

۸۴



فصل نامه

KOUH
Mountain Sport

سال بیست و یکم، پاییز ۹۵
بها: ۵۰۰۰ تومان



PLAYAR

Climbing, Trekking, Mountain



MODEL : KHumbu | خومبو
SOLE : vibram
LINING : Groe-texe



MODEL : RENEGADE | رنیگید
SOLE : vibram
LINING : Groe-texe



MODEL : Falcon | فالکون
SOLE : vibram
LINING : Groe-texe



MODEL : Elberus | البروس
SOLE : vibram
LINING : Groe-texe

تهران، خیابان ولیعصر، بالاتر از میدان منیریه روبروی خ صنعتی پور، پ ۹۲۳
همراه : ۰۹۱۲ ۳۱۰ ۲۶ ۴۶
تلفن : ۵۰ ۵۳ ۴۹ ۶۶

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

فصل نامه کوه

۸۴

تکاملی - آموزشی

سال بیست و یکم - پاییز ۱۳۹۵

.....

■ صاحب امتیاز و مدیر مسئول:

دکتر حسن صالحی مقدم

.....

فرم اشتراک: صفحه ۶۹

.....

■ زیر نظر شورای نویسندگان

با همکاری ارزنده هم‌نوردان: سید مرتضی موسوی،
مهدی شیرازی، نصراله فتوگرافی، همایون ریشه‌چی
که امکان انتشار فصل‌نامه را فراهم کردند.

.....

■ عکس جلد: خط ال‌راس دیو چال (محمد رضا مختاری)

.....

■ صفحه‌آرایی: زهره حسن‌بیگی

■ اشتراک و توزیع: ایران جوادپور

■ حروفچینی: شب‌نم شهبازی

.....

■ همکاران این شماره به ترتیب حروف الفبا:

پویا ابوطالبیان، مهندس منیژه برزگر، دکتر علیرضا بهپور، پوریا
بوجاریان، یوسف تقی‌ملایی، دکتر ابوالفضل جواد، حسین جوانی،
فواد حمیدی، طناز خسروی‌نژاد، رضا زارعی، جعفر سپهری، سید
واسع سیدموسوی، ابراهیم فرجی‌پور، مهندس هادی فوقانی،
غزل کمانگر، نیما فرید مجتهدی، سلمان محمدی، عباس
محمدی، میثم نوائیان، مهندس ابراهیم نوتاش، نوید هنرکار

با گرامی‌داشت یاد و خاطره تنی چند از پایه‌گذاران این

نشریه که دیگر در بین ما نیستند.

استاد جلیل کتیبه‌ای، مهندس وارطان زاکاریان،

مهندس شاپور صمصام، دکتر محسن محسنین،

مهندس مجید بنی‌هاشمی

طراحی و چاپ
نیک‌پردازان
تلفن: ۷۷۵۲۶۹۰۵

- ۲ ■ حرف اول
- ۴ ■ گشایش مسیری نو در سیاه‌سنگ‌های علم‌کوه
- ۱۲ ■ گزارش برنامه ۱۹۶۶ فرانسوی‌ها روی دیواره علم‌کوه
- ۱۸ ■ پیمایش کامل خط‌الرأس اشتراک‌کوه استان لرستان
- ۲۲ ■ کمتر و باملاحظه‌تر به دماوند صعود کنیم
- ۲۴ ■ کوه‌نوردی و مسابقات المپیک
- ۲۷ ■ اورست: روز تاریخی
- ۳۳ ■ گیاه‌خواری و کوه‌نوردی
- ۳۵ ■ انتخاب کوله‌پشتی مناسب
- ۳۸ ■ تغذیه مناسب برای سنگ‌نوردان
- ۴۰ ■ کاربرد نظام ارتباطی نشانه‌ها در روش‌های گوناگون صعود در کوه‌نوردی و هیمالیانوردی
- ۴۴ ■ ایمنی صعود حلقه‌های پستی هارنس با مقاومت کامل
- ۴۷ ■ گردشگری طبیعی ناپایدار عامل نابودی کوهستان
- ۵۰ ■ پیمایش خط‌الرأس قره‌داغ (دوبرار)
- ۵۷ ■ دنیای هشت‌هزار متری
- ۶۵ ■ محدوده‌ی نراق غارچال نخجیر - کوه ویلی‌جیا - آبشار گیسو - آسمان‌سنگ
- ۶۷ ■ مدیریت سانه در کوه‌نوردی
- ۷۰ ■ بوتان: سرزمین افسانه‌های زنده
- ۷۴ ■ کوتاه و خواندنی
- ۸۱ ■ اهمیت معنوی و فرهنگی کوه‌ها
- ۸۴ ■ نخستین گام آرش - آبشار کمرد
- ۸۶ ■ تیشتر - ایزدانوی آب آفرین
- ۹۰ ■ اهمیت گزارش نویسی در کوه‌نوردی
- ۹۲ ■ اخبار فدراسیون
- ۹۴ ■ اخبار انجمن کوه‌نوردان ایران
- ۹۶ ■ Dragon Temple

■ فصل‌نامه کوه‌نشریه‌ای است که به هیچ سازمان یا تشکیلاتی وابستگی ندارد. مطالب مندرج در فصل‌نامه کوه الزاماً
نظر نشریه نیست. مقالات و عکس‌های ارسالی به دفتر مجله، مسترد نمی‌شود.

■ فصل‌نامه کوه در چاپ، ویرایش و خلاصه کردن مقالات اختیار کامل دارد. نقل مطالب یا ذکر منابع مانعی ندارد. مطالب
را حتی المقدور تایپ شده و یا با خط خوانا، با رعایت فاصله خطوط و در یک روی کاغذ ارسال کنید و چنانچه ترجمه شده
است، کمی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید. مسئولیت صحت و سقم مطالب به عهده نویسنده است.

■ گزارش معرفی مناطق کوه‌نوردی و یا خط‌الرأس‌ها حتماً با کروکی و عکس همراه باشد تا امکان استفاده از آن برای
دیگران فراهم گردد.

■ فصل‌نامه کوه از درج گزارش‌های داخلی که تکراری و مربوط به سال‌های پیش است، معذور است.

■ صحت و سقم مطالب آگهی‌ها به عهده آگهی‌دهنده است.

پست الکترونیکی: faslnameyekouh@yahoo.com

تلفن: ۲۲۷۱۲۸۱۶ و ۲۲۷۴۵۳۵۴ نامبر: ۲۲۷۱۲۸۱۷

نشانی: تهران، صندوق پستی: ۱۹۶۱۵/۹۳۸

حرف اول

قدیمی‌ها، سنگسوت‌ها و مربی‌ها

زنده‌یاد «نادر ابراهیمی»^۱ از مربیان و پیش‌کسوتان سال‌های نه‌چندان دور در مراسم اهدای احکام مربیان پیش‌کسوت فدراسیون کوهنوردی سخنان جامعی ایراد کرد که بسیار دلنشین بود. حال که بیش از بیست سال از آن روزها می‌گذرد بیراه ندیدیم که حرف اول را به زیوروش دوباره بیاوریم^۲، نه از این بابت که گوش شنوایی یا صاحب‌دلی یا دستی بر آب و آتش بیابیم؛ تا نا اهلان را مانعی و اهلیتی دهد که دیر زمانی است از این مقوله ناامید گشته‌ایم و به نیکی می‌دانیم بیش از ۷۰۰ سال پیش مولانا با چراغ به گرد شهر می‌گشته و انسانش آرزو بوده است و ما امروز که سراسر جهان در اشغال دیو و ددان است چه خامیم و چه بیهوده انتظاری.

و از سویی دیگر نه برآنیم که آب رفته به جوی آید و کوه‌هایمان از اشغال اشغالگران از هر شکل و نوع و فرم درآید^۳. فقط خواستیم یادی از او کرده باشیم و نگرش زیبایش در باره چند موضوع.

دکتر حسن صالحی‌مقدم

یقیناً جایی باید وجود داشته باشد که بچه‌های ما از دود و دم و فساد و تباهی بگریزند و به آن‌جا پناه ببرند....

جایی باید باشد که انسان دل‌بسته به سلامت جسم و روح، در آن‌جا، رو به خداوند فریاد بکشد: «خدایا به دادمان برس! خفه‌مان کردند. با فضای آلوده، با دل‌های آلوده، با روح آلوده، لااقل این تکه‌سنگ‌های سر برافراشته به سوی آسمان را برای ما نگه دار.

خداوندا کوهنوردان و کوه‌پیمایان و عاشقان طبیعت، بندگان با ایمان تو هستند. حمایت‌شان کن! قدری حمایت‌شان کن!

زمین ورزش ما را، دیوانه‌وار و حریصانه تباه می‌کنند، و ما ایستاده‌ایم، خاموش و مظلوم و دلشکسته نگاه می‌کنیم و ما سر به زیر و نجیب عقب می‌نشینیم و در دل خویش گریه می‌کنیم؛ نه به خاطر خودمان که دیگر برای‌مان، نه ریه‌ای مانده، نه قلبی و نه روح پُرنشاطی؛ بلکه به خاطر بچه‌ها که می‌توان امید داشت که ریه‌های‌شان، قلب‌های‌شان، و ارواح نازنین و بلورین‌شان، قدری تمیز باقی‌مانده باشد و بماند.

ما نباید از بچه‌های‌مان بخواهیم که دایماً به آینده فکر کنند و همه برنامه‌های خودشان را با آینده‌نگری تنظیم کنند و امروز عذاب بکشند به خاطر فردای بی‌عذاب، و امروز غمگین باشند به خاطر فردای شادمانه.

هر کودکی که حال را باطل می‌کند، به هر تقدیر، آینده‌ی خوبی هم نخواهد داشت.

مکتب تربیتی «امروز رنج بکش تا فردا خوشبخت شوی» یک مکتب

شهرها را، مطلقاً، نمی‌توان به کوه و کوهستان تبدیل کرد، اما کوه و کوهستان را به آسانی می‌توانند به شهر مبدل کنند، و این روند مصیبت‌زدگی انسان عصر ماست.

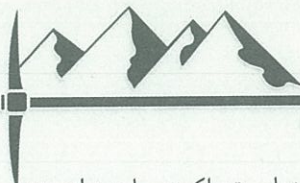
با چشمان ساده غیرمسلح نگاه کنید و ببینید که شهرها، چگونه، پاورچین پاورچین "همچون راهزنان" از کوه‌ها بالا می‌آیند تا راه تنفس آسوده انسان‌ها را ببندند؛ همان راه مختصر را.

هزار بار گفته‌ایم، به خدا بیش از هزار بار، که کوه، زمین ورزش ماست؛ زمین ورزش یک ملت است که هنوز هم برای حفظ تهمانده سلامت‌ش مبارزه می‌کند.

به ما بگویند که حریم ما کجاست؟

ما مثلاً ورزشکاریم. خیلی هم جدی هستیم. تعدادمان هم از تعداد ورزشکاران همه رشته‌های دیگر بیشتر است. ورزش‌مان هم یک ورزش خدایی است. ورزش کوه‌نوردی، ورزش آبرومندی است. پس، زمین ورزش ما کو؟ چرا آمده‌اید وسط زمین ورزش ما ایستاده‌اید سیگار می‌کشید؟ تریاک می‌کشید؟ و چرا با سنگ و سیمان و آجر و آهن، به آن حمله کرده‌اید؟ چرا با همین جنگ‌افزارهای نابودکننده‌تان، به زمین‌های فوتبال حمله نمی‌کنید؟ چرا روی میز پینگ‌پنگ نمی‌نشینید و سیگار نمی‌کشید؟ این قصه‌ی غم‌انگیز زمین ورزش ماست.

حال آن‌که حیات ما، در این حد از آلودگی هوا، مسلماً به کوه بسته است. لااقل، حیات نسلی که در راه است.



زمان، پیشکسوت را پیشکسوت نکرده است، بلکه مبارزه درازمدت برای پیروزی بخشیدن به ورزش مقدس کوهنوردی و افزودن بر تعداد کوهنوردان و سرمایه از جان و دل گذاشتن برای گسترش این ورزش، پیشکسوت را پیشکسوت کرده است.

به این ترتیب، می‌شود گفت که هزار کوهنورد واقعا قدیمی در ایران امروز ما وجود دارد، شاید منصفانه و عادلانه، بیست تا سی‌تای‌شان پیشکسوت باشند و یا حدیثیتر پنجاه‌تای آن‌ها.

ما قدیمی‌ها نباید از این مسأله، خیلی برنجیم و خجالت بکشیم، اما راستش، خوب هم نیست که اصلا نرنجیم و هیچ خجالت نکنیم. اگر این‌طور باشد که بیشترین کوه‌پیمایان به قدیمی بودن رضا بدهند و خجالت نکنند و حتی خودشان را در حد پیشکسوت متوقف کنند و با مسایل فنی آشنا نشوند، در واقع، ورزش کوهنوردی ما پشتوانه نخواهد داشت، تاریخ زنده و پویا نخواهد داشت، ریشه نخواهد داشت و آینده نخواهد داشت. یک عده می‌آیند، می‌روند به کوه، قدیمی می‌شوند، کهنه می‌شوند و از گود، می‌روند بیرون، و هیچ یادگاری یا ردپایی از خود باقی نمی‌گذارند این احساس یعنی احساس بس بودن، ورزش کوهنوردی را به مخاطره خواهد انداخت و آن را از تعالی و تکامل بازخواهد داشت.

و این، اگر خیانت نباشد، مصیبت است چون فساد و آلودگی در حال پیشرفت است، اما ما سنگ‌های استواری برای مبارزه با آن نساخته‌ایم. چاره‌ای نیست، ما باید که پل ببندیم "حتا با تن خویش و روح خویش" برای آن که بچه‌ها شادمانه از حال خوش به آینده خوش‌تر بروند؛ چراکه ما هنگام فراخوان آن‌ها به این جهان، به ایشان وعده ظلم و ظلمت و فساد ندادیم. ما به ایشان نگفتیم که بیایید در متن دود و درد زندگی کنید. پس، آن مقدمات طولانی، عاقبت به کار آمد. ما باید که حافظ حریم زمین ورزش خود باشیم و با تمامی غیرت و همت و کارآمدی و اعتقاد خویش به سلامت انسان و به خصوص سلامت بچه‌ها، از این حریم دفاع کنیم. ما نباید به «قدیمی بودن» قناعت کنیم و فخر «قدیمی بودن» بفروشیم.

ما باید به هر ترتیب که ممکن و مقدور باشد از مرحله «قدیمی بودن» به مرحله پیشکسوت بودن بپیاییم؛ یعنی کارمان فقط و فقط کوه رفتن و لباس کوه پوشیدن نباشد. این دیگر فایده‌ای ندارد. ما باید برانگیزیم، شور و حال ایجاد کنیم، گروه راه بیندازیم، کودکان و نوجوانان و جوانان را به ارتفاعات بکشانیم؛ به بالای فضای آلوده شهرها. لذت کوه را به آن‌ها به‌چشانیم. اسباب نشاط و شادمانی‌شان را در کوه فراهم آوریم. سیگار و هروئین و حشیش و سایر کثافات را از دست‌شان بگیریم و دور بیندازیم. روزنامه منتشر کنیم، جزوه و مقاله بنویسیم و کتاب چاپ کنیم، از جان مایه بگذاریم؛ یعنی به زندگی خودمان هم معنا و اعتبار بدهیم؛ یعنی از مقام گل‌دان قدیمی بودن به مقام مرشد و هدایت‌کننده و پیشکسوتی برسیم، و از آن‌جا هم، با همزمان شدن با فنی‌کاران روز و آشنا شدن با کوهنوردی نوین و ایجاد رابطه با اصول و مسایل کوهنوردی امروز، لااقل از جهت نظری، وارد مرحله مربی‌گری بشویم، و آخرین و اساسی‌ترین نکته این‌که: لازمه قطعی و تردیدناپذیر پیشکسوت شدن و مربی شدن و مرشد و هادی شدن، داشتن ایمان است؛ ایمان به مبدأ و مقصد. ایمان به چیزی بزرگ‌تر، بنیادی‌تر و معنوی‌تر از این زندگی چند روزه بی‌اعتبار رو به فساد. کوهنورد واقعی و کامل کسی است که مؤمن به وجود مبدأ و مقصد باشد. همان‌طور که این‌جا، در مبدأ خاکی، چراغی می‌افروزد، نوری را هم بالای قله‌های حیات، احساس کند، و همان نور ازلی و ابدی، هادی و راهنمای او باشد.

ما پرچمدار سلامت جسم و روح انسانیم. حیف است که به دلیل ضعف و به بهانه‌های حقیر، این پرچم را بر خاک بیندازیم ■

تربیتی استعماری است. این مکتب، بچه‌های مظلوم ما را به درد کشیدن و تو سری خوردن و مطیع و امربر بودن معتاد می‌کند، و مشقت را به عنوان سرنوشت و مقدر، به ایشان می‌قبولاند. بچه‌ها، باید در حال زندگی کنند. این وظیفه بزرگ‌ترهاست که به آینده فکر کنند و زمینه‌های حضور بچه‌ها را در آینده‌ای سرشار از نشاط، تدارک ببینند.

ما اگر بخش عمده یا قابل توجهی از ذهن‌مان را به آینده واگذاریم و در کنار هر خشتی که برای حال می‌گذاریم، خشتی هم به خاطر فردا بگذاریم، و همان‌قدر که در اندیشه‌ی شادمانی در حال هستیم در اندیشه‌ی شادمانه زیستن فرزندان‌مان نیز باشیم، با این مقدمه می‌پردازیم به اصل مطلب.

ما در ورزش کوهنوردی، با سه گروه از پا به سن گذشته‌ها یا پیران دیر یا کسانی که سالیان سال به این ورزش مشغول بوده‌اند روبرو هستیم:

اول، قدیمی‌ها

دوم، پیشکسوت‌ها

سوم، مربی‌های کهنه‌کار

مسأله‌ای اساسی ما این است که اگر تداخل پیش بیاید و تفاوت‌های عمده‌ی میان این سه گروه مشخص نشود، فایده و اعتبار حضور این سه گروه از میان می‌رود و آنچه باقی می‌ماند صرفا آشفتگی است.

قدیمی

قدیمی، یعنی کسی که مدت زمانی است طولانی و یا نسبتا طولانی که کوهنوردی می‌کند. ورزش کوهنوردی را قبل از خیلی‌ها که اکنون میدان‌دار هستند شروع کرده و تا به حال هم "بی‌سر و صدا" ادامه داده. قدیمی یعنی کسی که گرد قدیمی بودن روی موهایش نشسته ولی هنوز هم با لباس مرتب کوه، با کوله، و حتی کلنگ به کوه می‌آید. گاهی، مختصر بادی هم البته به غنیمت می‌اندازد.

مسأله، اما از آن‌جا آغاز می‌شود که در واژه «قدیمی»، هیچ حسی از یابوری و مدرسانی و ارشاد و راهنمایی وجود ندارد. یک گل‌دان قدیمی، کاری نکرده الا این‌که به گذر زمان، تن سپرده و نشکسته؛ یعنی، زمان، او را قدیمی کرده، و خودش، اراده‌ی به قدیمی شدن نداشته و چه بسا که تمایلی هم به قدیمی شدن بروز نداده. گل‌دان قدیمی، قیمتش و احترامش به اندازه قدیمی بودن است نه بیش از آن.

ما، هر چیز قدیمی را دوست داریم. بالای تاقچه یا پشت شیشه می‌گذاریمش، برایش عزتی و حرمتی قائلیم، می‌پاییم که زمین نیفتد، نشکند، ترک برندارد... یادگار است دیگر. عزیز است. قدیمی اگر جار هم نزنند موی سپیدش نشان می‌دهد که قدیمی است؛ نوع راه رفتن، نگاه کردن، خندیدن، خم و راست شدن و مختصری هم تفاخر کردنش اما، با همه‌ی این احوال، «قدیمی»، کاری نکرده که قدیمی بشود، روزگار او را قدیمی کرده، شاید هم بد روزگار... .

پیشکسوت

اما «پیشکسوت»، کسی است که نخست در آغاز کردن، یعنی اراده کردن به شروع یک عمل، مثلا قله‌نوردی، غارنوردی، فنی‌کاری، یخنوردی و مانند این‌ها، پیش‌قدم بوده؛ یعنی اراده کرده که پیش‌قدم باشد. مثل قدیمی تا پایان کار، یا تا آن‌جا که در توان داشته، در میدان تجربه و عمل و اقدام مانده، و یا یک پیروزی نیم‌بند، کنار نکشیده مهم‌تر از این دو، پیشکسوت کسی است که دیگران را با شور و حرارت، به راه خود فراخوانده و برانگیخته است. این تفاوت عمده و اساسی یک «پیشکسوت» با یک «قدیمی» است.

پیشکسوت، مبلغ سرسخت راهی است که می‌رود و پیوسته، همگان را به قدم نهادن در این راه "که طریق پاکی است و سلامت" تشویق می‌کند.

۱ - از بنیان‌گذاران گروه کوهنوردی ایرمرد.

۲ - این سخنان به‌عنوان حرف اول در شماره ۲ فصل‌نامه، در سال ۱۳۷۵ به‌طور کامل چاپ شد.

۳ - در نگاه ما همه کسانی که کوه‌ها را با اشکال مختلف تصاحب کرده و بی‌رویه بهره‌برداری می‌نمایند و زیاده‌اشان را در هر جا و مکانی رها می‌سازند، اشغال‌گرند.

گشایش مسیری نو در سیاه سنگ های علم کوه

دوم تا چهارم مهر ماه ۹۴ مسیر «باشگاه تهران»

نفرات شرکت کننده: مهران امیری (سرپرست)، نوید هنر کار و حسین صالحی

گزارش از: نوید هنر کار

مقدمه

همه چیز از یک صعود ناکام در منطقه علم کوه شروع شد، منطقه ای که بسیاری آن را هیماالیای ایران می دانند. می دانستیم که به دنبال چه می گردیم. برنامه ای نو، مسیری نو و صعودی جدید در سطح توانایی های خودمان نه بیشتر! شروع به پرس و جو از افراد و کوهنوردانی که نسبت به این منطقه اشراف کامل یا نسبی داشتند، کردیم. هر کس مسیری را در نظر داشت ولی یا آن مسیر قبلا به دفعات صعود شده بود و یا ویژگی مسیری مورد نظر ما را نداشت. در یکی از این پیشنهادات به مورد قابل توجهی برخورد کردیم؛ «دهلیزهای فرعی سیاه سنگ ها». شروع به جمع آوری، تحلیل و بررسی اطلاعات، گزارش برنامه ها و یا هر فعالیتی در مورد دهلیزها و مسیرهای مختلف مابین سیاه سنگ ها تا مسیر استاد جلیل کتیبه ای کردیم. عکس های متعددی از مسیرهای مختلف مابین قله شاخک ها تا قله سیاه سنگ ها گرفتیم. با بررسی عکس ها، مسیری نظر ما را به خود جلب کرد. مسیری که از ابتدای دوراهی اول دهلیز غربی شروع و به موازات این دهلیز تا بالا ادامه می یافت. ابتدا به نظرمان بلندپروازانه و غیرقابل دسترسی به نظر می رسید ولی با انگیزه و اعتماد به نفسی که در خود می دیدم ترجیح دادیم که بخت خود را در این تلاش بیازماییم. نمی خواهم بگویم موفقیت در این صعود برایمان کم اهمیت بود، ولی تجربه ای که از این تلاش به دست می آوردیم بی شک به شکلی دیگر خود یک موفقیت بود.

اقدامات صورت گرفته در راستای اجرای صحیح برنامه:

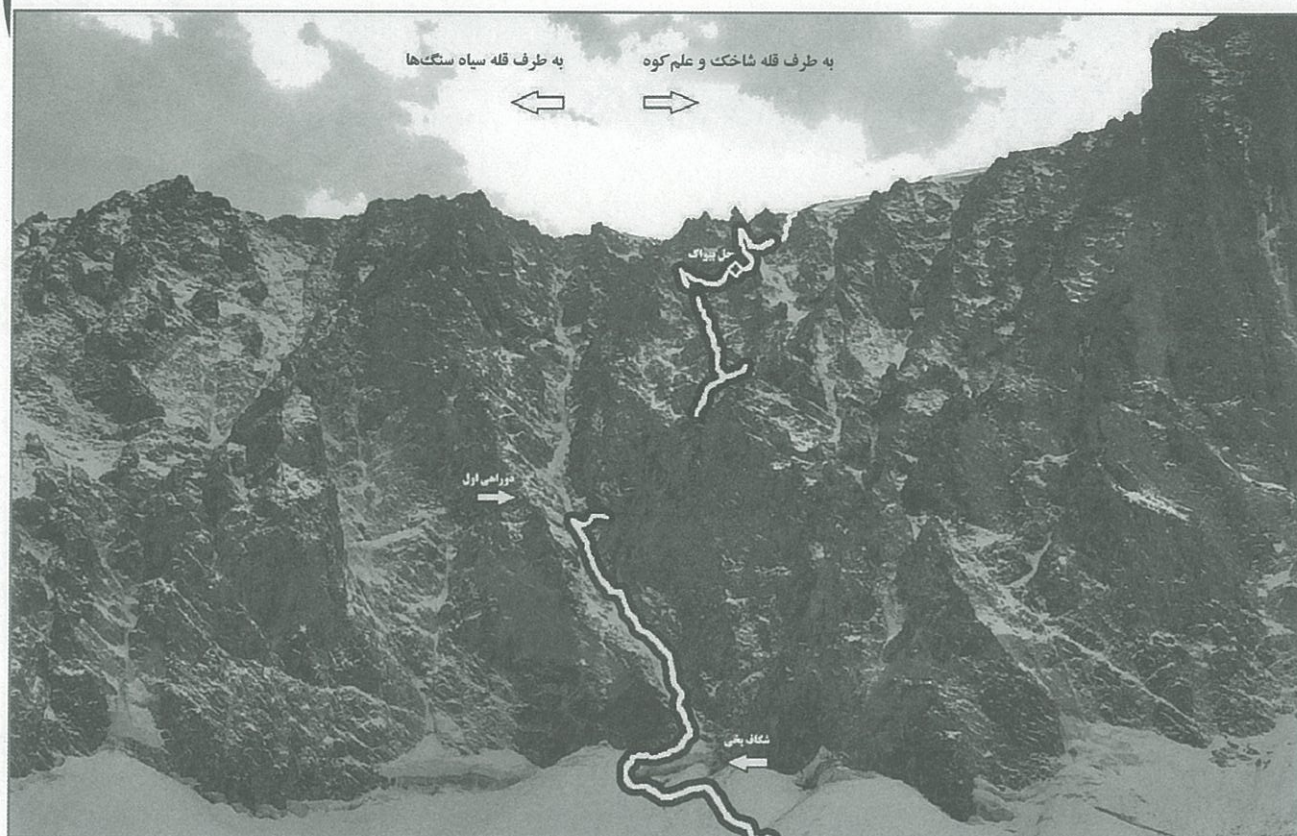
با توجه به عکس ها و اطلاعاتی که از فصول مختلف این مسیر داشتیم می دانستیم که کار طاقت فرسا و مشکلی در پیش رو داریم. کراکس های احتمالی، نقاط و شرایطی که می توانست برایمان مشکل ایجاد کند را بررسی کردیم. مشکلات را به دودسته پیش بینی شده و پیش بینی نشده تقسیم کردیم. سعی داشتیم تا جایی که ممکن است قبل از ورود به منطقه مشکلات دسته اول را رفع کنیم تا در صورت مواجهه با دسته دوم غافلگیر نشویم.

یکی از مشکلات احتمالی انحراف از مسیر تعیین شده بود بنابراین یک نفر از تیم سه نفره ما باید از علم چال با بی سیم برای تیم روی عکس ها و نقشه هایی که از قبل تهیه کرده بودیم برای تیم می خواند تا تیم در حد امکان از مسیر در نظر گرفته شده منحرف نشود. حسین صالحی عزیز در کمال از خودگذشتگی قبول کرد از کف علم چال تیم را هدایت کند. مشکل بعدی سنگینی کوله صعود برای انجام چنین برنامه ای بود زیرا با در نظر گرفتن این که مسیر صعود نشده بود، نمی دانستیم چه تعداد و چه نوع میخ، ابزار میانی و... با خود همراه داشته باشیم بنابراین تلاش کردیم تا حد ممکن با تجهیزات کامل در مسیر قرار گیریم. مشکل دیگر نوع برفی بود که

در مسیر وجود داشت. در مسیر پیش بینی شده ما دهلیزهای متعددی وجود داشت و عبور از آن ها مستلزم ثبات نسبی برف و اتصالی خوب به لایه زیرین بود، ولی اگر غیر از این بود مسیر صعود باید تغییرات اساسی می کرد و مسیری دیگر جایگزین می شد و این مورد جز با قرار گیری بر روی برف و لمس آن از نزدیک تا حد زیادی ممکن نبود. مشکل دیگر تردید در صعود کامل مسیر در یک روز بود زیرا می دانستیم قطعا در مسیر با مشکلات پیش بینی نشده بسیاری برخورد خواهیم کرد که سرعت صعود را خواهد گرفت بنابراین کاپشن پر، جوراب پر، دستکش و کلاه ضخیم و گرم با خود برداشتیم تا در صورت بیوای احتمالی، آمادگی تقریبی داشته باشیم و این باز هم یعنی افزایش وزن کوله!

با آگاهی از شرایط مناسب جوی در آخر هفته، یکم مهرماه ساعت ۱۶ با دو دستگاه خودرو شخصی از جاده فشم رهسپار رودبارک می شویم و حدود ساعت ۲۱ به قرارگاه رودبارک می رسیم. در این برنامه علاوه بر گشایش مسیر، بارگذاری برنامه زمستانی هم در نظر بود بنابراین باید وسایل و تجهیزات زمستانی را در درون بشکتهایی که از قبل به همین منظور تهیه کرده بودیم تقسیم کرده تا فردا صبح ساعت ۶ به وسیله قاطر ها از قرارگاه وندارین به بالا حمل شوند.

ترجمه و ژورنال انتشار مجله از ابتدا تاکنون پرمیثای ۹۶ صفحه متن سیاه و سفید است. آگهی های رنگی فاقد شماره صفحه است.



روز شمار برنامه:

روز اول (پنجشنبه دوم مهر):

ساعت ۶:۳۰ بامداد حرکت خود را به سمت سرچال شروع می کنیم. ناگهان قاطرها با قاطرچی را می بینیم که با سرعتی باورنکردنی از کنارمان عبور می کنند! به سمت علم چال حرکت می کنیم و بعد از ۳ ساعت به منطقه مورد نظر می رسیم. با دیدن اولین منظره از مسیر مد نظر، هیجان خاصی به ما دست می دهد. بارش جدیدی که در چند روز گذشته داشته ایم، مسیر و دهلیزها را تا حدودی سفید پوش کرده است. تصمیم می گیریم کمپ خود را برقرار کنیم. دیواره علم کوه شاخک، یخچال های کف علم چال، برج های کوچک و بزرگ در سیاه سنگ ها و مسیرهای فرعی اش، عجب هیبتی دارند!

راستش، ابتدا مسیر را کمی ترسناک می دیدم و با توجه به تغییر زاویه دید، هرچه به سمت غرب حرکت می کردیم ترسناک تر می کرد ولی به خوبی می دانستم که داشتن روحیه بالا و اعتماد به نفس قوی تیم در این نوع برنامه ها بسیار اهمیت دارد بنا براین مدام به بچه ها می گویم چیزی ندار! به راحتی از پشش برمی آیم! قبل از تاریکی هوا و یخ زدن آب از جوی های آبی که حاصل ذوب شدن برفهاست آب برمی داریم. از آنجا که فردا فرایند اصلی صعود آغاز می شود، امشب باید غذا و مایعات زیاد مصرف کنیم ولی با توجه به سردی که دارم نمی توانم به خوبی خوراک بخورم. نمی دانم علت این سردرد عجیب، ارتفاع است یا استرس! با توجه به صعودهای مکرر به دماوند در هفته های قبل غیرمنطقی است، به هرحال بعد از تقسیم وسایل فنی و مرور مجدد کارهای فردا به درون کیسه خواب رفته و استراحت کنیم.

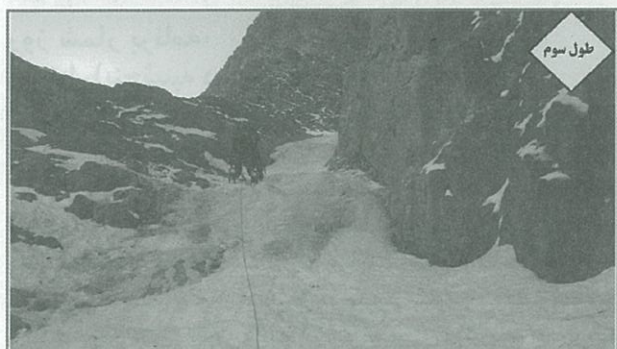
روز دوم (جمعه سوم مهر)

ساعت نزدیک به ۴ صبح است که با صدای مهران از خواب بیدار شده و مشغول جمع و جور کردن وسایل مان می شویم. قرار بر این است که حسین از پایین با بی سیمی که در اختیار دارد و عکس هایی که از قبل از زوایای مختلف گرفته ایم با ما در ارتباط باشد و مسیر را برای ما بخواند. ساعت ۵:۳۰ دقیقه در حالی که هوا تاریک است، حرکت خود را به سمت ابتدای دهلیز شروع می کنیم. بعد از حدود یک ساعت به محل مورد نظر رسیده و به سرعت خود را تجهیز می کنیم و در ساعت ۷:۳۰ دقیقه به سمت شکاف یخی ابتدای دهلیز راه می افتیم.

با گذشت نیم ساعت به شکاف می رسیم. شکافی که از نزدیک بسیار بزرگتر و البته زیباتر است. واقعا زیباست. به دنبال راهی برای عبور از آن می گردیم.

با توجه به عرض زیاد شکاف، از پایین نمی شود روی آن سوار شد و باید آن را دور زد. به نظر می رسد در بالای شکاف راهی وجود داشته باشد. بله درست است. دقیقا شکاف زیر پای ما قرار دارد و باید حواس مان باشد طناب در درون شکاف سر نخورد زیرا با توجه به سنگ های متعدد و تیزی که در دو طرف آن وجود دارد احتمال لایخ شدن طناب بسیار زیاد است.

اولین کارگاه را بر پا می کنیم. کارگاهی که از یک منقار سنگی گرفته شده و تبریح لایخ شده در شکاف به عنوان پشتیبان آن است. کارگاه مطمئن و قابل اعتمادی است. مهران را حمایت می کنم تا بعد از صعود، کارگاه دوم را ایجاد کند. صعود می کنم! صعود کن! این جمله ای است که بارها در طول مسیر رد و بدل می شود. ۳ متر بالاتر شکافی کوچک قرار دارد که به راحتی از آن عبور کرده و رسماً وارد دهلیز اصلی می شوم.

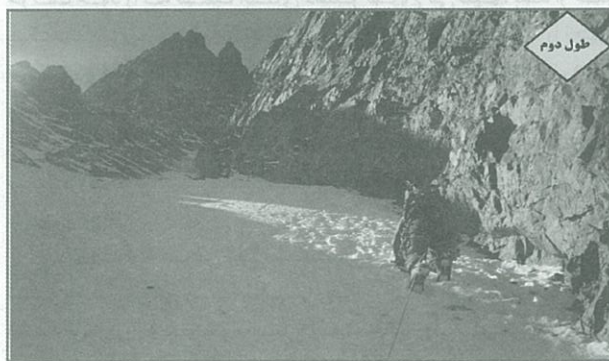


کارگاه پنجم از یک منقار سنگی که در سمت راست دهلیز سنگی است گرفته می‌شود و برف به صورت پراکنده در طول آن وجود دارد.



از این جا به بعد نه ما روی مسیر دید داریم و نه حسین از پایین روی ما! مهران را روی بدن حمایت کرده تا طول پنجم هم شروع شود.

در طول عبور از دهلیز اصلی، حرکت خود را به سمت راست دهلیز متمایل می‌کنیم تا از دیواره کناری میانی بگیریم زیرا برف دهلیز آن قدر متراکم نیست که بتوان با پیچ یخ میانی گرفت. در مسیر میانی که توسط فرند گرفته شده بود راه باز کرده و ادامه مسیر می‌دهیم. کارگاه دوم منقار سنگی نسبتاً مطمئنی است که در وسط دهلیز قرار دارد.



حدود ۱۰ متر بالاتر از کارگاه سوم، شیب یخی به طول حدود ۱۵ متر است. با ایجاد یک میانی توسط پیچ یخ، از آن عبور کرده و کارگاه چهارم را به طول ۴۰ متر که شامل یک کیل و یک فرند است در ابتدای دو راهی ایجاد می‌کنیم.

به نظر ابتدایش مشکل خاصی ندارد و به راحتی می‌توان وارد آن شد. مهران هم همین نظر را دارد و با اندکی کاهش ارتفاع وارد آن می‌شویم. در ظاهر از این جا به بعد دست به سنگ‌ها و صعود ترکیبی شروع خواهد شد.

روی همان تبر یخ و کیلی که نشسته‌ام مهران را حمایت می‌کنم تا طول ششم شروع شود. بعد از طی نیمی از مسیر، مهران به معبر سنگی می‌رسد که مجبور است بدون کوله از آن عبور کند بنابراین از سنگی در سمت چپ خودش یک میانی می‌گیرد و کوله را توسط آن مهار می‌کند.

دیگر مهران در دید من نیست و مجبوریم از طریق کشش طناب با یک‌دیگر ارتباط داشته باشیم. بعد از ۲۰ دقیقه فریاد ضعیف مهران را می‌شنوم که می‌گوید صعود کن. صعود می‌کنم! به میانی و کوله مهران می‌رسم که مجبورم با گره خود حمایت کوله را به طناب وصل کرده و در بالا کشی آن کمک کنم. هم‌زمان هر دو کوله را به سمت بالا می‌کشیم.

سرانجام کوله را عبور می‌دهیم و به کارگاه می‌رسم. کارگاه هفتم را یک میخ برگه‌ای کوبیده شده و یک کیل تشکیل می‌دهد که به نظر ایمن و قابل اعتماد است. امیدواریم که کراکس مسیر همین طول هفتم باشد ولی انگار مسیر پیش روی ما چیز دیگری می‌گوید. مجبوریم بدون فوت وقت ادامه مسیر بدهیم. طول هفتم شامل گردهای سنگی و دهلیزهای برفی - یخی با شیبی در حدود ۵۰-۶۰ درجه است که با کوچک‌ترین تحرکی، دسته‌ای از سنگ‌ها و برف‌های پودری به سمت حمایتچی سرازیر می‌شود.

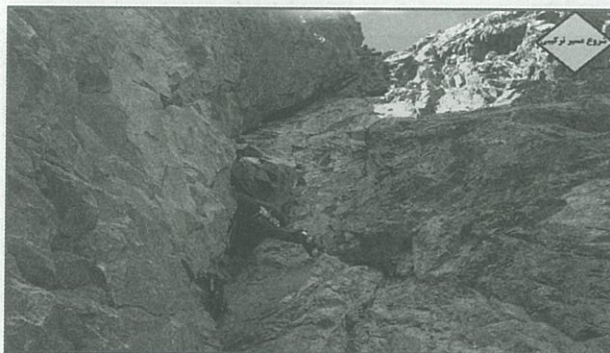
باید در طول مسیر از میانی‌های زیادی استفاده کرد ولی انگار جز یک مورد، جایی برای میانی گرفتن نیست و فقط باید به خود و توانایی‌ها خود متکی بود! در این بین دایم از حسین در مورد مسیر سؤال می‌شود تا منحرف نشویم. سرانجام این طول ۵۰ متری پر استرس به پایان می‌رسد. کارگاه آن (طول هفتم) یک میخ برگه‌ای است (که تنها ۳-۲ سانت آن به داخل شکاف رفته است) و یک کیل که بسیار خطرناک و ناپایمن است. تا این‌جا مسیر، سخت‌ترین قسمت، طول هفتم است. ساعت ۱۵:۳۰ است که به وضوح سرمای هوا بیشتر شده و باید سرعت را بالا ببریم، ولی با توجه به ناشناخته بودن مسیر و ریزشی بودن سنگ‌ها که اجازه گرفتن میانی و کارگاه ایمنی را به ما نمی‌دهند، این کار امکان‌پذیر نیست. در طول مسیر جز یکی دو مورد، نتوانستیم انرژی و آب از دست داده را جبران کنیم به همین خاطر خسته به نظر می‌رسیم. طول هشتم به ناچار درحالی‌که کارگاه پایین بسیار خطرناک است ادامه داده می‌شود و چند متر بالاتر به دیواره‌ای سنگی برخورد می‌کنیم که به نظر عبور از آن با کرامپون و تبر یخ ممکن نیست!

از حسین در مورد ادامه مسیر سؤال می‌شود و می‌گوید کمی پایین‌تر به سمت راست منحرف شوید، ولی آن چیزی که ما می‌دیدیم متفاوت است. با وجود کارگاهی نامطمئن نمی‌توانیم خطر فرود را بپذیریم و در درجه بعد با وجود نزدیکی ما به صحنه، منطقی‌تر ترافرس از همان نقطه به سمت شمال غربی (راست) بود. حرکت عرضی روی سنگ با شیب زیاد و با کرامپون بسیار خطرناک است. هردو از این موضوع با خبریم ولی چاره‌ای جز عبور از این قسمت نیست. باز هم عبور با کوله برای نفر سر طناب کاری بسیار سخت و خطرناک است. قرار می‌شود که مهران کوله را جا گذاشته و بعد از برقراری کارگاه، من مثل قبل در بالا کشی کوله کمکش کنم، ولی در این‌جا بالا کشی مفهومی ندارد و نفر آخر باید کوله را روی مسیر تراورسی بکشد که از حیث منطق، خطرناک و غیر قابل قبول است، ولی آدمی در برخی موارد به منظور حفظ جان و عبور از مهلکه، مجبور به عدول از چارچوب منطق و اصول ایمنی می‌شود.

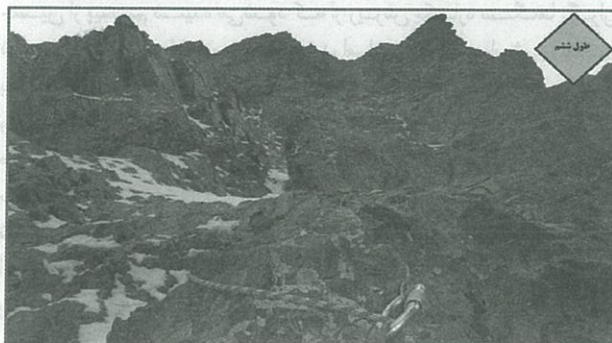


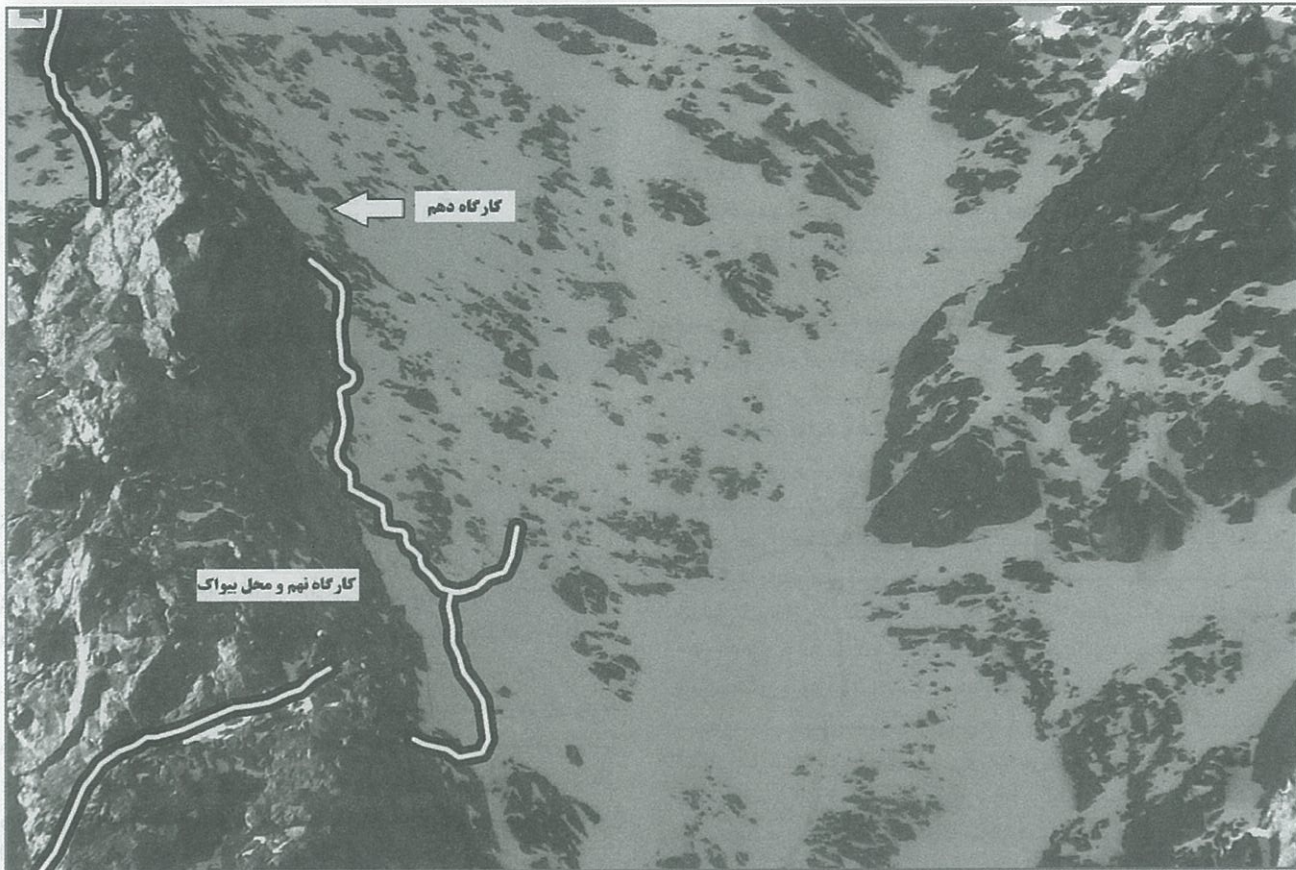
سنگ! سنگ! چند متر بالاتر سنگی از زیر پای مهران غلتان و با سرعت به سمت من می‌آید و با جاخالی به موقع من به خیر می‌گذرد. بعد از ده دقیقه مهران فریاد می‌زند صعود کن. این طول ۴۵ متری شامل یک دهلیز باریک ریزشی و یک دهلیز باریک برفی با سه میانی است. کارگاه ششم تنها از یک کیل و لاخ تبر یخ تشکیل شده است! کارگاهی نامطمئن و خطرناک. کارگاه ششم را رد می‌کنم و چند متر بالاتر در پیش روی مسیری چندگانه را داریم.

ابتدا توسط یک کیل و لاخ تبر یخ در شکاف، میانی می‌گیرم تا هم مهران را حمایت کرده و هم نفسی چاق کرده و نوشیدنی گرمی بنوشیم. مسیر سمت راست که دارای شکافی عمیق و سنگ‌های ریزشی و خشک است را انتخاب می‌کنیم ولی گویا مسیر سنگینی است و با کرامپون و تبر یخ نمی‌توان از پیشش برآمد.



مجبوریم مسیری دیگر را انتخاب کنیم. با بیسیم به حسین می‌گوییم: ما را می‌بینی؟ از کدام مسیر برویم؟ او هم از طریق دوربینی که در اختیار دارد ما را رصد کرده و مسیر سمت چپ را پیشنهاد می‌دهد. مسیری سنگی، برفی با شیبی در حدود ۵۰-۶۰ درجه که قسمت زیادی از آن در دید ما نیست.





بعد از لحظه‌ای به خود آمده و با تبری که همراه دارم اندکی صعود می‌کنم تا یومار خود را به بالای محل زده‌شده بزنم و خود حمایت را به آن وصل کنم. آه! خدایا ممنون! در این بین مدام صدای حسین از بیسیم شنیده می‌شود که از ریزش یکباره سنگ‌ها نگران شده و در مورد سلامت ما می‌پرسد، اما نمی‌توانم جوابش را بدهم. به مسیر ادامه می‌دهم که متوجه می‌شوم کوله پایین‌تر گیر کرده و نمی‌توانم بالاتر بیارمش و از طرفی به دلیل فشاری که بر طناب من می‌آورد، اجازه بالا رفتن نمی‌دهد. دو راه دارم؛ یک، باز کردن طناب از خودم و عبور بدون طناب و دوم، ارسال طناب اضافی جمع شده در کارگاه بالا توسط مهران به سمت من و حمایت مجدد روی آن. در این فکر هستم که اضافه طناب حلقه شده از بالا به سمت پرتاب می‌شود تا ادامه مسیر را در حمایت باشم.

چند متر بالاتر میخی ناودانی کوبیده می‌شود که علاوه بر ایجاد میانی، نقش حمایت کوله را هم بازی می‌کند. دو متر به سمت راست شکافی وجود دارد که به نظر برای ابزارگذاری با فرند مناسب است. فرند کار گذاشته می‌شود و نفر سر طناب، ۱۰ سانت ۱۰ سانت به سمت راست حرکت می‌کند. در این بین سنگی با اندازه یک آجر از زیر پای مهران رها شده و به سمت من سرازیر می‌شود که با توجه به باریکی دهلیز پایین راه فراری نیست! و با ران پای سمت راست من برخورد می‌کند. ناخود آگاه آهی بلند از ته دل می‌کشم ولی سعی می‌کنم تمرکزش را بر هم نزنم. دیگر نمی‌توانم او را ببینم و مدام سؤال تکراری "راه می‌دهد؟" را از او می‌پرسم. بعد از حدود ۳۰ دقیقه و احساس لرزش شدید ناشی از سرما می‌گویم؛ صعود کن! صعود می‌کنم! با چند ضربه میخی که در کارگاه هشتم کوبیده شده بود را برداشته! و به سمت بالا حرکت می‌کنم. میانی‌ها را باز کرده و شروع به تراورس به سمت راست می‌کنم ولی شرایط خوبی ندارم و گرفتار وضعیت خطرناکی شده‌ام.

با دستکش ضخیم نمی‌توانم گیره بگیرم به همین جهت باید دستکش را از دست خود در بیاورم و از طرفی وزن کوله مهران تعادل را بر هم می‌زند. گیره‌ای را با دست راست خود گرفته و با دست چپ خود تلاش می‌کنم کوله را بکشم ولی به ناگاه گیره سست کنده شده و همراه با کوله پرت شده و پاندول می‌شوم! طناب را بالای سر خود می‌بینم که روی سنگی برآمده و تیز گیر کرده و علاوه بر ایجاد نقش میانی (که خدا پدرش را بیامرزد!)، نقش چاقو هم دارد و با تکان‌های من، طناب را برش می‌دهد! لحظه‌ای بهت‌زده می‌شوم و چشمانم به طناب زده‌شده می‌افتد. عیب بزرگ سنگینی کوله‌ها این‌جا خودش را نشان داد.



بلون دوم

با توجه به این که موبایل در مسیر آنتن نمی‌دهد از حسین می‌خواهیم تا با خانواده‌های مان تماس گرفته و خبر سلامت مان را به آن‌ها بدهد. سمت گردنه شانه کوه رفته اما آنتن نمی‌دهد و از او می‌خواهیم تمام تلاش خود را انجام دهد. از نور هد لامپ مشخص است که به سمت قله میان سه چال حرکت می‌کند تا چند خط آنتن پیدا کند. بعد از ۲۰ دقیقه موفق می‌شود و از این نظر خیال مان راحت.

امشب شب سختی را در پیش داریم. حسین که از این مساله آگاه است به خاطر جنبه مثبت روانی و ایجاد روحیه در ما تا صبح با هد لامپ روشن بیرون می‌نشیند و قرار می‌شود هر یک ساعت با بی‌سیم از احوال ما خبردار شود و به نوعی از خوابیدن و کاهش دمای بیش از حد بدن مان جلوگیری کند. خوش بختانه علاوه بر آسمان صاف، امشب ماه تقریباً کامل است و باد کمی در منطقه داریم. کم‌کم هوا سردتر می‌شود و لرزش ما بیشتر. انگار لرزش مسری است. با کوچک‌ترین لرزشی در من، مهران می‌لرزد و با کوچک‌ترین لرزشی در مهران، من! این قدر لرزیده‌ام که گلو درد گرفته‌ام و از طرفی با توجه به تشنگی، در گلویم احساس تلخی می‌کنم و هر چند وقت یکبار مجبور می‌شویم با ایستادن و در حالی که به منظور حفظ تعادل تسمه کارگاه را گرفته‌ایم، حرکات نرمشی انجام دهیم تا بلکه گرم‌تر شویم. هر از گاهی مهران سر صحبت را باز می‌کند و هر از گاهی من. به دفعات با یکدیگر جاهای مان را عوض می‌کنیم تا بلکه زمان زودتر بگذرد. در این گونه شرایط باید امید داشت تا روحیه خود را بالا برد و تحمل شرایط سخت را جزیی از صعود دانست. ما سه نفر بارها با یکدیگر برنامه رفته‌ایم و به خوبی هم‌دیگر را می‌شناسیم. اجرای برنامه‌های موفق متأثر از انتخاب همنوردی خوب است. به خود می‌بالم که چنین دوستانی دارم و در این شرایط کنارم هستند. احساس می‌کنم که یک نفر هستیم نه سه نفر! یک نفری که هدفی مشترک دارند بدور از هرگونه نگرش انتفاعی. یک نفری که در ذات با هم هستند و در صفات نزدیک.

روز سوم (شنبه چهارم مهر)

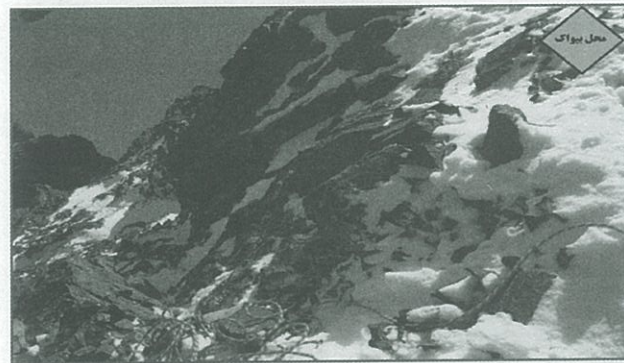
ساعت ۶ صبح است و کم‌کم خورشید بیرون می‌آید. عضلات مان مثل چوب سفت شده طوری که برای بلند شدن نیاز به صرف چند دقیقه زمان داریم. با تابش اولین نور خورشید انرژی مضاعفی می‌گیریم و شروع به بررسی مسیر باقی مانده می‌کنیم.

با مشاهده نقاب برفی بر روی خط‌الرأس، می‌دانیم که راه زیادی تا پایان مسیر نمانده است و از طرفی چیزی برای خوردن و کسب انرژی نداریم. به هر حال ساعت ۷:۳۰ دقیقه از سمت شمال غربی و دهلیز پر شیبی (۶۰ - ۷۰ درجه) که منتهی به پایان مسیر می‌شود

به این ترتیب یکی از دشوارترین قسمت‌های این مسیر را پشت سر می‌گذاریم.

کارگاه نهم شامل دو منقار سنگی، یک فرند و یک کیل است که به نظر ایمن و قابل اطمینان است.

هوا گرگ و میش شده است و ساعت حدود ۶:۳۰ است. توسط یومار دو نفره شروع به بالا کشی کوله می‌کنیم و تا حدودی هم موفق هستیم، ولی در جایی گیر کرده است و هر چه تلاش می‌کنیم فایده‌ای ندارد. با طناب مقداری مهران را به سمت پایین فرود می‌دهم تا علت را بررسی کند، ولی فاصله کوله با ما زیاد است و حرکت بیشتر به سمت کوله در این شرایط عملاً کاری خطرناک و غیرمنطقی است. چاره‌ای جز برش طناب و از دست دادن کوله نداریم! این یعنی از دست دادن فلاکس، کت پر، جوراب پر، کلاه گرم، مواد غذایی، یک عدد تبر یخ، عینک آفتابی و... با برش، ادامه طناب آزاد شده را جمع‌آوری می‌کنیم و تصمیم به بيواک ناخواسته در ارتفاع ۴۵۰۰ - ۴۶۰۰ متری می‌گیریم.



محل بيواک

خدا را شکر که یک حلقه طناب ۵۰ متری دیگر درون کوله خود دارم تا در صورت ممکن از آن استفاده کنیم. حالا باید پوشاک خود را به طور مساوی تقسیم کرده و مواد غذایی اندکی که داریم را جیره‌بندی کنیم.

فلاکس آب جوش من تمام شده و فلاکس مهران هم که از دست رفته است. به طور حتم دست کم تا ۱۸ - ۱۷ ساعت دیگر آبی برای نوشیدن نداریم. مواد غذایی مانده برای مان شامل یک بسته مغز تخمه، یک بسته چوب شور، یک بسته پاستیل و یک بسته بیسکویت مادر است که باید به مرور در طی شب تا صبح مصرف کنیم تا بدن انرژی مورد نیاز برای لرزش ناشی از سرما را به دست آورد. هر چیزی که منجر به ایجاد گرما و حفظ آن می‌شود را باید از کوله بیرون آورد و استفاده کرد. کاپشن پر را مهران برداشته و جوراب پر را من بر می‌دارم تا درون کاپشن گرکس گذاشته و از گرمایش استفاده کنم. خوش بختانه دو کلاه دارم که یکی مهران و یکی را خودم استفاده می‌کنم. کاور باران کوله را دور ران پاهایم کشیده تا مقداری به حفظ گرما کمک کند. از آن جایی که محل بيواک ما شامل مکانی برفی - سنگی به مساحت ۷۰ سانت در ۵۰ سانت است و طرفین آن پرتگاه‌هایی مرتفع قرار دارد، باید همواره توسط خود حمایت به کارگاه وصل باشیم. کوله را روی برف انداخته و خودمان روی آن می‌نشینیم. درست مثل نشستن ترک موتور!

با توجه به این که یک تبر یخ را از دست داده‌ایم، باید نفر اول بعد از صعود، یک تبر را برای نفر دوم بفرستد تا نفر دوم هم با دو تبر صعود کند. دهلیز برفی-سنگی دیگری را در پیش روی داریم که هیچ جایی برای ایجاد کارگاه و میانی ندارد.



باتوجه به انگیزه‌ای که برای پایان مسیر داریم، به راحتی و با اعتماد به نفس از آن عبور می‌کنیم تا این طول ۴۰ متری هم راس ساعت ۱۰ به پایان برسد.



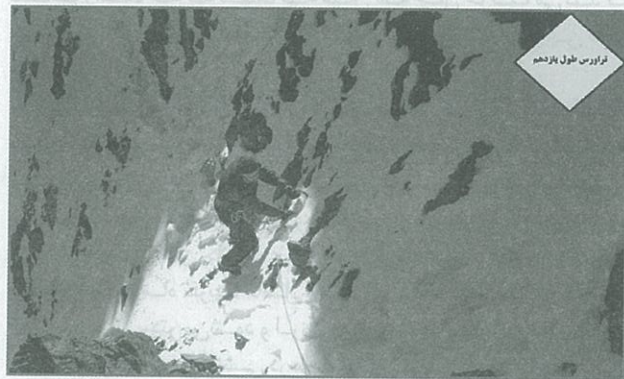
از شادی صعود، هم‌دیگر را در آغوش می‌گیریم و خوشحالییم از این که سختی‌هایی که در این مسیر متحمل شدیم، نتیجه بخش بوده و مسیر "باشگاه تهران" را گشایش کرده‌ایم. جای حسین بسیار خالی است.

یادشهر "ما برای بوسیدن خاک سر قله‌ها چه خطرها کرده‌ایم..." می‌افتم و از خدای خود سپاس‌گذاری می‌کنم که لطفش مثل همیشه شامل حال ما بوده است. این خبر را با بیسیم به حسین اطلاع می‌دهیم و او هم فریادی از سر ذوق می‌زند و قرار می‌شود که راننده نیسان ساعت ۳ در تنگه گلو به دنبال ما بیاید.

به سرعت وسایل فنی را جمع‌آوری می‌کنیم و با تک کوله‌ای بسیار سنگین از کنار جان‌پناه سیاه سنگ‌ها به سمت حصار چال سرازیر می‌شویم. مسیری شن‌اسکی و بدقلق با سنگ‌های بزرگ و کوچک. با مشاهده اولین برف‌آب، به سرعت به سمتش رفته تا آبی بنوشیم. یاد می‌آید از آخرین باری که آب نوشیدیم حدود ۲۴ و از آخرین باری که غذا خوردیم ۴۴ ساعت می‌گذرد. چقدر خواب‌مان می‌آید. تصمیم می‌گیریم دقایقی را کنار سنگی استراحت کنیم، اما وقتی به خود می‌آییم که حدود یک ساعت گذشته است روی قله سنگ‌ها خواب‌مان برده! ساعت ۴ به تنگه گلو می‌رسیم و از دیدن نیسان آبی رنگ خوشحال می‌شویم.

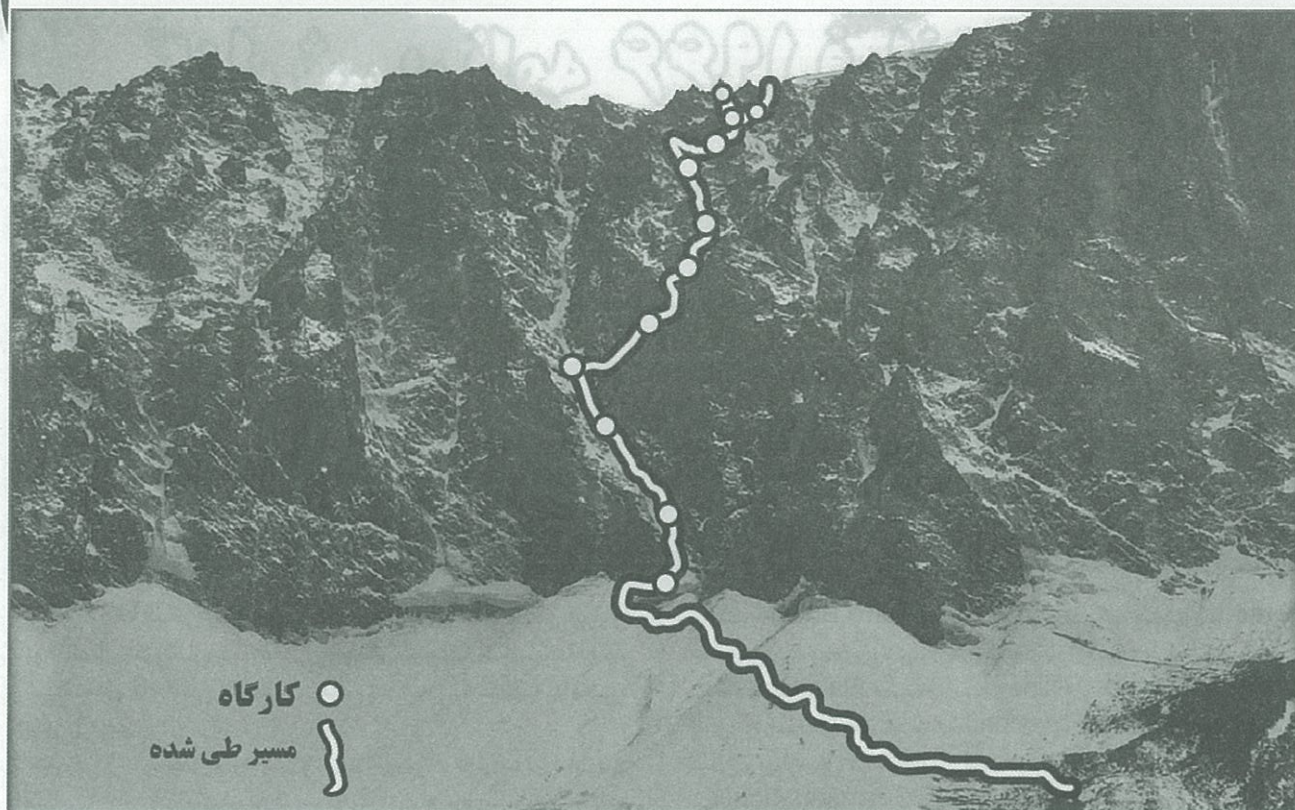
شروع به صعود می‌کنیم بر روی برفی نرم که در زیر آن سنگ‌هایی سست قرار گرفته و با کوچک‌ترین فشاری به سمت پایین سرازیر می‌شوند بنابراین مجبور به ادامه مسیر از روی برج‌های سنگی سمت چپ (شرق) مسیر می‌شویم. کارگاه دهم را یک منقار سنگی نه چندان قابل اطمینان و ریزشی تشکیل می‌دهد. ادامه مسیر از روی برج‌ها به نظر خطرناک است ولی چاره‌ای نیست و محتاطانه باید عبور کرد. طول دهم شامل گردهای سنگی به طول ۳۵ متر است که کارگاه آن را منقاری سنگی و یک کیل تشکیل داده است.

ولی انگار ادامه مسیر از روی آن ممکن نیست زیرا به برجی دیواره مانند ختم می‌شود. ناگزیر به فرودی ۸ متری در درون همان دهلیز پرشیب و تراورسی خطرناک به سمت غرب با استفاده از یک میانی هستیم تا خود را به کارگاه یازدهم برسانیم. از آن جایی که منقار سنگی کارگاه یازدهم قطر زیادی دارد و ما چون بلوک کوتاه نداریم تسمه ۱۲۰ را جا می‌گذاریم.



شماره کارگاه	اندازه طول (متر)	نوع کارگاه	تعداد میانی (عدد)	نوع میانی	شیب متوسط (درجه)	میزان ایمنی کارگاه	شکل کلی مسیر
اول	۴۵	طبیعی	۱	فرند	۴۵-۵۵	خوب	برفی
دوم	۵۰	طبیعی	۰	-	۵۰	خوب	برفی
سوم	۴۵	طبیعی	۱	پیچ یخ	۵۰-۶۰	متوسط	یخی-برفی
چهارم	۴۰	فرند+کیل	۰	-	۴۵-۶۰	متوسط	سنگی
پنجم	۴۵	طبیعی + یک عدد فرند	۳	فرند کیل	۵۰-۶۰	خوب	سنگی
ششم	۴۵	طبیعی + کیل	۱	طبیعی	۵۰-۶۰	ضعیف	سنگی-برفی
هفتم	۵۰	میخ + کیل	۱	کیل	۵۰-۶۰	خوب	سنگی-یخی-برفی
هشتم	۵۰	میخ + کیل	۳	کیل+فرند+طبیعی	۵۰-۷۰	ضعیف	سنگی-برفی
نهم	۴۰	طبیعی	۱	طبیعی	۶۰-۷۰	خوب	سنگی-برفی
دهم	۳۵	طبیعی	۰	-	۶۰-۷۰	خوب	سنگی
یازدهم	۴۰	طبیعی	۱	طبیعی	تراورس در شیب ۶۰	خوب	سنگی-برفی
دوازدهم	۴۰	طبیعی	-	-	۵۰-۶۰	متوسط	سنگی-برفی

جدول مشخصات طول‌های مختلف مسیر «باشگاه تهران»



نکات

۱. در طول مسیر میخ‌های برگه‌ای پر کاربردتر از نوع ناودانی می‌باشند.
۲. در این گونه صعودها، وزن کوله بسیار اهمیت دارد بنابراین تا جای ممکن از همراه بردن لوازم غیر ضروری سنگین خودداری شود.
۳. پایداری برف در صعودی ایمن و با لذت اهمیت بسزایی دارد بنابراین پیشنهاد می‌شود بعد از گذشت چند روز از بارش جدید و تثبیت برف وارد مسیر شد.
۴. در تمام مسیر موبایل آنتن دهی ندارد (هم ایرانسل و هم همراه اول) بنابراین وجود تلفن ماهواره‌ای ضروری به نظر می‌رسد.
۵. در این فصل سایز کوچک و گاهی متوسط ابزارهای میانی مانند کیل و فرند کاربرد بیشتری دارند.
۶. با توجه به وجود برج‌های کوچک و بزرگ در طول صعود، احتمال انحراف از مسیر زیاد است، بنابراین یا باید نسبت به مسیر شناخت کافی داشت و یا توسط شخصی از کف علم‌چال تیم هدایت شود.
۷. از طول پنجم به بعد، قسمت‌های ریزشی بیشتر و مکان‌های مناسب برای میانی و کارگاه کمتر می‌شود.
۸. دو طول ابتدایی مسیر ساده و ایمن به نظر می‌رسد و در این فصل از سال نیازی به نبشی برف نیست.

وسایل و تجهیزات فنی

لوازم فردی:

۱. هارنس
۲. کلاه کاسک
۳. کرامپون
۴. تبر یخ
۵. خود حمایت تبر یخ
۶. تسمه خودحمایت
۷. چاقو

۸. کارابین پیچ (هر نفر ۵ عدد)

۹. طنابچه پروسیک

لوازم گروهی:

۱. نیم طناب دینامیک گلدن درای ۸.۲ BEAL (۲ حلقه ۵۰ متری)

۲. کوئیک درا (۱۵ عدد)

۳. میخ ناودانی (۵ عدد)

۴. میخ برگه‌ای (۵ عدد)

۵. پیچ یخ ۱۷ سانت (۵ عدد)

۶. بیسیم موتورولا MT777 (۱ جفت)

۷. چادر MSR Furry

۸. کیت کمک‌های اولیه

۹. آب‌الاهوک

۱۰. GPS Map 62s

۱۱. کیل (۱ دست)

۱۲. آچار کیل (۱ عدد)

۱۳. فرند (۱ دست)

۱۴. هگزان (۱ دست)

۱۵. حلقه فرود (۳ عدد)

۱۶. ابزار حمایت و فرود (Reverso or ATC Guide)

۱۷. یومار (۱ عدد)

۱۸. تسمه ۱۲۰ (۵ عدد)

۱۹. تسمه ۸۰ (۵ عدد)

۲۰. چکش Camp

۲۱. نبشی برف (۲ عدد)

قدردانی و تشکر

بدون شک انجام این برنامه مرهون زحمات و الطاف بزرگوارانی بوده که در این راه، ما را صمیمانه یاری رسانده‌اند. □

گزارشی برنامه ۱۹۶۶ فرانسوی‌ها روی دیواره علم‌کوه

به قلم آندره پارات (مسئول فنی برنامه - م)
ترجمه: مهندس نوتاش

مقدمه: ۵۰ سال قبل یعنی مرداد ۱۳۴۵ فرانسوی‌ها اقدام به صعود دیواره علم‌کوه کردند که به مسیر فرانسوی‌ها مشهور شده است. یک گزارش از این تلاش در شماره ۶۶ درج شد و اینک به مناسبت پنجاهمین سال این گزارش را به قلم مسئول فنی برنامه می‌خوانید.

دکتر Pierre Buttin سرپرست و پزشک برنامه، و Yvette همسرش که اراده‌ی پولادین این دو نفر برای همه‌ی ما روشن است. Alain Grasset معروف به «Nino» و Maurice Mariet دو کوهنورد با تجربه و معروف. Jean-Pierre Fresafond جوان شلوغ و بی‌آرامی که تنهایی به اندازه ۴ نفر می‌خورد. Jacques Soubit از اهالی Bordeaux که برای او کوه‌های پیرنه «Nafe Bouda» است Bernard Conod Cono تلفظ می‌شود ته تغاری اکیپ و Alain BLASSIER معروف به «Don Jouan» که این دو تا با هم برنامه‌های سنگ‌نوردی مهمی انجام داده‌اند.

(Valanso Francois VALANCOT) که کارش روی دیواره قابل تحسین بوده، ولی کمی غرغرو است؛ دو نفر بعد (Sylvain PIVOT pivo) و همسرش Paulette هستند که به شکرانه‌ی همت و امکانات و روابط آن‌ها است که بیشتر مشکلات مالی و تجهیزات برنامه حل شده است.

۷ جولای

ساعت شش و ربع صبح فرانسوا و من راه افتادیم. مه غلیظ همه جا را فرا گرفته و باران ریز آزاردهنده‌ای هم می‌بارد. عبور از این مرتع با علف‌های بلند، لباس‌های ما را خیس کرده است. در حالی که از یک گوسفندسرا که به نظر می‌رسد همگی‌شان هنوز خواب هستند می‌گذریم سگ‌های گله با پوزه‌های باز به ما حمله می‌کنند. فرانسوا کلنگش را بلند می‌کند، اما نخیر، این حرف‌ها حالی‌شان نیست و این ژست بیشتر آن‌ها را تحریک می‌کند. در حالی که ما عاجز از هر نوع تصمیم‌گیری هستیم از میان مه یک پسر بچه نیم‌وجبی بیرون پریده با چند جمله آمرانه و خشن سگ‌ها را صدا می‌کند. سگ‌ها دم‌شان را روی کول‌شان گذاشته به سرعت از ما دور می‌شوند.

