

شهریه دوستداران طبیعت

۱۳

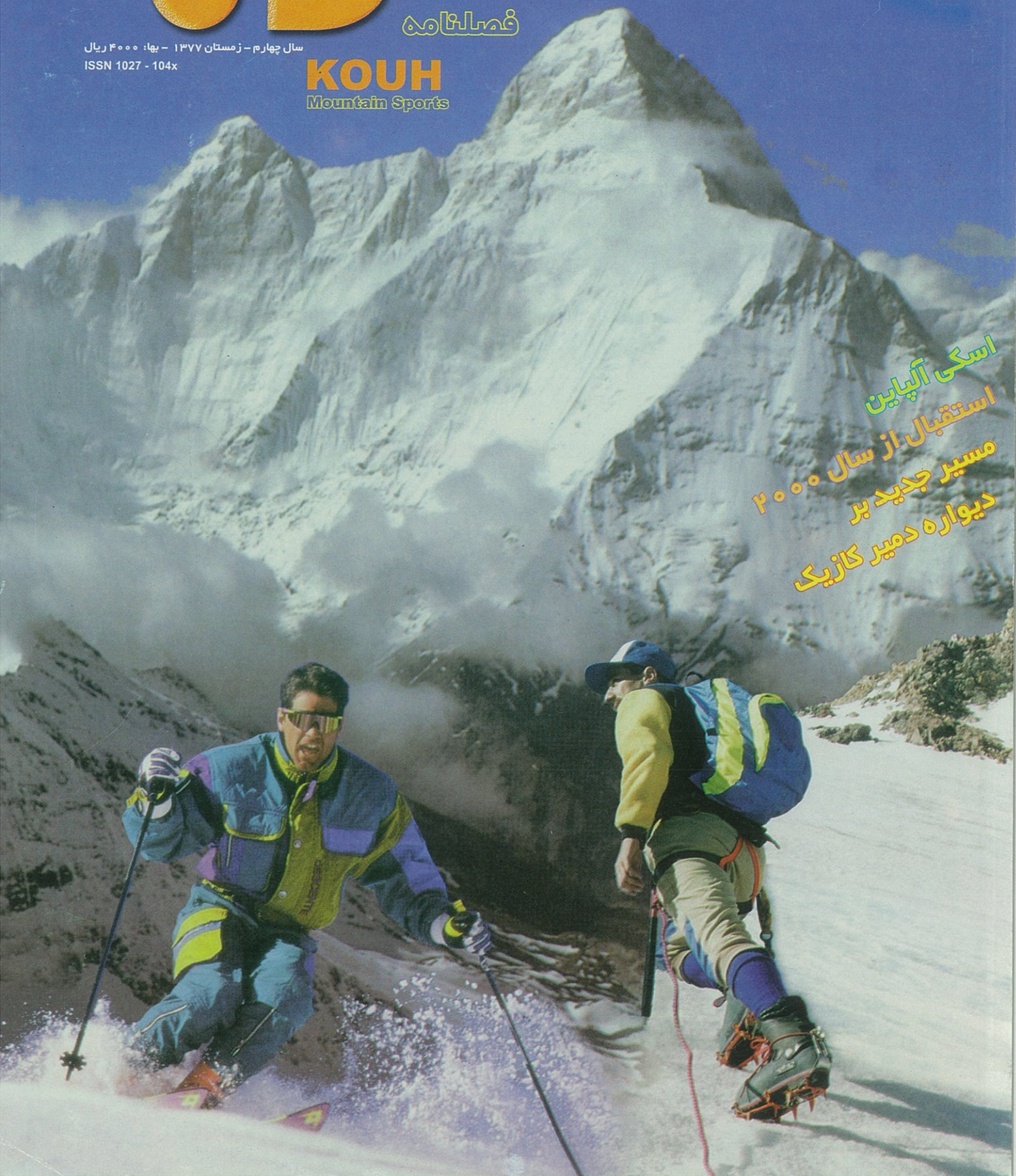
کوه

فصلنامه

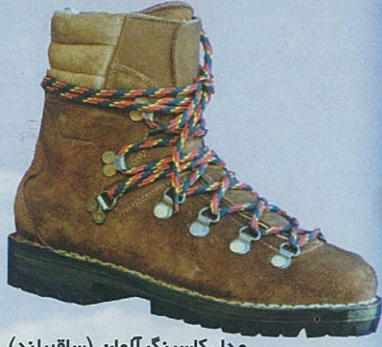
سال چهارم - زمستان ۱۳۷۷ - بها: ۴۰۰۰ ریال
ISSN 1027 - 104x

KOUH
Mountain Sports

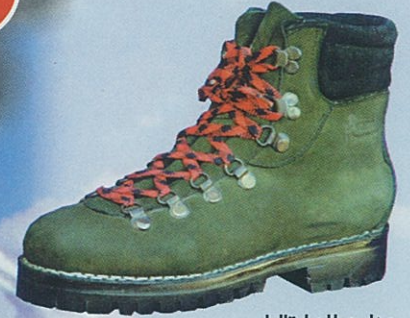
اسکی آپاین
استقبال از سال ۲۰۰۰
مسیر جدید بر
دیواره دمیر گازیگ



کوهپیار



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)



مدل میلان ایتالیا

فروشنده انواع لوازم کوهنوردی
و کمپینگ داخلی و خارجی



مدل میلان، شبرو
(ساق متوسط)



طرح ابتکاری کوهپیار



مدل سوپر شارون فرانسه
(کوهپیمایی سبک)



جدیدترین مدل آلپ اتریش



مدل اتریشی (ساق کوتاه)

طراح و تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی
طرف قرار داد با هیئت های کوهنوردی.
اداره جات. سازمانها و کلیه
گروههای کوهنوردی

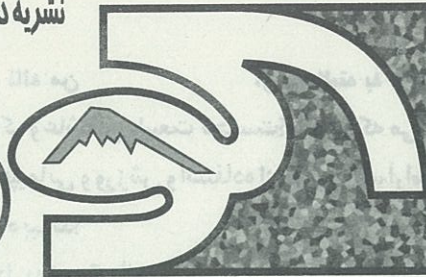
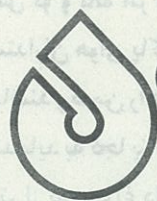


مدل میلان ایتالیا



مدل کاسینگر آلمان (ساق بلند)

آدرس فروشگاه: تهران، خیابان ولی عصر، بالاتر از میدان منیریه، روبروی خیابان مهدیه
جنب کوچه زعفرانچی، پلاک ۱۲۵۷ تلفن: ۶۴۰۰۱۱۹۰ مدیرو: غفار حسین زاده



فصلنامه کوه

نشریه دوستاران طبیعت
زمستان ۱۳۷۷

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:

دکتر حسن صالحی مقدم

زیر نظر شورای نویسندگان

مدیر داخلی:

مسعود اشرفی

با تشکر از:

جلیل کتبی‌های - دکتر محسن محسنین -
مهندس وارطان زاکاریان - مهدی شیرازی
رضا چهکنوی - مرتضی موسوی -
مهندس شاهیور صمصام - مهندس
م. برزگر - مهندس مجید بنی‌هاشمی

ویراستار:

مرضیه مرآت نیا

ناایب کامپیوتری، گرافیک و
صفحه‌آرایی: فصلنامه کوه (کتایون محمدی
جنیدی، فاطمه صبوری و امیر حسین صالحی جم)

لیتوگرافی دیجیتال: پرتوگراف

۸۷۶۰۶۴۹ - ۸۷۶۷۴۹۹

چاپ و صحافی: مازیار

۳-۲۰-۸۸۴۸۰

طرح روی جلد از: تبلیغات رسام

تلفن: ۸۰۰۱۲۰

م - اشتری جعفری

در طرح روی جلد از عکس ارسالی آقای
علیرضا ورزم نیز استفاده شده است

۶۳	جدول	۲	اول دفتر
۶۴	واژه نامه کوهنوردی	۳	بدون بازگشت
۶۶	دائرة المعارف کوهنوردی	۷	ایرانیان فاتحان اورست
۶۸	پیشگامان فیلمبرداری در کوهستان	۱۷	کوهنوردی نوین در ایران
۷۰	نخستین صعود زمستانی دنالی	۲۲	از دماوند بیشتر بدانیم
۷۳	برود بیک	۲۶	چهل چشمه یا هزار چشمه
۷۶	کمک‌های اولیه	۲۸	موقعیت کوه‌های بزد
۷۸	خوب دیدن	۳۱	آشنایی با پیشکسوتان
۷۹	معرفی گروه‌های کوهنوردی	۳۲	بخجالی‌های ایران
۸۰	اتاق‌های برفی	۳۴	گفتگو
۸۲	تخته‌ها و وسایل تمرین خانگی	۳۶	شماره ۷ و کوهنوردی
۸۴	نگهداری از انگشتان در کوه‌های سرد	۴۰	مسیر جدید بر دیواره دمه‌ر کازیک
۸۶	اخباری از انجمن کوهنوردی بانوان	۴۴	دوچرخه‌های کوهستان
۸۷	رویای قره داغ	۴۶	اسکی آلباین
۸۸	حرفی برای نگفتن	۴۸	اسکی صحرانوردی
۸۹	اخبار داخلی	۵۰	چگونه از چوب اسکی مواظبت کنیم
۹۰	گوناگون	۵۱	مسابقات بین‌المللی سنگنوردی
۹۲	پاسخ به نامه‌ها	۵۴	مسابقات یخنوردی
۹۴	اخبار فدراسیون	۵۶	نرخ‌های جدید صعود به هیمالا یا
KERMAN MOUNTAINS	96	۵۷	پیام‌های فصلنامه
		۵۸	استقبال از سال ۲۰۰۰

○ فصلنامه کوه نشریه‌ای است مستقل که به هیچ سازمان یا تشکیلاتی وابستگی ندارد. ○ مطالب مندرج در فصلنامه کوه الزاماً نظر نشریه نیست. ○ مقالات و عکس‌های ارسالی به دفتر مجله، مسترد نمی‌شود. ○ فصلنامه کوه در ویرایش و خلاصه کردن مقالات اختیار کامل دارد. ○ نقل مطالب فصلنامه کوه با ذکر مأخذ مانعی ندارد. ○ مطالب ارسالی را با خط خوانا بنویسید و چنانچه ترجمه شده است، کپی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید.

نشانی: تهران، صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶

تلفن: ۲۷۱۲۸۱۶ شماره: ۲۷۱۲۸۱۷

آن چه البته به جایی نرسد فریاد است

کوش اگر کوش تو و ناله اگر ناله من

راستی جایگاه دوستداران هوای پاک و عاشقان طبیعت کجاست؟ آنهایی که می‌خواهند یک روز از دود و دم و هیاهوی شهر در امان باشند و ضمن راهپیمایی و ورزش و استفاده از هوای پاک، آرامشی هم در سکوت کوهستان برای خود دست و پا کنند باید به کجا پناه ببرند؟

آیا محیطی مناسب‌تر از کوه سراغ دارید؟ و مگر آلودگی کوه با زباله مسئله کم‌اهمیتی است که هوای آن را با دود و آرامشش را با صداهای ناهنجار نیز می‌آلاییم. مسلماً عوارض آلودگی صوتی کمتر از آلودگی هوا و زمین نیست. سکوت نیز جزیی از محیط زیست سالم است.

هنوز بیش از دو هفته از تلاش تشکلهای مردمی حفظ محیط زیست و دوستداران کوه در سالروز جهانی پاکسازی محیط کوهستان نگذشته و عرق آنان خشک نشده بود که شاهد حرکت ناپسند گروهی موتور سوار در ارتفاعات شمالی تهران بودیم جایی که بنابر آمار روزهای تعطیل پذیرای حدود یکصد هزار نفر برای استفاده از هوای پاک است.

اینان به عنوان مسابقه، مسیر امامزاده داوود، شاه‌نشین، توچال، پیازچال، کلک چال و در نهایت جمشیدیه را در نور دیدند! و متأسفانه این مسابقه را با حمایت سازمانهایی چند برگزار کردند. آیا این حرکت دهن کجی به دهها هزار کوهپیمایی که برای استفاده از هوای پاک و کسب آرامش به کوهستان رفته بودند نیست؟ یا این سی چهل نفر تافته جدا بافته‌ای هستند که برای باز بودن مسیرشان با گماردن مأمور از بالاتر رفتن افراد از کلک چال و سایر قسمتهای دیگر ممانعت به عمل آورند؟

«به ما بگوید که حریم ما کجاست؟ ما مثلاً ورزشکاریم. خیلی هم جدی هستیم. تعدادمان هم از تعداد ورزشکاران همه رشته‌ها بیشتر است. ورزشمان هم یک ورزش خدایی است. ورزش کوهنوردی، ورزش آبرومندی است. پس، زمین ورزش ما کو؟ 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 دلپسته به سلامت جسم و روح در آنجا، رو به خداوند فریاد بکشد که خدایا به دامن برس! خفه‌مان کردند! با فضای آلوده، با دل‌های آلوده، با روح آلوده، لاقل این سنگهای سربرافراشته به سوی آسمان را برای ما نگه‌دار.»^(۱)

ما مخالف ورزش موتورسواری نیستیم. اما اعتقاد داریم که هر چیزی باید در جای خود باشد و هر ورزش مکان مخصوص به خود دارد. چرا در زمین فوتبال موتورسواری نمی‌کنید؟

آیا این حرکت نسنجیده باعث آلودگی هوا و آلودگی صوتی محیط کوه نیست؟ چه کسی مسئول است؟ آیا سازمان تربیت‌بدنی و تفریحات سالم، تفریحی سالمتر از این می‌شناسد که زیرمجموعه آن سازمان باعث ناسالم شدنش می‌شود؟

آیا سازمان حفظ محیط زیست به پیامد این عمل اندیشیده است؟

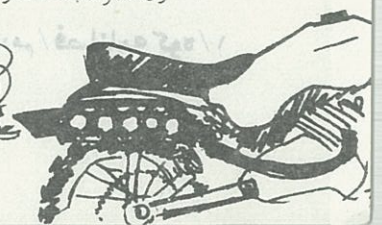
آیا فدراسیون کوهنوردی به عنوان متولی این ورزش در جریان این اقدام بوده است؟ و چه عکس‌العملی نشان داده است؟

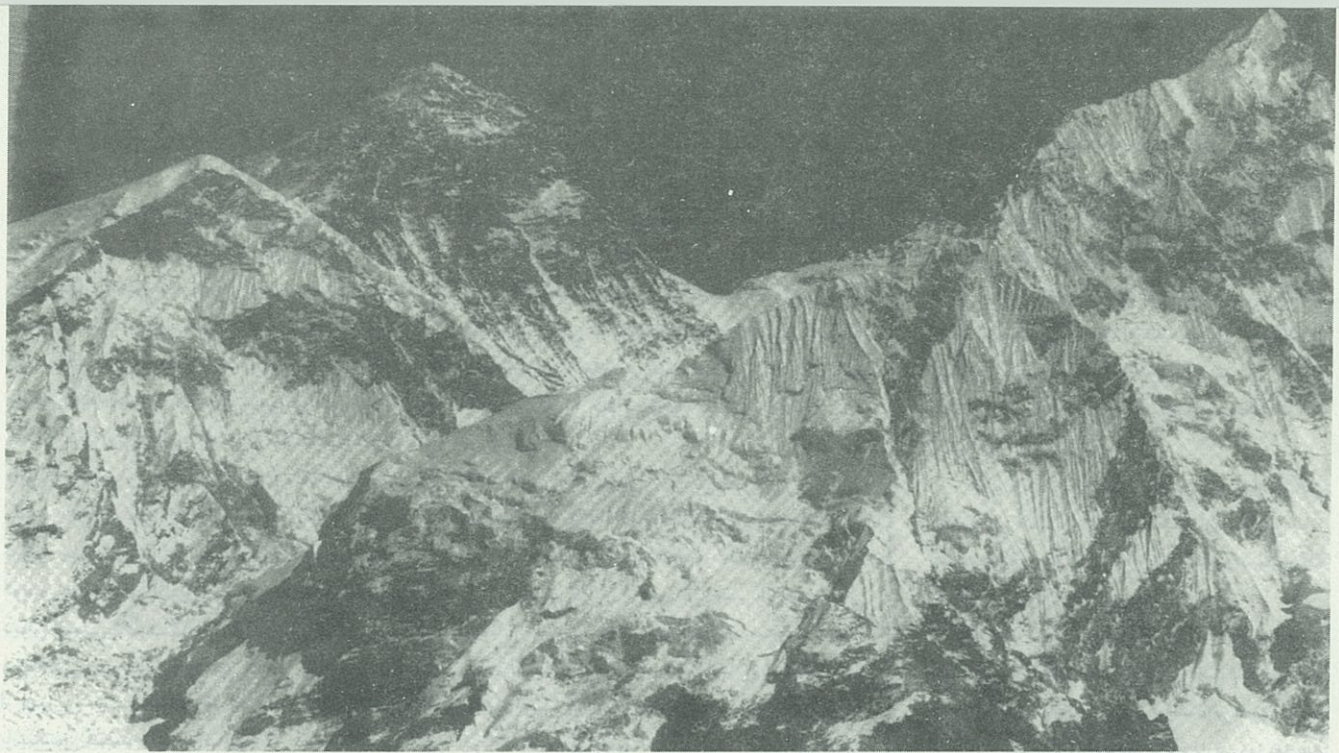
مسئولان مسابقه، برای این بی‌حرمتی به جامعه کوهپیمایا چه پاسخی دارند؟

اگر مسئولان و سازمانهای ذی‌ربط بار قبل که مسابقه مشابهی برگزار شد، بی‌تفاوت از کنار آن نمی‌گذشتند

(علی‌رغم تذکر و انتقاد در شماره ۵ مجله) امروز شاهد تکرار آن نبودیم. Δ

مدیر مسئول





بدون بازگشت، تاریخچه مختصر هیمالایا و اورست

قسمت آخر

رینهولد مسنر

ترجمه مجید بنی هاشمی

می‌کنند. این دو مجبور به شب‌مانی در ارتفاع ۸۶۰۰ متر می‌شوند. ضمناً یک نفر دیگر از همین گروه به نام ویتاکر به همراه شریا گومبو در ۱ ماه مه از طریق مسیر معمولی جنوب شرقی بر اورست می‌ایستند.

۱۹۶۵: سومین برنامه صعود کوهنوردان هندی روی اورست. در چهار حمله، ۹ کوهنورد هندی موفق به صعود اورست می‌شوند.

۱۹۶۶: عدم صدور مجوز برای صعود اورست از طرف دولت نیپال تا تابستان ۱۹۶۹. اولین برنامه صعود کوهنوردان چینی از طریق گردنه شمالی به اورست صورت گرفت. این برنامه که در چهارچوب انقلاب فرهنگی چین تدارک دیده شده بود به دلیل نبود تجهیزات کافی با یک فاجعه خاتمه پذیرفت. از ۲۶ کوهنورد فقط دو نفر به گردنه شمالی بازگشتند.

۱۹۶۷: برنامه تحقیقاتی چینیها روی منطقه شمالی اورست. برقراری ایستگاههای اندازه‌گیری تحقیقاتی تا ارتفاع ۷۰۰۰ متری.

۱۹۶۸: سومین برنامه صعود کوهنوردان چین به اورست از طریق گردنه شمالی ناموفق خاتمه می‌یابد.

۱۹۶۹: در پاییز و پس از سپری شدن فصل بارانهای موسمی، کوهنوردان ژاپنی از طریق حوزه غربی اورست در پیدا کردن مسیری روی دیواره

لوتسه (۸۵۱۱ متر) را دو کوهنورد سوئیسی به نامهای رایس و لاخ زینگر انجام می‌دهند.

۱۹۶۰: یک گروه از کوهنوردان چینی و روسی از طریق یال شمالی موفق به صعود اورست تا ارتفاع بیش از ۸۵۰۰ متر می‌شوند. اولین برنامه صعود کوهنوردان هندی به اورست صورت می‌گیرد.

۱۹۶۲: دومین برنامه صعود کوهنوردان هندی به اورست. از گروه کوهنوردان موسسه تحقیقات برون مرزی آلمان به رهبری هرلیگ کوفر، سه کوهنورد به نامهای کینز هوفر، مانهارد وکزیگی لوهه از طریق مسیر دیواره دایمیر موفق به صعود نانگاپاربات می‌شوند. این دومین صعود نانگاپاربات از یک مسیر جدید است. مسیر هرمان بول از نظر طول مسافت به مراتب مشکلتر از مسیر جدید است. هنگام برگشته زیگی لوهه سقوط می‌کند و جان می‌سپارد.

۱۹۶۳: در ۲۲ ماه مه، کوهنوردان آمریکایی به نامهای آنسولد و هورن باین به رهبری دیرن فورت موفق به عبور از روی قله اورست می‌شوند. صعود از طریق یال غربی و فرود از طریق یال جنوب شرقی صورت می‌گیرد. در همین زمان دو کوهنورد آمریکایی دیگر به نامهای بیشوف و یرستاد از طریق یال جنوب شرقی اورست را صعود می‌کنند و از زیر قله جنوبی آن دو کوهنورد را ملاقات

۱۹۵۳: در ۲۹ ماه مه اولین صعود اورست توسط شریا تسینگ نورگای از نیپال و ادموند هیلاری از زلاندنو در چهارچوب دهمین برنامه صعود انگلیسیها به رهبری جان هانت. همزمان اولین صعود به قله جنوبی ۸۷۶۰ متری اورست توسط اوانز و بوردیلون. همچنین صعود تک نفره هرمان بول در ۳ ژوئیه به نانگاپاربات در چهارچوب یادواره ویلی مرکل.

۱۹۵۴: دو کوهنورد به نامهای لاسه‌دلی و کمپانونی از یک گروه ایتالیایی به رهبری دزیو با حمایت والتر بونتی و شریا مهدی در ۳ ژوئیه موفق به صعود K2 می‌شوند. صعود و فرود از مسیر یال ابروزی صورت می‌گیرد.

۱۹۵۵: در ۲۵ ماه مه اولین صعود به قله کانگ چن چونگا توسط دو کوهنورد انگلیسی به نامهای باند و براون به رهبری اوانز. روز بعد دو کوهنورد دیگر به نامهای هاردی و استرتر نیز موفق به صعود می‌شوند. این دو به دلیل احترام به اعتقادات بومی افراد محلی که این قله را مکانی مقدس می‌دانند از چند متری قله برمی‌گردند.

۱۹۵۶: در ۲۳ ماه مه، دو کوهنوردی سوئیسی به نامهای اشمید و مارلت موفق به دومین و سومین صعود اورست می‌شوند. در ۲۴ ماه مه، اولین صعود

جنوب غربی می‌کوشند به ارتفاع ۸۰۵۰ متر می‌رسند.

۱۹۷۰: تلاش مجدد کوهنوردان ژاپنی برای گذشتن از دیواره جنوب غربی به جایی نمی‌رسد. از همین گروه چهار کوهنورد به همراه یک شریا موفق به صعود اوست از طریق مسیر جنوب شرقی می‌شوند. فرود موفقیت‌آمیز کوهنورد ژاپنی، می‌اورا، با اسکی از طریق گردنه جنوبی به حوزه غربی اوست. در ۱۷ ماه مه، یک زن کوهنورد ژاپنی به نام خانم ست‌زوکو واتانابه با رسیدن به ارتفاع ۸۰۰۰ متر بالاترین رکورد جهانی ارتفاع زنان را به جای می‌گذارد. در این برنامه چهار شریا در اثر شکستن یخ از بین می‌روند. دومین صعود روی آنپورنا و اولین صعود از طریق دیواره جنوبی از طرف کوهنوردان انگلیسی، هاستون و ویلانز، صورت می‌گیرد. این دو نفر جزو یک گروه از بهترین آلپینست‌ها بودند که به رهبری کریس بانینگتون قصد صعود آنپورنا از طریق مسیر فوق‌العاده دشوار دیواره ۳۰۰۰ متری جنوبی را داشتند. در این برنامه ۴۰۰۰ متر طناب ثابت کار گذاشته شد و بدین ترتیب روش جدید صعود قله هیمالایا (روش سرعتی به سبک آلی) روی یکی از مشکل‌ترین دیواره‌های ارتفاعات ۸۰۰۰ متری با موفقیت آزمایش شد. در این برنامه یک کوهنورد انگلیسی به نام کلاف بر اثر سقوط جان باخت. د. چهارچوب یادواره زیگی لو، یکی از بهترین کوهنوردان آلی که در برنامه صعود موسسه تحقیقات برون مرزی آلمان به نانگاپاربات در سال ۱۹۶۲ از بین رفته بود، گونتر و رنهولد مسنر در ۲۷ ژوئن کونن و شولز در ۲۸ ژوئن از طریق تیغه روپال موفق به صعود نانگاپاربات می‌شوند. برادران مسنر مجبور به فرود از طریق یال غربی می‌شوند. در نتیجه اولین عبور از روی قله بدون برنامه‌ریزی قبلی صورت می‌گیرد. در پایین دیواره غربی، گونتر مسنر بر اثر سقوط بهمن جان می‌بازد. در این دو برنامه اولین صعود نانگاپاربات از طریق دو مسیر جدید و اولین عبور کامل یک قله ۸۰۰۰ متری اجرا می‌شود.

۱۹۷۱: یک گروه بین‌المللی از کوهنوردان ۱۳ کشور به رهبری دیرن فورت در صعود به اوست از طریق دیواره جنوب غربی در ارتفاع ۸۳۵۰ متر متوقف می‌شود.

۱۹۷۲: کوشش یک گروه از کوهنوردان اروپایی به رهبری هرلیخ کوفر برای صعود اوست از طریق دیواره جنوب غربی به دلیل رهبری ضعیف و اختلافات درون گروهی در ارتفاع ۸۳۰۰ متر متوقف می‌شود. همچنین اولین صعود کوهنوردان انگلیسی به رهبری بانینگتون از این مسیر نافرجام می‌ماند.

۱۹۷۳: هشت تن از یک گروه مرکب از ۶۴ کوهنورد ایتالیایی به رهبری مونزینو و با حمایت هلیکوپتر تا ارتفاع ۶۴۰۰ متر از طریق مسیر معمولی (جنوب شرقی) موفق به صعود می‌شوند.

اولین صعود پاییزی یک گروه مرکب از ۴۸ کوهنورد ژاپنی به رهبری یوآزا از طریق دیواره جنوب غربی ناموفق می‌ماند. فقط دو تن از این گروه از طریق گردنه جنوبی موفق به فتح قله اوست می‌شوند.

۱۹۷۵: در ۱۶ ماه مه از گروه کوهنوردان زن ژاپنی به رهبری هیزانو خانم یونکو تا بای به همراه سردار آنگ تسرینگ موفق به فتح اوست می‌شود.

گروه بزرگی از کوهنوردان چینی از طریق یال شمالی سعی در صعود اوست دارند. معاون گروه، خانم فان توگ از تبت به عنوان اولین زن کوهنورد به همراه هشت کوهنورد (۷ نفر تبتی و یک نفر چینی) در ۲۷ ماه مه بر اوست می‌ایستند. این اولین صعود کامل از جهت شمالی است.

