره در دی ماه سال جاری اقدام به پیمایش غار کردند.

در این برنامه اکتشاف شعب جدید و نقشه‌برداری مورد نظر بود. در ادامه کار به یک دریاچه بسیار بزرگ برخورد کردند که نشان می‌داد در کف دریاچه چشمه‌ای و یا چشمه‌هایی قرار دارد. لازم به تذکر است این غار به علت وجود دهلیزهای بسیار و شرایط سخت عبور و لغزندگی بسیار شدید در طول مسیر یک غار حرفه‌ای برای غارنوردان خواهد بود و از تمامی دوستانی که از شرایط گفته شده در مورد تالار خاکستر و نحوه فرسایش آن اطلاعات و تحقیقی دارند ما را هم مطلع سازند.

نفرات شرکت کننده: خانم‌ها و آقایان : عبدی – نجفی – حسینی – قیداری – مرادی – حسین کریمی – امیرعلی نصیری – امیر پرویزی – محسن امانلو.



Azure Lakes

Within Alborz mountain range

Azure Lakes

Jafar Sepehri

University of applicant science and technology, Islamic Azad University

Tar and Hawir are two shinny and brilliant lakes located at the end of a meandering 12 km road within Alborz mountain range. The beautiful landscapes around them could make a quite feeling full of enjoyment at the visitors, and the calm sea wind from the west does work as a natural cooler all the year.

The surrounding mountains "Maz" (labyrinths), "Doberar" (two brothers), and "ZarinKouh" (Golden mountain) have raised about 500 meters height from the lakes' surface.

Although there are no trees around, but it is full of garden thyme, bush, and other plants. During spring all the area and even on the roads, the nice odor of flowers is smelled.

The trout fish has released about 45 years ago in the cool water of lakes, and now visitors may have a nice fishing during summer vacation.

Tar's length is around 1.5 km; about twice of Hawir's.

The lakes are fed mainly by the nearby springs. But precipitations and avalanches as the side resources should not be ignored. A narrow brook originated of Tar Lake, after passing through the maze of mountains leads to the Tar River. It is the summer quarter for tent dweller trib.

Besides, curious tourists may explore some ancient castles in Sistan valley (at the west side of the lakes).

July would be the best time to visit the lakes and have a look around.

The lakes located in the east of Damavand (city) in Tehran province (latitude: 51o:51', Longitude: 35o:43'). Visitors can get Tar Lake by car, but reaching Hawir Lake would be possible just by hiking.

People may drive through three different main roads to Tar Lake and then have to hike a dozen of narrow ways (in their choices) to get to Hawir Lake:

First of all, would be a main road from Damavand city to Eshtedar area - the old mine, and then directly to Tar Lake.

The next one, is a main road from Firoozkouh city to Delichi (roaring) River, and then to villages Yahar, Lipasht, Muomej, Dehnar, Hawir, and finally directly to Tar Lake.

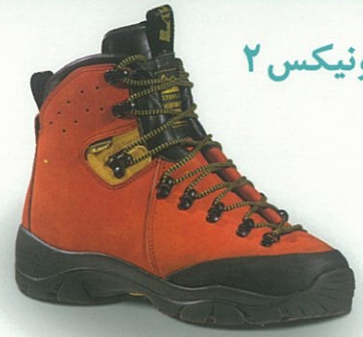
The last way is a road from Firoozkouh city to Sarbandan village, and then directly to Tar Lake.

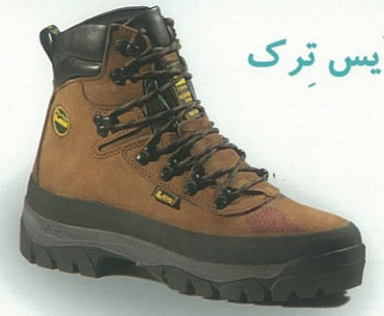
Spending a night near the lakes and experiencing the pure nature could be extremely memorable.

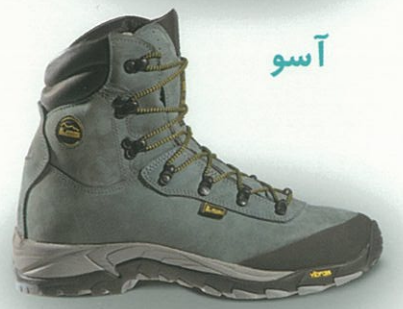
"Pioneers came back by the river,
With Arash empty quiver.
He was remain up on the mountains,
Forever to guide the passengers".■

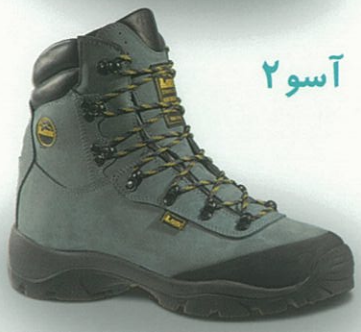
Mountain


شروین


فونیکس ۲


آیس تِرک


آسو


آسو ۲

Hiking


کوروش

سال نو مبارک

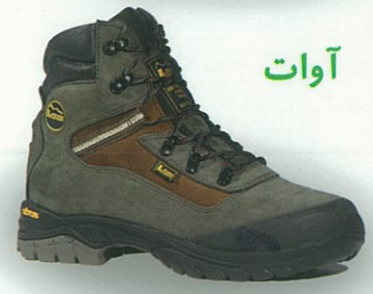
LAVAN

متفاوت در کیفیت
بی رقیب در اصالت

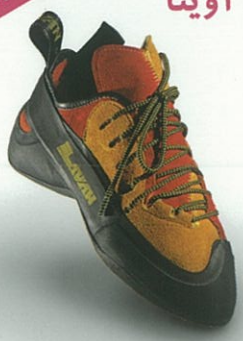
www.lavanshoes.com
info@lavanshoes.com
تلفن: ۰۲۱- ۵۵ ۸۹ ۸۱ ۳۶
۰۲۱-۵۵ ۶۳ ۴۰ ۲۰
فکس: ۰۲۱- ۵۵ ۶۰ ۳۱ ۴۴

Trekking


شوان


آوات

Climbing


آوینا


بهار


اسپایدر


هارمونی


لاوان


لیزارد


آرین

kelkerangin.com


بُنادک
فروشگاه تخصصی ورزش‌های کوهستانی
عرضه کننده لوازم
کوهنوردی ، سنگ نوردی ،
اسکی و کمپینگ
Shop Bonadak
deuter
adidas
CAMP
MAMMUT
MILLET
MOUNTAIN BY EXPERIENCE
LA SPORTIVA
simond
SALEWA
PETZL
primus.
BEAL
KOVEA
Raichle
uvex
FERRINO
Bonadak
نماینده محصولات
کفش بنادک
Bonadak
LOWA
Handcrafted in Europe
تهران : میدان منیریه
خیابان ولیعصر
نرسیده به چهارراه سپه
مقابل پاساژ تابان
شماره ۱۲۹۸
۶۶۴۰۵۷۰
تلفن : ۶۶۹۶۳۱۸۱
۶۶۹۶۵۸۵۰