در همین حال که ما مبهوت قدرت این بچه شده‌ایم چند نفر دیگر هم دور ما جمع می‌شوند. بعد از دادن شکلات به بچه‌ها و سیگار به بزرگ‌ترها، به راهمان ادامه می‌دهیم. کمی جلوتر به جایی می‌رسیم که من به خاطر نمی‌آورم از کجا باید رفت. که خوش‌بختانه اولین سری قاطر به ما می‌رسند.

یک دره U شکل جنگلی به نام سرداب رود با درختان فراوان و رودخانه‌ای خروشان همراه با کلبه‌های کوچک جنگلی با دیوار و سقف‌های کاه گلی (!!) جلوی ماست که به منطقه علم‌کوه ختم می‌شود.

همراه با این تصویر رویایی و زیبا کاروانی از قاطرها با بار زیاد همراه ۲۰ مرد و زن گم‌شده در مه و باران آرام آرام پیش می‌روند.

۶ جولای

امروز صبح ما از آخرین آبادی منطقه به نام رودبارک راه افتاده‌ایم و ساعت ۳ بعد از ظهر به وندارین رسیده‌ایم.

یک مرتع سبز نسبتاً بزرگ با درختان تک و توک که در محل تلاقی دو دره اصلی منطقه قرار دارد. با وجود این که مسیر امروز کوتاه است امشب را این‌جا می‌مانیم، فردا راه زیادی در پیش داریم ضمن این که چند روز استراحت در تهران در منزل آقای Pourquier، شنا و بازی عضلات ما را به شدت شل کرده و ما می‌بایست با ملایمت شروع کنیم.

مادامی که بارهای قاطرها را به زمین می‌گذارند ما به مرتب کردن وسایل شخصی پرداخته و لباس‌های گرم‌مان را خارج می‌کنیم. ما در ارتفاع ۲۰۰۰ متری هستیم و هوا نسبتاً خنک شده است.

شب همگی دور هم جمع شده و مشغول خوردن یک گوسفند درسته که محلی‌ها آن را کباب کرده‌اند؛ با نگاهی به اطرافیان آن‌ها را مرور می‌کنم:



۸ جولای

هوا عالی ست. خورشید بر همه جا می تابد. کوهستان واقعا زیباست. برای صبحانه همگی روی تراس پناهگاه جا گرفته و منطقه را نظاره می کنیم.

در سمت چپ دره سرداب رود با یک ابر غلیظ پوشانیده شده و فقط از منطقه نفت چال به بالا که در آن هم یک یخچال کوچک دیده می شود سر از ابر بیرون کشیده اند.

دست راست قله سیاه کمان با سنگ های سرخ و سیاهش و کمی راست تر دیواره شمالی علم کوه که از این جا فقط قسمت فوقانی و ستون های اصلی آن دیده می شوند.

آن طرف تر خط الرأس تخت سلیمان سر به آسمان برده، منظره بی نهایت زیباست. اولین تقسیم بندی وسایل آغاز می شود در حالی که جک بی وقفه سرگرم فیلم برداری است.

حرکت به سمت کمپ زیر دیواره آغاز می شود. گذشتن از یک منطقه ی خورده یخچالی با بلوک های سنگی عظیم و بی تعادل با این بارهای سنگین و عدم هم هوایی لازم واقعا طاقت فرساست.

بالا تر می رسیم به یک منطقه برقی و یک یال سنگی که یخچال های منطقه را به ۲ قسمت تقسیم می کند. یال را دور می زنیم، راه آسان تر می شود و یواش یواش دیواره خودش را کاملاً نشان می دهد.

الان دیگر تمام دیواره را می بینیم. یک دال سنگی از گرانتیت با تمام عظمتش ما را بهت زده می کند. این دیواره خیلی شبیه دیواره غربی «DRU» می باشد، با این تفاوت که این دیواره ۱۰۰۰ متر بالاتر واقع شده است.

با یک دگرگونی روحی خاصی محل کمپ ۱۹۵۶ با تمام خاطراتش را پیدا می کنیم. در ذهنم تمام خاطرات همراه دو دوست گرامی Michel DUROUX و Amos BAGEL که ۱۰ سال پیش با من این جا بودند، زنده می شود. غم عجیبی مرا فرا گرفته، با یک تکان به خود تلاش می کنم به دنیای امروز باز گردم.

سه تا چادر چسبیده به هم برای خودمان و یک چادر هم برای وسایل مان برپا می کنیم به سوی دیواره می رویم. از کمپ اصلی (۴۱۰۰ متر) تا شکاف یخچال حدود ۴۵ دقیقه راه است. تلاش می کنیم با کمک دوربین مسیره های صعودمان را بررسی کنیم. در حقیقت فقط ۲ امکان وجود دارد، یکی جبهه ی راست دیواره، دیگری هم شکاف اتریشی ها جبهه ی راست این دیواره با دهلیز قیفی شکل بزرگ و دهانه گشادی که دارد و تمام ریزش سنگ را به پای آن هدایت می کند بسیار خطرناک به نظر می رسد.

شکاف اتریشی ها با وجود خرد بودن قسمت پایینی آن که از روی هم قرار گرفتن بلوک های سنگی تشکیل شده و عبور از آن هم خالی از ریسک نیست عاقلانه تر به نظر می رسد.

نظر من این است که می بایستی توی این شکاف تا حدود یک سوم از ارتفاع کل آن صعود کرده و سپس با یک اریب به سمت بالا به وسط دیواره رفته و از آن جا ستون عظیم سنگی گرانتیتی وسط را تا قله ادامه داد.

البته این پیشنهاد برای دوستان کمی مشکوک به نظر می آمد که آن ها ترجیح می دهند راه اول را انتخاب کنند.

قرار شد فردا از نزدیک این راه را مطالعه کنیم. به کمپ یخچال و بعد هم به کمپ پناهگاه برمی گردیم و بقیه روز به استراحت، هم هوایی، خوردن و تنظیم وسایلی که بایستی بالا ببریم می گذرد.

علفزارها جای خود را به سنگ ها داده اند و همچنان که جلوتر می رویم شیب مسیر هم بیشتر می شود. الان ۵ ساعتی هست که به راه افتاده ایم و در ارتفاع ۳۳۰۰ متری هستیم. خستگی و گشنگی دارند خودشان را نشان می دهند. قاطرچی ها می خواهند با گذاشتن بارشان بر زمین به قاطرها استراحت کوتاهی بدهند، اما ما تقاضا می کنیم که ادامه دهند. با بیسیم خبر می شویم که متأسفانه یکی از قاطرها به رودخانه پرت شده است. بعد از یک مورن پُر شیب به پیشانی یک یخچال نزدیک می شویم.

قاطر داران در حالی که مه غلیظ هنوز ادامه دارد دنبال پناهگاه می گردند. من احساس می کنم داریم دور خودمان می چرخیم، اما ارتفاع سنج ارتفاع ۳۷۰۰ متری (ارتفاع پناهگاه) را نشان می دهد. در پایان ساعت ۱ بعد از ظهر پناهگاه سنگی خودش را نشان می دهد. بعد از تقسیم مقداری مواد غذایی به اولین سری قاطرچی ها که با ما هستند، بارها را جابه جا می کنیم.

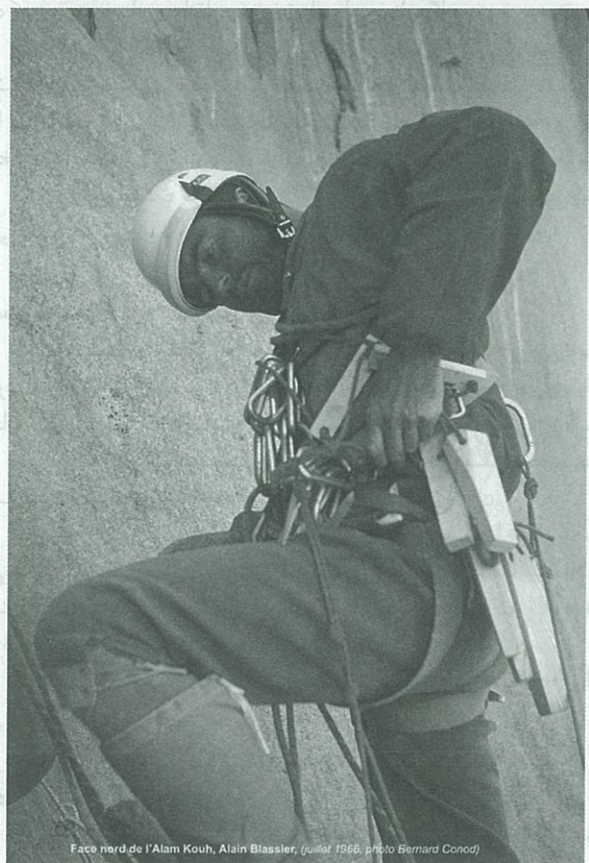
با مقداری پول و سیگار و شکلات سرحال ترین قاطر با صاحبش را راضی می کنیم به کمک پیرمرد برای آوردن بار قاطر پرت شده برود.

به تدریج که قاطرها می رسند بارشان را گرفته و جعبه ها را منظم می کنیم. این پناهگاه کمپ شماره ۱ ما خواهد بود.

چراغ های خوراک پزی ارکستر سمفونی قشنگی در پناهگاه به راه انداخته اند.

الان دیگر همگی رسیده اند و گشنگی و خستگی همه را از پا انداخته و هرکس هرچی دستش می رسد می خورد.

تاریکی حکم فرماست. این بار سمفونی «خُر خُر» همراه با «پچ پچ» قاطرچی ها به گوش می آید.



Face nord de l'Alam Kouch, Alain Blassier, juillet 1966, photo Bernard Conod



شنبه ۹ جولای

همراه سیلویین و همسرش بائولیت یک بارکشی به کمپ یخچال می‌کنیم. عملاً ۷ نفریم که در این کمپ مانده‌ایم: Pierre, Yvette و Jacques فردا می‌روند قله «تخت سلیمان» را صعود کنند. NINO و FRANCOIS و من هم می‌رویم زیر دیواره. Jean-Pierre هم که کمی سرماخورده در چادر استراحت خواهد کرد. شب توفان و تگرگ ما را فرا می‌گیرد و حتا به داخل چادر هم نشست می‌کند. در حالی که به خواب می‌روم این افکار از مغزم می‌گذرد که درست یک هفته پیش ما LYON بودیم و در این مدت کم چه تغییراتی در زندگی ما گذشته است.

یک شنبه ۱۰ جولای

ساعت و پنج‌ونیم صبح با کوله‌های سنگین راه می‌افتیم هنوز چیزی نرفته‌ایم که زیر بار سنگین و ارتفاع زیاد نفس نفس زدن مان شروع می‌شود. اکنون شکاف یخچال را گذرانده‌ایم و به یک برجستگی سنگی روی یخچال که اجازه نصب طناب ثابت را می‌دهد، رسیده‌ایم.



این قسمت را تا زیر دیواره یعنی «قسمت فوقانی یخچال» را که تقریباً شیب ۴۵ درجه دارد» با طناب ثابت مجهز می‌کنیم. به زیر دیواره که می‌رسیم تلاش می‌کنیم متمایل به راست به سمت ستون سنگی وسط (امکان اول) برویم.

با مجهز کردن مسیر به سمت راست می‌رویم. از این‌جا به خوبی دیده می‌شود که این مسیر از سنگ‌های روی هم قرار گرفته‌ای که ثبات لازم را هم ندارند تشکیل شده است. کمی راست‌تر هم تمام ریزش دهلیز میانی دیواره خطر بزرگ مسیر عبور است.

اکنون کمی از ظهر گذشته، تمام وسایل را زیر دیواره گذاشته به کمپ بر می‌گردیم. «Alain», «Bernard» و «Maurice» هم از پایین رسیده‌اند که دنباله کار را فردا بگیرند. شورای جنگا تصمیم می‌گیرد این سه نفر هم فردا به زیر دیواره رفته و آن‌ها هم مسیر وسط‌تر را از جلو بررسی کنند.

Jacques و Pierre, Yvette هم خسته ولی خوشحال از قله تخت سلیمان برمی‌گردند. ما سه نفر به اتفاق Sylvain و Paulette به پناهگاه برمی‌گردیم، هوا ابری شده و باران ریزی هم می‌بارد.



۱۱ جولای

ما روز بعد را به استراحت و سرگرمی گذرانده و Paulette هم تمام هنرش را به کار گرفته تا با غذایی خوشمزه از شکم ما پذیرایی کند. آه که چقدر خواب بعدازظهر روی تراس این پناهگاه مزه می‌دهد. حدود ساعت ۵ بعد از ظهر با تماس با کمپ یخچال متوجه شدیم که اکیب از صعود وسط دیواره هم منصرف شده و طناب ثابت آن را به سمت شکاف اتریشی‌ها تغییر داده‌اند. ضمن این‌که ریزش خطرناکی هم از کنارشان گذشته و روی هم رفته روحیه خوبی ندارند. فردا قرار است Pierre و Jean Pierre بروند ببینند چه می‌کنند.

سه شنبه ۱۲ جولای

صبح نسبتاً زود با Nino و Francois به کمپ اصلی می‌رویم درست رو به روی ما دو نقطه سیاه با ریتمی بسیار کند روی دیواره جابه‌جا می‌شوند، اما به نظر می‌رسد که تا حالا موفق بوده‌اند. ساعت ۱۲ این ۲ نفر با فرود به زیر دیواره پایین آمده و به سمت ما سرازیر شده و یک ساعت بعد به ما می‌رسند.

ما در می‌یابیم که ۵ طول طناب بالا رفته و مسیر را قابل ادامه می‌دانند Bravo، به این ترتیب نبرد اصلی شروع شد، اما مشکلات هنوز زیاد است به خصوص قسمت صاف وسط دیواره که تا به آن نزدیک نشویم نمی‌دانیم چه باید کرد.

با وجود ناامیدی رفقا من مطمئن هستم که سرانجام از آن می‌گذریم.

چهارشنبه ۱۳ جولای

ساعت ۵ صبح ما زیر شکاف اتریشی‌ها هستیم اولین طول طناب

به نظر آن‌ها مشکل مسیر تا ستون اصلی وسط دیواره حل شده و دیگر نقطه کوری برای رسیدن به بلوک سنگی عظیم وسط دیواره وجود ندارد. گویا کلید عبور پیدا شده و گامی بزرگ برای صعود دیواره برداشته شد.

جمعه ۱۵ جولای

به همراه Francois روی قله ای که هم بر پناهگاه مسلط است هم روی دیواره دید خوبی دارد می‌رویم، و با دوربین Jean Pierre و Maurice را که روی مسیر هستند تعقیب می‌کنیم. گاهی به چپ و گاهی به راست بالا می‌روند. به نظر می‌آید ادامه مسیر خیلی مشخص نیست و سرانجام تصمیم گرفته‌اند در آخرین نقطه صعودشان شب بمانند. فردا ما به آن‌ها ملحق خواهیم شد.

شنبه ۱۶ جولای

ساعت ۹:۳۰ صبح ما به Jean Pierre و Maurice می‌رسیم، هنوز روی طاقچه شبمانی هستند. برای رسیدن به آن‌ها، ما باید با یومار خودمان را بر روی «این تراورس در برنامه Teleferique Alain Bernard نام‌گذاری شده بوده. م.» را به کار می‌گیریم. دو رشته طناب کتانی ۶ میلی‌متری در فضا رها می‌کنیم. تا حدی نگران هستیم و وقتی فکر می‌کنم Bernard و Alain برای اولین عبورشان به این تیروول اطمینان کرده‌اند هم به شجاعت‌شان آفرین می‌گوییم، هم تنم می‌لرزد.

Jean Pierre و Maurice به کمپ بر می‌گردند. من و Francois ادامه می‌دهیم، ابتدای مسیر یک شکاف که برخورد دو جبهه کتابی است و دیروز آن‌ها آن را میخ‌کوبی کرده و حتی یک طناب ثابت هم روی آن گذاشته‌اند. بعد از آن Francois یک طول

که درجه سختی آن ۵ به نظر می‌آید بسیار ریزشی بوده و بایستی با احتیاط کامل عمل کرد، ۳ طول بعدی هم بین ۴+ و ۵ هستند، اما طول پنجم یک کلاhek بزرگ دست‌کم ۲۰ متری می‌باشد که رفقا دیروز آن را صعود کرده‌اند. با وجود این که این کلاhek کاملاً میخ‌کوبی شده، اما ما روی آن مثل شیرهای آبی نفس می‌زنیم.

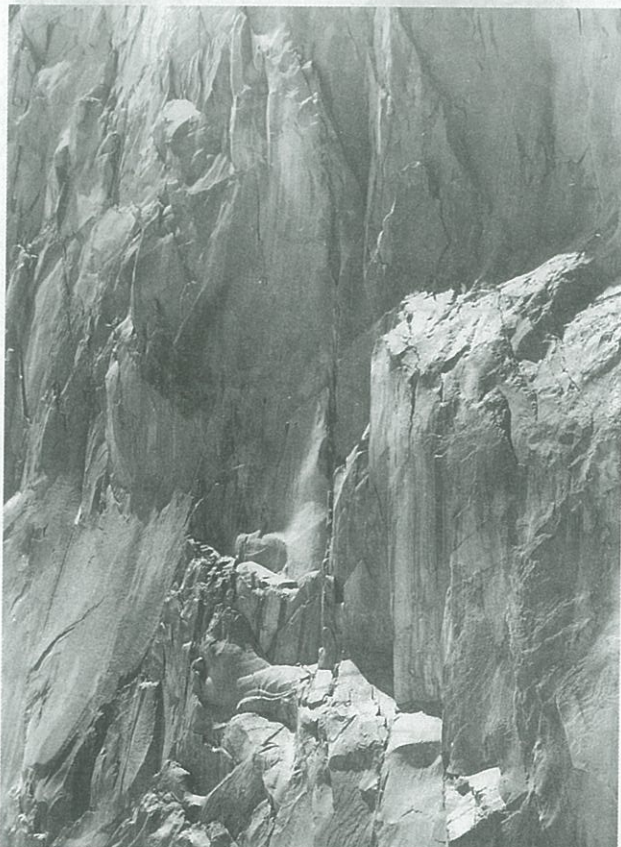
بالای کلاhek بر روی یک منطقه که به شکل کتاب باز شده می‌باشد، به مسیر ادامه می‌دهیم. بالاتر از این دو صفحه کتابی باریک‌تر می‌شوند و لای شکاف هم پُر از یخ است. شیب هم زیادتر شده. در شکاف این قسمت فقط میخ‌های تخت و صاف مصرف می‌شوند که خیلی قابل اعتماد نیستند.

سرانجام به یک طاقچه که متمایل به سمت راست بوده و روی آن نسبتاً جای مناسبی برای استراحت است می‌رسیم. در حالی که Francois، Nino را حمایت می‌کند که او بالا بیاید مسیر را هم مجهز می‌کند. من تا انتهای طاقچه که ۲۰ متری می‌شود بالا می‌روم و آن‌جا در می‌یابم که ادامه مسیر به این سادگی‌ها نیست. وسط دیواره هم صاف صاف است. دو راه حل به نظرم می‌رسد، یا باید چند متری به صورت اریب پایین رفت و بعد اریب (از یک شیب کمتر از ۴۵ درجه به سمت وسط دیواره بالا رفت تا به یک طاقچه دیگری که از این‌جا دیده می‌شود رسید یا بایستی مستقیماً بالا رفته و با یک فرود پاندولی خود را به آن طاقچه رساند. ضمن این که انتهای آن طاقچه هم به خوبی از این‌جا دیده نمی‌شود و نمی‌دانیم چه در انتظارمان خواهد بود. وسایل را روی طاقچه گذاشته و با فرود باز می‌گردیم.



شنبه ۱۴ جولای

امروز «Bernard» و «Alain» می‌روند روی دیواره، ما آن‌ها را با دوربین نظاره می‌کنیم. الان رسیده‌اند به انتهای ۲۰ متری طاقچه و ساعت‌های متمادی است که در این نقطه ساکن به نظر می‌آیند. ناگهان ما می‌بینیم که یک نقطه سیاه به شکل افقی و با سرعت عجیبی به وسط دیواره می‌رود. یعنی چه؟ چه اتفاقی افتاده؟ در تماس رادیویی ساعت ۱۷ می‌فهمیم که با پرتاب طناب توانسته‌اند یک تیروول ثابت به طول بیش از ده‌متر نصب کرده و پس از عبور آن را محکم کرده‌اند.





حاضر شده و می‌خواهیم حرکت کنیم بارش برف آغاز می‌شود و ما به پناهگاه برمی‌گردیم.

فرود آمدن از دیواره و یخچال زیر توفان برف، تمام روز Bernard و Alain را می‌گیرد. تمام شب بارش برف ادامه دارد و سبب می‌شود تا چهارشنبه همگی ما را در پناهگاه حبس کند. تا امروز چنین توفانی در این منطقه ندیده بودیم. از این استراحت اجباری هر کس یک جور استفاده می‌کند، برخی نامه می‌نویسند، بعضی‌ها سر و گردن خود را می‌شویند، نظافت همگانی، ورق بازی، منظم کردن اساس، خلاصه همه سرگرم‌اند.

فرشته‌ی پناهگاه با انرژی فراوان و روی خوش به جارو کردن پناهگاه پرداخته است. در این میان «گرگی» سگ مش صفر که در کنار پناهگاه جا گرفته ۲ توله‌ی خوشگل زائیده است که بعضی‌ها مشغول ساخت یک خانه با جعبه‌های چوبی هستند و بعضی‌ها هم به او خوراکی می‌دهند، اما مادام ذائقه‌اش عوض شده و به این راحتی هر غذایی را نمی‌پسندد.

۵ شنبه ۲۱ جولای

امروز هوا دارد باز می‌شود البته تمام دیواره پوشیده از یک قشر نازک برف است، اما ما چاره‌ای نداریم بایستی جنیند ۵ روز دیگر آخر برنامه ماست و قاطرهای مش صفر می‌آیند دنبال بارها که به پایین برگردانند.

تصمیم می‌گیریم که فردا ۴ نفری، Bernard و Alain و Francois و من حمله کنیم. بعد از ظهر همگی به کمپ یخچال رفته و تلاش می‌کنیم خرابی‌های برف را رو به راه کنیم. اکنون برف روی دیواره به جز شیارها و شکاف‌ها و طاقچه‌ها که رگه سفید آن از این‌جا به خوبی دیده می‌شود پاک شده است.

جمعه ۲۲ جولای

در تاریکی صبح به راه می‌افتیم، اما به زودی روی دیواره با یک حقیقت تلخ مواجه می‌شویم: اولاً، یک قشر نازک یخ روی دیوارها را پوشانده. ثانیاً، شکاف‌ها و طاقچه‌ها پُر از یخ و برف هستند. به کمک طناب ثابت‌ها که اگر نبودند معلوم نیست چه باید کرد، بالا می‌رویم اما باز هم هوا خراب می‌شود وقتی به طاقچه تراورس می‌رسیم بارش برف هم شروع می‌شود مدتی در زیر کاپشن‌های مان صبر می‌کنیم، اما هوا خراب‌تر شده توفان هم در می‌گیرد. Bernard هم که روز قبل پایش به سنگ خورده می‌نالد. با دلخوری به پایین باز می‌گردیم.

شنبه ۲۳ جولای

طناب روی بخش بسیار مشکل و صاف دیواره را بالا می‌رود با استفاده از میخ‌های آمریکایی.

به یک سری بالکن‌های کوچک زیر یک بلوک مربع شکل عظیم رسیده‌ایم. چندمتری اریب پایین می‌روم تا خودم را به یک شکاف محل برخورد ۲ جبهه صاف صاف برسانم، اما این شکاف کاملاً بسته و قابل میخ‌کوبی نیست. پیش Francois برمی‌گردم. Francois از سمت چپ بلوک با تلاش فراوانی که انرژی زیادی از او می‌گیرد با رکاب زدن‌های زیاد خودش را به انتهای بلوک می‌رساند. اما آن‌جا مجبور به توقف می‌شود. بدون گوه‌های چوبی بزرگ غیر قابل عبور است.

خسته و کوفته به طاقچه کوچک برمی‌گردم از طرفی هر دو خیلی خسته هستیم و کنسروهای دیشب هم به کلی وضع معده‌مان را به هم ریخته و روحیه‌مان هم خراب است.

ابتدا فکر می‌کنیم شب را همین‌جا بمانیم، اما بارش برف نظرم‌مان را عوض می‌کند. خوش‌بختانه طناب‌های ثابت به خصوص طناب تیرول تراورس موجود است و گرنه فرودهای پاندولی در این شرایط خالی از خطر نیست.

دیروقت، زیر بارش برف به کمپ یخچال می‌رسیم. عملاً از روز اول رسیدن به این کمپ تا امروز هوای خوب نداشته‌ایم. فردا هم به نظر می‌آید هوا خراب باشد، بنابراین Bernard و Alain هم بالا نخواهند رفت.



مش صفر نقوی، راهنمای محلی ما هم قرار است نامه‌ها را به اضافه مواد غذایی برای مان به پناهگاه بیاورد. تصمیم می‌گیریم که همگی به پناهگاه رفته قدری استراحت کنیم.

Jacques و Pierre، Yvette هم امروز بی‌کار ننشسته و یخچال غربی را صعود کرده‌اند. البته چند روز پیش Nino، Jean و Maurice هم آن را صعود کرده بودند. یال شمالی «گرده آلمان‌ها» را هم ۳ گروه دیگر صعود کردند. Jacques از روی گرده با صرف ساعت‌ها وقت از کوهنوردان روی دیواره فیلم گرفته است.

۲ شنبه ۱۸ جولای

Alain و Bernard بلوک بزرگ و مربعی شکل دیواره را به کمک گوه‌های درشت چوبی که برای این‌جا درست کردیم صعود می‌کنند و شب زیر ستون سنگی وسط می‌مانند. قرار است فردا ما به آن‌ها ملحق شویم، اما فردا پس از این که



اذیت می‌کند فشار عصبی آن است. یک رله برپا کرده و توی رکاب Francois را حمایت می‌کنم تا بالا بیاید. Francois پس از رسیدن به من در حالی که به صعود ادامه می‌دهد با مشاهده کیفیت سنگ و میخ‌ها از ترس این‌که فشار رکاب آن‌ها را از جا بیرون بکشد کاملاً آزاد صعود می‌کند. بعد هم گاهی برای کوبیدن یک میخ بیش از ۱۰ دقیقه وقت می‌گذارد. بی‌وقفه سنگ ریزش می‌کند و من با فریاد به Alain و Jean Pierre که به نزدیکی گرده بزرگ وسط دیواره رسیده‌اند اعلام خطر می‌کنم. با حمایت Francois پیش او می‌روم. الحق در این طول طناب Francois هنر به خرج داده. به نظر می‌رسد به قله نزدیک شده‌ایم.

الان داریم بین دال‌های سنگی بزرگ و صاف صعود می‌کنیم و فقط میخ تخت به کار می‌رود. بعد از یک طول دیگر با یک تراس کم‌شیب بزرگ پر از خرده سنگ مواجه می‌شویم.

فریاد «تمام شد» دوستان که روی گرده شمالی هستند به گوش‌مان می‌رسد. Pierre، Yvette و Jacques که از صبح زود روی گرده شمالی مراقب ما هستند دیده‌اند که من از روی دیواره بیرون آمده و به این تراس رسیده‌ام. Francois به من می‌رسد. روی صورت خسته و در هم‌اش خنده پیروزی نمایان است. بعد از سه طول طناب نسبتاً آسان، اما بی‌نهایت خطرناک از منطقه‌ای که هیچ سنگی روی دیگری پای‌بند نیست گذشته و در ساعت ۴ بعد از ظهر به قله می‌رسیم. با اشک شوق دست‌های یک‌دیگر را فشرده و به عکس‌برداری مشغول می‌شویم. دوستان گرده پیش ما هستند.

ساعت ۷ شب Alain و Jean Pierre سر قله به ما می‌رسند.

پایین رفتن فوق‌العاده خسته‌کننده تا کف یخچال غربی و یک بالا رفتن تا گردنه شانه کوه و پایین رفتن تا کمپ یخچال در این تاریکی شب در انتظار ماست و فقط دیدن یک سری جای پای خرس روی برف‌ها است که سرعت بیشتری در این کار می‌دهد. نیمه شب کاملاً فرا رسیده که ما به کمپ می‌رسیم. دوستان به گرمی از ما استقبال کرده و تبریک می‌گویند. این یک حقیقت است که تمام دوستان در این پیروزی سهم بزرگی دارند. درضمن تصمیم سرپرست، دکتر «Pierre Buttin» مبنی بر اعلان «تمام برنامه» با توجه به کیفیت قسمت آخر دیواره و نوع سنگ‌هایی که معلوم نیست چگونه روی هم به تعادل رسیده‌اند و با این‌که قرار گذاشته بودیم که همگی دیواره را صعود کنند، این تصمیم را یک تصمیم عاقلانه می‌دانم □

Andre Parat

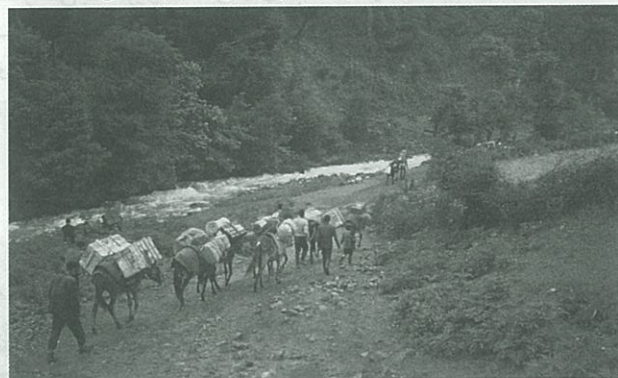
امروز همگی دیر از خواب پا شدیم. هوا بسیار عالی است و خورشید بر همه جا می‌تابد. امید موفقیت و صعود دیواره، خون را در رگ‌های‌مان به جوش آورده است.

ساعت ۲ بعد از ظهر من و Francois راه می‌افتیم، می‌خواهیم امشب تا جای ممکن بالا رفته و فردا کار را تمام کنیم. Jean Pierre و Alain هم فردا صبح زود راه می‌افتند. ساعت ۶ عصر روی طاقچه اصلی و ۸ شب زیر بلوک مربع شکل بزرگ هستیم. روحیه و وضع بدنی‌مان خوب است. شب را همین‌جا خواهیم گذراند. بعد از تماس رادیویی با کمپ یخچال تلاش می‌کنیم بخوابیم، ولی من اصلاً خوابم نمی‌آید. Francois هم که داریم در حال تکان خوردن است وضع بهتری ندارد. تمام شب به فکر فردا و ادامه مسیر هستیم. نمی‌دانم چه مشکل جدیدی در این ستون اصلی دیواره منتظر ماست؟ آیا می‌توانیم صعود دیواره را تمام کنیم؟ این قوت قلب را دارم که تمام دوستان پایین قادرند اگر مشکلی برای ما بروز کند ما را یاری کنند.

یک شنبه ۲۴ جولای

ساعت ۶ صبح Francois جلو و من به دنبالش راه می‌افتیم. پس از گذشتن از بلوک مربعی شکل به یک صعود آریبی به بالا و راست می‌رسیم به یک شکاف پُر از یخ و بسیار صعب‌العبور من یک بار دیگر کار Alain و Bernard را در انتخاب مسیر و میخ‌کوبی‌شان تحسین می‌کنم. ۲ طول طناب فوق‌العاده مشکل ما را کاملاً به سمت راست گرده، وسط دیواره می‌برد. کیفیت سنگ به کلی عوض شده و تمام شکاف‌ها مسدود می‌باشند، گیره‌های تک و توکی را هم که می‌گیریم می‌شکنند. من روی یک دال سنگی لیز گیر کرده‌ام، نه می‌توانم بالا بروم نه پایین. و Francois و میخ‌های حمایت هم ۱۰ متری پایین‌تر هستند. چندین بار تلاش می‌کنم یک میخ بکوبم، ولی بی‌فایده است. در پایان در حالی که از شدت خستگی نزدیک است پاندول شوم موفق می‌شوم یک میخ تخت را ۲ سانتی‌متر در یک شکاف فرو کنم. در ضمن این‌که چهار چشمی میخ را نگاه می‌کنم یک کارابین به آن زده طنابم را رد می‌کنم.

اووف... کمی خیالم راحت‌تر شد. از این‌جا، پاندولی خودم را به یک شکاف دیگر محل برخورد ۲ جبهه می‌رسانم با این‌که سنگ



ورقه ورقه است میخ‌کوبی و صعود را ادامه می‌دهم؛ البته می‌دانم اگر پرت شوم هیچ کدام از این میخ‌ها مرا نگه نخواهند داشت. در حدود ارتفاع Mont Blanc «۴۸۱۰ متر» هستیم. هر حرکتی مستلزم صرف انرژی فراوانی است، البته چیزی که مرا بیشتر از همه

پیمایش کامل خطالرأس اشترانکوه استان لرستان (سرچشمه گهر به کول جنو)

مقدمه و گزارش: پوریا بوجاریان - همدان

مقدمه

خطالرأس اشترانکوه واقع در استان لرستان به طول تقریبی ۶۰ کیلومتر یکی از مشکل‌ترین، فنی‌ترین و خطرناک‌ترین خطالرأس‌های ایران پهناور به‌شمار می‌آید. این خطالرأس در جهت شمال غربی به جنوب شرقی مابین ستیغ‌های گل و کول جنو منطقه‌ای بسیار بزرگ، با چشم‌اندازی زیبا و خیره‌کننده، ستیغ‌هایی بلند، دشت‌های هموار و دره‌های صخره‌ای عمیق را به‌وجود آورده است. این خطالرأس تقریباً شامل ۴۲ قله اصلی و فرعی بوده که حدود ۲۲ قله آن اصلی بوده و به عنوان نماد و اصل شناخته می‌شوند. البته بیش از نیمی از ستیغ‌ها بی‌نام هستند و شاید در میان عشایر این منطقه دارای نامی بومی باشند. نقطه آغازین این خطالرأس از سرچشمه گهر است و تا ستیغ کول جنو که آخرین ستیغ از این خطالرأس است پایان می‌یابد. قصد انجام این برنامه را در سال گذشته ۱۳۹۴ در سرم پروراندم و با چند نفر از دوستان طرح اجرای آن را مطرح کردم. با نزدیک شدن به زمان اجرای برنامه، آمادگی نفرات نسبت به اجرای برنامه تعیین شد و پس از انجام سه برنامه تمرینی در منطقه همدان و گفتگو با پیشروان همدانی این برنامه، خودمان را برای پیمایشی طولانی، فنی، سرسخت و خطرناک خردادماه آماده کردیم.

پنج شنبه ۹۵/۰۳/۱۳

همه‌هه حاضرین فضای کوهستان را در بر گرفته بود به خواب رفتیم.

ساعت ۵:۳۰ دقیقه صبح پس از بیدار شدن و میل صبحانه، و تقسیم بار در ساعت ۶:۳۰ دقیقه با کوله‌هایی به وزن تقریبی ۲۲ کیلوگرم حرکت‌مان را آغاز کردیم.

از مشکلات اساسی پیمایش خطالرأس‌ها تأمین آب آشامیدنی است. هر کدام از ما ۲/۵ لیتر آب به همراه داشتیم و برای پیمایش این قسمت ۱/۵ لیتر آب در نظر گرفته بودیم.

پس از گذشتن از ستیغ‌های کولورید و پازن پیر ساعت ۱۶:۲۰ دقیقه به ستیغ گل با ارتفاع ۴۰۵۰ متر رسیدیم. تیم دیگری از همدان که از دوستان ما بودند به‌صورت جداگانه در آن‌جا به ما رسیدند که در بیشتر مسیر همراه هم بودیم. با خوردن ناهاری مختصر ساعت ۱۷ به طرف سنبران حرکت کردیم.

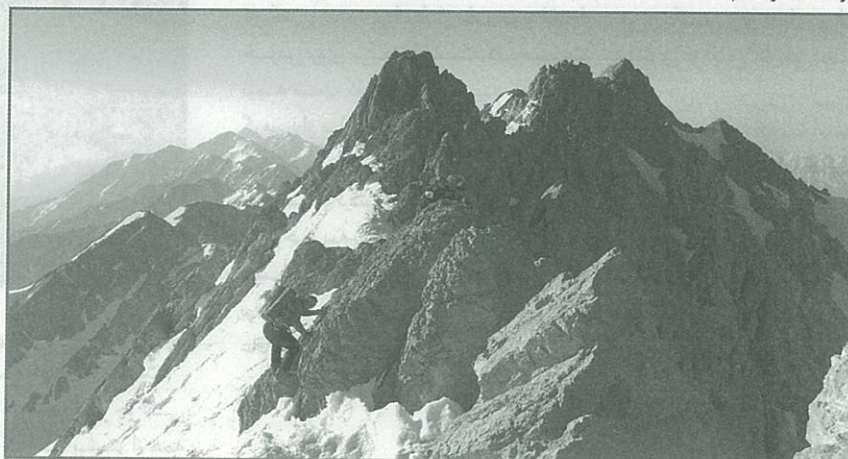
مابین ستیغ‌های گل و سنبران را

گزارش برنامه

چهارشنبه ۹۵/۰۳/۱۲

ساعت ۲۱ در قالب تیمی ۴ نفره همدان را به مقصد درود، ترک کرده و پس از پارک اتومبیل با ماشین درستی به سوی سرچشمه حرکت کردیم.

ساعت ۱:۳۰ دقیقه بامداد به سرچشمه رسیدیم. منطقه در آن ساعت مملو از طبیعت گردانی بود که به قصد رفتن به دریاچه گهر وارد آن‌جا شده بودند. بلافاصله پس از برپا کردن چادر در بالای چشمه در حالی که





پاره نشود و واقعا درود بر "لگه" که با این توصیفی که من از آن دارم، باز استوار ایستاده است.

ناهار را روی لگه میل کردیم و ساعت ۱۶:۳۰ دقیقه با فرود از لگه که کاملاً ریزشی بود، به کراکس مسیر که همه می گفتند رسیدیم، این قسمت دقیقاً بالای مسیر منتهی به ادامه خطالرأس است و دو راه گذر دارد: یا فرود ۲۰ متری یا دست به سنگ شدن از مسیر سمت راست که خیلی ریزشی و خطرناک است. وحید با حمایت اول مسیر سمت راست را فرود رفت و من هم پشت سرش، ولی با دیدن مسیر فرود به دوستان مان توصیه کردیم که با طناب فرود بیایند. با اضافه کردن بلوک روی کارگاه دوستان هم به ما پیوستند و مسیر را با ثبت چند تصویر از لانه خرس زیر ستیغ لگه ادامه دادیم. البته به عقیده من ریزشی ترین و یکی از خطرناک ترین محل های این خطالرأس همین ستیغ لگه و قبل از آن است.

مسیر روی یک یال با شیب ملایم، گاهی هم دست به سنگ، ساعت ۱۹ پس از گذر از تیغه های زیر سراب شاه ستیغ سراب شاه هموار و زیبای آن رسیدیم. ستیغ سراب شاه تخت با ارتفاع ۳۷۲۵ متر نسبت به دیگر ستیغ ها تقریباً هموار و بزرگ بود و جایی مناسب برای شبمانی! با توجه به زمان که دم غروب را نشان می داد تصمیم گرفته شد که شب را در جای چادر مناسبی که روی ستیغ بود بمانیم.

شنبه ۹۵/۰۳/۱۵

صبح روز شنبه ساعت ۶:۳۰ دقیقه بیدار شدیم. فرود از ستیغ سراب شاه تخت تا زمانی که به روی یال برسد خیلی وقت گیر

مرا همواره به یاد بیستون و لجور می انداخت، برای ما لذت بخش بود.

با ادامه مسیر به ستیغ قبل از لگه که نام آن را نمی دانستیم رسیدیم. جنوب ستیغ دیواره کامل بود و گویا مسیری که تیم های دیگر پیموده بودند تراورسی در زیر دیواره بود که آن جا را هم برف زیادی پوشانیده بود، به هر حال قیف زیر ستیغ را انتخاب کردیم و با کار گذاشتن بلوک و فرودی ۱۲ متری و دست به سنگ شدن البته با احتیاط فراوان به روی یال منتهی به لگه رسیدیم. آن جا هم کاملاً ریزشی بود و بسیار خطرناک، پس از عبور از آن جا ساعت ۱۶ به ستیغ لگه با ارتفاع ۳۷۲۵ متر با چشم انداز دلفریبی از ستیغی که از آن عبور کرده بودیم، رسیدیم. از همان بافت روی ستیغ مشخص بود که چقدر ریزشی است و معلوم بود که بار زحمت و میانداری را در میان این خطالرأس با آن همه ستیغ وحشی و بلند او به دوش کشیده است و هم اکنون هم مانند پدری گوزپشت و پیر فقط اتصال این زنجیرهای برادری و برابری را عهده دار است که به توسط نامهربانی های روزگار

تیغه هایی ریزشی که در بعضی جاها به دره هایی عمیق صخره ای می رسید در بر گرفته بود که تیم ما پس از گذشت از ستیغ های گل گهر، گل ریزان، کول لایو و قیف معروفی که به دریاچه گهر منتهی می شد، با درگیری تیغه ی برفی زیر سنبران که نشانه بارش خوب برف در زمستان داشت. ساعت ۱۹:۴۵ دقیقه به ستیغ سنبران با ارتفاع ۴۱۵۰ متر، بلندترین نقطه خطالرأس اشتران رسیدیم. مناطق اطراف به ویژه دریاچه زیبای گهر و نمای ستیغ های اشتران از روی این ستیغ بلند به صورت مشهود قابل رویت و نظر هر بیننده ای را به خود جلب می کند. متأسفانه جای چادرهای ستیغ سنبران زیر برف بود، ولی ما با جستجوی زیاد سرانجام جایی را پیدا کرده و چادرمان را برپا کردیم. از همان بادهای اولیه دم غروب معلوم بود که شب سردی را در پیش رو داریم.

جمعه ۹۵/۰۳/۱۴

ساعت ۶ صبح بیدار شده به قصد ادامه مسیر حرکت مان را ساعت ۸ آغاز کردیم. ادامه مسیر با گذر از ستیغ های فیالستون و میرزایی، به دلیل تیغه ای بودن، به خصوص در فرودها مستلزم تأمل بیشتر است. با کمی استراحت روی میرزایی و گردش مسیر به سمت جنوب، راه را ادامه دادیم. به ستیغ شاه تخت با ارتفاع ۳۸۹۵ متر رسیدیم، که واقعا مانند تختی پذیرای میهمانان تازه از راه رسیده خود برای تازه کردن نفس بود، ولی با تیغه های بعدی اش که در ادامه داشت ما را غافلگیر کرد، تیغه هایی که به سوزنی مهرجمال و ستیغ بلندش ختم می شد؛ البته دست به سنگ شدن بر روی تیغه هایی که مانند خطی نازک رو به بالا و افقی کشیده شده است، با آن جنس سنگ چسبان، که



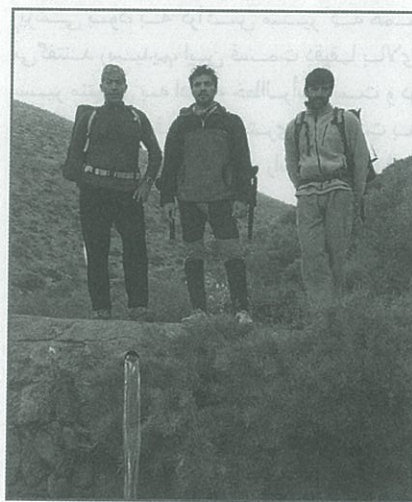
مشخصات قله‌ها

ردیف	نام قله	مشخصات جغرافیایی	
		ارتفاع (متر)	طول و عرض جغرافیایی
۱	کولورید	۳۹۵۰	-
۲	بل پازن پیر	۳۸۵۰	-
۳	گل گل	۴۰۶۰	۷.۳۸۲۰ ۳۳N ۶.۱۹۱۷ ۴۹E
۴	گل ریزان	۴۰۱۵	۷.۲۵۲۰ ۳۳N ۶.۳۹۱۷ ۴۹E
۵	گل گهر	۴۰۴۵	۸.۲۳۲۰ ۳۳N ۷.۴۸۱۷ ۴۹E
۶	کولایو (کول کولایو)	۴۰۸۰	۰.۲۳۲۰ ۳۳N ۱.۵۵۱۷ ۴۹E
۷	سن بران	۴۰۹۵	۸.۲۴۲۰ ۳۳N ۹.۱۵۱۸ ۴۹E
۸	میرزایی	۴۰۸۰	۹.۰۹۲۰ ۳۳N ۵.۲۱۱۸ ۴۹E
۹	فیالستون	۴۰۷۵	۸.۰۸۲۰ ۳۳N ۸.۲۳۱۸ ۴۹E
۱۰	شاه تخت	۳۸۹۵	۳.۴۸۱۹ ۳۳N ۰.۰۵۱۹ ۴۹E
۱۱	سوزنی‌های مهر جمال	۳۷۰۰	۵.۰۴۱۹ ۳۳N ۵.۵۵۱۹ ۴۹E
۱۲	مهر جمال	۳۷۳۵	۳.۰۳۱۹ ۳۳N ۸.۰۱۲۰ ۴۹E
۱۳	لگه	۳۷۳۵	۸.۰۰۱۹ ۳۳N ۳.۱۸۲۰ ۴۹E
۱۴	سراب شاه تخت	۳۷۴۵	۶.۳۰۱۸ ۳۳N ۵.۳۸۲۰ ۴۹E
۱۵	پیرو دره تخت	۳۷۷۰	۹.۲۶۱۸ ۳۳N ۰.۱۱۲۱ ۴۹E
۱۶	پیرو کمندان	۳۸۹۵	۴.۲۷۱۷ ۳۳N ۳.۳۲۲۲ ۴۹E
۱۷	ازنادر	۳۸۲۵	۹.۰۸۱۶ ۳۳N ۹.۳۴۲۳ ۴۹E
۱۸	تخت شاه ۱	۳۷۷۵	۶.۳۴۱۵ ۳۳N ۷.۰۶۲۵ ۴۹E
۱۹	تخت شاه ۲	۳۷۷۸	۸.۲۸۱۵ ۳۳N ۱.۱۳۲۵ ۴۹E
۲۰	کول جنو (کول همایلون)	۳۸۳۰	۲.۰۶۱۵ ۳۳N ۳.۴۴۲۵ ۴۹E

است، چرا که نیازمند مسیریابی درست و درگیری با سنگ دارد. ستیغ‌های فرعی، که هر کدام مسیری صخره‌ای داشتند را پشت سر گذاشتیم. ساعت ۱۴ را نشان می‌داد که به ستیغ بلند و برفی پیاره کمندان با ارتفاع ۳۸۹۵ متر رسیدیم.

پیمایش امروزمان به دلیل خستگی، گرم‌تر شدن هوا، نبودن باد مناسب و کم کردن ارتفاع توأم با مصرف آب بیشتر بود. به همین خاطر من با آوردن برف از روی ستیغ و آب کردن آن حدوداً سه لیتر آب برای ادامه آماده کردم. ساعت ۱۵ ستیغ پیاره کمندان را با میل کردن ناهار ترک کردیم.

فرود این ستیغ هم نیازمند مسیریابی بود و زمان بیشتری می‌برد که البته با دنبال کردن سنگچین‌ها که در بیشتر مسیر کمک‌مان بود؛ آن را هم به سلامت گذشتیم. ادامه مسیر به‌مانند گرده با شیب



زیاد و دست به سنگ به ازنادر می‌رسد. ساعت ۱۹:۱۰ دقیقه بود که به ستیغ سنگی و تیغه‌ای ازنادر رسیدیم، به امید این‌که شاید جای مناسبی برای شبمانی باشد، که البته این آرزو محقق نشد و مجبور به انتخاب و درست کردن جای چادر مناسب شدیم. شب را زیر ستیغ ازنادر با صحبت در مورد ادامه مسیر، میل کردن شام و برف آب کردن به صبح رساندیم.

یکشنبه ۹۵/۰۳/۱۶

شب قبل تصمیم بر این شد که فردا به دلیل راه زیاد زود بیدار شویم و همین طور هم شد، ساعت ۵:۳۰ با نوازش اولین رایحه‌های بامدادان بر چادرمان بیدار شدیم. وقتی از چادر بیرون رفتیم نمای ستیغ‌های

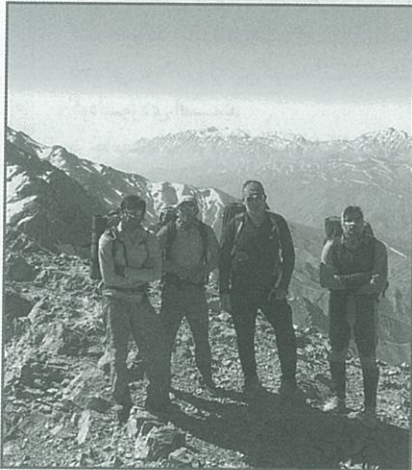
و شادی از مسیر همان تیغه‌ها راه بازگشت را در پیش گرفتیم. باید بر احساس مان غلبه می‌کردیم، چون مسیر برگشت تیغه‌ها نیازمند آرامش و فرودی ایمن بود. ساعت ۱۹:۳۰ دقیقه به زیر تیغه‌ها و کنار کوله‌ها رسیدیم و راهی پناهگاه شدیم. در روز بعد راهی ازنا در، در حالی که پیمایش خط‌الرأس ۳/۵ روز به طول انجامیده بود.

نفرات برنامہ:

پوریا بوجاریان (سرپرست)
محمدحسن شعبانی

وحید محمودی
مهدی رابطی

لوازم مورد استفاده برنامه :



لوازم شخصی

هر شخص ملزم به آوردن وسایل شخصی مورد نیاز خودش با در نظر گرفتن فاکتور سبکباری در این برنامه بود.

لوازم گروهی

خوراک کامل ۴ روز برنامه برای ۴ نفر

طناب ۲۵ متری (۱ حلقه)

بلوک (۳ عدد)

تسمه (۲ عدد)

کلنگ (۲ عدد)

کمک‌های اولیه

چادر مناسب

گاز و سرایی (۴ به ۲)

لوازم خوراک پزی (دو کرده، هر کدام ۱ عدد)

جی پی اس GPS (۱ عدد) □



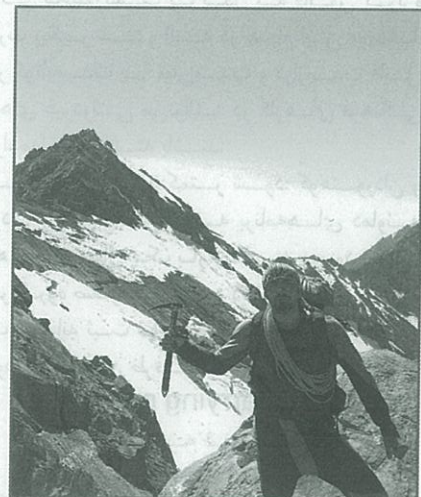
دقیقه ستیغ تخت‌شاه ۲ بودیم. تخت‌شاه را دست به سنگ پایین رفتیم تا به یک قیف برفی پر شیب رسیدیم و با زدن ۷ کارگاه برف با کلنگ و طنابی که به همراه داشتیم ساعت ۱۶ خود را به زیر تیغه اصلی کول جنو رساندیم.

آقا مهدی به دلیل این که کفش‌هایش دیگر جواب کرده بود، قصد ادامه مسیر به منظور صعود ستیغ را نداشت و کار درستی هم بود چون در برگشت قطعا با مشکل مواجهه می‌شد.

من، آقای شعبانی و وحید ساعت ۱۶:۳۰ دقیقه صعود آخرین ستیغ از خط‌الرأس اشتران را آغاز کردیم. چند کراکس اول را پشت سر نهادیم تا به روی تیغه اصلی رسیدیم، اشتیاق‌مان هر لحظه بیشتر می‌شد، یک قدمی ستیغ بودیم، اصلا انگار بوی تازگی می‌آمد، انرژی مضاعف گرفته بودیم، در این لحظات آخر باید بیشتر دقت می‌کردیم. ساعت ۱۷:۳۰ دقیقه آخرین ستیغ یعنی ستیغ کول جنو با ارتفاع ۳۸۳۰ متر را صعود کردیم. احساس بسیار زیبایی بود، تماشای خط افقی که روی خط‌الرأس در حاله‌ای از نور پنهان بود ما را در حیرت فرو برده بود، لحظه‌ای گوارا برای وجود ما که شاید خیلی از انسان‌ها به عنوان موجودیت در جهان هستی آرزوی چشیدن آن را داشته باشند.

با گرفتن چند تصویر خاطره انگیز و شور

پشت سر که از آن‌ها گذر کرده بودیم نظرم را جلب کرد و با خود گفتم: "واقعا انسان موجود عجیبی است. پریروز کجا! دیروز کجا! امروز کجا! آن هم از چه مسیری!!!" ساعت ۱۷ ازنا در را ترک کردیم، دیگر ستیغ کول جنو داشت با آن تیغه معروفش خودنمایی می‌کرد و ما هم برای رسیدن به آن لحظه‌شماری. ستیغ‌های فرعی زیادی بین راه بود، با گذشتن از آن‌ها و دیواره زیر ستیغ تخت‌شاه، ساعت ۱۲:۳۰ دقیقه به ستیغ تخت‌شاه ۱ با ارتفاع ۳۷۷۵ متر رسیدیم و با استراحتی کوتاه و میل کردن آب برفی که آن را با شربتی از زعفران و گلاب و بیدمشگ مخلوط کرده بودم، مسیر را ادامه دادیم. ساعت ۱۳:۱۰



مشخصات پناهگاه و جانپناه‌ها

ردیف	پناهگاه/جانپناه		مشخصات جغرافیایی	
	نام	ظرفیت (نفر)	ارتفاع (متر)	طول و عرض جغرافیایی
۱	پناهگاه گل‌گل	۳۰	۲۷۴۵	۵.۲۱۲۲۳۳N ۲.۰۲۱۸۴۹E

کمتر و با ملاحظه‌تر به دماوند صعود کنیم

عباس محمدی *

در ایران، تنها یک چکاد بالای ۵۰۰۰ متر داریم که از قضا پیکربندی بسیار متناسب و چشم‌نوازی هم دارد؛ شاید همین دو ویژگی بس بوده که این کوه را به نماد سرزمین ما بدل سازد. طبیعی است که هر کوه‌نورد ایرانی، و البته بی‌شمار کوه‌نوردان خارجی، دوست داشته باشند که بر فراز این کوه بایستند. اما صعودهای پرشمار به دماوند که بیشتر آن‌ها هم بی‌هیچ ضابطه، و بدون در نظر گرفتن اصول حفاظت محیط کوهستان انجام شده، گزندهای بسیاری بر چهره آن وارد ساخته است.

در همین آغاز نوشتار، درخواست دارم که با ردیف کردن مشکلات بسیار بزرگ‌تری که دماوند و حریم آن با آن روبه‌رو بوده یا هستند (معدن‌کاری، جاده‌سازی، چرای بی‌رویه دام، دفن پسماندهای شهرها و روستاهای اطراف، و...) از چاره‌اندیشی درباره موضوعی که مسئولیت آن مستقیماً به خود ما کوه‌نوردان مربوط است، طفره نرویم! تردیدی نیست که هرچه زباله و فضولات (و فرسایش ناشی از رفت و آمد) از حدود ارتفاعی پناهگاه‌ها به بالا دیده می‌شود و همچنین بخش بزرگی از این‌گونه آثار نامطلوب که در ارتفاع‌های پایین‌تر دماوند چشم بیننده را می‌آزارد، فقط نتیجه برنامه‌های کوه‌نوردی است.

جامعه کوه‌نوردی، به طور کلی دوستدار طبیعت و مدافع محیط‌زیست است. جا دارد که با کمتر کردن آثار منفی خودمان بر کوه‌ها، در تثبیت موقعیت خویش به عنوان یک گروه اجتماعی بزرگ که اثرگذاری مثبتی در تمامی چالش‌های زیست‌محیطی دارد، بکوشیم.

چند پیشنهاد

در سه چهار سال گذشته، موضوع حفاظت از دماوند بسیار جدی‌تر شده و بحث آن از انجمن‌های کوه‌نوردی و مدافع کوهستان به سطح مقام‌های دولتی و قضایی رده‌بالا کشیده شده است. از مجموع آنچه که در این سال‌ها در جلسه‌ها و همایش‌ها و گفت‌وگوها درباره حفاظت از دماوند گفته شده، به نظر من می‌توان راه حل‌های زیر را برداشت و سفارش کرد. توضیح آن که اجرای شماری از این توصیه‌ها با اراده فردی و به دست یک شخص هم ممکن است؛ تعدادی را فدراسیون کوه‌نوردی و مقام‌های محلی یا منطقه‌ای می‌توانند جامه عمل بپوشانند؛ چند تایی را باید تبدیل به مصوبه

دولت یا شورای عالی محیط‌زیست یا بدل به قانون کرد و اعمال آن‌ها را با قدرت پیگیر شد؛ و البته در تمام این موردها، که ممکن است در کوتاه‌مدت یا میان‌مدت و درازمدت قابل اجرا باشند، سازمان‌های غیردولتی می‌توانند در کارهای فرهنگی مربوط و حتا در اجرا، مداخله داشته باشند.

□ رفت و آمد به دماوند باید کمتر شود: کوه‌نوردان و سازمان‌های کوه‌نوردی می‌توانند داوطلبانه برنامه‌های دماوند خود را کمتر و فقط هر چند سال یک بار اقدام به صعود دماوند کنند. اندازه هر گروه صعود به حدود ده تن محدود شود.

□ یک سامانه ثبت نام برای صعود دماوند ایجاد

شود و با تعیین ظرفیت تحمل یا ظرفیت بُرد

(carrying capacity) منطقه، در هر

هفته به شمار مشخصی اجازه

صعود داده شود. برای هر

شخص





که فضولات با مواد آلی مانند خاک اره مخلوط می‌شود، یا نوعی که فضولات با بادزن و نیروی خورشیدی خشک می‌شود) تبدیل شود. توضیح این‌که هیچ قاعده شرعی و دلیل منطقی اقتضا نمی‌کند که در ارتفاع بالای چهار هزار متر، آب برای شستشوی فراوان تأمین گردد یا امکاناتی شبیه امکانات شهری در اختیار کسانی گذاشته شود که خواهان صعود به ساده‌ترین روش هستند. در بیرون از محدوده پناهگاه‌ها، کوهنوردان باید فضولات جامد خود را جمع و به پایین حمل کنند (راه‌های ساده و بهداشتی برای این کار هست).

❑ دماوند و حریم آن به‌عنوان پارک ملی و میراث ملی-جهانی ثبت و سازمان‌های حفاظت محیط‌زیست و میراث فرهنگی با همکاری جامعه‌های محلی و جامعه کوه‌نوردی مسئول حراست از آن شوند.

با اجرای این کارها، دماوند بهتر حفاظت خواهد شد و هم‌زمان، به دلیل حذف یا کاهش امکانات غیرطبیعی، ارزش‌های کوه‌نوردی این کوه گران‌قدر بیشتر خواهد شد.

ممکن است در نگاه نخست اجرای این پیشنهادها ناممکن یا سخت به چشم آید، اما با توان بالایی که کوهنوردان مدافع طبیعت دارند، و به شرط پیگیری و مشارکت‌پذیری دستگاه‌های مسئول کوه‌نوردی و منابع طبیعی و محیط‌زیست، و مدیران شهرها و روستاهای پای دماوند، و البته با جلب همکاری جامعه محلی و سازمان‌های مردم‌نهاد، می‌توان این کارها را به سرانجام رساند ❑

* مدیر گروه دیده‌بان کوهستان انجمن کوه‌نوردان ایران

یک مبلغ ورودیه (که نباید ناچیز باشد) در نظر گرفته شود و درآمد حاصل از آن صرف نگاهبانی دماوند گردد. نیازی به گفتن نیست که در مورد اجازه ورود برای گروه‌های خاص مانند کوهنوردان خارجی، تیم‌هایی که برنامه شاخص دارند، تیم‌های پاک‌سازی، و... می‌توان اولویت‌هایی تدوین کرد.

❑ شمار مجوزهای صادره باید فقط به اندازه ظرفیت پناهگاه‌های موجود و چند چادرگاه محدود و مشخص باشد. ❑ فروش آب بتری‌شده، مواد خوراکی، و ظرف‌های یک‌بارمصرف در پناهگاه جنوبی و هر پناهگاه و چادرگاه دیگر متوقف شود تا هر فرد و گروه کوهنورد فقط به اتکای بار خودش به منطقه بیايد. این کار، ضمن جلوگیری از رفت و آمد کسانی که به پشت‌گرمی امکانات پناهگاه به دماوند می‌آیند، تولید پسماند را هم کاهش خواهد داد.

❑ راه ماشین‌روی جنوب دماوند (جاده گوسفندسرای احسان)، جاده چاک‌اسکندر (غرب دماوند)، و جاده‌هایی که از ناندل به پای یال‌های شمالی می‌رود، با یک برنامه‌ریزی دو سه ساله بسته شود. بدیهی است که در مورد جلب رضایت دامداران محلی و دارندگان خودروهای مسافربر این مسیرها باید برنامه‌ریزی کرد و با ایشان وارد گفتگو شد.

❑ با یک برنامه‌ریزی چندساله و ایجاد راه معیشت دیگر برای قاطران محلی، به تدریج ورود حیوان بارکش به منطقه ممنوع شود.

❑ از هرگونه توسعه راه و ساختمان و پناهگاه و چادرگاه در اطراف دماوند (ارتفاع حدود ۲۰۰۰ متر به بالا) جلوگیری شود، و جاده‌ها و ساختمان‌هایی که خودسرانه ساخته شده‌اند، تخریب گردد.

❑ هرگونه برنامه جمعیتی (صعودهای تبلیغی و مناسبی و...)، همچنین مسابقه‌های دوی کوهستان (sky running) در دماوند ممنوع شود.

❑ صعود به قله و بازگشت از آن، فقط از راه‌های پاکوب صورت گیرد.

❑ هر کوهنورد، مکلف به بازگرداندن پسماندهای خود به شهر باشد.

❑ توالت پناهگاه‌ها به نوع «توالت خشک» (مثلاً از نوعی

فصل‌نامه کوه معتقد است با یک ممنوعیت ۳ الی ۵ سال صعود دماوند که باید با همکاری کلیه سازمانهای ذیربط انجام گیرد، اجازه دهیم تا طبیعت دماوند تاحدودی خود را ترمیم کند.

از کالاهای ایرانی بهره‌گیریم
تا پشتیبان سازندگان ارجمند و
میهن گرامی مان باشیم.

انجمن کوه‌نوردان مساعد

فروشگاه کوه نورد
لوازم کوه‌نوردی و مسافرتی
تلفن ۸۸۷۳۹۷۰۰
خ دکتر بهشتی خ میرعاد پلاک ۲۸۲
تلفن ۸۷۳۹۷۰۱
همراه: ۰۹۱۳۱۰۵۲۹۷۶ ساختمان گل‌دیس زیر بمکف واحد ۱۰۸



ترجمه: مهندس منیژه بزرگر
نویسنده: داگ اسکات

بودند. مدال‌های بروس، ملوری و فینچ به دستشان رسید ولی از سرنوشت مدال شریاها اطلاعی در دست نیست. شخصی به نام «بارون کوپرتین» پیشنهاد کرد که یکی از مدال‌های المپیک بر فراز قله اورست نهاده شود. انگلیسی‌ها این ماموریت را برعهده گرفتند ولی هرگز انجام ندادند.

۱۹۳۲ - برادران اشمیت (فرانس اشمیت و تونی اشمیت) در المپیک ۱۹۳۲ در لس‌آنجلس به دلیل نخستین صعود بر جبهه شمالی ماتهورن، موفق به اخذ مدال شدند. تونی چندماه قبل از دریافت مدال در کوه‌های آلپ کشته شده بود.

۱۹۳۶ - گوتتر دیرنفورت و هتی دیرنفورت در این المپیک به علت صعود بر کاراکروم موفق به اخذ مدال طلا شدند.

۱۹۳۸ - در اوج قدرت حکومت نازی، هیتلر چند کوهنورد را به علت اولین صعود به جبهه شمالی ایگر تشویق و تقدیر کرد. تصور بر این بود که این گروه توقع بردن مدال المپیک داشتند ولی داخل شدن هیتلر بر موضوع جوایز کوهنوردی تا سال‌های متمادی باعث بدنامی آنها شد.

۱۹۴۶ - کمیته بین‌المللی المپیک اعلام کرد که از اهدای جایزه به فعالیت‌های کوهنوردی و هوانوردی منصرف شده است.

۱۹۸۸ - رینهولد مسنر و جرزی کوکوشکا در المپیک زمستانی کالگری (کانادا) به دلیل صعود بر ۱۴ قله بلندتر از ۸۰۰۰ متر مدال نقره دریافت کردند. در اینجا این سؤال پیش می‌آید که برای دریافت مدال طلای این رشته باید به چه موفقیتی دست یافت؟ نخستین جایزه کوهنوردی من در سال ۱۹۷۴ از طرف روس‌ها داده شد. به من و سه نفر دیگر گواهینامه‌ای دادند که تایید می‌کرد

آیا شما برای رضایت‌خاطر خود به کوهنوردی می‌روید یا برای جلب دیگران و یا گاه برای جایزه و پاداش؟ کم‌کم به سال ۲۰۲۰ نزدیک می‌شویم و «داگ اسکات» این سؤال را مطرح می‌کند که «کوهنوردی و فتح قله‌ها چگونه به کسب مدال المپیک می‌انجامد».

آیا می‌دانستید که تا به حال ۲۰ نفر موفق به اخذ مدال المپیک در رشته کوهنوردی شده‌اند؟

۱۸۹۶ - در برنامه‌گذاری مسابقات المپیک ورزشی پیشنهاد شد که یک مدال برای موفقیت‌های کوهنوردی در دوره چهارساله بین دو المپیک اختصاص داده شود.

۱۹۱۱ - مجله آلاین ژورنال اعلام کرد که در المپیک ۱۹۱۲ استکهلم یک مدال طلا به بهترین فعالیت کوهنوردی سال‌های ۱۹۰۸ تا ۱۹۱۱ داده خواهد شد.

۱۹۱۲ - هیچ مدالی به ورزش کوهنوردی تعلق نگرفت. «اریک اولن» با اختصاص این مدال مخالفت کرد و چنین توضیح داد که معیاری برای مقایسه و سنجش صعودها و صعودکننده‌ها وجود ندارد و هرنوع قضاوتی در این مورد، ذهنی و نظری است.

۱۹۲۶ - در نخستین المپیک زمستانی که در شامونی برگزار شد، مدال‌هایی به اعضای گروه صعود هیمالیا مربوط به سال ۱۹۲۲ اعطا شد. برندگان مدال‌ها عبارت بودند از: چارلز گرانویل بروس، جفری بروس، ج.رج فینچ، جورج ملوری، ادوارد نورتون، هوارد سامرول تجیرا بورا و ۷ نفر شریپای همراه آنان. مدال شریاها همگی پس از مرگ آنها اعطا شده بود زیرا در جریان آن سفر ماجراجویانه شریاها همگی زیر بهمنی عظیم مدفون شده

حقیقت کریس سخنگوی گروه کوهنوردی انگلستان بود و تعداد صعودهایش هم بیشتر از بقیه بود. آن روزها، بعضی می گفتند که داگلاس هستن و من که بر اورست صعود کرده بودیم توقع داشتیم که ملکه الیزابت ما را در دربار به حضور بپذیرد ولی اشکال کار این بود که داگلاس در دوران جوانی سه ماه در زندان گذرانده بود. البته ما بعد از مدتی به خانه هارولد ویلسن، نخست وزیر آن زمان انگلستان دعوت شدیم و او از ما درباره صعود به اورست و مشکلات آن سؤال‌هایی کرد که پاسخ دادیم.

سال ۱۹۹۴ از بخش تشریفاتی کابینه نامه‌ای دریافت کردم که آیا مایلم به عنوان فرمانده تشریفاتی امپراطوری انگلستان شناخته شوم؟ من هرچند بسیار تعجب کردم ولی بلافاصله آن را قبول کردم. والدین من از این موضوع خیلی خیلی خوشحال شدند. پدرم مرتب می‌گفت: «خدا را شکر می‌کنم که زنده هستم و چنین روزی را می‌بینم». در حقیقت برای او افتخار بزرگی بود که



ببیند پسرش به چنین مقامی دست یافته است. به‌طور کلی مقامی که به کریس بانینگتون رسید، بیشتر تشریفاتی و برای جمع‌آوری پول جهت کمک به کارهای مربوط به کوهنوردی در نیال و نیز تسریع در صدور ویزا در خارج از انگلستان بود. در محافل کوهنوردی گفته می‌شد که چون «ربکا استفنس» که نسبتاً تازه کار است برای صعود بر اورست مدال گرفته، پس می‌بایست به کریس که کهنه کارتر و با سابقه‌تر است هم مقامی داده شود.

من، سال‌ها قبل از اهدای این نشان‌ها و مقام‌ها، تقریباً فعالیت‌های مهم کوهنوردی خود را به پایان رسانده بودم. سایر هم‌دوره‌های من هم همین‌طور بودند از جمله کریس بانینگتون، جورج بنه، جو براون و پت لیتل جان، که هیچ‌کدام از ما واکنشی به این نشان‌ها و عنوان‌ها نشان ندادیم. ولی بعضی‌ها واکنش‌هایی نشان دادند. «ویتک کورتیکا» یکی از چهره‌های معروف کوهنوردی قرن بیستم، دعوت برای شرکت در هیات داوران اهدای جایزه «تبر طلایی» را رد کرد. این هیات در سال ۱۹۹۱ تاسیس شده بود. مؤسسین اولیه آن در این فکر بودند که برای صعودهای مشکل و ماجراجویانه و نیز صعودهایی به سبک آلپاین جوایزی اهدا کنند. با وجود یک شروع خوب و مستند، بعد از مدتی، جریان در مردابی از ضد و نقیض‌ها گرفتار شد، زیرا خیلی مشکل بود که تعریف کامل و جامعی برای عبارت «بهترین صعود» ارایه کرد. بعد از مدتی، کریستین، رییس جدید در سال ۲۰۰۹، جایزه و

ما به قله لنین در کوه‌های پامیر صعود کرده‌ایم. این جریان یک برنامه بین‌المللی بود که در دوره آشیک تاش برگزار شد. ظاهراً منظور این بود که کوهنوردان کشورهای مختلف با هم آشنا شوند ضمناً هدف دیگری هم داشتند و آن این بود که کمیته بین‌المللی المپیک را تشویق کنند که کوهنوردی ارتفاعات بالا را به رسمیت بشناسد و آن را یکی از رشته‌های ورزشی المپیک به‌شمار آورد.

همیشه این چنین پیشنهادها با لبخند تمسخر روبه‌رو می‌شد ولی فشارها برای قبول رشته کوهنوردی در بین سایر ورزش‌های المپیک از بین نرفتند. برگزارکنندگان ورزش‌های داخل سالن مرتبط با کوهنوردی، مانند دیواره‌نوردی و یخ‌نوردی، می‌کوشند تا این ورزش‌ها را به رشته‌های ورزشی المپیک وارد کنند. بیشتر قهرمانان کوهنوردی هم فکر می‌کنند که حتماً این‌طور خواهد شد. کوهنوردان واقعی بر این باور هستند که فقط صعود بر بلندترین ارتفاعات باید وارد بازی‌های المپیک شود ولی تاریخ چیز دیگری نشان می‌دهد. بارن گوپرتین که در حقیقت پدر المپیک‌های مدرن است پیشنهاد کرده بود کوهنوردی هم جزو رشته‌های ورزشی المپیک حساب شود. از سال ۱۹۲۴ تا به حال کمتر از ۲۰ مدال المپیک به رشته کوهنوردی تعلق گرفته است که بیشتر آنها قبل از جنگ جهانی دوم بوده است. در کشورهای جزو شوروی سابق تصمیم قطعی بر استقرار این ورزش در المپیک وجود ندارد. اگر هم تعداد اندکی از این موضوع حمایت می‌کردند، بعد از سانحه مرگ ۸ کوهنورد زن که سال ۱۹۷۴ در صعود به قله لنین اتفاق افتاد، تغییر عقیده دادند. آنها در مسیر صعود، در ارتفاع ۲۳۰۰۰ پا جان خود را از دست دادند. عوامل متعددی منجر به مرگ آنها شد. از جمله: کم‌تجربگی، کمبود وسایل و تجهیزات مناسب. از طرفی آنقدر مشتاق به صعود بودند که موقعیت خطرناک خود را درک نمی‌کردند. آنها در طی مسیر به جایی رسیدند که راه پس و پیش نداشتند. ضمناً اشتباهات توقع زیادی از حمایت راهنماهای محلی و امدادهای هلیکوپتر داشتند و همه این عوامل سبب شد که خطر را دست‌کم بگیرند.