در ۲۴ ماه اکتبر، از گروه کوهنوردان انگلیسی به رهبری بانینگتون، در دومین تلاش برای فتح اوست از مسیر دیواره جنوب غربی، دوگال هاستون و داگ اسکات موفق به فتح اوست می‌شوند. این دو هنگام فرود، مجبور به شبمانی در ارتفاع ۸۷۶۰ متر بر روی قله جنوبی می‌شوند. روز بعد پیتر بوردمن و شریا برتیا موفق به صعود می‌شوند و مایک بورک در تلاشی یک نفره و بعد از صعود، در ۲۶ ماه اکتبر از بین می‌رود.

۱۹۷۶: از گروه کوهنوردان ارتشهای نیپال و انگلستان به رهبری استراتر، دو کوهنورد به نامهای استوکر و لین از طریق مسیر جنوب شرقی موفق به صعود اوست می‌شوند. همچنین دو کوهنورد امریکایی به نامهای باب کورماک و کریس چاندلر در همین مسیر، اوست را فتح می‌کنند.

۱۹۷۷: کوهنوردان زلاندنو در اولین تلاش خود برای صعود اوست به سبک آلی (بدون شریا) موفق می‌شوند تا گردنه جنوبی پیش بروند. کوهنوردی به نام سنگ دون کو به همراه شریا پمبا نوروبو موفق می‌شوند از مسیر جنوب شرقی اوست صعود کنند.

۱۹۷۸: در ۸ ماه مه اولین صعود اوست بدون استفاده از کپسول اکسیژن توسط مسنر و هابلر صورت گرفت. این افراد از اولین گروه کوهنوردان اتریش به رهبری نیز بودند. سپس ۵ کوهنورد دیگر از جمله اولین کوهنورد آلمانی به نام راینهارد کارل به همراه یک شریا در ۳، ۱۱ و ۱۳ ماه مه موفق به صعود اوست می‌شوند.

مسنر در ۱۹ اگوست از طریق دیواره دیامیر و به تنهایی موفق به صعود نانگاپاربات می‌شود. از ۱۴ تا

۱۷ اکتبر بر اثر همکاری بین گروهی آلمانی به رهبری هرلیخ کوفر و گروهی فرانسوی به رهبری مازو، ۷ آلمانی، ۳ فرانسوی، یک کوهنورد زن لهستانی، یک سوئسی، یک اتریشی و سه شریا از طریق مسیر جنوب شرقی بر اوست می‌ایستند. دومین و سومین صعود اوست بدون استفاده از کپسول اکسیژن توسط هانس انگل در ۱۰ اکتبر و توسط دو شریا به نامهای آنگ دوزره و مینگما در ۱۷ اکتبر صورت می‌گیرد.

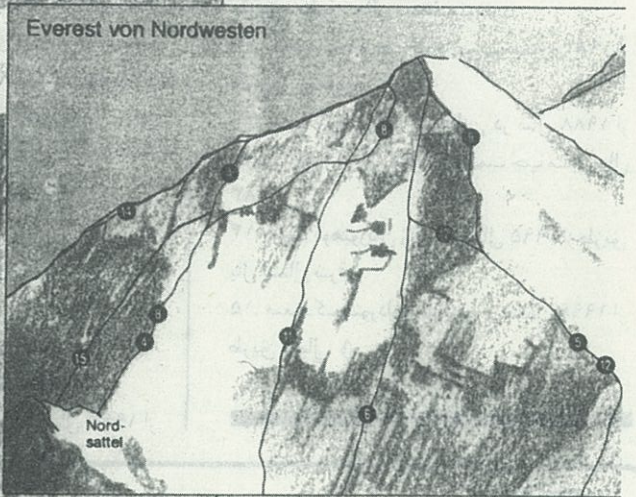
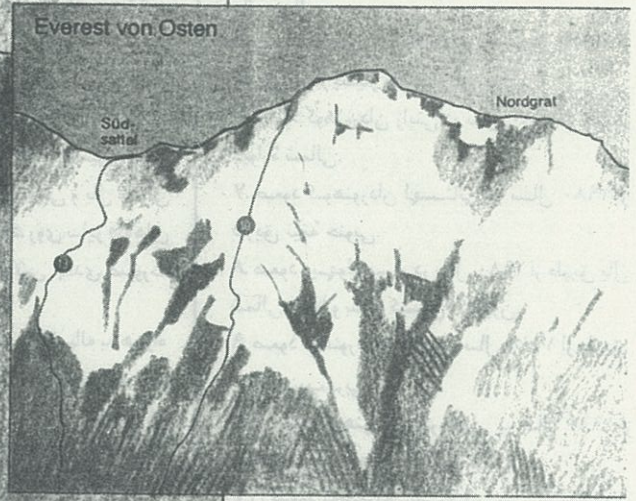
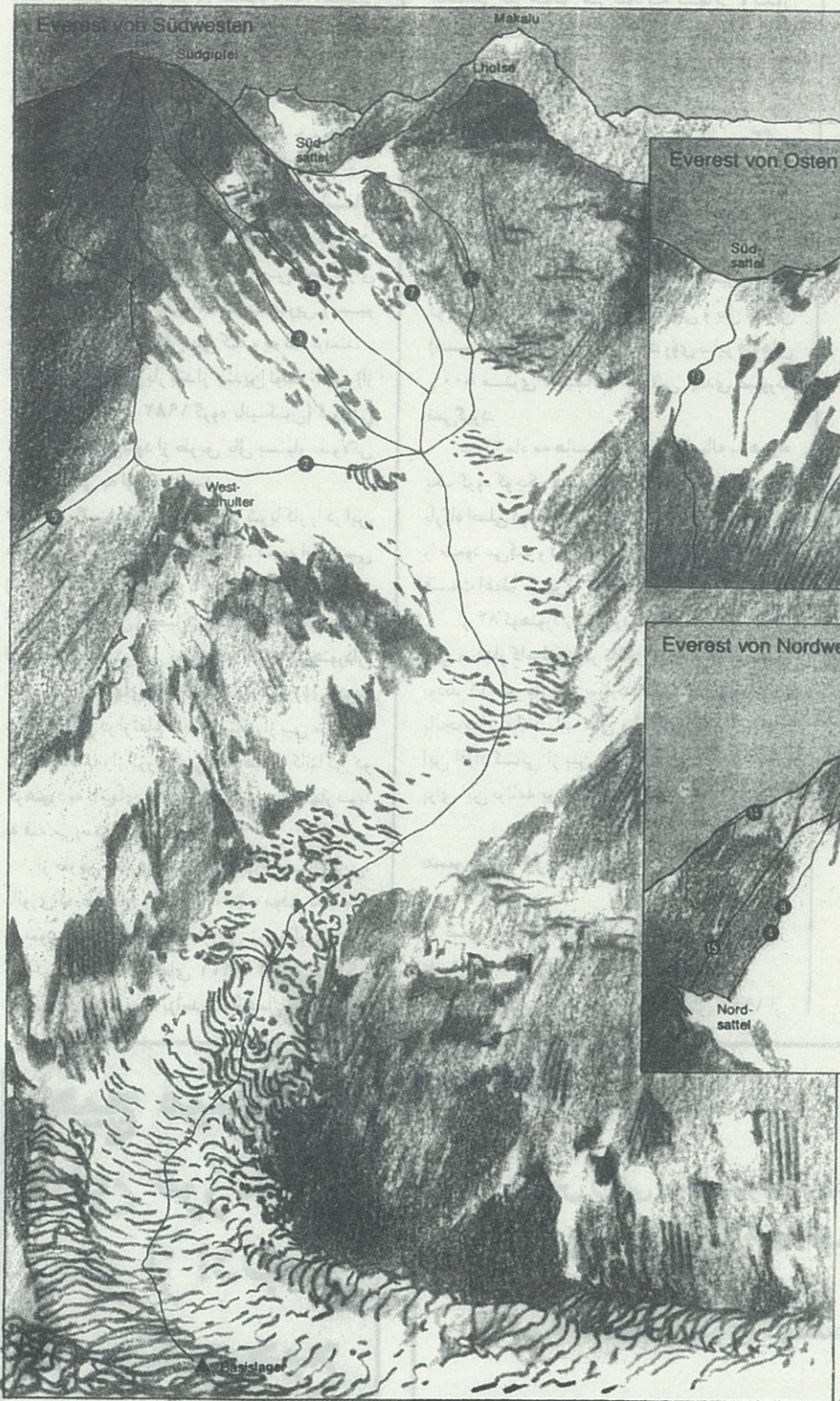
خانم واندا ریتکوویچ از لهستان سومین زن کوهنوردی است که موفق به فتح اوست می‌شود. خانم ریتکوویچ در سال ۱۹۹۲ در مسیر شمالی قله کانگ چن چونگا جان می‌بازد.

۱۹۷۹: یک گروه از کوهنوردان یوگسلاوی از طریق یال غربی و با طی طولانیترین و مشکلترین نوع صخره‌نوردی موفق به صعود اوست می‌شود. صعود کنندگان اشترومفلز و زابلوتنیک نام دارند. روز بعد سه کوهنورد دیگر نیز بر اوست می‌ایستند. در این برنامه شریا آنگ فو بر اثر سقوط جان می‌بازد.

۱۹۸۰: در ۱۰ ماه مه اولین صعود کامل اوست از طریق دیواره شمالی توسط دو کوهنورد ژاپنی به نامهای شی گهیرو و اوزاکی و اولین صعود زمستانی اوست توسط دو کوهنورد لهستانی به نامهای ویلیج کی و کی‌چی صورت می‌گیرد. این دو کوهنورد با پیشروی روی تیغه جنوبی واقع در لبه راست دیواره جنوب غربی پس از طی ۱۶ روز تلاش بر روی یک نوار صخره‌ای موفق می‌شوند. سپس دو کوهنورد دیگر لهستانی به نامهای کوچکا و زوک در ۱۹ ماه مه در میان توفان موفق به صعود اوست می‌شوند. در ۲۰ اگوست مسنر در یک صعود تنها و بدون استفاده از کپسول اکسیژن از طریق مسیر شمالی روی اوست می‌ایستد. ابتدا قرار بود که او بر روی مسیر چینینها و از طریق یال شمالی حرکت کند، ولی به دلیل وجود برف شل در ارتفاع ۷۸۰۰ متری مجبور به تراورس دیواره شمالی می‌شود.

۱۹۸۲: اولین گروه کوهنوردان اتحاد جماهیر شوروی موفق به صعود اوست از طریق یکی از مشکلترین مسیرها یعنی تیغه جنوبی می‌شود. به همراه دو رهبر گروه به نامهای میسلووسکی و بالی‌بردین یازده کوهنورد دیگر از این گروه موفق به صعود اوست می‌شوند. این دومین برنامه موفقیت‌آمیز این تعداد کوهنورد از طریق یک مسیر جدید است.

۱۹۸۳: یکی از برنامه‌های درخشان این سال، صعود یک گروه از کوهنوردان امریکایی به قله اوست از طریق دیواره شمالی یا دیواره کانگ شونگ در ۱۸ اکتبر است. این مسیر شامل یک تیغه



طریق یک مسیر جدید است.
۱۹۸۶: موفقیت دوگانه برای کوهنورد زن کانادایی،
 خانم وود؛ او در ۲۰ ماه مه به عنوان اولین زن
 کوهنورد امریکایی شمالی روی اورست می‌ایستد.
 ضمناً او اولین زن کوهنورد است که قسمتی از یک

۱۹۸۴: در ۳ اکتبر از گروهی استرالیایی ۳ کوهنورد
 به نامهای ماک کارتنی اسنپ و مورتایمر بدون
 استفاده از کپسول اکسیژن از طریق دیواره شمالی
 موفق به فتح اورست می‌شوند. بدین طریق بعد از
 مسنر این دومین صعود بدون کپسول اکسیژن و از

۱۰۰۰ متری است که از طریق نقابهای برفی فراوان
 به قلّه جنوبی ختم می‌شود. کوهنوردان صعود کننده
 عبارتند از: رایشارد، مومب و بولر. روز بعد سه
 کوهنورد دیگر از اعضای گروه روی اورست
 می‌ایستند.

مسیر جدید را می‌گشاید.

۱۹۸۸: اولین تلاش برای صعود دیواره شمالی (دیواره کانگ شونگ) از طریق یک مسیر جدید توسط گروهی آمریکایی و به همراه یک کوهنورد انگلیسی به نام ونابلز در ۱۲ ماه مه.

این گروه موفق به گشودن مسیر جدیدی در قسمت جنوبی مسیر سال ۱۹۸۳ می‌شود. در این برنامه فقط کوهنورد انگلیسی (آن هم بدون استفاده از کپسول اکسیژن) موفق به صعود اورت است. ۱۹۹۳: ۳ کوهنورد ژاپنی موفق می‌شوند برای دومین بار مسیر دیواره جنوب غربی (مسیر بانینگتون) را در زمستان طی کنند و به قله برسند.

۱۹۹۵: برای اولین بار بعد از چندین نوبت تلاش (از جمله تلاش سال ۱۹۸۲ گروه بانینگتون) گروهی ژاپنی موفق می‌شود از طریق یال بسیار طولانی شمال شرقی به اورت برسد.

۴۰۰۰ متر طناب ثابت و ۲۳ شریا کار را در این برنامه طولانی کمی آسان کردند. گروه انگلیسی (گروه بانینگتون) در سال ۱۹۸۲ بدون کمک شریا و استفاده از کپسول اکسیژن در صدد صعود اورت است. این مسیر بود. در این برنامه دو نفر از کوهنوردان انگلیسی به نامهای بوردمان و تاسکر بر روی جبهه شمال شرقی در ارتفاع ۸۲۰۰ متری از بین می‌روند. در ۱۱ ماه مه، از گروه ژاپنی به رهبری کانتاکی دو کوهنورد به نامهای فورونو و ایموتو همراه چهار شریا به قله می‌رسند.

از طریق همین مسیر کوهنورد استرالیایی، مالوری که نوه مالوروی معروف است موفق به صعود می‌شود. بدین طریق او به آرزوی ژرژ مالوری فقید که سه بار در سالهای ۱۹۲۱، ۱۹۲۲ و ۱۹۲۴ در صدد صعود اورت برآمد جامه عمل می‌پوشاند.

خانم الیسون هارگریوز، کوهنورد مشهور

انگلیسی نیز موفق می‌شود به تنهایی و بدون کپسول اکسیژن از طریق گردنه شمالی، اورت را فتح کند. خانم هارگریوز سه ماه بعد در برنامه صعود قله K2 و بعد از صعود آن جان می‌بازد.

۱۹۹۶: ۳۹۸ کوهنورد از ۳۰ کشور در قالب ۳۰ گروه (۱۴ گروه از قسمت جنوبی و ۱۶ گروه از قسمت شمالی) سعی در صعود اورت، قبل از شروع فصل بارانهای موسمی می‌کنند. فقط یک گروه از کوهنوردان سیبری موفق به باز کردن مسیری جدید در تیغه پرشیب بین یال شمال شرقی و یال شمالی (مسیر معمولی از شمال) می‌شود. روی سایر قله‌های ۸۰۰۰ متری هیمالایا تلاشی جدی صورت نمی‌گیرد.

در ۲۳ ماه مه هانس کامرلندر ۳۹ ساله به همراه یک گروه کوچک فیلمبرداری و تعداد کمی شریا از بارگاه اصلی در ارتفاع ۶۴۰۰ متر طی ۱۷ ساعت قله را صعود می‌کند و در عرض ۷ ساعت با اسکی کردن قسمت اعظم مسیر به بارگاه اصلی باز می‌گردد.

از ۸۴ کوهنورد زن و مرد که ماه مه همین سال قبل و بعد از کامرلندر و در تلاش برای صعود اورت بودند ۱۱ نفر جان می‌سپارند، از جمله کوهنوردان باتجربه‌ای مانند راب هال و اسکات فیشر. از بین این افراد کسانی از بین رفتند که تا ۶۵۰۰۰ دلار برای این برنامه پرداخت کرده بودند.

مسیرهای اورت

۱. صعود کوهنوردان انگلیسی در سال ۱۹۵۳ از طریق گردنه جنوبی و یال جنوب شرقی.
۲. صعود کوهنوردان آمریکایی در سال ۱۹۶۳ از

طریق عبور از قسمت زیرین یال جنوب غربی و صعود از یال غربی.

۳. صعود کوهنوردان انگلیسی در سال ۱۹۷۵ از طریق دیواره جنوب غربی.

۴. صعود کوهنوردان چینی در سال ۱۹۷۵ از طریق یال شمالی.

۵. صعود کوهنوردان یوگسلاوی در سال ۱۹۷۹ از طریق مسیر بسیار طولانی یال غربی.

۶. صعود کوهنوردان ژاپنی در سال ۱۹۸۰ از طریق دیواره شمالی.

۷. صعود کوهنوردان لهستانی در سال ۱۹۸۰ از طریق تیغه جنوبی.

۸. صعود رینهولد مسنر در سال ۱۹۸۰ از طریق یال شمالی، تنها و بدون کپسول اکسیژن.

۹. صعود کوهنوردان روسی در سال ۱۹۸۲ از طریق تیغه جنوب غربی.

۱۰. صعود کوهنوردان آمریکایی در سال ۱۹۸۳ از طریق شمال یا دیواره کانگ شونگ.

۱۱. صعود کوهنوردان استرالیایی در سال ۱۹۸۴ از طریق دیواره شمالی و دهلیز نورتن.

۱۲. صعود کوهنوردان کانادایی در سال ۱۹۸۴ از طریق دره غربی.

۱۳. صعود کوهنوردان آمریکایی در سال ۱۹۸۸ از طریق دیواره شمالی واقع در قسمت چپ مسیر سال ۱۹۸۳.

۱۴. صعود کوهنوردان ژاپنی در سال ۱۹۹۵ از طریق یال شمال شرقی.

۱۵. صعود کوهنوردان سیبری در سال ۱۹۹۶ از طریق شمال. Δ



وللاژنتین گرو

ورزش راهی است بسوی سلامت جسم و جان

- در سرزمین ما - کوهنوردی، فراگیرترین ورزشهاست

همه با هم، بسوی توسعه ورزش کوهنوردی

ورزش کوه: تولیدکننده وسایل ورزشهای کوهستانی

تهران - شرق میدان فردوسی - کوچه رفعت جاه - شماره ۲

تلفن: ۸۸۲۶۶۴۲ فاکس: ۸۸۴۲۰۳۴

هموطن!

هیچ میراثی
برای فرزندان
بهتر از ادب و
تربیت صحیح
نیست

امام علی (ع)

ایرانیان فاتحان اورست



کمپ دوم -
چادر تدارکات - قله
لوتسه در بالا

سه‌شنبه ۱-۲-۷۷

بارگاه ۲ را داشتند. ساعت ۶/۳۰ در سه گروه از پای یخچال حرکت کردیم. سنگاپوریه‌ها نیز به همراه ما شروع به حرکت کردند. سنگاپوریه‌ها با سرعت حرکت می‌کردند. ولی خیلی پراکنده بودند. افراد ما عبارت بودند از:

گروه ۱: نجاریان، نقوی، علی‌نژاد و بیاتانی

گروه ۲: چشمه قصابانی، افلاکی، خادم و رستمی

گروه ۳: اولنج، اوراز، سقایی، جداییان و زارعی

گروه‌ها با فواصل مشخص پشت سر هم حرکت می‌کردند. پس از عبور از قسمتی از مسیر مشاهده کردیم که بسیاری از برجها فروریزخته‌است. شب قبل بهمنهای زیادی از لوتسه و پوموری فروریخت.

به دلیل خراب شدن شکافها و ایجاد شکافهای جدید طی روزهای گذشته، شریاها مسیر را ترمیم کرده بودند. قراردادن پلهای جدید و تغییر چند مسیر تا اندازه‌ای کار را بهتر کرده بود؛ و در دو قسمت که قبلاً یومار به کار می‌رفت مسیر تغییر کرده یا از پله فلزی استفاده شده بود. گروه اول ساعت ۱۰ و به فاصله یک ربع گروههای دوم و سوم به بارگاه ۱ رسیدند. پس از کمی استراحت، ساعت ۱۱/۵۰ به طرف بارگاه ۲ حرکت کردیم. در ابتدای راه شریاها ایمان را دیدیم که از بارگاه ۲ باز می‌گشتند. مسیر بارگاه ۲ حالت مارپیچ دارد که از بین شکافها می‌گذرد. ۱۰ پل فلزی در طول مسیر قرار دارد. در قسمتهای خطرناک، طناب ثابت مسیر را مشخص می‌کند. گرچه شکافها کم عرض است، عمقشان بسیار زیاد است. پس از دقایقی لوتسه را روبه روی خود می‌بینیم؛ کوهی با عظمت در دور دستها. دیواره جنوب غربی اورست نیز در سمت چپمان قرار دارد. قله زیر مه پنهان است. به مرور با حرکت به طرف بارگاه ۲ مه نیز به کنار می‌رود. دیواره جنوب غربی بسیار با عظمت است.

امروز صبح حدود ساعت ۴ شریاها بلند شدند و خیلی زود به بالا رفتند. هدف امروز شریاها رفتن به بارگاه ۲ و بریایی دو چادر برای آشپزخانه و غذاخوری و ساختن جای چادرهای اعضاست. ایمان و پمبا بالا ماندند و سایرین بازگشتند. حدود ساعت ۱۲/۵ شریاها در بارگاه بودند. امروز تردد به روی آبشار یخی زیادتر از روزهای گذشته بود. اعضای گروه ما نیز امروز صبح را بیشتر به استراحت گذراندند. برخی نیز به مرتب کردن چادرها پرداختند. امروز افلاکی ۲ بار برای جویا شدن از حال سرپرست گروه تلاش کرد تا با شرکت تامسکو تماس بگیرد ولی موفق نشد. امروز بعدازظهر اکثر بچه‌ها وسایلشان را برای بردن به بالا مرتب کردند و درون کوله پستیها قرار دادند تا صبح سریعتر آماده شوند. به دلیل سنگین شدن کوله‌پستیها سعی می‌شود وسایل ضروری برای ۳ روز اقامت در بارگاه ۲ برده شود و پس از بازگشت به بارگاه اصلی سایر وسایلمان را به بالا انتقال خواهیم داد. امروز قسمتی از مسیر بارگاه ۲ به ۳ توسط گروههای دیگر باز شد و فردا هم مسیر توسط ایمان و پمبا ثابت گذاری خواهد شد. امشب پس از شام مقداری بادام، خرما و نقل و آب نبات برای فردا در اختیار بچه‌ها قرار گرفت.

چهارشنبه ۲-۲

صبح ساعت ۵ از خواب برخاستیم و پس از خوردن صبحانه ساعت ۶/۱۰ بارگاه را ترک کردیم. شریاها حدود ساعت ۵ بارگاه را ترک کردند. زیرا قصد رفتن به

دیوارهای که چند بار مقهور عزم کوهنوردان شد و امروزه مسیر عادی این کوه زیبا عزم جوانان ایران زمین را به آزمایش گذاشته است.

مسیر ما در جهت شمال و شمال شرقی ادامه می‌یابد. اولین افراد ساعت ۳/۳۰ به بارگاه ۲ رسیدند. ایمان و پمبا نیز که برای ثابت‌گذاری بین بارگاه ۲ و ۳ رفته بودند همزمان با بچه‌ها به بارگاه بازگشتند. در بارگاه هیچ‌گونه امکاناتی دیده نمی‌شد؛ نه چراغ خوراک‌پزی و نه غذای مورد نیاز گروه. در صورتی که صنم گفته بود که همه چیز در بارگاه آماده است. آنها که زودتر رسیدند دو چادر در بارگاه نصب کردند. یک چادر بزرگ برای غذاخوری وجود داشت. یک چادر کوچک نیز از قبل برای ایمان و پمبا برپا شده بود. نجاریان و چشمه قصابانی با کمک سایرین چای و کمی سوپ درست کردند البته اجاق و گاز را پمبا از گروه‌های دیگر قرض گرفت. آخرین گروه ساعت ۵/۱۵ به بارگاه ۲ رسید. محل بارگاه ۲ درست زیر دیواره جنوب‌غربی قرار دارد. منطقه‌ای در کنار یخچال که چادرها روی سنگها قرار گرفته است. در بارگاه ۲ گروه‌های زیادی مستقر شده‌اند. هر روز شریاها بارهای زیادی به بارگاه ۲ حمل می‌کنند. حدود ساعت ۸ شام خوردیم. چند نفر از بچه‌ها حال خوشی ندارند که دکتر مشغول رسیدگی به آنهاست. افلاکی و نقوی و نجاریان در یک چادر کوچک و دیگران در چادر بزرگ غذاخوری سکنی گزیدند. امروز پس از رسیدن بچه‌ها، اوراز به پایین بازگشت و کوله‌پشتی خادم را بالا آورد که کارش جای تقدیر دارد. دکتر تا صبح مشغول رسیدگی به حال بچه‌ها به خصوص رستمی بود که ظاهراً خوب هم هوا نشده بود.

پنجشنبه ۲-۳

دیشب اکثر بچه‌ها تا صبح خوب نخوابیدند؛ گروهی از خستگی، بعضی خاطر عدم هوایی و برخی به دلیل گرسنگی و تشنگی. حدود ساعت ۶ به مرور از کیسه‌های خواب خارج شدیم. البته بعضی هم تا حدود ساعت ۷ در کیسه ماندند. زیرا صبحانه‌ای در بارگاه نبود. قرار بود ساعت ۸ برای آوردن مواد غذایی به بارگاه ۱ برویم. البته دکتر نیز توصیه کرد برای هم هوایی بهتر به بارگاه ۱ برویم. ساعت ۸ بارگاه ۲ ترک کردیم. به توصیه دکتر، رستمی و خادم از حمل بار منع شدند. اولنج و اوراز زودتر رفتند تا برای بچه‌ها غذا و چای حاضر کنند. بچه‌ها بسیار خسته به طرف پایین سرازیر شدند. پس از یک ساعت همگی به بارگاه ۱ رسیدیم. امروز سه نفر از شریاها پیش از رسیدن تیم به بارگاه ۱ آمدند و مقداری وسایل از جمله خاویار آوردند. البته بچه‌ها بعداً متوجه شدند و همین باعث شد خاویارها در چادر بماند. پس از خوردن کمپوت آناناس و بیسکویت و همین‌طور تحویل گرفتن و خوردن مقداری تنقلات، ساعت ۱۰ برای حرکت به بالا آماده شدیم. به هر نفر حدود ۵ کیلو بار برای بردن به بارگاه ۲ داده شد که بیشتر شامل مواد غذایی و تعدادی گاز بود. پمبا و ایمان نیز امروز به بارگاه ۱ آمدند و یک کپسول گاز به همراه سه چادر فرینو با خود به بارگاه ۲ آوردند. گاز حدود ۲۵ کیلوگرم و چادرها حدود ۲۳ کیلوگرم بود.

جلال، دکتر و رستمی بین ساعت ۱۲ تا ۱۲/۳۰ و سایرین ساعت ۱ به بارگاه رسیدند. یکی دو نفر هم حدود ساعت ۱/۳۰ خود را به بارگاه رساندند. امروز به خاطر بزرگ شدن یکی از شکافها، شریاها از یک پله بزرگ فلزی بروی آن استفاده کردند و در مجموع پله‌ها را به ۱۱ عدد رساندند. در بارگاه ۲، افلاکی و جداییان با چای از بچه‌ها پذیرایی کردند. امروز یکی از شریاها تیم سوئد به خاطر کار روی یخچال بین بارگاه ۲ و ۳ دچار برف‌زدگی چشم شد. همچنین یک مرد آمریکایی به نام مایکل و یک خانم سوئدی نیز به دلیل مناسب نبودن کفشهایشان دچار سرمازدگی از پا شدند که به توصیه دکتر بیاناتی آنان را پایین بردند. از بعدازظهر بارش برف در بارگاه ۲ شروع شد و تا صبح ادامه داشت. زحمت طبخ غذا را پمبا بر عهده داشت که شامل دال و برنج بود. البته اکثر بچه‌ها به خاطر خستگی خواب بودند. مسئولیت

بخت غذا امروز بین بچه‌ها تقسیم شده است.

جمعه ۲-۴

علینژاد و زارع مسئول تهیه صبحانه بودند. ایمان و پمبا که قرار بود برای ساخت و نصب چادر به بارگاه ۳ بروند در بارگاه ۲ ماندند. شب قبل، ایمان تقاضا کرد تا چند نفر از ما برای کمک به آنها به بارگاه برویم که با مخالفت افلاکی روبه‌رو شد و ظاهراً به همین دلیل خودش نیز از رفتن سرباز زد.

صبح هوا کمی آفتابی شد و بچه‌ها شروع به خشک کردن وسایلشان کردند. ایمان امروز قبل از نهار با بارگاه اصلی تماس گرفت و مصمم شد برای استراحت و مشورت با صنم به بارگاه اصلی برود. پس از نهار به همراه پمبا در هوایی مه آلوده و کمی برفی به پایین سرازیر شدند. در بارگاه ۲ با یکی از برادرهای پمبا برخورد کردیم. او ۴ بار اورست را صعود کرده البته لوتسه و چند قلّه دیگر را نیز صعود کرده است. بعدازظهر همگی در چادرها به استراحت مشغول شدیم. هوای بیرون به مرور صاف و سرد شد.

شنبه ۲-۵

به علت بارش برف در روزهای گذشته، مسیر بارگاه اصلی به سایر بارگاهها پوشیده از برف بود. شریاها و اعضای سایر گروهها حدود ساعت ۶/۵ به طرف بارگاه ۳ حرکت کردند. ما نیز حدود ساعت ۷ از خواب برخاستیم و پس از جمع‌آوری وسایلمان، در هوایی بسیار سرد به طرف پایین سرازیر شدیم. شب قبل نیز هوا



مسیر کمپ ۲ به ۳

بسیار سرد بود. در راه بارگاه ۲ به ۱ چند نفر شریا و عده‌ای انگلیسی به طرف بارگاه ۲ می‌رفتند حدود ساعت ۹/۲۰ به بارگاه ۱ رسیدیم. نجاریان در بین راه از حرکت بچه‌ها فیلم گرفت. در بارگاه ۱ کمی بیسکویت و کمپوت به عنوان صبحانه خوردیم و پس از حدود نیم ساعت راه افتادیم. مسیر پر برف و خطرناک بود و کف کرامپون‌ها را برف می‌گرفت و مانع از حرکت می‌شد. در طول مسیر بجز ۳ شریا که پایین می‌رفتند و احتمالاً چند نفر که صبح زود به بالا رفته بودند تردد دیگری نبود. در نیمه راه یخچال، برف شروع به بارش کرد. گروه اول حدود ساعت ۱۱/۴۰ به پایین یخچال رسید. به تدریج اعضای گروه از ساعت ۱۲ تا ۱ بعدازظهر به بارگاه اصلی رسیدند. حدود ساعت ۵ بعدازظهر سروصدای بچه‌ها از داخل چادرها بلند شد. بیرون حدود ۱۰ سانتیمتر برف باریده و همه جا را سفیدپوش کرده بود. مه نیز دور تا دور بارگاه را

فراگرفته بود. بچه‌ها شروع به پاک کردن رو و اطراف چادر از برف کردند. ساعت ۷/۱۰ شام حاضر بود. هوا به مرور صاف می‌شد و بر شدت سرما می‌افزود. پس از صرف شام صنم با افلاکی صحبت کرد و ظاهراً از برخورد برخی بچه‌ها ناراحت بود گویا بچه‌ها به نبودن امکانات در بارگاه ۲ معترض بودند ولی صنم معتقد بود در این مورد قبلاً با افلاکی صحبت کرده بوده است. البته برخورد بچه‌ها نیز شوخی بود ولی صنم را ناراحت کرده بود. افلاکی اظهار کرد که در این مورد از قبل اطلاع داشته است اما موضوع را با گروه در میان نگذاشته بوده است؟! به هر حال حدود ساعت ۹ بچه‌ها به خواب رفتند تا شبی سرد را در بارگاه اصلی سپری کنند.

یکشنبه ۶-۲

حدود ساعت ۸ در حالی که مه همه جا را گرفته بود از خواب برخاستیم. هلیکوپتری وارد محوطه بارگاه اصلی شد. ابتدا مشخص نبود که برای چه آمده است. شریاها معتقد بودند که قصد رفتن به ارتفاعات بالاتر را دارد ولی به دلیل مه نمی‌تواند. شریاها از صبح در تکاپوی رفتن به بارگاه ۲ بودند. بجز میما و ایمان سایرین مشغول بستن کوله‌پشتیهایشان بودند. ظاهراً قصد توقفی حدود ۱۲ روز داشتند. روز قبل و شب گذشته بهمنهای متعددی از نوبتسه و احتمالاً آبشار یخی ریخته بود شریاها به همین دلیل مردد به نظر می‌رسیدند. ولی هنگامی که مطلع شدند شریاها گروه‌های دیگر عازم هستند، پس از سوزاندن تعدادی برگ سرو رونده و دعا کردن به طرف آبشار یخی حرکت کردند. سرانجام مشخص شد که هلیکوپتر گوشت و مواد غذایی برای گروه ایران آورده است.

حدود ساعت یک بعد از ظهر آقاجانی و بختیاری به بارگاه اصلی آمدند. آمدن ایشان، کار برای تیم ما حالتی جدی پیدا می‌کند. پس از نهار قانعی و مقدم، فیلمبردارهای گروه، به همراه نجاریان و چشمه قصابانی برای کار یخ به یخچالهای اطراف رفتند. سایرین نیز شروع به ساختن جایی خنک برای گوشتها کردند. گوشتهای رسیده شامل ۷ گونی گوشت بز و ۳ گونی گوشت مرغ بود که در دو جا با یخ پوشانده شد.

پس از شام سرپرست گروه به بچه‌ها تذکراتی دادند؛ از جمله اینکه گرچه گروه از کار صعود عقب نیست، باید برای پیشبرد کار تلاش مضاعفی صورت گیرد. بعضی از بچه‌ها درباره طرز حرکت و چگونگی ایمنی بیشتر روی مسیر نکاتی گفتند و آقاجانی نیز نظر خود را در این باره بیان کرد.

دوشنبه ۷-۲

دیشب دکتر بیاتانی از حدود ساعت ۱۲ مشغول رسیدگی به حال بختیاری شد. ظاهراً وی بخاطر هم هوایی نامناسب حالش چندان خوب نبود و تا صبح بیدار ماند. وقتی بچه‌ها حدود ساعت ۸ برای صرف صبحانه از چادرها خارج شدند. بختیاری را دیدند که از حدود ساعت ۵ بیرون نشسته و دکتر بیاتانی به خاطر بیدار مانی شبانه در خواب بسر می‌برد. پس از خوردن صبحانه برای راهپیمایی و گردش جمع شدیم. دکتر بیاتانی و مقدم در بارگاه ماندند. در طی راهپیمایی بختیاری در گودالی افتاد و از ناحیه پا و دست چپ آسیب دید. در نزدیکی گورا کشیب چند سنگ و بنای یادبود متعلق به کشته‌شدگان اورست است. یکی از این بناها به بوریس هرود تعلق دارد (۱۹۵۸ - ۱۹۹۶). وی اهل آفریقای جنوبی بود که در حادثه‌ای در اورست جانش را از دست داد. حدود ساعت ۱۰/۴۵ به گورا کشیب رسیدیم و تا ۱۱/۵ استراحت کردیم و پس از خوردن صبحانه و تماشای کیکهای بزرگ محل مجدداً به طرف بارگاه بازگشتیم. در راه چندین گروه خارجی را مشاهده کردیم که برای

راهپیمایی تا بارگاه اصلی اورست آمده و در حال بازگشت بودند. حدود ساعت ۱۰/۴۰ به بارگاه اصلی رسیدیم. ظاهراً فردا گروهی از بچه‌ها به طرف بارگاه ۲ می‌روند. فردا سه گروه از بچه‌ها به کار خواهند پرداخت. گروه اول شامل مقدم و قانعی به همراهی اولنج و چشمه قصابانی؛ این گروه تا حد توان فیلمبردارها پیشروی می‌کنند و از صعود دو تیم دیگر فیلم می‌گیرند. گروه‌های صعود نیز عبارتند از: ۱: زارعی - نقوی، رستمی و جداییان؛ ۲: بیاتانی، علیزاد، خادم و سقایی. سرپرستی کل دو تیم برعهده زارعی خواهد بود که با کمک دکتر بیاتانی تیم را به بارگاه ۲ می‌برد.

سه‌شنبه ۸-۲

حدود ۵/۳۰ صبح پس از خداحافظی از دوستان به سمت بارگاه ۱ حرکت کردیم. تیم فیلمبرداری از همان ابتدا شروع به کار کرد. قانعی و مقدم که از همان ابتدا بسیار پرتلاش بودند تا نیمه راه یخچال پیشروی کردند و از آنجا به توصیه راهنمایان بازگشتند. ساعت ۱۰/۱۵ دو تیم صعود کننده به بارگاه ۱ رسیدند. برطبق قرار، افراد علاوه بر بار شخصی، هرکدام موظف به حمل ۵ کیلو بار عمومی از بارگاه ۱ به بارگاه ۲ بودند. این مواد شامل باطری و مواد غذایی بود. پس از حدود دو ساعت استراحت، گروه ساعت ۱۲/۱۵ به طرف بارگاه ۲ حرکت کرد. هر هشت نفر با هم به طور منظم حرکت می‌کردند. به خاطر سنگینی بارها پس از دو یا سه بار استراحت گروه ساعت ۴ به بارگاه ۲ رسیدند. در بارگاه ۲ چادر آشپزخانه برپا شده بود و آشپز بارگاه ۲ با پوره و سویی داغ و چای از بچه‌ها پذیرایی کرد.

ساعت ۵ دکتر بیاتانی اعضای گروه را معاینه کرد. حال عمومی اکثر بچه‌ها خوب بود. فقط فشار خون خادم بالا بود که دکتر به وی قرص داد. ساعت ۶ بارگاه اصلی تماس گرفتیم و سرپرست دستورهای لازم را به ساعت ۸ موکول کرد. نکته مهم درباره گروه این بود که دیشب اکثر بچه‌ها با توجه به تقسیم گروه‌ها گمان می‌کردند از گروه طرد شده‌اند و گروه دیگر متشکل از افراد برتر، گروه صعود را تشکیل می‌دهد.

چهارشنبه ۹-۲

حدود ساعت ۶ دستور رفتن به بارگاه ۱ و حمل ۸ کیلو بار برای هر یک از اعضا داده شد. به درخواست صنم بیشتر بار محفظه اکسیژن بود. قرار شد اعضای که در بارگاه اصلی بودند نیز با حمل تمامی بارهای خود به بارگاه ۲ بیایند. آنها ساعت ۵/۳۰ از بارگاه اصلی حرکت کردند و حدود ۸/۴۵ به بارگاه ۱ رسیدند. بچه‌های بارگاه ۲ نیز ساعت ۸ به طرف پایین سرازیر شدند. پس از یک ساعت افراد بارگاه ۲ به بارگاه ۱ رسیدند. پس از کمی استراحت به هر یک از افراد بارگاه ۲ دو عدد محفظه اکسیژن و ۲ کیلو بار داده شد. افرادی که از بارگاه اصلی آمده بودند نیز علاوه بر بار شخصی ۶ کیلو بار عمومی با خود و به بارگاه ۲ بردند. دو گروه ساعت ۱۰/۱۰ به طرف بارگاه ۲ حرکت کردند و حدود ۱۱/۱۵ همگی با هم به آنجا رسیدند.

قبل از نهار، زارعی به افلاکی گفت که بچه‌ها از جدایی ناراحتند و تقاضای انسجام گروهی کرد. افلاکی نیز با صحبت‌های خود نظر سرپرست گروه را بازگو کرد که البته در روحیه اعضا بسیار موثر بود. بعد از ظهر برف شروع به بارش کرد. چون قرار بود دکتر گروه بچه‌ها را تست پزشکی کند. اکثر بچه‌ها به استراحت پرداختند. حدود ساعت ۵ دکتر بچه‌ها را تست کرد و نتیجه را به بارگاه اصلی گزارش داد. بعد از ظهر پس از خوردن چای و بیسکویت سریعاً شام در ساعت ۷، حاضر شد و بچه‌ها برای آغاز صبحی خوب به استراحت پرداختند. آقاجانی صنم را برای مشورت به بارگاه ۱ فراخواند. به دلیل بیماری ایمان که در بارگاه اصلی بسر می‌برد تنها ۷ شریا، به اضافه آشپز بارگاه ۲، در گروه مشغول به کار هستند (برادر صنم نیز به عنوان شریا در

گروه مشغول به کار است).

پنجشنبه ۱۰-۲

پس از صرف صبحانه در ساعت ۶/۱۵ قرار شد در سه گروه شروع به کار کنیم. اعلام شد که دو گروه قرار است به بارگاه ۳ بروند و یک گروه به بارگاه ۱ برود و بار بیاورد.

گروه ۱: نجاریان، بیاتانی، نقوی، اوراز؛ گروه ۲: چشمه قصابانی، اولنج، زارعی، رستمی (حرکت به بارگاه ۳)؛ گروه ۳: علینژاد، خادم، سقایی، جداییان (اعزام به بارگاه ۱)

پیش از حرکت گروهها نجاریان و چشمه قصابانی از افلاکی به علت سردرد تقاضای استراحت کردند که موافقت شد ولی ظاهراً سرپرست گروه که در بارگاه اصلی بسر می برد از شنیدن این خبر به شدت عصبانی شد. گروهها حدود ساعت ۷/۴۵ دقیقه حرکت کردند. گروه سوم پس از حدود ۱/۵ ساعت به بارگاه ۱ رسید. هر یک از آنان ۱۰ کیلو بار که اغلب مواد غذایی بود برداشت و گروه ساعت ۱۰ به طرف بارگاه ۲ حرکت کرد. به دلیل گرمای هوا و بار سنگین بچهها ساعت ۲ به بارگاه ۲ رسیدند.



قله از بارگاه ۳

گروههایی که قرار بود به بارگاه ۳ بروند در هوایی نسبتاً سرد به راه افتادند. مسیر بارگاه ۳ تا ارتفاع ۶۸۰۰ در یک فلات طولانی ادامه دارد سپس با عبور از میان چند شکاف یخی به شیبی تند می رسد که تماماً ثابت گذاری شده است. شریاها به سرعت این مسیر را بالا و پایین می روند. استفاده از یومار تا حد زیادی کار صعود را آسان کرده است. هر یک از اعضا بین ۸ تا ۱۰ کیلو بار داشت که ۵ کیلو بار عمومی و بقیه بار شخصی بود. برای رفتن به بارگاه ۳ یکی از مهمترین وسایل عینک بود تا چشمها را در مقابل نور شدید در امان بدارد. هوا بسیار گرم بود. در اواخر مسیر، رسیدن به بارگاه ۳ مانند یک آرزو شده بود. سرانجام گروه اول ساعت ۱/۱۵ و گروه دوم ۱/۲۷ به بارگاه رسیدند. دو چادر فرینو در بارگاه نصب و با طنابهای ثابت مهار شد. جای چادرها در یخی بلور به سختی کنده شد. در پایین بارگاه ما گروه سنگاپور و بالاتر گروه انگلستان و امریکا قرار داشتند. کلاغها تا ۷۳۵۰ متر بالا آمده و منتظر بودند تا ناخنکی بزنند. پس از دو ساعت اقامت در بارگاه ساعت ۳/۱۵ به پایین بازگشتیم حرکت به پایین با سرعت صورت گرفت. زیرا تمامی مسیر طناب ثابت بود. ساعت ۴ به پایین شیب رسیدیم. سپس به طرف بارگاه ۲ حرکت کردیم. یک نفر سویسی که به تنهایی به طرف بارگاه ۳ می رود را دیدیم. ظاهراً به خاطر آفتاب روز.

شب حرکت می کرد. ساعت ۴/۴۵ به بارگاه ۲ رسیدیم. دذتر ۶ نفر از بچهها را برای صعود روز بعد معاینه کرد. قرار شد روز بعد خادم و ۶ نفری که به بارگاه ۳ رفته بودند استراحت کنند. آن شب هوا نسبتاً گرمتر از شبهای قبل بود. شریاها معتقد بودند که این هفته برای صعود مناسب است.

جمعه ۱۱-۲

بچهها ساعت ۶ برخاستند و در دو گروه ۲ و ۳ نفره به طرف بارگاه ۳ رفتند.

گروه ۱: نجاریان، علی نژاد؛ گروه ۲: چشمه قصابانی، سقایی، جداییان.

این دو گروه ساعت ۷/۱۵ بدون بار بارگاه ۲ را ترک کردند. حدود ساعت

۸/۳۰ یکی از اعضای گروه سنگاپور به پایین می آمد. وی بسیار خسته بود و گفت که

در بارگاه ۳ هوا بسیار سرد بوده و شب سختی را گذرانده و نتوانسته است بخوابد.

حدود ساعت ۱۰ ایمان که حالش خراب بود پایین رفت. در تماس ساعت ۱۰ با

بچهها، چشمه قصابانی گفت که حالشان خوب است و در حال صعود هستند. دومین

نوبت ارتباط ساعت ۱۲ و درست زمانی بود که گروه به بارگاه ۳ رسید. بچهها با بارگاه

اصلی نیز ارتباط برقرار می کنند و آقاجانی از آنان می خواهد که حدود ۲ ساعت در

بارگاه ۳ به استراحت بپردازند. سرانجام گروه ساعت ۲ پایین آمد و در حالی که بارش

نیز شروع شده بود ساعت ۳/۱۵ به بارگاه ۲ رسید. بچهها در راه با یک کوهنورد

اسپانیایی به نام انیوکی برخورد کردند. وی قصد صعود انفرادی لوتس را داشت و

گفت که دیروز هنگام صعود، بر اثر حرکت برف پرت شده و قصد بازگشت به بارگاه

اصلی و استراحت برای صعود مجدد داشت. وی تاکنون به قله گاشربروم ۱ و

گاشربروم II، برودپیک، شیشاپانگما و چوایو صعود کرده و اورست را بدون اکسیژن

تا نزدیک قله بالا رفته ولی موفق به فتح قله نشده است. در بازگشت دکتر همه

بچهها را آزمایش کرد. وضعیت کلی گروه خوب بود. تعدادی از شریاها را آزمایش کرد

که نتیجه جالبی به دست آمد.

نام	نبض	فشار خون
داوا	۶۰	۱۰۰/۶۰
پمبا (جوان)	۷۲	۱۱۰/۷۰
پمبا (مسن)	۷۴	۱۱۰/۷۰
صنم	۸۴	۱۲۰/۸۰

گفتنی است که شریاها از بارگاه ۲ به ۴ رفتند و پس از بازگشت آزمایش شدند.

شنبه ۱۲-۲

حدود ساعت ۶ افلاکی موفق به برقراری ارتباط با بارگاه اصلی شد.

آقاجانی دستور داد که ۶ نفر به بارگاه ۳ بروند و در آنجا مستقر شوند. این افراد عبارت

بودند از اولنج (سرپرست)، دکتر بیاتانی، نقوی، اوراز، رستمی و زارعی. گروه بلافاصله

مشغول جمع آوری وسایل مورد نیاز برای شبمانی شد و ساعت ۷/۴۵ بارگاه ۲ را

ترک کرد. گروه هر دو ساعت یک بار با بارگاه ۲ و بارگاه اصلی تماس می گرفت.

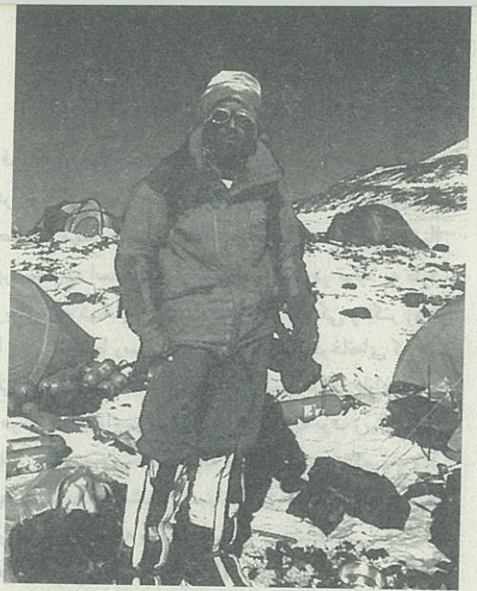
افرادی که شب قبل در بارگاه ۳ مانده بودند در حال پایین آمدن به طرف بارگاه ۲

بودند. سرانجام گروه ما حدود ساعت ۲ با وجود داشتن حدود ۱۲ کیلو بار عمومی و

شخصی به بارگاه ۳ رسید. در چادرهای بارگاه ۳ مقداری کپسول اکسیژن و غذا قرار

داشت که جا را بسیار تنگ کرده بود. پس از رسیدن گروه بچهها با فریاد «یا علی»

اعلام آمادگی کردند. رستمی تا حد زیادی خسته و احتمالاً ارتفاع زده شده بود. دکتر



به طرف بارگاه ۴ رفتند و هر ساعت با بارگاه اصلی ارتباط برقرار می‌کردند. افراد اردوگاه ۲ نیز حدود ساعت ۱۰/۱۵ به بارگاه ۱ رسیدند و پس از استراحت، کیسه وسایل بارگاه ۴ را با خود به بارگاه ۲ بردند. آنها ساعت ۱۱/۱۵ از بارگاه ۱ حرکت کردند و ۲/۱۰ به بارگاه ۲ رسیدند. در ارتباط با بارگاه اصلی آقاجانی می‌گوید همایون به پریچه رفته و بچه‌ها نیز حدود یک ساعتی تا گردنه فاصله دارند. امروز شریاها با خود اکسیژن به بارگاه ۴ بردند. آشپزخانه نیز برای آوردن کیسول‌گاز به بارگاه ۱ رفت. حدود ساعت ۳/۵ بهمنی از نوبتسه سرازیر شد و دقایقی بعد برف شروع به بارش کرد. بچه‌ها نیز پس از رسیدن به یال گردنه جنوبی به پایین بازگشتند و حدود ساعت ۶/۳۰ در حالی که به شدت خسته بودند (به ویژه علینژاد و سقایی) به بارگاه ۲ رسیدند و مورد استقبال بچه‌ها قرار گرفتند.

سه‌شنبه ۱۵-۲

امشب آقاجانی حدود ساعت ۱۰ با بارگاه ۲ تماس گرفت و ضمن جویا شدن از حال بچه‌ها به افلاکی، خادم، جداییان و زارعی اجازه داد به بارگاه ۳ بروند. البته اظهار کرد گروه ساعت ۶ باید بارگاه ۲ را ترک کند. حدود ساعت ۵ هر چهار نفر از خواب برخاستند و پس از صبحانه بارگاه را ترک کردند و حدود ۸/۳۰ به پای شیب تند رسیدند. امروز همچنین اولنج، نقوی و اوراز برای استراحت به بارگاه اصلی رفتند. سایرین نیز در بارگاه ۲ به استراحت مشغول شدند. به دلیل سنگینی بار حرکت بچه‌ها به خصوص خادم کمی کند بود.

چهارشنبه ۱۶-۲

امروز بچه‌های بارگاه ۲ استراحت کردند و تنها چهار نفر مستقر در بارگاه ۳ حدود ساعت ۶/۴۰ قبل از رسیدن شریاها به طرف گردنه حرکت کردند. قبل از ترابرس بارگاه ۳ به ۴ شریاها به سرعت به ما نزدیک شدند و ما را جا گذاشتند. بار شریاها ۴ کیسول اکسیژن بود که پس از قرار دادن آن روی گردنه مجدداً کیسولهای خالی را جمع کردند تا برای فروش به پایین ببرند. حدود ساعت ۲ بچه‌ها به یال گردنه رسیدند و به دلیل بارش برف به دستور سرپرست به بارگاه ۳ بازگشتند. افراد حدود ساعت ۵ به بارگاه ۲ رسیدند و پس از خوردن کمی شربت ساعت ۶ به بارگاه ۲ بازگشتند. بچه‌های بارگاه ۲ برای استقبال تا نیمه راه یخچال آمدند و از دوستانشان استقبال می‌کردند. شب نیز آقاجانی صعود را به همه تبریک گفت.

در مورد مسیر ۳ به ۴ باید گفت که مسیر از دو ترابرس بزرگ تشکیل شده که در بین راه آن یک شیب سنگی تند و تیز دارد که با طنابهای ۱۱ دینامیک ثابت‌گذاری شده است. مسیر لوتس نیز از بین راه همین سنگها جدا می‌شود. در نزدیک گردنه مسیر با سنگهای ناپایدار پر شده است که با میخ از قسمتهای مختلفشان کارگاه گرفته‌اند.

پنج‌شنبه ۱۷-۲

امروز صبح شریاها حدود ساعت ۷ پس از جمع‌آوری و تقسیم کیسولهای اکسیژن به طرف بارگاه اصلی رفتند. بچه‌های ما نیز پس از خوردن صبحانه حدود ساعت ۹ به طرف بارگاه اصلی حرکت کردند. بارگاه ۲ تقریباً خالی از سکنه شده و اکثر افراد برای استراحت به بارگاه اصلی رفته‌اند. بچه‌ها پس از رسیدن به بارگاه ۱ شروع به مرتب کردن چادرها کردند و پس از استراحت به طرف بارگاه اصلی می‌آیند. سرانجام در حالی که آبشار یخی به خاطر تغییر مسیرهایش برایمان جالب شده حدود ساعت ۱۲ به بارگاه اصلی می‌رسیم. امروز روز عاشورای حسینی است. همگی

سال چهارم / شماره سیزدهم / فصلنامه کوه / ۱۱

سرگرم رسیدگی به حال وی است و پس از مداوا با خوردن دو لیوان کوچک چای و مقداری تخمه!!!، به کیسه خوابش می‌رود. امکان انتقال وی به پایین است ولی دکتر اظهار می‌دارد که شب حالش بهبود می‌یابد!