تصور آنها چنین بود که در هر مرحله و هر جا، نیروهای امدادی می‌توانند به نجات آنها بروند و به این ترتیب با اتکای کاذب بر حمایت‌های دیگران جان خود را از دست دادند. این ماجرای دردناک باعث شد بسیاری از کسانی که تصمیم به انتخاب کوهنوردی در بازی‌های المپیک داشتند، از نظر خود منصرف شوند.

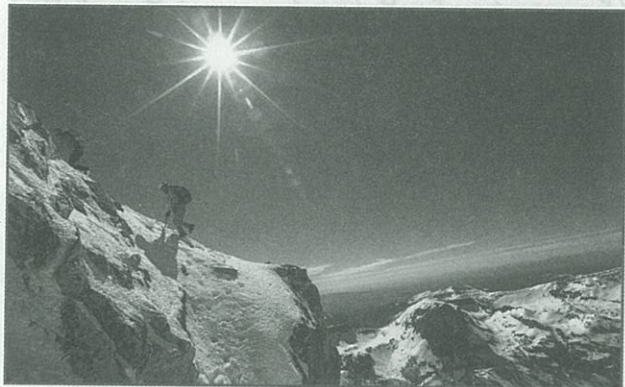
یک سال بعد از صعود ما به پامیر، ما با موفقیت جبهه جنوب غربی اورست را صعود کردیم. توقع مدال نداشتیم و چیزی هم دریافت نکردیم. رهبر گروه ما، کریس بانینگتون، سال ۱۹۷۴ یک مدال طلا از انجمن سلطنتی جغرافی انگلستان دریافت کرده بود. من و دان ویلیامسن، کنار هم، مجاور در ورودی به سالن انجمن سلطنتی جغرافی ایستاده بودیم. آن روزها، دان اندکی از کریس دلخوری داشت (زیرا کریس بانینگتون اسم دان را از لیست همراهان خود برای صعود بر اورست خط زده بود). دان زیرلبی با طعنه گفت: «چه کشف بزرگی کرده است» دان فراموش کرده بود که کار کریس بانینگتون فقط رهبری گروه صعود بر آنپورنا نبود. به هر حال وقتی کریس بعدها به مقام بزرگی در کوهنوردی انگلستان رسید، دان دست از شکایت برداشت زیرا در

به شخصی والا مقام تبدیل می کنید. من نمی توانم پیشنهاد شما را قبول کنم زیرا قبول پیشنهاد شما دلیل بر بطالت و پوچی افکار و تمایلات درونی من خواهد بود. کوهنوردان معمولاً در رفتار و حرکات خود آزادی هایی دارند که مشخصه آنهاست. امیدوارم دلایل مرا خوب درک کنید». اگر شما به کوهستان می روید ولی فتوحات و صعودهای خود را ثبت نمی کنید پس شما از ویتیک هم بی ریا تر و خاکی تر هستید. مسلماً افراد زیادی به کوهستان و قله های مرتفع و شاید هیمالیا می روند ولی صعودهای خود را گزارش نمی کنند و در خبرگزاری ها منعکس نمی شود. آنها به کوهستان می روند تا از صعود لذت ببرند ولی همه اینطور نیستند. شخصاً مشتاق هستم که درباره صعودهایم مقاله بنویسم. تجربیات خود را به دیگران انتقال دهم و بدون رودربایستی باید بگویم که دوست دارم از من تشکر و قدردانی شود. این که خود را مستحق مدال و جایزه بدانی کار خلافی نیست. اگر بگویم که من از مدال و نشان دریافتی استقبال نکردم، اندکی ریاکارانه است ولی در حقیقت من و سایر همدوره های من برای مدال و مقام، رو به کوهنوردی و صعود نیافریدیم. جایزه «تبر طلایی» جشنی است برای کوهنوردی بهتر و در حقیقت مراسم آن شبیه یک فستیوال شاد و پرهیجان است. اگر جایزه «تبر طلایی» با این تفکر و به همین روش اجرا شود، مطمئناً باقی خواهد ماند و هر ساله با استقبال بیشتری روبه رو خواهد شد و به این ترتیب مشوقی برای صعودهای متفکرانه و جوان مردانه خواهد بود مخصوصاً در کشورهای تحت سلطه شوروی سابق.

به تازگی کوهنوردان فعال و پیشرو مانند «آکساندر کلنف» روش های رقابتی کوهنوردی کشورشان را زیر سؤال برده اند. کلنف معتقد است که افکار و روش های اعمال شده در زمان گذشته، سبب درجا زدن فعالیت های کوهنوردی شده است. «آنا تولی مشنیکف» گفته است: «رقابت های کوهنوردی ربطی به هم ندارند و در حقیقت این رقابت ها، اصل و پایه هدف های کوهنوردی را تغییر داده اند».

«دان ویلیاسن» چندسال قبل به من گفته بود که در کوهنوردی و صعود همیشه رقابت های تنگاتنگ وجود داشتند ولی این رقابت ها برای گشایش مسیرهای جدید صعود بوده است. این همان تفاوت بزرگ بین کوهنوردی و سایر ورزش های میدانی است. در ورزش های میدانی، هدف نهایی شکست دادن یک یا چند نفر دیگر است. ولی در کوهنوردی هیچ کس هدف شکست دیگران را ندارد. من شخصاً جایزه تبر طلایی را می پسندم زیرا به جای معرفی یک برنده نهایی، به هدف دیگری می پردازد. ما همه مایلیم که ما را دوست داشته باشند و من هم از این موضوع مستثنی نیستم. وقتی که جایزه و مدالی به شما اهدا می شود نه تنها احساس خوبی به شما دست می دهد، بلکه ناگهان احساس می کنید که «شخص مهمی» هستید، گویی راحت تر نفس می کشید. در مجمع «تبر طلایی» من فرصت آن را داشتم که آزادانه در کوهنوردی آلپ شرکت کنم و ضمناً سیاستمداران یا مسئولین اداری، شرکت های بیمه و سایر بنگاه های تجاری و تبلیغاتی هم با ما همراه بودند. ولی مهم ترین پیام این مجمع این است: «فقط صعودهایی که به روش اصولی و ساده قدیمی انجام شوند، در این هیأت مورد بررسی و اهدای جایزه قرار می گیرند» □

روش انتخاب را تغییر داد. «ویتیک» برای شرکت در هیأت داوران «تبر طلایی» دعوت شد. او دعوت را رد کرد و در پاسخ نوشت: «این انتخابی مشکل است. گویی مبارزه ای خشن برای کسب مقام و مدال در پیش است که جهان به آن می نگرد. اهدای مقام و جایزه برای چنین کارهایی، دشمن هنر صعود و کوهنوردی است. کسی که برای کسب مدال و مقام صعود می کند، کوهنورد نیست». از نظر ویتیک، صعود و کوهنوردی وسیله ای برای تقویت قوای روحی و جسمی و تعالی عقل و خرد انسانی بود. جایزه و مدال سبب از بین رفتن این روحیه می شد. سپس ویتیک اضافه کرد «شرکت در انتخاب و اهدای جوایز برای صعود، بیشتر به یک بازی شبیه است و برای صعودکننده خطرناک است. من نمی توانم پیشنهاد شما را قبول کنم».



کریستین از نامه ویتیک تشکر کرد ولی اضافه کرد: «من از صمیم قلب با شما موافق هستم ولی ما می خواهیم از این فرصت استفاده کنیم و خود را به جهان بشناسانیم. نمی خواهیم دیگران جای خالی ما را بگیرند».

ویتیک در آن مراسم شرکت نکرد ولی آنها که شرکت کردند از جمله خود من، دیدیم که برای اهدای جوایز، اجرای کوهنوردی به روش آلپاین، در نظر گرفته شد. جوایز به آنها می رسید که از وسایل کمکی مثل طناب ثابت، وسایل حفر سنگ، بی سیم و دستگاه استفاده از پیش بینی وضع هوا، استفاده نکردند. سایر موارد که برای اهدای جایزه در نظر گرفته شد، عبارت بودند از اینکه: صعود قبلاً انجام نشده باشد، طبیعت بکر را از بین نبرند، چیزی در طبیعت رها نکنند و با مردم بومی و محلی رفتاری دوستانه داشته باشند. در حقیقت مدال های سال ۲۰۰۹ به سه صعود مختلف که کم و بیش این مشخصات را داشتند، داده شد. انتخاب سه نفر به جای یک نفر، روش خوبی بود که از شدت رقابت های سال های آینده کم می کرد و به نوعی می توان گفت که برنده ها، سفرای ورزش کوهنوردی و صعود بودند. پس از اهدای مدال به سه نفر، کریستین دوباره با ویتیک تماس گرفت و از او خواست در هیأت داوران اهدای مدال تبر طلایی ۲۰۱۰ شرکت کند. تا اندازه ای می شد پیش بینی کرد که پاسخ ویتیک چه خواهد بود. او نوشت: «این پیشنهاد شیطانی است ... من به کوه ها و ارتفاعات می روم تا بر نقاط ضعف روحی خود غلبه کنم و شما مرا به راهی دعوت می کنید که نقطه مقابل آن است. من تمام عمر خود را صرف این کردم که از غرورم بکاهم و خود را فردی مانند دیگران بدانم ولی شما با این پیشنهاد مرا

اورست: روز تاریخی

دکتر علی رضا بهپور

مقدمه:

در شماره ۸۲ گزارشی از فاجعه زلزله در کمپ اورست به قلم دکتر بهپور درج شد. نامبرده که خود در کوران مسایل مربوطه قرار داشت در شماره ۸۳ به علت برنامه صعود به اورست نتوانست ادامه آن را بنویسد. اینک ادامه ماجرا...

آن چهار دقیقه...

امسال سال سوم است که این مسیر رو طی می‌کنم. وقتی سال ۱۳۹۲ برای صعود لوتسه این راه رو طی می‌کردم و حدود چهل روز بعد سرمست از صعود برمی‌گشتم؛ به هیچ عنوان در مخیله‌ام نیز نمی‌گنجید که در دو سال پی‌درپی بعدی کماکان مسافر این راه و مهمان ساکنان‌اش باشم.

ادامه از قبل...

ساعت ۱۲ در چادر آشپزخانه نشسته بودم و مشغول به خرده‌کاری‌های معمول بودم. احساس کردم که زمین زیر پایم می‌لرزد. از همان لرزه‌های همیشگی ناشی از بهمن‌های اطراف و یا حرکت دائمی یخچال. بی‌اعتنا حرکتی نکردم.

این لحظات شروعی بود بر آن چهار دقیقه...

چهار الی پنج دقیقه‌ای که هنوز نمی‌دانم چه صفتی برای آن براننده است: ویران کننده؟ لعنتی؟ به یاد ماندنی؟ متحول کننده؟ شگفت‌آور؟ ترسناک؟...

هر چه ثانیه‌ها می‌گذشت شدت لرزه‌ها بیشتر می‌شد. بعد از چند ثانیه دیگر، قصد کردم از جا بلند شوم، اما نتوانستم!!! انگار که روی تخته پاره‌ای در دریایی توفانی ایستاده‌ام. ناخودآگاه بلند فریاد زدم که زلزله است... زلزله...

حد فاصل صندلی تا درب چادر را به زحمت طی کردم. حدود ۴۰ ثانیه زمین با شدت هرچه تمام‌تر می‌لرزید. صدایی عجیب از زمین به گوش می‌رسید. ترکیبی از خرد شدن یخچال و تکان‌های خود زمین. خیلی وهم‌انگیز است. خیلی. چنان لرزه‌هایی را تجربه نکرده بودم. همین نگرانی من را بیشتر می‌کرد. می‌دانستم که به دنبال زلزله در چنین مناطقی چه پیش خواهد آمد. یک چشم به زمین داشتم و یک چشم به آسمان. واضح است که در این‌جا سقف و دیواری نیست که بر روی انسان فرو بریزد. ولی... اتفاقی بسیار مهیب در راه بود...

بعد از گذشت تقریباً یک‌سال، هنوز تصور این ثانیه‌ها و بیان و شرح آن‌ها برایم بسیار مشکل است...

هوا نیمه ابری بود و میدان دید چندان زیاد نبود. هیچ کدام از قله‌های اطراف دیده نمی‌شد، ولی صدای شکستن و غرش ریزش

یخ‌ها از همه طرف به گوش می‌رسید. بعضی بسیار بلند و قوی و بعضی ضعیف‌تر. مطمئن بودم که مورد هجوم بهمن قرار خواهیم گرفت، ولی نمی‌دانستم از کدام سو. فقط می‌دانستم که در آن‌جا که ایستاده‌ام از یک سمت بهمنی نخواهد آمد. آن‌جا دروازه ورودی بیس کمپ از سمت غرب بود که من پشت به آن ایستاده بودم. فقط آن‌جا بود که کوهی بلند در نزدیکی نداشت. طرف چپ من پوموری و یخچاله معلق آن قرار گرفته بود که تا قله لینکترن کشیده شده بودند. در مقابلم همه بیس کمپ قرار داشت که در نهایت به گردنه لوه‌لا می‌رسید که فقط چند یخچال کوچک را در بر داشت؛ البته فاصله آن‌ها از من خیلی زیاد بود. شاید بیش از دو کیلومتر، ولی کمپ عظیم چیچی‌ساز درست در پای آن‌ها قرار داشت. در طرف راست من نوپتسه بود که مملو از یخ‌های معلق است که تا آسمان کشیده شده‌اند. این دامنه از همه به محل من نزدیک‌تر بود و حدس می‌زدم که بهمن از این نقطه بر ما آوار می‌شود. صدای ریزش‌ها هم از همین‌جا بیشتر بود.

در همین افکار بودم که ناگهان از سمت مقابلم، یعنی درست از جایی که کمتر احتمال می‌دادم؛ توده بسیار عظیم ابرمانندی را مشاهده کردم که با سرعتی باور نکردنی به سمت ما می‌آمد. در نظر من ارتفاع این توده تا حدود ۲۰۰ متر می‌رسید و تمام عرض و طول میدان دید را پر کرده بود. ابتدا در جای خود میخکوب شدم، بعد از چند لحظه و با مشاهده سایر افراد که به سمت مخالف می‌دویدند، من هم با گام‌هایی لرزان شروع به فرار کردم.

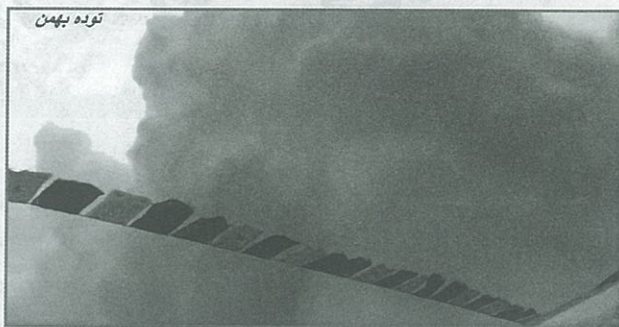
در همین لحظات بهمن مشابهی را مشاهده کردم که از سمت چپ و پوموری به ما نزدیک می‌شد. به همان عظمت و سرعت.

در این سال‌های کوه‌نوردی‌ام بهمن در فواصل دور و نزدیک زیاد دیده‌ام، ولی هیچ کدام دارای چنین ابعادی نبودند، و هجوم آن‌ها را چنین مستقیم شاهد نبودم.

بعد از چند قدم ایستادم و به عقب نگاه کردم... پیش خودم فکر کردم که: دارم چه کار احمقانه‌ای انجام میدم؟! از چی فرار می‌کنم و به کجا؟! با چه سرعتی و چقدر باید بدم و بروم تا از این توده‌های عظیم برف در امان باشم؟ توده‌هایی که حالا از هر طرف پیش می‌آمدند.

برایم مسجل بود که دیگر تمام است. این‌جا نقطه پایانه، و

پرونده زندگی همین جا بسته می‌شه!! پیش خودم گفتم که خوب علیرضا بهیور تمامه دیگه. زور بی خود زن و تلاش بیهوده نکن. بزار آروم این اتفاق بیفته. به شدت خودم رو حقیر و کوچک می‌دیدم. فکر می‌کردم که این توده عظیم برف و یخ که به سمت من حرکت می‌کنه میلیون‌ها قطعه کوچک و بزرگ از سنگ و یخ را در داخل خودش حمل می‌کنه که کوچک‌ترین‌اش برای از بین بردن انسان کافی است و حتماً با چنان عظمتی و چنین ابعاد باور نکردنی،



به دنبال خود پوششی چندین متری یخ و سنگ بر روی زمین باقی خواهد گذاشت.

با آن چند قدمی که طی کرده بودم درون شیار کوچکی در سطح یخچال قرار گرفته بودم که لبه‌هایی حدود نیم‌متر از اطراف بلندتر داشت. تصمیم گرفتم که بخوابم. ترس اولیه حالا با پذیرفتن واقعیت پیش رو، تبدیل به آرامشی عجیب شده بود. که چندان قابل وصف برایم نیست. به طرف صورت بر روی زمین دراز کشیدم. صورت و دهانم را با دستمال گردنم پوشاندم و به طور غریزی سعی کردم که با کمک دستانم، سرم را محافظت کنم!!!!

مطمئن بودم که لحظه ملاقات مرگ همین جاست. وضعیتم نیز در آن شیار کوچک بی‌شبهت به گور و محل دفن نشده بود. اگرچه باز غریزه زندگی کار خود را می‌کرد.

چند لحظه بعد فشار توده برفی را بر بدنم حس کردم. احساسی شبیه کوبیده شدن با جسمی سنگین...

از این لحظه اتفاق ذهنی جالب و عبرت‌آموزی برایم رخ داد. در حال بی‌وزنی کامل و سبکی خودم را حس می‌کردم. در همین حال پخش فیلم زندگی‌م در ذهنم برایم شروع شد. خیلی از اتفاقات تلخ و شیرین زندگی مانند یک فیلم از جلوی چشمانم عبور کرد. اشتباهاتم، موفقیت‌هام، پیشرفت‌ها و پسرفت‌ها... یاد همه استرس‌ها و درگیری‌ها و جوش و خروش‌های بی‌حاصلی که لحظات زنده بودن را فنا کرده بودم افتادم و به بیهوده بودن‌شان در دل افسوس می‌خوردم و شاید می‌خندیدم.

افکاری از ذهنم عبور می‌کرد که بخشی از آن بسیار جدی و مهم و بعضی دیگر بسیار خنده‌دار و بی‌اهمیت هستند. فکر کارهایی که می‌خواستم انجام بدم و به تعویق انداختم و حالا حسرت‌شان بر دلم مانده بود. یاد آن ۱۰۱ نقطه‌ای که باید قبل از مرگ دید و من فقط حدود یک پنجم آن‌ها را دیده بودم و قسمت عمده هنوز باقی بود و دیگر نمی‌توانستم ببینم؟! و برعکس یاد کارهای مهمی که انجام دادم و از انجام‌شان راضی بودم....

شاید باور کردنی نباشد ولی چنان این تصویرها با دقت مرور می‌شد که انگار همه‌ی زندگی در فیلمی یک ساعته خلاصه شده است.

دیگر نه سردم بود و نه می‌لرزیدم. احساس سبکی داشتم. هیچ قسمت بدنم درد نداشت. با این که انتظار داشتم که با اصابت قطعات سنگ و یخ، حداقل کمی درد را تجربه کنم... ولی نه... هیچ حس خاصی نبود.

با یادآوری داستان‌ها و فیلم‌هایی که از دقایق اولیه پس از مرگ دیده و خوانده بودم به این نتیجه رسیدم که بله... همین. این سبکی و این بی‌حسی به همین دلیل. کار تمام شده و الان در دنیای دیگری قرار گرفته‌ام.

بعد از مدتی که به نظرم دیگر اتفاق جدیدی نیفتاد؛ تصمیم گرفتم که تغییر وضعیت بدهم، چشمانم را باز کنم و به جسم خودم نگاهی بیندازم. شاید از منظر یک روح....

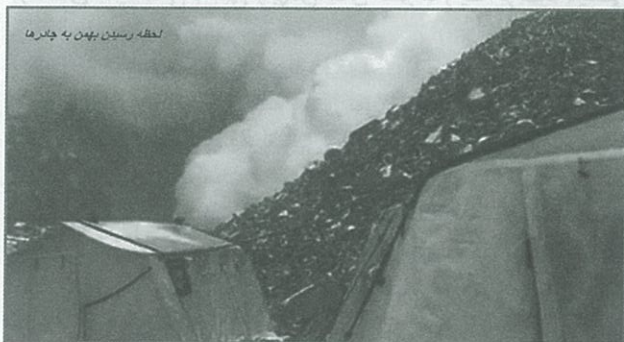
احساس کردم پوسته سختی رو شکستم و سعی کردم که بلند بشوم. ابتدا روی زانو نشستم و به آهستگی چشمانم را باز کردم. همه‌جا سفید بود. روی زمین را نگاه کردم و دنبال جسم له شده خودم گشتم... باورم نمی‌شد چیزی نبود! به اطراف نگاه کردم یکی دو نفر را دیدم که کاملاً سفید پوش مثل من لرزان از زمین بلند می‌شدند. چیزی شبه به رستاخیز. در آن شرایط به شدت سپید...

هنوز هم باورم نمی‌شد که زنده‌ام! مگر می‌شه؟!

به جدیت پافشاری می‌کردم که: نخیر تو مرده‌ای ولی الان حالت نیست. آن‌هایی هم که می‌بینی دارن راه میرن مثل تو هستند!!!!

حدود ۲۰ سانتی‌متر برف فشرده سراسر بدنم و سطح زمین را پوشانده بود. جرأت کردم، ایستادم و شریاها و آشپز را صدا کردم. پاسخ دادند. اثری هم از جسم خون‌آلود وووو در روی زمین نبود! به غیر از یکی دو چادر که روی زمین خوابیده بود بقیه چادرها کمابیش سرپا بودند، اگر چه کاملاً سفید پوش شده بودند.

با این شواهد قاطع: مطمئن شدم که زنده‌ام....



حالا دیگر هم می‌خندیدم و هم اشک می‌ریختم. احساس خودم را در این لحظات نمی‌توانم درست توصیف کنم. شاید اکنون و به نظر خوانندگان کمی طنزآلود و اغراق‌آمیز به نظر بیاید، ولی واقعیت تکان‌دهنده‌ای ست که تجربه کرده‌ام.

به نظر خودم این مدت چیزی حدود ۴۵ دقیقه تا یک ساعت طول کشیده بود. در حالی که با مرور فیلم‌هایی که از آن لحظات گرفته شده دریافتیم که کل ماجرا از زمان شروع مشاهده بهمین تا برخواستن من چیزی حدود ۴ تا ۵ دقیقه طول کشیده است... آن چهار دقیقه....

با گذشت زمان شاید بهتر بتوانم درباره تأثیر این لحظات بر افکارم و شیوه نگرش به اتفاقات اطرافم، فکر کنم. گاهی فکر می‌کنم اگر چنین تجربه‌ای را خیلی زودتر از این به دست آورده بودم شاید در

و آنجا نیاز به پزشک و دارو دارند. قرار شد که من به آنجا برم. در همان نقطه مجروحی را که حمل می کردند معاینه کردم. خانمی نسبتاً جوان بود که می گفتند پزشک یکی از کمپها بوده است. متأسفانه آسیب مغزی شدیدی دیده بود و فوت شده بود. وی را در همان نقطه بر زمین گذاشتند و به دنبال مجروحان دیگر رفتند. کم شکل دقیق تر حادثه برایم مشخص می شد.

با عظیم تماس مجدد گرفتم و قرار شد که او هم به کمپ و درمانگاه ایجاد شده که در نزدیکی کمپ ما بود بیاید.

دوان دوان کیسه داروهای خود را برداشته و به محل مورد نظر رفت. چادر بزرگی تخلیه شده بود و مہیای پذیرش مجروحان شده بود. خانم پرستار اهل استرالیا به همراه دو خانم دیگر در آنجا حضور داشتند و مشغول رسیدگی به سه مجروح موجود بودند. یک نفر مشغول به ثبت مشخصات اولیه بیماران و ثبت عکس از آن‌ها بود. خودم را معرفی کردم. قرار بر این شد که من بیماران را معاینه کنم و دستورات لازم را بدهم. دستکش پوشیده و مشغول به معاینه مجروحان شدم و اوضاع اولیه آن‌ها را به فرد مسئول ثبت وضعیت منتقل می کردم. اوضاع به هم ریخته بود که البته امری طبیعی بود، ولی انصافاً خیلی سریع آماده به کار شده بودند. متأسفانه خبرهای خوبی شنیده نمی شد. صحبت از مجروحان بسیاری بود که در راه بودند و البته آمار متفاوتی از کشته‌ها به گوش می خورد.

انتقال مجروحان سرعت بیشتری به خود گرفته بود. تقریباً هر پنج دقیقه با اعلام قبلی که بیماری در راه است، مجروحی وارد چادر می شد. افراد متعددی از کوهنوردان تا شرپاها و باربرها در میان آن‌ها به چشم می خورد، از جراحات‌های سبک تا ضربه‌های مغزی مهلک و مجموعه‌های شکافته شده، ساق‌های قطع شده و گاه افرادی که به دلیل شدت جراحات فوت شده بودند. خیلی سریع فضای چادر اولیه رو به تکمیل رفت. خوش بختانه کارها نظم بهتری گرفته بود، ولی کمبود سرم و دارو و فضای مناسب آشکار شده بود.



مفقون در برف

از مسئولین کمپ خواستم که در صورت امکان دو چادر بزرگ دیگر تخلیه کنند. یکی در همان نزدیکی برای مجروحان جدی و دیگری برای مجروحان سبک‌تر و کم‌خطرتر؛ همچنین از آن‌ها خواستم که از همه‌ی کمپ‌های دیگر درخواست سرم و دارو کنند.

کم کم دو پزشک دیگر و چند پیراپزشک به ما پیوستند. یکی از پزشکان مسئول رسیدگی و حضور در چادر مجروحان سبک‌تر شد. عظیم نیز از ساعتی قبل به آنجا آمده بود و در کنار سایر افراد در امر مداوا و پانسمان و تیمار مجروحان کمک می کرد. با نزدیک شدن به غروب هوا کم کم سردتر می شد و گرم ماندن

بعضی شرایط متفاوت‌تر و صحیح‌تر عمل می کردم. اگرچه با تجربه این حادثه بر خیلی از اصولی که اعتقاد داشتم و عمل می کردم مهر تأیید خورد و به درستی نحوه نگرشم معتقدتر شدم.

پس از دقایقی با تسلط بر افکار خود به فکر کسب اطلاع از عظیم قیچی‌ساز که در سوی دیگر کمپ اصلی مستقر بود افتادم؛ همچنین به فکر افتادم که باید قبل از این که خبر به دست خانواده و دوستان از طرق دیگر برسد خودم خبر سلامتی را بدهم. مطمئناً در صورت کسب خبر از منبع دیگر، بسیار نگران و پریشان خواهند شد. متأسفانه در آن لحظات شبکه موبایل دچار اختلالات شدید گردید که بخشی از آن به دلیل آسیب‌های وارد به زیرساخت‌ها بود و بخشی دیگر به دلیل ترافیک زیاد ارتباطی.



تخلیه مجروحین

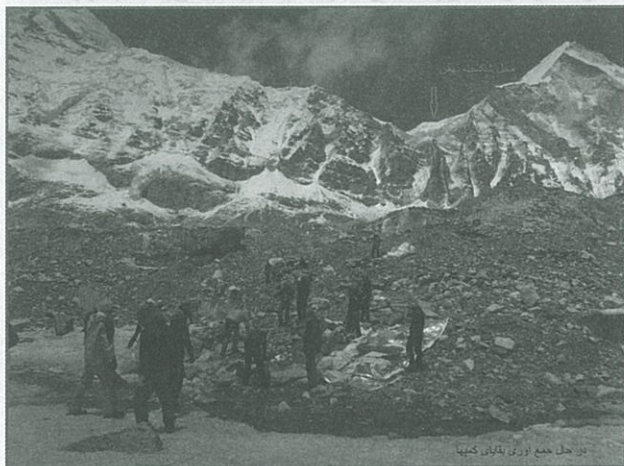
خوش بختانه در هر سفری از این دست تلفن ماهواره‌ای را به هر ترتیبی هست تهیه می کنم و به دنبال دارم. همواره در لحظات خاص صعود از آن بهره جسته و اطلاع‌رسانی کرده‌ام، ولی استفاده این بار من، ارزشی صد چندان برایم داشت. بلافاصله عظیم را پیدا کردم و مطمئن شدم که سالم است. او هم مثل من شوکه بود و نمی دانست که وضعیت چگونه است. قرار شد که با هم در تماس بوده و همدیگر را در ساعتی بعد ببینیم، همچنین با ایران تماس گرفتم و خبر زلزله و بهمن و البته سلامتی خود را به خانواده‌ام رساندم؛ همچنین با تماس با ریاست فدراسیون ضمن تشریح اولیه موقعیت خواستم که به نحوی مناسب خبر سلامتی ما را منعکس کنند. از آن به بعد تا قبل از ترک کمپ اصلی به طور مرتب از طریق تلفن ماهواره‌ای با ایران در تماس بوده و آخرین وضعیت را اطلاع‌رسانی می کردیم. خبرگزاری‌های مختلف در تماس با ما جویای چند و چون رخ داده‌های منطقه بودند.

کم کم خبرهای متفاوتی از تلفات و مجروحان حادثه می رسید. بیشتر افراد عابر و مشغول ترک بیس کمپ می گفتند که قسمت میانی کمپ اصلی کاملاً از بین رفته است. از دور نیز چادرهای رنگارنگی که در آن قسمت وجود داشت به چشم نمی خورد.

کمپ اصلی اورست حدود ۲ کیلومتر طول و حداکثر چیزی حدود ۲۰۰ متر عرض دارد و چادرهای افراد و گروه‌ها در طول این منطقه پخش می شوند. به ظاهر بیشترین تأثیر بهمن بر قسمت میانی این نوار باریک بوده است. در حین نظاره بر رفت و آمدها بودم که از دور چند نفر را که مشغول حمل برانکاردی بودند مشاهده کردم. به سمت آن‌ها رفتم. چند شرپا و یک راهنمای نیوزلندی بودند. ضمن معرفی خودم پرسیدم که آیا کمکی نیاز دارند. برانکارد را زمین گذاشته و ضمن تشریح موقعیت در محل‌های بالاتر اعلام کردند که کمپ یکی از شرکت‌های بزرگ را تبدیل به درمانگاهی صحرائی کرده‌اند

با مشاهده اتفاقاتی که رخ داد دلیل چنان برخوردی را به طور کامل متوجه شدم. حقیقتاً قصدم از بازگو کردن این اتفاق منظور مهم جلوه دادن و یا تعریف از اقدامات خودم نیست. بلکه آشنایی خوانندگان محترم با روابطی است که متأسفانه در چنین مکانی حکم فرما شده است.... که البته تا حدی قابل توجیه است. فردای آن روز در ابتدای صبح با صدای پرواز هلی کوپتر از خواب بیدار شدم. معلوم شد که امکان پرواز مهیا شده است. باند فرود کوچکی در همان نزدیکی آماده شده بود. تا رسیدن من به محل کمپ اولین مجروح تخلیه شده بود. لیست مجروحین و اولویت انتقال آن‌ها توسط خانم دکتر جدید الورود آماده شده بود. به سراغ ایشان رفته و وضع مجروحان را پرسیدم. مشخص شد که دو نفر از آن‌ها فوت کرده‌اند. از اظهار نظرهای‌شان در مورد بیمارانی که می‌دانستم وضع بدی دارند متوجه شدم که چندان آگاه نیستند (از جمله در مورد کوهنورد ژاپنی که به دلیل قطع هر دو پا به شدت خونریزی کرده بود و در شوک بود، و خوش‌بختانه شب قبل موفق به احیا او شده بودیم. و یا شریایی که با جرمه شکافته شده هنوز زنده بود).

دو هلی کوپتر به طور متوالی از تنها حفره موجود در میان ابرها به طرز فوق‌العاده عجیب و ماهرانه‌ای به باند فرود نزدیک شده با لمس زمین دو مجروح آماده را بارگیری کرده و به همان ترتیب دور می‌شدند. در کمال حیرت مشاهده کردم که نوبت چهارم پرواز یکی از کوهنوردان که فقط شکستگی دست داشت به همراه یک پرستار همراه سوار هلی کوپتر شدند، در حالی که هنوز مجروحان جدی زیادی در چادرها وجود داشتند که مسلماً در اولویت تخلیه قرار داشتند. یعنی یک نوبت پرواز عملاً در اختیار یک مجروح نه چندان جدی قرار گرفت. دو نوبت دیگر نیز این اتفاق را شاهد بودم. خوش‌بختانه آن سوراخ موجود در ابرها بسته نشد و همه‌ی مجروحان تا ظهر از کمپ اصلی تخلیه شدند.



در حال جمع آوری بقایای کوهپایا

این‌جا بود که متوجه شدم دلیل اتفاق شب قبل و آن برخورد نادرست چیست. تخلیه کوهنوردان عضو این شرکت‌های بزرگ برای مسئولان آن‌ها از اهمیت ویژه برخوردار بود. خیلی از این کوهنوردان مبالغه‌گفتی، در حدود ۷۰ هزار دلار، به این شرکت‌ها پرداخته بودند. قسمت قابل توجهی از این مبلغ بابت رفت و آمد با هلی کوپتر و امداد هوایی در موقع سوانح پرداخت می‌شود. طبعاً عدم انجام چنین

مجروحان نیز اهمیت پیدا می‌کرد. بارش برف نیز شروع شده بود. هنوز ورود مجروحان به همان سرعت ادامه داشت، ولی خوش‌بختانه از کمپ ارتش هند و یکی دو گروه بزرگ دیگر مقادیر زیادی دارو به محل ما منتقل گردید که تا حد زیادی نیازها را برطرف می‌کرد. تا غروب آن روز من حدود ۵۰ مجروح را معاینه کردم که حدود ۲۰ نفر آن‌ها دچار آسیب‌دیدگی شدید بودند و حال ۵ نفر از آن‌ها وخیم بود؛ همچنین حدود ۱۰ نفر فوت شده را نیز مورد معاینه قرار دادم. دو نفر از آن ۵ نفر که وضعیت وخیمی داشتند نیز آن شب را دوام نیاورده و تا صبح فوت کردند.



بیشتر این مجروحین یا به سنگ کوبیده شده بودند و یا مورد اصابت جسمی سخت قرار گرفته بودند. این اجسام از کپسول گاز تا میز و صندلی را شامل می‌شدند. به ظاهر کسی مورد اصابت قطعات یخ قرار نگرفته بود.... شنیده‌ها حاکی از آسیب وسیع مناطق گسترده‌ای از کشور کوچک و فقیر نپال از زلزله بود. شدت زلزله حدود ۸ ریشتر اعلام شده بود. خبرها هیچ‌کدام امیدوارکننده نبود. در آن وضعیت هیچ امیدی برای رسیدن کمک به مجروحان بد حال موجود نبود. بارش برف نیز شدت گرفته بود.

با غروب آفتاب از میزان انتقال مجروحین کاسته شد. کمپ دیگری نیز در همان نزدیکی تبدیل به درمانگاه شده بود که تعداد کمتری مجروح را پذیرش کرده بود.

پس از برقراری نسبی آرامش در میان حیرت خودم و چند نفر دیگر که تا آن لحظات مشغول مداوای مجروحان بودیم، رییس کمپی که تبدیل به درمانگاه شده بود خطاب به من و دیگران اعلام کرد که "این‌جا کمپ ما است.... تحت‌نظر ایشان امورات انجام می‌گیرد...." و یک خانم دکتر را که تا آن لحظات اصلاً در آن محل نبود را به عنوان مسئول رسیدگی به بیماران معرفی کرد؟! این امر سبب شد که بین من و ایشان برخورد کلامی شدیدی پیش بیاید. باور نمی‌کرم که پس از چندین ساعت مداوم تلاش و آشنایی کامل با وضعیت همه‌ی مجروحان حاضر در چادرها، حالا مسئولیت به فرد دیگری واگذار شود که اصلاً حضور نداشت و هیچ آشنایی با وضعیت این درمانگاه صحرایی نداشت و هیچ‌کدام از مجروحان موجود را حتاً معاینه سطحی نیز نکرده بود؛ همچنین به ظاهر به دلیل پیچ‌خوردگی میج پا به ظاهر قادر به حرکت نیز نبود؟! به هر حال پس از آن مشاجره و در پی آن روز بسیار سخت، با خداحافظی با سایر افرادی که کمک کرده بودند، با حالتی بسیار برافروخته کمپ درمانگاه را ترک کردم. سایر افراد شاهد آن ماجرا از برخورد آن فرد و اقدام نادرست ایشان ابراز تأسف می‌کردند و سعی در دلجویی داشتند. البته فردای آن روز و

همه‌ی لوازم از دست رفته بود. دو نفر از افراد این کمپ کشته شده بودند. کوهنوردان کمی نیز که هنوز در بیس کمپ بودند نیز امکانات لازم برای ترمیم مسیر را نداشتند.

حضور این تعداد افراد در کمپ‌های بالای اورست مشکل و دردسری برای دولت نپال ایجاد می‌کرد. به هر حال از نظر خبری این نقطه مورد توجه و شناخت همه‌ی جهانیان بود. از طرفی مطمئناً از میان آن نفرات با سی ملیت مختلف افراد صاحب نفوذ از کشورهای صاحب نفوذی بودند که با تماس با کشورهای مطبوع خود از وضعیت خود ابراز نگرانی می‌کردند، و این نگرانی به یقین به سطوح بالاتر منتقل می‌شد.

خوش‌بختانه در مورد خود ما با وجود اطلاع‌رسانی سریع و عدم درخواست کمک و اطمینان از وضعیت نسبتاً امن در بیس کمپ چندان اسباب دردسر برای مقامات بالاتر ورزشی و سیاسی فراهم نکرده بودیم، ولی اتفاق جالبی در جای دیگری رخ داده بود.



با توجه به هجوم جمعیت از بیس کمپ و کل مسیر به سمت لوکلا جهت خروج از منطقه و شلوغی کلی آن سال، در چند روز اول بعد از زلزله تراکم بسیار زیاد جمعیت از نامچه بازار تا لوکلا مشکلات جدی را در منطقه ایجاد کرده بود، به طوری که افراد در سالن‌ها غذاخوری مهمانخانه‌ها اقامت کرده بودند. پروازها نیز به هیچ‌وجه کفایت این تعداد متقاضی را نمی‌کرد. در بین این جمعیت گریزان، دو یا سه گروه ایرانی نیز وجود داشتند که جهت راهپیمایی به منطقه آمده بودند. به ظاهر در میان این افراد کسانی بودند که از آن اتفاق ترسیده بودند و طی تماس‌های تلفنی با تهران از وضعیت خود ابراز نگرانی کرده و با گفتن این که تمام پل‌های مسیر تخریب شده‌اند و امکان حرکت برای ایشان مقدور نیست تقاضای کمک فوری و امداد هوایی کرده بودند! طبعاً این درخواست که متأسفانه در شبکه‌های خبری داخلی نیز منعکس شده بود، واکنش‌هایی را به دنبال خود داشت تا در نهایت این اخبار به سفارت ایران در هند رسیده و آن‌ها پی‌گیر مسأله شده بودند. از آن جایی که شبکه موبایل در روزهای اول کارایی چندانی نداشت تنها راه کسب اطلاع از وضعیت منطقه تلفن ماهواره‌ای من و عزیز بود. مرتب خبرگزاری‌ها و افراد مختلف در تماس با من پی‌گیر وضعیت ایرانیان گرفتار در منطقه بودند. گفته‌ها و اتفاقاتی نقل قول می‌شد که واقعا بامزه بود. و تا جایی که من می‌دیدم و پی‌گیری کسب اطلاع کرده بودم اصلاً صحت نداشت.

حال می‌توان تصور کرد کسانی که در کمپ ۱ گرفتار شده و از کشورهای صاحب نفوذتری نیز هستند و کشورهایشان پی‌گیری

کاری در این لحظات بحرانی و دلهره‌آور می‌توانست به شدت به اعتبار این شرکت‌ها و تجارت هنگفت‌شان صدمه بزند. کافی است یکی از این مشتریان خدمات شرکت را زیر سؤال برده و بر علیه آن شرکت ادعایی داشته باشد. مطمئناً ضرر و زیان هنگفتی متوجه نام و منافع آن‌ها خواهد شد. نکته جالب و قابل ذکر این که خیلی از این کمپانی‌ها در پایان کار هیچ‌گونه وجهی بابت عدم انجام قرار داد خود به مشتریان مسترد نکردند.

نکته جالب دیگری که بعداً برایم جلب توجه کرد و تصویر آن شب را روشن‌تر کرد، شیوه بازتاب امدادسانی کمپ اصلی در نشریات و سایت‌های خبری کشورهای مربوطه بود (که اتفاقاً بعضی بسیار پُر خواننده و مشهور نیز هستند). آن داستان‌های گفته شده چنان در نظر من غریبه بود که به نظر اتفاقاتی که من شاهد بودم حتماً در کمپ اصلی دیگری به غیر از اورست بوده است.

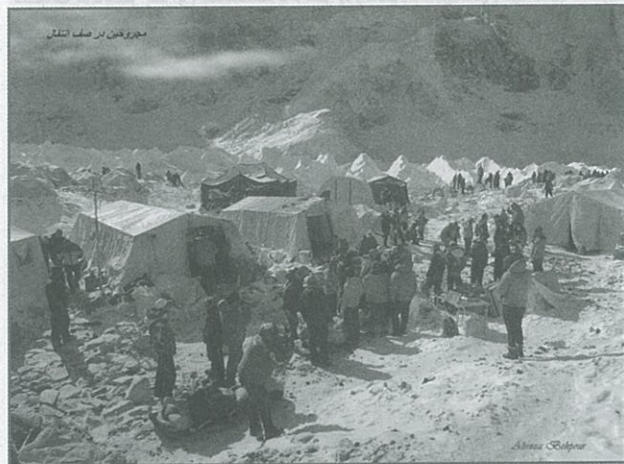
چنان از جان‌فشانی‌های یک تنه خانم دکتر عضو کمپانی مربوطه سخن گفته شده بود که گویی هیچ فرد دیگری در آن شرایط حضور نداشته و ایشان یک تنه همه‌ی مجروحان را یافته، به کمپ منتقل و درمان کرده است. دقیقاً با لفظ "فرشته‌ای در کمپ اصلی" از ایشان نامبرده شده بود، و تصویر ارایه شده مشابه فیلم‌های تخیلی بود که یک نفر از میان مه و دود بیرون آمده و یک تنه جان‌صدها نفر رو نجات می‌دهد.

هنوز هم حیرت‌زده هستم که چرا به آن چند نفر پرستار و امدادگر و پزشکی که از قضا چند نفرشان در همان کمپانی‌های بزرگ مشغول به کار یا کوهنوردی بودند هیچ اشاره‌ای نشد حتی بدون ذکر نام... آن‌ها که هیچ درگیری نداشتند؟! از همان ملیت‌ها بودند! و به نظر من شناخته شده هم بودند و اتفاقاً چند نفرشان از دوستان همان خانم دکتر بودند. معنی قهرمان‌سازی و شهرت‌طلبی را کاملاً درک کردم. در آن شرایط سخت آن نفرات بدون در نظر گرفتن ملیت و وضعیت بیماراران مشغول کار و کمک بودند. بدون این که خم به ابرو بیاورند، هرچه گفته می‌شد را اجرا می‌کردند. از جمله به دوست عزیزم: عظیم قیچی‌ساز اشاره می‌کنم که با وجود نداشتن زمینه مناسب پزشکی کمک شایانی در آن ساعات بود. هنوز به یاد آوردن آن صحنه‌های ساعات اولیه تمام تلخی‌های بعدی را از ذهنم می‌برد و مجموعاً آن خاطرات را شیرین می‌کند.

هرچه بود انتقال مجروحان پایان گرفت، ولی هنوز یک مشکل عمده در منطقه باقی بود، بیش از ۲۲۰ نفر کوهنورد و شریا و کادر خدمه در کمپ ۱ و ۲ گرفتار شده بودند. در کمال تعجب هیچ‌کس در خومبو و کمپ‌های بالاتر کشته و مجروح نشده بود و این از آن خبرهای خوب آن روزها بود. بسیار جالب بود که کمپ اصلی اکثریت این افراد در همان قسمت مرکزی بیس کمپ قرار داشت و همه‌ی آن‌ها می‌توانستند قربانی بهمن بوده باشند، ولی سیر اتفاقات و تعیین روز پوجا و به دنبال آن شروع صعود چنان رقم خورد که آن‌ها در جای امن‌تری مستقر شده بودند. در غیر این صورت میزان تلفات بسیار بیشتر می‌شد.

در اثر زلزله مسیر خومبو کاملاً تخریب شده بود و نردبان‌ها فرو ریخته بودند. متأسفانه تمام شریاهای مسئول ترمیم مسیر خومبو (دکترهای آیسفال) کمپ اصلی را ترک و برای رسیدگی به وضع خانواده‌های خود به روستاها رفته بودند و هیچ نیرویی مسئولی برای ترمیم مسیر در منطقه نبود. کمپ SPCC که مسئول نگهداری خومبو و بیس کمپ است، کاملاً بر اثر بهمن تخریب شده بود و

بیشتر و قدرت بیشتری برای پی گیری دارند چه واکنش هایی در مقابل ابراز نگرانی های این چنینی و درخواست کمک داشته اند. می توان حدس زد که دولت نپال برای رها شدن سریع تر از چنین مشکلی هر چه زودتر دست به اقدام بزند، و همین اتفاق هم افتاد. تعداد هلی کوپترهای آماده برای چنین عملیاتی در نپال شاید ۴ تا ۵ عدد بیشتر نباشد، که مطمئناً در آن شرایط بحرانی به شدت در همه ی جای مناطق زلزله زده مورد نیاز بودند، ولی در اقدامی سریع و قابل تقدیر که به هر حال انتقاداتی را در سطح دنیا به دنبال داشت طی عملیاتی ضربتی با گسیل ۳ تا از آن هلی کوپترها به کمپ اصلی و استفاده از هوای مناسب نسبی، در طی دو روز همه افراد گرفتار شده در کمپ ۱ و ۲ را تخلیه کردند، و به نوعی خیال خود را از کمپ اصلی اورست راحت کردند.



با تخلیه این نفرات و حرکت اکثریت آن ها ظرف روزهای بعد به سمت پایین، کمپ اصلی بسیار خلوت شد، و شایعاتی که هر از چندی در مورد شروع دوباره صعود به گوش می رسید خیلی زود رنگ می باخت. چون کسی برای ادامه فعالیت در منطقه باقی نمانده بود. نه شرباها نه مسئولین SPCC، نه تیم های بزرگ و نه کوهنورد چندان.

در پایان همان هفته رییس SPCC و چند نفر دیگر ضمن بازدید از منطقه به طور رسمی پایان کار این فصل صعودها را اعلام کردند. مشخص گردید که بایستی باربرها را خبر کرد و کمپ اصلی را ترک کرد؛ البته پیدا کردن باربر در آن شرایط کار سختی بود و کمی زمان لازم بود تا هم آهنگی به عمل بیاید که عملاً چهار روز بعد قرار بر حضور بار برها و ترک کمپ اصلی شد.

در این فاصله چند پسر لرزه خیلی بزرگ سبب ریزش سنگ و بهمن هایی می شد که به هیچ وجه با زلزله اولیه قابل مقایسه نبود، ولی واهمه عجیبی را ایجاد می کرد. یک شب نیز چنان توفان شدید و رعد و برقی در بیس کمپ صورت گرفت که هر لحظه فکر می کردم مورد اصابت صاعقه قرار می گیرم، و پیش خود فکر کردم که هنوز خدای کوه ها و اورست از ترک نکردن کمپ اصلی توسط افراد باقی مانده ناراحت است و دوباره اختاریه ای صادر کرده است.

یکی دیگر از اتفاقات مهم و جالبی که در آن چند روز صورت گرفت اقدام به پاکسازی کمپ اصلی از ضایعات به جا مانده

از بهمن بود. که با ابتکار تیم بزرگ ارتش هند و با پشتکار سرپرست آن ها کلنل جمیل صورت گرفت. یکی از آن روزها جلسه با حضور رییس SPCC، دیوید بریشر فیلم بردار و کوهنورد معروف، رییس کمپانی ادونچر کانسالتنت، و یکی دو کمپانی بزرگ دیگر و چندین نفر دیگر از جمله من برگزار شد و قرار بر پاکسازی بقایای کمپ های تخریب شده در اثر بهمن که تا فواصل دور در سطح یخچال پراکنده شده بودند، گردید.

وسعت این پراکندگی غیر قابل تصور بود. اشیایی بسیار بزرگ و سنگین در حد کپسول گاز! تا حدود دو کیلومتر در اثر جریان بهمن به اطراف پراکنده شده بودند. همه چیز پیدا می شد، از گل مصنوعی تا پاسپورت و کفش سه پوش و... ظرف مدت سه روز با کمک نیروی افراد تیم ارتش هند حدود سه تن ضایعات از سطح منطقه جمع آوری و تفکیک شد و که قطعاً فقط قسمتی از این ضایعات بود، البته در فاصله این یک هفته اشیای قیمتی را افراد سودجو زحمت کشیده و پاکسازی کرده بودند.

در همان جلسه در کمپ ارتش هند، محققی از آمریکا را ملاقات کردم که جهت بررسی اثرات زلزله و بهمن به کمپ اصلی آمده بود. او با عکاسی از یخچال های معلق پوموری تا لینکترن و مقایسه آن ها با عکس های موجود قبل از زلزله در یافته بود که قطعه یخی بسیار عظیم از گردنه بین این دو قله شکسته و به پایین سقوط کرده است. ابعاد این قطعه یخ طبق تخمین اولیه او حدود ۷۰×۲۰×۳۰ متر بوده است! این قطعه یخ عظیم با سقوطی حدود ۷۰۰ متر به زمین برخورد کرده و در حقیقت منفجر می شود و با تولید انرژی خیلی زیاد، همه ی مسیر خود را جارو کرده و بهمن های ریز و درشت دیگر را تحت تأثیر قرار می دهد. بر طبق نظر او دلیل این که لایه برف ضخیمی به دنبال این بهمن سطح منطقه را نپوشانده بود. همین سقوط و انفجار بوده است.

به هر حال روز سه شنبه یعنی درست ده روز بعد از زلزله، کمپ اصلی جمع آوری شد و به سمت لوکلا حرکت کردم. عظیم نیز دو روز جلوتر از من به سمت پایین رفته بود.

احساس عجیبی داشتم؛ دوباره برای دومین سال متوالی بدون هیچ اقدامی برای صعود از کمپ اصلی باز می گشتم. نمی دانم واژه دست خالی مناسب هست یا نه! احساس دوگانه ای سراسر وجودم را فرا گرفته بود، و در هر زمان یکی بر دیگری غلبه می کرد. هنوز بعد از این همه مدت با یادآوری آن خاطرات، آن احساسات نیز (البته به شکلی متفاوت) باز می گردند.

دو حس متضاد شادی ناشی از زنده ماندن از هجوم مهیب مرگ و کمکی به سهم خود به باز ماندگان آن حادثه تلخ... و غم جان باختن آن تعداد انسان در پیش چشم خود و از دست رفتن مجدد فرصت و آن همه تلاش و تمرین و ...

گفتنی های آن سال و آن اتفاق بسیار زیاد است که می بایست در جای دیگر و زمان مناسب گفته شود. یادآوری آن روزها اکنون جنبه و شکل دیگری به خود گرفته است.

تأثیر آن حادثه بر من بسیار زیاد بود.

هنگام ترک کمپ اصلی دیگر از هیچ چیز مطمئن نبودم و در معجونگی از امید و ناامیدی از یک چیز مطمئن بودم. قله و هدف بعدی خودم را همان جا و در همان زمان برای خودم مشخص کردم: اورست □

علیرضا بهپور / مرداد ۱۳۹۵

گیاه خوارری و کوه نوردی

ترجمه: مهندس هادی فوقانی

آیا میان برنامه خورد و خوراک یک کوهنورد و دست یابی او به چکادهای بلند پیوندی هست؟
مرگ غم انگیز یک خانم کوهنورد گیاه خوار ۳۴ ساله استرالیایی به نام دکتر ماریا استرایدم، هنگام بالا روی اورست در سال ۲۰۱۶، واکنش های فراوانی را برانگیخت. او که همراه همسرش بالا می رفت، پس از رسیدن به بارگاه چهارم اورست دچار بیماری خیز مغزی شد و جان خویش را از دست داد. او می خواست نشان دهد که پاک گیاه خواران می توانند هر کار سختی را انجام دهند. بسیاری از واکنش های برانگیخته شده، دیدگاه ها و کارهای او را بی پایه نشان می دادند. با این همه کوهنوردان دیگری که خود را پاک گیاه خوار می دانند، بی هیاو به اورست و دیگر کوه های بلند دست یافته اند و درستی دیدگاه ماریا را نشان داده اند. آماج این نوشته نه برتر شمردن یک سبک زندگی که بیشتر روشن گری در باره پیوند میان کوه نوردی از یک سو و گوشت خواری، گیاه خواری و پاک گیاه خواری از سوی دیگر است.

پاک گیاه خواری چیست؟

گیاه خواران از خوردن گوشت جانوران، چارپایان و آبزیان و ماکیان و... می پرهیزند.

پاک گیاه خواران افزون بر این که گیاه خوارند، چه برای خوردن و چه برای کارهای دیگر، از هیچ فراورده جانوری مانند تخم مرغ، فراورده های شیری، عسل، چرم، پوست خز، ابریشم، پشم و نیز فراورده های آرایشی و صابون دارای ریشه جانوری بهره نمی گیرند. برخی کوهنوردان گیاه خوار: کوهنورد سرشناسی به نام کوتال جواشر در ۱۹ ماه مه سال ۲۰۱۶ به اورست دست یافت. او یک پاک گیاه خوار پی گیر است که تنها از خوراک های دارای ریشه گیاهی بهره می گیرد. گرچه او خود را نخستین پاک گیاه خواری نمی داند که به اورست دست یافته، دیگران چنین چیزی را در باره او می گویند.

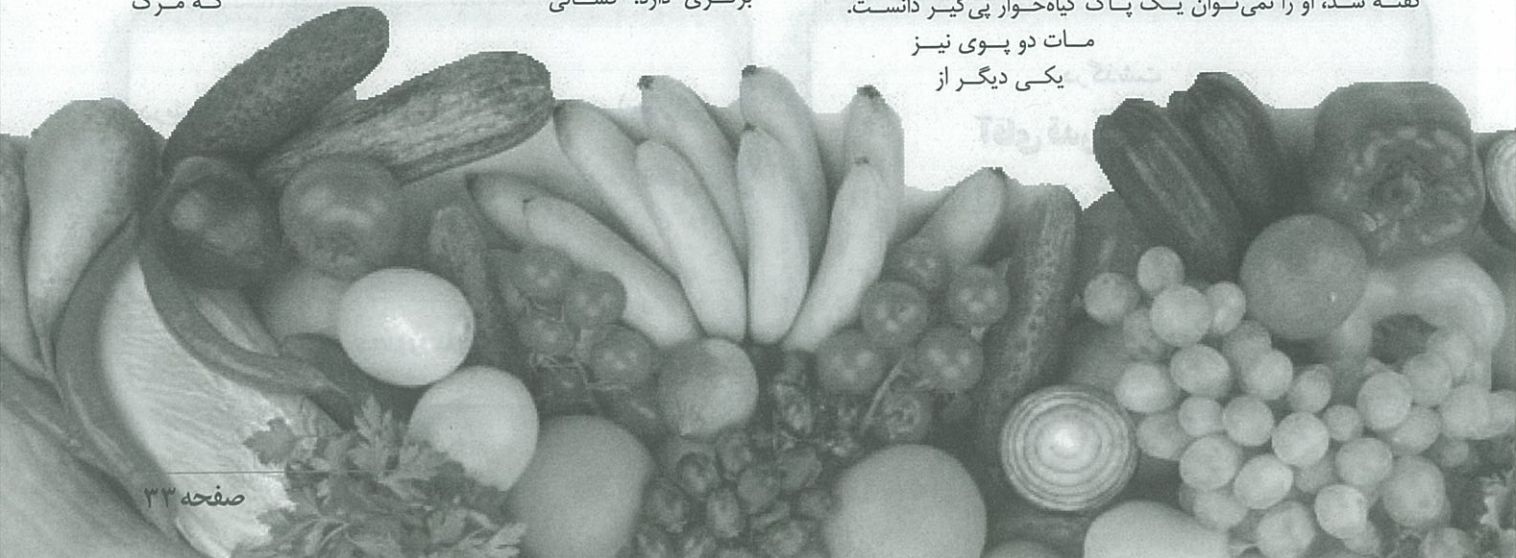
کوهنورد دیگری به نام دکتر آتاناس اسکاتف دو سال پیش تر، در ۲۴ ماه مه سال ۲۰۱۴، به اورست دست یافته بود. گرچه او هم خود را یک پاک گیاه خوار می داند، در روند دست یابی به اورست از خوردن عسل خودداری نکرد؛ بنابراین بر پایه آن چه در بالا گفته شد، او را نمی توان یک پاک گیاه خوار پی گیر دانست.

مات دو پوی نیز

یکی دیگر از

همیالیانوردان گیاه خوار است. او بیشترین نیاز پروتئینی خویش را از فراورده های گیاهی می گیرد. او که به چکاد کی تو دست یافته در بهار گذشته به چکاد آناپورنا و در سال ۲۰۰۹ به اورست نیز دست یافته بود. او می گوید: "من بیشتر نیاز پروتئینی خویش را از دانه ها و مغزها می گیرم. از آن جا که من یک پاک گیاه خوار نیستم، در روند آماده سازی خویش به بسیاری از نیازهای پروتئینی خویش با خوردن پنیر و تخم مرغ پاسخ می دهم. در آناپورنا هم ماست فراوانی خوردم."

دیدگاه ها: بسیاری از کوهنوردان می گویند که نیازهای پروتئینی خویش را تنها با خوردن گوشت می توانند پاسخ دهند. گیاه خواران به این گونه می اندیشند. کوتال در این باره می گوید: "من می اندیشم که برنامه خورد و خوراک هر کس گزینش ویژه اوست. من نمی خواهم کسی را به پذیرش دیدگاه های خودم وادارم. من خودم یک پاک گیاه خوار هستم و می خواهم نشان دهم که با یک برنامه خورد و خوراک پاک گیاه خواری می توان به کوه نوردی پرداخت. در پی آن نیستم تا نشان دهم که این برنامه بر هر گونه برنامه خورد و خوراک دیگری برتری دارد. کسانی



راستی را بخواهید هیچ پاک گیاه‌خواری تا کنون نتوانسته به اورست دست یابد؛ زیرا تا هنگامی که ما از پوشاک پر قو بهره می‌گیریم، پاک گیاه‌خوار پی‌گیر نیستیم. داستان به همین سادگی است. "بنابراین پاک گیاه‌خوار بودن بیشتر یک سبک زندگی است تا یک برنامه خورد و خوراک."

کوتال در پایان دیدگاهش را این‌گونه فشرده می‌کند: "بر آن نیستیم تا نشان دهیم که برنامه خورد و خوراک من بر برنامه‌های دیگران برتری دارد. بر آنم تا نشان دهیم که اگر درست برنامه‌ریزی و پیاده‌سازی کنیم، با یک برنامه خورد و خوراک پاک گیاه‌خواری می‌توانیم کوه‌های بلند را درنوردیم. پاک گیاه‌خواری را می‌شناسم که چون درست آمادگی نگرفته بودند، هنگام دست‌یابی به اورست نتوانستند برنامه خورد و خوراک خویش را پی بگیرند و از آن دست شستند تا بر فشارهای پیش آمده پیشی گیرند. بنابراین باید بیش از هر چیز بر پژوهش در باره خویش و آمادگی گرفتن پای فشرده."

مات دوپوی هم دیدگاهش را این‌گونه فشرده می‌کند: "چون بسیاری از گیاه‌خواران سبک زندگی خویش را برتر از دیگران می‌دانند، مردم هم در برابرشان می‌ایستند. نباید مرگ دکتر ماریا را دست‌آویزی برای پرخاش به گیاه‌خواران کرد. ما به همان اندازه که چهره‌های بیرونی گوناگونی داریم، برنامه خورد و خوراک گوناگونی هم خواهیم داشت. نباید هیچ برنامه‌ای را فرجامین سخن و نیز نباید هیچ برنامه‌ای را اهریمنی دانست." □

برگرفته از: تارنمای کوهنورد آمریکایی آلن آرنت

کوهنورد استرالیایی خانم دکتر ماریا را به برنامه خورد و خوراک پاک گیاه‌خواری او پیوند می‌دهند، دست به گونه‌ای فریب می‌زنند. هیچ پیوند دانش پایه‌ای میان برنامه خورد و خوراک و مرگ او نشان داده نشده است. من خودم هنگام آمادگی گرفتن برای دست‌یابی به اورست از یک برنامه خورد و خوراک پاک گیاه‌خواری بهره می‌گرفتم که سرشار از کربوهیدرات‌ها بود و کمی هم چربی در آن گنجانده شده بود.

اگر ما از یک برنامه خورد و خوراک پاک گیاه‌خواری درست بهره گیریم می‌توانیم همه‌ی نیاز پروتئینی خویش را پاسخ دهیم. من خودم پاسخ بسیار خوبی از چنین برنامه‌ای گرفتم. من در روند سخت‌ترین آمادگی گرفتن‌ها، بسیار زود بازیابی توان خویش را به سرانجام می‌رساندم. من از خانواده‌ای بازرگان می‌آیم که زیست‌شان به گونه‌ای بوده است که از زندگی کمتر پویایی برخوردار بوده‌اند؛ بنابراین از هیچ برتری ژنتیکی هم برخوردار نیستیم. با این همه با گزینش یک برنامه خورد و خوراک درست و روند آمادگی گرفتن بسیار سخت توانستم به کوه‌های بلند دست یابم. در کوهستان ما هرچه بالاتر برویم گوارش خوراک دشوارتر و دشوارتر می‌شود. پس گنجاندن پروتئین فراوان در برنامه خوراک چندان درست نیست؛ زیرا گوارش پروتئین سخت‌تر است.

از سوی دیگر کربوهیدرات‌های ساده مانند برنج سفید و خوراکی‌های آماده‌ای مانند شیرینی و کلوچه و نوشابه‌هایی مانند کولاها به آسانی گوارش شده و می‌توانند انرژی فراوانی پدید آورند. گرچه خوردن این چیزها در زندگی روزانه چندان درست نیست، در کوهستان فراهم آوردن انرژی در کوتاه‌ترین بازه سخن نخست را می‌گوید. من در بالاتر از بارگاه سوم اورست از گونه‌ای ژل انرژی زای دارای ریشه گیاهی بهره می‌بردم.

در این ژل کربوهیدرات‌ها و الکترولیت‌هایی هست که بسیار تند انرژی می‌آفرینند. در بازپسین گام برای دست‌یابی به اورست، از گردنه جنوبی تا چکاد اورست و نیز در بازگشت به گردنه جنوبی، من تنها از چای سبز بهره گرفتم و آن هم تنها نزدیک به ۲۰۰ میلی لیتر بود که در چکاد اورست نوشیدم.

سبک زندگی: همان گونه که در بالا گفته شد برای پاک گیاه‌خوار بودن نباید تنها به خوراک اندیشید؛ باید از هیچ‌گونه فراورده جانوری بهره نگرفت. کوتال در این باره می‌گوید: "اگر

در گذشت

همسر گرامی آقای ناصر حیدر پور

از پیشکسوتان کوهنوردی

را به ایشان و بازماندگان تسلیت می‌گوییم.

فصل نامه کوه

در گذشت

آقای قدرت اله رجایی

رییس هیات کوهنوردی آمل

را به دوستان و خانواده ایشان تسلیت می‌گوییم.

فصل نامه کوه

در بیستمین سالگرد جان باختگان قله کمونیزم (سامانی)،

یاد مرحومان عبدالحسین عزیزی و حسین حراستی

را گرامی می‌داریم.

حسین عزیزی

انتخاب کوله‌پشتی مناسب

ترجمه: طناز خسروی نژاد

با توجه به جنبه‌های مختلف در کوه‌نوردی معمولاً نمی‌توان از یک کوله‌پشتی هم برای برنامه یک روزه و هم برای برنامه چند روزه آلپاین استفاده کرد پس سعی نکنید از یک کوله‌پشتی به صورت چند منظوره استفاده کنید. این مسأله در مورد سایر ابزار نیز صدق می‌کند. در گذشته پیدا کردن کوله‌ای مناسب با نوع کوه‌نوردی خاصی که انجام می‌دادند سخت بود. به طور مثال برای یک برنامه آلپاین دو روزه کلی ابزار و وسیله که باید به همراه داشته و مسیری طولانی را برای صعود طی کرد، حتی اگر هم هزینه زیادی بابت خرید ابزار سبک می‌پرداختید باز هم در کل وزن کل وسایل روی هم زیاد بود. طناب، کلاه، کرامپون و سایر ابزارها، غذا، گاز، لباس اضافه همگی وزن زیادی دارند. در واقع تقسیم وزن زیاد بار در کوله‌ای که تخصصی نباشد سبب می‌شود که نتوان ابزار و بار را داخل کوله مرتب چید و وزن را به طور یکنواخت بین کمر تا شانه‌ها تقسیم کرد؛ همچنین بر روی مسیر این مدل کوله‌ها خیلی سنگین و بزرگ بودند و باعث آسیب می‌شدند. امروزه کوله‌ها تخصصی‌تر با طراحی جدید و مواد جدید تولید می‌شوند. در نگاه اول طراحی کوله ساده است. یک کیف و دو بند شانه. شرکت‌هایی که کوله‌پشتی را مناسب با مصرف واقعی و محیط کوه تولید می‌کنند به نظرشان مهم‌ترین مورد گذاشتن حلقه‌های جذاب و بند بیرون کوله برای قرار دادن ابزارهای صعود است. خیلی از این بندها و حلقه‌ها بی‌مصرف است. شاید برای حمل ابزارها تا پای کوه یا مسیر مناسب باشند. کرامپون‌ها بهتر است در کوله قرار گیرند تا نیفتند. آخرین چیزی که ممکن است انجام دهید در آوردن کوله برای استراحت یا پوشیدن لباس یا خوردن خوراکی است. سخت‌ترین قسمت در آوردن کوله در جایی است که یک صعود سلو به روی دیواره‌ای شیب‌دار داشته باشید. بهترین طراحی در کوله خیلی کارها را راحت می‌کند.



شرکت Mountain Hardwear کوله‌ای شبیه کوله دنده‌ها تولید کرده است که توسط اولی استک استفاده می‌شود و جایزه کوله قله را برده است. در حجم‌های ۲۰،

سپس کوله در آن جا رها شود، اما این مسأله تا زمانی خوب است که باران و برف نباشد و یا گرسنه نشوید.

سری جدید کوله‌های DMM VECTOR برای مسیرهایی تکنیکی، مناسب هستند و می‌توانید کوله اصلی را در پایین رها کنید. یک کیسه کوچک حمل آب در قسمت جلویی دارد. می‌توانید یک پوشش سبک مثل بادگیر و آب را در آن قرار دهید. مشکل این کوله‌ها این است که راحت پُر شده و کمی سنگین هم می‌شوند و بند آن باید دور کمر محکم بسته شود که این خود ایجاد ناراحتی می‌کند.

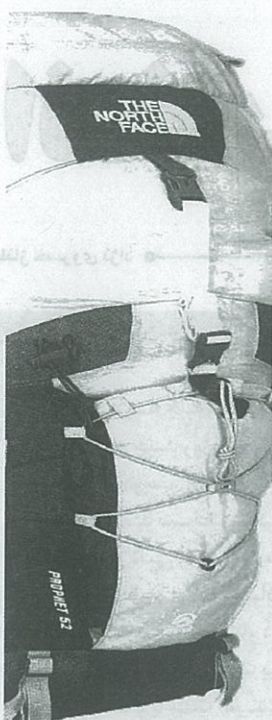
این روزها کوله‌های مناسبی مخصوص دنده‌ها تولید می‌شود که خیلی کوچک هستند و هنگام دویدن حرکت نمی‌کنند و می‌توان بتری آب و انرژی بار را با آن حمل کرد. مدل ۲۶ لیتری North Face Vetro و مدل ۴۰ لیتری آن نیز موجود است. همچنین مدل OMM Ultra. کلاسیک و ۱۲ لیتری OMM.

۳ نفر در کوه‌نوردی سبب پیشرفت طراحی کوله‌های آلپاین شده‌اند:

یکی از آن‌ها Don Whillans که معرف کوله‌های کریمور بود. دیگری Alex Macintyre که صعودهای سریع و سبک داشت. کوله ۸۰ لیتری او به نام Macsac تنها ۸۰۰ گرم وزن داشت. سبک و قوی بود، اما خیلی راحت نبود. نظریه او این بود که برای سبکی بیشتر کوله بهتر است ابتدا غذاها را خورد تا این که به وزن کوله اضافه شود. از وی کتابی به نام (یک روز مثل بیر) نیز منتشر شده است. سومین نفر Mike Persons بوده است. او برند کریمور را تولید کرد، همچنین برند OMM را در کوله‌های مسابقه‌ای سبک گسترش داد. وی اسکی باز فعال و کوه‌نورد خوب و طرفدار ابزار بود. این سه نفر ایده‌های خوبی داشتند.

سنگ‌نوردی در طبیعت

در بسیاری از مسیرهای چند کارگاهه بهتر است که کل ابزار تا پای مسیر حمل شود و



سری جدید Deuter Guide مجهزتر و مقاومتر است. طراحی باریکتر و فریم آلومینیومی سبک دارد که قابل جدا کردن است و باعث می شود به شکلی ایده آل بر روی پشت قرار گیرد. با توجه به حالت متناسب با اندام کوله و کمربند لگنی قابل انعطاف حرکت با آن به راحتی انجام می شود. این کوله با ۱۶۹۰ گرم وزن کوله سبکی نیست.

مدل دیگر کوله های آلپاین سری جدید Vango در سایزهای ۳۵ و ۴۵ لیتری است.



مدل Low Alpine Crag Attack۴۲

در سال ۲۰۱۳ جایزه گرفته است. این کوله نرم و دارای بالشتکی در قسمت کمربند کوله است. دارای حلقه هایی برای ابزار است. وزن کوله ۸۰۰ گرم است.
نکته: هنگام در آوردن کوله در سطح شیب دار همیشه آن را به نقطه ای مطمئن وصل کنید.



کوله های صعود آلپاین

این کوله ها باید بزرگتر و مقاومتر نسبت به سایر کوله ها باشد. مدل Black Diamond Epic کوله ای سخت و محکم راحت در اندازه های ۳۵ و ۴۵ لیتر با سه سایز تنظیم در پشت کوله است و نسبت به مدل speed خیلی تخصصی تر است. سبک نیست ولی راحت است به خصوص در قسمت بند شانه و کمر بند آن. به دلیل این که زیاد مستحکم نیست کوله راحتی است. حتی مناسب اسکی است.

مدل North Face Prophet

مدتهاست که تولید می شود. کوله ای ساده، سبک و راحت است. برای سفرهای طولانی از حجم ۵۲ لیتر آن استفاده کنید. کوله از قسمت پشت سایز می شود. وزن ۵۲ لیتری آن ۱۵۵۰ گرم است و قسمتی برای حمل کرامپون دارد.

مدل Low Alpine Alpine Attack

کوله ای جادار، مقاوم و سبک است و وزن آن یک کیلو. سگک های محکمی داشته و قسمتی برای اتصال تبر یخ دارد. مدل بانوان با آقایان در این کوله متفاوت است.

۳۰، ۴۰ لیتر تولید شده و مدل بزرگتر آن مناسب صعود زمستانی و آلپاین و راحت است.



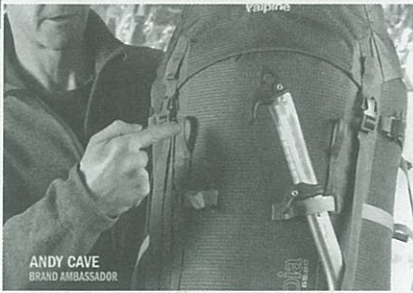
از کوله های شبیه کوله دهنده ها مدل Ultimate Direct AK vest موجود است قسمت پشتی آن ضد آب است. در سه سایز و جای تبر یخ نیز دارد. رویه کوله به دلیل این که بزرگتر است به عنوان پوشش مناسب برای بدن استفاده می شود.