به دلیل کمبود جا در یکی از چادرها اولنج شب را به چادر دیگر می‌آید و در مجموع ۴ نفر در یک چادر می‌خوابیم. البته اگر بتوان نام آن را خوابیدن گذاشت زیرا تا صبح فقط زجر کشیدیم و آرزو کردیم که زودتر صبح شود.

یکشنبه ۱۳-۲

ساعت ۶ صبح بالاخره با روشن شدن هوا از کیسه خواب درآمدیم. حدود ساعت ۸ قطاری از شریاها به طرف بارگاه ۳ آمد. آنها قصد گردنه جنوبی را داشتند. بچه‌هایی که در بارگاه ۲ استراحت کرده بودند به طرف بارگاه ۳ آمدند. افلاکی و خادم قصد بازگشت و بقیه قصد شبمانی داشتند. دکتر بیاتانی پس از اینکه حال رستمی بهبود نیافت وی را به بارگاه ۲ انتقال داد. زمانی که به پایین یخچال می‌رسند مشاهده می‌کنند بچه‌ها در حال صعودند. رستمی شروع به بدگویی از وضع بارگاه ۳ می‌کند که ظاهراً در روحیه بچه‌ها تاثیر می‌گذارد. حدود ساعت ۹ با گرمتر شدن هوا اولنج، نقوی، اوراز و زارعی به طرف بارگاه ۶ حرکت کردند. پس از حدود نیم ساعت زارعی که از بی‌خوابی شب قبل ناراحت بود به خاطر سردرد به پایین بازگشت و سایرین به طرف گردنه جنوبی رفتند. بچه‌ها پس از حدود ۵ ساعت راهپیمایی به نزدیکی بارگاه ۴ رسیدند. ولی به دلیل بدی هوا به طرف بارگاه ۳ برگشتند. بچه‌های بارگاه ۲ نیز حدود ساعت ۳ همزمان با سایرین که از بالا می‌آمدند با هم به بارگاه ۴ رسیدند. پس از حدود نیم ساعت استراحت ابتدا اولنج، نقوی و اوراز و یک ربع بعد افلاکی، خادم و زارعی به طرف بارگاه ۲ رفتند. بارش به شدت ادامه داشت. سایرین در بارگاه ۳ مستقر شدند. پس از رسیدن گروه به بارگاه ۲ آشپز بارگاه با سوپی داغ از بچه‌ها پذیرایی کرد.

دوشنبه ۱۴-۲

حدود ساعت ۶/۳۰ افلاکی موفق به ارتباط با بارگاه اصلی شد. آقاجانی قصد داشت برای شبمانی افلاکی، خادم و جداییان را به بارگاه ۳ بفرستد که به دلیل خستگی خادم منصرف شد. دکتر اصرار زیادی داشت که حاجی همه بچه‌ها به بارگاه اصلی بازگردانده شوند. به هر حال دکتر و رستمی حدود ساعت ۸ به طرف بارگاه اصلی رفتند. به دستور آقاجانی افلاکی، اولنج، نقوی، اوراز و زارعی می‌بایست به بارگاه ۱ بروند و آذوقه بیاورند و بچه‌های بارگاه ۳ نیز به طرف گردنه بروند که البته تا رسیدن شریاها و باز شدن مسیر صبر کردند. با باز شدن مسیر بچه‌ها به دنبال شریاها



اطراف توکلادو کوه زیبا قرار دارد؛ چولاچه در راست به ارتفاع ۶۴۰۰ متر و در چپ دنیوچه ۶۸۰۰ متر که هر دو دارای دیواره‌های عظیمی هستند. در روبرویمان آمادابلام زیبا قرار دارد. صاحب مهمانخانه در توکلا، چونینگ نام دارد. وی در سال ۱۹۸۷ موفق به صعود اورست شده است. پس از کمی استراحت در توکلا به طرف پریچه آمدیم. روستای زیبایی که در انتهای دشت قرار دارد. افلاکی و دکتر زودتر رفته‌اند تا جای خوبی را رزرو کنند. با رسیدن به پریچه در مسافرخانه‌ای که هتل هیمالایا نام دارد و محلی نسبتاً تمیز است اقامت می‌کنیم. هتل دارای نوری شیشه‌ای است و بچه‌ها در آن به استراحت مشغول می‌شوند و به برف زیبای بیرهن نگاه می‌کنند. به دلیل گرانی غذا در محل خوشبختانه مقداری کنسرو و کمپوت و نان با خود آورده‌ایم. پس از نهار اکثر بچه‌ها مشغول استراحت می‌شوند و شام را در داخل قسمت غذاخوری می‌خوریم. هوای پریچه به دلیل استقرار در دشت، کمی سرد است. حدود ساعت ۹ همگی به خواب می‌رویم تا فردا به بالا بازگردیم.

هتل هیمالایا توسط سه زن اداره می‌شود. ظاهراً مردها برای کار به خارج می‌روند. یکی از زن‌ها بچه کوچکی دارد که هر سه به نگهداری و تربیت آن مشغولند. در مسافرخانه چند نفر خارجی نیز اقامت دارند از جمله دو جوان اسپانیایی که با خادم به سخن گفتن مشغول هستند.

دوشنبه ۲۱-۲

حدود ساعت ۷ از خواب برخاستیم و در سالن غذاخوری به خوردن صبحانه مشغول شدیم. پس از صبحانه تعدادی از بچه‌ها در ده به گردش مشغول می‌شوند. سایرین نیز به استراحت مشغولند. قرار است بعدازظهر به توکلا برویم و شب را در آنجا بمانیم. پس از نهار بارش برف آغاز می‌شود و به حدی ادامه می‌یابد که آقاجانی از رفتن به توکلا منصرف می‌شود ولی چون به صاحب مسافرخانه قول داده است علی‌نژاد و سقایی را برای عذرخواهی به توکلا می‌فرستد. بچه‌ها پس از ۱/۴۰ دقیقه به توکلا می‌روند و پس از دادن پیغام او بازمی‌گردند ولی پوشیده از برف هستند. بعدازظهر بجز چند نفر که خوابیده‌اند سایرین کنار بخاری به سخن گفتن مشغولند.

سه‌شنبه ۲۲-۲

حدود ساعت ۷ از خواب برخاستیم و پس از خوردن صبحانه قصد حرکت به توکلا را می‌کنیم. در این مدت غذا به حد کافی خورده شده است ولی باز هم کمی حالت ولع داریم و تعدادی از بچه‌ها نمی‌توانند گرسنگی خود را پنهان کنند. حدود ۱۴۰۰۰ روپیه هزینه اقامت‌مان می‌شود؛ یعنی به ازای هر نفر ۱۰۰۰ روپیه. افسر گروه که بویان نام دارد در پریچه به گروه ملحق می‌شود و قصد آمدن به بارگاه اصلی را دارد.

حدود ۹/۵ پریچه را ترک می‌کنیم و ۱۱ به توکلا می‌رسیم. پس از خوردن چای و کمی استراحت قرار می‌شود نهار را نیز در توکلا بخوریم. پس از نهار جمع‌آوری وسایل حدود ساعت ۱/۱۵ به لانگ بوچه می‌رویم در حالی که آثار برف شب قبل کم‌کم محو می‌شود. ساعت ۳ به لانگ بوچه می‌رسیم. شب را در لوژی که توسط یک خانم اداره می‌شود می‌مانیم. پس از کمی استراحت در حالی که منتظر شام هستیم از بالا به سرپرست خبر می‌دهند که به دلیل باد شدید چند روز قبل بارگاه ۲ به هم ریخته و احتمالاً چادرهای گروه نیز باره شده است. این خبر همه را به فکر فرو می‌برد. البته آقاجانی با خونسردی با آن برخورد می‌کند تا روحیه بچه‌ها تضعیف نشود. شب را در کنار هم در خوابگاه لوژی می‌خوابیم.

چهارشنبه ۲۳-۲

با امید اینکه سالار شهیدان در صعود یاری مان کند به بارگاه می‌رسیم. متوجه شدیم بختیاری، مقدم و قانعی به منظور فیلمبرداری از مسیر و شهر به بخارا رفته‌اند. امشب پس از شام سرپرست در مورد صعود نهایی تذکراتی داد و نقاط ضعف بچه‌ها را گوشزد کرد. همچنین خواست که هر کس دو گروه ۳ و ۴ نفره را برای صعود معرفی و دربارهٔ تقدم و تأخر هر گروه اظهار نظر کند. امروز همچنین دکتر با مراجعه به بارگاه انگلیسیها دربارهٔ وضعیت باد اطلاعاتی کسب کرد حاکی از این که طی ۵ روز آینده در اورست باد شدیدی می‌وزد.

جمعه ۱۸-۲

امروز صبح ساعت ۸ از خواب برخاستیم و پس از صرف صبحانه عده‌ای به نظافت و چند نفر به ساختن جای گوشته‌ها پرداختند. زیرا گوشته‌ها در حال بوگرفتن بود. نهار امروز آبگوشت بود که نقوی زحمت طبخ آن را کشید. پس از نهار آقاجانی از همه در مورد کار نظرخواهی کرد که اکثر آرا دربارهٔ صعود گروه به قله بود. هنگام شام اینوکی کوهنورد اسپانیایی مهمان ما بود و کمی راجع به صعود با وی صحبت کردیم.

شنبه ۱۹-۲

امروز صبح حدود ساعت ۸ از خواب برخاستیم. شب قبل بسیار سرد بود. ظاهراً دوره هوای سرد همراه با باد در حال آغاز است و احتمالاً چند روزی ادامه خواهد یافت.

حدود ساعت ۱۲ دکتر به تنهایی از پایین می‌آید وقتی از آقاجانی می‌پرسیم متوجه می‌شویم که به علت طولانی بودن دورهٔ هوای خراب وی دستور داده است که گروه برگردد و خودش در گورا کشیب منتظر برگشت ما است. آقاجانی، رستمی و دکتر شب قبل در پیرامید خوابیده بودند. پس از صرف نهار، ضمن برداشتن مقداری مواد غذایی، به پایین برگشتیم. حدود ساعت ۲ آمادهٔ پایین رفتن شدیم. شریاها نیز احتمالاً فردا صبح پایین می‌آیند. پس از حدود ۱ ساعت به گورا کشیب رسیدیم. چند لحظه در گورا کشیب ماندیم. افلاکی و دکتر برای نصب چادر لانگ بوچه زودتر به پایین رفتند. پس از حدود ۱/۵ ساعت راهپیمایی به لانگ بوچه رسیدیم.

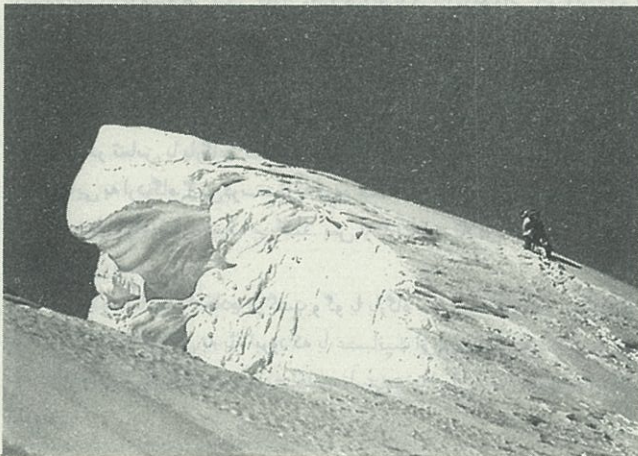
یکشنبه ۲۰-۲

ساعت ۷ از خواب برخاستیم. صبحانه را خوردیم و ساعت ۸/۳۰ به طرف پایین رفتیم. خیلی سریع و پس از حدود یک ساعت و نیم به توکلا رسیدیم. در

دو عدد چادر فرینو و دو عدد سالوا برای اعضا و ۳ چادر سالوا برای شریاها برپا شده است.

جمعه ۲۵-۲

امروز همگی استراحت می‌کنیم. ساعت ۹ برای صبحانه از چادرها خارج استراحت رفتیم. دکتر فشار و نبضها را می‌گیرد. حدود ساعت ۵ دکتر همه چیر را به پایین منتقل می‌کند. ساعت ۸ سرپرست تیم چهار نفر را برای صعود معرفی می‌کند. اولنج، نجاریان، چشمه‌قصابانی و اوراز صعودکنندگان خواهند بود. سایرین وظیفه کمک به حمل بارهایشان را دارند. پس از خوردن شام برای کار فردا زودتر به خواب می‌رویم.



قله اصلی

شنبه ۲۶-۲

امروز صبح ساعت ۷ از خواب برمی‌خیزیم. پس از تماس آقاجانی با بارگاه ۲ عنوان می‌شود که دو گروه برای صعود اعزام می‌شوند و قرار می‌شود اولنج در بارگاه ۲ بماند تا به همراه گروه دوم بالا برود و به جای وی نقوی بالا خواهد رفت. بچه‌های گروه صعود پس از تحویل گرفتن رگلاتور کبسولهای اکسیژن و دستکشهای ارتفاع برای صعود آماده می‌شوند. برای کمک به حمل بارشان دکتر بیاتانی، علینژاد، جداییان، سقایی و زارعی به همراهشان عازم بالا می‌شوند. به دلیل باد شدید دیشب برف پودر جایها را پر کرده است. آفتاب دمیده است که افراد به بالا می‌روند. حدود ساعت ۱۱ یعنی پس از دو ساعت به نزدیکی شکافهای یخی می‌رسند. به دلیل نداشتن کرامپون افراد حمایت‌کننده بالاتر نمی‌روند و پس از خداحافظی به بارگاه ۲ بازمی‌گردند. گروه صعودکننده ساعت ۴/۱۵ مشاهده می‌کنند که یکی از چادرها خوابیده و رویش برف است که به احیای آن می‌پردازند.

حدود ساعت ۶/۳۰ یک نفر آمریکایی به بارگاه می‌آید و می‌گوید که جبهه هوای بدی در راه است و احتمال اینکه مسیر آن در جهت اورست باشد زیاد است. در صورت صحت خبر، برف سنگینی خواهد بارید و باید اردوگاهها تخلیه شود. با اعلام خبر چندین نفر اقدام به صعود به طرف لوتس می‌کنند. یک اسپانیایی، دو سوئسی و یک انگلیسی افراد صعودکننده هستند.

یکشنبه ۲۷-۲

سال چهارم / شماره سیزدهم / فصلنامه کوه / ۱۳

امروز سومین ماه حضورمان در نیپال را آغاز می‌کنیم. پس از خوردن صبحانه حدود ساعت ۸ به طرف بارگاه اصلی حرکت می‌کنیم. ساعت ۱۰ به گورا کشیب می‌رسیم و کمی استراحت می‌کنیم و پس از خوردن چای به طرف بارگاه اصلی می‌رویم. در راه افسر گروه که صبح زودتر به طرف بارگاه اصلی آمده است نیز به ما ملحق می‌شود. حدود ساعت ۱۲/۵ به بارگاه اصلی می‌رسیم و شریاها خیر خراب شدن همه چادرهای بارگاه ۲ را می‌دهند. آنها جسد یکی دو چادر را نیز با خود آورده‌اند. ظاهراً چادر بیشتر گروهها خراب شده است و این طور که می‌گویند باد چادر انگلیسیها را تا بارگاه ۱ آورده است. قرار است فردا شریاها و گروه برای بررسی میزان خسارات و بازسازی بارگاه ۲ بالا بروند.

بعداظهر پس از کمی استراحت آقاجانی همه را جمع می‌کند و اعلام می‌کند که فردا گروه برای جمع‌آوری وسایل و بردن آذوقه به بارگاه ۲ به بالا می‌رود. ایشان اظهار می‌کند که سیاست کلی گروه تغییر کرده است و برنامه باید به سرعت انجام گیرد و همه افراد باید در خدمت گروه باشند. برای جبران کمبود غذای بالا بچه‌ها شروع به قورمه کردن گوشتها می‌کنند.

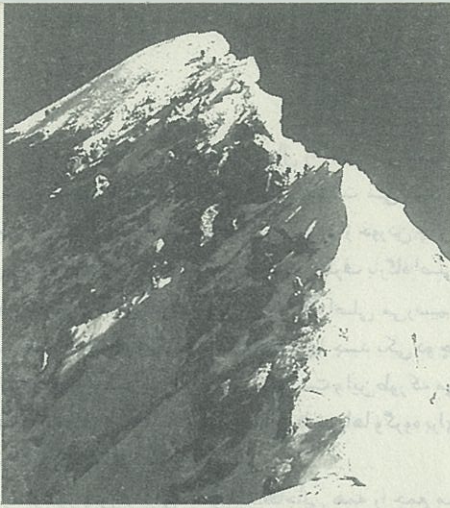
پنجشنبه ۲۴-۲

امروز صبح ساعت ۴/۱۰ از خواب برخاستیم و پس از جمع و جور کردن وسایل شروع به خوردن صبحانه کردیم. به دلیل مشخص نبودن وضعیت بارگاه ۲ مجبور به بردن مقداری آذوقه از بارگاه اصلی هستیم. بجز رستمی سایرین به بارگاه ۲ خواهند رفت. حدود ساعت ۵/۱۰ پس از عبور از زیر کلام... مجید، با توکل به خداوند متعال به سمت یخچال رفتیم. هوا صاف و نسبتاً سرد است. ساعت ۵/۴۰ پس از پوشیدن کرامپونها و بستن صندلی صعود از پای یخچال حرکت کردیم. امروز در سه گروه ۴ نفری به بالا می‌رویم.

گروه ۱: دکتر بیاتانی، نجاریان، علینژاد و اوراز
گروه ۲: چشمه‌قصابانی، افلاکی، نقوی، خادم
گروه ۳: اولنج، سقایی، جداییان و زارعی

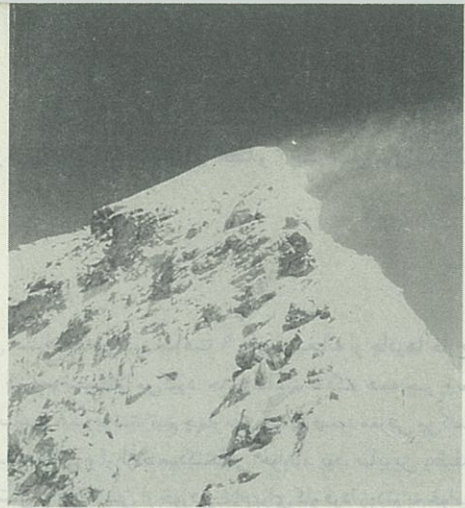
در طول مسیر چندین نفر خارجی از جمله ۲ سوئدی و یک آمریکایی و تعداد زیادی شریا در حال صعود هستند. مایکل کوهنورد آمریکایی که قصد صعود انفرادی اورست را دارد وی برای بیستمین بار طی روزهای اخیر قصد صعود و فعالیت دارد. وی برای تنها نبودن به دنبال بچه‌های ما تا بارگاه ۲ می‌رود. حدود ساعت ۹ همه گروهها به بارگاه ۱ می‌رسند. در بارگاه ۱ بار عمومی زیادی وجود دارد که ۱۲ قسمت می‌شود. آقاجانی از بارگاه اصلی به افلاکی عنوان می‌کند بار ۴ نفر از بچه‌ها کمتر از سایرین باشد. این مسئله در روحیه سایرین تأثیر زیادی می‌گذارد. به هر حال اگر چه بارمان سنگین است ولی با علاقه تا بارگاه ۲ آن را حمل می‌کنیم. گروه اول، ساعت ۱ گروه دوم، در حدود ساعت ۱/۴۰ و گروه سوم، ساعت ۲/۱۵ به بارگاه ۲ می‌رسند.

با رسیدن به بارگاه ۲ با قبرستان چادرها روبه‌رو می‌شویم. البته وسایلمان همگی سرجایشان است تنها کت‌پره‌های خادم گم شده است. به سرعت شروع به جمع و جور کردن وسایلمان کردیم. پس از نصب چندین چادر در حالی که برف شروع به بارش می‌کند به داخل چادرها می‌رویم. به دلیل پاره شدن چادر آشپزخانه چادر جدیدی را که شریاها از پایین آورده‌اند برپا می‌کنیم. علی‌رغم بارش برف تعدادی از بچه‌ها همچنان به جستجوی وسایل مشغولند. نجاریان تعدادی پیل الکتریکی پیدا می‌کند که متعلق به گروه انگلستان است. امروز شریاهایمان بار زیادی از بارگاه اصلی به بارگاه ۱ آوردند و در بارگاه ۱ نیز لباسهای ارتفاع و کیسه خوابهای ارتفاع را به بارگاه ۲ می‌آورند. بعداظهر همگی به استراحت مشغول می‌شویم. می‌شویم. دیشب اکثر بچه‌ها خوابیدند. پس از خوردن صبحانه به چادرهایمان برای



قبل از گامهای هیلاری

نمای قله از گردنه جنوبی



حال صعود برقرار نشد. ساعت ۴/۵ صدای ضعیفی از اولنج آمد ولی تا ساعت ۶ ارتباط کاملی وجود ندارد. در این ساعت در ارتباط افلاکی با اولنج پیغام آقاجانی مبنی بر صرفه جویی در اکسیژن در شلوغی مسیر داده می شود. ظاهراً ترافیک مسیر بسیار زیاد است. با روشن شدن هوا سقایی و جداییان برای استقبال از بچه ها در موقع بازگشت به بارگاه ۳ می روند. حدود ساعت ۸ از بارگاه امریکاییها خبر صعودشان به قله رسید.

ساعت ۹/۴۵ صدای هراسان اولنج همه را شوکه می کند. وی خواهان گف و گو با آقاجانی می باشد.

تلاش افلاکی برای پیدا کردن سرپرست گروه نتیجه نمی دهد. به محض برقراری ارتباط مجدد اولنج اظهار می دارد که هوا به شدت طوفانی است و همه گروهها بازگشته اند. طناب ثابت در مسیر وجود ندارد و اکسیژن رو به اتمام است. شریاهای گروه نیز عقبتر هستند و احتمال بازگشتشان زیاد است. خبر بعد حاکی از رسیدن اعضای گروه امریکایی به قله جنوبی است نه قله اصلی. پس از اولنج، چشمه قصابانی و نجاریان گفتند که اکسیژن کم دارند، ولی می توانند سه نفری با طناب حمایت به قله بروند. اولنج می گوید که شریای گروه سوئد، بایو، پس از قرار دادن یک طول طناب ثابت به پایین بازگشت. آقاجانی گفت با صلاحدید خودشان در صورت خرابی هوا بازگردند. چشمه قصابانی عنوان می کند پس از عکاسی و فیلمبرداری از قله جنوبی به بارگاه بازمی گردند تا روز بعد مجدداً تلاش کنند. آقاجانی نیز آنها را به بازگشت با احتیاط به اردوگاه ۴ توصیه می کند. پس از حدود ۳ ساعت بچه ها به بارگاه می رسند. ظاهراً بجز نقوی که به شدت خسته است سایرین روز بعد صعود خواهند کرد. علی رغم اینکه بچه ها صعود نکرده اند از سلامتی شان خوشحالم.

یادآوری می شود که بچه هایی که به اردوگاه ۳ رفته بودند با یک شریا از میانه راه بازگردانیده شدند.

افراد صعود کننده: اولنج، نجاریان، نقوی، چشمه قصابانی، اوراز. شریاها: ایمان، پمبارنجی، پمبا، تولدیم.

چهارشنبه ۲۰-۳۰ «فتح قله»

دیشب حدود ساعت ۲/۵ حمله مجدد بچه ها به قله آغاز شد. بجز نقوی سایرین مجدداً شروع به صعود کردند. شریاها نیز داوا، تولدیم و پمبا بودند که بجز داوا سایرین مجدداً صعود کردند.

ارتباط بچه ها این بار بهتر از دیروز بود. حدود ساعت ۸ بچه ها از قله جنوبی تماس گرفتند. گروه امریکا و گروهی از شریاها نیز در مسیر قرار دارند. بچه ها روز قبل اکسیژنهای اضافی را در قله جنوبی قرار دادند به همین دلیل این بار کارشان از صعود راحت تر است. بچه های بارگاه ۲ برای استقبال از صعود کنندگان به بارگاه ۳ رفتند. بارگاه ۳ را صدای شادی افراد گروه ۲ از صعود گروه همان آکنده ساخت.

صبح آقاجانی از اردوگاه اصلی خبر داد که درباره وضعیت هوا خبر خاصی نرسیده است و تا مشخص شدن کامل وضع هوا افراد در اردوگاههای ۲ و ۳ استراحت خواهند کرد. امروز یک نفر سویی موفق به فتح اورست شد. ولی سایرین بازگشتند. امروز همچنین دو شریای گروه سنگاپور که به گردنه جنوبی رفته بودند تا بتوانند بالاتر از گردنه ثابت گذاری کنند به دلیل خرابی هوا مجبور به بازگشت شدند. ساعت ۲ آقاجانی در تماس با بارگاه ۲ تصمیم خود در اعزام ۲ گروه را تغییر می دهد و اولنج را به تنهایی به اردوگاه ۳ می فرستد تا به گروه حمله ملحق شود. زارعی و جداییان به اولنج در حمل کوله پشتی کمک می کنند. پس از ۴ ساعت تلاش در هوایی برفی به اردوگاه ۵ می رسد.

حدود ساعت ۶ خادم در گفت و گو با بارگاه اصلی به آقاجانی می گوید که قصد دارد فردا به تنهایی به بالا برود که با عصبانیت او روبه رو می شود. پس از یک ساعت آقاجانی می گوید که فردا صبح خادم، زارعی و جداییان برای صعود به اردوگاه ۳ بروند.

دوشنبه ۲۸-۲۹

بچه هایی که قرار بود ساعت ۷ به اردوگاه ۳ بروند به دلیل مخالفت سرپرست گروه در بارگاه ماندند. بچه های بارگاه ۳ حدود ساعت ۸ در هوایی سرد به طرف گردنه حرکت کردند. در طول مسیر ۳ به ۴ حدود ۷۱ نفر در حال تردد هستند. شریاهای گروه ایران بجز دورچه که مریض است و سایرین با باری سنگین به طرف بارگاه رفتند. در مسیر بارگاه ۲ به ۳ نیز افراد زیادی تردد می کنند. افلاکی از صبح زود به ضبط مکالمات بچه ها در بارگاه مشغول است. حدود ساعت ۳ بچه ها به بارگاه ۴ می رسند و در چادرها مستقر می شوند. سه چادر در بارگاه ۴ نصب شده است. چشمه قصابانی از کم کاری شریاها شکایت می کند و آقاجانی پس از تماس با صنم سعی در حل مشکلات دارد.

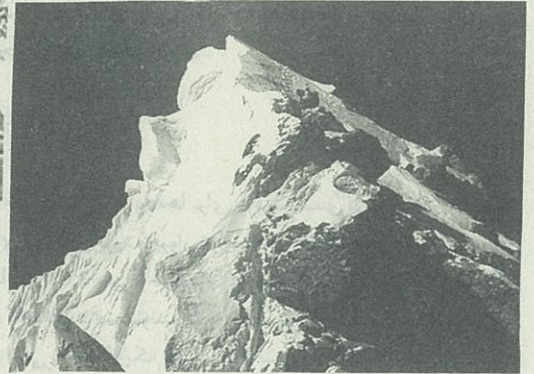
گفت و گو با چشمه قصابانی به سختی انجام می گیرد. آقاجانی در گفت و گو با صنم قرارهای حرکت را می گذارد. برطبق نظر سرپرست: گروه ما باید به عنوان گروه دوم یا سوم بالا برود. آقاجانی و رستمی در بارگاه اصلی و همین طور بچه های بارگاه ۲ همگی برای موفقیت گروه دعا می کنند. حدود ساعت ۱۲ شب گروه به طرف بالا حرکت می کند.

سه شنبه ۲۹-۲۹

ابتدای صعود گروه، آقاجانی با افلاکی در تماس است. آخرین تماس با گروه صعود ساعت ۱۱/۵ و قبل از حرکت گروه بود. شریاها دیشب قصد بردن دو کیسول را داشتند که آقاجانی آنها را وادار به بردن سه کیسول کرد. همچنین شریا ایمان قبل از سایرین حرکت کرده تا ساعت ۴/۵ هیچ گونه ارتباطی با بچه های در



فتح قله



گامهای هیلاری

بارهای سنگینشان به بارگاه اصلی آمدند. امروز کار علینژاد برای جمع آوری وسایل فنی آغاز شده است. اکثر بچه‌ها به جمع و جور کردن وسایلشان مشغولند. پیش از ظهر دو کوهنورد مسلمان گروه سنگاپور به اردوگاه آمدند و ساعاتی را به گفتگو با بچه‌ها پرداختند و به پیشنهاد سرپرست تیم برای نهار قرار شد به همراه سرپرستان به اردوگاه ما بیایند. نهار امروز آبگوست است. بعد از ظهر قرار شد برای عکسبرداری به پای یخچال برویم که با خراب شدن هوا تنها به گشت زنی در پای یخچال پرداختیم. پیش از شام بچه‌های صعود کننده گروه به دنبال پرچم قله می‌گشتند. زیرا سرپرست کلی از گم شدن پرچم ناراحت بود. سرانجام پرچم در چادر پمبا یافت شد. قرار شد به جای آن یک پرچم کوچک به وی داده شود.

یکشنبه ۳-۳

امروز صبح زود شریاها برای آوردن بارهای به جای مانده در بارگاه ۱ و ۲ به بالا رفتند. ما نیز پس از صرف صبحانه به جمع کردن بارهایمان در بشکوها پرداختیم. حدود ساعت ۱۱ شریاها به همراه بارهای گروه از بارگاه ۲ آمدند. در واقع بارگاه ۲ را به طور کلی جمع کردند. کوله‌های شریاها واقعاً تا ۳۰ کیلوگرم می‌رسید. امروز پس از نهار شش نفر از بچه‌ها برای صعود قله ۵۵۴۵ متری کالاپاتار به گوراکشیب رفتند تا شب را بگذرانند و صبح به قله بروند. کالاپاتار به دلیل در دسترس بودن، بهترین جا برای گرفتن عکس است.

دوشنبه ۳-۴

صبح خبر رسید که گروه سنگاپور قله اوست را فتح کرد. خدا را شکر. بچه‌های ما نیز ساعت ۳/۱۵ به سمت قله کالاپاتار رفتند و ساعت ۴/۲۰ به قله رسیدند. پیش از طلوع آفتاب شروع به عکاسی کردند و تا ساعت ۱۰/۵ روی قله بودند. امروز همچنین خادم، رستمی و جداییان نیز برای صعود کالاپاتار به آنجا رفتند. یاکها برای بردن بارها به بارگاه اصلی آمده‌اند و شریاها که امروز صبح آخرین محموله بار را از بارگاه ۱ آوردند مشغول بسته‌بندی بارها هستند. باربرها در بارگاه اصلی مستقر هستند. تمام باربرها اهالی ده صنم سردار گروه هستند. امشب پس از

ساعت ۹/۴۵ بچه‌ها به قله رسیدند. به یاری حق قله فتح شد و دعاهايمان به نمر نشست. حدود ۵۰ دقیقه بچه‌ها روی قله ماندند. به دستور سرپرست بچه‌ها به بارگاه ۲ بازمی‌گردند. قبل از تاریکی هوا گروه به بارگاه ۳ رسید.

امروز در بین راه همه اعضا با استقبال خارجیها روبه‌رو شدند. بچه‌ها در حالی که از ناحیه چشم آسیب دیده‌اند، به بارگاه ۲ می‌رسند. در بین راه افلاکی نیز با شربت از گروه استقبال می‌کند. امروز شریا آیا از گروه امریکا برای نهمین بار اوست را صعود کرد. صدای ناله بچه‌ها از چشم‌درد تا صبح بلند بود.

پنجشنبه ۲-۳۱

امروز صبح ساعت ۷ از خواب برخاستیم و ۸/۵ پس از خوردن صبحانه و گرفتن چند عکس در سه گروه به طرف بارگاه اصلی حرکت کردیم و برای همیشه با بارگاه ۲ و ۱ وداع کردیم. پس از کمی استراحت در بارگاه ۱ به سمت آبشار یخی آمدیم. مسیر بسیار تغییر کرده است. تعداد شکافها افزوده شده است و بر تعداد نردبانها نیز. حدود ساعت ۱۲ در حالی که آقاجانی و رستمی و افسر رابط گروه در پای یخچال به استقبالمان آمدند به پایین رسیدیم. دقایقی به تریکات گذشت. سپس به بارگاه اصلی رسیدیم و بچه‌ها پرچم قله را توسط افلاکی به آقاجانی تقدیم کردند.

جمعه ۳-۱

امروز صبح ساعت ۸ از خواب برخاستیم و مشغول استحمام و اصلاح سر و صورت شدیم. نهار امروز که آش رشته بود توسط تقوی نجاریان یخته شد. خیلی چسبید. امروز بعد از ظهر گروه امریکا که اعضایش قله را صعود کردند، مهمان ما بود. پس از کمی گفتگو و گرفتن چند عکس بچه‌ها شروع به روشن کردن فشفشه کردند و پس از شام نیز آواز و آتش بازی داشتیم.

شنبه ۳-۲

حدود ساعت ۸ به خوردن صبحانه پرداختیم و ساعت ۹ شریاهايمان با

دور هم غذا می‌خوریم و در هوایی خنک به استراحت می‌پردازیم.

پنج‌شنبه ۳-۷

امروز صبح پس از خوردن صبحانه آقاجانی و چند نفر از بچه‌ها به بازار رفتند و تعدادی چادر خریدند. این کار تا حدود ظهر طول کشید. ابتدا قرار بود شب در نامچه بمانیم ولی با تغییر برنامه به طرف بالا برگشتیم. ساعت ۱ نامچه را ترک کردیم و پس از پشت سر نهادن منطقه زیبای بین داو با یک‌بار استراحت در پاکتینگ ساعت ۵/۴۵ به لوکلا رسیدیم و به حمدا... سفرمان را به پایان بردیم. شب را نیز در مهمانخانه‌ای دور هم گذراندیم.

جمعه ۳-۸

امروز صبح چند نفر از بچه‌ها برای بازدید معبدی در لوکلا به آنجا رفتند. سایرین نیز برای تماشای فرود و پرواز هواپیماها و هلیکوپترها به فرودگاه محل رفتند. حدود ساعت ۱۱/۵ پس از مکاتبات شرکت تامسکو گفته شد ۵ نفر برای حرکت به طرف کاتماندو حاضر شوند و بنا به تصمیم سرپرست تیم، نقوی، علینزاد، سقایی، اوراز و زارعی به همراه یک هواپیمای ارتشی به طرف کاتماندو رفتند و در فرودگاه مورد استقبال بختیاری، مقدم و قانعی قرار گرفتند. سایرین نیز در لوکلا شب خوبی را گذراندند. به همت دکتر بیاتانی ۶ خروس برای شام سربریده شد تا بچه‌ها شب خوبی را دور هم داشته باشند.

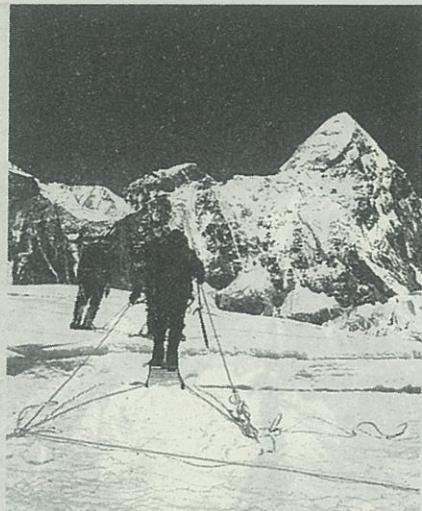
شنبه ۳-۹

امروز صبح بچه‌ها حدود ساعت ۶/۳۰ برخاستند و پس از صرف صبحانه، جداییان و رستمی با هواپیما و سایرین با هلیکوپتر به طرف شهر روانه شدند.

یکشنبه ۳-۱۰

متأسفانه گزارش دریافتی از فدراسیون در اینجا خاتمه پیدا کرده و از مابقی سفر تا تهران خبری در دست نداریم. Δ

در نزدیکی کعبه یک قله پوموری در پشپن



خوردن شام به چادرها رفتیم تا باربرها در چادر آشپزخانه مستقر شوند.

سه‌شنبه ۳-۵

امروز صبح زودتر از خواب برخاستیم. شریاها قبل از بلند شدن ما چادر آشپزخانه را جمع کرده بودند. پس از خوردن صبحانه شروع به گرفتن عکس یادگاری با شریاها کردیم. ساعت ۹ بارگاه اصلی را ترک کردیم. پس از وداع با آبشار یخی و بارگاه اصلی به گورا کشیب آمدیم. در آنجا نیز پس از کمی استراحت و نوشیدن چای به طرف لوبوجه راه افتادیم. سپس به توکلا رسیدیم و نهار را در آنجا خوردیم. ساعت ۱/۴۵ به طرف پرک حرکت کردیم و ساعت ۳ به پریچه رسیدیم. یاکها و باربرهایمان نیز ساعت ۴/۵ به پریچه رسیدند.

چهارشنبه ۳-۶

امروز صبح ساعت ۶ از خواب برخاستیم و پس از خوردن صبحانه ساعت ۷ پریچه را ترک کردیم. اطراف را مه فرا گرفته است. به همین دلیل کوه‌های زیبای اطراف پیدا نیست. محیط اطرافمان بسیار تمیز است و هر چه جلوتر می‌رویم وجود درختان و گلها بر زیبایی منطقه می‌افزاید. پس از پشت سر گذاشتن دوراهی دنیوجه، پریچه به سرعت به طرف نامچه می‌رویم. پس از حدود یک ساعت به ده نامچه بازار که در مه فرو رفته است وارد می‌شویم. ساعت ۴/۱۵ است. شب را در مهمانخانه‌ای

سوسن رئیسی

تقدیم به ۱۷ پرنده آزاد که آرزوی دیرین ما را بر بام دنیا فریاد زدند

و ای نامتان در جهان جاودانه
که بر آسمان پازدید عاشقانه
چو کردید از آسمانها کمانه
شما می‌درخشید در آن میانه
شما بی‌نیاز و غنی، بی‌بها
چو عنقا پدید در بیکرانه
چه پرشور، بی‌ادعا، کودکانه
شما پُر زدید از کران تا کرانه
که دارید از شادی ما نشانه
و خواندید با کوهها، عاشقانه
شما مثل باران پُرید از ترانه
که خوش می‌کشد از شماها زبانه
فروزانترین مشعل این زمانه

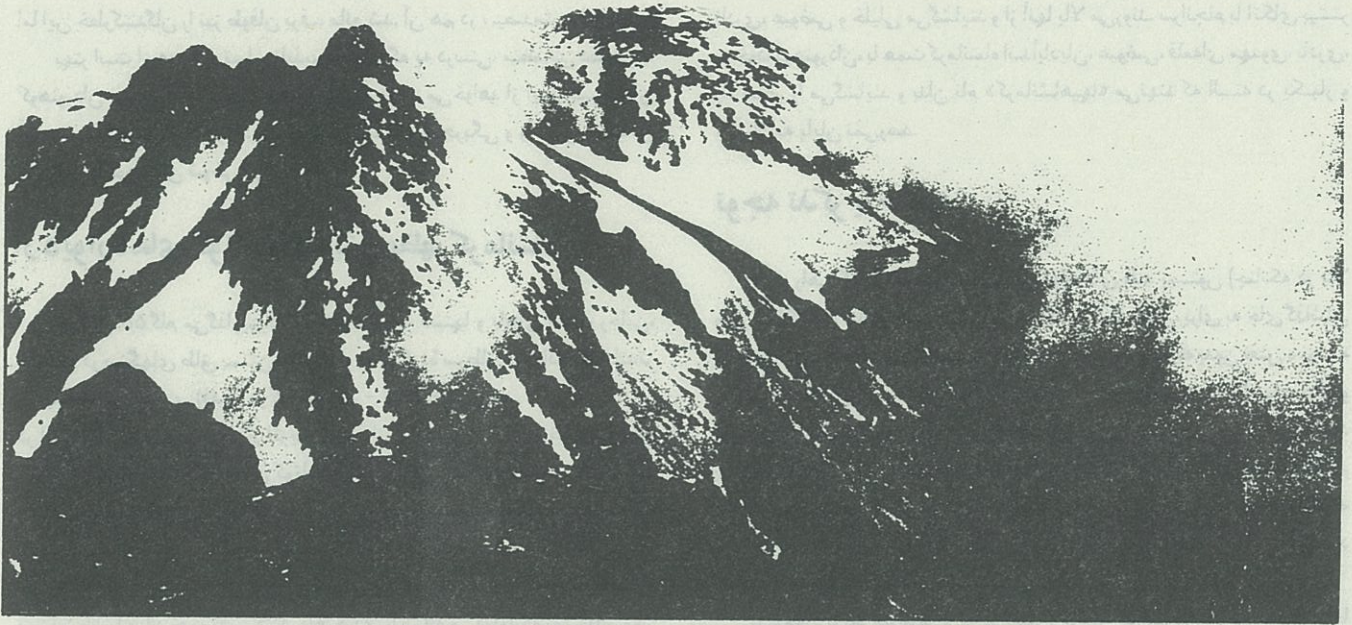
هلا، راهیان بهشت زمانه
ببالید برخویشتن ای شمایان
که ایران ز نام شما جاودان شد
همه قهرمانان! اگر جمع گردند
پی نام و نان‌اند اگر قهرمانان!
چو سیمرغ بر بام دنیا نشستید
چه پُر آرزو، پُر تواضع، صمیمی
پریدند تا قله سرفرازی
نبودیم اگر با شما، با شمایم
چه شبها که با آسمان قصه گفتید
شما مثل ابرو شما مثل دریا
کنون آفتاب غرور من و ما
شما مید در سینه‌ها تا همیشه

کوهنوردی نوین در ایران

جلیل کتبیهای

از میان برگهای پراکنده تاریخ کوهنوردی

- بخش ۸ -



۳ قله جالب هرم داغ (سمت چپ) و کسری داغ - عکس از: یعقوب کهنمویی

و آزمایش بیابند. این صعود، پیش درآمدی بود از لحاظ تجانس و شناسایی با یکدیگر، و تبادل احساس و نگاه و همکاری و... برای اجرای برنامه آینده‌شان در صعود به ماناسلو ۸۱۶۳ متری؛ اگر چه به سبب طوفان و سرمای شدید، از رسیدن به قله دماوند محروم شدند! اجازه بفرمایید از این زمستان پنج‌هزار متری، با جهشی به سینه چهار هزار متریهای شمال غرب کشورمان، ببینیم در سوز و تاب آنجا چه می‌گذرد.

در آنجا تلاش و شتاب برای پیروزی بر هرم داغ ۴۶۵۰ متری است که با برادرش کسره‌داغ ۴۰۳۰ متر، می‌توان آنها را فرزندان سیلان دلکش ۴۸۴۰ متری دانست. به یاد می‌آوریم که در تابستانهای گذشته، کوهنوردانی چند در این دیار بلند، پیروزیهایی داشته‌اند: سال ۴۴ گروه ابرمرد تهران، نخستین پیروزمند هرم داغ بود. در ۴۵ پیروزی نصیب خود آذربایجانها شد؛ آن هم بر هر دو قله برادر: علی پیرمرد، حسن توفیق، بهروز حقی، حمید طلوعی، علی کی‌نژاد، رسول لطیفی (فقید) - سرپرست - اسماعیل هزور (در نشریه یک آلف - تبریز این نامها آمده است: رضا ارغندی، بیوک بهزادی، بهروز حقی، رسول لطیفی؟).

در زمستان ۴۵: قله مادر - سیلان - توسط بهروز حقی، حمید طلوعی و به سرپرستی رسول لطیفی صعود شد که به باهای اولی و چشمان دومی آسیب وارد آمد. در تابستان ۴۸: بهمن شهوندی برای نوردش یخچال شمال سیلان همت کرد و برای یکمین بار همراه با کیومرث بابازاده، غلام دانشور، روپین میرزابگیان، از این راه به قله رسیدند.

در این بخش از مجله شماره پیش، این موضوعها در نوشته آمده بود: باز هم در شکافهای تاق بستان، قله‌های اشترانکوه در یک برنامه، دیواره لجور، یادی از صعود به گراند ژوراس و دندان گول در مرز ایتالیا و فرانسه، تلاشهای برجسته بانوان، نخستین بار در کوههای کشمیر، برنامه‌های دوستی، نقشه‌های کوهستان، بوسه بر پای اورست، افسوس بر نداشتن‌ها... و حوادث دردناک زمستانی. اینک می‌پردازیم به دنباله آنها:

پیروزیها و چراغ قرمزها

در سال ۵۴، نخستین برفها که چهره زیبای کوههای بلندمان را یکنواخت و یکرنگ ساخت، باز فیل نعمت‌الله اختری به یاد هندوستان افتاد... و با چند تن از کوهنوردان همشهری‌اش (همدانی) رهسپار جنوب شرقی ایران شد. شناساییها و آشناییهای از نزدیک با کوههای آن سامان، سبب شد تا برنامه‌ای زمستانی در کوهستان سنگی تزرگان اجرا کند. این نخستین برنامه زمستانی بود که برفخانه تزرگان (که با نامش در تابستان هم می‌شود احساس سرما کرد!) با پیروزی صورت گرفت.

علی اسکندانی و همراهانش از سازمان دماوند تهران نیز بیکار ننشستند و تکرار صعود زمستانی از راه جنوب دماوند را تدارک دیدند و بر قله پر سوز و سرمایش ایستادند. برای یک گروه ایرانی و گروهی از ژاپن نیز برنامه‌ای تمرینی ترتیب داده شد که با هم برف و یخ و سرما را در بلندیهایی نظیر دامان و پای هیمالا یا به تجربه

در زمستان ۵۳: دیدیم که به ظاهر، این کوهها روی خوشی به کانون کوهنوردان تهران و نیز گروهی از تبریز نشان دادند؛ اما در عمل، برای بالاتر از ۳۹۰۰ متر، چراغ قرمز روشن شد.

در زمستان ۴۷ نیز کوهنوردان تبریز (اهرابی، بختیار، دیبایی) به سرپرستی اکبر دمشقی (که سه نفر اخیر به سرای دیگر شتافته‌اند) راه گرده غربی هرم داغ را به آزمایش کشیدند. اما ناکافی بودن وسایل، آنان را نیز بازگردانید. در ۵۴ نیز دو گروه از آذربایجان، دست به دست هم، رشادت به خرج دادند که هرم داغ معزور را رام سازند، اما این خطرکنندگان را نیز طوفان برف، مانع شد. آن هم در سیصدمتری اوج. بهتر است از هرم داغ تسلیم‌ناپذیر بگذریم که به درستی، منظورش دشمنی با کوهنوردان نیست که با دوستی به سویس می‌روند. می‌خواهد از این نیرومندان آهنین، یولادهایی آبداده و اندیشمند بسازد. با کم تجربگی و وسایل ناکافی نمی‌توان با کوهستان شوخی کرد.

از دیواره‌های کوتاه تا گشایش مظهر کرمانشاه

به سال ۵۵ گام می‌گذاریم که راه کوتاهش را، دستها و باهای آمایه، رجایی، عیوضی در سنگهای طاقستان باز کردند و به آن گرده سرتاق نام دادند. راه بلندتر را عبدالحسین عزیزی (فقید) در کوه کاسکار - ترکیه - در نوردید. در این سال یک مربی دیگر از اتریش (پس از پیتر هابلر = ۴۳) به نام «سپ» به تهران فراخوانده شد و دوره‌های کوتاه آموزشی برای کوهنوردانی در همدان و پایتخت ترتیب داد. آن سوتر، در سرزمین دلاوران، بیستون پر صلابت و هیبت، که آغشته است از ستون و دهلیز و دیواره و تیغه، دارد از تنهایی قرون و اعصار بیرون می‌آید که اگر در گذشته‌های دور، برپاهایش بوسه می‌زدند تا تاریخ بزرگیهای سرزمینمان را بر آن نقر و نقش کنند، یا فرهادی را نشانه می‌کردند که به سودای مهر شیرین بر سنگهای سخت این کوهستان تیشه می‌کوبد، اینک جوانان غیور باختران می‌آیند که سینه و فرقی را ببوسند و پیامهای مهر و دوستی کوهنوردان عاشق کوهستان را بر آن سامان بر پا کنند.

به خاطر می‌آوریم که در سال ۱۳۲۶ به آغاز کوهنوردیها در ایران، گروهی ۲۴ نفره از کرمانشاه به سرپرستی مهدی رفیعی مدیر باشگاه ورزشی این شهر و با همگامی علاقه‌مندی به سیاحت و کوهستان از باشگاه نیرو و راستی تهران به نام دانشور، قلّه این کوه را از ورای دیواره‌های کشیده قامت، صعود کردند، و در سالی دیگر، دو نفر دیگر از کرمانشاه (برومند و پالیزیان) بر فراز بیستون دست (یا) یافتند. ده سال بعد، محمدرضا کبیر، ابوالقاسم نوروزی و حسین هاشمی (فقید) به سنگهای جبهه شرقی کوهستان دست یازیدند و حادثه‌ای در بالا دستها، آنان را از نزدیکی قلّه به بازگشت ناگزیر ساخت. در سال ۴۷ و در اواخر فصل زمستان، کیومرث بابازاده، ابراهیم بابایی و غلام وهابزاده (فقید) همراه با گغام میناسیان (کوهنورد قدیمی هنوز جوان مانده) و دو تن دیگر به نامهای ارضی و صادقی، از سنگهای کناره دیواره راهی به قلّه گشودند که نمی‌دانم چگونه شد که بدان نام «هری روست» نهادند؟ سال بعد، خود این کوهنورد آلمانی، با صادق کرباسی، به عنوان دومین دسته، این راه را بالا رفتند. اما در سال ۶۰ با سومین صعود توسط سه تن از کرمانشاهیان بود که نام بی‌مسمای آن به «جانپناه» تبدیل شد؛ نامی که سبب درستی داشت؛ زیرا در آن مسیر، جانپناه بر پا داشته شده بود.

در سال ۵۰، لهستانیها که به ایران آمده و در علم کوه، صعود خوبی در مرکز دیواره اصلی به یادگار گذاشته بودند، در دیواره‌های بیستون نیز راهی گشودند که از سمت راست فراتاش با دو شب مانی روی سنگها به قلّه پایان می‌یابد.

با این یادآوریه‌ها، به سال ۵۵ و ۵۶ نظری می‌افکنیم. کوهنوردان کرمانشاه که در این دو سال و پیش از آن، تمرینها خوبی در سنگهای مقدماتی طاقستان و مانند

آن، داشتند اینک تصمیم می‌گیرند که ستونهای بلند و سترگ بزرگ کوهستان سرزمینشان را که مدت‌ها تنها مانده است، به نوازش برونند و دستی به سر و گوششان بکشند. ابتدا ابوالقاسم آمایه و محمد باقر عیوضی، راهی را در نظر می‌گیرند که «قدیمی» خواندندش؛ اگرچه آشنایی و دوستی با آنجا و روشهای صعودشان، تازه و نو بود چند صباح دیگر عیوضی با مجتبی نادری، پیام دوستی را به راه دیگری می‌برند که به «دیدار» موسومش ساختند.

در ۵۶، راههای «شبدیز» و «تراورس شیب منفی» را نیز به ترتیب: عیوضی و نادری، عیوضی و خلیلی می‌گشایند و از آنها بالا می‌روند. سرانجام با اتکالی بیشتر به خود، کوهنوردان، با همت کرمانشاه اسدآبادیان، عیوضی، قلعه‌ای مهدوی، نادری، راه بعدی را می‌گشایند و بدان نام «کرمانشاهیها» می‌نهند که البته در یکبار و یکسال به پایان نمی‌رسد.

توجه تذکر یا حاشیه!

* دو راهی که با نخستین تماس با دیواره‌های بلند بیستون (چنانکه در بالا مرور شد) گشوده شد در جایی از این کوه بود که در ایران کهن، برای به جای گذاشتن یادبودی کهن، آن را صاف و صیقلی کرده بودند. این صفحه که بدون نقش و نوشته بودند نیز یادگاری از آن زمان است، گسترشی ۶۰ × ۲۰۰ متر دارد. در ادبیات ژرف و دلنشین ما با منسوب ساختن آن به فرهاد (بیستون را عشق کند و شهرتش فرهاد برد...)، به فرهاد تراش و سپس در زبان عرف به فراتاش معروف شد. امیدوار باشیم که تلاشهای جالب و پیروزمندانه کوهنوردان عزیزمان بر این مکان و اینگونه جایگاههای تاریخی در هر جا که باشد - لطمه‌ای وارد نکرده باشد و در آینده نیز وارد نسازد. اینها میراث فرهنگی ما هستند.

با برخورد با نام «تراورس» که در گفتار و نوشتار کوهنوردان عزیز، متأسفانه جا باز کرده است، اشاره‌ای کوتاه زیان ندارد. این واژه، هم فارسی نیست و هم درست در اینجا و آنجا بیان و نوشته نمی‌شود. در زبانهای بیگانه دیده شده است؛ اما بدین صورت که در فارسی به کار می‌گیرند نیست.