کوله های زمستانی

انتخاب کوله زمستانی حساس تر است. در زمستان لوازم ضروری بیشتری باید حمل شود مثل لباس اضافه و چراغ که بهتر است در کاور ضد آب قرار گیرد تا زمانی که کوله را باز می کنید در اثر بارش خیس نشود. این کوله ها بهتر است که از جنس محکمتری تولید شوند تا هنگام کشیده شدن روی برف و یخ آسیب نبینند در این کوله ها بهتر است طراحی تقسیم وزن بین شانه و لگن پیش بینی شده باشد. کوله هایی که پشتی صاف دارند و فریم خاصی ندارند مناسب نیستند. مدل هایی مثل ArcTeryx Alpha۲ FL کوله مناسب و ضد آب است.

سری Black Diamond Speed

از نظر پشتی بدنه ساپورت بهتری دارند اما سنگین ترند. معمولاً کوله های ۳۰ و ۴۰ لیتری از نظر وزن و بارکشی مناسب ترند. طراحی ساده و حمل راحتی برای زمانی که وزن و کاربرد کوله مهم باشد دارند. هر کدام از کوله ها در سه سایز در پشت کوله تنظیم می شوند.



ANDY CAVE
BRAND AMBASSADOR



کوله Low Alpine Metanoia کمی سنگین با وزن ۱۷۰۰ گرم جایزه صعود را به خاطر استحکام و چند منظوره بودن برده است. فریم آن قابلیت جدا شدن دارد و از ۶۵ تا ۸۰ لیتر سایز می‌شود. بیرون آن بندهایی برای اتصال ابزار وجود دارد □

کوله‌های ادونچر

برای صعودهای بدون حمایت یا صعودهایی که همه بار توسط خود کوهنورد حمل می‌شود از کوله‌هایی مثل سری Berghaus Expedition می‌توان استفاده کرد. حدود ۸۰ لیتر جا داشته و محکم و سبک است. وزن آن ۱۵۰۰ گرم است. در ساختار آن از فیبر قوی به نام Dyneema استفاده شده که باعث استحکام کوله بدون اضافه شدن وزن آن می‌شود. قسمت‌هایی برای اتصال ابزار روی آن وجود دارد. پشت آن فریم دارد که سبب می‌شود برای صعودهای تکنیکی کوله را کمتر پر کنید.

چایخانه حاج علی درویش
(قهوه خانه بدون قلیان و دود)
کافه و قلم و سوت از ملزومات کوهنوردیست

تهران، بازار بزرگ، جنب مدرسه عبدالله خان، کلیه ۷۸
تلفن: ۰۲۱ ۵۵ ۸۱۸۶ ۷۲ - همراه: ۰۹۱۲ ۱۳۰ ۸۳۷۰

Haj Ali Darvish Tea House

گروه تبلیغات فرات
هدایای نمایشگاهی، همایشی و تبلیغاتی

مدیر عامل
کاظم مبهوتیان

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

تلفن: ۸۸۰۲۶۰۵۴
همراه: ۰۹۱۲ ۱۳۰ ۸۳۷۰ - ۰۹۱۲ ۳۳۸ ۵۰۹۶

گروه کوهنوردی پارس شمیران
عضو می پذیرد

کوهنوردی
سنگنوردی
یخ نوردی
کویر نوردی
جنگل نوردی

WWW.PARSSHEMIRAN.COM

تلفکس: ۳۳۹۰۹۹۵۱
شماره تماس: ۰۹۱۹۷۲۷۰۵۷۰
زمان تشکیل جلسات: دوشنبه‌ها ساعت ۱۹
آدرس: پارک قیطریه - فرهنگسرای قیطریه (ملا)

کوهستان خالی از خطر نیست

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

فصل نامه کوه

تغذیه مناسب برای سنگنوردان

مقاله‌ای از Rebeca Dent متخصص تغذیه در رابطه با تغذیه سنگنوردان

ترجمه: طناز خسروی نژاد

همیشه پایه و اساس مشخصی برای تغذیه سنگنوردان و ورزشکاران وجود دارد که شامل کیفیت، مقدار، ترکیب و زمان تغذیه است که تأثیر مستقیم بر ورزش دارد. روش درست تغذیه، سبب می‌شود که نتیجه بهتری از تمرینات ریکاوری بین جلسات و فیزیکی بهتر به دست آورید و ریسک بیماری و آسیب را کاهش دهید.

نشان می‌دهد که در جلسات تمرینی سنگین حدود ۳۰ تا ۴۰٪ حجم ذخیره کربوهیدرات استفاده می‌شود. هرچه بیشتر صعود کنید میزان سوخت کربوهیدرات ذخیره بالا رفته و برعکس. سنگنوردان حدود ۲ تا ۵ گرم به ازای هر کیلو وزن خود نیاز به کربوهیدرات دارند.

زمان‌بندی خوردن کربوهیدرات بستگی به تمرین شما دارد تا دوباره بعد از اتمام تمرین آن را بسوزانید. مصرف کربوهیدرات سالم و با کیفیت خوب، ۲ تا ۴ ساعت قبل تمرین باید انجام شود و همچنین هنگام ریکاوری بعد از صعود. کربوهیدرات قندی باید درست قبل یا هنگام صعود مصرف شود تا سریع جذب شود مثل موز، میوه خشک، نوشیدنی ورزشی، انرژی بار، کیک جو. اگر تمام طول روز تمرین می‌کنید بهتر است مخلوطی از کربوهیدرات‌های بالا را به همراه داشته باشید که شامل کربوهیدرات‌های با کیفیت و کربوهیدرات‌های قندی است. بعضی از سبزیجات نیز کربوهیدرات بالایی دارند.



پروتئین

حجم بدن باید به گونه‌ای باشد تا بالاترین نتیجه را در صعود بتوان گرفت. می‌بایست میزان درستی از پروتئین برای بازسازی عضله‌های آسیب دیده، نیرو، توان و تطابق عضلات با میزان افزایش فشار تمرینات خورده شود. مطالعات نشان می‌دهد که تمرین عضلات ۱ تا ۳ روز طول می‌کشد و مهم است که در طول

انرژی مورد نیاز

با توجه به نیاز عضلانی و تحمل آن، ورزش‌هایی مثل سنگ‌نوردی، صعود ابزارگذاری و بولدرینگ شامل فعالیت‌های پر انرژی است. با این حال این بسته به طول مسیر و زمان صعود و استراحت‌های بین مسیر است. صعودهای آلاین، اسکاتیش و زمستانی بحث دیگری است و بدن نیاز به انرژی بالایی دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که در سنگ‌نوردی میزان مصرف انرژی ۱۰ کیلوکالری در دقیقه است که به اندازه مصرف انرژی در ژیمناستیک و کشتی است. این نشان می‌دهد که چه میزان احتیاج به مواد غذایی برای صعود دارید. همچنین زمان صعود و فعالیت‌های جانبی (مثل پیاده‌روی) آن را نیز باید در نظر گرفت تا تغذیه خود را تنظیم کنید. در اصطلاح به آن تنظیم میزان تغذیه با توجه به تمرین گفته می‌شود. مطمئناً برای روزهایی که کامل در طبیعت صعود ابزارگذاری دارید باید تغذیه بهتری نسبت به بولدرینگ داشته باشید.



کربوهیدرات

کربوهیدرات‌ها به عنوان غذای انرژی شناخته می‌شوند و سوخت اولیه برای سنگنوردان به حساب می‌آید. معمولاً لزومی به گرفتن رژیم پر کربوهیدرات وجود ندارد. میزان مصرف آن بسته به فعالیت شما است. همچنین مواردی مانند حجم عضلانی، کاهش وزن و سطح تمرین در میزان استفاده تأثیر دارد. مطالعات



مواد غذایی و آنتی اکسیدانها

در افرادی که فعالیت ورزشی را به صورت حرفه‌ای انجام می‌دهند میزان احتیاج بدن به ویتامین‌ها و مواد معدنی بالا می‌رود. سبزیجات منبعی از ریز مغذی‌ها هستند که روزانه باید مصرف شوند. هنگام تمرین می‌توان از آب سبزیجات استفاده کرد که جایگزین خوبی است. میوه‌هایی مثل بلوبری، توت فرنگی، تمشک، بلک‌بری، گیلاس حاوی آنتی اکسیدان بالایی هستند که موجب افزایش سریع ریکاوری عضله می‌شوند؛ همچنین میوه و سبزیجات سطح ایمنی بدن را بالا می‌برند. اگر به صورت مداوم بیمار می‌شوید یا این که دوره بیماری شما طولانی می‌شود باید از مواد غذایی گفته شده بیشتر استفاده کنید.

برنامه غذایی برای تمرین

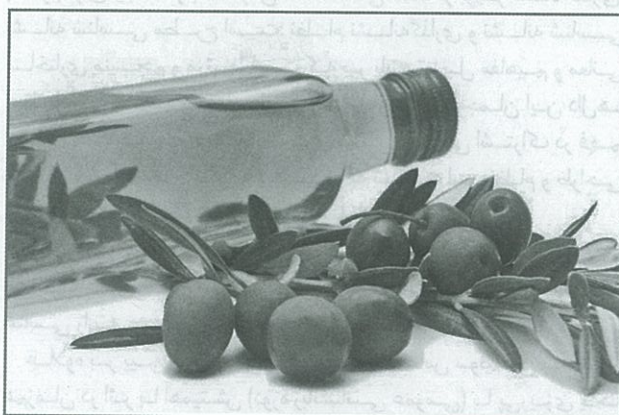
برای تغییر عادات‌های غذا خوردن یا تغییر برنامه غذایی باید به آن چه که تا کنون خورده اید توجه کنید. بعد از آن می‌توانید تصمیم بگیرید که کدام ماده غذایی را بیشتر یا کدام را کمتر مصرف کنید.

رژیم غذایی روزانه داشته باشید. حذف غذاهای ناسالم و هله هوله. انتخاب برنامه غذایی سالم. هدفی در برنامه غذایی خود داشته باشید و بدانید که در پایان رژیم غذایی خود چه به دست می‌آورید. نوشیدنی‌های الکلی سبب تأخیر در روند ریکاوری عضلات بعد از تمرین می‌شوند. فیدبکی از رژیم غذایی خود داشته باشید.

معمولاً بین ۱ یا ۲ هفته تغییرات را در خود احساس خواهید کرد و بعد از آن نیاز به تغییرات اجباری برای کاهش وزن یا رژیم خیلی خاصی برای بهبود صعودتان نخواهید داشت □

روز میزان پروتئین مصرفی را افزایش داد. این سبب می‌شود که سطح پروتئین خون بالا بماند و مدام عضله در موقع لازم تغذیه شود. میزان پروتئین لازم روزانه برای سنگنوردان در طول روز ۴.۱ تا ۸.۱ گرم نسبت به هر کیلو وزن آن‌ها است.

این را می‌توان به ۳ یا ۴ وعده غذایی تقسیم کرد و حتی اسنک‌هایی هنگام ریکاوری. در برنامه غذایی سنگنوردان معمولاً پروتئین به میزان کافی در صبحانه وجود ندارد. پخش کردن میزان پروتئین ضروری در طول روز حتی باعث افزایش ریکاوری و کاهش DOMS (تأخیر بهبود زخم عضلانی) و افزایش سطح تمرینات و صعود بهتر می‌شود. انتخاب پروتئین با کیفیت، که در غذا یافت می‌شود شامل آمینو اسید است که برای ساختن عضله لازم است. افراد گیاه‌خوار برای ساخت عضله می‌بایست به میزان کافی تخم مرغ، پنیر، کره بادام زمینی، سویا، نخود فرنگی مصرف کنند. برنامه غذایی گیاه‌خواری سبب می‌شود که در سنگنوردان حرفه‌ای میزان پروتئین با کیفیت به بدن نرسد.



چربی

چربی ۳۰٪ از کل انرژی روزانه بدن را در بر می‌گیرد. و در مواد غذایی مثل گوشت، شیر، تخم مرغ یافت می‌شود. ولی حجم بیشتری را می‌توان در روغن زیتون، آجیل، تخمه، نارگیل و روغن ماهی یافت. می‌توان از ماهی‌هایی مانند سالمون، ماهی خال‌مخالی، ساردین، قزل آلا یا روغن ماهی امگا ۳ برای ریکاوری عضله استفاده کرد. روغن امگا ۳ سبب بهتر شدن جریان گردش خون و افزایش پمپاژ یا سرعت ریکاوری هنگام صعود می‌شود.

کاربرد نظام ارتباطی نشانه‌ها در روش‌های گوناگون صعود در

کوه‌نوردی و هیمالیا نوردی

تهیه و تنظیم: سید واسع سید موسوی، غزل کمانگر

چکیده

نشانه‌شناسی، ساختار و نظامی منسجم و مرتبط از علایم و نشانه‌ها و کارکرد آن‌ها در عرصه کنش‌های اجتماعی تحلیل می‌کند؛ کنش متقابل سرشار از جلوه‌های نظام نشانه‌شناسیک زبان و حرکات و اطوار و زبان بدن است؛ امروزه دانشمندان مختلف تمام تلاش خود را برای تحلیل جنبه‌های گوناگون نظام‌های نشانه‌شناسی به کار بسته‌اند. نظام کنش متقابل بر پایه تبدیل مفاهیم و معانی (مدلول) به علایم و نشانه‌های قراردادی (دال‌ها) و ترجمان این دال‌ها از سوی مخاطب آن برپایه تفسیری ذهنی و نوعی اشتراک در فهم نشانه با فرستنده آن ناگفته پیداست که شناخت این نظام و طراحی نشانه‌ها امروزه یک دانش تمام عیار است؛ شناختی که فهم ما را از جهان پیرامون دگرگون ساخته است؛ و تمامی عرصه‌های حرکات انسانی را دربرمی‌گیرد. کوه‌نوردی نیز به عنوان یک فعالیت اجتماعی سرشار از کارکردهای فلسفی و نشانه‌شناسیک خاص خود است که در این گفتار تلاش خواهد شد؛ ضمن تبیین اهمیت نشانه‌ها در این ورزش، نشانه‌های ابداعی به خواننده معرفی شود.

هیچ ارتباطی بدون بهره‌گیری از نشانه‌ها ممکن نیست؛ اهمیت نشانه‌ها به حدی است که ارنست کاسیرر در فلسفه صورت‌های نمادین، انسان را حیوان نمادپرداز تعریف می‌کند. و به‌این ترتیب نشانه‌گذاری و استفاده از آن را در نظام ارتباطی خود، وجه ممیز انسان و حیوان می‌داند.

ارتباط در معنی اصطلاحی ارتباط، فن و فرایند انتقال اطلاعات، افکار، احساسات و افکار از شخصی به شخصی دیگر است. ارتباط ارکانی دارد که بدون هریک از آن‌ها برقراری و استمرار ارتباط ممکن نخواهد شد.

برخی صاحب‌نظران این عرصه، تعریف "چارلز کولی" (۱۹۰۹) را که در کتاب معروف خود "سازمان اجتماعی"، ارایه کرده است؛ جامع‌ترین و کامل‌ترین تعریف برای این مفهوم قلمداد کرده‌اند. کولی این‌گونه به تعریف ارتباط می‌پردازد: «ارتباط مکانیسمی است که روابط انسانی بر اساس و به وسیله آن به‌وجود می‌آید و تمام مظاهر فکری و وسایل انتقال و حفظ آن‌ها در مکان و زمان بر پایه آن توسعه پیدا کند. ارتباط، حالات چهره، رفتارها، حرکات، طنین صدا، کلمات، نوشته‌ها، چاپ، راه‌آهن، تلگراف، تلفن و تمام وسایلی که به‌تازگی در راه غلبه بر مکان و زمان ساخته شده‌اند؛ همه را در بر می‌گیرد». در تمامی مصادیق این تفسیر گسترده کولی می‌توان اهمیت نشانه‌ها را به خوبی دریافت؛ با حذف نشانه‌ها تعریفی نخواهد ماند.

«ارسطو» هدف از فراگرد ارتباط را اقناع و ترغیب دیگران دانسته و ارتباط را در راستای تغییر دادن نگرش‌ها ارزیابی می‌کند. آموزش دادن، تفریح کردن، اطلاع و آگاهی، تفهیم و فهماندن به دیگران نیز از جمله اهداف شمرده شده‌اند.

ارکان ارتباط:

برخی از صاحب‌نظران برای ارتباط، پنج رکن قائل‌اند:

پیام دهنده (منبع) = برقرارکننده ارتباط

گیرنده (مخاطب) = دریافت‌کننده ارتباط

اصل پیام = محتوا و آنچه به خاطر آن ارتباط برقرار شده است.
وسیله ارتباط = ابزاری که به وسیله آن ارتباط برقرار می‌شود.
آثار یا بازخورد = آنچه در اثر استقرار ارتباط به وجود می‌آید.
اما برخی دیگر بر این باورند که این ارکان بسته به نوع ارتباط تغییر می‌کند و در هر ارتباط عناصر گوناگونی وجود دارند که با توجه به ترکیب آن‌ها طرز برقراری جریان ارتباط روشن می‌شود.
زبان جزء اصلی و بسیار بااهمیت از نظام گسترده نشانه‌ها است که بشر برای ایجاد ارتباط از آن استفاده می‌کند. در برابر نشانه‌گذاری، نشانه‌شناسی مطرح است؛ نظام نشانه‌گذاری و نشانه‌شناسی ساختاری منسجم و مرتبط است که بر پایه تبدیل مفاهیم و معانی (مدلول) به علایم و نشانه‌های قراردادی (دال‌ها) و ترجمان این دال‌ها از سوی مخاطب آن برپایه تفسیری ذهنی و نوعی اشتراک در فهم نشانه با فرستنده آن ناگفته پیداست که شناخت این نظام و طراحی نشانه‌ها امروزه یک دانش تمام عیار است.

علاوه بر فردینان دوسوسور، چارلز سندرس پیرس منطق دان و فیلسوف عمل‌گرای امریکایی، با طرح آراء و پژوهش‌های خود نشانه‌شناسی را به عنوان رشته‌ای مستقل هویت بخشید.

علاوه بر پیرس فردینان دوسوسور زبان‌شناس سوئیسی به طور هم‌زمان در اثر بااهمیتش (دوره زبان‌شناسی عمومی) با پی‌ریزی یک الگوی دو وجهی از نشانه یعنی دال، (تصویر صوتی) و مدلول، (مفهومی که دال به آن دلالت می‌کند). درک عمومی ما را از زبان و نظام نشانه‌ها گسترش داده است؛ او می‌نویسد: "می‌توان دانشی را در نظر گرفت که به بررسی نقش نشانه‌ها در زندگی جامعه می‌پردازد این دانش بخشی از روان‌شناسی اجتماعی عمومی خواهد بود که ما آن را نشانه‌شناسی [semiology] می‌نامیم (از واژه یونانی semeion «نشانه») نشانه‌شناسی برای ما مشخص می‌سازد که نشانه‌ها از چه تشکیل شده‌اند و چه قوانینی بر آن‌ها حاکم است.
از آن‌جا که این دانش هنوز به وجود نیامده، می‌توان گفت که

داشت و حسب مورد از هر یک از این روش‌ها استفاده کرد، لازم به ذکر است از هر یک از این سه روش حسب مورد و به تناسب ارتفاع، فنی و غیرفنی بودن قله، فاصله بین کمپ‌ها، و در نهایت متناسب با وضعیت منطقه و قله، استفاده می‌کنند. علاوه بر این‌ها حضور افراد حرفه‌ای و توان‌مندی‌ها و مهارت‌های آن‌ها نیز در انتخاب روش صعود اثرگذار است. گاهی پیش می‌آید که یک گروه از ترکیبی از این روش‌ها استفاده می‌کنند که در ادامه هر یک از این روش‌ها به صورت جداگانه بررسی خواهد شد. شالوده این علایم و نشانه‌های ابداعی نیز در جریان صعود از قله‌های مختلف خصوصاً در منطقه همپایا، پی‌ریزی شده است.

روش‌های صعود

به طور کلی سبک (روش)‌های صعود به سه نوع تقسیم می‌شوند:

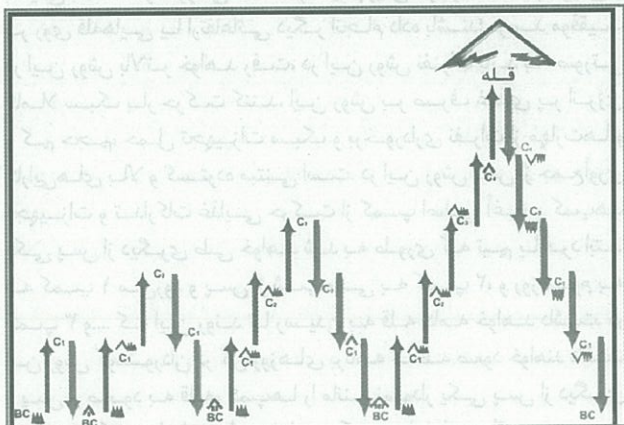
(۱) روش صعود به سبک محاصره‌ای.

(۲) روش صعود به سبک کپسوله‌ای.

(۳) روش صعود به سبک آلی.

(۱) روش صعود به سبک محاصره‌ای

در روش محاصره‌ای پس از استقرار افراد در کمپ اصلی BC و آماده کردن تجهیزات و تدارکات لازم برای شروع برنامه، ابتدا افراد تیم با مقداری از وسایل و تجهیزات به کمپ ۱ صعود کرده و آن ارتفاع را لمس می‌کنند و پس از استراحت و بارگذاری به کمپ اصلی بازگشته و پس از ۱ تا ۲ روز استراحت و ریکاوری در کمپ اصلی مقدار دیگری از وسایل را برداشته و به کمپ ۱ می‌روند تا در آنجا شب‌مانی کنند و صبح روز بعد با مقداری از تجهیزات موجود در کمپ ۱ به سمت کمپ ۲ می‌روند. دوباره محل را لمس و بارگذاری می‌کنند و به سمت کمپ ۱ و در نهایت کمپ اصلی باز می‌گردند. پس از استراحت و ریکاوری (۲-۱ روز) دوباره با باقی‌مانده تجهیزات موجود در کمپ اصلی (تدارکات غذایی کمپ‌های بالا، چادر و تجهیزات فنی) به سمت کمپ ۱ می‌روند. و پس از شب‌مانی صبح روز بعد به کمپ ۲ می‌روند و صبح روز سوم پس از شب‌مانی، برای بارگذاری و لمس کمپ ۳ به آن ارتفاع می‌روند و پس از استراحت کوتاهی (۲-۱ ساعت)، دوباره به کمپ ۱ و ۲ و در نهایت به کمپ اصلی باز می‌گردند؛ و این روال تا صعود قله و بازگشت به همین ترتیب ادامه خواهد یافت. این روش یکی از متداول‌ترین روش‌های صعودهای بلند در دنیا و به‌خصوص پرطرفدار در میان تیم‌های ایرانی است که کامل‌ترین نوع هم‌هوایی نیز در این روش صورت می‌گیرد که به صورت نمودار در زیر به آن اشاره شده است.



چه خواهد بود، ولی چون حق وجود دارد، جایگاهش از پیش تعیین شده است." (سوسور، فردینان، ۱۳۸۲، ص ۲۴)

به علاوه می‌توان از آثار پراهمیت پدیدار شناسی هوسرلی و آراء ارنست کاسیرر و اومبرتو اکو و کلود لوی استروس، در انسان شناسی و مردم شناسی، میشل فوکو، لاکان در روانکاوی و خصوصاً آثار با اهمیت رولان بارت در نقد ادبی و فرهنگی اشاره کرد که رویکردهای متفاوت به نشانه‌شناسی را کنندگی می‌کنند.

اهمیت نشانه‌ها: نشانه‌ها علایمی ذاتاً بی‌معنی هستند که افراد بشر، بر حسب قرارداد و توافق، آن‌ها را معنادار کرده‌اند. نشانه‌ها بخشی با اهمیت از نظام ارتباطی در زندگی اجتماعی به شمار می‌آیند؛ زبان پیچیده‌ترین و کامل‌یافته‌ترین نظام نشانه‌ای است. بدون زبان حتی اندیشیدن هم ممکن نیست. عدم وجود نشانه‌ها در یک راه پر تردد ممکن است حادثه بیافریند. دست کم این که کارایی رانندگان در تشخیص مسیر و دشواری‌های موجود بر سر راه خود به شدت کاهش خواهد یافت. برخی از علایم سجاوندی و نگارشی، مانند ویرگول و نقطه و نقطه ویرگول و علامت سؤال و قلاب نشانه‌هایی هستند که در خطوط و زبان‌های مختلف به کار می‌روند. و ضمن حمل مفهیمی واحد، بسته به کاربرد آن و در رسم‌الخطهای متفاوت، معانی گوناگونی را حمل و ایجاد می‌کنند. در بخش صنعت، نشانه‌های موجود در کارگاه‌ها از بسیاری از سوانح پیشگیری می‌کنند.

اهمیت نشانه‌ها در کوه‌نوردی

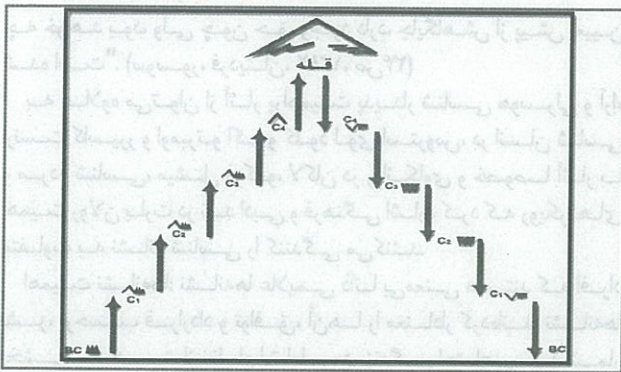
ورزش کوه‌نوردی نیز به عنوان یک فعالیت اجتماعی، ناچار از کاربرد نشانه‌ها اعم از زبان و نشانه‌ها و علایم هشدار دهنده به طور اخص است. کوه‌نوردی در فردی‌ترین شکل فعالیت خود نیز تلاشی است برای برقراری ارتباط هارمونیک و نظام‌یافته با طبیعت و نمادهای آن، تلاشی که شاید ریشه در کهن‌الگوی انسانی دارد. چرا که کوه در ادبیات، اساطیر و ادیان مختلف به شیوه‌های گوناگون رمز پردازی شده است و جنبه‌های گوناگون نمادین یافته است و غالباً به نمادی از الوهیت، تعالی، سربلندی، بلندی همت، جبروت و رفعت بدل شده و تقدس یافته است؛ چرا که بیشتر ملل، کوه را نزدیک‌ترین جایگاه‌ها به آسمان، و آسمان را جایگاه ایزدان و پر رمز و رازترین پدیده‌ی هستی انگاشته‌اند. این رمزپردازی و جنبه نمادین و اساطیری است که انسانی را به کام خطراتی بالقوه می‌راند؛ تا هویت انسانی خود را بازآفرینی کند.

این مقاله در صدد است تا ضمن معرفی روش‌های صعود و علاوه بر تبیین اهمیت نشانه‌ها در این ورزش نشانه‌هایی ابداعی را برای بهتر کردن شرایط صعود و کاهش خطرات ورزش کوه‌نوردی معرفی کند.

باشد که طراحی این نشانه‌ها و روش‌های صعود گامی هرچند کوتاه در راستای کاهش سوانح در ورزش جذاب کوه‌نوردی و مشوق علاقه‌مندان به استفاده از این نشانه‌ها و گسترش زبان نمادین در عرصه‌ای از این ورزش باشد.

روش‌های صعود طی سال‌های متمادی و با خلاقیت و نوآوری کوه‌نوردان علاقه‌مند و رهبران تیم‌های مختلف و در مسیر صعود از قله‌های مختلف پی‌ریزی شده است. این روش‌ها ضمن آن که صعود بلندترین قله‌های جهان را میسر ساخته است؛ جان هزاران انسان علاقه‌مند به ورزش کوه‌نوردی را در برنامه‌های هیماالیانوردی حفظ کرده است.

برای صعود باید با سه روش اصلی صعود حرفه‌ای آشنایی کامل



پس از انتخاب روش صعود رهبری تیم یا گروه به طراحی نقشه استراتژیک صعود اقدام خواهد کرد؛ این نقشه به علاوه تمامی تاکتیک‌های لازم برای صعود را در خود دارد؛ نکته مهم این جاست که به دلایل متعددی ناچار از استفاده گسترده از نشانه‌ها هستند؛ که برخی از نکات مهم‌تر آن‌ها در پی می‌آید:

۱- مدیریت زمان و حیاتی بودن لحظات امکان خوانش متن یا استفاده از برخی توصیه‌های متنی را نمی‌دهد؛ تصور اهمیت کسری از ثانیه در کوه‌نوردی، دقیقاً مانند تصور نشستن پشت فرمان وسیله نقلیه‌ای است؛ که با سرعت در حال حرکت است؛ شما باید کنترل این وسیله را به بهترین وجه در اختیار داشته باشید؛ هیچ‌گاه در چنین شرایطی قادر به خواندن یک متن نیستیم؛ تنها علائم هستند که از برابر دیدگان ما می‌گذرند؛ پس باید ضمن حفظ تعادل و کنترل وسیله نقلیه با رانندگی به سرعت مطمئن تمامی نشانه‌ها و علائم راهنمایی و رانندگی را مد نظر داشت. در صورتی که راننده یک وسیله نقلیه عمومی باشید؛ این یعنی آن که شما مسئولیت حفظ جان سایرین را هم دارید. وظیفه‌ای که به عهده سرپرست یا رهبر یک تیم کوه‌نوردی است؛ کسی که در کسری از ثانیه باید تصمیماتی حیاتی بگیرد؛ تا امنیت خود و گروه را تضمین کند. کسی نمی‌تواند در لحظات عبور از یک یخچال یا لبه یک پرتگاه متنی را بخواند همچنان که یک راننده قادر به این کار حین رانندگی نیست؛ این جاست که نشانه‌ها و درک بصری آنی از آن‌ها اهمیت می‌یابند.

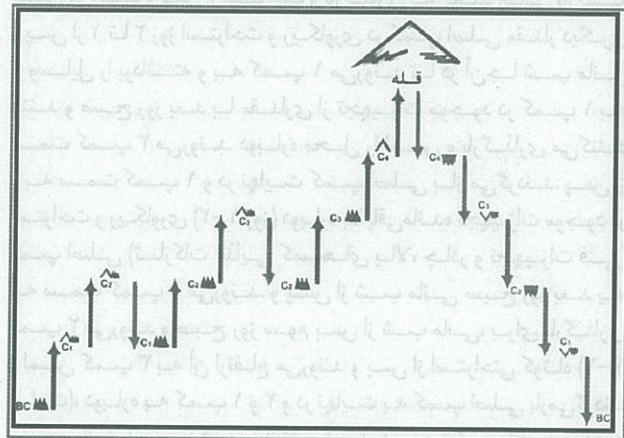
۲- زبان تصویر امکان هم تیم و هم طناب بودن و صعود مشترک برای کسانی را فراهم می‌کند که حتی زبان یک‌دیگر را نمی‌فهمند؛ گرچه افراد با استفاده از زبان‌های بین‌المللی می‌توانند به فعالیت‌های اجتماعی مشترک اهتمام ورزند؛ اما تصاویر و نشانه‌های قراردادی با دلالت بر مفاهیم قراردادی و مدلول‌های مشترک این امکان را بسیار تسهیل می‌کنند.

۳- بار هشداردهندگی نشانه‌ها و تصاویر از متون بسیار بیشتر است. بسیار دیده شده که در مواقع اضطرار برای هشدار و تحذیر از جملاتی بی‌فعل استفاده می‌شود تا بار هشدار و اهمیت تک تک واژگان افزایش یابد. مثلاً واژه خطر که در هنگام کار با یک وسیله خطرناک بسیار هشدار دهنده‌تر از یک متن در مورد خطرات یک وسیله است. همین واژه ممکن است به یک نماد مثلثی شکل بدل شود و بار عاطفی و احساسی لازم را برای هشدار بیش از واژه القا کند.

۴- در شرایط نامساعد جوی و عبور از کوهستان نشانه‌ها برخلاف متون به سرعت مفاهیم را انتقال می‌دهند و نیاز به ماندن و مطالعه متون ولو کوتاه در چنین شرایطی نیست. پس کاهش زمان توقف در شرایط نامساعد یک مزیت است که با استفاده صحیح از نشانه‌ها کسب می‌شود.

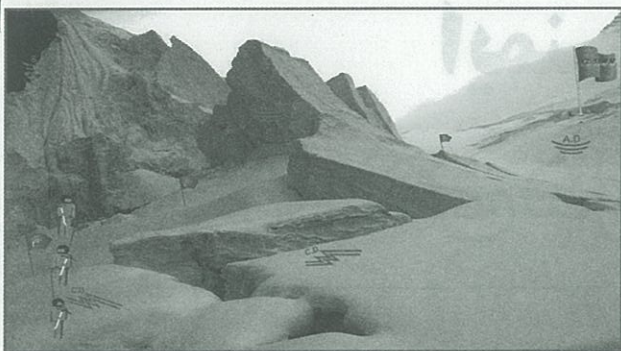
۲) روش صعود به سبک کپسوله‌ای

در روش کپسوله‌ای که شایع‌ترین روش صعودهای بلند در ایران است؛ پس از ورود به کمپ اصلی و استقرار و تدارکات و آماده‌سازی لازم جهت شروع برنامه صعود، نفرات برای هم هوایی و لمس به کمپ اول می‌روند. در این حرکت بخشی از وسایل لازم و تدارکات غذایی به کمپ ۱ انتقال خواهد یافت و پس از استراحتی کوتاه و چند ساعته، به کمپ اصلی باز خواهند گشت؛ افراد به نسبت آمادگی نفرات و پس از ریکاوری لازم و همچنین وجود هوای مناسب پس از ۱ تا ۲ روز استراحت دوباره با مقداری دیگر از وسایل و تدارکات غذایی به طرف کمپ ۱ خواهند رفت و تیم پس از شب‌مانی، صبح روز بعد به همراه بخشی از تجهیزات و تدارکات به محل کمپ ۲ در ارتفاع مشخص شده و بالاتر خواهند رفت و پس از برپایی کمپ و قرار دادن تجهیزات دوباره به کمپ ۱ و در نهایت کمپ اصلی باز خواهند گشت. پس از ریکاوری لازم ۱ تا ۲ روز و ماندگاری در کمپ اصلی دوباره به طرف کمپ ۱ و ۲ خواهند رفت، شب را در صورت نیاز در کمپ ۱ می‌خوانند و در غیر این صورت تیم‌ها می‌توانند به کمپ ۲ بروند و در آن‌جا شب‌مانی کنند. این روال بالا پایین کردن تا کمپ آخر و در نهایت به قله ادامه خواهد داشت که به صورت نمودار در پایین به آن اشاره شده است.



۳) روش صعود به سبک آلپی

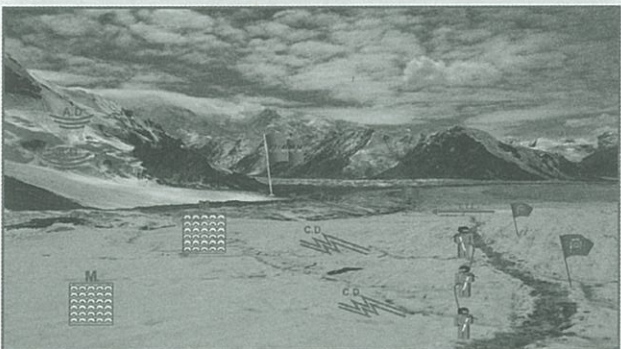
روش آلپی دشوارترین شیوه صعود قله و در همان حال کوتاه‌زمان‌ترین آن‌هاست. کم زمان‌ترین روش‌های صعود است. در این روش نفرات باید دارای تجربه بالا و توان جسمی و فنی خیلی بالایی باشند؛ در صورتی که افراد تیم پیش‌تر فرایند هم هوایی را بر روی قله‌هایی یا ارتفاعاتی دیگر انجام داده باشند؛ درصد موفقیت در این روش بالاتر خواهد رفت، در این روش نفرات باید به صورتی کاملاً سبک بار حرکت کنند، این روش بر صرف غذای پر انرژی و کم حجم، حمل تجهیزات سبک و برخورداری نفرات از مهارت‌ها و کارایی‌های بالا و گسترده مبتنی است. در این روش پس از جمع‌آوری تجهیزات و تدارکات غذایی حرکت از کمپ اصلی آغاز و کمپ‌ها یکی پس از دیگری طی خواهد شد به طوری که تیم یا فرد ابتدا به کمپ ۱ می‌رود و پس از شب‌مانی به کمپ ۲، و روز سوم به کمپ ۳ و... که این روند تا رسیدن به قله ادامه خواهد داشت. در این روش کوهنوردان در کل روزهای برنامه تا قله صعود خواهند داشت و پس از صعود به قله، کمپ‌ها را مانند نمودار یکی پس از دیگری به سمت کمپ اصلی طی خواهند کرد و باز خواهند گشت.



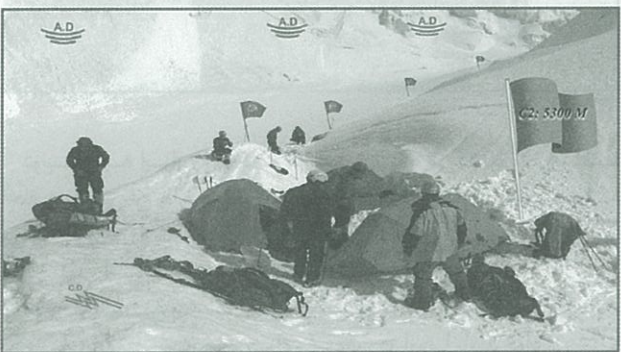
شکاف‌های آشکار و پنهان و حد فاصل بین کمپ ۱ به کمپ ۲ در ارتفاع ۵۱۰۰ متر



دورنمایی از محل کمپ ۲ و عوارض موجود در اطراف کمپ

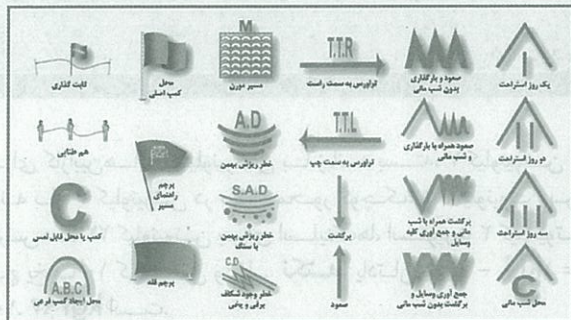


مسیر کمپ اصلی به طرف کمپ ۱

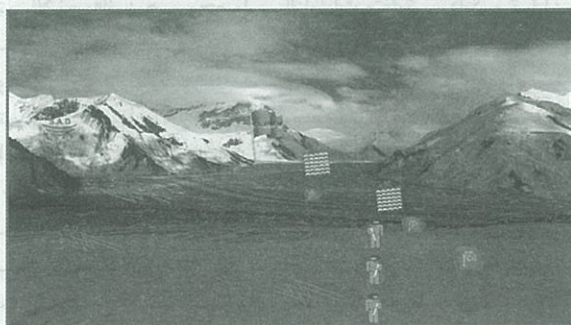


بر اساس آنچه که ذکر شد؛ علایم و نشانه‌ها برای انتقال معانی و اشاره و ارجاع به مدل‌ل در کوتاه‌ترین زمان ممکن نسبت به متون برتری دارند. از این رو و با درک ضرورت آن‌ها در طراحی ابداعی تلاش شده است مفاهیم رایج در کوه‌نوردی و خصوصا صعود به قله کوه‌های پرخطری همچون هیمالیا، به صورت نشانه‌هایی ویژه انتقال یابند. بدیهی است این طرح ابتدایی است و رفته‌رفته باید به صورت یک طرح استاندارد معرفی و با گذشت زمان اصلاح و تکمیل شود.

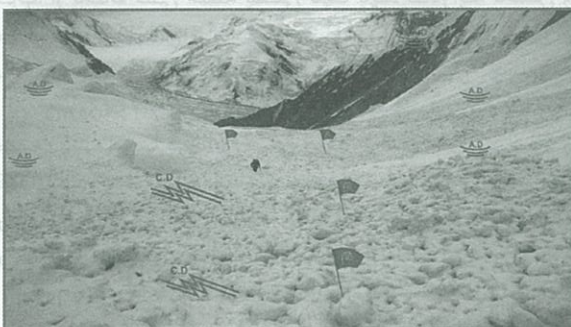
این علایم در عین سادگی به سادگی قابل رسم و حک و تقلید بر روی نقشه‌ها و طرح‌ها را دارد؛ از این رو در صفحات آتی به اجمال به این نشانه‌ها و بررسی بار مفهومی آن‌ها خواهیم پرداخت؛ به منظور درک بهتر از کارایی این نشانه‌ها، هریک از آن‌ها به تناسب موضوع و مفهومی که باید القا شود؛ بر تصاویری واقعی از بررسی چند تصویر از صعود به قله خانتانگری از قله‌های بلند و باشکوه هیمالیا حک شده‌اند؛ به این ترتیب خواننده می‌تواند به سهولت بار معنایی و کارآمدی این نشانه‌ها را در انتقال مفاهیم درک کند. خواننده یا کوه‌نورد با قرار گرفتن در موقعیت و مشاهده تصویر طراحی شده موقعیت خود و شرایط مکانی را بهتر در خواهد یافت و از این رو به‌تر می‌تواند تیم یا گروه خود را رهبری کند.



مسیر کمپ اصلی به طرف کمپ ۱



خطرناک‌ترین قسمت دره مرگ در اواسط کمپ ۱ به کمپ ۲ در ارتفاع



فهرست منابع و مآخذ

- احمدی، بابک، ساختار و تاویل متن، تهران: نشر مرکز، ۱۳۷۰
 احمدی، بابک، از نشانه‌های تصویری تا متن به سوی نشانه‌شناسی ارتباط دیداری، تهران: نشر مرکز، ۱۳۸۱
 رضایی مهوار، میثم، کارکرد نشانه‌شناسی فرهنگ و هنر در دیدگاه رولان بارت، مقاله ۱۳۸۷، www.dilmun.ir
 سوسور، فردینان، دوره زبان‌شناسی عمومی، ترجمه کورش صفوی، تهران: هرمس، ۱۳۸۲
 گیرو، پی‌یر، نشانه‌شناسی، ترجمه محمد نبوی، تهران: نشر آگه، ۱۳۸۰ □

ایمنی صعود

حلقه‌های پشتی هارنسی با مقاومت کامل

نویسنده: کالین پاولیک
ترجمه: سلمان محمدی
کلیه تصاویر توسط مت کستل

مقدمه مترجم

در مواردی از دوستان هم‌نورد یا حتی مربیان عزیز شنیده بودم که از حلقه پشتی هارنس می‌توان برای زدن خود حمایت استفاده کرد، اما کیفیت ساختار این حلقه به من گوشزد می‌کرد که این امر نمی‌تواند درست باشد. در یکی از دوره‌های آموزشی نیز همین کاربرد توسط یکی از مربیان خوب تأکید شد که البته بنده چون مطالعه گذرا در این مورد داشتم به این خطا فقط اشاره کردم که مربی‌مان به خاطر تجربه‌ای که داشتند از من خواستند آن را مستند کنم. از این رو تحقیقی روی این موضوع در اینترنت انجام دادم که تأکیدی بر این خطای سنگنوردان داشت. یکی از مقالات خوب را هم در این زمینه از بلک دایموند پیدا کردم که تنها شرکتی است که در برخی هارنس‌های خود اقدام به تقویت این حلقه برای خود حمایت کرده بود، از این رو بهترین نمونه مطالعه در این زمینه محسوب می‌شود. برای همین این متن را برای دوستان ترجمه کردم تا مانعی باشد بر این کاربرد خطا و حوادث ناشی از آن.

برای کارابین‌ها ۲۰ کیلونیوتن با زبانه بسته، ۷ کیلونیوتن با زبانه باز، ۷ کیلونیوتن در طول محور کوچک؛ ۱۵ کیلونیوتن برای هارنس‌ها، ۲۲ کیلونیوتن برای اسلینگ‌ها، استوپرها ۲ کیلونیوتن، پیچ‌ها ۱۰ کیلونیوتن و تا... **نکته:** یادتان باشد $1 \text{ kN} \approx 101.97 \text{ kgf}$ است.

برای همین وقتی کسی می‌پرسد وسیله مقاومت کامل دارد احتمالا نمی‌داند هر محصولی الزامات متفاوتی دارد. و تا آن‌جا که به حلقه پشتی هارنس مربوط می‌شود هیچ الزامی در مورد توان آن وجود ندارد. وقتی کسی در مورد مقاومت آن می‌پرسد به احتمال زیاد منظورش میزان مقاومت آن در مقایسه با کل هارنس یا حلقه حمایت آن است که الزاما چنین نیست.

بیا بید فرضیه دوم را در نظر بگیریم که آیا حلقه پشتی به اندازه حلقه حمایت (که بر اساس الزام CE ۱۵ کیلونیوتن است) مقاومت دارد یا نه. سؤال من این است که چرا این مسأله مهم است؟ حلقه‌های پشتی هارنس‌ها دقیقا به این دلیل نصب شده‌اند: به لحاظ اسمی اتصال یا کشیدن یک طناب. از لحاظ فنی حلقه پشتی تنها باید قادر به تحمل وزن اتصال طناب تعادل بار باشد (فقط چند کیلوگرم). پس چرا افراد به حلقه پشتی هارنس با "مقاومت کامل" چسبیده‌اند؟ در پایان روز هرگز نباید گره را به حلقه پشتی زد و یا به آن حمایت بست، یا در صعودهای چند طولی حمایت خود را از حلقه پشتی به کارگاه بست و حتما حتما نباید از حلقه پشتی برای "سبک فرود استرالیایی" استفاده کرد. حلقه پشتی تنها برای حمل طناب و بار است؛ ساده و روشن. هارنس مخصوص فرود سبک استرالیایی (م).



دوستان به ابزار روی کمر دوستی اشاره می‌کنند و می‌پرسند: "حلقه پشتی آن هارنس مقاومت کامل دارد؟" عبارتی که همیشه می‌شنوم و لרزه بر تنم می‌اندازد. این افراد معنای این سؤال را می‌فهمند؟ اصلا "مقاومت کامل" یعنی چه؟

متأسفانه پاسخ به این سؤال آسان نیست، اما زمینه‌ای دارد: تجهیزات ایمنی شخصی برای فروش در اروپا باید گواهی CE داشته باشند. (جالب هست که در آمریکای شمالی برای فروش محصولات چنین الزامی وجود ندارد). الزامات زیادی برای گواهی وجود دارد، اما در این بحث فقط با یکی از آن‌ها کار داریم که یکی از اصول الزامی محسوب می‌شود. این اصل با عنوان "قدرت شکست نهایی" یا به عبارت دیگر "اندازه میزان توان" شناخته می‌شود.

حداقل قدرت شکست نهایی الزامی برای کم‌ها ۵ کیلونیوتن،

کیلونیوتن. برخی شرکتها هم همین کار را کرده‌اند و تمدا کاری کرده‌اند که حلقه پشتی خیلی ضعیف دیده شود تا تأکیدی شود بر این که این قسمت "مقاومت کامل" و توان لازم را ندارد.

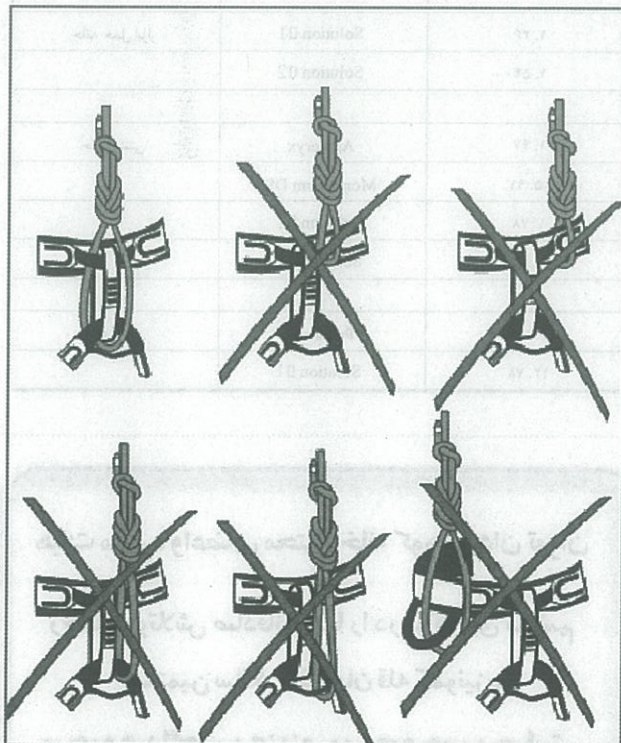
آزمایش

رفع مسئولیت #۱ همان طور که در آزمایشگاه‌های کنترل کیفیت نوشته ایم هدف این است که (امیدواریم) اطلاعات مفیدی به شما کوهنوردان بدهیم. این مطلب کاری در سطح یک مطالعه گسترده در سطح پایانامه با تمام پیچیدگی‌های طراحی و کاربرد هارنس و کاربرد نادرست آن نیست. بلکه ترجیحا اطلاعاتی سطحی است برای رسیدن به یک نکته.

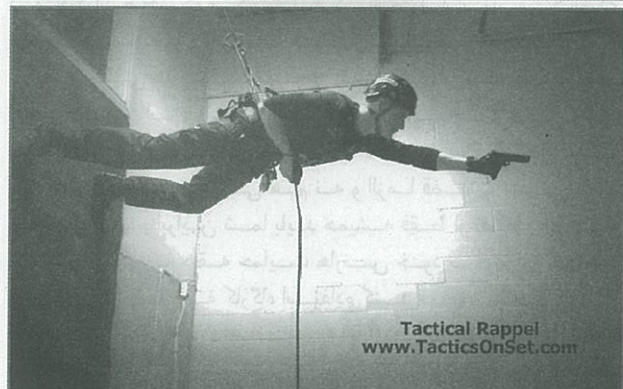
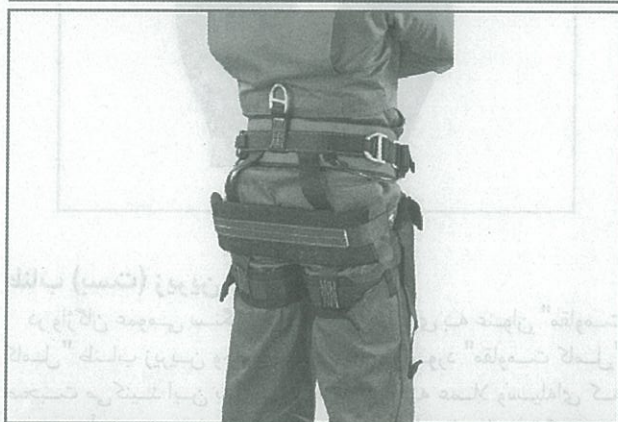
رفع مسئولیت #۲ لطفا دستورالعمل‌های کاربری تولید کننده را در مورد پوشیدن و کاربرد صحیح هارنس خود را بخوانید. تمام

هشدارها و دستورالعمل‌های صحیح کاربری و... را بخوانید.

دوباره یادآور می‌شوم که باید همیشه گره را از نقاطی که باید گره بزنید و از حلقه حمایت برای حمایت کردن استفاده کنید. یک قانون سر انگشتی خوب از انجمن "راهنمایان کوه‌های کانادا": "نقاط اتصال گره برای پارچه‌هاست و حلقه حمایت برای ابزارهای فلزی." بنابراین سیستم حمایت فردی خود به کارگاه را به نقطه اتصال گره بزنید و تنها کارابین‌ها را به حلقه حمایت متصل کنید. حلقه حمایت برای حمایت کردن است (برای همین است که نامش را حلقه حمایت گذاشته اند). و البته هرگز به حلقه هیا حمل ابزار، حلقه پشتی، و تسمه‌های پا گره نزنید.



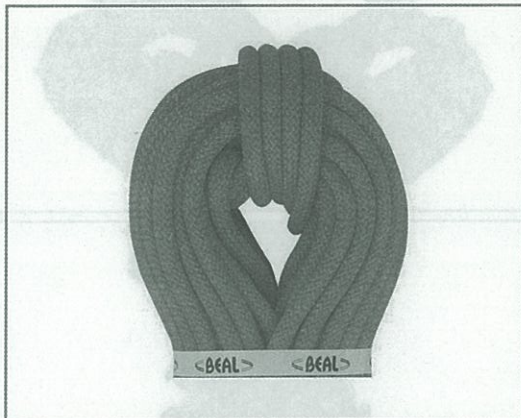
برای مستند کردن مطلب کمی از اطلاعات تست تولید از چندین (۱۰) نوع هارنس مختلف بلک دایموند را این جا آورده‌ایم که به شرح زیر است:



ما در بلک دایموند در مورد حلقه پشتی فلسفه داخلی خود را داریم. اگر شبیه حلقه حمایت باشد آن را قوی‌تر می‌سازیم؛ نیوتن نباشد، اما به اندازه کافی برای موارد استفاده نادرست افراد مقاوم است. متأسفانه این واقعیتی است که با آن روبه‌رو هستیم. مردم اغلب از محصولات بد استفاده می‌کنند. این به معنای این است که برخی هارنس‌های مان را انتخاب کردیم تا روی آن‌ها حلقه‌های پشتی مقاوم نصب شود، چون موادی که استفاده می‌کنیم شبیه حلقه حمایت است، اما این هم به این معنا نیست که با این حلقه پشتی هر کاری خواستید بکنید، غیر از اتصال طناب یا اتصال دستکش‌های حمایت یا ابزار حمایت. شاید دیده باشید که روی برخی از هارنس‌های ما حلقه پشتی شبیه حلقه حمایت نیست و گاهی تسمه آن نازک‌تر است و بیشتر شبیه تسمه کمربند است و ما روی آن حک کرده‌ایم صفر

نتیجه گیری

همان طور که قبلا گفته شد حلقه های حمایت ضخیم و قوی هستند و حلقه های حمل ابزار ضعیف هستند و حلقه های پشت هارنس می تواند قوی باشد یا نباشد. همان طور که انتظار می رود اسلینگ کشی کمر یک هارنس عموما موجب افزایش قابل توجه مقاومت آن می شود.



طناب (بست) زیرین

در واژگان عمومی سنگ نوردی در واقع چیزی به عنوان "مقاومت کامل" طناب زیرین وجود ندارد. اگر در مورد "مقاومت کامل" صحبت می کنید این بستگی دارد به این که عملا وسیله ای که در مورد آن صحبت می کنید به کدام مقوله ابزار سنگ نوردی مربوط می شود، زیرا الزامات هر ابزار متفاوت از دیگری است. حلقه پشتی هارنس شما برای اتصال یک رشته طناب است (برای اتصال ابزار اضافی، اتصال ابزار خام یا به عنوان رشته طناب دوم برای برگشت). برخی حلقه های پشتی هارنس ممکن است قوی باشند و برخی هم نه و الزما قضاوت در این مورد آسان نیست؛ بنابراین شما باید همیشه فقط از نقاط مخصوص اتصال گره و یا حلقه حمایت هارنس خود برای زدن گره یا حمایت یا اتصال به کارگاه استفاده کنید □
با آرزوی صعودی ایمن برای شما

Haul Loop (Belt Loop Style)	Haul Loop	Belay Loop	هارنس
CE Rating = N/A BD Internal rating = 1kN	CE Rating = N/A BD Internal rating = 12kN	CE Rating = 15kN BD Internal rating = 16kN	
حلقه پشت هارنس (توع حلقه تسمه ای)	حلقه پشت هارنس	حلقه حمایت	
درجه بندی CE ندارد	درجه بندی CE ندارد	درجه بندی CE = 15 کیلو نیوتن	
درجه بندی داخلی بلک	درجه بندی داخلی بلک	درجه بندی داخلی بلک	
درجه بندی داخلی بلک	دایموند = 12 کیلو نیوتن	دایموند = 16 کیلو نیوتن	
دایموند = یک کیلو نیوتن			
N/A	13.27kN	24.45kN	Momentum/Aspect
1.69kN	N/A	23.34kN	Solution

برای این که درکی از مقاومت عملی حلقه های پشتی و سایر قسمت های برخی هارنس های مان داشته باشیم انواع مختلف هارنس را به روش های مختلف آزمایش کردیم. برخی قدیمی، رده خارج، نیمه تست شده و کاملا مشکوک بودند. اگر خواستید از حلقه پشت کمر یا حلقه حمل ابزار یک اسلینگ استفاده کنید، ما حلقه های حمایت، حلقه های پشتی، حلقه های ابزار آن ها را تست کردیم. این ها اعداد خشک و سختی است که از این آزمایش ها به دست آمده:

نام قسمت مورد آزمایش	نوع هارنس	مقاومت (کیلو نیوتن)
حلقه حمایت	Solution	15.48
حلقه حمل ابزار	Solution 01	1.36
	Solution 02	1.54
حلقه پشتی	Arc'teryx	1.47
	Momentum DS	15.91
	Solution 01	1.78
	Solution 02	1.79
تسمه کمری	Primrose	11.64
	Solution 01	12.78

مربی پیشکسوت ارجمند

جناب آقای حسین ستاری رؤف

در گذشت برادر عزیزتان را به شما خانواده محترم

تسلیت می گوئیم.

فصل نامه کوه

هیات مدیره و اعضای محترم خانه کوهنوردان تهران

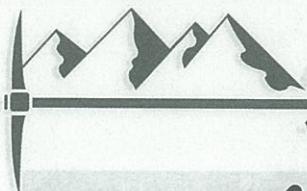
زحمات و تلاش صادقانه شما را در برگزاری مراسم

بیستمین سالگرد فاتحان قله کمونیزم

مرحوم عبدالحسین عزیزی و مرحوم حسین حراستی

را ارج می نهیم.

حسین عزیزی



گردشگری طبیعی ناپایدار

عامل نابودی کوهستان

یوسف تقی ملایی

چکیده

رونق گردشگری طبیعی در کشورهای جهان سوم در شرایط کنونی منجر به حذف زیستگاه‌های طبیعی باقی مانده می‌شود. هجوم گردشگران به عرصه گردشگری که بدون بررسی اثرات زیست‌محیطی مناطقی را به عنوان نمونه گردشگری معرفی کرده و تنها با ایجاد تأسیسات آب و برق حجم عظیمی از گردشگران را به این مناطق می‌کشانیم منجر به اثرات منفی غیرقابل جبرانی در طبیعت می‌شود. در مقاله کنونی جدا از اثرات مثبت اقتصادی اجتماعی گردشگری طبیعی به اثرات منفی گردشگری بر عرصه‌های به‌ویژه جنگلی می‌پردازیم که بسیار شکننده می‌باشند و توان حجم عظیم تردد را دارا نمی‌باشند. این سؤال کلیدی همواره در ذهن ما نقش می‌بندد که آیا گردشگری طبیعی در کشور ما منجر به رشد اقتصادی و جبران بیکاری و در یک کلام توسعه پایدار می‌شود؟

مقدمه

صنعت گردشگری بزرگ‌ترین صنعت خدماتی جهان از نظر درآمدزایی شناخته شده است. رشد این صنعت، همواره آثار زیست‌محیطی، فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی زیادی را به دنبال داشته است. توسعه صنعت گردشگری برای کشورهای درحال توسعه که با معضلاتی چون نرخ بیکاری بالا، محدودیت منابع ارزی و اقتصاد تک محصولی مواجه‌اند، از اهمیت فراوانی برخوردار است.

فعالیت گردشگری امروزه به عنوان یکی از مهم‌ترین و پویاترین فعالیت‌ها در جهان مطرح است. به طوری که شمار گردشگران خارجی و داخلی و میزان درآمدزایی آن در سطح جهانی پیوسته رو به افزایش می‌باشد. براساس گزارش سازمان جهانی گردشگری، درآمد حاصل از گردشگری بین المللی در سال ۱۹۹۰ تا ۲۰۰۵ تقریباً بیش از دو برابر شده، و از ۲۷۰ میلیارد دلار به ۶۸۰ میلیارد دلار افزایش پیدا کرده است. تعداد گردشگران بین المللی نیز از ۴۳۹ میلیون نفر در سال ۱۹۹۰ به ۸۰۶ میلیون نفر در سال ۲۰۰۵ و حدود یک میلیارد نفر در سال ۲۰۱۰ رسیده است که بر اساس پیش بینی در سال ۲۰۲۰ به ۶.۱ میلیارد نفر بالغ می‌شود (World Tourism Organization, ۱۹۹۹, ۲۰۰۵).

از زمانی که انسان پا به عرصه وجود نهاد همواره با طبیعت در تعامل بوده است، اما به مرور زمان تکنولوژی و زندگی ماشینی وی را از طبیعت و تعلقاتش دور ساخت. اکوتوریسم یا گردشگری مسئولانه در طبیعت از جمله راه‌های گریز از زندگی یکنواخت و خسته کننده روزمره است. این شاخه از توریسم طی همین مدت کوتاه پیدایش خود (اوایل دهه ۱۹۸۰) رشد بسیار

بالایی داشته است نرخ رشد سالانه اکوتوریسم در دهه‌ی ۱۹۹۰ بین ۲۰ تا ۳۴ درصد در دنیا و در سال ۲۰۰۴ سه برابر رشد صنعت توریسم به طور کلی بوده است (شرکت جهاد تحقیقات آب و انرژی، ۱۳۸۶). تعریف جامعه بین‌المللی اکوتوریسم (IES) (International Ecotourism Society) از اکوتوریسم عبارت است از مسافرت مسئولانه به نواحی طبیعی که محیط‌زیست را محافظت و رفاه مردم محلی را تأمین می‌کند (زاهدی، ۱۳۸۵). اکوتوریسم پایدار عبارت است از مسافرت مسئولانه و مبتنی بر اصول پایداری به نواحی طبیعی به منظور بهره‌گیری معنوی و ارضای نیازهای روحی و روانی به گونه‌ای که با شناخت و کسب آگاهی و احترام به نظام ارزش‌های مردم محلی توأم باشد و به محافظت از نواحی طبیعی و ارتقای رفاه جامعه میزبان کمک کند (زاهدی، ۱۳۸۵). لیبر معتقد است اکوتوریسم صنعت بازی است که در آن ۵ عنصر با محیط‌زیست در تعامل هستند شامل، انسان متحرک، منطقه تولید، منطقه انتقال، منطقه مقصد و صنعت گردشگری (اولادی، ۱۳۸۵).

اثرات منفی گردشگری طبیعی

در کشورهای جهان سوم گردشگری طبیعت به جای این‌که موهبتی نصیب عرصه کند خساراتی را نیز به بار می‌آورد. آسیب‌های زیست‌محیطی پایداری که ناشی از حضور عظیم گردشگران در مناسبت‌های ملی و ایام تعطیلات است می‌تواند منجر به حذف کامل عرصه گردد. اماکن توریستی تبدیل به زباله‌دانی بزرگ گشته‌اند. از طرف دیگر درصد عمده‌ای از این فعالیت گردشگری را گردشگری متکی بر طبیعت تشکیل می‌دهد و بخش عمده‌ای از این فعالیت در سطح جهان در حال حاضر در نواحی ساحلی متمرکز شده است. گردشگری ساحلی به عنوان یکی از سریع‌ترین

نواحی در حال رشد گردشگری به شمار می‌آید. بر این اساس گرچه رشد گردشگری ساحلی فواید زیادی را برای نواحی ساحلی به همراه داشته است، ولی گسترش بی‌رویه آن منجر به پیامدهای منفی زیست‌محیطی نیز شده است. به طور نمونه گردشگری بدون برنامه‌ریزی از طریق فاضلاب‌های ناشی از توسعه فعالیت‌های گردشگری منجر به تخریب زیستگاه‌های دریایی نزدیک ساحل شده است و یا قایقرانی به عنوان یکی از فعالیت‌های اصلی گردشگری ساحلی، زیستگاه‌های دریایی را که گنجینه تنوع زیستی را حمایت می‌کنند، تحت تأثیر قرار داده است. همچنین تخلیه مقادیر عظیمی از رسوبات ناشی از ساخت و ساز پروژه‌های توسعه گردشگری ساحلی و فعالیت‌های وابسته و جمع‌آوری مرجان‌ها و سایر نمونه‌های دریایی با اهداف تجاری را می‌توان از دیگر اثرات زیان بار دانست. این واقعیات آشکارا بیانگر آن است که تعادل بین گردشگری و محیط‌زیست بسیار حساس بوده و حفظ این تعادل از طریق برنامه‌ریزی مناسب و مدیریت پایدار گردشگری در نواحی ساحلی ضروری است (پوروخشوری، ۱۳۸۰).

گردشگران به‌مانند غارتگران به محض ورود به هر عرصه طبیعی اثراتی بر جای می‌گذارند که به‌طور سریع این اثرات مخرب زیست‌محیطی دیده می‌شود:

ایجاد آلودگی صوتی؛

آلودگی بصری؛

حذف چشم‌اندازها؛

ایجاد آنبوه آتش جهت طبخ غذا و

جوشاندن آب؛

انباشت توده‌های زباله؛

شکار و ماهیگیری غیرقانونی در عرصه؛

هدف‌های توسعه پایدار نکرده است و با وجود این که درباره توسعه پایدار لفاظی‌های زیادی می‌شود، رشد اقتصادی کماکان اساسی‌ترین مبنای توسعه کشورهاست (Craig، ۲۰۰۵)؛ (Smith).

کشور ما بر اساس آمار سازمان جهانی جهانگردی در رتبه پنجم جاذبه‌های طبیعی و رتبه دهم جاذبه‌های باستانی و تاریخی قرار دارد. فقر و بیکاری دو روی یک سکه هستند که ویژگی اشتغال‌زایی گردشگری به از بین بردن فقر کمک می‌کند. حضور گردشگران مستلزم فراهم آمدن زیر بناهایی مانند حمل و نقل، بهداشت و انرژی و... است که از دامنه فقر و نابرابری می‌کاهد. با توجه به نرخ بالای بیکاری جوانان و گسترش نرخ جمعیت جوان کشور، گردشگری می‌تواند با سرمایه‌گذاری سبب رونق بین‌المللی اقتصادی گردد اما در شرایط کنونی و نبود بررسی اثرات زیست‌محیطی به صورت عملی و نه بررسی‌های کنونی و در حد گزارشات اداری گزینه مناسب و معقولی برای توسعه است.

راهکار

ایجاد مدیریت اکوتوریسم پایدار و توجه به گردشگری به عنوان شغل پایدار و نه شغل فوری می‌تواند چارچوبی کلی را در مسیر ما مشخص کند. افزایش آگاهی ساکنان مناطق گردشگری؛ ایجاد برنامه زمان‌بندی گردشگری در مناطق طبیعی و انتشار گردشگران به سایر مناطق طبیعی که کانون گردشگری کمتری دارند؛ گسترش جنگل کاری‌ها در منطقه گردشگری و مراقبت درختان فعلی به‌ویژه با ایجاد حریم حفاظتی و ممانعت از قطع درختان جهت سوخت توسط گردشگران؛ منطقه‌بندی (Zoning)، توجه به ایجاد گروه‌های اکوتوریسمی کوچک؛ احداث استراحتگاه و امکانات مناسب رفاهی؛ برخورد با فعالیت‌های غیرقانونی چه گردشگران و چه میزبانان و آرایه‌دهندگان تسهیلات (تغییر کاربری در جهت ساخت اماکن گردشگری، شکار و ماهیگیری غیرقانونی و...)؛ ایجاد راه‌های دسترسی محدود در حد جاده‌های کوهستانی بدون ایجاد تغییرات در چشم‌انداز.

منابع

- اولادی، جعفر (۱۳۸۵). مقدمه‌ای بر طبیعت‌گردی، انتشارات دانشگاه مازندران.
پوروخشوری، سیده زهرا (۱۳۸۰). راه کارهای توسعه بهینه زیست‌محیطی در گردشگری ساحلی، انتشارات سازمان محیط زیست.
زاهدی، شمس‌السادات (۱۳۸۵). مبنای توریسم و اکوتوریسم پایدار، انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی.
شرکت جهاد تحقیقات آب و انرژی (۱۳۸۶). سند ملی توسعه اکوتوریسم ایران، سازمان حفاظت.
World Tourism Organization; ۲۰۰۶.
Tourism Highlights editions
World Tourism Organization; ۲۰۰۵.
Tourism Highlights ۲۰۰۶ editions □



محیطی را در برنامه‌ریزی‌های خود لحاظ کند. تعارض بین ایده‌آل‌های توسعه پایدار و بهره‌گیری از منابع طبیعی برای کسب درآمدهای اقتصادی در دهه‌های اخیر با شتاب روزافزونی ادامه یافته است و در این میان همواره اولویت به منافع اقتصادی داده شده و حفاظت محیطی که تا حدود زیادی از آن غفلت شده است.

توسعه سریع و عنان گسیخته گردشگری به عنوان مبنایی برای توسعه اقتصادی موجب شده که خطرات زیادی محیط زیست جوامع میزبان را تهدید کند.

متأسفانه هر دو بخش خصوصی و عمومی در تخریب محیط زیست نقش داشته‌اند و عملکرد هر دو بخش حاکی از این موضوع مهم است که اگرچه گردشگری تا حدود زیادی طبیعت - مینا است اما به عنوان حافظ طبیعت عمل می‌کند و در حقیقت تیشه به ریشه خود می‌زند. به عبارت دیگر گردشگری از منظر اکولوژیکی فعالیت سالمی نیست و ملتها در برقراری موازنه اکولوژیکی و پایداری یعنی ایجاد تعادل بین استفاده از منابع طبیعی و محافظت از آن منابع موفق نبوده‌اند. پایداری زمانی محقق می‌شود که بین ضرورت‌های زیست‌محیطی و نیازهای توسعه موازنه ایجاد شود (نصیری، ۱۳۷۹).

موازنه از دو طریق به دست می‌آید:

الف- کاهش فشارها

ب- افزایش ظرفیت‌های موجود
با توجه به این اصل مهم، شرایط اصلی پایداری برای هر فعالیت بشری عبارتند از:
۱- با شرایط محلی و زیست‌محیطی سازگار باشد.
۲- با نیازهای آتی و هدف‌های مورد نیاز قابلیت سازگاری داشته باشد.

۳- نسبت به تدبیرات، انطباق‌پذیری کافی داشته باشد.

۴- به سیستم‌های حافظ زندگی انسان مانند آب و هوا، خاک آسیب نرساند (طالبی بیدختی و هوشیاری، ۱۳۷۸).

صنعت گردشگری به جز طرح حرف‌ها و شعارهای توخالی، در عمل کار عمده‌ای برای تحقق

آلودگی آب؛

قطع و ریشه کنی درختان و پوشش گیاهی؛

فرسایش خاک و باقی ماندن مواد سوختی و زباله‌ای حاصل از وسایط نقلیه.

صنعت گردشگری به این خاطر در همه کشورهای مورد توجه قرار گرفته است که شغلی پاک و کم هزینه است و می‌تواند منجر به توسعه اقتصادی در منطقه گردد اما زمانی که بدون ایجاد زیرساختار و ارزیابی اثرات زیست‌محیطی و فرهنگ‌سازی و ظرفیت‌سازی عمومی در کشورهای جهان سوم گسترش یابد عواقب منفی برای عرصه به بار می‌آورد.

تجمع افراد در مناطق گردشگری با توجه به استرس بالای کنونی افراد خود منجر به درگیری‌های اجتماعی بین گردشگران و در مواردی با افراد و جوامع محلی می‌شود. گردشگر تمایل به دیدار محیطی تمیز و عاری از آلودگی‌ها و درگیری‌های اجتماعی را دارد.

توسعه گردشگری صرفاً در راستای کسب منافع منجر به ایجاد فضای هرج و مرج گونه در عرصه می‌شود و مشکلات زیادی را ایجاد می‌کند. افزایش تراکم مردم، ایجاد تأسیسات، ساخت و سازها در جنگل‌ها و در مجاورت اماکن باستانی و تاریخی و ایجاد راه‌ها در میان جنگل‌ها جهت گردشگران منجر به دسترسی آنان به عرصه‌های بکر و تخریب آن‌ها می‌شود. ساختمان‌هایی که به بهانه گردشگران به صورت فصلی و موقت در دل جنگل‌ها و مجاورت ولی تاریخی ساخته می‌شوند، اما به صورت پایدار باقی می‌مانند و علاوه بر آسیبی که به چشم‌انداز عرصه و بنای تاریخی می‌آورند مشوقی برای تخریب توسط سایرین نیز می‌شوند.

نتیجه گیری

اثرات منفی زیست‌محیطی گردشگری تاکنون صدمات فراوانی بر منابع طبیعی در سراسر جهان آورده است. این مسأله موجب پدید آمدن دیدگاه جدیدی در بین صاحب نظران گردشگری گردیده است که چنانچه صنعت گردشگری بخواهد از مواهب محیطی برخوردار شود باید حفاظت



تاسیس ۱۳۳۲
موسسه ورزشی باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند

باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند برگزار می نماید با ارایه مدارک رسمی از فدراسیون کوهنوردی جمهوری اسلامی

دوره های کوه پیمایی برف سنگ غار
از مقدماتی تا پیشرفته ...

دوره های قطب نما، جی پی اس پزشکی کوهستان ...