همه می‌دانیم که در زیر دو راه فلزی که راه آهن (قطار) از روی آنها می‌گذرد، چوبهای کلفت الوار، در جهت مخالفت راه گذاشته می‌شود و راههای فلزی به آنها با پیچ محکم می‌گردد. این چوبها را در زبان فرانسوی «تراورس» می‌گویند. در زبان انگلیسی یا زبانهای دیگر این واژه را در کوهنوردی و یا موارد دیگر به صورت فعل و نه به تنهایی - به کار می‌برند. اگر ما هم بخواهیم با تقلید از آنها تراورس را به صورت فعل استفاده بکنیم و بگوییم تراورس کردن یا تراورس رفتن، روشن است که فصل درستی نساخته‌ایم. کسانی که تبحر و تخصص در زبانهای دیگر دارند. بهتر می‌توانند راهنما باشند. اما گمان من بر این است که آیا بهتر نیست که ما هم بکوشیم و از واژه‌های دلنشین و آشنای فارسی بهره بگیریم؛ به ویژه بیش از اینکه یک واژه غلط بیگانه جا بیفتد. اریب، کمربر، کمر شکن، میان بر، کج و... بهتر و درست‌تر است. راه را به سوی راست کج کردیم (به جای: تراورس کردیم). راه اریب فرانسویها (به جای: تراورس فرانسویها) با یک راه کمربر می‌توان از این دیواره گذشت (به جای با یک تراورس می‌توان...) فلان قلّه را از جنوب بالا رفتیم و از شمالش پایین آمدیم. (به جای: فلان قلّه را از جنوب به شمال تراورس کردیم.) باشد که دست اندکاران آگاه و خوش ذوق، برای اینگونه موارد و نامها و اصطلاحها، واژه‌های کوتاه و مناسبی بیابند و به کاربردشان را رواج دهند.

کوهنوردان بیشتاز ما راهی را در کوهی، با درایت و کوشش و همت خود صعود می‌کنند و سپس نام آن راه را به یک بیگانه یا خودی دیگر منسوب می‌سازند که شاید نه آن بیگانه و نه این خودی از این جریان آگاه یا خوشنود باشند. و نه ارتباطی با راه و جا داشته باشند. قردانی از دیگران نیکو است. چنانکه گرده شمالی علم‌کوه



باقر عیوضی در حال صعود بر روی دیواره بیستون

راگرده آلمانیها یا یخچال شمال غربی علمکوه را یخچال فرانسویها نام نهادند. زیرا که آن دو آلمانی در سال ۱۳۱۵ برای نخستین بار از این گروه به قله رسیدند؛ یا این یخچال را فرانسویها برای بار اول صعود کردند (دست کم می توان راهی را که از آن بالا رفته اند به نامشان خواند) اما راه هری روست در علمکوه، لطفی نداشت و بی مناسبت بود، جایی که خودش آن را در دومین دسته صعود کرد! چرا نام کسانی که خودشان زحمت یا خطر گشایش راهی را به جان خریدند، بر این راه نباشد یا یک «نام معنی»؟ به هر پندار، باید آغاز دیواره نوری بیستون را به کرمانشاهیان عزیز که پیشگام شدند تبریک گفت.

اوج پیروزیها

اوج پیروزیهای سال ۵۵ و یا بهتر گفته شود اوج آموزشها و تجربه ها و یادگیریهای کوهنوردی ایران را باید در نخستین پیروزی بر یک هشت هزار متری در هیمالایا دانست. اگر به جمله معروف توجه کنیم که «آنجا که کوههای دیگر بابان می یابند، هیمالایا آغاز می شود» و گرچه دیواره های سترگ بلند و قله های بسیار سرد شش و هفت هزار متری در جاهای دیگر هم داریم، راهیابی به کوهها و یخچالهای هیمالایا، دنیایی دیگر است.

سال ۵۵، بیش از یک چهارم سده از آغاز تلاشهایی کوهنوردی نوین در ایران می گذشت. کوهنوردان این دوره بیست و شش، هفت ساله که ابتدا با شگفتی و احتیاط و تا اندازه ای هم بیم به یخچالها و دیواره های پر هیبت کوهها مان می نگریستند و پنجه های دست و پایشان را با حساب و دقت بیش از اندازه بر آنها

می نهادند، رفته رفته با اراده و تصمیم و خواست باطنی به پیروزیهای قابل ستایشی دست یافتند. اینان به خودو به دیگران نشان دادند که چگونه می توان با وجود دشواریهای گوناگون راهها و هدفهای سخت ناشناخته و وحشی را آسان و رام کرد. با توجه به همین پیشرفت و نیز خواست زمان و جامعه کوهنورد، کمیته ای با نام «بنیاد هیمالایا» در فدراسیون کوهنوردی ایجاد و مسئولیتش به کوهنورد و اسکی باز قدیمی محمد خاکبیز واگذار شد. هدف، راهیابی به هیمالایا و کوههای بلندتر و جالب آن سامان بود؛ و چه بینش ژرف و هشیارانه ای که برای نخستین دستاویزها به هدفی بزرگ، باید از تجربه های با تجربه ترها بهره گرفت، در همین راستا، نخستین لقمه را نیز، بزرگترین برنگزیدند.

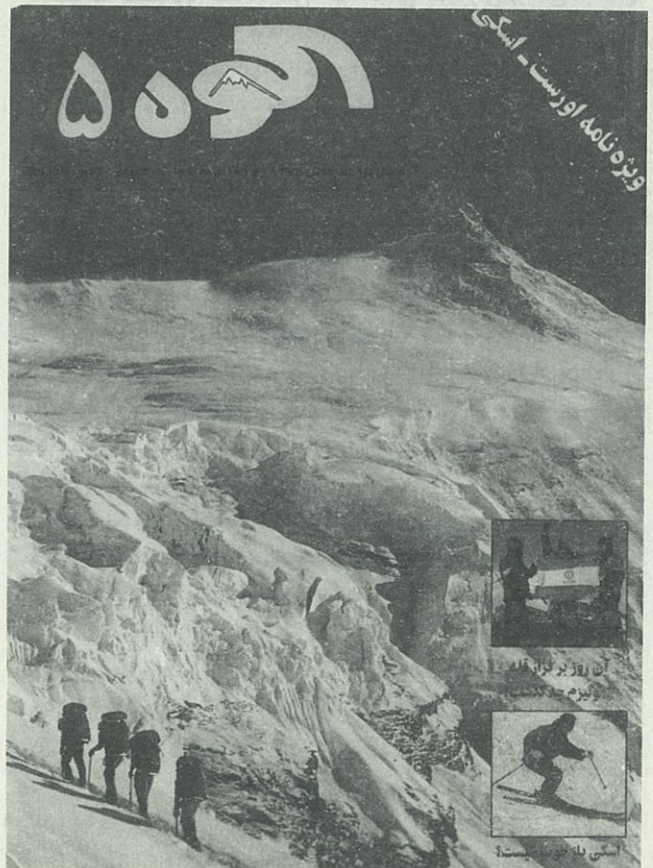
از آنجا که ما خود از مردمان آسیای بزرگ هستیم، بهتر که از هم قاره ای هامان بهره مند شویم. ژاپن کشوری است که نه تنها از نظر اقتصاد و فن، غولی است در گیتی، که از جنبه ورزشی و به ویژه کوهنوردی نیز از سرآمدهاست. گفت و گو و آمد و رفت نتیجه داد: با ژاپنیها به سوی کوهی که به نام آنها در آمیخته است.

ابتدا کوه داتواگیری ۸۱۸۰ (۸۱۲۷) متری مورد سنجش و دیدزنی از نزدیک قرار گرفت. برای بررسی و شناسایی، دو نفر از ایران (ناصر رستمی و محمدجعفر اسدی) همراه با دو نفر از ژاپن (کاگی یاما + تامورا) به نهال رفتند. اما با صلاحدید ژاپنیها مقرر شد که ماناسلو ۸۱۶۳ متری را هدف قرار بدهند.

این دوستان شرقی با چند بار تلاش، عنوان نخستین صعود بر این قله را از آن خود ساختند (۱۳۳۵) تجربه ها و آگاههایشان می توانست اطمینان بیشتری بر پیروزی باشد.

۵۵/۵/۳ بود که هفت کوهنورد برگزیده ما: محمدجعفر اسدی، محمد بهزادی، قاسم دادفرما، جلال رابوکی، علی محمدپور، مختار مهدیزاده (فقید) و... هندی، به سرپرستی محمدخاکبیز رهسپار، نیال شدند که در آنجا به گروه ۹ نفره از کشور ژاپن پیوندند. ولفگانگ گورتر (آلمانی فقید) نیز که هم کوهنورد و فیلمبردار قدیمی بود و هم از چندین سال پیش با کوهها، و از چند سال پیش با کوهنوردان و تشکیلات کوهنوردی ما آشنایی نزدیک داشت کار تهیه فیلم و عکس از برنامه کاروان را عهده دار بود.

صعود موفق ایرانیان بر قله ماناسلو - عکس از جلال رابوکی



برنامه، حدود سه ماه به درازا کشید. دوستی و همکاری دو گروه بسیار صمیمانه و نزدیک و توجه برانگیز بود. راه صعود همان راه نخستین (شمال شرقی) در نظر گرفته شد؛ اما با یک تفاوت نسبت به صعودهای پیشین. این بار و این صعود مشترک سال ۵۵ می‌توانست یکمین برنامه پاییزی بر این هفتمین کوه بلندتر هیمالا یا عنوان بگیرد که...

در ساعت ۱۶/۳۰ روز ۵۵/۷/۲۰ این عنوان و این هدف به نتیجه رسید و محمد جعفراسدی (از ایران) کاگی (از ژاپن) و شریا پازانگ (از نیپال) درقله تیز و یخ بسته ماناسلو، پرچم کشورهای خود را برافراشتند.

با همکاریهای اعضای هر دو گروه، جلال رابوکی و یک کوهنورد ژاپنی و یک شریا، توانستند آخرین چادر را برای صعود نهایی، بر سینه یخچال ماناسلو در ۷۷۰۰ متری برپا دارند و جای مناسب و آرام و امنی فراهم آوردند. برای سه نفری که می‌بایست صعود به قله را به پایان برسانند. صعودی که هفتمین بار بر هفتمین قله گیتی است. اگر محتوا و وقت برنامه اجازه می‌داد جلال رابوکی که آمادگی کامل برای صعود به قله داشت، می‌توانست عنوان دومین ایرانی بر این قله را از آن خود سازد. برای آماده شدن و دریافت فیلم شانزده میلیمتری که از این کاروان تهیه شده بود راه دشوار پر دست‌اندازد و درازی ایجاد شد، اما سرانجام با تلاشی پیگیر و با یاری یکی از کوهنوردان خوبمان که آن را از آلمان به ایران آورد، این فیلم تاریخی مستند به دست صاحبانش رسید.

خستگی ناپذیر دماوند و اجازه‌نامه‌های صعود

بار دیگر که نقاش طبیعت پیکر کوهستانها را سپید ساخت از یکسو علیرضا اسکندانی این خستگی‌ناپذیر سازمان دماوند تهران، دوستان همگامش را برداشت و هوس شمال دماوند کرد. طعم خوش این صعود، با چاشنی سوز و سرمای سر قله، گوارای جانشان شد از سوی دیگر کوهنوردان آذربایجانی از پیگیری هدف گذشته‌شان باز نایستادند و روانه هرم داغ شدند اما باز هم این کوه سر ناسازگاری داشت و با کولاک و سرما رضا ارغندی و عباس شیوری و رضا لطفی را ناگزیر به بازگشت کرد. اما کوهنوردان کانون تهران، بار دیگر دست به آزمایش زدند تا اجازه نامه صعود به هرم را از شرق و از راه گردنه سلان فراهم آوردند. این بار پیروز شدند و بر فراز قله ۱ هرم ایستادند.

در زمستان ۵۵ لهستانها که از منطقه علم کوه، این کوه آلپ‌واره، خوششان آمده بود، برای چهارمین بار در نزدیکی دیواره شمالی چادر زدند؛ و البته با هدف صعود تازه‌ای: پیروزی بر (راه ورشو) خودشان در فصل سرما. اما نیروی باد سرد و برف تازه‌گردی چنان بود که در همان پایه‌های استوار دیواره، چاره‌ای جز چشم پوشی کردن از این هدف نداشتند. اما از آنجا که بازگشت از این سفر نه کوتاه با دست خالی برانده‌شان نبود، راه تا اندازه‌ای خوابیده را برگزیدند که همانا پیروزی بر گردنه شمالی به برف و یخ نشسته معروف به آلمانیها بود. این نخستین صعود از این راه و در این فصل بود که در ۲۲ و ۵۵/۱۲/۲۳ صورت گرفت.

اسفند ماه که می‌خواست جای خود را به فروردین دهد چهار نفر از کوهنوردان تبریز (اورال) که علی اکرامی، صادق بابایی، حسین وجدانی و به سرپرستی حسین حراستی (فقید) بودند. کمربندها را سفت‌تر بستند و اجازه‌نامه کاملتری دست و پا کردند. منظورشان چند پیروزی در برنامه‌ای دو هفتگی بود. دلاوران تبریز با برقرار ساختن پنج چادر توانستند از راه جنوبی به قله یکم هرم داغ پا بگذارند. اما در راه رسیدن به دومین قله چنان گرفتار طوفان و سرما شدند که ناگزیر به قله یکم پناه بردند و دو روز و شب را در آنجا به انتظار ماندند (در حقیقت زندانی چادرشان شدند) طوفان بی‌ترحم ادامه داشت و آنها را از فراز به پایین کوهستان و به نخستین قرارگاهشان کشانید. شب و روزی دیگر گذشت تا آسمان کمی آرام گرفت روز نهم

فروردین، بار دیگر حراستی و وجدانی به یکمین قله نیز برسانند. با این تلاشهای جانانه مگر می‌شود سبلان بلند را بی‌نصیب گذاشت یا خود از زیبایی زمستانی دریاچه قله‌اش بهره‌ای نگرفته بازگشت؟ روز بعد این دو کوهنورد ماهر قله ما در از جبهه جنوبی هدف قرار دادند و با رسیدن بدانجا خستگی راه و طوفان و سرما را جبران کردند.

این سو، تاگردن یک هشت هزار متری، آن سو، بلند پروازترین بانوی ایران

در اواخر زمستان ۵۵ و اوایل بهار، اسکندانی، مهار بازی با طوفان و سوز علم کوه را به دست گرفت و با گروهی ۹ نفره از کوهنوردان گروه دماوندش راهی علم کوه و گردنه آن شد. آن‌ها از یخچال به گردنه شانه کوه رسیدند و سپس راه صعود را کمی به سمت راست (غرب) کرده کشیدند و از بدنه‌های مشرف به یخچال شمال غربی گذشته و دوباره به روی گردنه آمدند. اما باز نوار قرمز بر «دور کابی» قرار داشت و سوز و باد پرچم پیروزی را برافراشتند جز بازگشت از آنجا و دل خوش کردن به کوههای آرامتر تخت سلیمان و سیاه کمان و سیاه گوک چاره‌ای نبود. اسکندانی که در همین زمستان فرودی با اسکی نیز از فراز دماوند بر جبهه شرقی داشت در گردنه علم کوه با مظاهری تا ۴۶۵۰ متری بالا رفتند. یادمان هست که نخستین صعود زمستانی تخت سلیمان را در سال ۴۷ بهمن شهوندی و یارانش از راه سیاه گوک به ثمر رسانیدند.

سال ۵۶ که رفته رفته جا افتاد و تابش خورشید برفهای زیادی کوهها را زدود همراه با هجوم کوهنوردان به قله‌های فراوان میهن، صعودهای نوین نیز در سختونها و یخچالها ادامه پیدا کرد. در علم کوه، راههایی چند در نور دیده شد، در دیواره‌های کوتاهتر و بدون قله آزمایش نیرو و مهارت جوانان رواج بیشتر یافت و نوخاسته‌هایی نیز در اینجا و آنجا پا جای پای پیشینیان گذاشتند.

از کوهستانهای زیبا و جالب هفت و هشت هزار متری که در نزدیکی کشور ما قرار دارند، بخش قراقرم و هندوکش هستند. در تابستان ۵۲ تلاشی از سه نفر ایرانی را در آغاز این نوشتار مرور کردیم که تا ۷۱۵۰ متری تریش میر ۷۷۰۸ متری بالا رفتند. تابستان ۵۶ محک تازه‌ای بود برای قراقرم و صعود به گاشربوم یک که ۸۰۶۸ متر بلندی دارد.

علیرضا اسکندانی، احمد باباجانی، احمد خیامی، داوود زکی پور، فتح‌الله کیایها، مجتبی مظاهری، احد سالکی (وهابزاده) را به سرپرستی پذیرفتند و با ۳/۵ تن بار راهی شمال پاکستان شدند. آنها در آخرین آبادیها، هشتاد بار بر را اجیر می‌کنند و پس از دو هفته راهیمایی در ۵۰۰۰ متری بارگاه اصلی را برقرار می‌سازند. در دومین قرارگاه، در بلندی ۶۲۰۰ متری، کوهنوردان سازمان دماوند روش و برخورد احد سالکی را نمی‌پسندند و سمت او را به مظاهری منتقل می‌کنند. از آن جا نفر عزل شده به پایین، و بقیه کوهنوردان به بالا راه می‌افتند. سومین قرارگاه گروه در ۶۸۵۰ متری برپا می‌شود و تا ۷۱۰۰ متری نیز صعود می‌کنند. اما به سببهای گونه‌گون و نیز آغاز دوره بارندگی ناگزیر به بازگشت می‌شوند.

کوهنوردان دماوند در این سفر یکهزار و چهارصد و بیست و نه متر از قله دماوند بالاتر رفتند و هر چند که از کوه و منطقه و زیباییهای طبیعت و ساکنان آن دیار، در دلهای خود و سینه دوربینها عکس و فیلمبرداری‌شان خاطره‌های جالبی ثبت و ضبط کردند اما از موضوع سرپرستی اولیه و رفتارهایی که با آنان شد یادگار شیرینی با خویش همراه نیاوردند...؟

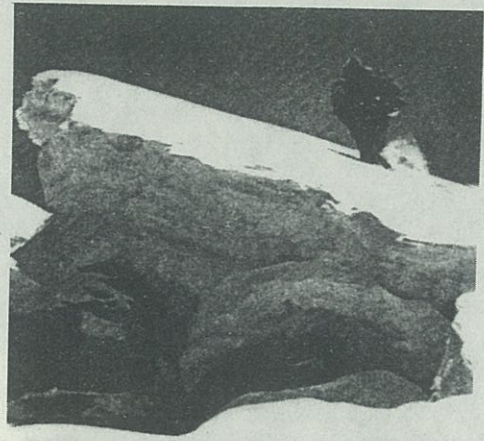
و اینک نگاهی به دورترها که در امریکای جنوبی پیروزی لبخند می‌زند. رشته کوههای آند و دیگر کوههای بلند آن سامان، خود دنیایی در آن سوی نیمکره ما دارند. بولی زیاد و عمر و جوانی دراز لازم است ما مثلاً کوهنوردان ایرانی یا از دیگر

۱۳۵۵ حضور داشته است) به کشور بولیوی رفت. هدفشان در این سفر، نخستین صعود از جبهه یخچالی کوه ۶۴۷۲ متری «آنکوهوما» که ۶۰۰ متر تلاش یخنوردی لازم دارد.

برنامه‌شان از پایین کوه، هفت شبانه روز طول کشید. دو روز زندانی چادر کوچکی در دل طوفان بودند. سرانجام پس از پشت سر گذاشتن یخهای درخشان و مداوم کوهستان از تیغه تیز مخروط نوادو یا پیروزی بر قله آنکوهوما گام نهادند. (این بانوی افتخارآمیز ایرانی را باید جداگانه در نوشتار دیگری بهتر بشناسیم.) در این برنامه دشوار، کوهنوردان اسکیهای خود را نیز همراه برده بودند و برای بازگشت از قله با آنها از راه دیگر سرازیر شدند. همانگونه که خوانندگان گرمایی می‌دانند، هنگامی که در نیمکره شمالی ما، تابستان و گرما فرا می‌رسد در نیمه دیگر کره زمستان حکومت دارد. صعود این دو کوهنورد، در بهار ۵۶ که پاییز سرزمینهای جنوبی است صورت گرفت.

باز به کوههای گرمی میهنمان سر بکشیم که علم کوه از جالبترین‌ها است. دو نفر از کوهنوردان خوش ذوق تبریزی (حسین حراستی (فقید) و حسین وجدانی) همراه با محمد شهیدی از تهران اندیشه تازه‌ای را در دیواره این کوه سخت و سرد پیاده کردند. هدف آنان گره‌زدن دو راه به شهرت رسیده فرانسویها و لهستانیها بود. آغاز کار از راه ورشو (۵۲) بود تا جایی که به راه فرانسویها (۴۵) می‌رسد. از این نقطه صعود از راه دومیهها ادامه یافت و در قله پایان گرفت. این هدف که در مردادماه ۵۶ صورت پذیرفت هفت روز به درازا کشید. کوهنوردان پس از پیروزی نام این راه ابتکاری را اورال گذاشتند که نام گروه کوهنوردی دو پیروزمند تبریزی است. در کرمانشاه باز هم طاق بستان مورد نظر آمایه و عیوضی قرار گرفت. این دو در ابتدا راه عقرب را در آنجا گشودند و سپس با نفر سوم (نادری) راه قدیمی را به ثبت رساندند. راه «دوکلان» هم با نامهای نادری، صمدی (فقید) و رجایی پیوستگی یافت.

ادامه دارد....

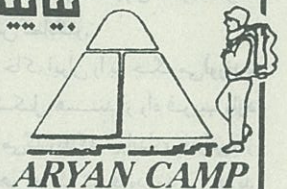


میترا امیدوار در آخرین بخش یخچال، پیش از رسیدن به قله آنکوهوما

کشورهای آسیایی و... بیشتر و بیشتر راه بدان دیارهای بسیار تماشایی ببرند و با مردم و فرهنگ و تاریخ کهن و طبیعت وحشی و کوههای سربلند آنجا محسوس بشوند. پیش از تابستان ۵۶ یکی از کوهنوردان و اسکی‌بازان هنوز هم پر تلاش ایرانی که در آلمان زندگی می‌کند، توفیقی نصیب شد که رهسپار سرزمین اینکاها - مردمانی از شاخه سرخیوشان و لاماها - چهار پایانی که بار می‌کشند و پشم آنها شهرت دارد - بشود و نخستین صعود از جبهه و دیواره بلند یخی، در کوهی بالای شش هزار متر را نصیب خود بسازد.

میترا امیدوار که سالهای سال است با کوه دوستی ژرف و پاینده دارد، در آن سال همراه با کوهنورد ورزیده و فیلمبردار هیمالا یانورد آلمانی «یورگن گورتر» (پسر خوانده ولفگانگ گورتر که در علم کوه سال ۱۳۵۱ و دماوند ۱۳۱۷ و برنامه ماناسلو

بیاییم با هم طبیعت را ببینیم و با آن مهربان باشیم



آرین کمپ پیشرو در امر ساخت وسایل سفر و کوه مطابق با استاندارد موجود جهانی تنها مبتکر و تولیدکننده چادرهای کاسه‌ای بدون پل و تیرک با قابلیت برپایی در چند ثانیه برای سفر و کوهنوردی و شکار همراه با کیسه خواب و لوازم کمپ آماده سفارش برای سازمانها و مؤسسات دولتی و فروشگاههای سراسر ایران

احمد رضا شادکام

تلفن: ۴۱۱۵۵۳۲



نمای قله دماوند از تخت فریدون

قسمت آخر

اسطوره‌ها

در افسانه‌های کهن نام دماوند را بسیار می‌خوانیم. افسانه‌هایی پرشور که با نگاهی مبهم، سعی در توصیف عظمت، شکوه و شاید خوف‌انگیزی دماوند دارند؛ اسطوره‌هایی چون داستان ضحاک ماردوش و آرش کمانگیر. در داستان آرش کمانگیر، تورانیان قسمتی از خاک ایران را به جنگ می‌آورند و چون برای نگهداری آن به زور شمشیر، دچار مشکل هستند از راه فریب وارد می‌شوند و برای باز پس‌دهی این سرزمینها شرط می‌گذارند که تیراندازی ایرانی، از میان خاک ایران، تیری به سمت توران رها کند و هر کجا که تیر فرود آمد مرز جدید ایران و توران باشد.

آرش که بهترین کمانگیر ایران است، بر فراز دماوند می‌رود تا تیر را رها کند. او که به ایران عشق می‌ورزد تمام وجودش را در چله کمان می‌گذارد تا تیر هر چه بیشتر دور شود.

بعد از رها شدن تیر جز تنی بی‌جان از آرش نمی‌ماند. اما تیر که از هستی او نیرو گرفته است تا مرز سابق ایران و توران پیش می‌رود و در درخت گردویی می‌نشیند.

نژاد مردم

میتوان گفت که این مردم یکی از نزدیکترین اقوام، به نژاد آریایی هستند. البته طی قرون تا حدودی با دیگر قومهای مهاجر و مهاجم آمیخته‌اند. اما این آمیزش به دلیل صعب‌العبور بودن کوهستانهای شمال ایران در کمترین حد خود نسبت به سایر نقاط ایران است.

سالها طول کشید تا اعراب دسترسی کوتاهی به این مناطق یافتند. برخی نژادهای آمیخته با این مردم، ترکان، ازبکان، و تا حدودی مغولان هستند.

زبان مردم

زبان این مردم نیز به همان دلایل گفته شده در مورد نژادشان نسبتاً دست

محمد تفنگدار

فرهنگ بومی دماوند

تاریخ: قدمت زندگی در این منطقه به بیش از ۵۰۰۰ سال پیش باز می‌گردد. در طرف راست جاده جنوبی رینه غارهایی به چشم می‌خورد که ثابت شده ساخته دست انسان است و در آنها زندگی وجود داشته است. همچنین در اطراف دماوند خصوصاً در نیمه جنوبی قبرهای کهن و اشیای پارینه سنگی متعددی کشف شده است که حکایت از تاریخی بودن این محل دارد.

در گذشته ساکنان این منطقه، بیشتر تحت فرمان حکومتهای ملوک الطوایفی اداره شده‌اند. این حکومتها با سودجستن از عوامل طبیعی که بعداً توضیح داده می‌شود، مدتهای طولانی پایدار ماندند.

داستانهای قدیمی نیز بر تمدن باستانی این محل صحنه می‌گذارند.

نخورده باقی مانده است. این مردم باگویشهای گیلکی سخن می‌گویند که شاخه‌ای تغییر یافته از فرس قدیم است. البته فارسی امروزی را هم به خوبی صحبت می‌کنند.

معماری

امروزه آثار چندانی از معماری اصیل این منطقه باقی نمانده است. زیرا شرایط مخرب طبیعی این محل همواره مانع این کار بوده است. اما از قدیم به خاطر همین شرایط آب و هوایی خانه‌های این محدوده به سبک خانه‌های کناره دریا یا خزر ساخته می‌شده، با این تفاوت که مصالح به کار رفته از مواد دیگری است؛ مثلاً برای ساخت آنها از چوب استفاده کمتری می‌شود، و بالعکس سنگ و ملاط کاربرد بیشتری دارد. سقف خانه‌ها شیروانی‌های مثلث شکل است تا در برابر باران و باد مقاومت بیشتری داشته باشد. اکثر خانه‌ها بر سکوهایی که در حدود ۱/۵ متر از زمین فاصله دارد ساخته شده است تا آب و رطوبت به داخل آنها نفوذ نکند.

این خانه‌ها به صورت «L» است و در نمای آنها ذوق چندانی به کار نرفته است. خانه‌های این محل معمولاً دارای ایوان و حیاط است. این خانه‌ها از چند اتاق کنار هم تشکیل شده است که هر اتاق هم از داخل به اتاق دیگر راه دارد و هم دری رو به بیرون دارد. البته معمولاً هر ۲ اتاق تو در تو یک در رو به بیرون دارند.

مذهب

اکثر ساکنان این منطقه مسلمان و شیعه‌اند. اندکی از آنها خصوصاً در قسمت‌های جنوب غربی پیرو دین یهود هستند. فرقه‌هایی از دراویش نیز در مناطق پرجمعیت وجود دارند. اما به طور کلی مذاهب غیرشیعه و صوفیان محدوده مشخصی در این محل ندارند.

جمعیت و اقتصاد

در هر کیلومتر مربع این منطقه کمتر از ۴۰ نفر زندگی می‌کنند که در مجموع رقمی بالغ بر ۵۰۰ هزار نفر در کل دامنه‌های دماوند است.

زندگی این مردم بیشتر از راه دامداری، کشاورزی، تولید صنایع دستی، کار در معدن و کارگاه‌های کوچک و تا حدودی از بازدیدکنندگان منطقه تأمین می‌شود.

محصولات کشاورزی منطقه، مرکبات، سبزیجات و سیب‌زمینی است و گلیم، بافته‌های پشمی و سفال مهمترین صنایع دستی‌اش به شمار می‌رود.

امکانات رفاهی و تفریحی

(این توضیحات شامل حومه کوه دماوند است)

الف امکانات رفاهی

اکثر دهات اطراف دماوند آب تصفیه شده لوله کشی دارند.

در مجموع حدود ۷۰۰ خط تلفن در این منطقه وجود دارد و انشعابات برق از یک خط ۴۰۰ کیلوواتی تأمین می‌شود. در جنوب و جنوب غرب دماوند چند مسافرخانه و مهمانخانه وجود دارد و در رینه نیز یک پناهگاه کوچک کوهنوردی (کنار ساختمان شهرداری) برپا شده است. علاوه بر اینها دز منزل اهالی نیز می‌توان اقامت کرد.

مینی‌بوسهای تهران به آبگرم لاریجان، تهران به آمل، تهران به رودهن و سواریه‌های این محورها و نیز اتومبیل‌های کرایه رینه به گوسفندسرا، پلور به رینه و جاده هراز به رینه از جاده جنوبی از وسایل حمل و نقل در این منطقه است.

ب امکانات تفریحی

مشهورترین اماکن تفریحی این منطقه، آبگرم‌ها و آبمعدنی‌های آن است. قابل دسترس‌ترین آنها آبگرم رینه لاریجان، آبگرم آب آسک، آبگرم شهردماوند، آب آسک، آبمعدنی شهردماوند، ابعلی و آبمعدنی‌های دامنه شمالی است.

خاصیت درمانی آبگرم‌ها مشهور است. حرارت آنها، به دلیل حرارت سنگهای

بستری آنهاست. این آبها برای درمان بیماریهای پوستی (مثل اگزما، آکنه، جوشهای غرور و زخمهای کهنه)، استخوانی و عضلانی (مثل رماتیسم و ورم مفاصل) و برخی بیماریهای تنفسی مفید شناخته شده است. از دلایل این موضوع وجود موادی چون گوگرد، نمکها، کلسیم، سیلیس، منیزیم، آهن، هیدروژن سولفور، کلر، سدیم و ... در این آبهاست. حرارت آبگرم‌های دماوند، در سرچشمه حدود ۷۰ درجه سانتیگراد است.

از دیگر اماکن تفریحی این منطقه، دریاچه زیبای سد لار، باغهای متعدد، شکارگاههایی در جنوب غربی و شمال (شکار در دیگر مناطق ممنوع است ولی ...!)، «سایت»های ورزشهای هوایی (مثل کایت، پاراگلایدر) پیستهای اسکی، شن اسکی، اسکی چمن و غارهای مختلف در کوههای اطراف (مثل غار گل زرد) است. غذاخوری و قهوه‌خانه نیز در اطراف جاده هراز بسیار است.

قله دماوند

وسط قله دماوند، دهانه آتشفشانی دیده می‌شود. محیط این دهانه حدود ۴۵۰ متر است و داخل آن همیشه پوشیده از برف است. تصویر مربوطه مقداری آب در انتهای قیف و مقداری برف در اطراف آن را نشان می‌دهد.



دهانه آتشفشانی دماوند

از قله، دریاچه سد لار و تهران در جنوب غربی نمایان هستند و کوههای اطراف به وضوح دیده می‌شوند.

اگر به شمال دهانه بروید، توده‌های عظیم ابر را می‌بینید که درنه چندان دوردست بر روی هم می‌غلطد؛ و اگر بخت با شما یار باشد و باد ابرها را کنار بزند، درخشندگی خزر را خواهید دید.

از دیگر مناظری که در قله خواهید دید، لاشه گوسفندانی است که سالها قبل بعد از رسیدن به قله تلف شده‌اند و به علت سرمای شدید، اجسادشان تاکنون سالم مانده است. علت دقیق این اتفاق مشخص نیست. اما تاریخ آن به حدود ۱۹ سال قبل برمی‌گردد.

تپه گوگردی

تپه گوگردی یا دودکوه به ۵۰۰ متر انتهایی دماوند گفته می‌شود که حاصل آخرین فعالیت آتشفشانی این کوه است. این قسمت پوشیده از انبوه سنگهای مخلوط و حتی خالص گوگرد است. از گرم شدن سنگهای گوگرد (خصوصاً در تابستان) گاز گوگرد متصاعد می‌شود و به همین دلیل آن محدوده را دودکوه یا تپه گوگردی می‌نامند. گاز گوگرد بویی شبیه به تخم‌مرغ گندیده دارد و باعث سوزش شدید چشم و گلو می‌شود.

آبشار یخی

در جبهه جنوبی، قیل از تپه گوگردی و درست در ارتفاع ۵۰۰۰ متری آبشاری یخزده وجود دارد که هیچ وقت آب نمی‌شود. این آبشار رودخانه‌ای پشت سر ندارد و

سر گذاشتن یک شیب تند به قله می‌رسیم.

۳. **جبهه شمال شرقی:** ابتدای مسیر شمال شرقی که طولانیترین و زیباترین راه صعود به دماوند است از باغهای شرق تلخه‌رود، موسوم به باغ ملک، شروع می‌شود و بعد از طی جاده‌ای مارو و پشت سر گذاشتن چشمه‌آسیه به دوراهی چشمه‌آستله سر می‌رسد. از آنجا یک راه به خط‌الرأس آستله سر می‌رود و تا قله منار ادامه دارد و راه دیگر هم با گذشتن از طولانیترین شن‌اسکی ایران به این قله می‌رسد. سپس به پناهگاه تخت فریدون و بعد از آن به قله دماوند می‌رسیم. گفتنی است که در طول مسیر یخچال یخار را در سمت چپ خود خواهیم دید.

۴. **جبهه غربی:** شیب این مسیر نسبتاً ملایم است. آغاز راه از انتهای جاده‌ای است که تا حدود ۳۲۰۰ متری بالا می‌رود. از آنجا که طی جاده پاکوب کاملاً مشخصی به پناهگاه سیمرغ می‌رسیم. از پناهگاه تا قله تقریباً مسیری شبیه به مسیر جنوبی البته با شیب کمتر و صخره‌های کوتاهتر را پیش رو خواهیم داشت.

جبهه	مبدأ	مقصد	زمان به ساعت	
			متوسط	حداکثر
شمالی	چشمه‌سیوله	پناهگاه اول	۳	۴
	پناهگاه اول	پناهگاه دوم	۲:۱۵	۳:۱۵
	پناهگاه دوم	قله	۲:۱۵	۳:۱۵
	مسجد	بارگاه سوم	۲:۳۰	۳:۳۰
جنوبی	بارگاه سوم	قله	۳:۲۰	۴:۱۵
	باغ‌ملک	پهن‌کوه	۲:۲۰	۳:۱۵
شمال شرقی	پهن‌کوه	تخت فریدون	۴	۶:۴۵
	تخت فریدون	قله	۳:۳۰	۵
جنوب	انتهای جاده	پناهگاه سیمرغ	۱:۴۵	۲:۳۰
	پناهگاه سیمرغ	قله	۳:۱۵	۴:۲۰

دیگر مسیرهای معروف صعود

دره یخار: از مسیر شمال شرقی منشعب می‌شود و از حوالی پهن‌کوه تا یخچال یخار ادامه دارد. باقی مسیر عبارت است از صعود یخچال فنی و خطرناک یخار.

مسیر آبگرم: در نقشه ۱ بین یخار و جبهه جنوبی یال بلندی می‌بینید که انتهای آن به آبگرم لاریجان می‌رسد. بلندیهای سرسبز شمال آبگرم ابتدای این راه است.

راه غربی: بالاتر از مسیر جنوب غربی است و نزدیکی برخورد دو رودخانه دلیچای و لار آغاز راه آن است.

همچنین به واسطه یال سرداغ می‌توان از قله خط‌الرأس اصلی البرز به دماوند رسید؛ مانند گذر زمستانه خط‌الرأس البرز مرکزی (دماوند به علم‌کوه). Δ

آب در مسیرهای اصلی

همان طور که در نقشه‌ها مشخص شده مسیر شمال شرقی از همه پرآب‌تر است. چشمه‌های مورد نیاز هم در این نقشه‌ها مشخص شده است. اما شایان ذکر است که آب تمامی پناهگاهها حاصل از ذوب برف است؛ حتی پناهگاههای جنوبی، و دسترسی به این آب را با لوله‌کشی ممکن کرده‌اند.

زمانبندی صعود

در این زمینه، مطالعه جدول زیر کفایت می‌کند.

فروش چادر



تعداد محدودی چادر مدل رینهو (RHINO) مدل دوپوش گنبدی در سایزهای ۲-۴-۶ و ۸ نفره آماده فروش.

تلفنهای تماس

مهران فیضی: ۲۴۰۸۱۸۷

شبهها

امیرفتاحی: ۲۷۰۹۹۷۳

تجهیزات

کوهنوردی

کوهپار

کلیه تجهیزات کوهنوردی، سنگنوردی یخنوردی، غارنوردی

قائم‌شهر - پاساژ نسیم

تلفن: ۹۳۱۳۶

* عیسی پور *



شاهو

SHAHOO

مرکز تهیه و تولید انواع

وسایل کوهنوردی در

غرب کشور

رسول چلنگرپور

آدرس: کرمانشاه، خ مدرس

(جلوخان)، پاساژ قدس

تلفن ۰۸۳۱-۸۳۰۸۵۵

قابل توجه کلیه کوهنوردان

گاندی



با سابقه‌ای طولانی در ارائه بهترین و نازلترین کفشهای کوهپیمایی در خدمت کوهنوردان ایرانی، همه نوع سفارش و دوخت پذیرفته می‌شود.

چهارراه گلوبندک - خیابان ۱۵ خرداد

غربی کوچه درخونگاه - روبروی مسجد

تلفن: ۵۸۰۲۷۵۲

رجبعلی گاندی



گزارش از سلام اسماعیل سرخ

است. آخرین دهکده روستای بست است. با توجه به راه‌های ناهموار مسیر مناسب برای تمامی کوهنوردان از هر طرف که بیایند روستای بست است که در حدود ۷۵ کیلومتری دیواندره واقع است. مسلم است که راه طولانی و ناهموار و خستگی راه خاکی با رسیدن به آبادی بست و مهمان نوازی گرم آنها سفر و کوهنوردی را دو چندان به یادماندنی می‌کند. حدود هفتاد خانوار این آبادی همگی دامدار هستند که به علت مرتع زیاد و آب و هوای مناسب زندگی خوبی دارند. هر گلی بویی خاص خود دارد و هر کوهی هم منظره و عظمتی مخصوص به خود. چهل چشمه هم با چشمه‌های دایمی و متعدد و گیاهان گوناگون که حدود ۷۵٪ پوشش گیاهی دارد گنجینه‌ای است جاودانی که جایی خاص خود دارد. بهار ۷۶ است و باز می‌خواهیم چشمانمان را نوازش دهیم؛ بار دیگر بر بلندای منطقه بایستیم؛ بچه‌های کوچک را با طبیعت آشتی دهیم؛ خانواده را با نحوه زندگی روستا بیشتر و بهتر آشنا کنیم و ببینیم صفای آنها را و تلاش خستگی ناپذیرشان را. وقت را از دست نمی‌دهیم. سه خانواده با آمادگی قبلی و تدارک وسایل آماده شده‌ایم. جیب و تریلی کوچک بعدازظهر ۱۱ خرداد به مقصد روستای بست

کوهنوردان طلوع خورشید را قبل از همه و غروب خورشید را بعد از همه می‌بینند.

یکی از کوه‌های مرتفع کردستان، در سلسله کوه‌های زاگرس، رشته کوه‌های چهل چشمه است که قله شاه‌نشین آن با ارتفاع ۳۲۰۰ متر دومین قله مرتفع در کردستان بعد از قله شاهو است که متأسفانه کمتر در مورد آن نوشته شده است. این قله در مثلث شهرهای سقز - دیواندره - مریوان واقع است و به علت بعد مسافت طبیعت آن بکر و متنوع مانده است.

پوشش گیاهی آن با حدود صدها نوع گونه گیاهی زبانزد همه است و گیاههای کما، لو، برزا، پیچک، کول، کاشمه، گل بنفشه، گون، ریواس، کنگر وحشی، گل گندم و... به وفور دیده می‌شود. چهل چشمه را از آن رو باید هزار چشمه گفت که به برکت زمستانهای طولانی کردستان و برف سنگین دارای چشمه‌های متعدد است که محل آبیگری و جاری شدن رودخانه‌های متعدد است؛ از جمله رودخانه قزل اوزن که به سفید رود می‌ریزد، و رودخانه دایم (خورخوره) که محل آبیگری عمده سد شهرستان بوکان در شرق این شهر از کوه‌های چهل چشمه است.

از مسیرهای متعدد به چهل چشمه می‌روند که معمولی‌ترین مسیر آن از مسیر جاده دیواندره - سقز از طرف آبادی ملکان است. آبادیهای کانی سفید، ابراهیم آباد، یاپال، شریف آباد، آلی جان بر سر راه

و صعود به چهل چشمه راه می‌افتیم. بعد از طی ۱۵ کیلومتر راه آسفالتی از شهرستان دیواندره به طرف شمال غربی آبادی کلکان وارد جاده خاکی می‌شویم. دهکده‌های کانی سفید و ابراهیم آباد و یاپال و شریف آباد و آلی جان را یکی بعد از دیگری پشت سر می‌گذاریم. جاده ناهموار است. ولی هوای مطبوع بهاری و عطر دل‌انگیز گل‌های وحشی کوهستان اجازه هیچ خستگی نمی‌دهد. بعد از آخرین سر بالایی و گذر از رودخانه بناوه چال دهکده «بست» هویدا می‌شود. آخرین اشعه خورشید، غروب را در آبادی به ارمغان می‌آورد. غروب روستا دل‌انگیز است. همزمان با برگشت رمه‌های گوسفند از چرای روزانه و هیاهوی چوپانها وارد آبادی شده‌ایم. با استقبال ساکنان آبادی روبه‌رو می‌شویم. شب در خانه یکی از دامداران می‌مانیم. محبت و مهمان نوازی آنها گرمی خاصی به محفل ما داده است. کوهنوردان زیادی مهمان مردم آبادی هستند. هر یک از شهر و منطقه‌ای آمده‌اند بارهایمان زیاد است. باید آنها را تفکیک و قاطر کرایه کنیم تا در پگاه به سوی چهل چشمه راه افتیم. خوشبختانه کارها زود رو به راه می‌شود. شب را با آرامش می‌گذرانیم. صبح زود پوتینها را به پا و کوله‌ها را کول می‌کنیم. قاطرها را بار می‌زنیم و دهکده بست را به قصد کوه چهل چشمه ترک می‌کنیم.

در جنوب غربی آبادی بیر، کوهستان سر به فلک کشیده آرام ما را به سوی خود می‌خواند.

ستاره‌ها در آسمان محو روشنایی روز می‌شوند. مسیر کوهپیمایی را قاطرها چنان بلد هستند که در جلو طی طریق می‌کنند و کاروان کوچک ما با لذت صعود را مزه می‌کند. راه ما پوشیده از بوته‌ها و علفهای بلند است. شب تند کوه را بالا می‌رویم. چیزی به آخرین بارگاه نمانده است. کانی چاوره‌ش (چشمه چشم سیاه) چشمه جادویی با وسعت فوران آب آن، جای اطراق ما بعد از ۵ ساعت کوهپیمایی است. جایی است دلنواز در ۲۷۰۰ متری. به جایی گام نهاده‌ایم که در آن سستی و رخوت جایی ندارد. هر چه هست استقامت و خودسازی است. چادرها را بر پا می‌کنیم. بعد از استراحت و نوشیدن چای، قرارگاه را به قصد صعود به قله ترک می‌کنیم. راه زیادی در پیش نداریم. در این ۵۰۰ متر تیغه و برف، اما نه زیاد دشوار، صعود را ادامه می‌دهیم. حالا دیگر بر بلندای قله شاه نشین هستیم؛ بلندترین نقطه چهل چشمه.

روستای بست در فاصله ۷۵ کیلومتری دیواندره در شمال غربی آن واقع شده و مساحت کل آن ۸۸۵۰ هکتار است که ۶۶۵۰ هکتار منابع ملی است. آن می‌باشد و عمده‌ترین کوهها و ارتفاعات استان کردستان در این منطقه واقع شده که شامل کوههای قلبه - چهل چشمه - شیخ ابراهیم است که ارتفاع آن از سطح دریا ۳۲۰۰ متر است. این منطقه دارای طول جغرافیایی ۴۷ - ۴۶ و عرض جغرافیایی ۵۳ - ۵۲ است و از نظر تقسیم بندی آب و هوایی جزء مناطق جنگلی نیمه خشک محسوب می‌شود.

موقعیت کوه چهل چشمه

این کوه در جنوب غربی روستای بست و در مثلث شهرهای دیواندره - سقر - مریوان واقع شده که ارتفاع آن از سطح دریا ۳۲۰۰ متر است و نسبت به روستا دارای طول و عرض جغرافیایی یکسانی است که به صورت خلاصه مورد بررسی قرار می‌گیرد. از شمال به اراضی کاکوسان و آباره از غرب به اراضی سوله و ارتفاعات حوزه مریوان از شرق به اراضی بناوچان و شاقعه و از جنوب به اراضی نرگسله ختم می‌شود. رودخانه‌های قزل اوزن و سفیدرود و خورخوره از این محل سرچشمه می‌گیرند.

شرایط آب و هوایی

الف - بارندگی: حد متوسط بارندگی سالیانه منطقه بر اساس نقشه منحنی همباران ۵۰۰ تا

۶۵۰ میلیمتر بیشتر نزولات به صورت برف و باران از فروردین ماه تا دی ماه است. طبق منحنی آمبروترمیک دوره خشکی ۴ ماه یعنی از خرداد تا شهریور است. به مدت ۳ ماه از آذر تا اسفند یخبندان است.

ب - حرارت: تابستانها معتدل تا اندکی گرم و زمستانها سرد است. این منطقه مراتع ییلاقی دارد که حداکثر درجه حرارت در گرمترین ماه ۴۰ و حداقل درجه حرارت در سردترین ماه ۳۵ سانتیگراد است.

ج - باد: بادهای موسمی در فصول پاییز و بهار می‌وزد که معمولاً در اکثر روزهای سال از سمت غرب و بعضاً به سمت جنوب می‌وزد.

د - خاک منطقه: بافت خاک لومی LO - رسی RO است و دارای $PH = 6/7$ (اسید) و هدایت الکتریکی $EC = 0/4$ و زهکشی خوب است. عمق خاک سطح اراضی ۳۰ تا ۶۰ سانتیمتر است.

ه - وضعیت توپوگرافی: کوهستانی است و حداکثر ارتفاع از سطح دریا ۳۲۰۰ و حداقل ارتفاع از سطح دریا ۲۰۳۰ متر است. شیب منطقه ۸/۵ تا ۱۲/۵ درصد است و وضعیت آن شمال جنوبی و شمال شرقی است.

پوشش گیاهی

با توجه به وضعیت آب و هوایی و اکولوژیکی از تنوع خاصی برخوردار است که مهمترین گونه‌های آن کما - جاشیر - علف پشمکی - ریواس - کنگر وحشی - جو وحشی - کلاه میرحسن - گول - پوا - گل گندم - چوبک و حداکثر پوشش منطقه ۷۵٪ است.

وضعیت آبی

منابع آبهای سطحی عبارتند از رودخانه چهل چشمه و خورخوره که از نظر کمیت آب نسبتاً خوبی دارد و دارای ۱۵۲ حلقه چشمه‌های دائمی است.

تشکیلات

از نظر زمین شناسی مربوط به دوران دوم سنوزوئیک است - در عصر تریاس با شکل گیری نشیبهای کوهزایی در ایران تشکیلات کوههای زاگرس شکل می‌گیرد و بیشترین آن به صورت بازالتی و شیبهای آهکی است. کوههای چهل چشمه در ابتدا همین تشکیلات یا فرسایش بادی - هوازدگی مکانیکی شکل جدید امروزی را پیدا می‌کند. سیستمهای حاکم جوی، شرایط اقلیمی و

موقعیت منطقه بلندترین گستره سنگی را بنا کرده که از نظر آب سنگی و چشمه‌های طبیعی یکی از زیباترین بخشهای طبیعت ایران است. پوشش موجود و وجود پایه‌های متعدد گیاهی نشان می‌دهد که کوه چهل چشمه زمانی پوشیده از جنگلهای انبوه و بکر بوده که متأسفانه دستخوش تغییرات بسیاری شده که در نتیجه با رسوب جنگلی تشکیلات زغال سنگ شکل می‌گیرد و با فعل و انفعالات شیمیایی بافت سنگها تغییر یافته و با سخت شدن تدریجی تحت تأثیر فرسایش بادی به سنگهای بازالتی امروزی تبدیل می‌شود. میزان بارندگی و سفره‌های زیرزمینی شکل یافته در طی چندین هزار سال سبب منشأگرفتن دو رودخانه عظیم ایران سفید رود - قزل اوزن می‌شود. وجود برف حتی در تابستان و بادهای ملایم تابستانی هوای منطقه را معتدل می‌سازد که در ارتفاعات سردتر از پایین دامنه‌ها است. در نتیجه کوه چهل چشمه سردترین نقطه و در واقع پدید آورنده جبهه‌های هوایی سرد است و موجب راندن آن به طرف «اوباتو» می‌شود. Δ



هبارک باد ماه رمضان ماه خداشناسی و ایثار بر مسلمانان جهان



فصلنامه کوه



موقعیت کوههای «بزد»

جام و شهرستان جام

ضروری و اهداء به مردم می نمود وی گویا از یاران دکتر مصدق بوده که در گمنامی اما با خوشنامی عمری را خوب زیست.

ابنیه و آثار باستانی

از جمله این آثار یکی مجموعه تاریخی و زیبای مقبره شیخ احمد جامی از زمان تیموریان است که مسجد جامع و موزه و صحن دلگشایی دارد با ایوانی بلند و دو گلدسته آجری به ارتفاع ۲۸ متر که کعبه اهل دل است. مسجد جامع محل برگزاری نماز است و مسجد کرمانیها گچ بریهای زیبایی دارد. مسجد شیخ عزیزالله از آثار باستانی است که فقط قسمت اصلی آن با دو پوشش آجری باقی مانده است. مقبره شاه قاسم انوار در محمود آباد لنگر تربت جام یکی دیگر از این آثار است. مسجد نور به قولی اولین مسجدی است که شیخ در کوهپایه بزد برای خلوت و عبادت ۱۸ ساله خود از گل ساخته و با چوب ارس پوشیده شده و دارای چشمه آبی و درختان شاه توت و فضایی کوهستانی است که محل تفریح و عبادت مردم در بهار و تابستان است. این محل بالاتر از روستای بزد واقع شده و بعد از طی شیب ملایم به دره ای رسیده که در کمرکش کوه غاری است به نام غار شیخ که محل عبادت و مطالعه شیخ احمد جامی بوده است.

محصولات

مهمترین محصول تابستانی آن خربزه است که

الله مدد «نوایی» حتماً آشنا هستید. از دو تار نوازان تربت جامی که در جشنواره های داخلی و خارجی مقامهایی کسب نموده اند می توان از اینها نام برد استاد سمندری که زنده یاد اخوان ثالث چکامه زیبایی در مورد وی سروده و در آخرین کتاب استاد وجود دارد - استاد عبدالله سرور احمدی که دیپلم افتخار و مقام اول چندین جشنواره از جمله فجر اوبتیون فرانسه - کانادا و غیره را کسب نموده - استاد پورعطایی - استاد تخمکار و بسیاری دیگر از جمله استاد غفاری که هم خواننده و هم نوازنده معروفی است.

آوازهای معروف

نغمه الله مدد - نوایی - آشتی خجو - سبز بری - بیک ذری - یا علی - رقص محلی : اساتیدی همچون فاروق کیانی و مسعود مرآتی همچنین عبدالرحمانی - مسعود مؤذن و ندایی و محمودی .

شاعران جام

از احمد جامی عارف نامی قرن ششم هجری که تربت جام به نام وی تربت شیخ جام معروف است دیگر در تاریخ داشته در همین جا بد نیست از مرحوم دکتر محمد کوثری یاد شود که حق بزرگی به گردن مردم جام و تایباد دارد وی از سال ۴۳ از تهران به تربت آمد و تا سال ۷۴ که رخت از جهان بر بست بدون دریافت حق ویزیت و دور از خانواده و تنها در خانه ای قدیمی و گلین به مداوای بیماران پرداخت و حتی حقوق خود از بهداری را نیز صرف خرید داروی

شهرستان تربت جام در شمال شرقی ایران هم مرز افغانستان و ترکمنستان در فاصله ۱۸۰ کیلومتری مشهد قرار دارد. پس از طی ۲ ساعت راه با ماشین از مشهد و از طریق جاده معروف سنتو بعد از عبور از فریمان به ترمینال تربت جام می رسیم و جاده بزد در کنار سپاه ما را به سمت کوه هدایت می کند.