دوره های تئوری: هواشناسی، تغذیه، کمک های اولیه، کوله چینی و ...

آمادگی ارایه بهترین خدمات به باشگاه ها، گروه ها و دانشگاه ها و ادارات و مؤسسات

استفاده از مدرسان و مربیان مجرب و خوشنام

دارا بودن بزرگترین و مجهزترین انبار لوازم فنی

جهت اطلاعات بیشتر کلاس ها و دوره ها به سایت باشگاه دماوند مراجعه نمایید.

شعار سال ۱۳۹۵

ارمغان آموزش کوهنوردی امن

تلفن باشگاه: ۰۲۱-۶۶۷۱۷۶۳۹

آدرس سایت: www.damavandclub.ir

مسئول برگزاری دوره ها: امیررضا صدیقیان

دارا بودن سالن اجتماعات با ظرفیت صد نفر

دسترسی آسان به ایستگاه مترو و بی آر تی دروازه دولت

پیمایش خطالرأس

قره‌داغ (دوبرار)

گزارش: گروه آرش اصفهان

خرداد ماه ۱۳۹۵

خطالرأس قره‌داغ (دوبرار) در رشته کوه البرز شرقی و بین جاده‌های هراز و فیروزکوه واقع شده است، در جنوب این خطالرأس شهر دماوند و در شمال آن روستاهای لاسم و وزنا قرار دارند، وجه تمایز خطالرأس دوبرار نسبت به دیگر خطالرأس‌ها، دید بر روی دماوند زیبا در ۸۰ درصد از مسیر پیمایش است.

پلی که بر روی رودخانه قرار دارد به ابتدای یال صعود می‌رسد، به علت سنگریزه‌ای بودن، ابتدای یال را می‌توان دور زد و سپس بر روی آن قرار گرفت. (شکل ۲)

دیگر مسیر صعود غربی که مبدأ ما نیز بود بعد از روستای پلور، در کنار حوضچه‌های پرورش ماهی، سیصد متر پایین‌تر از ارتفاع پل مرغ و از ارتفاع ۲۲۰۰ متری آغاز می‌شود.

برای رسیدن به این منطقه بعد از گذشتن از پلور وارد جاده لاسم می‌شویم، بعد از گذشت نیم کیلومتر در کنار یک معدن شن و ماسه وارد جاده خاکی می‌شویم و جاده را ادامه می‌دهیم تا به درب حوضچه‌های پرورش ماهی برسیم، در این‌جا پلی برای عبور از رودخانه وجود ندارد و مبدأ شروع مسیر در آن سمت رودخانه در ۳۹۶۱۱۸ مسیر در آن سمت رودخانه در ۵۹۸۲۰۴ واقع است.

در ابتدای این مسیر می‌توان از جاده‌های خاکی که برای استفاده از چشمه‌های



بیست دقیقه‌ای ناحیه ورود به خطالرأس قرار دارد، صعود کرد. (شکل ۱)

دیگر مسیرهای صعود غربی از روستای پلور شروع می‌شود.

یکی از آن‌ها از جاده خاکی روبه‌روی کارخانه پلور شروع شده و بعد از گذشتن از

مسیرهای متعددی برای صعود قله‌های آن وجود دارد، ولی برای پیمایش کامل و قرار گرفتن در ابتدای خطالرأس دو مسیر صعود اصلی وجود دارد. یکی در غرب خطالرأس و دیگری در شرق آن، اکثریت صعود کنندگان به دلایل شناخت منطقه، بالاتر بودن مبدأ شروع پیمایش و رسیدن سریع‌تر بر روی خطالرأس، وجود قله‌های شاخص غربی خطالرأس از جمله بزمچال و چنگیزچال و دید بسیار زیبا بر روی دماوند ترجیح می‌دهند پیمایش خود را از غرب آغاز کنند و در نهایت به جاده فیروزکوه برسند. معروف‌ترین مسیر صعود غربی سه کیلومتر بعد از امام زاده هاشم در جاده هراز در کنار پل معروفی به نام پل مرغ و یک معدن در یک پاکوپ با شیب نسبتاً تند آغاز می‌شود و بعد از سه ساعت می‌توان بر روی خطالرأس قرار گرفت، از این مسیر می‌توان قله بزمچال را که در فاصله





منطقه کشیده شده‌اند، استفاده کرد تا به ابتدای یال رسید، بعد از قرار گرفتن روی یال با شکل نعل اسبی که دارد به ابتدای خطالرأس می‌رسیم، این مسیر نسبت به مسیرهای دیگر دارای شیب مناسب‌تری است اما زمان پنج ساعتی را برای رسیدن به ابتدای خطالرأس می‌طلبید. (شکل ۳) پیمایش خطالرأس دوبار به صورت مستقل توسط گروه کوه‌نوردی آرش اصفهان بعد از هماهنگی لازم جهت هواشناسی با استاد گرانقدر جناب هاشمی نژاد در نیمه اول خردادماه اجرا شد.

تاریخ اجرا: ۹ تا ۱۳ خرداد ماه ۱۳۹۵

مدت برنامه: ۵.۴ روز

مبدأ حرکت: پلور

مقصد: جاده فیروز کوه، پانزده کیلومتری شهر فیروز کوه

مسافت پیمایش: ۸۸ کیلومتر (ثبت شده توسط دستگاه جی‌پی‌اس، حالت اتوماتیک (More often

وسیله نقلیه: شخصی

شرح گزارش: روز اول ۱۳۹۵/۰۳/۰۹

ساعت ۸:۲۵ دقیقه صبح نهم خرداد حرکت‌مان را از کنار رودخانه در جاده خاکی آغاز می‌کنیم، ترجیح دادیم شب قبل از رودخانه گذر کنیم تا صبح زمان بیشتری داشته باشیم، پوشش گیاهی در این ماه، در منطقه بسیار غنی است و دره‌ای که مابین خطالرأس دوبار و کوه پاشوره است تا انتها با مخمل سبز پوشیده شده، به چند ماه برنامه‌ریزی، گزارش خواندن‌ها، مکاتبه و تماس‌های پی‌درپی با افراد مختلف و راهنماهای محلی تا جمع و جور کردن تجهیزات و قرض کردن تک‌تک آن‌ها فکر می‌کنم و گام بر می‌داریم، هوا کم‌کم گرم می‌شود اما تا رسیدن به روی خطالرأس چاره‌ای نیست باید تحمل کرد.

آسیبی در این منطقه به محیط‌زیست دریغ نکرده‌اند از بتری‌های پلاستیکی و ظروف غذا تا رادیاتور سوخته بیل مکانیکی در این قسمت یافت می‌شود.

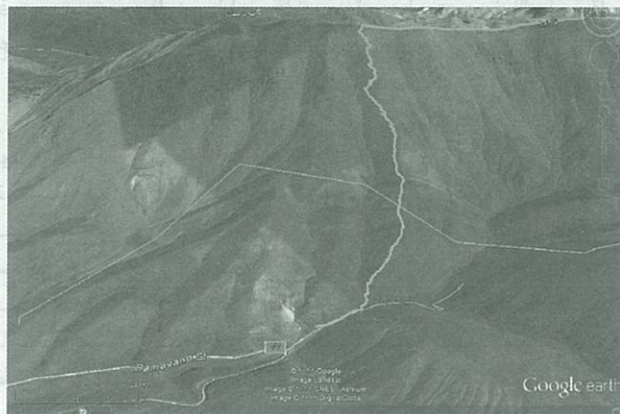
ساعت ۱۰ صبح به ابتدای یال نعل اسبی که ما را به ابتدای خطالرأس می‌رساند، می‌رسیم و حرکت‌مان را بر روی آن ادامه می‌دهیم. خوش‌بختانه با وزش باد از گرمای هوا کاسته می‌شود و انتظارمان برای کاهش دما زودتر از موعد تحقق می‌یابد، مسیر صعود یال بسیار زیباست، در سمت راست دماوند و در سمت چپ خطالرأس دو برار قرار دارد، می‌توان گفت برای صعود یک روزه قله بزم چال این مسیر بهترین گزینه است.

بعد از پیمایش حدود ۵ ساعت، حدود ساعت ۱۴:۴۰ دقیقه بعد از ظهر به اولین قله خطالرأس، قله بزمچال با ارتفاع ۳۴۲۶ متر می‌رسیم و بعد از گرفتن عکس بدون توقف به مسیرمان ادامه می‌دهیم تا زمان از دست رفته برای رسیدن روی خطالرأس را جبران کنیم، و به این ترتیب در ساعات ۲:۲۵ دقیقه و ۲:۴۰ دقیقه بعدازظهر موفق به صعود قله‌های نور و لاسم می‌شویم.

جاده خاکی همچنان ادامه دارد و متأسفانه چهره زیبای طبیعت را خدشه‌دار کرده، از جاده جدا می‌شویم و روی یک یال فرعی حرکت‌مان را به سوی یال اصلی ادامه می‌دهیم که ناگهان سر بر می‌گردانیم و زیبایی بیش از حدش هر دوی‌مان را میخکوب می‌کند، دماوند، باشکوه‌تر از هر زمان دیگری قد برافراشته، تمام دره‌هایش پر از برف است، یخچال‌هایش جان گرفته‌اند، اگر بنا به نشستن بود، می‌شد تا ابد به نظاره‌اش نشست، اما باید به مسیر ادامه می‌دادیم.

مسیری که هر بار از یال جنوبی دماوند باز می‌گشتیم، با چشم‌های‌مان بازی می‌کرد از این سو به آن سو می‌کشیدمان و باز می‌گشت، قله‌هایی که کنار هم جان گرفته‌اند و انگار تا ابد امتداد دارند. اکنون این‌جاییم ابتدای مسیری که ما را خوانده بود و چراهای همیشگی که در ذهن جان می‌گیرند.

یال فرعی تمام می‌شود و باز به جاده خاکی می‌رسیم که تا رسیدن به یال اصلی بهترین مسیر برای حرکت ماست، متأسفانه پیمانکاران ساخت از هیچ‌گونه





ادامه می‌دهیم و در ساعت ۹:۴۰ دقیقه موفق به صعود قله پروانه شرقی به ارتفاع ۳۷۶۳ متر می‌شویم. هرچه پیش می‌رویم منظر بی‌بدیل زیبایی پیش روی مان قرار می‌گیرد، دشتهای زیبا در جنوب و شمال و دماوند که در تمام طول روز لبخندش را نثارمان می‌کند. بعد از سپری کردن ۲ ساعت پیمایش از قله

مکان کمپ بسیار مناسب بین قله‌های چنگیزچال ۲ و ۳ موجود است.

قبل از تاریک شدن کامل هوا فرود در تیغه‌های پس از چنگیزچال ۳ را پشت سر گذاشته و خود را به ابتدای یال صعود قله‌های پروانه جهت شبمانی می‌رسانیم، اما به علت نداشتن مکان مناسب جهت برقراری کمپ و پهن شدن یال صعود قله

کوه دماوند در جهت شمال همچنان چشم‌نوازی می‌کند و شهر دماوند با باغات فراوان در دل کوه‌ها در جهت جنوب منظره زیبایی را پدید آورده است، مسیر را ادامه می‌دهیم تا ساعت ۳:۲۰ دقیقه بعد از ظهر به قله‌ها و منطقه معروف به میان رود می‌رسیم، در این منطقه از آب شدن یخچال‌ها یک چشمه فصلی به وجود می‌آید که در یک یا دو ماه از سال بسته به بارش برف آن سال می‌توان جهت تأمین آب از آن استفاده کرد، این یخچال‌ها سبب جاری شدن جویبار به پایین دست کوه می‌شود، همچنین این منطقه چراگاه مناسبی برای دام‌هاست، اما مشخص است که امسال هنوز دامی در منطقه نیامده.

پس از استراحت حرکت‌مان را به سوی قله‌های چنگیزچال ادامه می‌دهیم، سه قله چنگیزچال را می‌توان از قله‌های معروف خط‌الرأس نام برد که به خاطر ارتفاع تقریباً یکسان‌شان و کنار هم قرار گرفتن با یک فاصله، از اکثریت مناطق قابل تشخیص و شناسایی‌اند. برای صعود به چنگیزچال ۱ با قرار گرفتن در یک شیب نسبتاً تند، درگیری کم با تیغه‌ها و افزایش ارتفاع ۲۰۰ متر به قله می‌رسیم؛ ساعت ۶:۲۰ بعد از ظهر را نشان می‌دهد و هنوز قله‌های چنگیزچال ۲ و ۳ و پروانه را برای برنامه امروز در پیش‌رو داریم.

در تصویر زیر قله چنگیزچال ۲ و سپس قله‌های پروانه و انگمار قابل مشاهده است. پس از پشت سر گذاشتن قله چنگیزچال ۱، در ساعت ۷ بعد از ظهر به قله چنگیزچال ۲ به ارتفاع ۳۶۳۸ متر و پس از آن در ساعت ۸ بعد از ظهر به قله چنگیزچال ۳ به ارتفاع ۳۶۳۰ متر می‌رسیم. کاهش و افزایش ارتفاع بین قله‌های چنگیزچال ۲ و ۳ بیش از قله چنگیزچال ۱ و ۲ است و یک



پروانه شرقی در ساعت ۱۱:۴۰ دقیقه صبح به اولین قله چهار هزار متری خط‌الرأس، قله انگمار غربی به ارتفاع ۴۰۱۱ متر می‌رسیم و ۱۷ دقیقه بعد نیز قله انگمار شرقی به ارتفاع ۴۰۰۷ را پشت‌سر می‌گذاریم

بعد از قله‌های انگمار خط‌الرأس شکل تیغه‌ای به خود می‌گیرد و این حالت تا پایان قله‌های سوزچال ادامه دارد، تیغه‌ها در این قسمت مشکل خاصی ایجاد نمی‌کند و با احتیاط می‌توان آن‌ها را پیمایش کرد، در برخی قسمت‌ها تیغه‌ها

پروانه، تصمیم به ادامه حرکت می‌گیریم و در ساعت ۱۰ شب موفق به صعود قله پروانه غربی به ارتفاع ۳۷۴۵ می‌شویم.

روز دوم ۱۳۹۵/۰۳/۱۰

به علت خستگی زیاد روز دوم ساعت ۹:۲۰ صبح حرکت خود را آغاز می‌کنیم و بعد از گذشت ۱۰ دقیقه به یک محل کمپ بسیار مناسب سنگچین شده جهت شبمانی می‌رسیم و افسوس می‌خوریم از این‌که شب گذشته زمان و انرژی زیادی را برای محل کمپ گذاشتیم، بعد از ثبت مختصات محل مورد نظر به حرکت خود

(اسکرین شات از دستگاه جی‌پی‌اس در پایان پیمایش روز اول)

Sunrise in 7 hr 36 min	
Elevation	Trip Odometer
3744 m	22.43 km
Speed	Max Speed
0.0 km/h	7.6 km/h
Moving Time	Moving Avg
08:49	2.5 km/h
Stopped Time	Overall Avg
04:55	1.6 km/h



از آن‌ها گذر کرد. در ساعت ۸:۳۰ دقیقه صبح به اولین قله سوزچال یعنی قله سوزچال غربی به ارتفاع ۳۹۵۶ متر رسیده و پس از آن در ساعت ۹:۲۰ دقیقه صبح قله ۳۹۸۸ متری سوزچال شرقی را پشت سر می‌گذاریم.

بعد از پشت سر گذاشتن قله سوزچال شرقی به گردنه شمالی جنوبی رخس رسیده و پس از توقف کوتاه به سمت قله رخس حرکت می‌کنیم و ساعت ۱۰:۳۰ دقیقه صبح به قله رخس به ارتفاع ۴۰۶۷ متر می‌رسیم. در قله رخس می‌توان تیغه‌های قره داغ، قله اصلی آن و حتا قسمتی از سد لار در غرب را نیز مشاهده کرد.

بعد از پانزده دقیقه به آخرین قله چهار هزاری خطالرأس یعنی شاه ورس به ارتفاع ۴۰۲۰ می‌رسیم و با پشت سر گذاشتن آن در ساعت ۱۱:۲۵ دقیقه صبح به مختصات ۳۹۵۸۲۴۹ ۳۹ ۱۷۲۱۳ ۳۹ به ابتدای تیغه‌های قره داغ می‌رسیم، گذر از تیغه‌های قره داغ را با توجه به طولانی بودن، ریزشی بودن مسیر و دست به سنگ شدن در بسیاری از قسمت‌ها می‌توان مشکل‌ترین قسمت پیمایش خطالرأس نامید. بهترین راه برای

ارتفاع ۴۰۸۷ متر رسیده و به نظاره مناظر بی‌نهایت زیبای منطقه می‌پردازیم، این قله دید بسیار خوبی روی قسمت شرقی خطالرأس و ادامه مسیر دارد. پس از ۹۰ متر کاهش ارتفاع از قله



دوبرار، پیمایش ۱۲ کیلومتری در روز دوم و پیش رو داشتن تیغه‌های قره داغ در روز سوم در ابتدای تیغه‌های سوزچال اقدام به برقراری کمپ و شب‌مانی می‌کنیم تا برای فردا انرژی لازم و کافی را داشته باشیم. (اسکرین شات از دستگاه جی‌پی‌اس در پایان پیمایش روز دوم)

روز سوم ۱۳۹۵/۰۳/۱۱

سه شنبه صبح ساعت ۷:۱۵ دقیقه از محل کمپ شروع کرده و وارد تیغه‌های سوزچال می‌شویم، این تیغه‌ها مشکل خاصی ایجاد نمی‌کند و با احتیاط می‌توان

ریزشی است و می‌بایست آن‌ها را تراورس کرد، گذشتن از تیغه‌ها تا قله‌های دوبرار نیازمند صرف زمان و انرژی بیشتری نسبت به روز گذشته در تیغه‌های چنگیزچال بود. بعد از گذشت حدوداً سه ساعت پیمایش، در ساعت ۲:۴۵ دقیقه بعدازظهر به اولین قله دوبرار یعنی دوبرار غربی به ارتفاع ۴۰۳۹ متر می‌رسیم و پس از استراحت کوتاه به ادامه مسیر می‌پردازیم و پانزده دقیقه بعد به نقطه فرودی که در گزارش آقای ابوالفضل زمانی نیز آمده می‌رسیم، پس از بررسی منطقه، ریزشی بودن سنگ‌ها، عدم اطمینان از بستن کارگاه و وزش باد تصمیم به فرود به صورت دست به سنگ می‌گیریم.

این نقطه، با مختصات ۳۹۵۸۸۳۷ ۳۹ ۶۰۹۸۰۲، را می‌توان نیز از سمت شمال تراورس کرد اما در این ماه با توجه به وجود برف‌چال، حجم برف و وقت‌گیر

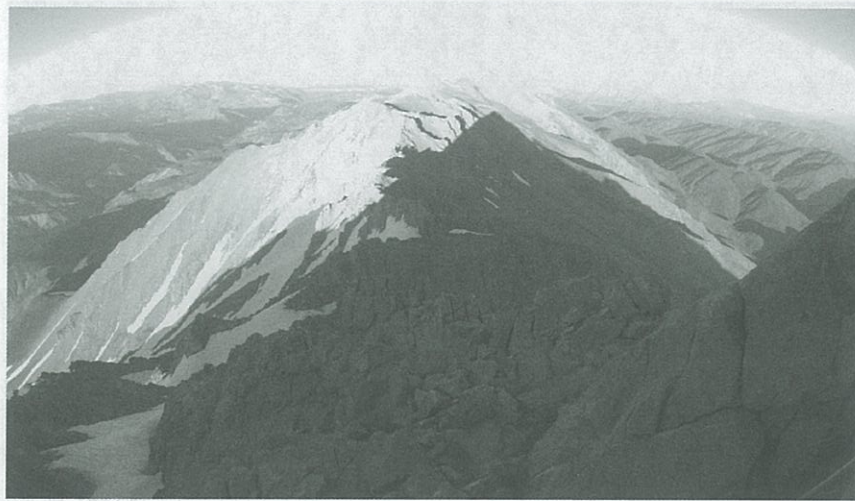
بودن بستن و باز کردن کرامپون، تراورس مد نظرمان قرار نمی‌گیرد.

پس از یک ساعت و نیم دیگر پیمایش در ۴:۳۵ دقیقه بعدازظهر به قله دوبرار شرقی به ارتفاع ۴۰۸۴ متر می‌رسیم، از قله دوبرار می‌توان تابلوی نصب شده توسط گروه کوه‌نوردی لاسم بر روی قله اصلی دوبرار را مشاهده کرد، همچنین در زمان پیمایش قله‌های دوبرار می‌توان دریاچه‌های زیبای تار و هویر را در جنوب مشاهده کرد.

در نهایت پس از یک ساعت دیگر تلاش و پشت سر گذاشتن تیغه‌ها ساعت ۵:۴۵ دقیقه بعدازظهر به قله اصلی دوبرار به

(اسکرین شات از دستگاه جی‌پی‌اس در پایان پیمایش روز دوم)

Sunset in 12 hr 59 min	
Elevation	Trip Odometer
4002 m	34.55 km
Speed	Max Speed
0.0 km/h	7.6 km/h
Moving Time	Moving Avg
14:19	2.4 km/h
Stopped Time	Overall Avg
08:26	1.5 km/h



اشتباه خود می‌شویم که تیغه‌ها همچنان ادامه دارد، و فرود ما به هیچ عنوان مفید واقع نشده و بهترین گزینه بازگشت روی تیغه‌ها است.

پس از صعود و ادامه مسیر روی تیغه‌ها ساعت ۷:۱۰ دقیقه بعدازظهر به چهارمین و آخرین قله قره داغ به ارتفاع ۳۹۱۶ متر می‌رسیم و در نهایت پایان تیغه‌ها را مشاهده می‌کنیم.

ساعت ۸:۱۰ دقیقه بعدازظهر پس از ۱۶.۵ کیلومتر پیمایش با رسیدن به یال‌ها و یافتن مکان مناسب اقدام به برقراری کمپ می‌کنیم.

روز چهارم ۱۳۹۵/۰۳/۱۲

با توجه به از دست دادن انرژی در روز گذشته و داشتن مسیر طولانی برای روز چهارم زمان بیشتری را به استراحت و

گذر از تیغه‌ها عبور از روی تیغه‌ها و بعضاً تراورس آن‌ها سه یا چهار متر پایین‌تر از تیغه در سمت جنوب آن است، گذر از تیغه‌ها زمان و انرژی بالایی را می‌طلبد و به علت ریزشی بودن بسیاری از سنگ‌ها باید با احتیاط کامل از آن‌ها عبور کرد.

ساعت ۱۲:۳۰ بعدازظهر به نخستین قله قره داغ به ارتفاع ۳۹۴۸ متر می‌رسیم، چهل دقیقه بعد دومین قله قره داغ به ارتفاع ۳۹۲۹ متر را پشت سر می‌گذاریم و چهل دقیقه بعد نیز به یک مکان که جهت ایجاد کمپ اضطراری، مناسب است می‌رسیم و پس از وارد کردن مختصات به ادامه مسیر می‌پردازیم، طبق توصیه راهنمایان به هیچ عنوان نباید بعد ازظهر وارد تیغه‌های قره داغ شد. (تصویر قله قره داغ ۱ ارتفاع ۳۹۴۸ متر)

تیغه‌ها را انگار پایانی نیست، هر چه ادامه می‌دهیم هنوز سر بیرون می‌آورند و سلام می‌کنند و انتهای‌شان قله اصلی قره داغ قرار دارد، قله اصلی قره داغ‌ها را می‌توان از دوبرار مشاهده کرد. ساعت ششم پیمایش در تیغه‌هاست و در نهایت ۵:۱۵ دقیقه بعدازظهر به قله اصلی قره داغ به ارتفاع ۳۹۶۷ متر می‌رسیم.

طبق گزارشات می‌بایست ۷ تا ۸ ساعت با تیغه‌ها درگیر می‌بودیم اما با توجه به دیدی که بر روی یال‌های شرقی و کاهش ارتفاع تیغه‌ها داریم، تصور می‌کنیم پایان تیغه‌ها فرا رسیده است، پس تصمیم به فرود از قله قره داغ اصلی می‌گیریم تا با تراورس در دشت جنوبی خط‌الرأس به یال‌های شرقی برسیم. بعد از عبور از دو برفچال و تراورس کردن ۴۰۰ متر با تند شدن شیب و دید بهتر روی تیغه‌ها متوجه

بازگشت انرژی اختصاص می‌دهیم و ساعت ۹:۲۰ دقیقه صبح را نشان می‌دهد، حرکت خود را به سمت قله سامان آغاز می‌کنیم و به ترتیب در ساعات ۱۰:۲۰ و ۱۰:۵۰ دقیقه صبح قله سامان به ارتفاع ۳۸۳۲ متر و قله کل کشون به ارتفاع ۳۷۹۲ متر را صعود می‌کنیم.

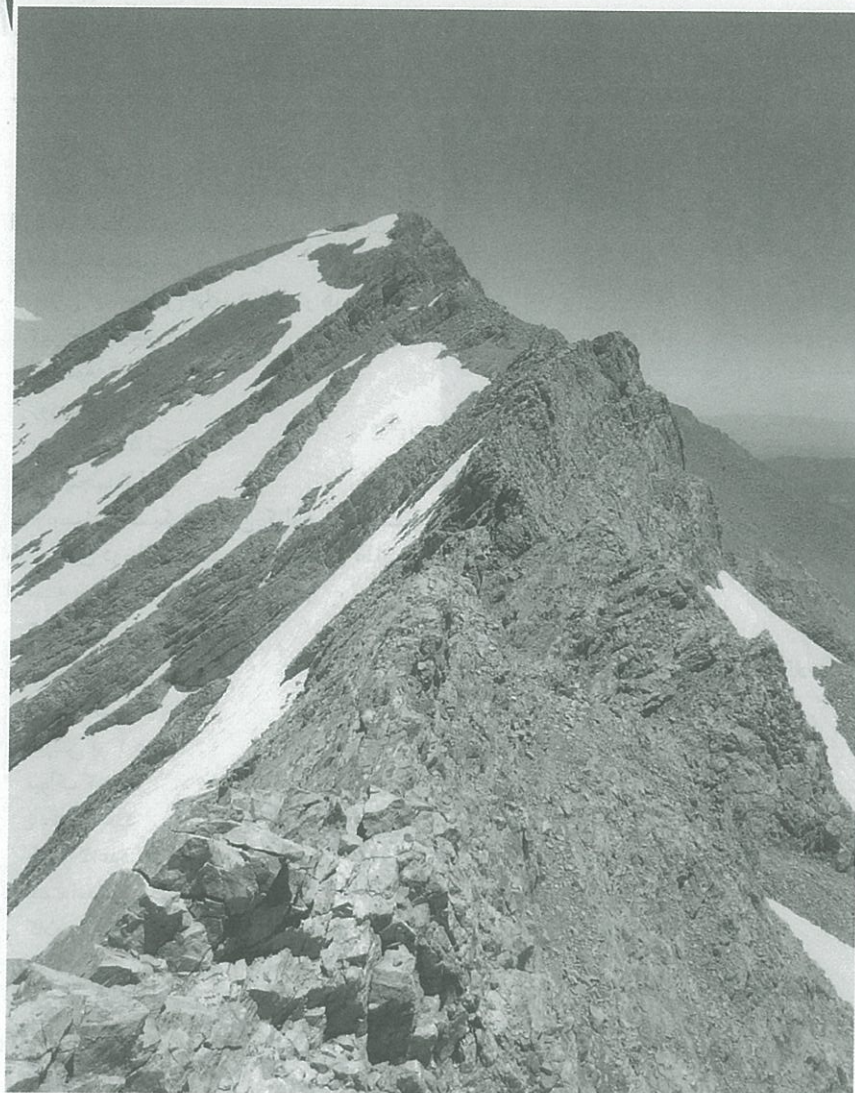
درگیری با تیغه‌ها بسیار کاهش یافته و مناظر بی‌نهایت زیبا و غنی منطقه چشم‌نوازی می‌کند، امروز دماوند خود را میان ابرها پنهان کرده و با توجه به آخرین اطلاعات‌مان از وضعیت آب و هوای منطقه دیگر احتمال دیدنش را نمی‌دهیم، خط‌الرأس کم‌کم حالت تیغه‌ای و یالی شکل منحصر به فرد خود را از دست می‌دهد و جایش را به دشتهای پهن و یال‌های گسترده با چراگاه‌های بسیار زیبا برای دام‌ها می‌دهد.

بعد از چند ساعت پیمایش لذتبخش آخرین قله‌های معروف و شاخص خط‌الرأس، با نام‌های کلاسون به ارتفاع ۳۷۲۸ متر و اسب‌گیرون به ارتفاع ۳۷۰۸ در ساعات ۱:۱۰ دقیقه و ۱:۴۵ بعدازظهر، نیز صعود می‌شود.

بعد از کاهش ارتفاع، ادامه مسیر و صعود به چند قله دیگر که نام‌شان را نمی‌دانستیم، متوجه کاهش ارتفاع پلکانی خط‌الرأس می‌شویم که تا گردنه چوپانان ادامه دارد.

ساعت پنج بعدازظهر را نشان می‌داد که به گردنه چوپانان با ارتفاع ۲۷۸۰ می‌رسیم، این گردنه به علت نزدیک





بودن به چهل چشمه در شمال، فاصله ۲ ساعتی تا روستای کهنک در جنوب و داشتن چراگاه‌های مناسب مورد استفاده دامداران و چوپان‌هاست، در این گردنه با استقبال چوپان گرمساری مواجه می‌شویم، او ما را دعوت به صرف چای و غذای لذیذ گورماست می‌کند.

از این گردنه می‌توان برای شبمانی، تهیه آب و غذا و اتمام برنامه نیز استفاده کرد ولی با توجه به نبودن هیچ‌گونه جاده، پاکوب و یا رودخانه، این گردنه پایان خط‌الرأس محسوب نمی‌شد. بعد از استراحت و خداحافظی از چوپانان مهمان نواز گرمساری به ادامه پیمایش و صعود دوباره یال ادامه می‌دهیم تا در ساعت ۶:۴۰ دقیقه بعد از ظهر به قله جیرجیرک با ارتفاع ۲۹۳۶ متر می‌رسیم، در فاصله ۱۰ دقیقه‌ای قله سله بن با ارتفاع ۲۹۱۳ متر قرار دارد که دید بسیار خوبی را روی روستای سله بن و سد نمرود داراست. قله سله بن را می‌توان صعود نکرد و بعد از قله جیرجیرک با قرار گرفتن بر یال جنوبی به ادامه پیمایش خط‌الرأس پرداخت.

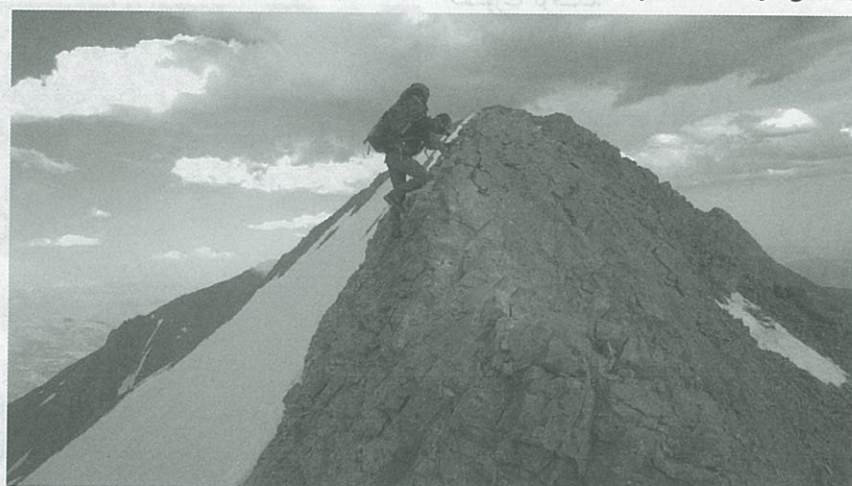
با ادامه مسیر در نهایت در ساعت ۸:۵۰ دقیقه بعد از ظهر به قله نمرود، آخرین قله خط‌الرأس دوبار به ارتفاع ۳۰۸۳ متر می‌رسیم. از دور کلبه‌ای دیده می‌شود، با نزدیک شدن به آن متوجه می‌شویم کانکس فلزی است که احتمالاً برای آنتن‌های مخابرات پیستی که در منطقه در دست احداث است، نصب شده، متأسفانه برای احداث پیست جاده عریضی در دل کوه باز شده که صدمات جبران ناپذیری را به محیط زیست منطقه وارد کرده است. ساعت ۹:۲۰ دقیقه بعد از ۲۸ کیلومتر پیمایش، در یک دشت و در فاصله نه چندان

آغاز می‌کنیم با قرار گرفتن بخشی از مسیر در جاده خاکی، سی و پنج دقیقه بعد به ایستگاه هواشناسی، مخابراتی و گازی منطقه می‌رسیم و با انتخاب یال مناسب برای فرود اقدام به کاهش ارتفاع می‌کنیم. در نهایت، ساعت ۱۱:۳۰ صبح روز پنجشنبه پس از پیمایش مجموعاً ۸۸ کیلومتر

دور از پایه‌های تله کابین اقدام به برقراری کمپ می‌کنیم.

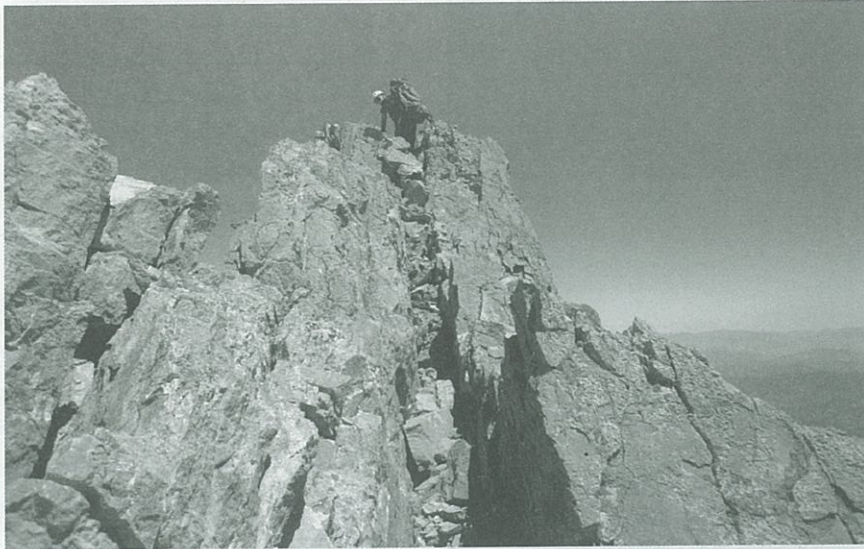
روز پنجم ۱۳۹۵/۰۳/۱۳

ساعت ۸:۴۵ صبح حرکت خود را به سمت شرق و یال‌های فرود خط‌الرأس



Sunset in 8 hr 36 min	
Elevation	Trip Odometer
2047 m	88.29 km
Speed	Max Speed
0.0 km/h	8.9 km/h
Moving Time	Moving Avg
32:46	2.7 km/h
Stopped Time	Overall Avg
17:47	1.7 km/h

پیمایش روز پنجم (اسکرین شات از دستگاه جی‌پی‌اس در پایان)



با لطف خداوند به جاده فیروزکوه در پانزده کیلومتری شهر فیروزکوه با مختصات ۳۹۵۱۶۴۷ ۶۴۹۳۳۸ ۳۹ می‌رسیم.

نکات

برای تأمین آب مورد نیاز به جز روز اول، آب آشامیدنی مابقی روزها از آب کردن برف‌ها تأمین می‌شد.

میزان آب مصرفی برای دو نفر در هر روز :

روز اول: ۷ لیتر

روز دوم: ۴ لیتر

روز سوم: ۴ لیتر

روز چهارم: ۵ لیتر

روز پنجم: ۲ لیتر

- برای سبک شدن کوله‌ها و عدم بارگذاری در طول مسیر وعده‌های غذایی از سه به دو کاهش یافت.

تجهیزات :

کوله ۷۵ لیتری ۲ عدد

پوشاک بیس ۲ ست

کاپشن پر ۲ عدد

بیواک ۲ عدد

بادگیر ۲ عدد

پانچو ۲ عدد

کیف امداد ۱ عدد

کلاه پشمی ۲ عدد

کلاه نقاب‌دار ۲ عدد

کیف کمری ۲ عدد

چادر ۱ عدد

زیرانداز ۲ عدد

کپسول کوآ ۴۵۰ گرمی ۲ عدد

سری کپسول ۱ عدد

طناب انفرادی ۱۰ متری ۲ عدد

تسمه ۱۲۰ ۱ عدد

تسمه ۵ متری و طنابچه ۱ عدد

کارابین پیچ ۲ عدد

سالاد مرغ و سیب زمینی ۱ بسته

خورشت سبزی ۱ بسته

کنسرو لوبیا و قارچ ۱ عدد

جوجه ۱ بسته

تخم مرغ ۶ عدد

خرما ۶۰ عدد

رنگارنگ ۲۰ عدد

نان ۵ عدد

نوشابه ۶۰۰ سی‌سی

آجیل و خشکبار ۵۰۰ گرم

چای ۱۰ عدد

باتوم ۲ جفت

کلاه ایمنی ۲ عدد

کرامپون ۱۰ شاخه نیمه اتوماتیک ۲ عدد

عینک آفتابی ۳ عدد

دوربین عکاسی ۲ عدد

جی‌پی‌اس ۱ عدد

قطب‌نما ۱ عدد

لیزر سبز ۱ عدد

فندک و کبریت ۲ عدد

پاور بانک ۲ دستگاه

موبایل ۳ عدد

ست ظروف غذا ۱ عدد

قاشق ۱ عدد

لیوان ۱ عدد

هدلایت ۲ عدد

چاقو ۳ عدد

مواد غذایی :

برنج آماده ۴ بسته

خورشت قیمه ۱ بسته

ناگت مرغ ۱ بسته

- وزن هر کوله بین ۲۰ تا ۲۲ کیلوگرم برآورد شد.

- هماهنگی‌های لازم جهت وضعیت منطقه با آقای فرامرز پور (قرارگاه رینه) صورت پذیرفت.

۰۹۱۱۳۲۵۷۰۲۱ - ۰۹۱۲۴۰۵۷۰۰۹

- هماهنگی‌های لازم جهت وضعیت هواشناسی منطقه با آقای هاشمی نژاد صورت گرفت.

۰۹۱۹۸۴۴۵۹۰۵

- راهنمایی‌های لازم جهت صعود نیز از آقای شهاب مرعشی گرفته شد.

۰۹۱۲۶۹۹۰۱۳۷

نفرات شرکت کننده : حسین جوانی، پویا ابوطالبیان

برای دریافت ترک جی‌پی‌اس مسیر می‌توانید به سایت زیر مراجعه کنید:

www.irangpstracks.com

و یا در صورت مشکل برای دانلود به آدرس زیر ایمیل بزنید

Pooei2000@yahoo.com

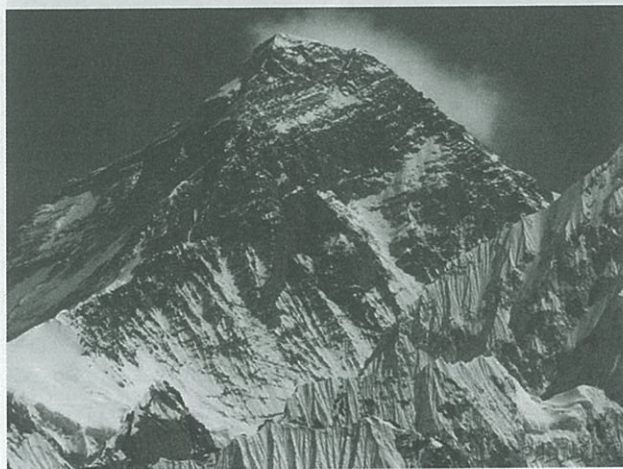


دنیای هشت هزار متری

بیش از یک قرن است که رویای ایستادن بر فراز بلندترین نقاط دنیا با تلاش کوهنوردان جامه عمل پوشیده است، اما آن‌ها که از آن سال‌ها تا امروز رفتن به هشت‌هزارمتری را تجربه می‌کنند، می‌دانند رفتن این راه با فرض ماندن در کوهستان خواهد بود. هدف از این مقاله معرفی کوتاهی است از قله‌های هشت‌هزار متری به همراه مختصات، صعودها و همچنین کوهنوردانی که موفق به صعود تمامی چهارده قله و نیز کوهنوردان ایرانی که در این راه جاودانه شدند است.

مجبرب تا کوهنوردان مبتدی که مایل به پرداخت مبالغ چشمگیری هستند تا توسط کوهنوردان حرفه‌ای راهنمایی شوند و صعودی کامل و موفقیت‌آمیز را رقم بزنند. با وجودی که مسیر استاندارد صعود این کوه، نشان از بی‌نیازی به تجهیزات و ابزارهای مختص این صعود است، عوامل خطرآفرین طبیعی از قبیل بیماری ارتفاع، بادهای شدید و آب و هوای نامطلوب نیز وجود دارند. در سال ۱۸۰۸، کشور انگلیس طرح نقشه‌برداری مثلثاتی بزرگ هند را به منظور شناسایی مکان و نام‌های بلندترین کوه‌های جهان آغاز کرد. در ابتدا تیم نقشه‌برداری با حمل یک تئودولیت (دوربین نقشه‌برداری) غول پیکر ۵۰۰ کیلویی (که برای حمل آن احتیاج به ۱۲ نفر بود) رفته‌رفته به سمت شمال حرکت کردند تا ارتفاعات را تا حد امکان اندازه‌گیری کنند. تیم یادشده سرانجام در دهه ۱۸۳۰ به دامنه‌های رشته کوه‌های هیمالیا رسید. با این وجود کشور نپال به علت داشتن سوءظن تجاوز سیاسی و دیگر احتمالات موجود از ورود تیم استعماری انگلیس به این کشور جلوگیری کرد؛ همچنین تمام تلاش‌ها و درخواست‌های تیم نقشه‌برداری با شکست مواجه شد.

کوه اورست دارای دو مسیر اصلی صعود است که یکی در دامنه جنوبی در نپال و دیگری در دامنه شمالی در تبت قرار دارد؛ همچنین تعداد زیادی مسیرهای فرعی که استفاده کمتری از آن‌ها می‌شود. در بین این دو مسیر، مسیر جنوبی آسان‌تر بوده و بیشتر استفاده می‌شود. این مسیر همچنین، مسیر صعود آدموند هیلاری و تن‌زینگ نورگی (اولین صعود موفق به قله در سال ۱۹۵۳) است. بیشتر اعزام‌ها قبل و در طول ماه مه و قبل از فصل تابستان و بادهای موسمی انجام می‌گیرد. در ۸ مه ۱۹۷۸، رینهولد مسنر (ایتالیا) و پیتر هابلر (اتریش) اولین صعود بدون استفاده از کپسول اکسیژن را از راه مسیر جنوبی رقم زدند.

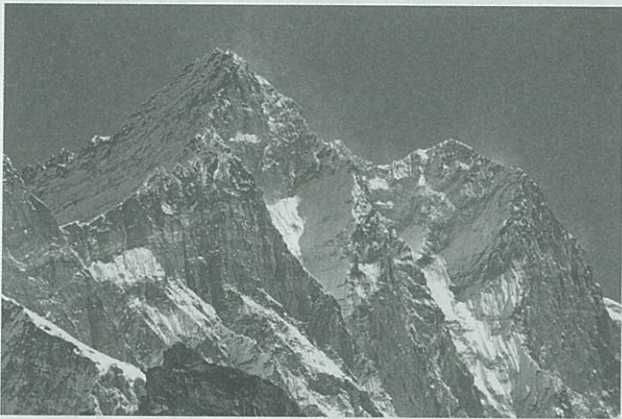


○ **اورست** با نام نیالی ساگاماتا (به معنی سر آسمان) و نام تبتی کومولانگما بلندترین کوه کره زمین است. ارتفاع قله آن از سطح دریا ۸۸۴۸ متر است. این کوه در رشته کوه‌های هیمالیا در مرز منطقه ساگاماتای نپال و تبت در کشور چین قرار گرفته است. در سال ۱۸۵۶، در طرح نقشه‌برداری مثلثاتی بزرگ هند، برای اولین بار ارتفاع قله اورست به مقدار ۸۸۴۰ متر گزارش شد. در سال ۱۸۶۵، نام انگلیسی رسمی اورست توسط انجمن سلطنتی جغرافیا بنابر توصیه‌نامه اندرو واگ، رییس وقت ممیزی بریتانیا در هندوستان انتخاب شد. واگ نمی‌توانست یک نام محلی و عمومی را پیشنهاد کند، چرا که در آن زمان امکان دسترسی افراد بیگانه به تبت و نپال وجود نداشت. با این حال، نام چامولونگما برای قرون متمادی در میان تبتی‌ها و نیالی‌ها رایج بود. قله اورست توجه بسیاری از کوهنوردان در تمام رده‌ها را جلب کرده است. از کوهنوردان حرفه‌ای و

* متأسفانه نام مترجم این مطلب در اختیار ما نبود. در یکی دو شماره پیش درخواست کردیم که مترجم محترم با ما تماس بگیرد، که انجام نشد. آمارهای ارائه شده مربوط به قبل از صعودهای سال جاری است.

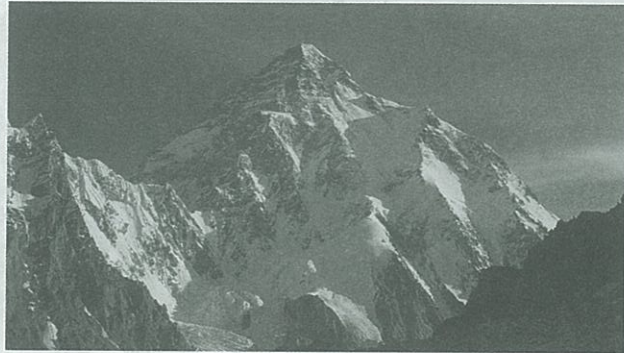
از شرق تا غرب و از شمال تا جنوب با رشته کوه‌های عظیم احاطه شده است. رشته کوه‌های Kanchenjunga دارای شکلی مانند یک حرف X خیلی بزرگ هستند. ارتفاع این قله به ۸۵۸۶ متر می‌رسد. این کوه شرقی‌ترین ۸۰۰۰ متری جهان به شمار می‌رود. از سال ۱۸۳۸ تا ۱۸۴۹ باورها بر این بود که کانچن چونگا رفیع‌ترین کوه جهان است، اما مساحی‌های اورست بر این فرضیه خط بطلان کشید.

توده کانچن چونگا بسیار پُر عظمت است و از چندین قله یخی بر روی خط‌الرأس آن شکل گرفته است. منطقه کانچن چونگا به دلیل دوردست بودن چندان مورد توجه گردشگران قرار ندارد، از این‌رو توانسته زیبایی‌های خود را حفظ کند. از جلوه‌های منطقه کانچن چونگا می‌توان به یخچال زمو Zemu و پارک ملی کانچن چونگا به مساحت ۲۰۳۵ کیلومتر مربع اشاره کرد که در بخش نیپال قرار دارند.



○ **لوتسه** با ارتفاع ۸۵۱۶ متر چهارمین قله مرتفع جهان است که در مرز تبت (چین) و نیپال قرار دارد. این قله از راه گردنه جنوبی به اورست متصل است. جبهه پرشیب جنوبی این قله را تبدیل به یکی از سخت‌ترین قله‌های جهان برای صعود کرده است (این جبهه، تنها با ۲۲۵ کیلومتر فاصله افقی بالغ بر ۳۲ کیلومتر افزایش ارتفاع دارد). این قله ۸۵۱۶ متر ارتفاع دارد. همسایگی با بلندترین قله جهان، اورست، باعث شده که کوهنوردان پیش‌رو به آن اعتنای اندکی داشته باشند. دشوار و خطرناک بودن جبهه کانشونگ و گردنه شمال شرقی نیز از دیگر عوامل تعویق اولین صعود به این کوه است. یال شرقی که بسیار تیز و دندان‌دار است پوشیده از برج‌های یخی و صخره‌های یخ‌زده است. این یال دارای سه قله بلند فرعی است. شرقی‌ترین این قله‌ها "لوتسه شار" با ۸۳۹۸ متر ارتفاع در فاصله ۱ کیلومتری از قله اصلی قرار دارد. بین قله اصلی و لوتسه‌شار همچنین دو قله مرکزی قرار دارد، که یکی ۲۵ متر از لوتسه‌شار کوتاه‌تر و دیگری به همین میزان بلندتر است. این قله برای نخستین بار توسط گروه سوئسی فریتس لوشاینگر و ارنست ریس در سال ۱۹۵۶ صعود شد.

○ **ماکالو** کوهی منفرد واقع در ۲۲ کیلومتری شرق کوه اورست است و شکلی شبیه به یک هرم چهار وجهی دارد. به عنوان یکی از سخت‌ترین کوه‌ها برای صعود، مطرح شده و



○ **K2** نام دومین قله بلند روی زمین (پس از اورست) است. این قله در منطقه قراقرم رشته کوه‌های هیمالیا بین مرز پاکستان و چین قرار گرفته است. این قله ۸۶۱۱ متر از سطح دریا ارتفاع دارد، و دارای فنی‌ترین مسیر صعود در جهان است. در سال ۱۸۵۶ برای نخستین بار تی جی مونت‌کومری که یک نقشه‌بردار بود این کوه را از فاصله حدود ۲۰۰ کیلومتری مشاهده کرد. کوه در میان رشته‌ای از کوه‌های بلند قرار داشت به همین دلیل نیز از هیچ منطقه مسطحی در هند و چین قابل مشاهده نبود. مونت‌کومری بدون داشتن اطلاعاتی دقیق از نام کوه‌های منطقه قله‌های رفیع آن را به نام‌های قراقرم ۱ تا ۷ نام‌گذاری کرد، و نام K1 تا K7 را بر آن‌ها نهاد که برگرفته از حرف اول Karakorum بود، اما بعدها تنها نام K2 به عنوان تنها کوه مرتفعی که یک نقشه‌بردار آن را نام‌گذاری کرده بود بر روی دومین قله رفیع جهان باقی ماند.

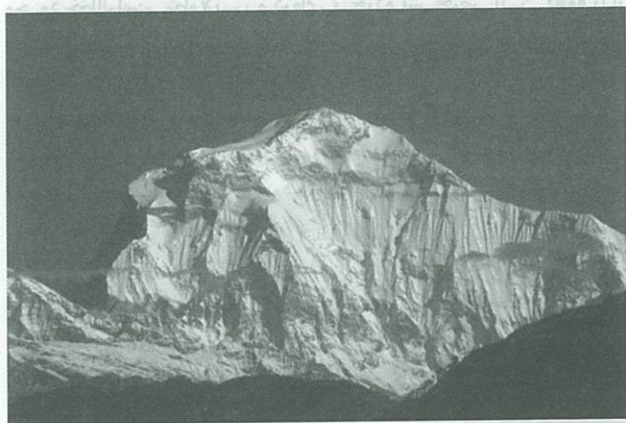
این منطقه نخستین بار در سال ۱۸۵۶ توسط تیم نقشه‌برداری اروپایی به سرپرستی هنری هاورشام گادوین-آستن نقشه‌برداری گردید. توماس مونت‌کومری عضوی از تیم بود که K2 را دومین قله بلند منطقه قراقرم تعیین کرد. بقیه قله‌ها K1-K3-K4-K5 نام‌گذاری شدند، اما در نهایت به نام‌های ماشربروم و برود پیک و گاشربروم ۲ و گاشربروم ۱ تغییر نام دادند. اولین تلاش جدی برای صعود در سال ۱۹۰۲ توسط اسکار اکنتاین و آلستر کراولی برنامه‌ریزی شد، اما بعد از ۵ بار تلاش جدی هیچ‌کدام از افراد تیم نتوانستند دقیقاً به نوک قله برسند، اما در نهایت در سال ۱۹۵۴ دو تن از اعضای تیم ایتالیایی به نام‌های لینو لاجدلی و آکیله کومپانیونی موفق به صعود قله شدند.

○ **کانچن چونگا** "پنج جواهر برفی" سومین قله بلند جهان است و به همراه چهار قله دیگر مجاور خود، شامل ۵ قله است که همگی آن‌ها بالای ۸۴۵۰ متر هستند. این کوه کاملاً



چوآیو آمدند. آن‌ها کمپ ۴ خود را در ارتفاع ۶۹۸۰ متری برپا کرده بودند. روز صعود در ساعت ۶ بامداد تیچی به همراه چوچلر و شریا پاسانگ صعود طولانی خود به سمت قله را آغاز کردند. آن‌ها در ساعت ۳ بعد از ظهر به فلات بزرگی رسیدند که قله چوآیو را تشکیل می‌داد، جایی که به گفته آن‌ها بر روی آن، جا برای بازی‌های تویی هم وجود داشت!

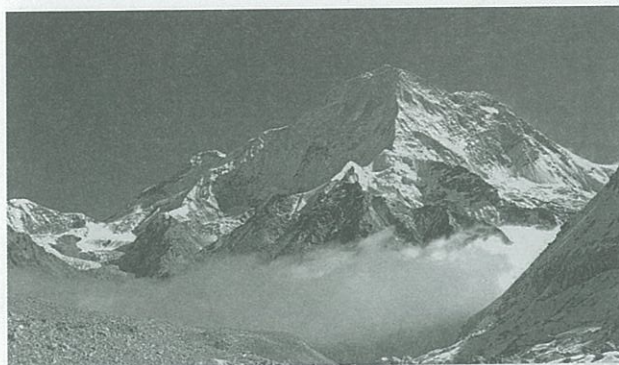
این صعود نخستین صعود یک ۸۰۰۰ متری پس از فصل مونسن بود. در فوریه ۸۸ فرناندو گاردیو نخستین صعود انفرادی یک ۸۰۰۰ متری در زمستان را با صعود به چوآیو انجام داد؛ همچنین در سپتامبر ۸۸ مارک باتارد فرانسوی که در بهار این سال اورست را در مدت ۲۴ ساعت از مسیر جنوبی صعود کرده بود توانست به همراه «شرپا سونگدار» چوآیو را در زمان حیرتانگیز ۱۸ ساعت از کمپ اصلی صعود کند. ۷ عضو تیم ملی کوه‌نوردی ایران در تاریخ ۲۱ اردیبهشت ۷۹ موفق به صعود قله چوآیو از مسیر نرمال شمال غرب شدند. دو شرپا این کوهنوردان را در صعود قله همراهی و یاری می‌کردند.



○ **دائولاگیری** به معنای "کوهستان سفید" بخشی از رشته کوه‌های هیمالیا است که در شمال غربی Pokhara (پُخارا) در ناحیه شمال نیال مرکزی قرار گرفته است. ارتفاع آن به ۸۱۶۷ متر می‌رسد. خطالرأس منتهی به دائولاگیری بالغ بر ۳۰ کیلومتر است و دوردور آن را یخچال‌ها و آبشارهای یخی فرا گرفته‌اند. در کنار برج اصلی کوه، چندین تاج بلند واقع شده که از شرق تا غرب گسترده شده‌اند و هر یک بیش از ۷۲۰۰ متر ارتفاع دارند. در ۱۳ می ۱۹۶۰ نخستین صعود دائولاگیری توسط تیمی مشترک از کوهنوردان سوئیس، اتریش و نیال صورت گرفت.

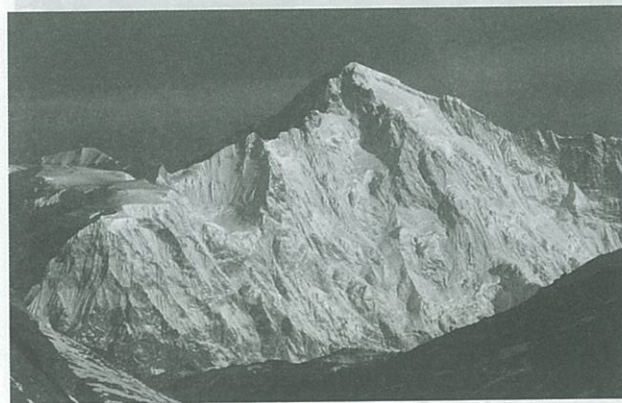
کورت دیمبرگر، "پیتر داینر"، "ارنست فورر"، "آلین شلبرت" به همراه نیما دورجی و ناوانگ دورجی نخستین صعودکنندگان این کوه بودند. این تیم از مسیر یال شمال شرقی قله را صعود کرد، که امروزه به عنوان مسیرعادی کوه شناخته می‌شود. کورت دیمبرگر از صعودکننده‌های نخست کوه پیش از این به همراه هرمان بول قله برودپیک را صعود کرده بود و با صعود دائولاگیری دومین شخصی بود که به دو قله ۸۰۰۰ متری صعود می‌کرد.

در صعود سال ۱۹۶۰ کوهنوردان برای نخستین بار توسط هواپیما به منطقه اعزام شدند، گرچه با سقوط هواپیما در نزدیکی کوهستان برای مدت‌ها اعزام کوهنوردان با هواپیما ممنوع شد.

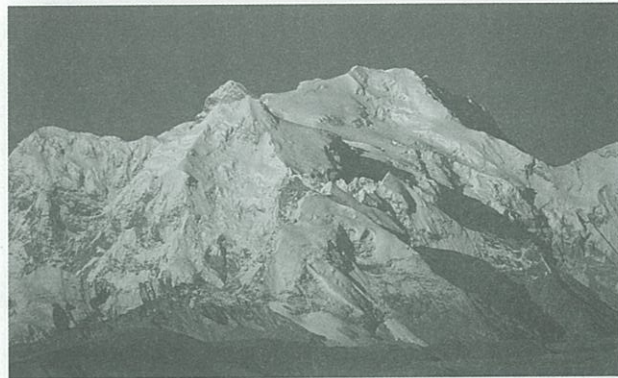


دلیل آن شیب بسیار زیاد و تیغه‌های تیز خطالرأس آن است. کوه ماکالو همراه با قله‌های اورست و لوتسه در منطقه هیمالیای «خومبو روالینگ» قرار دارد. هیمالیای خومبو به وسیله رودخانه آرون از هیمالیای «کانچن چونگا» جدا گشته است، که از شمال به جنوب هیمالیا در جریان است و به وسیله رودخانه «دودوکسی» که از یخچال‌های هیمالیای خومبو سرچشمه می‌گیرد از هیمالیای روالینگ جدا می‌شود. این خطالرأس در طول مرز نیال و تبت از غرب به شرق و از قله‌های چوآیو، پوموری، اورست و سپس گردنه جنوبی اورست به سمت قله لوتسه امتداد می‌یابد و در نهایت به شرق و قله ماکالو کشیده می‌شود.

ارتفاع قله ۸۴۶۲ متر است. در بهار سال ۱۹۵۵ تیم فرانسوی با سرپرستی «ژان کوزی» به ماکالو آمد. گروهی از اعضای تیم آنپورنای ۱۹۵۰ و تعدادی از نفرات پاییز ۱۹۵۴ ماکالو عضو تیم بودند، از جمله «گیدو مانون» کسی که در سال ۱۹۵۲ به همراه «لیونل تری» اولین صعود «فیتزروی» در "پاتاگونیا" را انجام داده بود. در روز ۱۵ می تری و کوزی به عنوان اولین کوهنوردان با کمک اکسیژن مکمل به قله رسیدند.



○ **چوآیو** "الهه فیروزه" در ۲۰ کیلومتری غرب کوه اورست قرار دارد، این کوه در رشته کوه‌های هیمالیا و در مرز بین چین و نیال است. با وجود این که این قله ۸۲۰۱ متر ارتفاع دارد، ولی به دلیل شیب نه چندان زیاد آن، بیشتر کوهنوردان آن را آسان‌ترین صعود میان هشت‌هزار متری‌ها می‌دانند. امروزه این کوه پس از اورست بیشترین صعود یک ۸۰۰۰ متری را داراست و البته از نظر نسبت آمار کشته‌ها به صعودها، در رده آخر قله‌های ۸۰۰۰ متری قرار دارد. در پاییز سال ۱۹۵۴ هربرت تیچی اتریشی به همراه «سپ چوچلر» و «هلموت هوبرگر» به همراه ۷ شرپا به



○ شیشاپانگما با ۸۰۱۳ متر ارتفاع به عنوان چهاردهمین کوه ۸۰۰۰ متری و تنها هشت هزار متری مستقل در تبت شناخته

می‌شود، که به‌طور کامل در داخل خاک کشور چین (در تبت مرکزی) قرار دارد، اما به طرز عجیبی نزدیک‌ترین ۸۰۰۰ متری به کاتماندو، پایتخت نپال است و تنها ۸۰۰۰ متری است که از این شهر دیده می‌شود. در زبان تبتی به معنای "قله‌ای بر فراز دشت‌های پوشیده از چمن" است. شیشاپانگما آخرین کوه ۸۰۰۰ متری صعود شده است (به دلیل بسته بودن مرزهای تبت بر روی خارجی‌ها صعود به آن توسط دیگران امکان‌پذیر نبود)، در نهایت در سال ۱۹۶۴ این کوه توسط کوهنوردانی از تبت و چین صعود شد. پس از اشغال تبت توسط چینی‌ها تلاش شد تا نام "کوسنگ تسان فنگ" بر روی کوه نهاده شود، اما این تلاش شکست خورد و در نهایت همان نام تبتی شیشاپانگما رسمیت یافت. در سال ۱۹۴۵ اشنایدر و هارر که از کمپ زندانیان جنگ دوم جهانی گریخته بودند این کوه را نقشه‌برداری کردند؛ سپس در سال ۱۹۴۵ بیل تیلمن انگلیسی تیمی کوچک را در جبهه غربی شیشاپانگما رهبری کرد. در این تیم تنسینگ نورگی که بعدها به همراه سر ادموند هیلاری نخستین صعود اورست

مشخصات قله‌های هشت هزار متری

نام قله	ارتفاع قله (متر)	کشور	موقعیت جغرافیایی شمالی	موقعیت جغرافیایی شرقی	رشته کوه
اورست	۸۸۴۸	نپال - چین	۲۷° ۵۹' ۱۸"	۸۶° ۵۵' ۳۳"	نپال/همالیا
کی تو	۸۶۱۱	پاکستان - چین	۳۵° ۵۲' ۵۱"	۷۶° ۳۰' ۴۸"	قراقرم
کانچن جونگا	۸۵۸۶	نپال	۲۷° ۴۲' ۰۹"	۸۸° ۰۸' ۵۴"	سیکیم/همالیا
لوتسه	۸۵۱۶	نپال - چین	۲۷° ۵۷' ۴۲"	۸۶° ۵۶' ۰۰"	نپال/همالیا
ماکالو	۸۴۶۲	نپال - چین	۲۷° ۵۳' ۲۴"	۸۷° ۰۵' ۱۸"	نپال/همالیا
چوآیو	۸۲۰۱	نپال - چین	۲۸° ۰۵' ۳۹"	۸۶° ۳۹' ۳۹"	نپال/همالیا
دائولاگیری	۸۱۶۷	نپال	۲۸° ۴۱' ۴۸"	۸۳° ۲۹' ۳۹"	نپال/همالیا
ماناسلو	۸۱۶۳	نپال	۲۸° ۳۳' ۰۰"	۸۴° ۳۳' ۳۹"	نپال/همالیا
نانگا پاربات	۸۱۲۵	پاکستان	۳۵° ۱۴' ۱۵"	۷۴° ۳۵' ۲۴"	کشمیر/همالیا
آناپورنا ۱	۸۰۹۱	نپال	۲۸° ۳۵' ۴۵"	۸۳° ۴۹' ۱۵"	نپال/همالیا
گاشربروم ۱	۸۰۸۰	پاکستان - چین	۳۵° ۴۲' ۲۷"	۷۶° ۴۱' ۴۸"	قراقرم
برودپیک	۸۰۵۱	پاکستان - چین	۳۵° ۴۸' ۳۹"	۷۶° ۳۴' ۰۶"	قراقرم
گاشربروم ۲	۸۰۲۴	پاکستان - چین	۳۵° ۴۵' ۲۷"	۷۶° ۳۹' ۱۵"	قراقرم
شیشاپانگما	۸۰۲۷	چین	۲۸° ۲۱' ۰۹"	۸۵° ۴۶' ۴۵"	نپال/همالیا

کوهنوردانی که موفق به صعود ۱۴ قله هشت هزار متری شدند

ردیف	نام کوهنورد	کشور	تاریخ تولد	تاریخ فوت	کل زمان سپری شده برای صعود ۱۴ قله			استفاده از کپسول اکسیژن
					روز	ماه	سال	
۱	رینهولد مسنر	ایتالیا	۱۹۴۴،۰۹،۱۷		۱۹	۳	۱۶	
۲	جرزی کوکوشکا	لهستان	۱۹۴۸،۰۳،۲۴	۱۹۸۹،۱۰،۲۴	۱۴	۱۱	۷	۱
۳	ارهارد لورتان	سوئیس	۱۹۵۹،۰۴،۲۸	۲۰۱۱،۰۴،۲۸	۲۵	۳	۱۳	
۴	کارلوس کارسولیو	مکزیک	۱۹۶۲،۱۰،۰۴		۲۹	۹	۱۰	۱
۵	کریستوف ویلیچکی	لهستان	۱۹۵۰،۰۱،۰۵		۱۵	۶	۱۶	۱
۶	خوان اورازابال	اسپانیا	۱۹۵۶،۰۳،۳۰		۱۴	۱۱	۱۳	
۷	سرگیو مارتینی	ایتالیا	۱۹۴۹،۰۷،۲۹		۲۲	۹	۱۵	۲
۸	یونگ سنوک پارک	کره جنوبی	۱۹۶۳،۱۱،۰۲	۲۰۱۱،۱۰،۱۸	۶	۲	۸	۵
۹	هونگ ایل اوم	کره جنوبی	۱۹۶۰،۰۹،۱۴		۲۶	۱۱	۱۲	۳
۱۰	آلبرتو اینورتوگی	اسپانیا	۱۹۶۸،۱۱،۰۳		۱۶	۷	۱۰	
۱۱	وانگ بونگ هان	کره جنوبی	۱۹۶۶،۰۹،۱۵		۱۷	۹	۸	۳
۱۲	ادموند ویسترز	آمریکا	۱۹۵۹،۰۶،۲۲		۲۴	۱۱	۱۵	
۱۳	سیلویو موندلینی	ایتالیا	۱۹۵۸،۰۶،۲۴		۲۹	۸	۱۳	
۱۴	ایوان والرو	اکوادور	۱۹۵۹،۱۲،۱۹		۱۲	۷	۱۰	
۱۵	دنیس اورویکو	قزاقستان	۱۹۷۳،۰۷،۲۹		۱۷	۱۱	۸	
۱۶	رالف دوموویتس	آلمان	۱۹۶۱،۱۲،۰۵		۹	۰	۱۹	۱
۱۷	ویکا گوستاوسن	فنلاند	۱۹۶۸،۰۱،۱۴		۱۶	۲	۱۶	
۱۸	اندرو لاک	استرالیا	۱۹۶۱،۱۲،۲۶		۳	۲	۱۶	۱
۱۹	ژانو گارسیا	پرتغال	۱۹۶۷،۰۶،۱۱		۲۵	۶	۱۶	
۲۰	پیوتر بوستلنیک	لهستان	۱۹۵۱،۰۷،۱۲		۸	۹	۱۹	۷
۲۱	یون سون اوه	کره جنوبی	۱۹۶۶،۰۳،۰۵		۱۰	۹	۱۲	۲
۲۲	ادورنه پاسابان	اسپانیا	۱۹۷۳،۰۸،۰۱		۲۴	۱۱	۸	۲
۲۳	آبل بلانش	ایتالیا	۱۹۵۴،۰۹،۰۲		۲۶	۶	۱۸	۱
۲۴	مینگما شریا	نیپال	۱۹۷۸،۰۶،۱۶		۸	۰	۱۱	۵
۲۵	گرلینده کالتنبرونر	اتریش	۱۹۷۰،۱۲،۱۳		۱۷	۳	۱۳	
۲۶	واسیلی پیتسوف	قزاقستان	۱۹۷۵،۰۸،۱۶		۱۰	۰	۱۰	۱
۲۷	مقسود ژومایف	قزاقستان	۱۹۷۶،۱۲،۲۳		۱۰	۰	۱۰	
۲۸	جاء سو کیم	کره جنوبی	۱۹۶۱،۰۲،۰۱		۱۷	۱۱	۲۰	۵
۲۹	ماريو لوسیانو پانزری	ایتالیا	۱۹۶۴،۰۵،۱۰		۲۱	۷	۲۳	
۳۰	هیروتاکی تاکیوچی	ژاپن	۱۹۷۱،۰۱،۰۸		۴	۰	۱۷	۳
۳۱	چانگ داوا شریا	نیپال	۱۹۸۲،۰۷،۳۰		۱۶	۱۱	۱۱	۴
۳۲	چانگ هو کیم	کره جنوبی	۱۹۶۹،۰۵،۳۰		۶	۱۰	۷	
۳۳	جورج اگوچیگا	اسپانیا	۱۹۶۸،۰۷،۱۱		۱۰	۰	۱۲	۱
۳۴	رادک جاروس	چک	۱۹۶۴،۰۴،۲۹		۷	۲	۱۶	

نام قله	درصد خطرناک بودن	نام قله	درصد خطرناک بودن
اورست	۵,۷۰	ماناسلو	۱۷,۸۵
K2	۲۳,۲۴	نانگا پاربات	۲۲,۳۰
کانچن جونگا	۱۹,۱۴	آناپورنا ۱	۳۷,۹۱
لوتسه	۳,۴۳	گاشر بروم ۱	۹,۴۳
ماکالو	۱۱,۱۱	برودپیک	۵,۲۹
چوآبو	۱,۴۶	گاشر بروم ۲	۲,۲۷
دائولاگیری	۱۶,۲۰	شیشاپانگما	۸,۳۹

میزان خطرناک بودن صعود به قله‌ها بر اساس نسبت تعداد صعود کنندگان و کشته شدگان

نام کوهنورد	قله	تاریخ فوت	نام کوهنورد	قله	تاریخ فوت
محمد اوراز	گاشر بروم ۱	۷ سپتامبر ۲۰۰۳	لیلا اسفندیاری	گاشر بروم ۲	۲۲ جولای ۲۰۱۱
داود خادم	K2	۲ آگوست ۲۰۰۴	جعفر ناصری	ماناسلو	۱۱ مه ۲۰۱۲
سامان نعمتی	نانگا پاربات	۱۷ جولای ۲۰۰۸	آیدین بزرگی	برودپیک	۲۳ جولای ۲۰۱۳
مهدی اعتمادی فر	دائولاگیری	۱ مه ۲۰۰۹	مجتبی جراحی	برودپیک	۲۳ جولای ۲۰۱۳
عیسی میرشکاری	ماناسلو	۲۹ آوریل ۲۰۱۱	پویا کیوان	برودپیک	۲۳ جولای ۲۰۱۳

روی تیغه‌ای شرقی- غربی قرار گرفته است. در بین صعود کنندگان قله‌های هشت‌هزار متری، چانگ هو کیم از کره جنوبی موفق به عنوان سریع‌ترین صعود گردید. چانگ داوا شرپا از نپال توانست عنوان جوان‌ترین صعود کننده قله‌های هشت‌هزار متری را به خود اختصاص دهد. یونگ سئوک پارک از کره جنوبی به همراه رینهولد مسنر ایتالیایی دارندگان عنوان گراند اسلم کوه‌نوردی نیز هستند. در بین صعود کنندگان هشت‌هزار متری فقط ۱۵ نفر توانستند تمامی ۱۴ قله را بدون استفاده از اکسیژن صعود کنند. در عین حال کوهنوردانی هستند که به دلیل ابهام در برخی از صعودهای شان نام آن‌ها در لیست بالا قرار نگرفته است. این آمار تا تاریخ ۳۰ آگوست ۲۰۱۴ است و در منبع یادشده قرار دارد. کوهنوردان ایرانی که در هشت هزار متری‌ها جاودانه شدند. روح‌شان شاد و یادشان گرامی... □

را انجام داده بود نیز عضویت داشت. تا سال ۱۹۶۱ این کوه که در منطقه ممنوعه تبت بود تنها از دور توسط تعدادی زمین شناس عکس‌برداری شد. اما در سال ۱۹۶۱، زمانی که سایر ۸۰۰۰ متری‌ها صعود شده بودند، چینی‌ها تیمی را برای شناسایی عازم بخش شمالی کوه کردند. در سال ۱۹۶۳ تیم شناسایی تا ۷۱۶۰ متری کوه بالا رفت. یک‌سال بعد یعنی در سال ۱۹۶۴ چینی‌ها با گروهی متشکل از ۲۰۰ نفر شامل کوهنورد، باربر و البته تعدادی دانشمند علاقه‌مند به محیط به منطقه بازگشتند. آن‌ها برای حمل راحت‌تر بار تا ۵۹۰۰ متر جاده احداث کردند و البته کار خود را با احداث یک سینما در کمپ ۵۹۰۰ کامل کردند. تیم تا ابتدای تیغه ۳ کمپ برپا کرد. دو کمپ نیز روی تیغه و تا ۷۷۰۰ متر برقرار شد. در ۲ می ۱۰ کوهنورد از جمله وانگ فوزو از اعضای تیم سال ۱۹۶۰ جبهه شمالی اورست که البته کمی بالاتر از کمپ ۲۰ متر روی یخ سقوط کرد توانستند پس از ۴ تا ۵ ساعت به قله برسند. آن‌ها قله را هر می برفی توصیف کردند که

YOUSSEFIAN

پیش از سی سال همگام شما بوده ایم

فروشگاه یوسفیان

تجهیزات کوهنوردی

بالتر از میدان منیریه - پلاک ۹۰۳

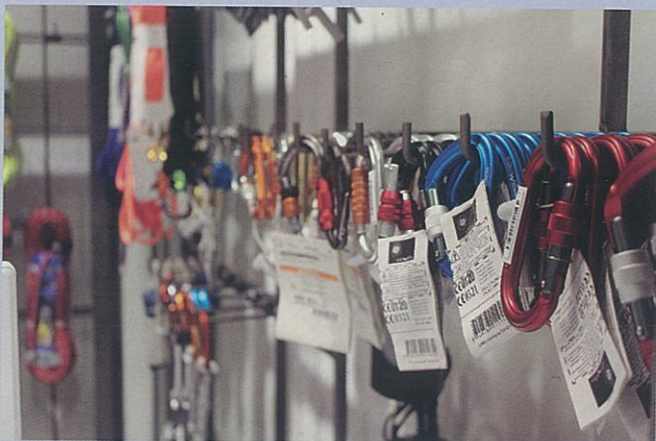
تلفن: ۶۶۴۱۷۹۶۷ - ۶۶۴۰۴۲۹۷

فکس: ۶۶۴۰۴۲۱۲





NEW COLLECTION 2016

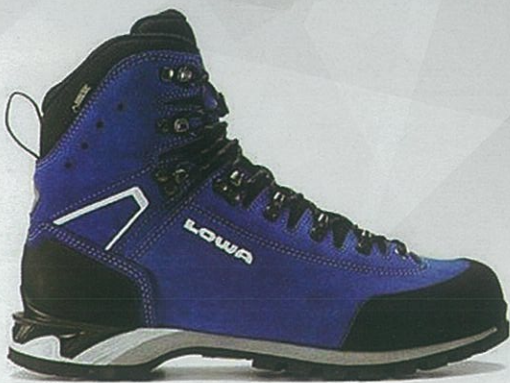
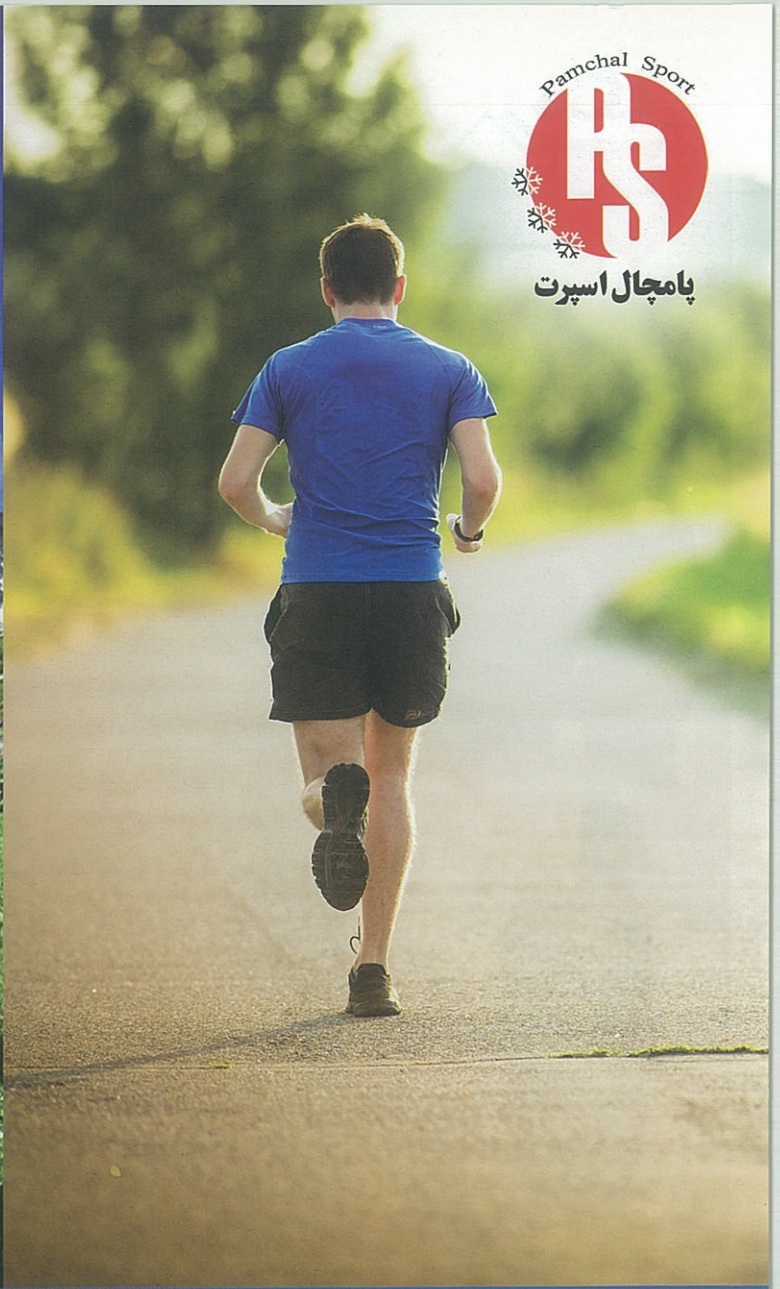


آدرس: اکباتان، مجتمع تجاری مگمال، طبقه اول، واحد ۱۱۲ تلفن: ۰۲۱۴۴۶۳۰۶۹۶

اینستاگرام [instagram.com/davingroup](https://www.instagram.com/davingroup)

تلگرام: [telegram.me/davingroup](https://www.telegram.me/davingroup)

سایت: www.davingroup.com



دفتر مرکزی: یوسف آباد | خیابان سید جمال الدین اسدآبادی
نیش خیابان ۳۸ | مرکز خرید فرهنگ | شماره ۱
تلفن: ۸۸۰۶۳۰۹۲ | ۸۸۰۶۲۶۶۳

فروشگاه پامچال اسپرت تهران (مرکزی): ۸۸۰۶۰۲۶۵ | ۸۸۰۶۴۹۸۶
فروشگاه ورزشی توچال اسپرت: ۲۲۸۴۳۱۰۸ | ۲۲۸۴۳۷۷۹
فروشگاه پامچال اسپرت کرج: ۴۴۱۴۵۱۴ - ۰۲۶۳

 pamchal_sport

LOWA

Simply more ...

تماینده انحصاری در ایران



GARMIN-CO.ir



OUR ACTIVITIES



Running



Trail Running



Cycling



MTB



Hiking



Climbing



Skiing



Swimming



تهران، خیابان ولیعصر، ابتدای خیابان مطهری
خیابان سربداران، پلاک ۳۳، واحد ۷ و ۸
۰۲۱ - ۸۸ ۹۲ ۳۶ ۵۵

محدوده‌ی نراق

غار چال نخجیر - کوه ویلی جیا - آبشار گیسو - آسمان سنگ

جعفر سیپری

غار چال نخجیر

تا سال ۱۳۶۷، در منطقه چال نخجیر آوایی هولناک و هراس انگیز که با صدای ریزش آب شتابان در هم می آمیخت هول و هراسی ژرف در دل مردمانی که برای گردآوری گیاهان دارویی و شکار به این محل می رفتند ایجاد می کرد که چه داستان هایی در باره آن بر زبان ها رانده شد. شکافی در دل سنگ های کوه بوده که به علت وزش باد به درون آن و نبود مجرای خروجی بزرگ، به مانند حنجره ایی منقبض و عصبی صدایی هولناک و هراس انگیز از آن به گوش می رسید که سبب وحشت مردمان می شد. این صدای دهشت آور از ورود مردمی که برای گردآوری گیاهان دارویی و شکار به این محل می رفتند به سمت این شکاف جلوگیری می کرد. نخجیر به معنای شکار بوده و چال نخجیر به معنای شکارگاه است.

در سال ۱۳۶۷ در اثر یک انفجار توسط سازمان آب، یادگاری بسیار زیبا از دوران سوم زمین شناسی با گذشته ای هفتاد میلیون ساله، شناسایی گردید. این غار چال نخجیر نام گرفت. در آن سال، نخست استادان کمیته غارشناسی ایران، شادروان دکتر عبدالکریم قریب بنیان گذار و شادروان دکتر احمد نخلی آن را از دیدگاه آسیب های گاز رادون کاویدند و سپس غارنوردان به قصد کشف وارد غار شدند. تا ششصد متری نخست غار، مسیر مشترک و در امتداد جنوب به شمال است. پس از آن دارای دو شاخه می شود یکی به سوی شمال شرق و دیگری به شمال غرب امتداد می یابد. طول کل هر کدام از شعب نزدیک به یک هزار و سیصد متر است. سراسر مسیر این غار افقی و شیب آن اندک است. حدود ۹۵٪ از بدنه غار پوشیده از چکنده (Stalactite) و چکیده (Stalagmite) است و فقط ۵٪ باقیمانده سنگی است، که این خود بر زیبایی چشم نواز غار می افزاید و از این دیدگاه از غارهای بی مانند جهان است. غار چال نخجیر از تالارهای گوناگونی تشکیل شده است. زیباترین تالار آن، چهل ستون نام دارد که با انواع چکیده و چکنده های گوناگون و رنگ های خیره کننده پوشیده شده است. از دیگر تالارهای این غار شگفت انگیز می توان تالار سفرة عروس، دریاچه، برزخ، باغ وحش،

چهل چراغ، آینه، جانوران و تالار زیبایی ها را نام برد. این غار با قدمت ۷۰ میلیون ساله، مسیر پریچ و خم، اسفنج های بلورین کلسیت، زیبایی های سقف و دیوارهای غار و ارتفاع و شکاف های آن، باغ های مرجانی، دالان ها، دهلیزها، حوضچه های گوناگون، قندیل های مخروطی، بلورهای شیشه ای، توده هایی به شکل گل کلمی، سوزنی، شاخ نباتی، پرده ای، جرقه ای، فندقی، اسفنجی، نقل بادامی و در پایان دریاچه زیبای غار بازدیدکنندگان را شگفت زده می کند. این آذین بندی بلورین و اسفنجی کف، دیوارها و سقف از ناب ترین و زیباترین نمونه های موجود در جهان بوده و به غار جلوه ای وصف ناپذیر داده و آن را به صورت یکی از شگفت انگیزترین غارهای جهان در آورده است. در گنجینه چشم گیر این شگفتی آفرینش و این موزه قندیل های ایران، سنگ های تزئینی با شکل های گوناگون مانند عقاب، لاک پشت، گوزن، انسان، کیوتر و تندیس های شگرف بلورین ایجاد شده است که بیشتر آنان از جنس آهک است. گرافه سخن نیست اگر گفته باشیم این غار در نوع خود در ایران و شاید در آسیا بی مانند است. هر بیننده ای، هر چند خام خورد، که یک بار موفق به دیدار از این غار شود چنان جذب زیبایی های آفرینش یگانه هستی خواهد شد که همواره اشتیاق دیدار دوباره از غار را خواهد داشت.

چگونگی تشکیل غار چال نخجیر

بیشتر غارهای طبیعی از سنگ های آهکی تشکیل شده اند که متعلق به گروه سنگ های رسوبی هستند. ویژگی مهم سنگ های آهکی، حل شدن آن ها در آب های دارای دی اکسید کربنی CO_2 است. این آذین بندی آهکی به رنگ های گوناگون دیده می شوند. هنگامی که آب وارد لایه های زمینی می شود، ممکن است در طول حل کردن آهک به رگه هایی از فلز و کانی های دیگر برخورد کند و مقداری از آن ها را حل کرده و با خود به فضای درون غارها ببرد. در زمان شکل گیری تشکیلات آهکی، این رنگ در آن ها تأثیر می گذارد.

آبشار گیسو

کوه آل (Ool) مشرف بر نراق است از سوی شمال، و بر فراز آن یک دژ نفوذناپذیر سه هزارساله، گواه گویای تمدن ایرانیان در این گوشه ایران زمین از دل ژرف تاریخ، مهر سربی یافته شده در کاوش‌های سالیان دور این دژ اینک در موزه ایران باستان پناه گرفته است، نیازمند اندیشه کاوشگر اندیشمندان ژرف‌نگر.

دره آبشتا، با آبی گوارا، در فاصله سه کیلومتری شمال غربی شهر نراق در کنار کوه آل جای دارد. با چشم‌اندازی بی‌همانند در منطقه و بهشتی برای سنگنوردان، چشمان جستجوگر در پایان دره راه پُر درخت آبشتا، لبریز از گیاه پرساووش و امواج عطرآگین گیاهان، به تاب گیسوان بلند یار دلربا می‌رسد، زنده کن چشم دل شیفته جان‌فدا. این جا آبشار گیسو نام دارد.



رنگ سفید شیری که در مواقعی نیز به زردی می‌زند، رنگ خالص تشکیلات آهکی است و دیگر رنگ‌ها در نتیجه نمک‌های کانی‌های موجود در کربنات کلسیم است.

این مواد سبب ایجاد رنگ‌های زیر می‌شوند: ۱- گوگرد: زرد ۲- آهن: سیاه ۳- مس: سبز زنگاری ۴- زغال سنگ: سیاه ۵- جیوه: نارنجی مایل به قرمز. ترکیب رنگ‌ها در این غار فراوان به چشم می‌خورد.

نقاش چیره دست طبیعت از هم‌نشینی آب و سنگ چنان نقش به ایوان آفرینش زده است تو گویی به اقلیمی در جهانی از نور و رنگ پانهادی. سفره زیرزمینی از آب که ترک کاشانه کرد و ما می‌توانیم پیوسته جاودانگی سرای عشق زندگی را ببینیم.

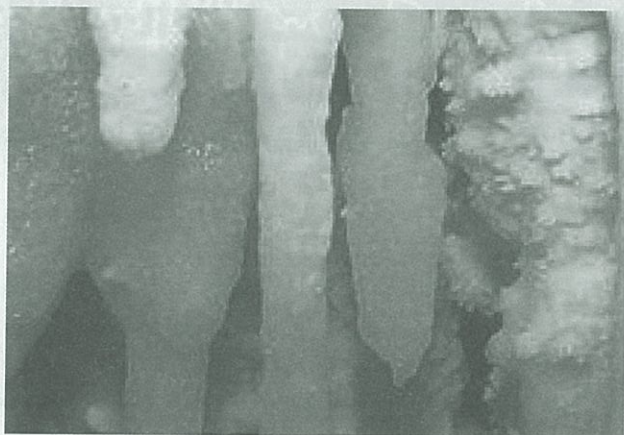
کوه ویلی جیا

"راه‌ها چشم انتظار کاروانی با صدای زنگ"

جای جای این کهن دیار، گهرخیز است و گهرزا. جایگاهی از آن را نمی‌توان یافت که تهی باشد از تاریخ، فرهنگ، زیبایی و اندیشه ناب ایرانی. از ژرفای تاریخ، چنین مکان‌هایی همچون نگین‌های پرتالو تاج‌کیانی بر افسر ایران و ایرانی می‌درخشند. یکی از این زمردهای تابناک در دل کویر بی‌منتها منطقه باستانی نراق، با پیشینه سه هزارساله است.

در شرق نراق کوهی ازدها پیکر، به نام ویلی جیا، با ارتفاع ۳۳۳۰ متر آرمیده، که از دل پر مهر خود چشمه‌ای، به نام چشمه‌رود، به آمیان هدیه می‌کند. کوهپایه‌های ویلی جیا و چشمه‌رود، سرچشمه‌ای است برای نیمی از آب‌روان و کاریزهای منطقه، که بس خنک و گواراست. دامنه آن نیز به منطقه حفاظت شده جاسب می‌پیوندد. و چه زیبا و سرسبز است این جاسب، از لطف سرشار رودخانه اژنا که اندام بلورین خود را بی‌دریغ بر پهنه‌سار آن می‌فکند، تا با سیمینه نخی تکه‌های زمردین را در کنار هم بدوزد. کوه کاه‌گندم در جنوب و کوه زردبلند در جنوب شرق نراق هر ذوق‌مندی را به سوی قله می‌کشاند هدف‌مند. و براین زیبایی‌ها باید افزود غار چال نخجیر که در سوی غرب، در گوشه جلگه‌ای، فرا می‌خواند عاشقان و شیفتگان زیبایی راه، در ستایش قلم یکتای بی‌همتا.

در دامنه ویلی جیا، از باستان روزگار کهن، ساختاری سنگی، با نام میل نراق، استوار شده تا نگهبانان جان‌برکف، امنیت کاروان‌های جاده ابریشم را تأمین کنند. خشابی در دل کوهستان، راهنامگ کاروان‌ها، در هنگامه خطر و ناامنی بر فراز این میل آتش می‌افروختند تا روشنایی آن در دل شب تار و دود آن در روز کاروانیان را از خطر آزمندان برحذر دارد.



آسمان سنگ نراق

مگر می‌توان به نراق رفت و یادی از شهاب‌سنگ آن که شهرت جهانی دارد نکرد. آسمان سنگی که نراق را تا آزمایشگاه‌های معروف اروپا درنوردید تا نام این شهر کوچک را در کتاب‌های علمی دانشمندان بزرگ ستاره‌شناس، جاودان سازد.

در روز ۲۸ مرداد ماه سال ۱۳۵۳، مردم شهر آرام و زیبای نراق، زندگی روزمره خود را تازه آغاز کرده بودند. اما در ساعت نه و بیست دقیقه به وقت تهران، همه نگاه‌ها متوجه دبیرستان نوساز و هنوز افتتاح نشده «معصومی» نراق قرار گرفته بود. بانگ مهیبی در سکوت شهر پیچید و نیروهای ژاندارمری به سرعت خود را به مکان مورد نظر رساندند.

سقف آزمایشگاه دبیرستان به پهنای ۳۰ سانتی‌متر سوراخ شده و در کف آن تکه سنگی خودنمایی می‌کرد. این نخستین رخداد ثبت شده از سقوط آسمان سنگ در یک منطقه مسکونی و آسیب توسط آن به ساختمانی در ایران است.

آزمایش‌های نخستین، توسط پژوهشگران موسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران، دکتر ایرج عشقی، دکتر احمد شمس و همکاری دانشجویان ایشان آغاز شده و گزارش مقدماتی آن به نام «گزارش شماره ۶۴» در دیماه ۱۳۵۳ خورشیدی توسط دانشگاه تهران منتشر شده است.

خوانندگان علاقه‌مند به این موضوع خاص می‌توانند به مقاله "سرگذشت شهاب‌سنگ نراق" که در ماهنامه نجوم، شماره خرداد و تیر ماه ۱۳۹۰ صفحه ۳۳-۳۱ به چاپ رسیده است، مراجعه کنند □

مدیریت سانحه در کوهنوردی

دکتر ابوالفضل جوادی

در هیچ کاری شتاب نکن! به هر گام، خوب نگاه کن و از آغاز به این بیندیش که پایان کار، چه می تواند باشد!

ادوارد ویمپر - کوهنورد سده نوزدهم

کلیات سوانح

حادثه (Accident): رخداد ناخواسته‌ای است که خسارات مالی یا جانی و پیامدهای عاطفی یا اجتماعی پدید می‌آورد.

سانحه (Incident): حادثه‌ای است که خسارات یا تلفات جانی آن برجسته است.

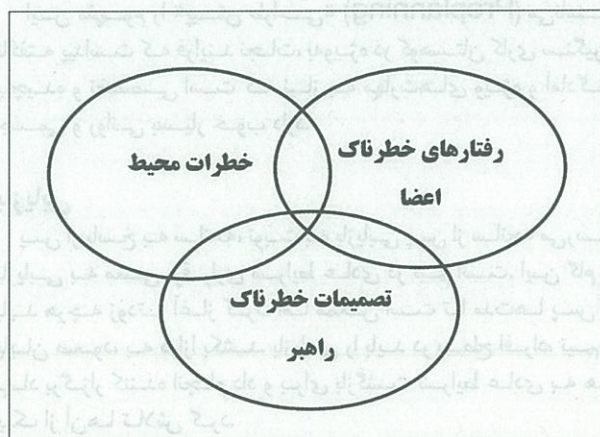
زنجیره حادثه (Accident Chain): زنجیره حادثه، شماری از تصمیم‌هاست که ما را گام به گام به یک تصمیم نهایی نزدیک می‌کند و آن تصمیم، موجب پیدایش یک حادثه می‌شود. در روند برنامه‌ریزی صعود باید مراقب باشیم که طرح ما موجب پیدایش زنجیره حادثه نشود. پس می‌توان گفت، برنامه‌ریزی فرایند شکستن زنجیره حادثه و برگزاری پروژه‌ای ایمن و جذاب است.

پتانسیل حادثه (Accident Potential): حادثه زمانی رخ می‌دهد که سه گونه خطر، به یک‌دیگر پیوسته و زمینه پیدایش حادثه را پدید آورده باشند:

- (۱) شرایط ناامن محیط
- (۲) رفتارهای خطرناک اعضا
- (۳) خطاهای راهبر (سرپرست)

تا وقتی این سه عامل در حد پایین نگه داشته شوند، هم‌پوشانی می‌کنند و حادثه رخ می‌دهد. هر گاه شدت یا تعداد سه عامل بالا افزایش یابد و دامنه آن‌ها گسترده شود، با یک‌دیگر هم‌پوشانی می‌کنند و پتانسیل حادثه شکل می‌گیرد. هرچه هم‌پوشانی بیشتر شود، احتمال رخداد حادثه بالاتر می‌رود.

نمودار هم‌پوشانی خطرات پروژه (پتانسیل حادثه)



مدیریت سوانح در برگیرنده فرایند شناسایی سوانح احتمالی، پیشگیری از رخداد آن‌ها، کاهش پیامدهای زیانبار آن‌ها و مدیریت مؤثر آن‌ها در صورت رخداد است. گام‌های پیشگیرانه این چرخه (پیشگیری و آمادگی) را مدیریت ریسک و گام‌های پس از رخداد سانحه (روند پاسخ و بازیابی تیم) را مدیریت بحران می‌نامند. سامانه مدیریت سوانح باید همواره بر رویکرد «بدترین سناریوی ممکن» تمرکز کند. پس در روند برنامه‌ریزی، همیشه بدترین فرجام (مانند مرگ و میر) را برای هر خطر در نظر بگیرید.

در فرایند مدیریت سوانح، همواره بدبین باشید!

سانحه برای هر تیمی می‌تواند رخ دهد اما هر سانحه‌ای، بحران نیست. زمانی که منابع و ظرفیت‌های تیم پاسخ‌گوی سانحه نباشند، بحران پدید می‌آید. پس هر چه تیم خودکفتر باشد، احتمال بروز بحران در آن کمتر است. پاسخ به سانحه و بازیابی پس از آن، دو محور عمده مدیریت سوانح هستند.

بحران زمانی پدید می‌آید که منابع تیم برای پاسخ به سانحه کافی نباشد.

انواع پاسخ: در برخورد با فرد آسیب دیده، معمولاً سه گزینه در دست است

□ **آسیب‌های کوچک:** کمک به سوژه برای ادامه راه و اجرای پروژه برابر برنامه اصلی.

□ **آسیب‌های جدی در تیم‌های کوچک:** چشم‌پوشی از هدف و برگشت تیم از کوتاه‌ترین و ساده‌ترین مسیر.

□ **آسیب‌های جدی در تیم‌های بزرگ:** تقسیم تیم به دو گروه که یکی سوژه را برگرداند و دیگری مسیر را ادامه دهد. این روش، ریسک بالایی دارد زیرا آسیب‌پذیری هر دو گروه را افزایش می‌دهد.

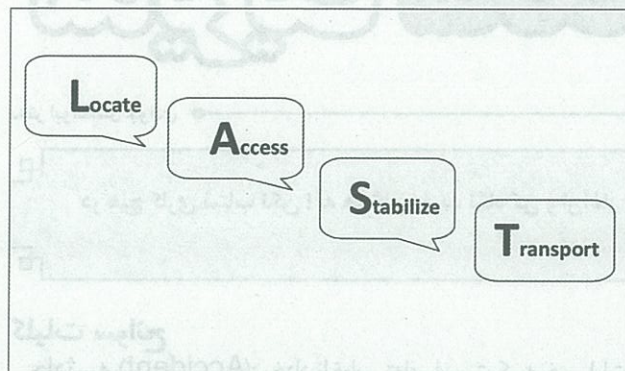
اگر بیماری یا آسیبی بتواند از کارکرد یک عضو در تیم جلوگیری کند، سه حالت پیش خواهد آمد:

□ **پاسخ تیپ یک:** منابع تیم برای حل کردن مشکل کافی است و تیم می‌تواند اقدام به خودنجاتی (Self Rescue) کند.

□ **پاسخ تیپ دو:** ظرفیت تیم برای نجات سوژه کافی نیست و دگر نجاتی یا نجات از بیرون (Outside Rescue) لازم است.

□ **پاسخ تیپ سه:** سانحه با مرگ و میر همراه است و نجات سازمان یافته (Organized Rescue) لازم است.

نمودار گام‌های عملیات نجات



راهبری در شرایط بحرانی، بر «قانون‌های نجات» استوار است که از آن‌ها می‌توان موارد زیر را نام برد:

- ایمنی اعضا، اولویت اول و حتماً مهم‌تر از نجات مصدومان است.
- کلیه اقدامات ضروری باید به سرعت اما با خونسردی و آرامش انجام گیرد.
- هنگام بحران باید از شیوه‌های آشنا، ایمن و تمرین شده استفاده کرد.
- در برنامه‌ریزی نجات، باید به منابع موجود تیم توجه داشت.

فرایند نجات، زمان تجربه کردن روش‌های تازه نیست!

در هنگام سانحه، نتیجه کار عمدتاً به چگونگی کارکرد اعضا و به‌ویژه راهبر تیم بستگی دارد. در این شرایط، عاقلانه‌ترین کار این است که راهبر بر پایه دانش و تجربه خود طرح عملیات را بریزد و آن را با ایمنی، کارایی و اثر بخشی بیشینه اجرا کند. در هنگام بروز سانحه، راهبری به‌صورت کاملاً متمرکز و به شکل فرماندهی نظامی انجام می‌گیرد، زیرا برای صرفه جویی در وقت و بهره‌گیری از «زمان طلایی» (Golden Time) راه دیگری وجود ندارد. در فوریت‌ها نیز مانند موارد دیگر، راهبر باید همواره حداقل یک فاز از تیم جلوتر باشد و ضمن اجرای اقدامات آن فاز، عملیات فاز بعد را در ذهن خود طراحی کند. این مفهوم را «پیش طراحی» (Preplanning) می‌نامند. ناگفته پیداست که فرایند نجات، به‌ویژه در کوهستان کاری سنگین، پیچیده و تخصصی است که نیاز به مهارت‌های ویژه و آمادگی جسمی و روانی بسیار خوب دارد.

بازیابی

پس از پاسخ به سانحه، نوبت به بازیابی پس از سانحه می‌رسد. بازیابی به معنی برقراری شرایط عادی در تیم است. این گام را باید هرچه زودتر آغاز کرد، اما ممکن است تا مدت‌ها پس از پایان صعود، به درازا بکشد. بازیابی را باید در سطح افراد، تیم و نهاد برگزار کننده انجام داد و برای بازگشت شرایط عادی به هر یک از آن‌ها تلاش کرد. هرچه سانحه جدی‌تر باشد، بازیابی دشوارتر خواهد بود. برای

هر عملیات نجات، یک طرح نجات (Rescue Plan) لازم دارد.

فرایند نجات

این فرایند، زمانی به کار می‌آید که جان فرد یا افرادی به خاطر بیماری یا آسیب جدی، در خطر باشد. به گفته دیگر، «نجات یعنی تلاش برای حفظ جان فرد محبوس، مصدوم یا بیمار». هنگامی که تیم دچار رخداد‌های ناخوشایند یا وضعیت‌های خطرناک می‌شود، هدف اولیه تیم «صعود» به هدفی مهم‌تر «بقا یا نجات» بدل می‌شود. طبیعی است که نقش راهبر نیز همین‌گونه تغییر می‌کند و وظیفه‌اش به عنوان تصمیم گیرنده نهایی بسیار حساس و دشوار می‌شود. در هنگام بروز سانحه، به هیچ وجه نباید زمان را از دست داد. برای نجات مصدوم، اقدام فوری و مؤثر لازم است که باید توسط راهبری آموزش دیده و باتجربه هدایت شود. در این موارد شاید ضروری‌ترین کار، تعویض راهبر تیم باشد زیرا فرایند نجات، پیچیدگی‌ها و چالش‌های ویژه خود را دارد. راهبر باید تا می‌تواند آزاد باشد و درگیر کارهای اجرایی نشود تا بتواند با آگاهی و چیرگی به همه‌ی مسایل، تیم را راهبری کند.



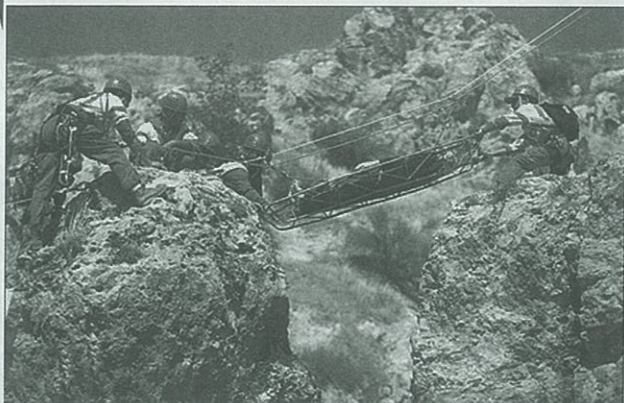
نجات نیز مانند هر پروژه دیگر، سه فاز اصلی دارد: برنامه‌ریزی، اجرا و کنترل. هیچ عملیات نجاتی را نباید بی‌برنامه آغاز کرد. پس از برنامه‌ریزی، نوبت به عملیات نجات می‌رسد که چهار گام دارد. ترتیب این گام‌ها، همواره ثابت است:

۱) تعیین مکان (Locate)، که فرایند جستجوی سوژه را در بر می‌گیرد و با یافتن وی به پایان می‌رسد.

۲) دستیابی (Access)، که از یافتن سوژه تا رسیدن به وی را در بر می‌گیرد.

۳) تثبیت (Stabilize)، که شامل رفع تهدیدهای فوری و ایمن‌سازی محیط می‌شود. تثبیت، سه بخش دارد: تثبیت پزشکی، همان کمک‌های نخستین است که برای رفع تهدیدهای فوری (خونریزی و...) انجام می‌گیرد. تثبیت فیزیکی، با هدف ایمن‌سازی محیط (انتقال سوژه از روی طناب به زمین یا دور کردن وی از مسیر ریزش) صورت می‌گیرد و تثبیت عاطفی، به معنی گفتگوی حرفه‌ای و آرام کردن سوژه هشیار است.

۴) انتقال (Transport)، که واپسین گام هر عملیات نجات و شامل رساندن سوژه به مرکز درمانی است. برای یادآوری ترتیب کارها در عملیات نجات، شناسه «LAST» را به خاطر داشته باشید که از ترکیب حرف‌های اول چهار گام اجرایی درست شده است.



فرایند نجات، اصول و قانون‌هایی دارد که باید رعایت شوند. بسته به پیامدهای سانحه، پاسخ تیم می‌تواند به صورت پاسخ تیپ یک (خودنجاتی)، تیپ دو (دگرنجاتی) یا تیپ سه (نجات سازمان یافته) باشد. برای هر عملیات نجات، یک طرح نجات لازم است. پس از نجات، نوبت به روند بازیابی می‌رسد که ممکن است در چهار رده (فرد، تیم، نهاد برگزارکننده و جامعه) لازم باشد. بازیابی از برخی سوانح بزرگ و فاجعه بار، سال‌ها طول می‌کشد و گاهی اثراتی جبران‌ناپذیر بر جامعه کوه‌نوردی می‌گذارد □

* منبع: راهبری در طبیعت و کوهستان، جوادی ابوالفضل، ایران سنجش، ۱۳۹۵.

سوانح بزرگ همراه مرگ و میر، لازم است بازیابی در سطح جامعه نیز انجام گیرد و گرنه جایگاه ورزش کوه‌نوردی در افکار عمومی به خطر می‌افتد. تحلیل علمی و بی‌طرفانه سانحه، تعیین عوامل پیدایش آن، برنامه‌ریزی برای حذف آن عوامل و پیشگیری از رخ دادهای همانند در پروژه‌های آینده و دادن گزارش جامع و صادقانه از همه‌ی این فرایندها، بخشی از روند بازیابی پس از سانحه است.

چکیده

حادثه، رخداد ناخواسته‌ای است که پیامدهای ناخوشایند دارد. پتانسیل حادثه، زمانی شکل می‌گیرد که میان خطرات سه گانه پروژه (محیط ناامن، رفتارهای خطرناک اعضا و خطاهای راهبر) هم‌پوشانی پدید آید.

پس اعضای تیم باید تلاش کنند این سه عامل، کوچک بمانند و هم‌پوشانی نکنند. رخداد حادثه، معمولاً پیامد زنجیره‌ای از داورهای یا تصمیم‌های نادرست است که آن را زنجیره حادثه می‌نامند.

مدیریت سانحه، اقدامات پس از سانحه را در بر می‌گیرد که شامل پاسخ و بازیابی است. پاسخ، اقدامات لازم برای برخورد با سانحه و مقابله با آن را در بر می‌گیرد. نجات، مهم‌ترین بخش فرایند پاسخ است و چهار گام دارد. تعیین مکان، دستیابی، تثبیت و انتقال، چهار فاز عملیات نجات هستند که باید به ترتیب انجام گیرند.

فرم اشتراک

همنورد گرامی توجه فرمایید:

نظر به این که 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. لطفاً کسانی که وجهی پرداخت کرده‌اند (از ابتدای انتشار مجله تا کنون) 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 فقط با پست عادی ۲۵۰۰۰۰ ریال و پست سفارشی ۳۵۰۰۰۰ ریال است، که این مبلغ باید به حساب سپهر (۰۱۰۰۲۶۲۴۷۴۰۰) و شماره کارت (۶۰۳۷۶۹۱۷۵۰۶۶۰۸۵۴) بانک صادرات به نام دکتر صالحی مقدم و موسوی (قابل پرداخت در کلیه شعب) واریز گردد. (لطفاً به بانک تاکید فرمایید که درج نام فرستنده ضروری است) و اصل فیش بانکی را همراه با فرم تکمیل شده به نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۹۶۱۵۹۳۸ فصلنامه کوه ارسال فرمایید.

۲- کپی فیش بانک را تا زمان دریافت نخستین شماره مجله نزد خود نگه دارید.

۳- از فرستادن وجه نقد، چک، پست مالی بابت حق اشتراک، جدا خودداری فرمایید.

۴- هر گونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.

نام و نام خانوادگی: شغل: تلفن:
نشانی:
کدپستی: صندوق پستی: طی فیش بانکی شماره: به مبلغ:
درخواست از شماره: تا مورخ: کداشتراک قبلی:

بوتان: سرزمین افسانه‌های زنده

نوشته: فواد حمیدی

بوتان کشوری منحصر به فرد است. سرزمینی کوچک با جمعیتی کمتر از ۷۵۰۰۰۰ نفر که در بین دو ابر قدرت هند و چین قرار گرفته است. بیشتر مردم جهان نمی‌دانند که بوتان کشوری است که در پایتخت آن تیمپو خبری از چراغ قرمز نیست و یا این که تا قبل از سال ۱۹۹۹ در این کشور ایستگاه تلویزیون نبوده است. نام این کشور کوهستانی که قسمت عمده آن بر روی سلسله جبال هیمالیا واقع شده است، در سال ۲۰۱۱ بر سر زبان‌ها افتاد، سالی که مفهوم تولید ناخالص خوشحالی (یا GNH) توسط سازمان ملل به عنوان گزینه بهتری از تولید ناخالص ملی (یا GDP) برای اندازه‌گیری پیشرفت‌های یک کشور معرفی شد. دولت بوتان از دهه هفتاد میلادی از GNH به عنوان معیار اصلی سنجش موفقیت پروژه‌های اجتماعی استفاده کرده و همواره به اهمیت خوشحالی و پویایی ذهنی و روحی مردم علاوه بر موفقیت اقتصادی آن‌ها تأکید داشته است. به این ترتیب بوتان تنها کشوری است که شادی و سلامتی مردمش را به عنوان یکی از سرمایه‌های اصلی خود به شمار آورده است. در این کشور مردم به خوشحالی بیشتر از پول اهمیت می‌دهند.

یا ورزش قدغن است. با وجود این پیاده‌روی و کوهپیمایی در کوه‌های کم ارتفاع تر فعالیت همگانی و رایج است. من در مدت اقامت به چند سفر کوهپیمایی در کوهستان‌های اطراف تیمپو رفتم که در این مقاله شرح یکی از این سفرها را برای خوانندگان عزیز بیان می‌کنم.

من از روز ورود به بوتان به فکر کوهپیمایی بودم. هنگام پرواز از کاتماندو در نپال به پرو (Paro) در بوتان، هواپیمای ما از فراز هیمالیا پرواز می‌کرد. خلبان ناگهان اعلام کرد که از پنجره هواپیما می‌توان قله اورست را دید. عظمت و هیبت این قله و کوه‌های مجاورش نفس‌گیر بودند و دیدن‌شان باعث شد که من در تصمیم برای کوهپیمایی در طول سفر مصمم‌تر شوم.

در مرکزی که کار می‌کردم با چند جوان بسیار با محبت بوتانی آشنا شدم که با هم قرار گذاشتیم برای کوهپیمایی به کوه‌های اطراف تیمپو برویم. به این ترتیب در یک روز زیبا و خنک بهاری با این دوستان در پای کوه مشرف به تیمپو دیدار کردم. دوستان بوتانی لطف کرده، چادر و کیسه خواب برای من تهیه کرده بودند. برنامه ما این بود که در روز اول تا سه صومعه معروف از جمله پچودینگ (phagoding) پیاده‌روی کنیم، شب را در نزدیکی آن‌جا چادر بزنیم و روز بعد

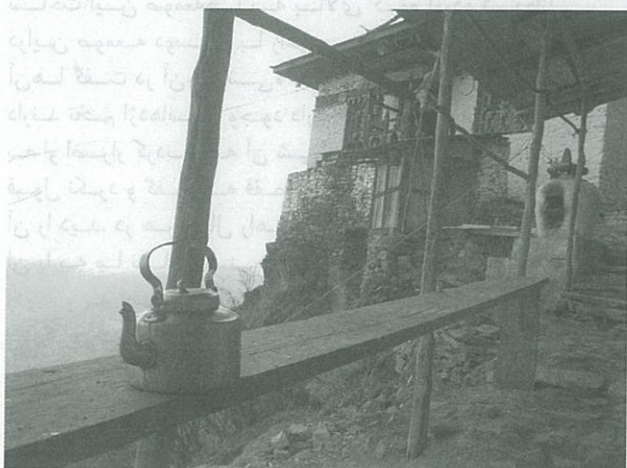
در چند سال اخیر دولت بوتان تصمیم گرفته با محققان و شرکت‌های خارجی همکاری کند تا بتواند صنعت الکترونیک و به‌خصوص کامپیوتری کشور را وسعت بخشد. این تصمیم از طرف شرکت‌های غربی مورد استقبال قرار گرفته و مدتی است که برنامه جدی‌ای برای تقویت کارآفرینی الکترونیک در این کشور پایه‌گذاری شده است. به این ترتیب در چند سال اخیر بوتان تبدیل به کشوری کوچک با تخیلی بزرگ شده که در آن ارزش‌های کهن با دیدهای مدرن همزیستی می‌کنند. در این روزها در تیمپو پایتخت بوتان، راهبه‌ها در لباس‌های سنتی از تلفن‌های هوشمند برای ارتباط باهم استفاده می‌کنند و معابد کهن را می‌توان به وسیله نقشه‌های الکترونیکی پیدا کرد. من در سال ۲۰۱۳ میلادی برای مدت کوتاهی در این کشور اقامت کردم و به عنوان متخصص تکنولوژی با مرکز کارآفرینی بوتان همکاری کردم.

در طول این زمان علاوه بر فرهنگ بسیار غنی و جالب بوتان کوه‌های پُر شکوه این کشور مرا بسیار به خود جلب کردند. کوه‌هایی که بعد از نپال و چین بلندترین قله‌ها را دارند. از جمله قله ۷۵۷۰ متری گنگکور پونسام (gangkhar puensum) که بلندترین قله صعود نشده جهان است. در بوتان کوهستان‌ها مقدس هستند. صعود قله‌های بالاتر از ۶۰۰۰ متر برای تفریح

من با چند تن ازدوستان برای تهیه آب به چشمه‌ای در آن نزدیکی رفتم. کلبه کوچکی کنار چشمه قرار داشت که دوستان بوتانی گفتند که محل مراقبه و عبادت است. در بوتان، یکی از تمرینات معمول راهبان بودایی، گوشه خلوت گزیدن برای مدت‌های طولانی است. معروف‌ترین این دوره‌های یک دوره سه ساله، سه ماهه، سه هفته و سه روزه سکوت است. دوستان ما گفتند که ما باید سکوت را در نزدیکی کلبه رعایت کنیم تا مزاحم کسی که در آنجا مشغول مراقبه است نشویم. با وجود رعایت ما راهبی که آنجا بود صدای ما را گویا شنیده بود و وقتی ما در حال پُر کردن آب در ظرف کوچکی بودیم، از کلبه بیرون آمد. من نگران بودم که او شاید از سر و صدای ما ناراحت شده باشد، اما دیدم که او با لبخندی سرشار از محبت به ما می‌نگرد. او مردی کوچک اندام و لاغر بود، که لباس بسیار ساده‌ای به تن داشت و چشمانش غرق در شادی بودند. او با ایما و اشاره به ما حالی کرد که می‌توانیم سطل آبش را قرض بگیریم و بعد از پیاده‌روی مان برایش برگردانیم. من از این بر خورد خیلی تحت‌تأثیر قرار گرفتم و با خود فکر کردم چقدر خوب است که تمرکز این راهب، نه تنها او را از دیگران دور نکرده بلکه به آن‌ها نزدیک‌تر کرده است.

آن شب بعد از خوردن شام در کنار آتش با دوستان بوتانی به صحبت نشستیم. آن‌ها گفتند که در فرهنگ بوتان، کوه‌ها و دریاچه‌های پُرارتفاع، احترام خاصی برای مردم دارند. زباله ریختن، سیگار کشیدن و بلندحرف زدن در این مناطق مقدس گناه حساب می‌شود. مردم اعتقاد دارند، اگر کسی این کارها را در کوهستان بکند، راه را گم کرده و گرفتار توفان و کولاک می‌شود.

دوستان بوتانی همچنین برایم از تدفین آسمانی گفتند، که در گذشته در بوتان و تبت رایج بوده است. تدفین آسمانی، مراسمی است، که مانند مراسم کهن زرتشتیان در یزد، در آن مردگان و به‌خصوص کودکان خردسال مرده را به بالای کوهستان برده و آنجا می‌کردند تا پرنده‌ها گوشت‌خوار آن‌ها را بخورند. اعتقاد مردم این بوده که برای اشخاص معصوم و بچه‌ها این روش تدفین به آخرت بهتری ختم می‌شود. هرچند این رسم دیگر صورت نمی‌گیرد، هنوز بعضی از عابدین بودایی برای مراقبه به این ارتفاعات می‌روند و در آنجا شب‌ها شب زنده‌داری می‌کنند.



به دریاچه‌های مقدس بالای کوه که در ارتفاعات بالای ۴۰۰۰ متر قرار دارند، برویم.

پیاده‌روی ما از کنار شهر تیمپو شروع شد. دوستان بوتانی مقادیر قابل توجهی تنقلات همراه آورده بودند که ما در طول راه می‌خوردیم و به کسان دیگری که در طول راه می‌دیدیم، تعارف می‌کردیم. از جمله این تنقلات، یک هندوانه بود که دوستان، خوش‌بختانه، در اوایل پیاده‌روی، از ته یکی از کوله‌پشتی‌ها در آوردند و با هم صرف کردیم و لازم نشد آن را تا بالای کوه حمل کنیم! در زبان محلی بوتانی که دزونگا (Dzungkha) نام دارد هندوانه، سرپر، نامیده می‌شود.

تمام طول راه پر از مناظر زیبا بود. به‌خصوص که هر چه بالاتر می‌رفتیم شهر زیبای تیمپو را از ارتفاع بالاتری می‌دیدیم. پس از چند ساعت پیاده‌روی به صومعه پجودینگ رسیدیم. این صومعه در ارتفاع ۳۶۹۰ متری قرار دارد و کم‌کم تأثیر ارتفاع بالا را تجربه می‌کردیم.



بعد از صومعه اول به بالا رفتن ادامه دادیم و پس از چندی، به یک منطقه بسیار زیبا و وسیع رسیدیم، که در آن گله‌ای از گاو میش‌های هیمالیایی در حال چرا بودند. این گاو‌ها بسیار زیبا هستند و به آب و هوای سرد عادت دارند. بدن‌شان با پشم کلفت و خوش‌رنگی پوشیده شده بود. بعضی از آن‌ها شاخ‌های بلند و هراسناکی داشتند. در این هنگام هوای کوهستان به سرعت در هم رفت و دانه‌های زیبای برف شروع به باریدن کردند. آب و هوای مناطق پُر ارتفاع شدیداً متغیر است و به راحتی و به سرعت عوض می‌شود.

ما تصمیم گرفتیم، تا هوا تاریک نشده، اتراق کنیم و چادر بزنیم و شامی صرف کنیم. من که معمولاً موقع پیاده‌روی غذاهای کم‌حجم و پر انرژی مثل ساندویچ یا خشکبار می‌خورم، با تعجب دیدم که دوستان بوتانی برای شام می‌خواهند پلو و خورش تهیه کنند، که با وجود هوای سرد و چوب‌های نمدار کاری بسیار سخت بود! ابتدا، ما بین دوستان تقسیم وظیفه کردیم و هر کدام از دوستان مسئول تهیه چیزی از جمله چوب برای آتش و آب برای پختن و شست و شوی ظروف شدند. دوستان غذای خوشمزه بوتانی را که شامل فلفل‌های تند، پنیر و برنج قرمز می‌شد، تهیه کردند.

بود. دوستان بوتانی برای ما در پای کوه جهت بازگشت، ماشین تهیه کرده بودند که سوارش شدیم و به طرف شهر حرکت کردیم. در کنار جاده شخصی را روی دوچرخه دیدیم، که در جهت مخالف ما در حال حرکت بود. دوستان بوتانی او را شناختند و گفتند او پادشاه قبلی بوتان و پدر شاه کنونی است، که عادت دارد بعضی شبها در مناطق اطراف خانه سلطنتی به دوچرخه سواری بپردازد. آری، بوتان کشوری منحصر به فرد است! □

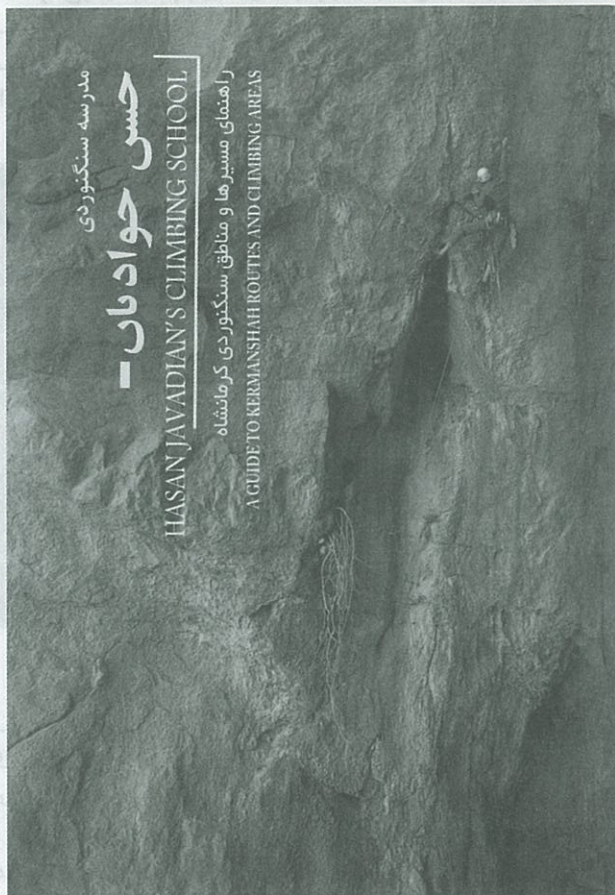
معرفی کتاب

صبح روز بعد، پس از جمع آوری چادرها، به صومعه بعدی رقتیم. در آنجا، راهب مهربانی برای مان صبحانه‌ای از یک نوع سبزی پلوی بوتانی و چای تهیه کرد. دوستان بوتانی هم، آن‌چه از آذوقه مان اضافه داشتیم به او هدیه کردند. روز دوم پیاده روی طولانی بود و ما حدود ۱۲ ساعت پیاده روی کردیم. این مسیر بسیار زیبا و درازتفاعات بالاتر از ۴۰۰۰ متر قرار داشت و در آن از کنار ۱۲ دریاچه کوچک و زیبا که هر کدام اسم و داستان خاصی داشتند، رد شدیم. به عنوان مثال، یکی از دریاچه‌ها که از بالا شکل ماهی داشت، به نام، دریاچه ماهی، و دو دریاچه که در کنار هم قرار داشتند، به نام دریاچه‌های زن و شوهر، معروف بودند. دوستان بوتانی گفتند، که این دریاچه‌ها پُر از ماهی هستند و گویا در سال‌های دهه ۱۹۷۰ شخصی با یک کوله‌پشتی سفالی پُر از ماهی از کوه‌ها بالا رفته و دریاچه‌ها را پُر از ماهی کرده است.

برای من که به زحمت با کوله‌پشتی کوچکم مسیر را طی می‌کردم، باور این که کسی با یک ظرف سفالی پُر از ماهی و آب‌بر پشش، بخواهد چنین کاری را بکند، مشکل به نظر می‌رسید. در فرهنگ بوتان گاه حقیقت و حکایت به هم گره می‌خورند و موشکافی کردن باورها کاری سخت و حتا گاه نامناسب است. با خود تصور می‌کنم که برای مسافری چون من که مدت کمی مهمان این مردم خلاق و مهربان بودم، بهتر آن است که از جادوی این فضا لذت ببرم و از تحلیل منطقی آن‌چه نمی‌دانم، پرهیز کنم.

پس از چند ساعت پیاده روی سرانجام به دریاچه دوازدهم که دنگ شو (Dungtsho) نام دارد رسیدیم. این دریاچه بسیار زیبا بود و مه‌ای کم تراکم رویش را گرفته بود. در کنار این دو دریاچه دو غار کوچک قرار داشتند، که دوستان بوتانی گفتند، برای راهبان ساخته شده‌اند. پس از گرفتن عکس دسته‌جمعی و استراحتی مختصر، شروع به بازگشت کردیم. هوا کمی گرفته بود و دانه‌های کوچک برف در هوا به چشم می‌خوردند. در راه بازگشت، باز در یک صومعه دیگر توقف کردیم. برای من بسیار سخت بود که تصور کنم چگونه وسایل ساخت این صومعه‌ها به بالای کوه آورده شده‌اند. در این صومعه دوستان با راهبی صحبت کردند که به آن‌ها گفت در آن‌جا شیء مقدس که خیلی‌ها اعتقاد دارند تخم اژدهاست، وجود دارد. هر چقدر دوستان من به او اصرار کردند که آن شیء را به ما نشان دهد او قبول نکرد و گفت که فقط در روزهای خاصی می‌توان آن را دید. در هر حال راهب گفت که می‌تواند عکس آن را به ما نشان دهد. ما همه دور تلفن دستی او حلقه زدیم و به تصویر شیء که شبیه یک تخم مرغ بسیار بزرگ قرمز بود، نگاه کردیم.

در مسیر بازگشت هوا رو به تاریکی می‌رفت و ما کم‌کم چراغ‌های شهر تیمپو را از بالای کوه می‌دیدیم. وقتی به پایین کوه رسیدیم هوا کاملاً تاریک شده



کتابی که پیش رو دارید، گردآوری مسیرها و مناطق سنگ‌نوردی است که **زنده‌یاد حسن جوادیان** در طول سال‌های متمادی گشایش کرده است.

برای خرید به آدرس‌های زیر مراجعه فرمایید:

کتابیران: تهران. میدان انقلاب

تلفن: ۶۶۵۶۶۹۰

نوپردازان: تهران. خیابان لبافی‌نژاد

تلفن: ۶۶۴۱۳۴۷۲

فروش اینترنتی:

www.ketabiran.ir

کیفیت آموزش

کوهنوردی نوین

گروه کوهنوردی ایران کوهستان

ایران کوهستان
Iran Koohestan

گروه کوهنوردی ایران کوهستان در سال ۱۳۹۵ تعدادی محدود عضو می پذیرد

Mountaineering

کوهنوردی

Rock climbing

سنگنوردی

Caving

غار نوردی

Ice climbing

یخنوردی

Search and rescue

جستجو و نجات

Canyoning

دره نوردی

Navigating

ناوبری

اطلاع از تاریخ برگزاری کلاس های آموزشی با ارسال کلمه دماوند به شماره ۳۰۰۰۶۳۵۷۳۵

تهران، خیابان میرداماد، به سمت غرب، ترسیده به بزرگراه مدرس (جنب اداره ثبت شرکتها)،

خیابان البرز، کوچه تابان شرقی، پلاک ۴۴، سرای محله داوودیه

محل برگزاری جلسات (سه شنبه ها ۱۷:۰۰ الی ۲۰:۰۰)

۰۲۱-۶۶ ۳۷ ۸۲ ۶۱

<http://irankoohestan.ir>

[Telegram.me/irankoohestan](https://t.me/irankoohestan)

در کشور ما کوهنوردی فراگیرترین ورزش است

بازگشایی پس از یک سال

فروشگاه بوم پاد

تجهیزات تخصصی کوهنوردی و کمپینگ

تلفن: ۳-۸۸۸۱۱۵۴۲ (۰۲۱)

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، شرق میدان فردوسی،

شماره ۵۹۵، طبقه اول شرقی

همه با هم به سوی توسعه ورزش کوهنوردی

ده سال از درگذشت استاد بزرگوار، هنرمند و

پیش کسوت ورزش کوهنوردی ایران

زنده یاد (ثاراله زرین قلم)

به سختی گذشت،

اما تا ورزش کوهنوردی باقی است نام بلند او

بر قله های رفیع این ورزش خواهد درخشید.

یادش گرامی و روحش شاد.

خانواده حسن زرین قلم

NEWS

کوتاه و خواندنی

تهیه، ترجمه و تنظیم: رضا زارعی



شستشوی آن کرده‌اند. اما این بار آن‌ها با تهدید تلاش دارند تا این رسم را ریشه کن کنند.

چینی‌ها با شرم‌آور خواندن این عمل اعلام داشتند اسامی توریست‌هایی که اقدام به نشر این متون می‌نمایند را ضمن اعلام عمومی در اختیار مقامات کشوری قرار خواهند داد تا آن‌ها را در لیستی سیاه ثبت کرده، از حضورشان در تبت ممانعت به عمل آورند.

اگرچه مقامات چینی این کار را بسیار دشوار می‌دانند، اما قصد دارند تا با ثبت نام افراد در هر منطقه و مشخص کردن زمان حضورشان، آن‌ها را شناسایی نمایند.

لازم به ذکر است چینی‌ها پیش از این نیز با چنین رفتاری بر روی دیوار چین مواجه شده بودند ولی با روشی مشابه آن را به حداقل رسانده‌اند. در واقع دولت چین با ایجاد یک شبکه آنلاین اسامی فوق را در اختیار خطوط هوایی و هتل‌ها قرار می‌دهد تا از ارائه خدمات به ایشان پرهیز نمایند.

آمار تلاش بر روی قله هیمالیای نپال و تبت

اورست: ۵۵۰ صعود و شش کشته

کانچن چوونگا: هیچ تلاشی بر روی

کانچن چوونگا انجام نشد

لوتسه: صعودی انجام نشد ولی یک

کشته به جای گذاشت

ماکالو: ۳۳ صعود و ۲ کشته

چوآیو: ۱۵ صعود

داتولاگیری: ۵ صعود و یک کشته

ماناسلو: ۲ صعود

آناپورنا: ۳۰ صعود

شیشاپانگما: صعودی انجام نشد و دو کشته

در بخش زنان نیز Nirkala Kulung با زمان ۵ ساعت و ۲۴ ثانیه به عنوان نخست دست پیدا کرد.

به برترین‌های این رقابت‌ها به ترتیب ۱۰ هزار، ۷.۵ و ۵ هزار رویه پرداخت گردید. البته سفیر بریتانیا در نپال ریچارد موریس به نفر نخست این مسابقه مبلغ اضافی ۱۰۰,۰۰۰ رویه پرداخت کرد.

در بخش دونده‌های خارجی نفراتی از لهستان، فرانسه و ایالات متحده بر سکوی‌های برتر ایستادند.

همچنین این مسابقات در بخش فوق ماراتن نیز به مسافت ۶۰ کیلومتر برگزار شد.

این مسابقات در مسافت ۴۲.۱۹۵ متر از روستای مرتفع گوراکشب در دامنه جنوبی اورست که ارتفاعی معادل ۵۱۰۰ متر دارد آغاز و روستای کومجونگ با ارتفاع ۳۰۰۰ متر پایان می‌یابد. سابقه ماراتن اورست به سال ۲۰۰۳ بازمی‌گردد که به مناسبت سالروز نخستین صعود اورست همه ساله برگزار می‌شود.

چهاردهمین دوره این مسابقات همچنین به مناسبت دویستمین سالروز دوستی نپال - بریتانیا برگزار گردید. در مجموع ۱۷۱ دونده در این رویداد، شامل ۱۳۴ خارجی و ۳۷ دونده نپالی به رقابت پرداختند.

مقامات چینی پس از شستشوی سنگ‌نوشته‌های یادگاری در کمپ اصلی اورست به گردشگرانی که دوباره اقدام به تخریب طبیعت نمایند اخطار کردند.

متونی چون: "من این‌جا بودم" و "من به این‌جا آمدم" که همراه است با نام نگارنده، تاریخ ثبت و ملیت افراد به زبان‌های چینی، تبتی و انگلیسی از جمله مواردی است که توسط گردشگران بر سنگ‌های کمپ اصلی نقش بسته‌اند و مقامات چینی چندین بار اقدام به

صبح روز ۱۹ می‌لیدیا برادی نخستین بانوی صعودکننده اورست بدون بهره‌گیری از اکسیژن مصنوعی موفق شد برای چهارمین بار این کوه را صعود نماید. در سال ۱۹۸۸ او با صعود بدون اکسیژن خود به اورست اولین بانویی لقب گرفت که به این مهم دست می‌یابد.

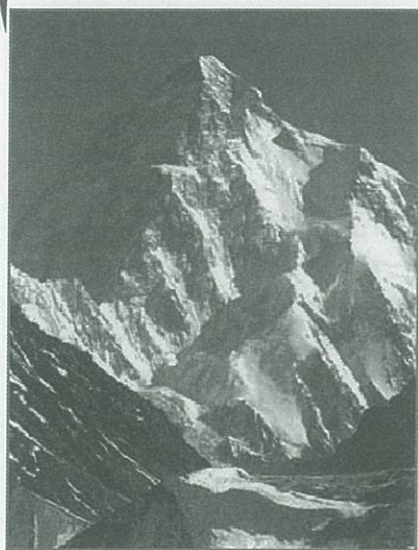
در آن صعود لیدیا برادی عضو تیمی به سرپرستی راب‌هال بود و تنها اجازه صعود تا گردنه جنوبی را از دولت نپال دریافت کرده بود، اما وی در روز چهارده اکتبر به شکل غیر قانونی و به تنهایی اقدام به صعود کرد و در بازگشت بدون آن‌که مدرکی از خود نشان دهد مدعی شد قله را صعود کرده. وی تنها نشانه‌هایی از قله را برای سایرین تشریح کرد.

این امر موجب بروز کشمکش سخت مابین سرپرست تیم راب‌هال و لیدیا شد. در نهایت کوهنوردان و شرپاهایی که چند روز بعد به قله اورست رسیدند ادعای لیدیا را تأیید کرده و دولت نپال نیز با تأیید این صعود، به دلیل غیرقانونی بودن آن وی را به مبلغ ده‌هزار دلار جریمه و تا ۱۰ سال از ورود به نپال محروم کرد.

اینک لیدیا نیوزلندی با صعود اورست چهارمین بار و البته به صورت قانونی به این مهم دست یافته.

چهاردهمین ماراتن اورست معروف به ماراتن تنسینگ هیلاری با قهرمانی دونده نپالی به پایان رسید.

در این مسابقه Bed Bahadur Sunuwar و Bhim Bahadur Gurung دو دونده نظامی نپالی اول و دوم شدند، Suman Kulung نیز بر سکوی سوم ایستاد. بدیهادر این مسابقه را در زمان ۴ ساعت و ۳ دقیقه پیمود. نفر دوم نیز با ۷ دقیقه اختلاف به این عنوان دست یافت.



بسیار خرسندم. مرحله نهایی همراه با صعود باورنکردنی ما به المپیک خواهد بود.

ادعای صعودهای تضمینی از نیمه دهه ۹۰ میلادی و توسط شرکت‌های Mountain Madness و Adventure Consultants برای

صعود به اورست مطرح گردید. آن‌ها در مقطعی نیز با بهره‌مندی از شریک‌ها و راهنمایان مجرب، در صعود مشتریان خود به اورست موفق بودند، تا این‌که در سال ۱۹۹۶ فاجعه منجر به مرگ ۶ کوهنورد، از جمله راب‌هال نیوزلندی و اسکات فیشر آمریکایی در زمان صعود مشتری‌های غیر کوهنورد به اورست، این نوع کوه‌نوردی را زیر سؤال برد.

هرچند درآمدزایی این سبک نتوانست ادامه آن را متوقف کند. صعودهای تضمینی با قیمت‌های بالا، کپسول اکسیژن، شریک‌های همراه و چادرهای مجهز این روزها در اغلب قله‌های مرتفع دیده می‌شود، اما در مقابل بر لزوم پیش برنامه‌های صعود نیز تأکید بسیار می‌شود. به طور نمونه نپالی‌ها قانونی وضع کرده‌اند که به موجب آن از حضور افراد فاقد تجربه ۶۵۰۰ متر به اورست جلوگیری می‌گردد.

مشاهده تضمین‌های کذایی نیز این روزها نمی‌تواند کرختی گرانی صعود به قله‌ها را رفع نماید.

بر اساس آمار میزان مرگ و میر تیم‌های تجاری ۱٫۱٪ در مقابل تیم‌های خصوصی با ۱٫۳٪ است! همچنین میزان موفقیت تیم‌های تجاری ۴۰٪ در مقابل ۳۳٪ برای تیم‌های خصوصی بوده است!

پرچم‌های دعا دیگر نیازی به اهتزاز درباد ندارند. حاجت صعودکنندگان باگام نهادن بر بام دنیا دوا شده.

شاید مرتفع‌ترین زیاده‌دانی دنیا بام جهان باشد. پس از یک فصل پُرتردد و شلوغ مانند بهار ۲۰۱۶ و با لگدکوب شدن توسط بیش از ۵۵۰ کوهنورد که عموماً حرفه‌ای و عاشق کوهستان هستند تنها زیاده‌ها برجای مانده‌اند.

پرچم‌های دعا برای ارتباط بالاتر با معبود به بام دنیا حمل شده‌اند. لابد خود معبود نیز مامور جمع‌آوری الباقی زیاده‌های دعا‌های لگدکوب شده نیازمندان دعاست!

سایت world runner sky series

متعلق به فدراسیون جهانی اسکای رانینگ رنکینگ سالیانه رشته دوی کوهستان را در ۳ ماده از ۴ مسابقه ثبت و اعلام کرد.

بر این اساس در ماده SKY نام داود شیرخانی ورزشکار و دونده کوهستان کشورمان نیز به چشم می‌خورد. شیرخانی در رشته sky نفر دهم مسابقه اول امسال در چین و هجدهم رنک جهانی شده است. او در ادامه این رقابت‌ها قصد حضور در Tromso sky race نروژ در هر دو رشته‌ی ورتیکال و اکستریم و aladaglar در ترکیه را دارد. برای این قهرمان بی‌ادعا و با اخلاق کشورمان آرزوی موفقیت داریم.

هیأت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک (IOC) در یک اقدام غیر منتظره هر ۵ رشته کاندیدای ورود به المپیک ۲۰۲۰ را شایسته این حضور تشخیص داد و آن‌ها را به مجمع عمومی کمیته بین‌المللی المپیک که در ماه اوت در ریو برگزار خواهد شد معرفی کرد.

پیش از این همگان بخت دو رشته سافتبال / بیسبال و کاراته را به عنوان دو رشته محبوب در ژاپن بالاتر از سه رشته سنگ‌نوردی، اسکیت بورد و اسکی بادیانی می‌دانستند. اما هیأت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک هر ۵ رشته را در یک بسته پیشنهادی به مجمع معرفی کرد.

به این شکل ۱۸ دور رقابت توسط ۴۷۴ ورزشکار به المپیک ۲۰۲۰ توکیو افزوده خواهد شد و سنگ‌نوردی با ۴۰ ورزشکار و ۳ بخش مسابقه شامل لید، بولدر و سرعت که در نهایت رنکینگ مجموع را خواهد داشت دارای ۶ مدال طلا، نقره و برنز خواهد شد.

از سال ۲۰۱۳ تاکنون سنگ‌نوردی در میان ۲۶ رشته پیشنهادی برای ورود به المپیک گام‌های مؤثری را برداشته و جذابیت بالای این رشته که تداعی گر سه منشور المپیک یعنی بلندتر، قوی‌تر و سریع‌تر است بخت آن را برای پیوستن به المپیک به اوج رسانده. خوش‌بختانه رشد این رشته جذاب در کشور ژاپن و احتمال مدال‌آوری آن‌ها در این رشته نیز بر این حضور تأثیر بسزایی داشته است.

مارکو اسکولاریس رییس فدراسیون جهانی سنگ‌نوردی پس از این موفقیت ابراز داشت: از رسیدن به مرحله جدید

شاید به نظر عجیب و غریب بیاید، اما دلایل زیادی وجود دارد که مردم پاکستان می‌توانند بابت قرارگیری چنین کوهی در کشورشان به خود بیالند و احساس غرور کنند.

حتا در مقابل کوهی چون اورست که چندصد متر بلندتر از کی ۲ است!

۱- وجود محلی به نام "باتل نک" که هرمی است سیاه و مخوف در مسیر کمپ آخر به قله که به عنوان بدنام‌ترین سنگ و یخ دنیا شناخته شده است.

۲- بخش فنی صعود به کی-تو به مراتب بیشتر از اورست است.

۳- حتماً کودکی خود را به یاد می‌آورید، زمانی که برای کشیدن یک کوه آن را همچون A انگلیسی می‌کشیدید. کی-تو واقعاً چنین نمایی دارد.

۴- بهمن‌ها و توفان در کی-تو تمام نشدنی است و این به معنای معمولاً صعود غیرممکن است.

۵- در اورست می‌توان اوج تجارت را مشاهده کرد که با صعود بیش از ۴۰۰۰ نفر همراه بوده. در حالی که تنها ۲۸۴ نفر کی-تو را صعود کرده‌اند!

۶- نرخ مرگ و میر در کی-تو نزدیک به ۳۰٪ است که آن را پس از نانگا پاربات به مرگ‌بارترین کوه ۸۰۰۰ متری تبدیل کرده.

۷- کی-تو همچنین تنها قله ۸۰۰۰ متری شکست‌ناپذیر در زمستان به شمار می‌آید.

۸- جالب آن‌که دست‌یابی به کمپ اصلی این کوه دست‌کمی از یک صعود دشوار ندارد!

خانواده رکورددار



شرپاها، صاحبان هیمالیا

در روز ۱۲ می ۱۹۹۲ نیما تمبا شرپا (متولد ۲۷ جولای ۱۹۵۹) موفق به صعود بام دنیا اورست گردید. او دومین پسر در میان ۷ پسر و دو دختر نیما تسری شرپا نامه‌رسان ادموند هیلاری در دره خومبو به‌شمار می‌آمد. این صعود آغاز تلاش ۹ عضو خانواده برای رکوردشکنی در بام دنیا به‌شمار می‌آمد. به‌این شکل تا روز ۱۹ می ۲۰۱۳ هفت برادر شرپا موفق به ۵۶ صعود بر روی اورست شدند!

مینگما شرینگ شرپا متولد ۲ آگوست ۱۹۷۰ و نیما گومبو شرپا متولد ۲ ژانویه ۱۹۶۹ هر کدام به ترتیب ۱۹ و ۱۷ صعود موفق به بام دنیا داشته‌اند!

پاسانگ تنزینگ شرپا متولد ۱ اکتبر ۱۹۸۴ و توندو شرپا متولد ۱۸ فوریه ۱۹۷۸ به ترتیب با ۹ و ۸ صعود پی‌درپی دو برادر ارشد خود قرار دارند، اما سه برادر باقی‌مانده آنک شری شرپا متولد ۱ اکتبر ۱۹۵۸، نیما تمبا شرپا و پمبا ترکی شرپا متولد ۱۹ می ۱۹۶۱ هر کدام یک‌بار به بام دنیا صعود کرده‌اند. به‌این ترتیب ۷ برادر این خانواده پُرجمعیت با ۵۶ صعود رکورددار خانوادگی صعود به بام دنیا به‌شمار می‌آیند.

دو خواهر خانواده نگامی شرپا دارای ۴ فرزند و لاکپا فوتی شرپا دارای ۷ فرزند می‌باشند که قطعا با فرزندان برادران خود تیمی را برای دست‌یابی به رکورد ۱۰۰ صعود خانوادگی شکل خواهند داد!

مستر سو نفر دوم از سمت

راست

(مستر سو) کوهنورد کره‌ای بود که در سفر به چوایو و شیشاپانگما با او برخورد داشتیم.

او را در سال ۱۳۷۹ در صعود به دماوند همراهی می‌کردم. مستر سو در دو تلاش

او که در سال ۱۹۷۶ نخستین اسکی از اورست را با فرود از لوتسه فیس صورت داد، در سال ۲۰۰۸ نیز دومین رکورد سنی اورست را با ۷۵ سال سن با صعود این کوه در اختیار گرفت.

رکوردی که یک پیرمرد نپالی به‌نام مین بهادر شیرخان یک روز قبل به‌نام خود ثبت کرده بود تا پیرمرد ژاپنی مجبور شود در بهار ۲۰۱۳ باردیگر برای بازپس‌گیری آن، این‌بار در سن ۸۰ سالگی به اورست بازگردد و با غلبه بر آن رکورد خود را ارتقا دهد.

اینک میورا از آرزوهایش می‌گوید و این‌که علاوه بر برنامه‌ریزی اسکی چوایو در سال ۲۰۱۸ قصد دارد در سال ۲۰۲۲ و در سن نودسالگی بار دیگر به اورست بازگردد! ظاهرا او در از ترس شکسته شدن رکوردش احساس ناامنی می‌کند و می‌خواهد آن را به عددی دست نیافتنی تبدیل کند!

میورا معتقد است: "برای حفظ سلامتی‌تان نیازمند یک هدف بزرگ در زندگی هستید و من اورست را بالاترین هدف برای تلاش در مسیر زندگی می‌دانم" برای میورا ضمن آرزوی سلامتی موفقیت در راه اهدافش را آرزو داریم.



حاشیه‌های همیشگی فوتبال این‌بار به البسه تیم ملی فوتبال سوئیس سرایت کرد و در یک مسابقه ۳ بار پیراهن بازیکنان این تیم پاره شد.

در یک اظهارنظر جالب یکی از نشریات سوئیس عنوان داشت (نقل به مضمون): عاقبت خرید لباس ۲۰ یورویی از سایت‌های چینی همین آبروریزی حاضر خواهد بود! خوش‌بختانه پارگی پیراهن بازیکنان فوتبال مشکل جانی برای ایشان به همراه ندارد، اما این موضوع در ورزش کوه‌نوردی و بهره‌گیری از لوازم غیراستاندارد چینی قطعا موجب حوادث تلخ خواهد شد.

با بسته شدن پرونده صعودهای اورست از مسیر جنوبی وزارت گردشگری نپال آمار ۴۵۶ صعود به همراه ۵ کشته از این جبهه را اعلام کرد.

۴۵۶ کوهنورد از جمله ۱۹۹ خارجی از ۲۹ کشور جهان موفق شدند در طول دوماه آوریل و می ۲۰۱۶ از مسیر جنوبی نپال به بام دنیا صعود کنند. این افراد توسط ۲۵۷ کوهنورد و شرپای نپالی خدماتی مانند حمل بار و نصب کمپ و طناب ثابت دریافت کردند.

در این فصل وزارت توریست نپال ۲۸۹ مجوز برای ۳۴ تیم و ۴۵۷ خدمه و شرپا صادر کرده بود.

دو کوهنورد هندی ۱۸ ساله و ۱۹ ساله جوان‌ترین دختر و پسر صعودکننده در این فصل بودند؛ همچنین Youngho Heo از کره جنوبی با ۶۰ سال سن و Lydia Margarate Bradey ۵۵ ساله از زلاندنو مسن‌ترین مرد و زن صعودکننده به قله لقب گرفتند.

در میان ۴۵۶ صعودکننده نام ۴۵ زن به چشم می‌خورد و تنها زن نپالی در این جمع Maya Sherpa است.

همچنین این فصل دارای بالاترین پنجره هوا برای صعود بود (۱۱-۱۶ May و ۱۹-۲۳) که تقریبا به‌جز صعود دو کوهنورد اسلاواک سایر صعودها در این بازه زمانی صورت گرفت. در نهایت روز ۱۹ می، با صعود ۲۰۹ کوهنورد بالاترین صعودها را به خود دید.

امسال دولت نپال باوجود حضور ۱۲۹ نفر از هیأت‌های سال‌های ۲۰۱۴ و ۱۵ توانست افزون بر ۱۷۷ میلیون روپیه عایدی از صعودهای اورست کسب کند.



برای یوجی میورا پیرمرد رکورددار اورست ظاهرا هیچ چیز بعید به نظر نمی‌آید!

یکی از کوهنوردان شهر پونا که از جمله کوهنوردان هندی حاضر در منطقه بود به واسطه نزدیکی کنفرانس مطبوعاتی با روز صعود مورد ادعای این زوج آن را زیر سؤال برد. او معتقد است این تصویر با فتوشاپ ایجاد شده.

Makalu با این حال مسؤل شرکت **Adventure** که سازماندهی صعود این زوج را بر عهده داشته ادعای ایشان را صحیح عنوان داشته است. وبسایت این شرکت همچنین تصاویر صعود ایشان را به نمایش در آورده.

مدیر شرکت خدماتی مدعی است آن‌ها روز ۲۳ می به همراه شرپاهای این شرکت موفق به صعود قله شده‌اند. او همچنین عنوان داشت خانم (راتهداد) در راه بازگشت به دلیل بیماری با بالگرد به کاتماندو منتقل شده است و پس از یک هفته در کفرانس مطبوعاتی حضور یافته.

ضمن این که مقامات نپالی پس از بررسی تصاویر صعود و گفتگو با ایشان گواهی صعودشان را صادر کردند. او معتقد است برخی به عمد قصد خراب کردن این زوج را دارند.

اوایل ماہ ژوئن بود کہ دینش و تاراکشواری رتہاد بہ خبرنگاران گفتند کہ بہ بلندترین قلعہ جہان اورست صعود کردہ اند۔

به این ترتیب این زوج سی ساله که هر دو در شهر پونه در هند مأمور پلیس هستند، اولین زوج هندی نام گرفتند که اورست را صعود کرده‌اند.

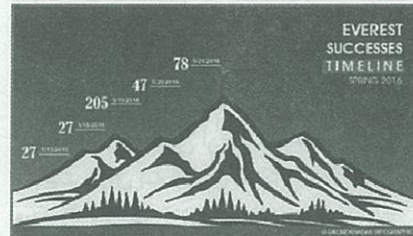
آنان به خبرنگاران گفتند با خود قرار گذاشته بودند که قبل از بچہ دار شدن به اورست صعود کنند. آنان در کنفرانس خبری سه ہفتہ پیش گفتند "حالا با افتخار می خواہیم بچہ دار شویم."

بعد از چند هفته، برخی رسانه‌ها به صحت ادعای این زوج شک کرده و تحقیق درباره این‌که آیا آنان واقعا به قله رسیده‌اند را در دستور کار قرار دادند.

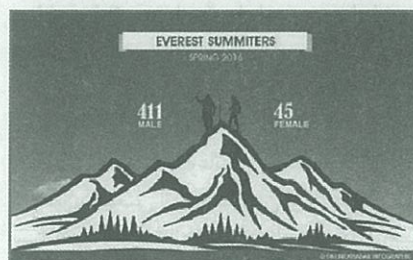
آنچه که بیش از همه چیز مایه شک شد، زمان صعود است. آنچه این زوج برای مدت سفرشان می‌گویند، به نظر کارشناسان واقعی نیست.

به گفته (سورندرا شلکه)، یک کوهنورد دیگر هندی، این زوج در کمپ اورست دیده شده‌اند، اما کسی آنان را بالاتر از جایی که دیده شدند، مشاهده نکرده است. او به

و از کشورمان نیز سه کوهنورد موفق به صعود بام دنیا شدند.



روز ۱۹ می در مجموع ۲۰۵ کوهنورد
موفق به صعود اورست شدند.



در بهار ۲۰۱۶ در مقابل ۴۱۱ مرد تعداد ۴۵ زن نیز موفق شدند اورست را صعود کنند.

بررسی ادعای صعود زوج ہندی
بہ اورست

پلیس هند در صدد است ادعای زوج
هندی را که تصاویر صعودشان به اورست را
در فضای مجازی درج کرده‌اند بررسی کند.
(دینش) و (تارا کشواری راتهاد) مدعی
هستند ماه می گذشته موفق به صعود بام
دنیا اورست شده‌اند. این درحالی است که
برخی با دیده شک معتقدند آن‌ها با جعل
تصاویرشان بر روی قله چنین ادعای کذبی
را نقل کرده‌اند.

این دو که به عنوان پلیس در شهر یونا در غرب هند خدمت می‌کنند، خود در حال پاسخ‌گویی به پلیس در مورد ادعای‌شان هستند.

یک افسر پلیس در گفتگو با بی‌بی‌سی عنوان داشت علت پرس‌وجو از آن‌ها اعتراض جمعی از کوهنوردان به جعلی بودن تصاویر آن‌ها است. پلیس همچنین در حال بررسی صحت گواهی صعود آن‌ها به قله که توسط وزارت توریست نپال صادر شده است.

در روز ۵ جون ايشان در يک کنفرانس
مطبوعاتی صعودشان به اورست را تحقق
يک رؤيا خواندند. اما (سوندرا شلکه)

خود برای صعود به اورست ناکام شده بود، ولی قصد داشت باز به این کوه عزیمت کند. زمانی که علت سماجتش را پرسیدم پاسخ داد: "همسرم نخستین بانوی کهرای صعودکننده اورست است."

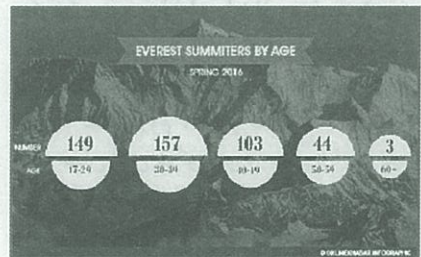
هر بار در منزل قصد تحکم به او را دارم
می‌گوید: هر وقت اورست را صعود کردی
به من دستور بده!"

در مورد (مستر سو) مطلبی را با عنوان
چوایو الهه سرما در شماره ۳۶ فصل نامه
کوه ارایه کردم که خواندنش خالی از لطف
نیست.

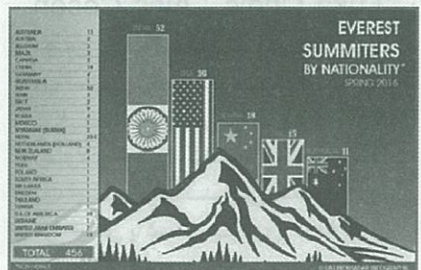
۲۰۱۶ آمارهای اورست در بهار

با فرا رسیدن فصل مونس در اواسط خردادماه عملاً تلاش‌های بهاره هیمالیا به پایان رسید و اورست نیز برای صعودهای احتمالی پاییزه و یا موج صعودهای بهار ۲۰۱۷ به استراحت پرداخت.

در این جا به مرور برخی رکوردهای
صعودهای بهاره می پردازیم.



بیشترین رنج سنی صعود مربوط به افراد ۳۰ تا ۳۹ ساله با ۱۵۷ صعود و کمترین رنج سنی برای افراد با سن بالای ۶۰ سال با ۳ صعود به ثبت رسید.



آمار صعود کوهنوردان ۳۰ کشور به اورست
در بهار ۲۰۱۶

۴۵۶ صعود بہ اورست توسط
کوهنوردان ۳۰ کشور دنیا

نیال با ۲۵۸ کوهنورد
هند ۵۲

۳۹ امریکا
و چین با ۱۸ کوهنورد بالاترین آمار را

اصلی رفتند شش نفر در همان روز ورود به کمپ آن جا را ترک کردند! ۵ نفر دو تا ۴ روز در کمپ باقی ماندند! شش نفر باقی مانده نیز بیش از دوهفته در کمپ اصلی به سربردند.

گزارش سخنگوی وزارت توریست نپال حاکی است پس از تخلف زوج هندی در جعل تصاویر صعود به اورست مشخص شد افسر رابط این تیم در روز خروج این زوج، تازه وارد کمپ اصلی گردیده بوده! به این ترتیب وزارت توریست نپال درصدد است نسبت به وضع قوانین جدید در کنترل مأموران نظارت بر تیم های حاضر در اورست اقدام کند.



▼ Luka Lindič و Aleš Česen

دو کوهنورد جوان اسلونیایی موفق شدند برودپیک را در روز ۱۲ جولای صعود کنند. این صعود در راستای هم هوایی برای صعود گاشربروم ۴ صورت گرفت.

در میان این دو کوهنورد پیش از این تنها لوکا توانسته بود تا ارتفاع ۸۲۰۰ متر ماکالو بالارود و الس (فرزند کوهنورد نامدار تومو سزن) برای نخستین بار بر روی یک ۸۰۰۰ متری تلاش می کرد.

کوهنوردان اسلونیایی سال قبل برای صعود به هاگشو در کشتوار هندوستان کلنگ طلایی را کسب کردند.

▼ Luka Lindič و Aleš Česen

۱۵ جون وارد پاکستان شده و ۲۹ جون به کمپ اصلی برودپیک رسیدند. آن ها پس از تکمیل دوره هم هوایی توانستند برودپیک را ۱۲ جولای صعود کنند و یک روز بعد به کمپ اصلی بازگردند. این صعود نخستین صعود فصل پاکستان بر روی ۸۰۰۰ متری ها به شمار می آید.

اینک این دو خود را آماده تلاش برای صعود به گاشربروم ۴ کرده اند. این کوه به دلیل شرایط خاص خود کمتر مورد تلاش کوهنوردان قرار گرفته است. Carlo Mauri و Walter Bonatti نخستین صعود این کوه را در سال ۱۹۵۸ از مسیر شمال شرقی صورت دادند، اما

مدت ۱۰ سال از کوهنوردی در این کشور منع گردند.

Ram Pandey از بخش حقوقی وزارت گردشگری و Ram Krishna Maharajan متخصص عکاسی و کننده وزارت توریست در یک هیأت ۳ نفره به مدت ۱۵ روز اقدام به بررسی ادعای این زوج کردند. در پایان آن ها تخلف زوج هندی را تأیید و رای به ابطال احکام صعودشان به اورست دادند.

این تیم ۳ نفره همچنین ضمن انتقاد از شرپاهای همراه، افسر رابط تیم و شرکت خدمات ماکالو ادونچر، پیشنهاداتی را به منظور جلوگیری از تکرار این رخداد ارایه کرد.

لازم به ذکر است پس از ادعای زوج هندی مبنی بر صعود قله در روز ۲۳ می در یک کنفرانس مطبوعاتی در کاتماندو در روز ۵ جون، جمعی از کوهنوردان این کشور با استناد به مدت زمان کوتاه حضور آن ها در کمپ اصلی و عدم هم هوایی مناسب و همچنین اعلام خبر صعود، تقریباً ۱۲ روز پس از زمان مورد ادعا، خبر صعود آن ها و همچنین تصاویر ایشان را جعلی دانستند. این امر با واکنش مقامات نپالی همراه و دروغ آن ها محرز و احکام صعودشان ابطال گردید.

▼ بررسی های وزات توریست نپال حاکی از عدم حضور حداقل نیمی از افسران رابط این وزارت در کمپ اصلی در فصل صعودهای اورست است.

به گزارش thehimalayantimes پانزده تن از ۳۲ افسر رابطی که هر سال برای نظارت بر فعالیت تیم ها و ایجاد ارتباط میان مردم بومی و کوهنوردان خارجی ملزم به حضور در کنار تیم ها هستند بدون ورود به منطقه اقدام به ثبت فعالیت ها کرده اند!

بهار گذشته تعداد ۲۲۵ حکم صعود به قله در وزارت گردشگری نپال صادر گردید که شامل ۱۰۳ کوهنورد خارجی و ۱۲۲ کوهنورد نپالی می شدند. ثبت صعودهای فوق بر اساس تأیید افسرهای رابط نپالی صورت گرفته است.

این درحالی است که نیمی از آن ها حتا وارد کمپ اصلی برای بررسی صعودها نشده اند! آن ها برای خدمات کمپ اصلی مبلغ ۲۵۰۰ تا ۳۰۰۰ دلار آمریکا نیز دریافت می کنند! البته ۱۷ افسر رابطی هم که به کمپ

نقل از هم گروهی های آنان گفت "آن ها حتا به جایی که اولین ایستگاه قبل از مسیر نهایی به قله است هم نرسیده اند." گفته می شود این زوج درباره صعودهای قبلی شان در سفرهای گذشته نیز دروغ گفته اند.

جامعه بین المللی کوهنوردی می گوید ادعای جعلی درباره صعود به قله اورست چیز جدیدی نیست.

لازم به بیان است در میان ۷۰ کوهنورد هندی حاضر در اورست در بهار ۲۰۱۶ تعداد ۵۲ نفر موفق به صعود قله شدند و ۳ تن نیز جان خود را از دست دادند.

▼ شرکت هواپیمایی تارا موافقت خود جهت تخلیه زباله های اورست به کاتماندو را اعلام کرد.

لاما کاجی شریا، معاون کمیته کنترل آلودگی پارک ملی ساقاراماتا (SPCC) با اعلام این خبر عنوان داشت: شرکت تارا بر اساس قراردادی سه ساله موافقت کرد سالانه بالغ بر ۱۲ تن زباله های منطقه را به صورت رایگان به شهر منتقل کند. تا کنون ۲۶۶۰ کیلوگرم زباله از مناطق مختلف بلندترین قله جهان تحت عنوان طرح سالانه حمل زباله از SPCC جمع آوری شده است.

بر اساس این گزارش تاکنون ۱۵۶۰ کیلوگرم در نامچه نابود شده و باقی مانده ۱۰۱۸ کیلوگرم زباله غیرقابل تجزیه به کاتماندو منتقل گردیده است.

▼ پس از مشخص شدن تخلف زوج هندی در جعل تصاویر صعودشان به اورست وزارت گردشگری این کشور احکام صادره برای صعود ایشان را ابطال کرد.

این وزارت خانه با تأیید تخلف زوج هندی Chandrakant Rathod و همسرش Tarkeshwari Chandrakant Bhelerao که هر دو افسر پلیس در شهر پونا در غرب نپال هستند اقدام به ابطال احکام صادره صعود آن ها کرد.

بر اساس گزارش وزارت گردشگری نپال باتوجه به محرز شدن تخلف زوج هندی در جعل تصاویر صعود آن ها به اورست این وزارت خانه تصمیم به ابطال حکم صادره در روز ۱۰ جون کرد. ضمن این که ممکن است آن ها برای مدت ۵ سال از ورود و

- سال ۲۰۱۵ اورست با ۱۹ کشته که بر اثر وقوع زلزله جان باختند بیشترین تلفات را رقم زد.

▲ آنتوان ژیرار خلبان پاراگلایدر فرانسوی موفق شد نخستین صعود یک ۸۰۰۰ متری با پاراگلایدر را رقم زند.

روز شنبه ۲۳ جولای ژیرار توانست با کمک کپسول اکسیژن مصنوعی و با پرش از دامنه‌های بالتورو متری و در شرایط باد مناسب تا ارتفاع ۸۱۰۰ متر و بالاتر از قله و فراز برودپیک ۸۰۵۱ متر پرواز کند. به این ترتیب این خلبان فرانسوی نخستین صعود یک ۸۰۰۰ متری را در مدت زمان ۷ ساعت و با کمک پاراگلایدر رقم زد.

آنتوان ژیرار با کمک خلبان آمریکایی براد ساندر که در پاکستان زندگی می‌کند برنامه‌ریزی این سفر را صورت داده بود. او پیش‌تر برنامه‌ریزی سفر خود را به همراه دوست فرانسوی دیگری نیز تنظیم کرده بود که ایشان به دلیل عضویت در ارتش فرانسه موفق به اخذ ویزای پاکستان نشده بود.

در نهایت ژیرار به اتفاق ساندر چند هفته را در منطقه قراقرم به پرواز برای یافتن مکانی مناسب پرداخت. آن‌ها حتی تلاش‌هایی را در اطراف نانگا پاربات صورت دادند. با ورود به منطقه قراقرم او پروازهایی را در منطقه کنکوردا صورت داد و حتی از ترانگو نیز بالاتر رفت تا نظاره‌گر شکوه نانگا، برودپیک و کی‌تو باشد.

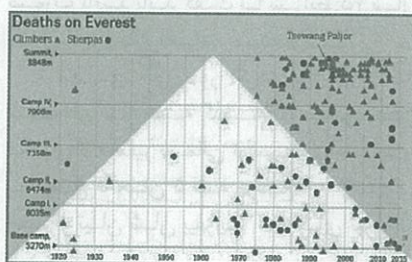
آنتوان ژیرار در نهایت توانست ضمن آشنایی با شرایط آب و هوایی منطقه روز ۲۳ جولای از فرصت هوای مناسب بهره‌مند شده و با کمک یک ترمال مناسب (ستون هوا که رو به بالا می‌رود) ابتدا تا ۶۵۰۰ متر بالا رود و در نهایت پروازی رویایی را بالاتر از برودپیک و تا ارتفاع ۸۱۰۰ متری یعنی فراز این کوه صورت دهد.



در کارنامه جوانی نوربرت جاز صعود ماترهون در ۱۲ سالگی و صعود به سه جبهه شمالی آلپ، گراند ژوراس، ماترهون (انفرادی) و آیکریش از ۲۰ سالگی به چشم می‌خورد.

در سال ۱۹۸۴ جاز به همراه لورتان اقدام به یک تراورس تکرار نشدنی در خط‌الرأس شرقی آنپورنا کردند که ۶ روز به طول انجامید. یک‌سال بعد نوربرت جاز به همراه مارسل رودی (مرگ در ماکالو) در صعود به کی‌تو انگشتان پای خود را از دست داد.

نوربرت جاز در مجموع در دهه ۸۰، شش قله و در دهه ۹۰، چهار قله ۸۰۰۰ متری را صعود کرد. او از سال ۲۰۰۲ تا ۲۰۰۶ سه قله از مجموع ۴ قله باقی‌مانده ۸۰۰۰ متری خود را نیز صعود کرد، اما سکنه‌های خفیف در بازگشت از کانچن چونگا او را از تلاش برای صعود بدون اکسیژن به اورست بازداشت. در سال ۲۰۰۸ او تلاش مجددی را برای دستیابی به اورست صورت داد، اما این امر بدون کپسول اکسیژن مصنوعی میسر نشد و نوربرت جاز نیز تصمیم گرفت برای همیشه ضمن وداع با اورست با خاطره ۸۰۰۰ متری‌هایش صعود کند، بدون آن‌که دست به کپسول و ماسک اکسیژن بزند! او سرانجام در زادگاهش به خاک سپرده شد. یادش گرامی



▲ محدوده مرگ‌های اورست

- از ۷ جون ۱۹۹۲ تا ۲۲ می ۲۰۱۶ تعداد ۲۸۴ کوهنورد و باربر روی کوه اورست جان باخته‌اند.

- اوج این آمار در آغاز دهه ۹۰ قرن ۲۰ و با آغاز تلاش‌های تیم‌های تجاری رخ داد.

- محدوده مرگ شریپاها عمدتاً کمپ‌های پایین‌تر، به‌ویژه حفاصل کمپ اصلی تا کمپ ۱ و محدوده آبشار یخی رقم خورده.
- حوادث کمپ ۴ تا قله عمدتاً توسط کوهنوردان خارجی رقم زده شده.

جبهه غربی این کوه دارای دیواره‌ای است معروف به دیواره طلایی که در دهه ۷۰ و ۸۰ میلادی نظرات زیادی را به خود جلب کرد. Wojciech Kurtyka لهستانی و Robert Schauer و استرالیایی نخستین صعود این دیواره را در سال ۱۹۸۵ صورت دادند. آن‌ها به دلیل خرابی هوا تنها قله شمالی این کوه را صعود کردند. Tim و Greg Child, Tom Hargis به Macartney یک‌سال بعد از مسیر شمال غربی قله را صعود کردند. گاشربروم ۴ دو تلاش تیم‌های کوه‌ای را نیز در دهه ۹۰ به خود دید. Bang Jung-ho, Kim و Yoo Huk-jae و Tong-kwan سال ۱۹۹۷ گرده مرکزی این کوه را صعود کردند. Kang Yeon-ryong و Yun Chi-won گرده شمال شرقی این کوه را در ۱۹۹۹ صعود کردند. در سال ۲۰۰۸ نیز تیم اسپانیایی Alberto Inurategi, Ferran Latorre, Jose Carlos Mikel و Tamayo, Juan Vallejo Zabalza

سومین صعود گرده شمال شرقی را تا قله میانی شمال شرقی و قله اصلی صورت دادند.

حال باید منتظر بود و شاهد تلاش دو کوهنورد اسلونیایی بر روی گاشربروم ۴ بود.

▲ نوربرت جاز کوهنورد نامدار سوئوسی در یک حادثه سقوط در کوه‌های کشورش جان باخت.

او که سابقه صعود بدون اکسیژن به ۱۳ قله ۸۰۰۰ متری را در کارنامه ورزشی خود داشت و تنها صعود اورست برای پیوستن به باشگاه ۸۰۰۰ متری‌ها نیاز داشت از سال ۲۰۰۸ و پس از آخرین تلاش خود برای دستیابی به این کوه با هیمالیای ۸۰۰۰ متری‌ها وداع کرده بود.

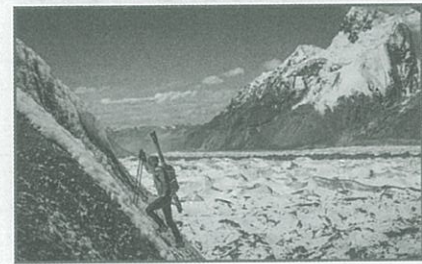
نوربرت جاز ۵۵ ساله راهنمای حرفه‌ای کوهنوردی در ایالت گراوبوندن سوئیس و از هم‌نوردان ارهارد لورتان فقید سومین فاتح ۸۰۰۰ متری‌ها در صعود به نانگا پاربات، ماناسلو و آنپورنا به شمار می‌آمد.

روز ۱۰ جولای جاز در تلاش برای صعود قله ۴۰۴۹ متری Piz BERNINA به همراه دو کوهنورد ایتالیایی در ارتفاع ۳۹۰۰ متری مسافت ۱۶۰ متر سقوط کرد که متأسفانه منجر به مرگ او شد. دو هم‌نورد جاز نیز به شدت مجروح شدند.

لوکا لیندینگ و الس سزن دو کوهنورد جوان اسلونیایی توانستند روز ۲۶ جولای و پس از ۴ روز تلاش از طریق یال شمال غربی گاشربروم ۴، قله شمالی این کوه را صعود کنند. این دو روز ۲۳ جولای کار خود را آغاز کردند و ۴ روز تلاش برای دستیابی به قله صورت دادند. این دو در بازگشت نیز به رغم برف سنگین در مدت دو روز به کمپ اصلی بازگشتند.

نخستین صعود قله شمالی گاشربروم ۴، در سال ۱۹۸۶ توسط گرگ چایلد، تام هارگیس و تیم مک کارتنی صورت گرفته است؛ همچنین تیم‌هایی از کره و اسپانیا در سال‌های ۱۹۹۹ و ۲۰۰۸ این مسیر را تکرار کرده بودند که تیم اسپانیایی در ادامه مسیر مابین قله شمالی و قله اصلی متوقف شده بود.

همچنین نخستین صعود قله اصلی گاشربروم ۴، توسط والتر بوناتی و کارل مائوری در سال ۱۹۵۸ صورت گرفته بود.



صعود سریع پلنگ برفی

آندره بارگیل کوهنورد جوان لهستانی موفق شد در مدت ۳۰ روز پروژه صعود به ۵ قله مرتفع پامیر و تیان شان را به اتمام رساند.

روز ۱۴ اوت این کوهنورد و اسکی باز لهستانی توانست قله ۷۴۳۹ متری پوبدا را صعود کند و ۵۸۷۰۰۰ پامیر و تیان شان شامل:

لنین ۱۶ جولای ۱۳ ساعت و ۳۰ دقیقه
کورژنسکایا ۲۵ جولای ۸ ساعت و ۴۰ دقیقه

سامانی ۲ اوت ۲۷ ساعت
خان تنگری را ۱۰ اوت ۱۱ ساعته
و پوبدا ۱۴ اوت

را در مدت زمان یک‌ماه صعود و رکورد پیشین که در سال ۱۹۹۹ توسط Denis Urubko و Serguey Molotov در

مدت ۴۲ روز به ثبت رسیده بود را به نام خود کاهش دهد.

او که شانس را از عوامل مهم در موفقیت خود می‌داند با ورود به تیان شان با دوره هوای خراب مواجه گردید و تنها از دو پنجره کوتاه هوایی استفاده کرد تا خان تنگری و پوبدا را به فاصله یک هفته از هم صعود و اینک خود را آماده بازگشت به خانه کند.

آندره روز ۱۲ اوت با Dmitry Grekov مدیر کمپ اصلی ملاقات و در مورد ادامه کار مشورت کرد و قرار شد روز بعد با صعود به کمپ ۲ در ارتفاع ۵۸۰۰ متر آماده ادامه فعالیت شود، اما هم‌نوردان آندره گزارش دادند روز نخست، او خود را با ۵.۱۲ ساعت تلاش به ۶۹۰۰ متری و کمپ ۵ رسانده؛ و در نهایت روز ۱۴ اوت موفق شد قله پوبدا را نیز به تسخیر در آورد تا رکورد ۳۰ روزه را برای صعود ۵۸۷۰۰۰ ثبت کند.

- برخلاف سایت پلنگ برفی که صعود سال ۱۹۹۹ توسط Denis Urubko و Serguey Molotov در مدت ۴۲ روز را به عنوان رکورد پیشین صعود ۵ قله مرتفع تیان شان و پامیر ثبت کرده، هفته گذشته رسانه‌های روس اعلام داشتند در سال ۱۹۹۱ کوهنوردان قزاق Vladimir Suviga, Serguey Gritsuk و Malik Ismetov توانسته بودند این قله‌ها را در مدت ۳۶ روز صعود کنند که در صورت تأیید باید گفت با شرایط ۲۵ سال قبل کاری خارق‌العاده بوده است!

- مهدی قلی‌پور کوهنورد شایسته کشورمان نیز هفته گذشته با صعود خان تنگری از مسیر شمالی توانست نام خود را به جمع فاتحان ۵ قله مرتفع ۷۰۰۰ متری پامیر و تیان شان بیفزاید که جای تبریک دارد.

پس از آن که در سال ۲۰۰۹ Kei Taniguchi بانوی ژاپنی موفق شد

به خاطر صعود به قله کامت به عنوان نخستین زن برنده جایزه کلنگ طلایی شود، Lise Billon کوهنورد زن فرانسوی به خاطر حضور در تیم صعود به Cerre Riso Patron با ارتفاع ۲۵۵۰ متر در شیلی با کسب این جایزه معتبر نام خود را به عنوان دومین زن فاتح این جایزه به ثبت رساند.

وی در سال ۱۹۸۸ در شهر Romans-sur-Isere متولد شد. بیلون در شغل

راهنمایی کوهنوردان در شهر شامونی مشغول به کار می‌باشد. نخستین صعودها به Cerro Murrallon و Cerro Adela در پاتاگونیا و همچنین نخستین صعود قله پیرامید در آلاسکا از دیگر فعالیت‌های او به شمار می‌آید.

کوهنورد زن ژاپنی Kei Taniguchi در دسامبر ۲۰۱۵ و هنگام صعود به قله کیوروداکی به خاطر خروج از طناب سقوط کرد و جان سپرد. به این ترتیب می‌توان عنوان تنها بانوی زنده فاتح کلنگ طلایی را نیز به Lise Billon از فرانسه داد!

کلین جورنت اسکی‌رانر و دونده کوهستان اسپانیایی قصد دارد تا پاییز آینده برای ثبت رکوردی نو از مسیر شمالی اورست راهی این کوه گردد. او که سابقه ثبت رکوردهایی خارق‌العاده را در کوه‌های ۵ قاره دارد این بار امیدوار است شانس خود را در ارتفاع مرگ بیازماید.

این ورزشکار ۵۷.۶ کیلوگرمی را تیمی از کوهنوردان و دونده‌های ارتفاع همراهی خواهند کرد. آن‌ها برای این صعود تمریناتی را بر روی مون بلان با ۳ بار صعود در هفته پی گرفته‌اند.

اما کیلین جورنت صعود به اورست را بیش از توانایی خودشان به عوامل بیرونی همچون وضعیت کوه و آب و هوا مرتبط می‌داند. او معتقد است باوجود آمادگی بالا، صعود و موفقیت در دست ایشان نیست و حتی شکست عاملی برای سرافکندگی نیست، بلکه یک درسی بزرگ در مقابل بزرگ‌ترین کوه دنیاست.

جورنت صعودهای سریع خود به قله‌های مرتفع را با عنوان پروژه صعود به "کوه‌های زندگی من" اجرا می‌کند. برخی از صعودهای سریع کیلین جورنت عبارتند از:

دنالی: (۱۱:۴۸ ساعت) - کمپ اصلی به قله و بازگشت، ۷ جون ۲۰۱۴
آکاناگوا: (۱۲:۴۹ ساعت) - ابتدای مسیر هورکونیز تا قله و بازگشت، ۲۳ دسامبر ۲۰۱۴
مون بلان: (۴:۵۷:۳۴ ساعت) - شامونی

تا قله و بازگشت، ۱۱ جولای ۲۰۱۳
ماترهورن: (۲:۵۲ ساعت) - سرون ایتالیا
تا قله و بازگشت، ۲۱ آگوست ۲۰۱۳
کلیمانجارو: (۷:۱۴ ساعت) - دروازه ورودی به قله اوهورو و بازگشت، ۲۸ سپتامبر ۲۰۱۱

اهمیت معنوی و فرهنگی کوه‌ها

به مناسبت شعار سال ۲۰۱۶ روز کوهستان، فرهنگ‌های کوهستان

ترجمه و تلخیص: نیما فریدمجتهدی و میثم نوائیان

اشاره

این یادداشت به بهانه نام‌گذاری روز کوهستان در سال ۲۰۱۶ به نام فرهنگ‌های کوهستان، تهیه شده است. اما علت اصلی ترجمه و واکاوی در زمینه موضوع مورد بحث، مشابهت شرایط معنوی، فرهنگی و تقدس کوه‌ها در فرهنگ مردم پهنه فلات ایران با برخی از نقاط جهان است. در سراسر جهان چه در زمان‌های باستان و باورداشت‌های کهن و چه در دین‌ها و مذاهب امروزی، کوه از جایگاه خاصی برخوردار است. ردپای این مسأله را در جای‌جای فرهنگ و باورهای مردم ایران زمین نیز می‌توان مشاهده کرد، هرچند این مسأله در دین اسلام (کوه و غار حرا به عنوان دو مکان مقدس) نیز امری ناشناخته نیست. تاکنون برخی از پژوهش‌های مردم‌شناسی و باستان‌شناختی به نقش معنوی و تقدس کوه‌ها در فرهنگ مردم ایران زمین اشاره داشته‌اند. کوه در سرزمین ایران نه تنها اهمیت باورهای معنوی مردم نقش عمیقی دارد بلکه در ادبیات شفاهی و مکتوب این سرزمین از دیرباز تاکنون اثرگذار بوده است. از اشعار فردوسی تا ملک‌الشعاری بهار این رد باقی است. مطالعه مدونی در این زمینه حداقل تاکنون منتشر نشده است. اصولاً بحث نظری و دانش در این زمینه در منابع پارسی اندک و پراکنده است. به دلیل نبود دانش کافی نظری در این زمینه به ویژه در منابع پارسی و اهمیت آن، این یادداشت از ترجمه و تلخیص فصل دوم کتاب کوه‌های جهان، اولویت‌های جهانی گردآوری مسرلی و همکاران و جهت افزایش آگاهی مخاطبین آرایه شده است. گام‌های این‌چنینی و بحث در این زمینه از دو جنبه اهمیت دارد. یکی بهره‌برداری از اهمیت معنوی و تقدس کوهستان در حفاظت از این سامانه‌های طبیعی به عنوان یک راهکار عملی در برخورد با مردم بومی و همچنین ارزش علمی و نظری شناخت دین و باورهای مذهبی دیرین مردم فلات ایران و واکاوی باورهای اجتماعی دیرباز و فعلی این مردم است. امید که چنین مطالعه‌هایی در تکوین شناخت از فرهنگ مردمان بومی مناطق کوهستانی ایران زمین سودمند باشد.

مقدمه

کوه‌ها که بلندترین و تحسین‌برانگیزترین مشخصه‌های طبیعت هستند. به طور طبیعی احساس شگفتی و حیرت را بر می‌انگیزند. توفان‌هایی که در اطراف قله کوه‌ها می‌چرخند، دسته‌های پراکنده‌ای از نور که قله کوه‌ها را روشن می‌کنند، مه‌هایی که تپه‌های آن‌ها را می‌پوشانند و ارتفاعات سر به فلک کشیده‌ای که حقیر بودن بیننده را یادآوری می‌کنند، همه و همه احساس قدرت چیره‌کننده، شکوه و رمزآلود بودن را به وجود می‌آورند. مردم سراسر جهان که با این احساسات تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند، حتا ساکنین کشورهای مدرن و غیرمذهبی، چیزی را در کوه‌ها تجربه می‌کنند که آن‌جا را با رایحه قداست آغشته و مملو می‌سازد. عمدتاً به خاطر ماهیت مهیج خود، کوه‌های سراسر جهان با ارزش‌ترین و مهم‌ترین ارزش‌ها و باورها در فرهنگ‌ها و سنن مختلف را منعکس می‌کنند. کوه سینا در انجیل دارای جایگاه خاصی است و از آن به عنوان محلی خاص یاد می‌شود که حضرت موسی آموزه‌های دینی دین یهود و ده فرمان را که مبنای قانون و اخلاقیات بسیاری از تمدن‌های غربی است، در آن‌جا دریافت کرد. قله دوارفتاده هیمالیایی، کایلاس تنها کوه فلات تبت است که ذهن میلیون‌ها هندو و بودایی را به سوی والا‌ترین

وابستگی‌های سنت‌های معنوی‌شان هدایت می‌کند. قله با وقار فوجی، زیبایی و نظمی را که در قلب فرهنگ ژاپن وجود دارد، نشان می‌دهد. برای بسیاری افراد در کشورهای مدرن، قله کوه اورست، سمبل بزرگ‌ترین هدفی است که آنان تلاش می‌کنند به آن دست پیدا کنند، خواه این تلاش مادی باشد خواه معنوی. قداست کوه‌ها، عوامل فرهنگی و معنوی را نشان می‌دهد که عمیقاً بر دیدگاه و طرز رفتار انسان‌ها با طبیعت تأثیر می‌گذارد. ارزش‌ها و باورهای مربوط به قله‌های مقدس مهمی چون کوه‌های سینا و کایلاس، زیربنای نگرش اعضای جوامع مختلف به جهان و جایگاه آن‌ها در این جهان را تشکیل می‌دهد.

این باورها و ارزش‌ها تا حد زیادی مشخص می‌کنند که افراد، مایلند از کدام منابع طبیعی بهره‌برداری کنند و عمیقاً علاقه دارند، از کدام یک محافظت کنند. قداست کوه‌ها به سه شکل عمده نشان داده می‌شود. اول این که کوه‌ها به طور کلی معمولاً حس شگفتی و حیرت را برمی‌انگیزانند. همین احساس، کوه‌ها را از مکان‌های دیگر جدا می‌کنند. بسیاری افراد جوامع مدرن و غیرمذهبی رشته کوه‌هایی مانند آلپ و سیرانوادا را این‌گونه می‌بینند و اغلب برای الهام زیبایی‌شناختی و معنوی به آن‌ها پناه می‌برند یا آن‌ها را

مطالعه قرار می‌گیرند. از این رو، کوه‌های مقدس می‌توانند بهترین تصاویری از جنبه‌های طبیعت را که جوامع مختلف حفظ می‌کنند و عمیقاً خود را در برابر محافظت از آن متعهد می‌دانند در اختیار ما قرار دهند. عموماً افراد با فرهنگ‌های مختلف، قداست کوه‌ها یا دیدگاه‌های خود نسبت به آن‌ها تجربه می‌کنند.

از جمله کوه به عنوان مرکز جهان، محل اموات یا منبع حیات. نمایش مختلف این دیدگاه‌ها یا موضوع‌ها، تجربه افراد از مکان‌های مقدس طبیعی را از یکدیگر متمایز می‌سازد و زمینه‌ای را برای انجام تحقیقات و سیاست‌گذاری در حوزه حفظ فرهنگ و محیط‌زیست فراهم می‌کند. هر دیدگاهی، ایده‌ها، تصاویر و تداعی‌هایی را با یکدیگر جمع می‌کند تا تجربه‌ای را که با واقعیت عمیق‌تر کوهستانی که به عنوان یک مکان مقدس حفظ می‌شود، برانگیزد. به عنوان مثال، زائران تبتی، قله کوه کایلاس را یک معبد خدا تلقی می‌کنند.

این دو تصویر در ذهن آنان چنان با هم ترکیب می‌شود که متمایزناپذیر می‌شوند. تا زمانی که زائران نگران هستند کوهستان معبد است. تلفیق این دو تصویر، تجربه‌ای بیدار می‌کند که به کوه کایلاس قداست می‌بخشد. زائران احساس می‌کنند که کوه به آنان قدرت الهی می‌بخشد و حضور خداوند را در آن‌جا احساس می‌کنند. این فرآیند اندکی مانند ترکیب دو تصویر نسبتاً متفاوت در دیدگاه برجسته‌تر برای درک روشن سومین بعد هر یک از تصاویر دو بعدی عمل می‌کند. صفحه‌ای که به نظر ساده می‌آید ناگهان عمق پیدا می‌کند- در مورد کوهستانی مانند کایلاس- عمقی پر از معنا و اهمیت برای زائرانی که آن را مقدس می‌نامند. تجربه‌ای مشابه زمانی اتفاق می‌افتد که عواطف احساسی با هم در ذهن‌ها جرقه می‌زنند و قله‌ای را که ما بالا می‌رویم یا مشاهده می‌کنیم ظاهراً در یک لحظه زنده می‌شود و عمق و شدتی خاص پیدا می‌کند که بیان آن به زبان دشوار است.

بسیاری از ایده‌ها و تصاویری که در دیدگاه‌های سنتی کوهستان‌های مقدس با هم تلفیق می‌شوند در اسطوره‌هایی که یک فرهنگ یا بنیادی‌ترین فرضیات سنت را درباره ماهیت واقعیت یافت می‌شود- داده‌هایی که اعمال را امکان‌پذیر و زندگی را معنا می‌سازند. این اسطوره‌ها، کلیدهای ارزشمندی برای شناسایی دیدگاه‌های مختلف درباره کوهستان‌ها هستند و برای انجام تحقیقات و آرایه سیاست‌ها مورد نیاز هستند. آن‌ها همچنین به عنوان منابع داده‌ها و اطلاعات پیش زمینه‌ای و همچنین ابزاری برای درک فرهنگ‌ها و سنن مختلف و نگرش‌های آنان درباره طبیعت عمل می‌کنند. دلایل اهمیت

ارزش‌های فرهنگی مهمی تلقی می‌کنند. دوم این که، کوه‌های خاصی در بعضی فرهنگ‌ها و سنت‌ها، مکان‌های بسیار مقدسی شناخته می‌شوند که مستقیماً به عمیق‌ترین ارزش‌ها و آرزوها مرتبط هستند. این کوه‌ها- کوه‌هایی که به طور سنتی (کوه‌های مقدس) نامیده می‌شوند، دارای شبکه منسجمی از اسطوره‌ها، باورها و آداب مذهبی مانند زیارت، مراقبه و قربانی‌کردن هستند.

نمونه‌هایی از این کوه‌ها، قله‌های کوه سینا در مصر، تائی‌شان در چین، تانگاریو در نیوزیلند و سن فرانسسکو در جنوب‌غربی ایالات متحده است. سرانجام کوه‌هایی که خواه به تنهایی مورد احترام قرار می‌گیرند خواه نه، همواره دارای مکان‌ها و اشیاء مقدسی نظیر معابد، سنگ‌ها، چشمه‌ها، بیشه‌ها، صومعه‌ها و خلوتگاه‌هایی هستند. به عنوان مثال افراد بسیاری از زیارتگاه‌های واقع در مناطق کوهستانی دیدن می‌کنند مانند عبادتگاه مسیحیان به نام مونسرات در اسپانیا و معبد هندی‌ها به نام بادرنیات در بخش هندی کوه هیمالیا. متنی در کتاب ماهاپاراتا که مثنوی مذهبی هندیان باستان است، به این نقش کوهستان‌ها اشاره می‌کند و قله هیمالیا را نوعی پناهگاه زاهدنشینان و گنجینه مکان‌های مقدس توصیف می‌کند.

به طور کلی، هر آن‌چه را که مردم مقدس بنامند از قبیل کوه، برای آنان نوعی واقعیت و ارزش نهایی دارد. کوه به عنوان تجلی واقعیت نهایی، جایگاه ویژه‌ای را کسب می‌کند که آن را فراتر از دسترس آسیب‌های معمول قرار می‌دهد. علاوه بر این آن‌چه که به عنوان یک مکان مقدس حفظ می‌شود دارای ارزشی است که حفظ آن را به هر بهایی لازم می‌سازد، ارزشی که غالباً از همه هزینه‌های حفظ آن فراتر است.

اگر چنین باورها و نگرش‌هایی رشد داده و جدی گرفته شوند می‌توان به صورت نیروهای قدرتمندی به حفظ یکپارچگی محیط‌های طبیعی کمک کنند. از بین همه انواع مختلف مکان‌های مقدس طبیعی، کوه‌ها پراکنده‌ترین و کامل‌ترین محیط‌ها و اکوسیستم‌ها را تشکیل می‌دهند. این محیط‌ها و اکوسیستم‌ها شامل بوته‌زارها، جنگل‌ها، چمن‌زاران، توندرا، یخچال‌ها، رودخانه‌ها، دریاچه‌ها و کلا محیط‌های استوایی تا قطب‌ها است. افزون به این، کوه‌ها بزرگ‌ترین مشخصه‌های چشم‌انداز طبیعی هستند که می‌توانند مستقیماً به صورت کل درک شوند.

رودخانه‌ها بسیار طولی‌تر از کوه‌ها هستند اما طول کل آن‌ها از مبدأ تا دهانه رود نمی‌تواند از دیدگاه واحدی مطالعه شود. در واقع کوه‌ها، میکروارگانیزم‌های طبیعی هستند که به صورت کلی مورد

مهمی حتا در جوامع غیرمذهبی مدرن ایفا می کند.

۵. باغ یا بهشت، جوامع مدرن و فرهنگ های سنتی دارای دیدگاه مشترکی درباره کوهها هستند و آنها را باغها یا بهشت می دانند. به عنوان مثال در غرب چین، مسلمانانی به نام قرقیز زندگی می کنند که معتقدند برف بر روی قله کوه موستاق آتا- یکی از بالاترین قله های پامیر - یک بهشت زمینی را پنهان می کنند که به زمان باغ های عدن بر می شود. بودایی های دای در جنوب غربی چین، پوشش گیاهی تپه های مقدس خود را باغ های خدایان می دانند.

۵. پیشینیان و درگذشتگان، یک موضوع اصلی که همواره به مفاهیم بهشت به عنوان دنیای پس از مرگ مربوط است تلقی کوهستان به عنوان پیشینیان الهی و خانه درگذشتگان است که اغلب در اسطوره های باستان وجود دارد.

چینی های سنتی هنوز بر این باورند که روح مردگان به دامنه کوه تای شان می روند. کوهستان کایا که مرکز بودایی های شینگون یکی از تحسین برانگیزترین قبرستان های ژاپن است. آفریقای های شرق آفریقا به طور سنتی مردگان خود را رو به روی قله های مقدسی مانند کلیمانجارو و کوه کنیا دفن می کنند.

۶. هویت اجتماعی و فردی، تعدادی از کوهها به عنوان پیشینیان الهی و زادگاه هایی، به جوامع مختلف، حس هویت اجتماعی می بخشند. یکی از برجسته ترین نمونه های کوه مقدس که مردمان را در خود جای می دهد کوهستان کاتا در رشته کوه آند بولیوی است. ۷. منابع، مردمان سراسر جهان، کوهها را منبع برکت می دانند- به ویژه منبع آب، غذا، حاصل خیزی، شفا و رفاه عمومی. کوههایی مانند آسانگات در پرو، تالکو در مکزیک، هیمالیا و قله های سان فرانسیسکو در آریزونا، منازل خدایان هوا، چشمه ها و منابع مقدس آب تلقی می شوند که جوامع برای بقای خود به آنها نیاز دارند. به طور سنتی، هر روستای چین دارای یک معبد بود که به خدای کوهستان محلی تعلق داشت و این خدا مسئول باران و ابرها بود.

به عنوان منابع آب حیات بخش، کوهستان های مقدس، نعمت حاصل خیزی را به همراه می آورند. امروزه تعداد بسیاری از زنان مسن از تای شان بالا می روند تا اگر دختران یا عروس های شان، نابارور هستند با دادن هدایایی، از خداوند طلب فرزندان برای آنها کنند. خوانندگان سنتی یا مردان پزشک، از چهار کوهستان مقدس ناواجو در جنوب غربی آمریکا بالا می روند و گیاهان دارویی و سنگ ریزه هایی را جمع می کنند. آنان همچنین در آداب مذهبی یا نقاشی های شنی خود که با هدف شفای یک بیمار و نظم بخشیدن به جهان انجام می شود از این کوهها الهام می گیرند.

۸. الهام، وحی و تحول، موضوع آخری که باید در نظر گرفته شود کوه به عنوان محلی برای الهام، وحی و تحول است. کوه سینا نقش مهمی را در تورات ایفا می کند. از این کوه به عنوان محلی نام برده می شود که در آن خداوند تورات و ده فرمان را بر موسی وحی کرد. در انجیل، مسیح بر روی یک کوه متجلی شد- این کوه معمولاً کوه تابور نامیده می شود- و در آنجا به عنوان پیمبر خداوند وحی شد. حضرت محمد (ص) اولین وحی قرآنی خود را در غاری درون کوه حرا دریافت کرد. قرآن، کتاب اصلی و مقدس ترین کتاب اسلام تلقی می شود. در چین و ژاپن، کوهستان ها، مکان هایی ایده آل برای آرامش و تحول مذهبی تلقی می شوند □

معنوی کوهها را می توان به شکل مختصر این گونه بیان کرد. الف. قدرت، بسیاری از کوهستان های مقدس از جمله کوهستان هایی که مرکز جهان تلقی می شوند مکان هایی با قدرت ترس برانگیز هستند. این قدرت اغلب خطرناک و یک منبع ترس تلقی می شود که باید با بیشترین دقت و احترام با آن برخورد شود. راه رسیدن به قله حیرت برانگیز کوهستان اولمپیوس با ابرها و تاریکی بسته شده بود توسط حورا- الهه زمان که مسئول حفاظت از کوهستان مقدس بود- کنترل می شد. قدرت کوهستان ها می تواند مختلف باشد.

ب. پنج کوهستان مقدس اصلی چین، به ویژه، تای شان به امپراطور برای حاکمیت بر چهار گوشه امپراطوری شان، قدرت سیاسی می بخشد. توفان های مکرر، قله های ناهموار اولمپیوس را به یک فضای مهیج برای نشان دادن آشکار قدرت زئوس- پادشاه خدایان و خدای رعدوبرق تبدیل کرد. گدازه های مذاب کیلوه آ در هاوایی امروز، به بسیاری از هاوایی ها انرژی آتشین می دهد که هم نابود کننده و هم خالق الهه آشفشان یعنی پله است. چنان که مثال های المپیوس و کیلوس نشان می دهد قدرت یک کوهستان مقدس می تواند هم طبیعی و هم فراطبیعی باشد.

ب. خدا یا خانه خدا، در بسیاری از سنن، قدرت کوهها از حضور خداوند به دست می آید. افراد ممکن است خود کوه را یک موجود فراطبیعی یا خانه خداوند بدانند. در شعری از اولین مجموعه اشعار ژاپنی به کوهستان فوجی به عنوان یک خدای رمز آلود اشاره دارد. در سنت های دیگر، یک کوه ممکن است جایگاه قدرت الهی تلقی شود. کوهستان ها به عنوان خدایان یا خانه های خدایان همواره نقش های مهمی را به عنوان نگهبانان الهی یا محافظان ایفا می کنند. مردم از قدرت کوهها برای محافظت از دام، محصولات، مذهب، جامعه محلی یا حتی کشور خود استفاده می کنند. مانند خدایان بسیاری از قله های دیگر در نواحی مرزی در تبت و هیمالیا، خدای (کشور) کوهستان کامبیل، یک خدای جنگجو نامیده می شود که بر منطقه شریای این کوه نظارت دارد و نیروهای شیطانی، را دور می کند.

ج. معبد یا پرستش گاه، خدایان عموماً با موضوع های دیگری که به قداست کوهها مربوط است تداعی می شوند به ویژه دیدگاه گسترده کوه به عنوان یک معبد یا پرستش گاه. اعضای بسیاری از جوامع سنتی، قله های مقدس را معبد هایی می دانند که در آن خدایان زندگی می کنند. به عنوان مثال بودایی های تبت، کوه کایلاس را کاخ بت کده دمچوگ- یکی از ابلیس های والا- یک خدای خشن که هدف نهایی خشنود کردن بودایی ها است، می دانند.

بسیاری از معابد واقعی هندوستان بر اساس شکل واقعی کوههای مقدس مدل سازی می شوند و به نام کایلاساناتا، خدای کایلاس نامیده می شوند. این نام به شیوا- خدای بزرگ هندو که در کوهستان زندگی می کند اشاره دارد.

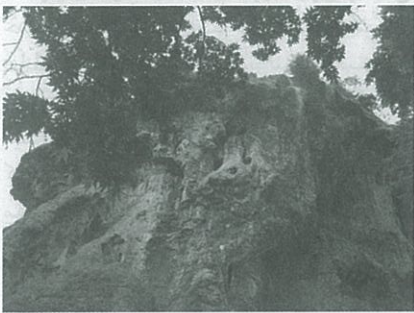
کوهها ممکن است به شکل پرستش گاه هایی باشند که قربانگاه، معبد، کلیسا یا کلیسای جامع تلقی یا تصور می شوند. در این جا، خدا لزوماً در قله کوه زندگی نمی کند بلکه کوه، یک فضای خاص برای ایجاد تماس با حضور الهی از طریق دعا، آداب و شعائر مذهبی تولید می کند. درست همان طور که مسیحیان کلیساها را نوعی مکان مقدس برای پرستش می دانند اما آنها را اشیایی برای پرستش نمی خوانند برای بسیاری از پیروان مذاهب تک خدایی نیز همین شرایط وجود دارد. نامیدن کوهستان ها به عنوان پرستش گاه، نقش

نخستین گام آرش - آبشار کمره

جعفر سپهری

کوه‌های بلند سرسپید، چشمه‌های جوشان گوارا، باغ‌ها لبریز از شکوفه‌های رنگ‌رنگ، دشت‌های بی‌دروپیکر پُر از گل‌های خوشبو، شب‌های سرشار از ستاره در سپهر بیکران، جنگل‌های مه‌آلود کوهپایه‌های البرز، سواحل زیبای دریای لاجوردی، و سرزمین چهارفصل، گوشه‌ای از دیدنی‌های چشم‌نواز «ایران زیبا» هستند.

و شهرک پردیس، کیلومتر ۱۷ جاده دماوند، دهکده کوچک کمره در بخش شرقی اراکوه چشم‌انتظار شماست. پس از گذر از پل رودخانه جاجرود و پیمودن ۳ کیلومتر به سمت بومهن، یک جاده فرعی آسفالت‌ه در

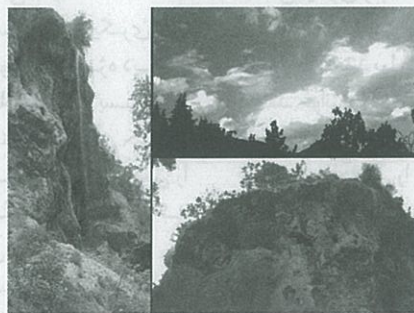


سمت شمالی جاده هراز به طول ۲ کیلومتر در پیش رو خواهید داشت. در پایان این راه به روستای کمره خواهید رسید، با پیشینه‌ای بیش از ۱۵۰۰ سال که هنوز چندین خانه با ساختار کهن از آسیب ساخت‌وساز در امان مانده‌اند. با در و پنجره‌های چوبین، دیوارهای خشتی، سقف‌های حصیری با تیرهای چوبی، پشت‌بام‌های کاه‌گلی، هُرم تنور و عطر پختن نان و بوی طبیعت زنده، چهره اصیل یک روستای کوهستانی را به نمایش می‌گذارند. روستای زیبای کمره در فاصله ای کمتر از ۱۰۰ کیلومتر از «تنگه واشی» و «آب معدنی خمه» قرار دارد.

فاصله آبشار کمره با دهکده نزدیک به ۲۰ دقیقه پیاده‌روی است. فراروی، دره‌ای پوشیده از درختان نارون، چنار و زرشک کوهی خودنمایی می‌کند. فرش عطرآگین گل‌های بهاری و در پایان دره یک صخره بزرگ و مرتفع، پوشیده از گیاه پرسیاوشان و خزه‌های خوش‌رنگ دیده می‌شود. اشکفت‌های کوچک و بزرگ و شکاف‌های

کنار آبشار اردو زد و چادر منوچهر در این محل برپا شد. در این نبرد است که آرش کمانگیر، دلاور ایرانی به‌سوی دماوند می‌رود تا در روز تیرگان، با جان خود، تیر را به سوی مرز ایران و توران به پرواز درآورد. از آن پس این جایگاه را منوچهرآباد می‌نامند و به بیانی دیگر در همین محل است که منوچهر، سفر افسانه‌ای و بی‌بازگشت آرش کمانگیر را به نظاره نشسته بود، و «آرش همچنان خاموش از شکاف دامن البرز بالافت».

در پشت آبشار هم غار کوچک چهل‌دختر قرار دارد. واژه دختر در نام‌های مکان، مانند قلعه‌دختر، پل‌دختر، بیدخت، قزقلعه، چهل‌دختر و ... معرف ایزدبانو آن‌هاست. این نیکوچای، بی‌تردید، از روزگار



باستان، جایگاهی شایسته برای نیایش به درگاه ایزد یکتا بوده است. افسانه‌های محلی از ورود چهل دختر پاکیزه ماهرو به غار و بازنگشتن آن‌ها حکایت می‌کند.

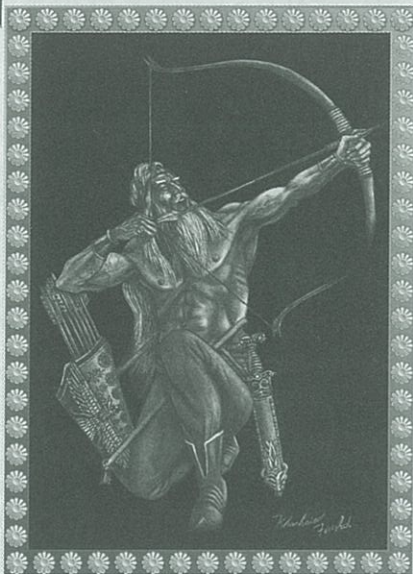
در سراسر سرزمین ایران زمین چنین داستانی کمابیش وجود دارد. دخترانی که به کوه پناه می‌برند تا به کنیزی دشمن خونخوار نیفتند.

برای رسیدن به این ارمغان طبیعت باید به سوی هراز راند. در میانه جاده جاجرود

در گوشه‌ای از این خاک زرخیز گهرزاه، رشته‌ای سیمین و زیبا در کمرکش البرز کوه می‌خرامد تا تکه‌های زمردین را به یک‌دیگر پیوند بزند. آبشار فصلی و خروشان کمره در منطقه‌ای به نام منوچهرآباد، در نزدیکی دهکده‌ای به همین نام، در بخش آفتاب‌گیر شرق اراکوه (ایران کوه) ۲۶۴۹ متری، در آغازین روزهای بهار، از فراز صخره‌ای با بلندی ۵۰ متر، پاش‌نم آب را در میان درختان به جوانه نشسته باغ‌های انبوه دهکده، می‌پراکند. در سمت راست این دره، قله پاره‌پاره و در سوی دیگر کوه نسوم قرار دارد، سرشار از شقایق‌های سرخ‌رنگ بهاری. نسوم در پارسی باستان به معنی آباد و آبادی آورده شده و چند روستا به نام نسوم در سراسر ایران به ویژه در مازندران وجود دارد.

کوهستان پیرامون کوه افسانه‌ای دماوند در اوستا مانوش چیتر، در پهلوی مانوش چیتر، در فارسی باستان مانوش‌چهر نام دارد که همگی واژه‌واره‌های گوناگون منوچهر هستند. بی‌تردید منوچهرآباد نامی باستانی است که ریشه در ژرفای تاریخ کشور ایران دارد. در دیدگاه اسطوره در جنگی که در زمان منوچهر پیشدادی میان ایران و توران در گرفت و شکست در لشکر افتاد، در یکی از نبردها، سپاه ایران در دامنه ایران کوه در





آرامگاه به نام دوبرادران همان مزار دلاور وطن دوست ایرانی، نماد آزادی و اسطوره دلیر جانفشانی در راه میهن "آرش کمانگیر" باشد □

از همه چشم گیرتر، دماوند سلحشور با کلاهخود سیمین، کمر بند زرین و دامن زمردین، دیدگان را خیره می سازد. پیرامون آبشار را سایه سار گسترده درختان انبوهی در بر گرفته که چشم انداز بی مانندی دارد. آبشار از صخره ای با ارتفاع کمی به پایین می ریزد. مجموعه ای از آبشارهای کوچکی که با ارتفاع کم از صخره ها سرازیر می شوند.

دوبرار - دو برادران (مزار آرش)

در کمرکش کوه جنوبی روستا به نام نسوم، در کنار چشمه ای کوچک و بسیار گوارا، تخته سنگ بزرگی وجود دارد که از سراسر منطقه کمرد دیده می شود. این تخته سنگ آرامگاه دوبرادر نام دارد و از سی و هفت سال پیش به امامزاده دوبرادران معروف شده است. اگر گفته "مجل التواریخ" را بپذیریم که پیکر آرش در لشکرگاه منوچهر به خاک سپرده شد، آن گاه این احتمال نیز وجود دارد که شاید

ژرف بر دیواره آبشار فراوان اند که هنگام بی آبی نیز چشم انداز آبشار را دیدنی می کنند. بخشی از صخره آبشار هم تصویری را ایجاد کرده که بی شباهت به صورت خرس نیست. این آبشار زیبا جایگاهی بایسته برای طبیعت دوستان و کوه پیمايان است که دل در گرو مهر طبیعت دارند.

روستای کمرد دارای بهاری بسیار سرسبز و دیدنی با هوایی دلکش و خیر بلند امواج عطر آگین گل های وحشی، تابستانی نیمه گرم با شب های پر ستاره و خنک و باغ های پُر از میوه های آبدار، پاییزی زیبا، دلفریب و رنگ رنگ در زیر ترنم باران، و زمستانی سرد و برفی و پر نیانی است. در شمال شرق روستا و در کنار یک رودخانه فصلی، راه پاکوبی است که به دهستان لواسانات و منطقه تاریخی پورزند منتهی می شود؛ همچنین با کوه پیمایی بر فراز قله آراکوه، چشم انداز زیبایی از قله های پیرامون و روستاهای منطقه لواسانات، و

جناب آقای ناصر حیدرپور

پیشکسوت بزرگوار صعودهای زمستانی و نخستین

پیروزمند صعود زمستانی به قله آزادکوه در سال

۱۳۴۴ (۵۱ سال پیش)، درگذشت همسر گرامتان

بر شما و خانواده ارجمند تسلیت باد.

از سوی همنوردان، پیشکسوتان و بنیان گزاران

کانون کوهنوردان تهران: محمد حسین خوان یغما،

حسین رضایی، مرتضی رحیم پناه، عزیز خلیج،

پروین مقدم، فریدون قالیباف، ناصر شجاعی،

قاسم فیروزبهی، مهرداد خوان یغما،

داوود محمدی فر

رضا مفرح آخرین باز مانده نسل کاروان ۵۰ نفری

کوه نوردان باشگاه نیرو و راستی که در سال ۱۳۲۳ به

سرپرستی شادروان منوچهر مهران که چهل نفرشان به

قله دماوند رسیدند بدرود حیات گفت.

رضا مفرح از شخصیت های برجسته اقتصادی کشور

و رئیس اداره بین الملل و معاون بانک صادرات

ایران پیش از انقلاب بود و پس از انقلاب در پست

تولیت بیمارستان موقوفه مفرح و اداره مردمی آن

خدمت می کرد. درگذشت او را به خانواده نیکوکار

مفرح و جامعه کوهنوردی تسلیت می گویم.

داوود محمدی فر

تیشتر - ایزدبانوی آب آفرین

«با جاذبه‌های ایران آشنا شوید»

«نخستین شهری که پس از توفان نوح بنا نهادند شوش و شوشتر بود».

ابن مقفع (روزبه پور دادویه)

جعفر سپهری

«بسیاری گفته‌اند شوشتر را هوشنگ پیشدادی بساخت، هنگامی که وی از شوش به تفرج خارج گشت و به دشتی خوش آب و هوا با رودخانه‌ای پر آب و جنگل‌های پُر درخت رسید و به آن منطقه صفت افضل بر شوش نسبت داد: «شوش تر»، یعنی از شوش بهتر و دستور داد شهری به غایت زیبا و عظیم بنا کنند».

همچنین احتمال داده‌اند محل کهن‌تر و عیلامی شهر در جایگاهی که هم اکنون دستوا نام دارد بوده باشد. باستان‌شناسان ایرانی در سال ۱۳۸۳ با کاوش تل ابوجیزان شوشتر، به آثاری برخوردند که ردپای نخستین حکومت‌های ایرانی شوش را در هفت هزار سال پیش در شوشتر نشان می‌دهد. وجود نیایشگاه چغازنبیل (نخستین دستگاه پالایش آب جهان) و آرامگاه‌های هفت‌تپه (نخستین تاق قوسی جهان) در میانه راه شوش به شوشتر گواهی وجود اهمیت این منطقه در روزگار باستان است.

به نام خدایی که آب آفرید

ز آب آورد زندگی را پدید

آب همواره در شکل‌گیری تمدن‌ها نقش بسزایی داشته، تا آن‌جا که کهن‌ترین تمدن‌ها در کنار رودخانه‌ها شکل گرفته‌اند. رود خروشان کارون نیز در جنوب کشور گرمی ایران، زاینده و پدیدآورنده تمدن‌هایی که مانند در کنار خود بوده است. کارون بزرگ‌ترین رودخانه ایران زمین، پس از خروج از تنگه‌های کوهستانی زاگرس دشمن‌ستیز، به جلگه خوزستان سرازیر شده و در دشت حاصل‌خیز و چشم‌نواز شوشتر آرام می‌گیرد. خاک بارآور و زمین هموار، به همراه آب فراوان رودهای جاری در جلگه خوزستان، این منطقه را در طول تاریخ به یکی از مهم‌ترین قطب‌های کشاورزی کشور تبدیل کرده است. اهمیت آن به گونه‌ای بوده که همواره توجه حکومت‌ها را به این سرزمین جلب کرده است. در دوره حکومت هخامنشیان، اقتصاد وابسته به درآمد حاصل از کشاورزی سبب می‌شده تا حکومت با گسترش این بخش، سطح درآمد کشاورزان و در پی آن درآمدهای کشور را افزایش دهد. حفر نهرهای دست‌کند گرگر و داریون در شوشتر از فعالیت‌های دوره هخامنشیان به منظور گسترش کشاورزی است. همچنین پرورش ماهی نیز در استخرهای برآمده از کارون، از رونق فراوان برخوردار بوده است. در زمان اشکانیان این منطقه تحت حکومت خودمختار الیمایی، در مجموعه کشورهای متحد و مشترک‌المنافع ایرانی قرار داشت و برای ایشان سازه‌های آبی شوشتر و بازپیرایی آن‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بوده

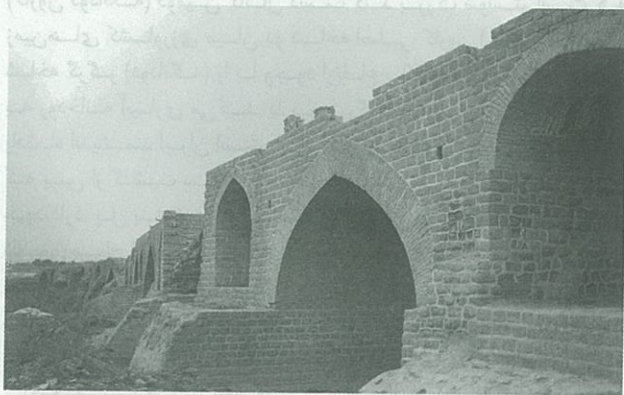
در روزگاری که رسم زندگی جهانیان بر کوچ‌نشینی بوده است، ایرانیان اندیشمند سنگ‌بنای شهری عظیم و بی‌مانند را پی‌ریزی کردند که پس از طی هزاره‌ها تا امروز آباد و سرشار از زندگی است. بسیاری از شهرها، با پیشرفت یک روستا به شهر تبدیل شده‌اند، اما سنگ بنای شوشتر از آغاز شهر بوده است. شهری که در طول تاریخ به صورت نخستین شهرک صنعتی جهان درآمد. دژ سلاسل و آبراهه داریوش بزرگ، آبادی شوشتر و اهمیت آن را در دوران هخامنشیان ثابت می‌کند. همچنین نام شوشتر در ادبیات و داستان‌های ایرانی با «دیبا» و «دیه» همراه بوده و دیبای شوشتر، که پرده خانه کعبه را از آن می‌ساختند، در همه‌جا زیانزد است. گذرها سایبانی دارند که سباط نامیده می‌شود و سر در خانه‌ها را با آجرچینی نقش‌هایی می‌دهند که خون‌چینی (خونه چیدن) نام دارد.

شوشتر شهری بزرگ و در خور توجه است که آب رودخانه پیش از ورود به شهر به دو شاخه تقسیم می‌شده. شاخه «گرگر» کارون که از داخل شهر گذر می‌کند، آبشارهای زیبایی را تشکیل می‌دهد و بسیاری از تأسیسات آبرسانی باستانی همچون: آسیاب‌ها، کانال‌ها، پل، سدیندها، بندها و آبشارها برای آن ساخته شده بوده که از عجایب روزگار به شمار می‌روند و شاخه دیگر «چهاردانگه» است که از غرب به سوی جنوب شوشتر جریان داشته و در محلی به نام «بند قیر» دوباره به هم پیوند می‌خورد. شوشتر هم در دوران پیش از اسلام و هم پس از اسلام رونق فراوانی داشته است.

پروفسور گیرشمن باستان‌شناس نامدار فرانسوی، غار پیده در شمال شرقی شهر شوشتر را نخستین سکونت‌گاه انسانی در ایران می‌داند و پیشینه سکونت در شهر شوشتر را به ۱۰ هزار سال تخمین می‌زند. عیلام‌شناس معروف والتزهینس در کتاب جهان گمشده عیلام، احتمال داده است شوشتر امروز همان «آدامدن» عیلامی باشد و «هیدالو» در جایگاه کنونی این شهر قرار داشته است، که بعدها رو به ویرانی رفته و سپس به وسیله پادشاهان هخامنشی تجدید ساختار گردیده است.

منحصربه‌فرد دژ سلاسل، گذشتن نهر دست‌کند داریون از زیر آن است. هنوز هر قطعه از سنگ‌های این دژ نبرد دلیرانه هرمزان، سردار دلاور ایرانی، با بیگانگان را یادآوری می‌کند که چگونه به مدت دو سال، محاصره دشمن بی‌شمار را ناکام گذاشت، اما سرانجام بزدلی خائن و طماع، تنها در مقابل مشتی سیم، با نشان دادن راه پنهانی دژ، آن را به دشمنان پیشکش کرد. و به گفته تذکره شوشتر «آن شهر ارم مانند، لگدکوب سم ستوران غازیان گردید».

نام سلاسل پس از اسلام بر این دژ گذارده شد. سلاسل به معنی زنجیر است. در گذشته در پهنای رودخانه کارون پلی از قایق‌ها که زنجیروار به یکدیگر متصل شده بودند وجود داشته که نام سلاسل را از آن گرفته‌اند. این دژ تا دوران معاصر مورد استفاده قرار می‌گرفته و جای بسی افسوس است که بیشتر تخریب و آسیب به آن در همین سالیان اخیر رخ داده است.



پل بند شادروان

پل شادروان یا شاپوری در شوشتر طولانی‌ترین پل تاریخی جهان است که بر روی رود خروشان کارون در جنوب غربی ایران ساخته شده و نشان‌دهنده اندیشه ناب مهندسان و دانشمندان ایرانی است. طول این پل - بند بیش از نیم کیلومتر است و پیشینه ساختار آن به دوره شکوهمند ساسانیان باز می‌گردد. پل دارای ۴۴ دهانه بزرگ و ۴۳ دهانه کوچک بوده و جنس مصالح آن از سنگ، آجر و ملات ساروج است. بخش‌های زیرین و کهن‌تر پل از سنگ لاشه‌های بزرگ تشکیل شده و بست‌های فلزی بین آن‌ها خوندنمایی می‌کند. این پایه‌ها مربوط به پل کهن‌تر در زمان هخامنشیان بوده است. هدف اصلی از ساخت پل - بند شادروان، سوار کردن آب بر روی سردهانه نهر داریون (دارا = داریوش بزرگ) بوده که در دوره هخامنشی ایجاد شده است. آب‌رسانی حدود ۴۰ هزار هکتار زمین‌های دشت میاناب شوشتر بر عهده شبکه آبیاری نهر داریون بوده که سردهانه‌های آن در زیر کهن‌دژ سلاسل تعبیه شده است. در عصر ساسانیان با روی کار آمدن فن‌سالاران و به اوج رسیدن دانش سازه‌های آبی و آبیاری در ایران، در شوشتر، نیاز به ایجاد یک پل - بند در مسیر کارون برای سوار کردن آب بر سردهانه‌های داریون احساس می‌شود. با پیروزی شاپور اول بر قیصر روم، قیصر و سپاهیان وی به اسارت گرفته می‌شوند. چون در ایران برده‌داری وجود نداشته و به شدت ممنوع بوده است، شرط آزادی و بازگشت آن‌ها همکاری در انجام چند پروژه عمرانی ملی در ایران می‌شود. یکی از آن پروژه‌های ملی احداث پل - بند شوشتر، زیر نظر یک مهندس ایرانی به نام برانوش است. اندیش‌ورز بزرگ ایران، حکیم ابوالقاسم فردوسی توسی داستان ساخت این پل را در شاهنامه آورده است.

است. ساسانیان نیز برای ساخت و گسترش تأسیسات آبی در شوشتر کوشیده، و موفق به ساخت بی‌ماندترین شبکه آبیاری در روزگار کهن شده‌اند. آنان کهن‌ترین شهر صنعتی جهان را پی‌ریزی کردند. گرچه در ساخت تأسیسات آبی شوشتر مهم‌ترین هدف، آبیاری بوده است، اما سازندگان اندیشمند و هوشمند آن توانسته‌اند به هدف‌های بزرگ دیگری چون اهداف صنعتی، بازرگانی، دفاعی، معماری، راه و... دست یابند. مجموعه آسیاب‌های شوشتر دربردارنده ده‌ها آسیاب است که بزرگ‌ترین مجموعه صنعتی جهان تا پیش از انقلاب صنعتی در اروپا به شمار می‌رود. بهره‌گیری از رودخانه خروشان کارون در گرداگرد شهر کهن شوشتر، به‌منظور ایجاد خندق در کنار بارو و ایجاد موقعیت سوق‌الجیشی دفاعی سبب شده تا این شهر در برهه‌هایی از تاریخ تسخیرناپذیر بماند. موقعیت رود دست‌کند گرگر (کارون دودانگه) به علت قابلیت کشتریانی بودن از عواملی بوده تا شوشتر از نظر بازرگانی از قطب‌های مطرح در سطح جهانی به‌شمار آید.

تا سده گذشته، جابه‌جایی بار و مسافر با کشتی در رود گرگر رواج داشته است. استفاده از آب در ساخت محیطی برای زندگی بر پایه شرایط اقلیمی، با ایجاد شبکه‌های زیرزمینی در شهر کهن شوشتر، موجب بروز یکی از هوشمندانه‌ترین و اندیش‌ورانه‌ترین اشکال معماری شهری - آبی در جهان گردیده است. پل و سد شادروان شوشتر (شاپوری)، که بلندآوازی آن در افسانه‌های ایرانی به چشم می‌خورد، نه تنها یکی از بنیادی‌ترین بخش‌های شبکه آبیاری شوشتر، بلکه از محدود راه‌های گذر از رودخانه پهناور کارون بوده که جاده شاهی نیز از همین پل گذر می‌کرده است. با توجه به اهمیت سیاسی و اقتصادی شوشتر و سازه‌های آبی آن، دژ این شهر (قلعه سلاسل)، هم مرکز کنترل این تأسیسات بوده و هم حکومت‌گاه والی خوزستان به شمار می‌رفته است. تا سده گذشته و پیش از اکتشاف نفت، شوشتر مرکز خوزستان بوده است.



دژ سلاسل

این کهن‌دژ دیرپای، نه تنها جایگاه فرمانروایی در شوشتر به‌شمار می‌رفته است، بلکه در خوزستان نیز چنین موقعیتی را به‌وجود آورده است. پیشینه ساخت دژ سلاسل دست‌کم به دوران هخامنشیان می‌رسد، که می‌بایست از سازه‌های آبی زندگی‌بخش پاسداری کند. از دوران اشکانی سفالینه‌هایی در این دژ یافت شده است. در دوران ساسانیان دگر بار بر جایگاه آن دژی نوین ساخته شد که آثارش تا به امروز برجای مانده است. این دژ بیضی‌گون دارای اسلحه‌خانه، گرمابه، نانوايي، آسیاب، سربازخانه، نقاره‌خانه بارو، کت و کوشک بوده است. کهن‌ترین شوادان (شوادون = نوعی بادگیر) جهان در این کهن‌دژ وجود دارد. ویژگی



نهر داریون

نهر داریون (دارا) یا مینوآب (آب بهستی) پس از شاخه گرگر (کارون دودانگه) دومین کانال دست کند بزرگ شوشتر است که زمین‌های کشاورزی میان دو شاخه اصلی کارون (چهار دانگه) و شاخه گرگر (دودانگه) را با وجود ارتفاع بالای این زمین‌ها نسبت به رودخانه آبیاری می‌کند. داریون برگرفته از نام داریوش بزرگ، پادشاه اندیشمند ایران است. این نهر تنها سازه آبی شوشتر است که پس از گذشت سده‌های پیاپی، همچنان نام بانی خویش را بر خود دارد. پل بند شادروان حدود ۳۰۰ متر پایین‌تر از آبگیرهای نهر داریون سطح آب را برای سوار شدن بر نهر داریون بالا می‌آورد. این نهر نه تنها آب مورد نیاز کشاورزی ساکنان شهر را تأمین می‌کند، بلکه با حفر تونل‌های آب‌بر نیز مانند کاریز (قنات)، آب را به درون خانه‌های بافت کهن هدایت می‌کرده است.

اگرچه بسیاری از تاریخ‌نگاران، پل - بند شادروان را از سازه‌های آبی مهندسان دوران ساسانی می‌دانند، اما با توجه به وجود نهر داریون در دوره هخامنشی و قرار داشتن ارتفاع آبگیرهای نهر داریون در فاصله‌ای بالاتر از سطح آب رودخانه در دوره کم آبی، می‌توان به وجود پل - بند شادروان در دوره هخامنشی نیز با قطعیت نظر داد. این سازه‌ها در دوران ساسانی دوباره بازسازی شده است. سر دهانه‌های این نهر در ساحل راست رودخانه کارون چهاردانگه (شطیط) در صخره‌های زیر قلعه سلاسل قرار دارد.

تعداد ۸ آبگیر نهر داریون، از زیر صخره‌های ساحلی آغاز می‌شوند. برخی از آن‌ها در طی سال‌های پیاپی بند آمده‌اند. در زیر کهن‌دژ سلاسل پلکان‌هایی جهت برداشت آب از نهر کار گذاشته شده بود به طوری که در هنگام محاصره و بسته شدن درهای دژ به سادگی از نهر آب بر می‌داشتند. این ۸ کانال گفته شده در زیر کهن‌دژ سلاسل تبدیل به دو کانال بزرگ می‌شوند و پس از خروج از زیر دژ به یک کانال بزرگ تبدیل می‌شوند که تا مسافت طولانی به صورت یک کانال روباز به درون دشت میاناب هدایت می‌شود. درون دژ نیز چندین گرمابه توسط تنبوشه‌های سفالی، از آب نهر داریون استفاده می‌کردند.

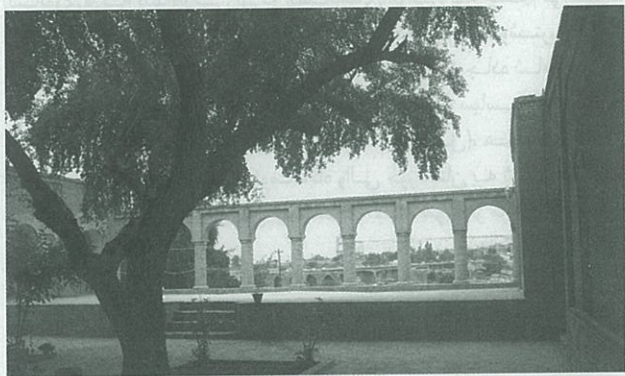
تحفه‌العالم درباره این نهر دست‌کند می‌گوید: "در حوالی شهر باغ و بوستان نبود و رودخانه از حوالی شهر تخمیناً نیم فرسخ دور بود و مردم قری و قوافل به کشتی از رودخانه عبور می‌کردند و به این سبب زحمت بسیاری کشیدند تا این که دارای اکبر (داریوش بزرگ) نهر داریان را ابتدا کرده فرصت اتمام نیافت و دارا بن دارا به اتمام آن کوشید و آب از میان شهر صحرای گرگر جاری ساخت و این قبل از اسکندر ذوالقرنین بود."

گرتفن‌روگن در کتاب فن آبیاری در ایران باستان می‌گوید: "در حدود ۳۰۰ متری بالا دست پل بند شوشتر دوتونل در زیر قلعه سلاسل

حفر شده که پس از طی مسافتی حدود یکصد متر باز به یک‌دیگر می‌پیوندند و کانال داریون را تشکیل می‌دهند. نام دیگر این کانال مینو آب یا دارابیان است و به دستور داریوش کبیر ساخته شده است." راولینسون در سفرنامه خود می‌گوید: "طول کلی کانال داریون حدود ۳۰۰ [یارد] و عرض آن حدود ۱۵ [یارد] است."

بارون دوبد در سفرنامه خوزستان می‌گوید: "برای آن که آبیاری کشتزارهای جنوب شوشتر میسر شود، در فاصله‌ای بالاتر از پل سنگی و پایین‌تر از بند میزان در جانب شهر در شعبه اصلی، کانالی حفر کرده‌اند. این کانال تحت الارضی از زیر ارگ (دژ سلاسل) می‌گذرد و نزدیک دروازه منتهی به دزفول از زیر زمین سر بر می‌آورد. آبی که به این وسیله فراهم می‌شود به مصرف آبیاری دشت پهناوری به وسعت ۹ فرسنگ به‌نام میان‌داب (میاناب یا میان دو آب) می‌رسد که در بر گیرنده زمین‌های میان دو شاخه کارون (چهار دانگه و دو دانگه) است. اگر به خاطر این آبیاری مصنوعی نبود این منطقه بیابان بی‌حاصلی می‌ماند. چون بستر دو شعبه که آن را احاطه کرده است از ساحل خیلی پایین‌تر است."

هردوت از رودخانه کارون به نام «خواسپس» نام برده و می‌گوید: "از سد شوشتر ۱۰ فرسنگ در شش فرسنگ زمین را کشاورزی می‌کنند و محصولات فراوانی از هر نوع به دست می‌آورند."



خانه مستوفی

این ساختار بخشی برجای مانده از مجموعه مستوفی و در بر دارندۀ دو بخش اندرونی و بیرونی بوده است. خانه مستوفی در سال‌های پایانی دوران قاجار، به دستور محمدعلی مستوفی از بازرگانان شوشتر و به شیوه معماری سنتی ساخته شده است. چشم‌انداز تماشایی پل شادروان، ایوان و حیات خنک رو به سوی کارون، سنگ‌چین تماشایی راهرو ورودی خانه، و شوادان (شوادون) که بادگیر این بخش از ایران زیباست، به این ساختار جلوه فراوان بخشیده است. این ساختار هم اینک موزه مردم‌شناسی شوشتر است.

خانه مرعشی و باغ خان

این ساختار و باغ خان، بخشی برجای مانده از مجموعه مرعشی است. خانه مرعشی و باغ خان در سال‌های پایانی دوران قاجار، به شیوه معماری سنتی ساخته شده است. چشم‌انداز تماشایی آسیاب‌های آبی و آبشارهای شوشتر و رودخانه کارون دودانگه (گرگر) به این ساختار جلوه فراوان بخشیده است.

وجه تسمیه شوشتر

بیشتر دانشمندان نام شوشتر را بر گرفته از تیشتر ایزدانوی آب آفرین

در رامهرمز می پیوسته و به خلیج فارس می ریخته است. در دوران کوروش بزرگ، فرمانروای هخامنشی آن را در منطقه بندگیر توسط سدی به رودخانه کارون باز می گردانند. شاخه چهاردانگه نیز که از سد معروف شادروان شاپوری می گذرد در بالادست سد شادروان شاخه ای از آن جدا می شود که داریون - داریوش یا دارا - نام دارد. این سه شاخه رودخانه کارون شوشتر را همچون جزیره ای محصور کرده و در طول تاریخ دشتی گسترده به نام میاناب را آبیاری کرده اند. در نهایت هر سه شاخه - شطیط، گرگر و داریون - در منطقه بند قیر جنوب شهرستان شوشتر به یکدیگر می پیوندند و در همان جا رود دز نیز به کارون پیوسته شده و کارون بزرگ را ساخته و به سوی اهواز حرکت می کند.

آثار باستانی شوشتر

مجموعه آسیابها و آبشارهای شوشتر، پل و سد شادروان شاپوری شوشتر، کهن دژ سلاسل، بند میزان، برج کلاه فرنگی، مسجد جامع شوشتر، دخمه های زرتشتی شوشتر، کاروانسراهای شوشتر، چشمه سیزنگر، توکمری، تو عاشقون، بافت کهن شوشتر، بند ماهی بازان شوشتر، پل بند لشکر، بند خاک، بند برج عیار، بند شاربدار، پل حاج خدایی باطنی، پل مستوفی، پل شاه علی، سرای افضل، خانه مستوفی، خانه مرعشی، باغ خان، باغ های شوشتر، ساحل رودخانه گرگر، ساحل و بیشه زارهای رودخانه کارون، جزیره کارون (در مسیر پل شناور)، جنگل ها و بیشه ها، مرغزارهای پیرامون رودخانه دز، کوه و قله فدلک، کوه مشرف بر شوشتر، تپه های سرسبز و دیدنی جاده شوشتر - [عقیلی] در بهار، روستاهای تک تکاب و گراب و... استخری در المسالک و الممالک می گوید: "از شوشتر جامه های دیبای گرانبه خیزد و کسوت خانه کعبه سازند آن جا، و سلطان را آن جا طراز باشد".

مقدسی می گوید: "اهالی شوشتر در بافتن پارچه های ابریشمی و نخی استادند و دیبای شوشتر همه جا معروف است".

شوشتر از دیدگاه ابن بطوطه

"سرانجام به شهر شوشتر (تستر) رسیدیم که در قلمرو اتابک و سرحد بین دشت و کوهستان است. شوشتر شهری بزرگ، زیبا، خرم و دارای پالیزهای نیکو و باغ های عالی است. این شهر محاسن زیاد و بازارهای معتبر دارد و از شهرهای قدیمی است.

نهر معروف به ازرق (کبود) گرداگرد شوشتر را فرا گرفته و آب آن بسیار مصفا و عالی است. این آب در روزهای گرم تابستان به غایت سرد و خنک است و من رودخانه ای به کبودی آن ندیده ام مگر رودخانه بدخشان.

شوشتر برای ورود و خروج مسافران یک در بیشتر ندارد و آن را دروازه دسبول می نامند. دروازه در لغت آنان به معنی در است. درهای دیگر این شهر به سوی رودخانه باز می شود. در دو سوی رودخانه باغ ها قرار دارد و دولا به کار گذاشته اند. عمق رودخانه زیاد است و محاذی دروازه دسبول مانند بغداد و حله پلی از کشتی های کوچک درست کرده اند. میوه در شوشتر فراوان است. خیرات و برکات این شهر بسیار و بازارهای آن در خوبی بی مانند هستند.

... دیبای شوشتر معروف است و آن را به همه نواحی دنیا می برند و در زمان حیات استار کعبه و بیت الحرام از دیبای کعبه تهیه می شد تا آن گاه که سلطان فقیری گشت و بدرود زندگی گفت و این فریضه از وی ساقط شد. برای همه پادشاهان عراق در شوشتر طراز آماده می کنند" □

می دانند. اسب نماد تیشتر ایزدانوی باران هاست. نکته جالب و در خور اندیشه این که در زبان پهلوی هزاروشی با تلفظ SWSY به معنای اسب وجود دارد. دو واژه شوش (= سوش) و شوشتر (= شوشتر) این هزاروش را در بر دارند. در افسانه ها آمده که شهر شوشتر را به شکل اسب ساخته بودند.

بر پایه گفته گروهی از تاریخ نویسان از جمله حمزه اصفهانی، شوشتر به معنی خوبتر است؛ و چون شهر شوش رو به ویرانی می رفت، در شش فرسنگی بنا شد که خوش آب و هوا تر و حاصلخیز تر از شوش بود و آن را شوشتر یعنی از شوش بهتر نامیدند.

مستوفی در نزهت القلوب می نویسد: برخی اصل واژه شوشتر را «ششدر» احتمال دادند. آن به این دلیل بوده که این شهر دارای شش دروازه بوده که عبارتند از: دروازه ماپاریان، دروازه دسبول، دروازه آدینه، دروازه لشکر، دروازه مقام علی، دروازه گرگر. گروهی دیگر شوشتر را شوش در به معنای دروازه شوش نامیده اند. بعضی دیگر آن را «شه شاتر» یعنی شهر شاه لقب داده اند. برخی از تاریخ دانان بر این باورند که نام شوشتر از واژه شوشا یا سوسا یعنی مطبوع و دلپسند مأخوذ گردیده است. گروهی نیز آن را برگرفته از نام شوشیندخت زن یزدگرد می دانند که دو شهر شوش و شوشتر را پایه گذاری کرد (ساخت شهر شوشین در کردستان هم به این بانو نسبت داده می شود). شهر شوشتر، تستر هم نامیده شده است.

در سفرنامه های بسیاری از شوشتر یاد شده است و نام شوشتر نیز در طول تاریخ جهان گیر بوده است. در متون تاریخی غرب (روم و یونان باستان) شوشتر را با نام Šurkutir می شناسند. همچنین در جهان عرب شوشتر را با نام «تستر» می شناسند. در بسیاری از اشعار کهن فارسی از دیبای شوشتر، پرند شوشتر و بهار شوشتر یاد شده است.



رودخانه ها

شوشتر به دلیل موقعیت ویژه ای که در جلگه خوزستان دارد گهواره تمدن در کنار رودخانه های بزرگی چون کارون و دز است. رودخانه دز از غرب شوشتر گذر می کند و مرز شوشتر با شوش و دزفول را می سازد. اما رودخانه کارون پس از گذر از کوه های زاگرس، پس از سد گتوند وارد دشت عقیلی شده، سپس از تنگه ای که بین کوه های فدلک و کوشکک است به طور کامل در جلگه خوزستان جاری می شود. این رودخانه پس از گذر از این تنگه با تخته سنگ بزرگی که شوشتر بر آن بنا شده برخورد می کند و توسط بند میزان به دوشاخه دودانگه (گرگر) و چهاردانگه (شطیط) تقسیم می شود. شاخه گرگر - یا دودانگه یا مسرقان - کانالی است که دست کند انسان است و تاریخ کردن آن مشخص نیست، اما متون تاریخی نشان می دهد که این رودخانه در آغاز به رود دیگری



اهمیت گزارش نویسی در کوهنوردی

ابراهیم فرجی پور

آنچه مسلم است بیشتر کوهنوردان اهل گفتگو و در بیان مهارت دارند، ولی متأسفانه محدود افرادی برای نوشتن و انتقال تجارب و اندوخته‌هایی که سالیان متمادی در عرصه کوه‌نوردی و صعودها تلاش کرده و به عنوان تجارب موفق و ناموفق کسب کرده‌اند علاقه‌مندی نشان نمی‌دهند، برخی نوشتن خاطرات و گزارش را نوعی تعریف و خودستایی از خود دانسته، و از بیان آن خودداری و تمام اندوخته‌های ارزشمند خود را در لوح سینه محفوظ می‌کنند. در حالی که به درستی می‌توان گفت که با این کار عده زیادی را که به دنبال کسب این تجارت هستند از دسترسی به این اطلاعات محروم می‌کنند

همرنگ جماعت شده و گرفتاری‌های روزمره دل دماغی برای آنان نگذاشته است، بنابراین در روزگار کنونی به ندرت شاهد نوشتن گزارش و کروکی برنامه هستیم و چنانچه کسی نیز اراده‌ای برای نوشتن داشته باشد با مطالعه آن می‌توان نوشتن شور و نشاط و کم‌حوصلگی نگارنده را در گزارش درک کرد.

متأسفانه تکنولوژی و زندگی صنعتی حتی در دورترین مناطق کوهستانی آرامش و تمرکز فکری انسان را گرفته و ما تحمل و حوصله‌ای برای نوشتن نداریم، از این‌رو به نظر می‌رسد عملکرد نسل فعلی پاسخ‌گوی توقعات و نیازهای نسل آینده نخواهد بود، و در این عرصه همواره نوعی اضطراب و التهاب در جامعه کوه‌نوردی مشاهد می‌گردد. برخی تصور می‌کنند نوشتن گزارش یکبار برای هر قله کافی و نیازی به دوباره‌نویسی نیست در صورتی که بیشتر برنامه‌ها ترکیب تیم متغیر بوده و به تجربه ثابت شده به دلیل تغییرات ذاتی طبیعت و شرایط جوی در هر برنامه اتفاقات تازه و متفاوتی رخ می‌دهد، وانگهی نوشتن و تمرکز کردن به رویدادهای برنامه برای روشننگری ذهن و روان نویسنده مفید و مناسب است.

همچنین گزارش به عنوان سوابق معتبر همواره در هر شرایطی اثر مثبت خود را در جامعه کوه‌نوردی خواهد گذاشت، با مطالعه گزارش خوب، می‌توان شرایط و موقعیت منطقه مورد نظر را پیش‌بینی و از قبل با

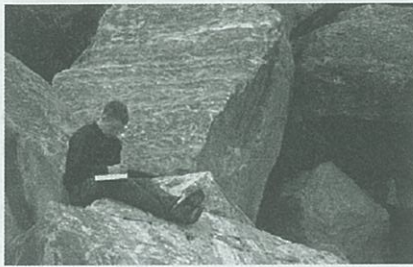
بوده و گاهی برخی از آن‌ها هیچ وقت فرصت و شرایط تکرار نخواهند داشت، برخی از کوهنوردان گزارش‌نویسی را وقت تلف کنی و بیان اتفاقات و مسایل را پیش پا افتاده دانسته در صورتی که وقوع رخدادها و اتفاقات در گذر زمان راهگشای بخش بزرگی از علاقه‌مندان و جوانان و نسل آینده خواهد بود و یادآوری آن گاهی انسان را از خطرات پیرامون آگاه و منجر به مسیریابی صحیح و درست از منطقه می‌کند.

یقیناً وقوع حوادث و شرایط ویژه همواره به روی قله‌های مرتفع حادث نمی‌گردد، بلکه بخشی از وقایع تلخ و شیرین در ارتفاعات پایین غافلگیرانه در کمین است، (معلم با خط‌کش چوبی‌اش زد پشت دستم و گفت جمله‌هایت زیباست گفتم اجازه آقا پس چرا می‌زنی؟ نگاهم کرد، پوزخند تلخی زد و گفت می‌زنم تا همیشه یادت بماند خوب نوشتن و زیبا نوشتن در این دنیا تاوان دارد: شاملو). در سال‌های نه چندان دور در بیشتر برنامه‌ها تهیه گزارش دارای اهمیت زیادی بود و برخی از هم‌نوردان در نوشتن گزارش علاقه نشان می‌دادند، به خاطر دارم یکی از مربیان قدیمی در طول مسیر برنامه پیشنهاد نوشتن گزارش از قبل را داد و گفت در پایان برنامه آن‌ها را با گزارش بعد از برنامه مقایسه می‌کنیم، متأسفانه اکنون اغلب یاران علاقه‌مند و با ذوق یا پای رفتن به کوه را ندارند و یا برخی از آنان در جمع‌مان نیستند و یا تعداد اندک باقی مانده تحت‌تأثیر جامعه

بی‌تردید عملکرد و تجارب پیش‌کسوتان و هیمالیانوردان که در فراز و نشیب دوران کوه‌نوردی دستخوش آماج خطرات و دل‌نگرانی‌های مرگ و زندگی شده و با بهایی سنگین به دست آمده و به عنوان چراغ راه نسل آینده خواهد بود، باید با نوشتن و بیان و ارایه گزارش در دسترس آیندگان قرار گیرد و دانسته‌ها و اندیشه‌های نسل گذشته و آینده به هم پیوند خورد. بنابراین نهادهای کوه‌نوردی و جامعه باید با احترام و حرمت‌گذاری به فعالان، هیمالیانوردان و زحمتکشان عرصه کوه‌نوردی شرایطی فراهم کرده تا با نوشتن و گفتگو، زمینه تبادل تجارب ارزشمند آنان به جامعه منتقل گردد، از این‌رو به نظر می‌رسد گزارش‌نویسی یکی از روش‌های کم‌هزینه و مطلوب خواهد بود، بنابراین آمادگی ذهنی، تمرین و علاقه‌مندی در تهیه گزارش سبب شادابی و پویایی در جامعه و جلب خواننده می‌شود، بدون شک گزارش‌نویسی نوعی واکنش و شناخت منطقی انسان از محیط پیرامون و وقایعی است که شاید فرصت پیش آمده در زمان دیگر به راحتی میسر نباشد.

گزارشگر باید جهان‌بینی درست و واقعی از محیط کوهستان و پیرامون داشته باشد و رویدادها و اتفاقات را بدون دست‌کاری عیناً به مخاطب و جامعه منتقل کند، پرهیز از نوشتن نسبت به اعمال و کردار خود در فعالیت‌های ورزشی و کوه سبب تنبلی و از دست دادن فرصت‌های خوب در برنامه‌های کوه‌نوردی

و امکانات کمکی در منطقه مثل پناهگاه و جان‌پناه و یا خانه روستایی و مسجد، مسیر ماشین‌رو کوهستانی، تاریخ برنامه، وضعیت آب شرب، وضعیت جوی، شرایط اقلیمی و حیات وحش، صدور گواهی صعود، وضعیت زیست‌محیطی، مسیر قله و کار ترکیبی، نوع ابزارهای فنی، مقدار مصرف آب و مواد غذایی، تجهیزات و پوشاک، مسیر ثابت‌گذاری یا نرمال، مسیر ریزش سنگ یا بهمن مسیرهای اصلی



و فرعی، ایستگاهی امن برای استراحت و توقف، آیا در مسیر قله دیده می‌شود، کروکی مسیر و ثبت جی.پی.اس، اسامی مسیرها و مفهوم آن از نظر بومیان، داشتن راهنما از افراد محلی، نام قله‌های اطراف و مناظر منطقه، سابقه تاریخی منطقه، توضیحاتی در خصوص زمین‌شناسی قله، پیش بینی هواشناسی در منطقه، شناسایی یال‌ها و دره‌ها و نیز مسیریابی در فصول سال، زمان‌بندی صعود و برگشت از قله، شناسایی مسیرهای یخچالی و نا امن، ظرفیت تعداد نفرات در برنامه، توانایی اعضای تیم در برنامه، نشان‌گذاری مناطق بهمن خیز و ناایمن، ارزیابی قله و مسیر مورد نظر، اطلاع‌رسانی قبل از برنامه، مطلع ساختن خانواده و نهادهای ذی‌ربط از محتوای برنامه و محل آن، برگزاری جلسه با اعضای تیم در خصوص قله و آشنایی با آن قبل از برنامه. نقد و بررسی برنامه در شرایط مناسب در پایان برنامه و انعکاس آن در گزارش معرفی سرپرست و مربیان و کادر اجرایی، ترکیب افراد از نظر جنسیتی، لیست و تهیه اسامی و مشخصات اعضای تیم، تخمین میانگین سنین افراد، شناسایی فرهنگ و سنت‌های مردم منطقه، نیازمندی‌های دارویی و موارد پزشکی و امدادی و گرفتن شماره تماس از بومیان جهت دسترسی محلی، وضعیت پوشش آنتن دهی در منطقه، تشخیص مسیرهای اصلی و فرعی مسیرهای قله از نظر قطب‌نما و موقعیت قله در منطقه از نظر جغرافیایی جلودار و عقب‌دار، داشتن بی‌سیم و ابزارهای ارتباطی در تیم، هزینه‌های تقریبی برای یک نفر □

می‌شود، از این‌رو لازم است علاقه‌مندان در طول مسیر و مدتی را که در کوهستان با همراهان به سر می‌برند به نکات و رخدادهای توجه کرده و آن را یادداشت کرده و در فرصت مناسب به ویرایش آن بپردازند. بدون شک گزارش‌نویسی و ثبت علایم و نشانه‌های طبیعت و پیرامون تجارب گران‌سنگ مصاحبت و تبادل افکار همراهان در لحظه لحظه‌های صعود و برنامه هم‌مانند شکار لحظه‌ها بوده و باید با قلم شیوا و با فروتنی و تواضع در اختیار جامعه و علاقه‌مندان سپرده شود، با نوشتن می‌توان سخت‌کوشی‌ها و عملکرد گران‌سنگ خود را از گذشته به دیده و نظر عموم گذاشت و تجارب ارزشمند و سترگ انسان را در صعود به قله‌ها و در فراز و نشیب روزگار در عرصه گفتار و عمل به جامعه منتقل کرد، زیرا در این عرصه انسان



موفق به نوشتن و نقد افکار و اندیشه‌های خویش خواهد شد. صداقت در نوشتن و بهره‌گیری از واژه‌های بدیل در عرصه ورزش کوه‌نوردی باید با واقعیت‌ها و محیط پیرامون و تداعی‌دهنده واقعه و صحنه مورد نظر باشد، گاهی برخی از هم‌نوردان و گزارش‌نویسان چشم خود را به واقعیت‌ها بسته و در بیان گزارش بزرگنمایی کرده و برای جلب توجه مخاطب با جملات ساختگی با تعریف و تمجید از مسیر و منطقه مورد نظر به سانسور واقعیت‌ها پرداخته و ذهن خواننده را از واقعیت‌های منطقه دور می‌کنند و یا اصرار دارند مسیرهای پیموده اولین گشایش بوده و در صحت آن گوش شنوا ندارند، بنابراین صحت گزارش و صداقت در گفتار لذت‌بخش و دلنشین است. برای انتقال اطلاعات دقیق برنامه و منطقه مورد نظر لازم است نکاتی به عنوان ضرورت تهیه گزارش در نظر گرفته شود، زمان‌بندی برنامه، محل برنامه، هم‌آهنگی با نهادهای دولتی و احیاناً انتظامی برای ورودی به محل مورد نظر، راه رسیدن به محل، راه شوشه راه مال رو و شروع پیاده‌روی، محل اسکان

تهیه امکانات و تجهیزات به اجرای برنامه پرداخت. شاید نوشتن گزارش‌های تکراری برای بعضی از برنامه‌ها از نظر برخی هم‌نوردان و دوستان کار اضافی و وقت تلف کنی باشد در صورتی که با نوشتن می‌توان مشارکت علاقه‌مندان و جوانان را فراهم کرده و آنان را ترغیب به ثبت اتفاقات روزشمار برنامه‌ها کرد، گزارش‌نویس باید فردی با ذوق و علاقه‌مند باشد تا در تهیه و نوشتن آن اغماض و کوتاهی نکرده و با حوصله و در اسرع وقت توانایی نوشتن و انعکاس آن را داشته باشد، گزارش‌نویسی و انعکاس واقعیت‌های روزانه نیازمند پویایی و تسلط هنر نوشتن در قالب جملات دلنشین و همگرایی واژه‌ها و مفاهیم معنادار و در بیان مسایل و رخدادهای باید رک بود.

متأسفانه تکنولوژی و ابزارهای فیلم‌برداری و مدرن روز سبب شده تا انگیزه نوشتن و ثبت وقایع در جامعه کوه‌نوردی به تدریج از درجه اهمیت کاسته و بیشتر تمایل و حوصله‌ای برای نگارش ندارند، در نتیجه به اطلاعات اینترنتی و نوشته‌های مکتوب گذشته بسنده کرده و نوشتن و نگارش در خصوص وقایع و رخدادهای جامعه کوه‌نوردی را برای نسل آینده ضروری نمی‌دانند.

به یقین معلوم نیست این تفکر و ایده برخاسته از فرهنگ جامعه کنونی تا چه اندازه مقبولیت عمومی داشته و بتواند پاسخ‌گوی نیازهای نسل آینده باشد، ولی به نظر می‌رسد در بینش و نگرش جوانان و قشرهای جامعه کوه‌نوردی به تدریج نوعی تبلی و سستی اجباری در نوشتن و خواندن حاکم گردیده است، بیشتر اوقات در برنامه‌های کوه‌نوردی در یک ستون و صف در حال حرکت و تابع اصول سرپرستی بوده و در نظر داریم نوشتن گزارش را در فرصت دیگری انجام دهیم، گاهی در ارتفاعات فشارهای روانی و خواب ارتفاع آن‌چنان به شخص قالب می‌شود که او فقط قادر است گام‌های خود را در صف و ستون گروه جابه‌جا کرده و از محیط پیرامون بی‌اطلاع است، و گاهی در مسیر یال‌ها و سراشیبی‌ها به‌خصوص در شب و هوای مه‌آلود به دلیل خستگی و کم‌حوصلگی رابطه سر قدم و عقب‌دار قطع شده و در تیم فاصله می‌افتد، از این‌رو باید آگاه باشیم که زمان و فرصت گزارش‌نویسی را از دست داده و آثار و علایم و اتفاقات تلخ و شیرین در برنامه و مسیر طی شده منجر به فراموشی



برگزاری کمپ جوانان اتحادیه جهانی کوهنوردی با صعود قله سبلان

دومین دوره کمپ جوانان اتحادیه جهانی کوهنوردی به میزبانی استان اردبیل، بر روی قله سبلان از ۴ شهریور ماه ۱۳۹۵ آغاز و تا ۸ شهریور ادامه یافت. این کمپ با حضور ۱۱۰ ورزشکار ایرانی و خارجی برگزار شد. میهمانان خارجی در دو بخش مجزا بر روی یخچال شمالی سبلان آموزش یخ و برف و صعود یخچال و در ادامه صعود به قله دماوند را در برنامه داشتند. تیم‌های خارجی شرکت کننده در کمپ تابستانی ایران، از کشورهای آذربایجان، ترکیه، ایسلند، انگلستان، ایرلند، آلمان، افغانستان و نماینده قاره آفریقا سومالی بودند. لازم به ذکر است این برنامه از طریق کارگروه جوانان فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی و طبق تقویم رسمی کمیسیون جوانان اتحادیه جهانی کوهنوردی اجرا گردید. در اجرای این کمپ آقایان محمود هاشمی به عنوان مسئول برگزاری کمپ، همچنین ایرج معانی دبیر کمپ تابستانی ایران (عضو کمیسیون جوانان فدراسیون جهانی) و استاد جلال چشمه قصابانی سرپرست دوره آموزشی و صعود بودند. در برگزاری این کمپ استانداری اردبیل، اداره ورزش و جوانان استان، هیات کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان و هیات کوهنوردی و صعودهای ورزشی شهرستان مشکین شهر همکاری لازم را داشتند.

برگزاری اردوی تیم ملی سنگنوردی اعزامی به پاریس

اردوی تیم ملی سنگنوردی ایران اعزامی به رقابتهای سنگنوردی قهرمانی جهان (اواخر شهریور در شهر پاریس فرانسه) از تاریخ ۴ شنبه ۱۰ شهریور لغایت جمعه ۱۲ شهریور در محل باشگاه فرهنگی ورزشی پیام برگزار گردید. در این اردو نفرات زیر حضور داشتند: رضا علیپور رشته سرعت / علی برات زاده رشته بولدر / بهنام خلجی معلولین / حسن میرزاحسینی معلولین.

«جوجار» نخستین غار با عمق بیش از ۱۰۰۰ متر در «ایران»

در پی برگزاری اکسپدیشن بین‌المللی غارنوردی در کرمانشاه، غارنوردان توانستند به عمق بیش از ۱۰۰۰ متری غار جوجار دست یابند. با این حساب، ایران بیست و یکمین کشوری است که غاری با عمق بیش از ۱۰۰۰ متر دارد. سال گذشته و در پی برگزاری چهارمین اکسپدیشن، عمق غار جوجار به ۸۰۶ متر رسیده بود و بعد از ۴۳ سال که غار پراو، عمیق‌ترین غار ایران شناخته می‌شد، توانست برگ جدیدی را در تاریخ غارنوردی کشور بازگشاید. امسال نیز اکسپدیشن جوجار با حضور ۳۵ نفر از ایران و سه کشور دیگر برگزار شد. بر طبق برنامه‌ریزی‌های انجام شده و در چند مرحله، عملیات اکتشاف در غار جوجار ادامه یافت. در اعماق پایین‌تر جوجار، غارنوردان با سرمای زیاد و حجم زیادی از آب و جریان‌های آبی مواجه شدند و شرایط ویژه‌ای را تجربه می‌کردند. آخرین خبرها حاکی از آن است که غارنوردان به عمق بالای ۱۰۰۰ متر دست یافته‌اند. عمق دقیق غار به زودی و بعد از طی شدن مراحل دقیق نقشه برداری اعلام خواهد شد. لازم به ذکر است که جوجار هنوز مسدود نشده است و ادامه‌ی اکتشاف در عمیق‌ترین غار ایران، به سال آینده موکول شده است.

آئین گرامیداشت چهلمین سال نخستین صعود هشت هزار متری ایرانیان

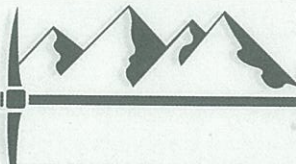
۲۰ مهرماه ۱۳۵۵ برابر با ۱۲ اکتبر ۱۹۷۶ نخستین صعود موفق ایرانیان بر روی یک قله ۸۰۰۰ متری با صعود مشترک تیم‌های ایران و ژاپن محقق گردید. این مهم با صعود محمدجعفر اسدی به همراه کایاما از ژاپن و شریای نپالی همراهشان پاسانگ شریا (تاکسیندو) به هشتمین کوه مرتفع دنیا ماناسلو ۸۱۶۳ متر به ثبت رسید. در آستانه چهلمین سالروز صعود مذکور و با حضور اعضای حاضر آن تیم، و همچنین کلیه ایرانیان فاتح ماناسلو، در شبی باشکوه و خاطره انگیز که با استقبال خوب جامعه کوهنوردی نیز همراه بود؛ یاد آن صعود گرامی داشته شد. بخش‌های مختلف مراسم در یک نگاه اجمالی: سخنرانی و خیر مقدم رضا زارعی رئیس فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی و رویکرد فدراسیون در تداوم برگزاری این گونه مراسم / سخنرانی دکتر فرنی‌زاد رئیس مرکز اطلاع رسانی و روابط عمومی وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات / اهدای لوح تقدیر و هدیه از سوی فدراسیون به دکتر فرنی‌زاد به جهت حمایت‌های ارزنده‌ی ایشان و در اختیار قرار دادن سالن شهید قندی برای برنامه‌های مکرر و مستمر فدراسیون / ارائه حسین مقدم به صورت پاورپوینت با موضوع «معرفی قله ماناسلو و صعود به آن / حضور آقای «تامورا» یکی از کوهنوردان ژاپنی در صعود مشترک چهل سال پیش و ارائه توضیحات وی به همراه پخش عکس و فیلم / ابراز خرسندی از برگزاری این برنامه و اینکه استقبال ایرانیان و این مراسم برای او و همراهانش بسیار قابل توجه و ارزشمند است. حضور آقای «محمد جعفر اسدی» سخنرانی پیرامون صعود مذکور (مشروح سخنان ایشان پیوست است) / اهدای گل از سوی هیات استان همدان به «محمد جعفر اسدی» / رونمایی از تمبر و یادبود تهیه شده فدراسیون با عنوان یادبود چهلمین سالگرد صعود مشترک به ماناسلو (اولین صعود هشت‌هزاری ایرانیان) / تقدیر از تیم مشترک ایران و ژاپن با اهدای لوح تقدیر و یادبود که با حضور «عظیم قیچی‌ساز» نیز همراه بود / تقدیر ویژه از تیمسار خاکبیز و همسر ایشان توسط رضا زارعی / امضای تابلوی یادبود تهیه شده توسط هیات استان قزوین از سوی تیم صعود چهل سال پیش به ماناسلو / تقدیر از هیماالیانوردان معاصر در صعود سال‌های اخیر به ماناسلو / سخنرانی حجت الاسلام عمیدی (برادر زنده یاد مهدی عمیدی فاتح ماناسلو) / آئینی یادبود جاودانه‌های ماناسلو با اهدای لوح و یادبود به خانواده‌های ایشان (زنده‌یادان مهدی عمیدی، جعفر ناصری و عیسی میرشکاری) / تجلیل از محسن عبدلی به جهت اقدام ارزشمند وی در امدادرسانی به کوه نورد ژاپنی / اهدای کتاب یادبود صعود ماناسلو توسط کوه نوردان ژاپنی به فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی ایران.

کسب مدال برنز تیمی سرعت بانوان در مسابقات سنگنوردی قهرمانی آسیا

تیم سه نفره سرعت بانوان ایران در مسابقات قهرمانی آسیا که در چین جریان دارد، موفق به کسب مدال برنز تیمی شد. این تیم متشکل از: فرناز اسماعیل زاده، الناز رکاکی و سیما سلطانی به این مدال دست یافت. همچنین تیم ۳ نفره سرعت مردان ایران نیز در رده چهارم قرار گرفت. این رقابت‌ها در شهر «دویون» چین با حضور ورزشکاران دوازده کشور آسیایی برگزار شد و در این دوره تیم ملی سنگنوردی کشورمان نیز با ۹ ورزشکار حضور یافت. اسامی تیم اعزامی: منصوره گرجی - سرپرست / سنگنوردان (بخش مردان): علی برات زاده - خسرو هاشم‌زاده - رضا کلاسنکیان - احمدرضا سلگی - رضا علیپور - حمیدرضا توندجانی / سنگنوردان (بخش زنان): الناز رکاکی - فرناز اسماعیل زاده - سیما سلطانی.

تبریک صعود تیم کوه نوردی خراسان رضوی به قله «پوبدا»

بنا به گزارش روابط عمومی هیئت استان خراسان رضوی و طبق اطلاعات واصله، یکشنبه ۳۱ مردادماه ۹۵ گام‌های استوار کوهنوردان خراسان با بیش از یکماه تلاش بی‌وقفه، بر بلندی ۷۴۳۹ متری قله پوبدا رسید.



نام آشنای کشورمان با ارائه تصاویری مسیر فرانسوی‌ها را تشریح کرد. - با حضور دو دیواره نورد فرانسوی و "ابراهیم نوتاش"، ضمن پخش فیلم مستند گشایش مسیر فرانسوی‌ها، روایت این صعود توسط ایشان و با ترجمه و همراهی "ابراهیم نوتاش" ارائه شد. - سئوالات متنوع و مختلف حضار توسط مجری مطرح و از سوی فرانسوی‌ها با مساعدت "ابراهیم نوتاش" پاسخ داده شد. - از دو دیواره نورد فرانسوی و همسر یکی از ایشان، با اهدای لوح و یادبود تقدیر به عمل آمد. - لوح یادبود گشایش مسیر فرانسوی‌ها توسط این دو دیواره نورد، به فدراسیون، انجمن کوه نوردان و فصلنامه کوه اهداء گردید. (شایان ذکر است برخی از تجهیزات ارزشمند صعود ماندگار ایشان، مثل کلنگ و کارابین به موزه انجمن و فدراسیون هدیه شد). - فتوکلیپی از اولین صعود ایرانیان از مسیر فرانسوی‌ها پخش شد و ضمن گرمیادداشت نام و یاد یکایک نفرات شرکت کننده در آن صعود، از اعضای حاضر: ابراهیم بابائی، کیومرث بابازاده و بیژن صادقی با اهدای لوح تقدیر شد. - با یادی از "صفر نقوی" راهنمای فقید فرانسوی‌ها در برنامه گشایش مسیر سال ۱۳۴۵، از پیشکسوتان خدوم منطقه علم‌کوه: "علی دوست فرضی"، "علی محمد فرضی" و "رسول نقوی" با اهدای لوح و هدیه تجلیل به عمل آمد. - از "حسین هیثم کار" با ۷۲ بار صعود به علم‌کوه که ۱۹ بار آن از مسیر فرانسوی‌ها انجام شده، با اهدای لوح و کلنگ نمادین فدراسیون، تقدیر شد.

در سومین جشنواره صعودهای برتر کوه‌نوردی صورت گرفت

اهدای کلنگ و کارابین نمادین به برترین صعودهای سال گذشته

در آئین اختتامیه سومین جشنواره صعودهای برتر که دوشنبه ۱۴ تیر ماه ۹۵ از ساعت ۱۷:۳۰ الی ۲۱ در سالن «شهید قندی» وزارت ارتباطات برگزار شد؛ بر اساس نظر هیات داوران، برنامه‌ی «صعود زمستانی دره یخار دماوند» برنامه مشترک کوه‌نوردان زنجان و گروه کوه‌نوردی تهران به سرپرستی «بوالفضل زمانی» و با حضور «حسین مقدم» و «اکبر دلریش» به عنوان برنامه‌ی برگزیده جشنواره در حوزه «پیمایش» معرفی، تقدیر و «کلنگ نمادین» جشنواره (از تولیدات جدید شرکت "هفت گوهر") توسط «رضا زارعی» رئیس فدراسیون و «رضا شهلایی» هیمالیانورد نام آشنا و «کوه‌نورد دوران» این دوره از جشنواره به اعضای این تیم اهداء شد. همچنین، برنامه «گشایش مسیر بیداد دیواره غربی علم‌کوه» به عنوان برنامه برگزیده داخلی در حوزه «فنی» معرفی و لوح تقدیر و یادبود جشنواره مزین به «کارابین نمادین» به اعضای این تیم: «فرشاد میجوجی»، «مرتضی نوروزی»، «بهرام فرخ زاد»، «علیرضا صلواتی‌ها»، «جلیل عباسی زاده»، «مسعود مهدی خواه» و لوح تقدیر به تصویربردار این گروه «محمود انصاری» اهداء شد. در مجموع، برنامه «گشایش مسیر بیداد دیواره غربی علم‌کوه» به عنوان برنامه برگزیده داخلی در حوزه «فنی» معرفی و لوح تقدیر و یادبود جشنواره مزین به «کارابین نمادین» به اعضای این تیم «فرشاد میجوجی»، «مرتضی نوروزی»، «بهرام فرخ زاد»، «علیرضا صلواتی‌ها»، «جلیل عباسی زاده»، «مسعود مهدی خواه» و لوح تقدیر به تصویربردار این گروه «محمود انصاری» اهداء گردید و در نهایت نیز با ارائه اسم تیم برگزیده از سوی «حسن نجاریان» رئیس هیات داوران و اعلام توسط کوه‌نورد دوران «رضا شهلایی»؛ برنامه‌ی «صعود زمستانی دره یخار دماوند» برنامه مشترک کوه‌نوردان زنجان و گروه کوه‌نوردی تهران به سرپرستی «بوالفضل زمانی» و با حضور «حسین مقدم» و «اکبر دلریش» به عنوان برنامه‌ی برگزیده جشنواره در حوزه «پیمایش» معرفی، تقدیر و «کلنگ نمادین» جشنواره (از تولیدات جدید شرکت "هفت گوهر") توسط «رضا زارعی» رئیس فدراسیون و «رضا شهلایی» هیمالیانورد نام آشنا و «کوه‌نورد دوران» این دوره از جشنواره به اعضای این تیم اهداء شد. همچنین «کلنگ نمادین جشنواره» به پیشکسوتان «صدیقه مقدم» و «حسن جواهرپور»، امید به زندگی؛ «محسن پورقاسم» و «کوه‌نورد دوران»؛ «رضا شهلایی» اعطا شد.

و غریو "الله اکبر" آنان از فراز این قله طنین‌انداز شد. جامعه کوه‌نوردی استان خراسان رضوی ضمن آرزوی سلامتی، این موفقیت را به یکایک اعضای تیم، خانواده‌های گرمی و عموم علاقمندان و کوه‌نوردان تبریک می‌گوید. فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی نیز صعود موفقیت آمیز به قله "پوبدا" به سرپرستی "حسین امانی" را به جامعه کوه‌نوردی کشور و استان، هیئت کوه نوردی استان خراسان رضوی و یکایک اعضای تیم تبریک و تهنیت می‌گوید.

کسب مدال برنز جام جهانی سنگ‌نوردی در فرانسه توسط «رضا علیپور»

سومین مرحله از مسابقات سنگ‌نوردی جام جهانی در ماده سرعت با کسب مدال برنز رضا علیپور قهرمان ارزنده کشورمان پایان یافت. در دیدار رده بندی این رقابتها علیپور با زمان ۰/۱۶ ثانیه بر استانیسلاو کوکورین از روسیه غلبه کرد و بر سکوی سوم ایستاد. همچنین در فینال این رقابتها مارچین زینسکی از لهستان به مدال طلا و لیور روزا از چک به مدال نقره دست یافتند. در رده بانوان نیز ورزشکاران فرانسه، لهستان و روسیه بر سکوی سه گانه ایستادند. علیپور پیش از این در مرحله نخست عنوان هشتم و در مرحله دوم به مدال طلای این رقابتها دست یافته بود. لازم به ذکر است چهارمین مرحله رقابت های سرعت روز ۱۵ جولای در شهر ویلارس سوئیس برگزار خواهد شد.

آغاز دوره مربیگری در جه یک صعودهای ورزشی با حضور مدرس آلمانی

دوره مربیگری درجه یک صعودهای ورزشی با حضور «اندریاس هافمن»، مربی اسبق تیم ملی آلمان (پدر ساختار سنگ‌نوردی نوین آلمان) در مجتمع کوهستانی پلور برگزار شد. شرکت کنندگان دوره: مهدی زنده‌کار، اکبر ثابت‌کار، آرتیمس فرشادیکانه و مسعود زینالی/سرپرست و ناظر دوره: عبدالرضا نقیب‌زاده / پشتیبانی: جعفر شکوری. این دوره تا اول مرداد ماه ادامه داشت. مرحله اول دوره فوق نیز یک هفته قبل‌تر در پل خواب برگزار شد. شایان ذکر است: همزمان با برگزاری دوره مربیگری درجه یک صعودهای ورزشی در مجتمع کوهستانی پلور در هنگام معارفه، اهداف برگزاری دوره فوق، دستاوردهای اخیر در حوزه صعودهای ورزشی، آموزش بویژه طراحی و داوری و مربیگری و در ارتباط با برگزاری مسابقات داخلی و میزبانی‌های آسیایی، نتایج کسب شده، عرصه و عیان و زیرساخت‌های صعودهای ورزشی در کشور شامل دیواره‌ها، سالن‌ها، امکانات و تجهیزات، ورزشکاران، عوامل اجرایی، چگونگی مدیریت، رشد، توسعه و موارد دیگر با «اندریاس هافمن» مدرس دوره، توسط «داووپور» صحبت و ارائه شد.

آئین گرمیادداشت پنجاهمین سالگرد گشایش مسیر فرانسوی‌ها بر دیواره علم‌کوه

عصر روز دوشنبه ۴ مرداد ماه ۹۵ سالن اجتماعات شهید قندی میزبان علاقه‌مندان به کوه نوردی بود تا در آئین گرمیادداشت پنجاهمین سالگرد گشایش مسیر فرانسوی‌ها بر دیواره علم‌کوه شبی باشکوه و خاطره‌انگیز را برای خود و صداقت به برای دو دیواره نورد فرانسوی "الن بلاسیه" و "برنارد کونو" رقم بزنند. مراسمی که با بخش‌های مختلف و متنوعی به شرح ذیل همراه بود و تا ساعت ۲۱ به طول انجامید. شرح اجمالی مراسم: - برنامه راس ساعت ۱۷:۳۰ با تلاوت قرآن کریم، نواختن سرود ملی، پخش تیزرهای مربوطه و اجرای "حسین رضایی" در سالن اجتماعات شهید قندی وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات، آغاز شد. "رضا زارعی" رئیس فدراسیون کوه نوردی و صعودهای ورزشی اولین سخنران مراسم بود و به بیان رویکردهای این مراسم پرداخت. (مشروح سخنان به پیوست است) - "عباس ثابتیان" مدیرعامل انجمن کوه‌نوردان ایران با پخش اسلاید به ارائه اطلاعاتی در خصوص جغرافیای منطقه علم‌کوه پرداخت. - "عامر ازوجی" از دیواره نوردان خوب کشورمان نیز با نمایش اسلاید و کروکی، مسیرهای علم‌کوه و فعالیت‌های شاخص انجام شده را معرفی کرد. - "حسن گرمی" دیواره نورد

اخبار انجمن کوهنوردان ایران

انجمن کوه نوردان ایران
Alpine Club of Iran

انتشار کتاب

کتاب «گزیده‌ای از مقاله‌های نخستین جشنواره کوهنوشته‌ها» در اسفند ۹۴ از سوی بنیاد محمدی‌فر و انجمن کوهنوردان ایران منتشر شد. این کتاب، در بر گیرنده ۳۵ یادداشت و مقاله که به نخستین جشنواره کوهنوشته‌ها (۲۰ آذر ۱۳۹۳) ارایه شده بود، گزارشی از جشنواره، بیانیه هیات داوران جشنواره، و همچنین دو مقاله از عباس محمدی و حسن نیک‌منش (از دست اندرکاران جشنواره) است.

نمایشگاه عکس‌های اسماعیل کشتکار، و تقدیر از محمد

نوری

هشمین نمایشگاه عکس «تندیس خیال» در برگزیده مجموعه عکس اسماعیل کشتکار، کوهنورد و طبیعت‌پیمای اهل سپیدان فارس، با همکاری انجمن کوهنوردان ایران، انجمن غار و غارشناسی ایرانیان، فرهنگسرای اشراق، باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند، و باشگاه کوهنوردان آرش با گرامیداشت «روز زمین» (دوم اردیبهشت) از ۱ تا ۱۰ اردیبهشت ۱۳۹۵ در فرهنگسرای اشراق (تهران) برگزار شد. در مراسم افتتاحیه این نمایشگاه، همچنین از یک عمر فعالیت‌های کوهنوردی و تشکیلاتی محمد نوری، کوهنورد برجسته کشور تقدیر شد.

دیدهبان کوهستان

همکاری با گنج پشתיبان زیست‌بوم

پا گرفتن این نهاد مردمی که در واقع صندوقی است برای نیکوکاری‌های محیط زیستی، تا حد زیادی مرهون پیگیری‌ها و تلاش‌های انجمن کوهنوردان بوده است. جامعه کوهنوردی که از دیرباز نقشی فعالی در گسترش فرهنگ حفاظت از محیط زیست و در دیدبانی طبیعت داشته، در فعالیت‌های این صندوق هم حضور موثری داشته است. نمونه شاخص این مشارکت‌ها، جمع‌آوری حدود یک میلیارد تومان کمک مالی برای آزاد کردن دو محیط‌بان از زندان بود که در زمستان ۹۴ به نتیجه رسید. کوهنوردان شهرهای اصفهان، تهران، امل، بابل، و ساری، در این پویش حضور بسیار پررنگ و اثربخشی داشتند.

کارگاه‌های آموزشی

در چند فصل گذشته، نشست‌ها و کارگاه‌های آموزشی چندی داشته‌ایم که از آن جمله اند: آموزش درخت‌کاری در پارک پردیسان تهران ۹۴/۱۱/۱۶ (یادبود جان‌باختگان برودپیک، با همکاری باشگاه آرش)، نهال‌کاری در روستای سیجان با همکاری دفتر انجمن در این

سنگ‌ها را سوراخ سوراخ نکنیم

سوراخ کردن سنگ‌ها و دیواره‌ها از مسایلی است که از دیرباز در میان کوهنوردان مورد بحث و مناقشه بوده است. با توجه به گسترش فعالیت‌های دیواره‌نوردی در ایران، و نظر به آسیب‌هایی که رول‌کوبی‌های بی‌ضابطه و تجهیز غیر مسولانه مسیرهای سنگ‌نوردی به کوهستان وارد می‌کند، انجمن کوهنوردان ایران نشست‌هایی را برای هم‌اندیشی در این زمینه برگزار کرده است. در پی نشست ۲۷ مرداد ۱۳۹۴ دومین نشست هم‌اندیشی در این زمینه با موضوع «ضرورت تعیین و تفکیک مناطق آموزشی» در روز یکشنبه ۶ دی ماه ۱۳۹۴ از ساعت ۱۷ تا ۲۰ در دفتر انجمن با حضور شماری از فعال‌ترین سنگنوردان و دیواره‌نوردان کشور برگزار شد. امید است که این گونه نشست‌ها، به حفظ سلامت و زیبایی صخره‌های زیبای کشورمان کمک کند.

نهمین دوره جشنواره یخ‌نوردی

یکی از قالب‌های آموزشی جدید در ایران که انجمن کوهنوردان معرفی کرده، جشنواره یخ‌نوردی بوده است که تاثیرگذاری خوبی در فضای کوه‌نوردی کشور داشته و مورد استقبال هم قرار گرفته است. نهمین دوره این جشنواره، از ۲۰ تا ۲۳ بهمن در رودبار قصران (همه‌لون) با همکاری هیات کوه‌نوردی رودبار قصران، شهرداری اوشان، و گروه کوه‌نوردی میگون برگزار شد. در این جشنواره، فعالیت‌های یخ‌نوردی، اسکی، و کوه‌نوردی زمستانی انجام شد و در ضمن، آموزش‌های مربوطه نیز ارایه گردید.

نشست‌های همگانی

در روز ۱۷ اسفند، در یکصد و بیستین نشست همگانی انجمن در تهران، گزارش سه صعود شاخص زمستان ۹۴ (صعود گرده آلمانی‌ها، نخستین صعود زمستانی قله میل فرنگی، و نخستین صعود زمستانی ستیغ اشتر به سکه‌نو در استان البرز) ارایه شد. یکصد و بیست و یکمین نشست هم در روز ۲۸ اردیبهشت ۹۵ برگزار شد و در آن گزارش‌های گشایش «مسیر یخچال‌های ایران» در دره یخار (زمستان ۹۴) و گزارش گشایش مسیر روی شاخک علم‌کوه (زمستان ۹۴) ارایه شد. در روز ۲۴ خرداد، دفتر کنندگی امل در یک همایش با همکاری انجمن دوستداران دماوندکوه، فیلم مستند «مادرکشی» (با موضوع سدسازی و مدیریت آب) را در سالن ارشاد امل نمایش داد. در این همایش، دکتر شارع‌پور (جامعه‌شناس) در مورد تاثیر اجتماعی برنامه‌های سدسازی و انتقال آب صحبت کرد.

آموزشی و ترویجی در روستاها و شهرهای نزدیک به منطقه‌های حفاظت‌شده اجرا گردد.

حمایت از رودخانه‌ها

رودها از کوهستان سرچشمه می‌گیرند و زندگانی‌بخش تمامی سرزمین ما هستند. «مدیریت سازه‌ای» منابع آب در چند دهه گذشته تقریباً تمامی تأکید خود را بر ساخت سد و کانال انتقال آب گذاشته و به این ترتیب به بوم‌سازگان رودها و تالاب‌ها و مصب‌ها آسیب بسیاری وارد کرده است. دیده‌بان کوهستان در ده سال گذشته، جزو فعال‌ترین منتقدان این شیوه مدیریت منابع آب بوده و توانسته در کنار دیگر کنشگران محیط‌زیست تا حدی بر تغییر نگرش مسولان، اثرگذاری کند. در چند ماه گذشته، در مورد رودخانه جاجرود که یکی از منابع مهم آب تهران است، همراه با کوهنوردان لواسان در مقابل اقدام‌های مخرب شهرداری لواسان (قطع درختان حاشیه رودخانه در محدوده پل لواسان، برداشت شن و ماسه، و شروع به ساخت مرکز تفریحی در حاشیه رود) موضع‌گیری کرده ایم. گفتگو و برگزاری نشست با مسولان آب منطقه‌ای و اداره محیط زیست لواسان، نامه‌نگاری با سازمان محیط زیست، مراجعه به فرمانداری شمیرانات، کار رسانه‌ای، و اعلام شکایت... بخشی از این فعالیت‌ها بوده است.

همچنین در مورد طرح انتقال آب از هلیل‌رود که مورد اعتراض مردم جنوب استان کرمان است، با کار رسانه‌ای و نامه‌نگاری با سازمان محیط زیست، کوشیده‌ایم که ابعاد منفی طرح را به آگاهی مسولان و قشرهای گوناگون جامعه برسانیم. در مورد طرح انتقال آب از حوزه دریای خزر به استان سمنان هم موضع‌گیری‌هایی داشته و همچنان پیگیر موضوع هستیم.

هیات امنای بنیاد محمدی‌فر، و انجمن کوهنوردان ایران، کوشندگان راه ارتقای فرهنگ کوهنوردی و حفاظت کوهستان را به مشارکت در برگزاری دومین دوره جشنواره کوه‌نوشته‌ها دعوت می‌کنند:

هدف از برگزاری جشنواره دوسالانه کوه‌نوشته‌ها، معرفی نوشتارهایی است که به آموزش و ارتقای کوهنوردی، و به حفاظت از محیط زیست کوهستان کمک کرده‌اند. نخستین دوره جشنواره، در ۲۰ آذر ماه ۱۳۹۳ برگزار شد و دومین دوره نیز مانند قبل، هم‌زمان با «روز جهانی کوهستان» (۱۱ دسامبر ۲۰۱۶/۲۱ آذر ۹۵) برگزار خواهد شد.

همگان می‌توانند کتاب یا مقاله‌های خود را که به صورت چاپی یا در فضای مجازی منتشر شده و در دوره پیش در میان آثار برگزیده نبوده است، برای شرکت در جشنواره معرفی کنند.

به پدیدآورندگان کتاب‌ها و مقاله‌های برگزیده، تندیس، لوح سپاس، و جایزه نقدی داده می‌شود.

در مورد تاریخ انتشار اثر، محدودیتی وجود ندارد.

مهلت برای فرستادن آثار: تا ۱۵ مهر ماه ۱۳۹۵

لطفاً بر روی پاکت آثاری که می‌فرستید یا در قسمت «subject» رایانامه (ای‌میل)‌های خود بنویسید: مربوط به جشنواره کوه‌نوشته‌ها

نشانی برای فرستادن آثار، و نظر و پیشنهاد: تهران- خیابان انقلاب، جنب لاله‌زار، شماره ۵۹۰، واحد ۱۲، کد پستی: ۱۴۵۷۷۴۵۴، انجمن کوهنوردان ایران

تلفن: ۶۶۷۱۲۲۴۳، نمابر: ۶۶۷۱۲۴۲۱

info@alpineclub.ir

روستا، همچنین نهال کاری در پل خواب با همکاری باشگاه دماوند (اسفند ۹۴)، کارگاه پیشگیری از حوادث و سوانح (۱۳۹۵/۱۲۰)، دفتر کنندگی ساری، کارگاه‌های متعدد طبیعت‌پیمایی با کودکان و همکاری با «مدرسه‌های طبیعت» (دفتر ساری)، کارگاه آموزش کاشت بذر در منطقه‌های خشک (تهران، ۱۷ اسفند ۹۴ و بندپچال، فروردین ۹۵)، کارگاه گیاه‌شناسی در باغ ملی گیاه‌شناسی (تهران، سوم اردیبهشت ۹۵)، آشنایی با بوم‌سازگان غارها (غار قلعه‌کرد- ۲۳ و ۲۴ اردیبهشت ۹۵)، کارگاه آشنایی با معماری و نورپردازی سازگار با محیط زیست (اول تیر، دفتر انجمن).

نشست با مسولان

اعضای انجمن، در هر هفته به دعوت سازمان‌های دولتی و غیردولتی، در چند نشست شرکت می‌کنند. حضور در نشست‌های دولتی، غالباً فرصت شنیدن نظر مسولان، گفتگو با ایشان، و منتقل کردن نقطه‌نظرها و پیشنهادها را فراهم می‌کند. از جمله جلسه‌هایی که در چند ماه گذشته در آن حضور داشته‌ایم، می‌توان به این‌ها اشاره کرد: نشست در وزارت ورزش با وزیر و رئیس دفتر محیط زیست و توسعه پایدار وزارت، و دریافت لوح تقدیر ورزش به خاطر مشارکت در برنامه آژانس‌سازی محیط‌بانان دنا از زندان (۱۱ اردیبهشت)؛ نشست با کنندگان گروه‌ها و باشگاه‌های کوهنوردی، رئیس هیات تهران، رئیس دفتر محیط زیست و توسعه پایدار وزارت ورزش، و مدیرکل دفتر آموزش و مشارکت‌های مردمی سازمان محیط زیست با موضوع استفاده از توانمندی کوهنوردان برای حفاظت از کوه‌ها (۱۲ اردیبهشت)؛ حضور در همایش روز جهانی محیط زیست در نهاد ریاست جمهوری (۱۸ خرداد)؛ حضور در نشست دفتر سازمان ملل در تهران به مناسبت روز جهانی محیط زیست (۱۹ خرداد)؛ مشارکت در برگزاری همایش انجمن مفاخر معماری به مناسبت روز جهانی مقابله با بیابان‌زایی (۲۶ خرداد)؛ نشست با کنندگان پارلمان اروپا به همراه چند تن از کنندگان دیگر سازمان‌های مردم‌نهاد محیط زیستی و کنندگانی از وزارت خارجه و بخش اداری مجلس شورای اسلامی (۲۱ تیر).

نگاهیانی از دشت شقایق دماوند

دفترهای کنندگی انجمن در آمل و بابل، در همکاری با انجمن دوستداران دماوندکوه، برای دوازدهمین سال پیاپی در آخر هفته‌های نیمه خرداد تا نیمه تیر، در «دشت شقایق» (در جاده پلور- رینه) حضور داشتند و در گفتگوی رو در رو با گردشگران، مردم را با اصول طبیعت‌پیمایی سازگار با محیط زیست آشنا کردند. این دوستان همچنین با کمک فرمانداری و راهداری لاریجان توانستند گاردریل کناره جاده را تکمیل کنند تا خودروها وارد دشت شقایق نشوند.

درخواست از سران سه قوه

در پی کشته شدن سه محیط‌بان و یک جنگل‌بان در چهار ماه ابتدای سال ۹۵، مدیر گروه دیده‌بان کوهستان، به همراه سه کنشگر محیط زیست دیگر (حسین آخانی استاد دانشگاه تهران، بهمن ایزدی رئیس هیات مدیره گنج‌بهشتیان زیست‌بوم، و علیرضا افشاری دبیر دیده‌بان یادگارهای فرهنگی و طبیعی) در نامه سرگشاده‌ای خطاب به سران سه قوه خواستار اجرای دقیق قوانین موجود و وضع مقررات حمایتی جدید به نفع محیط‌بانان کشور شدند. آنان همچنین خواستار افزایش تعداد محیط‌بانان شدند و درخواست کردند که برنامه‌های

Dragon Temple

Jafar Sepehri

In the domain of Zagros Chain Mountain, there is a wonderful ancient temple in the rocks with two dragons on its sides like two horrified guards that usher you inside.

The Dragon Temple has a rectangle plane and the native people named it "Shirin and Farhad" which were Iranian lovers like "Romeo and Juliet". Many ancient mountain sculptures in Iran are named from these two lovers which has deep roots in Iranian myths. The Dragon Temple also named Dashkasan which is a Turkish word meaning cutting stone.

The Zagros Mountain chain is the mother of Iranian civilization. Likewise, April is the most beautiful month there. Everywhere it is green and all covered with flowers with special lovely scarlet copses. The mountain peaks are covered by white glaciers, with shiny sunlight in a blue sky which includes some scattered cumulus clouds. They create one of the most fantastic fantasy views that you can imagine. At the same time, friendly birds sing in tree blossoms while noisy lambs scamper in the hayfields. The magic of nature is completed by the voice of roaring moving watered and seasonal waterfalls you can hear everywhere.

The land of the largest Oak forest in the world and the land of Rock, which is the echo of animal voices in their marriage season in the spring break gives a horrifying mountain silence. Zagros is the land of music.

Everywhere in this area is full of mystery. There is a rectangular pond at the entrance. All around the dragon temple are beautiful sculptural flowerers around three similar manmade arches. The most important part of the temple sculptures are two five meter symmetric dragons in front of each other on the side walls. Symmetricity is the most important factor in ancient Iranian arts.

The secret behind these sculptures make the Dragon Temple a mysterious one. Scientists and archeologists believe that the dragon temple originally was a Mitra temple. Mitra was the ancient Indo-Iranian divinity god.

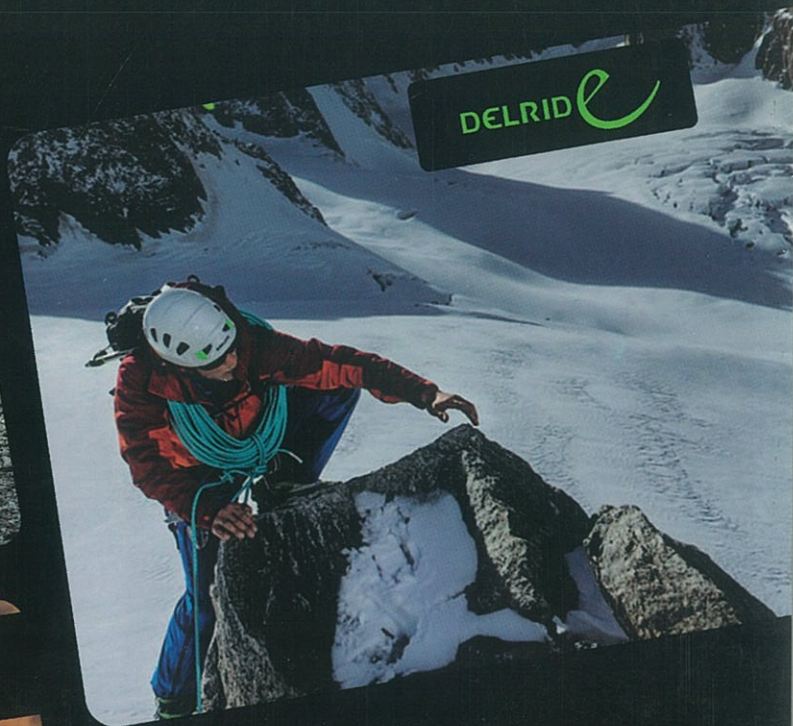
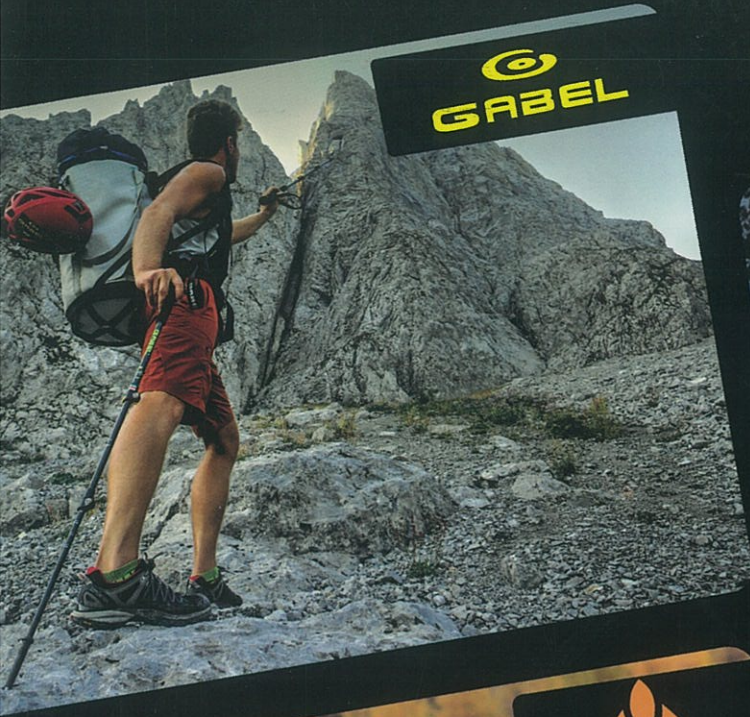
Dragons in Iranian culture and snakes in Mithraism have basic and effective rolls. All around Iran, you can see footnotes of the dragons in native cultures. For example, in south west of Iran, there is a boiling tar fountain that people believe is the blood of the dragon which was killed by Iranian immortal hero, Esfandiar. Here, two dragons direct you inside the temple like two guards. There is another Mitra temple in North West of Iran with a similar plane; although it has no dragons.



In the Mongol area, there is the Ilkhan dynasty, Iranian and Chinese artists renew the temple and added more sculptures in addition to the two dragons, which was near the new capital. They cut green stones from a mine near the temple to make the kings palace. This temple shows Iranian art in 13th and early 14th century. After the Mongol attacked and destroyed the known world, millions of people were killed, Iranian art was shown like a phoenix rising.

The dragon temple is one of the best kinds of Iranian sculptured architecture; and so the only one which is mixed with artistic creations Iran and China.

Toronto, June 2016



نایت اسپرت NIGHT Sport

فروشگاه لوازم کوهنوردی

شعبه ۱: خیابان ولیعصر - بالاتر از میدان منیریه - نرسیده به
چهار راه سپه - نبش پاساژ المپیک - پلاک ۱۰۴۵
دفتر پخش: خیابان ولیعصر - بالاتر از میدان منیریه - نرسیده به
چهار راه سپه - نبش کوچه ایرانیان - پلاک ۱/۱
همراه: ۰۹۱۲ ۳۸۴۴۶۲۰ وحید حسینی
تلفن: ۶۶۴۶۴۰۷۵
۶۶۹۵۶۵۱۶

[telegram.me/nightsport](https://t.me/nightsport)

VAUDE

بنا د ک

فروشگاه تخصصی ورزش های کوهستانی

کوهنوردی ، سنگ نوردی ،
اسکی و کمپینگ

عرضه کننده لوازم

Shop **Bonadak**



deuter



adidas



CAMP



MAMMUT



LA SPORTIVA



SOLEUM



Boyer



KOVEA



uvex



MILLET
MOUNTAIN BY EXPERIENCE



simond
CAMPING - since 1988



PETZL



primus



Beal



Raichle



FERRINGO



Bonadak

نمایشده محصولات
کفش باندک

Bonadak

LOWA

Handcrafted in Europe

تهران : میدان منیریه
خیابان ولیعصر
نرسیده به چهارراه سیپه
مقابل پاساژ تابان
شماره ۱۲۹۸

۶۶۴۶۰۵۷۰

تلفن : ۶۶۴۶۳۱۸۱

۶۶۴۶۵۵۸۵۰