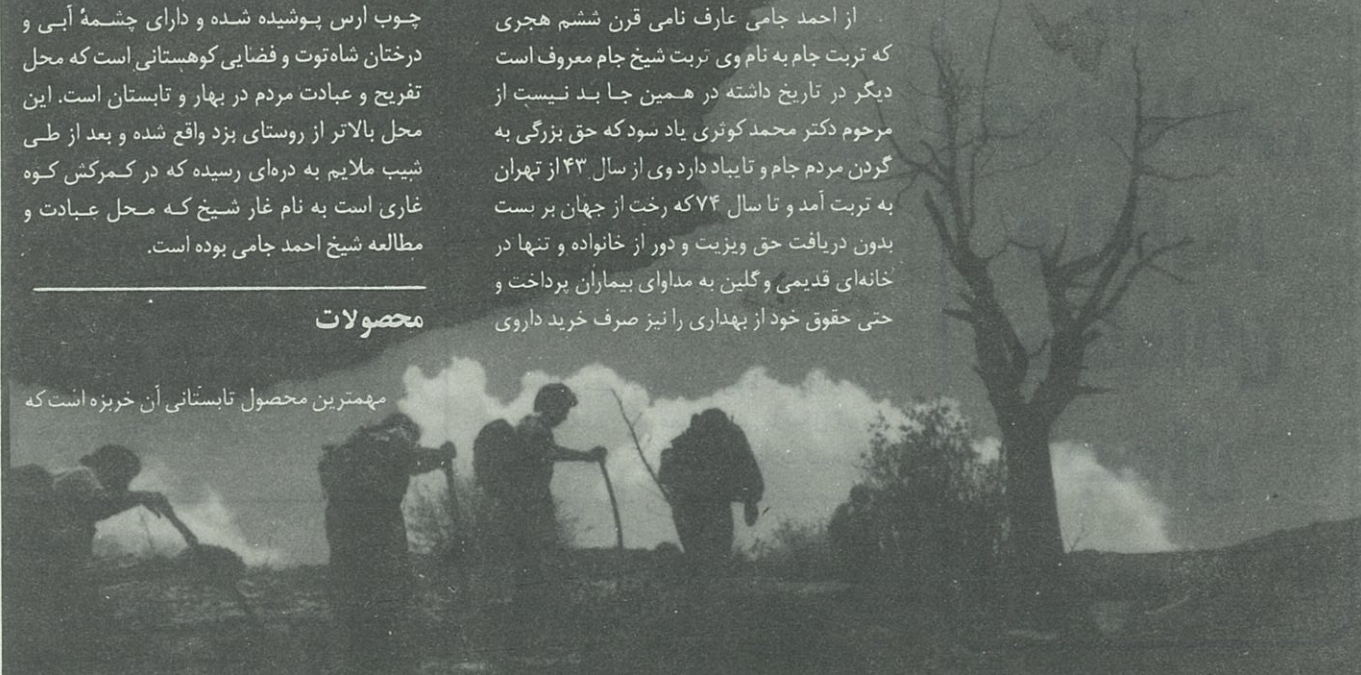
تربت جام ۹۰۰ متر از سطح دریا ارتفاع دارد و در دشتی وسیع و حاصلخیز قرار گرفته که دارای تابستانهایی گرم و همراه با بادهای ۱۲۰ روزه و زمستانهای سرد است. میزان بارندگی سالانه حدود ۳۰۰ - ۴۰۰ میلیمتر و جمعیت شهرستان تربت جام حدود ۲۰۰،۰۰۰ نفر است.

فرهنگ جام

زبان مردم فارسی و با لهجه ای که می توان گفت شباهتی به زبان دری دارد صحبت می کنند. مذهب مردم تسنن و نیز تشیع است.

موسیقی

تربت جام از نظر موسیقی شهری غنی و معروف است شما با دو تار تربت جامی و نغمه های محلی

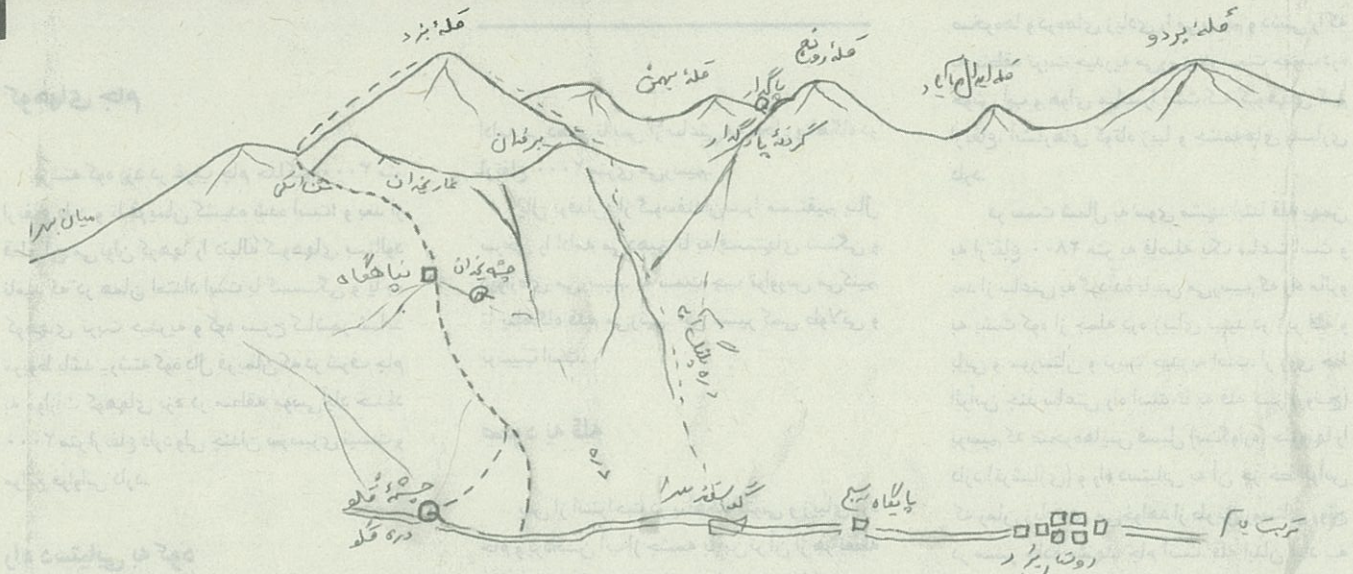




بیشتر به خربزه مشهدی معروف است و روزانه بیش از ۲۰۰ کامیون در سراسر کشور توزیع می‌شود. طعم و مزه خوشی دارد. دیگر محصولات عمده ۷ گندم و جو و پنبه و زیره سبز و چغندر قند است که در کارخانه قند جام تصفیه می‌شود.

مشخصات کوه بزد

کوه بزد به صورت کوهی منفرد در غرب جام از



دیده نمی‌شود. از آن همه پلنگ و قرقاول هیچ اثری نیست و اگر گلهای کبک - سیاه سینه یا کبوتر مشاهده شود عده‌ای تفنگ به دست یا دام گستر در کمین باقی می‌مانند تا خاطرشان از محو آنها راحت شود. اخیراً عقاب و خرگوش و کلاغ و سار هم به ندرت یافت می‌شود.

حفاظت محیط زیست

در سالهای اول انقلاب بسیاری از درختان برای سوخت و پوشش خانه قطع شد درختان تنومند آرس که بسیار دیر رشد و محکم است، در ۱۰ سال گذشته به دلیل چند مورد جرمه سنگین و توزیع به موقع نفت و گاز رشد خوبی داشته است در کوهپایه چون فعالیت معدنی و صنعتی وجود ندارد هوای کوه تازه و محیط، بکر باقی مانده است و تفرجگاه زیبای دامنه‌های بزد - ایدال آباد و رونج در بهار و تابستان درونی است. اما در سال جاری به دلیل وجود قاچاقچیان و اشرار مسلح، فعالیتهای کوهپیمایی را تا اندازه‌ای ناممنی. مختل کرد که فعلاً امنیتی نسبی برقرار شده است.

می‌شود و منظره زیبایی به کوه بخشیده و جاذبه‌ای برای کوهنوردان و کوه پیمایان است. درخت سیاه چوب که چوبی بسیار محکم و رشدی کم دارد، درخت زرشک که در کنار رودخانه‌های فصلی کوه و چشمه‌ها فراوان است و پرندگان از میوه دانه‌دار آن استفاده می‌کنند، خارگون که انواع مختلف آن در تپه‌ها روئیده است آویشن که از گل آن زنبور عسل استفاده می‌کند و عطر دل انگیز و رایحه دلنشینی در فضا پخش می‌کند و کوهنوردان برای معطر ساختن چای و تغذیه دامها از آن استفاده می‌کنند، گیاه سریش که سرسبزی خاصی در بهار به کوه می‌بخشد و در گذشته برای تهیه چسب از آن استفاده می‌شد اما امروزه برای تغذیه دامها چیده می‌شود، خار کنگر که به مصرف تغذیه زمستانی دامها می‌رسد و در آخر بهار می‌چینند و خرمن می‌کنند؛ و ریواس از دیگر گیاهان این منطقه است.

حیوانات

امروزه به برکت تفنگهای بیشمار و شکارچیان سنگدل تقریباً هیچ آهو - گرگ - میش و کل در کوه

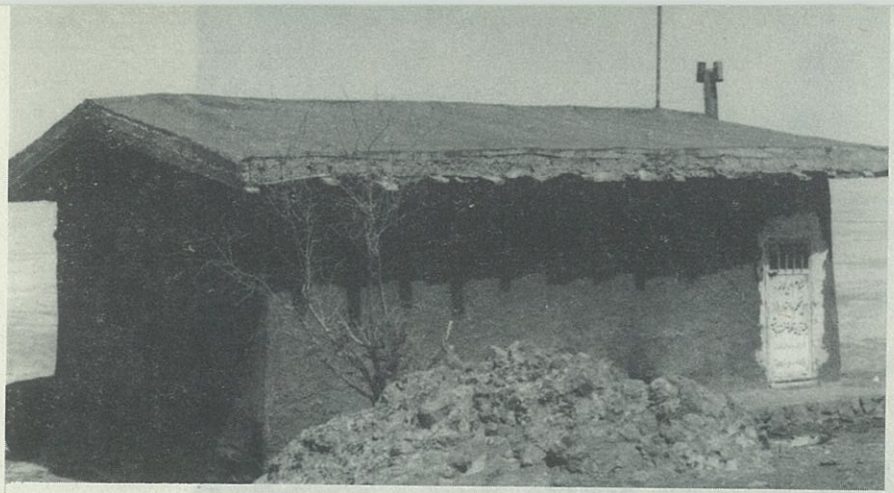
شمال به جنوب امتداد دارد و گویا حاصل فعالیتهای دوره ترشیری حدود ۶۰ میلیون سال پیش است. قله‌های معروف: ۱. قله بزد (۲۸۵۰ متر) ۲. قله رونج (۲۹۰۰ متر) ۳. قله بردو (۳۰۰۰ متر)، در قله رونج صخره‌ای است پر از فسیل (سنگواره) صدفها.

غارها

غار شیخ در دره سمت چپ قله به عمق ۶ یا ۷ متر است که دارای چاهی با دهانه تنگ است که گویا هیئت مشهد تا حدود ۲۰ یا ۳۰ متری را کاوش کرده ولی تحقیق دیگری صورت نگرفته است. غار یخدان در ارتفاعات مقابل پناهگاه بزد به عمق ۵ متر و چاهی با دهانه تنگ است که هنوز کشف و تحقیق نشده است.

گیاهان

کوه بزد و دیگر قله منطقه در تمام فصول، سرسبز و پوشیده از درختان با ارزش آرس یا سرو کوهی است که تا ارتفاع ۲۴۰۰ متری مشاهده



در آن کم است و خطر سقوط سنگ نیز وجود دارد. پس از طی یال بردان، به قسمتهای سنگی و صخره‌های مقابل که رسیدیم کمی به چپ وارد دره‌ای می‌شویم و سپس سنگهای مقابل را طی می‌کنیم. برای تازه واردان خطر سقوط است اما با اندکی دقت می‌توان به راحتی به قله رسید. یک روزه می‌توان به قله رفت و برگشت.

قلل منطقه

روی قله بزد که بایستیم در سمت غرب صخره‌ها و دره‌های زیادی را می‌بینیم و دشتی را که به منطقه تربت حیدریه می‌رسد. در سمت جنوب دره خوش آب و هوای میانسرا است که کوههای کم ارتفاع، آبشارهای کوتاه زیبا و چشمه‌های بسیاری دارد.

در سمت شمال به سوی مشهد ابتدا قله بهمن به ارتفاع ۲۸۰۰ متر به فاصله یک ساعت است و بعد از ساعتی به گردنده بایس می‌رسیم که راه مالرو به پشت کوه از جمله دره زیبای نبیبد در زیر قله و بایی و سورستان و تربت حیدریه است. از روی خط الرأس چند ساعتی راه است تا به قله تیز (رونج) برسیم که صخره‌هایش فسیل (سنگواره) حلزونها را دارد (ترشیاری) و راه دستیابی به آن جز خط الرأس که زمان زیادتری می‌خواهد از طریق روستای رونج در مسیر جاده مشهد، جام است. قله ابدان آباد به ارتفاع ۲۸۵۰ متر که دره‌های بسیار با صفا و رودخانه پر آبی در تمام فصول دارد و بهترین محل تفرج در بهار و تابستان است. اما برای رسیدن به قله زمان بیشتری حدود ۵ یا ۶ ساعت راهپیمایی لازم است. قله بردو به ارتفاع ۳۰۰۰ متر است که آن هم در راه روستای قلعه شیر - بردو در مسیر جاده سنتو نزدیک فریمان است.

مشخصات پناهگاه بزد جام

پناهگاه در سال ۷۳ آماده بهره برداری شد. طبقه اول آن پناهگاهی مستحکم از بتون آرمه و سقف تیرچه بلوک است که به همت آقای صدقی نیا رئیس هیئت و شرف الدین جلال احمدی و بقیه کوهنوردان و کمکهای مالی تربیت بدنی و مردمی ساخته شده است. ابعاد پناهگاه ۸×۴×۵ است و در زمینی مسطح در ارتفاع ۲۰۰۰ متری است که قله مقابل آن و چشمه‌ای در ۵۰ متری پایین دست آن قرار دارد. پناهگاه بزد با رنگ قرمز روشن از دور دست قابل مشاهده است و در محیطی مصفا قرار دارد. Δ

ادامه می‌دهیم تا پس از ساعتی به محل پناهگاه در ارتفاع ۲۰۰۰ متری می‌رسیم.

یال بردان: از گوسفندان سرا مستقیم یال سرخی را ادامه می‌دهیم تا به قسمتهای سنگی و دیواره‌ای می‌رسیم. به سمت چپ تراورس می‌کنیم تا پناهگاه قدم می‌زنیم. این مسیر کمی طولانی و پرشیب است.

صعود به قله

پس از استراحت در پناهگاه بتونی و زیبای بزد جام و برداشتن آب از چشمه پایین تر آن از هر نقطه می‌توان به قله دست یافت. ولی مسیر راحت تر و بی‌خطرتر مسیر شن اسکی به سمت چپ پناهگاه است. پس از کمی که تپه ماهورهای مقابل را طی می‌کنیم، در سمت چپ صخره‌ها شن اسکی قرار دارد که آن را صعود می‌کنیم و از روی یال به سمت راست می‌پیچیم و وارد دره‌ای می‌شویم. از زیر صخره‌ها به سمت شمال می‌رویم و پس از حدود یک ساعت به قله می‌رسیم. در بالای قله به خاطر حفاظت از باد سرد چاله‌ای حفر شده است و پس از استراحتی می‌توان یا صعود کرد یا از مسیر شمالی پایین رفت. هیچ چشمه‌ای در مسیر یال و قله نیست. بردان صخره‌ای قرمز و صاف که در پای چاله‌ای عمیق است و در بیشتر سالها پر از برف می‌شود و در قدیم محل تأمین یخ تابستانی مردم بزد و جام بوده است.

پس از دور زدن صخره به گلوگاهی صخره‌ای می‌رسیم و بالا می‌رویم و یک شیب تند و بلند را در پیش می‌گیریم. امکان ریزش سنگ زیاد است. پس از رسیدن به بالای شیب به سمت جنوب پیش می‌رویم و پس از طی چند بلندی به قله می‌رسیم. این مسیر هم مشکلتر و وقت گیرتر است و هم آب

کوههای جام

رشته کوه بزد در غرب جام حداکثر ۳۰۰۰ متر ارتفاع دارد و تا فریمان کشیده شده است؛ و بعد از قطع آن می‌توان کوهها را دنباله کوههای بینالود نامید که در همان امتداد است با گسستگی و یا به کوههای تربت حیدریه و کوه سرخ کاشمر شاید مربوط باشد - رشته کوه دال فریمان که در شرف جام به موازات کوههای بزد در منطقه موسی‌آباد حدود ۲۰۰۰ متر ارتفاع دارد ولی چندان سرسبزی نیست و مراتع فراوانی دارد.

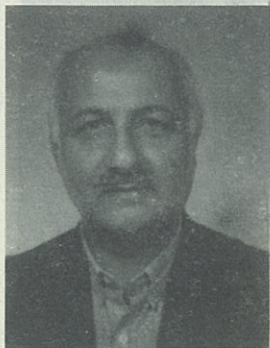
راه دستیابی به کوه

از مشهد تا جام ۲ ساعت فاصله است و از جاده بزد که در ابتدای شهر در کنار سپاه است ۱۷ کیلومتر جاده آسفالت تا بزد و حدود ۷ کیلومتر جاده خاکی است که از داخل قلعه بزد می‌گذرد تا به پایگاه بسیج می‌رسد. ماشین تا دامنه کوه محل گوسفند سرا حرکت می‌کند. حدود یک ساعت تا کوه راه است. البته مسیر دومی از وسط جاده بزد از روستای پاچوب روی بلندیه‌های سمت راست تا کوهپایه ادامه دارد که به پایگاه بسیج منجر می‌شود و از یک دهانه تنگ عبور می‌کردند که به تدریج تپه‌ها در سمت غرب قله بزد پیدا می‌شود.

مسیرهای صعود

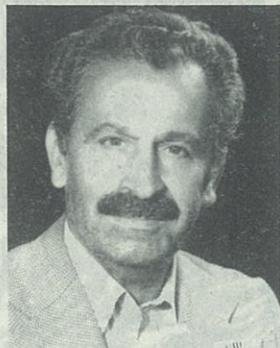
مسیر دره قلو: دره سمت چپ را کمی ادامه می‌دهیم و در مسیر آب چشمه به چشمه قلو می‌رسیم که حوضی سیمانی و آب نسبتاً فراوانی دارد و محل اطراق خوبی برای صرف صبحانه گروههای خارج از شهر زیر درختان سرو کوهی است. سپس از تپه‌های سمت غرب مسیر پاکوب شده را روی یال

آشنایی با پیشکسوتان

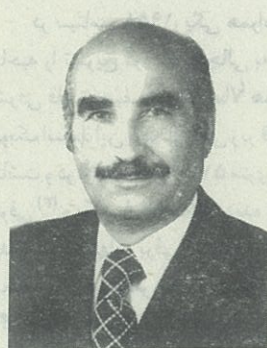


آقای علی اصغر امین‌نیا، متولد ۱۳۱۵ در تهران، حسابدار بازنشسته دیوان محاسبات کشور. سال ۱۳۳۵ را می‌توان نقطه شروع فعالیت رسمی کوهنوردی ایشان به حساب آورد. از سال ۱۳۳۹ همکاری اش با فدراسیون کوهنوردی آغاز شد. کارنامه درخشان این پیر کوهنوردی ایران را نمی‌توان در چند سطر نگاهشت؛ لیکن اهم فعالیت‌های وی بدین شرح است:

سال ۱۳۳۹: اولین صعود موفق زمستانی به قله دماوند از مسیر شمالشرقی، سال ۱۳۴۱: سفر به منطقه هیمالایا برای بررسی، سال ۱۳۴۳: همکاری راه‌اندازی بنیاد هیمالایا، سال ۱۳۴۴: اولین صعود ثبت شده به قله نورسون در هیمالایای هند به ارتفاع ۶۱۵۰ متر و ثبت این موضوع در موزه دارچلینگ هند، سال ۱۳۴۸: صعود به قله مون بلان، سال ۱۳۵۰: اولین صعود ایرانیان به قله کلیمانجارو و قله ژوزف در کنیا، سال ۱۳۵۲: سرپرست کاروان اعزامی برای شناسایی صعود به قله اورست، سال ۱۳۶۴: عضو هیئت اعزامی فدراسیون به کشورهای نپال و چین برای عقد قرارداد صعود به قله که به دلیل افزایش زیاد قیمت دلار در ایران به نتیجه‌ای نرسید. Δ



آقای عباس خلیلی، وی در سال ۱۳۰۳ در شمیران و در خانواده‌ای سرشناس متولد شد. پس از اتمام تحصیلات، شغل آموزگاری را برگزید و در حال حاضر به افتخار بازنشستگی نایل آمده است. به علت نزدیکی شمیران به کوه، جذب ورزش کوهنوردی و از سال ۱۳۲۰ فعالیت کوهنوردی خود را شروع کرد. در سال ۱۳۲۵ او با تنی چند از همراهان گروه کوهنوردی «مثلث شمیران» را تشکیل داد که هنوز هم فعال است. در سال ۱۳۳۸ تأسیس هیئت کوهنوردی و اسکی شهرستان شمیران که یکی از نخستین هیئت‌های تشکیل شده در سراسر ایران است، با آن همکاری و در کلاسهای کوهنوردی شرکت کرد. در سال ۱۳۴۳ به سمت رئیس هیئت کوهنوردی شمیران منصوب شد که تا سال ۱۳۵۶ این مسئولیت را به عهده داشت. طی این مدت با همکاری یاران یکدل - هیئت شمیران را به صورت یکی از فعالترین هیئت‌های زمان خود درآورد و کوهنوردان زیادی را تربیت کرد. او تقریباً به تمامی قله ایران و قله‌های مون بلان و ماترهون در اروپا صعود کرد و از تعداد بیشماری غارهای ایران بازدید به عمل آورده و بسیاری از برنامه‌های کوهنوردی را سرپرستی کرده است. Δ



آقای محمد خاکبیز، متولد سال ۱۳۰۰ در تهران، فارغ التحصیل از دانشکده نیروهای مسلح بازنشسته. از سال ۱۳۱۵ با شروع فعالیت ورزشی به کوهنوردی روی آورد. این علاقه‌مندی موجب شد که طی حدود نیم قرن به اکثر قله ایران صعود کند. دریافت دیپلم کوهنوردی و اسکی از کشور فرانسه موجب تقویت اطلاعات و تجربه ایشان شد؛ به نحوی که در سالهای ۳۶ و ۳۷ به ریاست فدراسیون کوهنوردی منصوب شد. صعود به قله مون بلان در فرانسه، فوجی یاما در ژاپن، مونت ویتسانی در آمریکا، سرپرستی هیئت کوهنوردی ایران و ژاپن که به صعود موفقیت‌آمیز به قله ۸۱۶۲ متری مانسلو در هیمالایا منتهی شد، سرپرستی هیئت کوهنوردی ایران - چین به قله اورست که از راه استان ثبت در چین تا ارتفاع ۷۵۰۰ به ثمر نشست و نیمه تمام ماند گوشه‌ای از فعالیت‌های این پیشکسوت ورزش کوهنوردی ایران به شمار می‌آید. Δ



آقای مهندس ابوالقاسم نوروزی متولد ۱۲۹۸ در تهران - با اشتغال در مدیریت‌های گوناگون کارخانه سیمان تهران - سال ۱۳۲۴ شروع فعالیت کوهنوردی و در سال ۱۳۲۸ با عنوان دبیر فدراسیون وارد یک تشکیلات رسمی گردیدند که تا سال ۱۳۵۷ با عناوین دبیر - معاون - نایب‌رئیس - قائم مقام و ریاست فدراسیون یک دوره یک ربع قرن را در کارنامه فعالیت‌های تشکیلاتی خود ثبت نمودند. در طی این مدت با تشریک مساعی سایر دست‌اندرکاران و دوستداران این ورزش موفق شدند فعالیت‌های متنوعی در زمینه پناهگاه سازی - واردات تجهیزات کوهنوردی جهت علاقه‌مندان و در اختیار نهادن آن به قیمت خرید - دعوت از مربیان خارجی جهت تدریس کوهنوردان ایرانی - انتشار مجله کوهستان - اجرای برنامه‌های سخنرانی و نمایش فیلم، تأسیس بنیاد هیمالایا - اجرای اردوهای اسکی و... صورت دهند. طی این سالها صعود به بسیاری از قله ایران و فتح قله مون بلان - گلوکز - ماترهون - المپ و گذراندن سه دوره آموزش گوناگون کوهنوردی در پای رشته‌کوه آلپ جزء فعالیت‌های ورزشی و شخصی ایشان می‌باشد. Δ

یخچالهای ایران

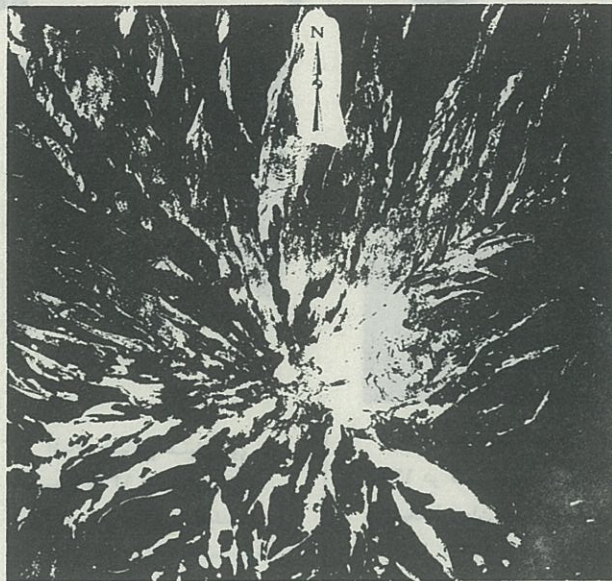
قسمت دوم

دکتر جمشید حسن زاده^(۱) - دکتر محمدفخاری^(۲)

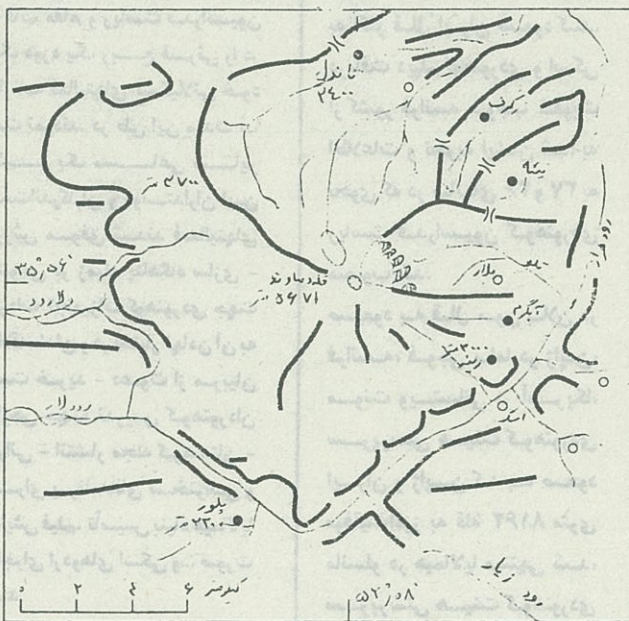
واقع در دامنه شمالی دماوند از ۶۰۰ تا ۸۰۰ متری زیر قله شروع و تا حدود ارتفاع ۴۴۰۰ متری به پایین کشیده شده بود. در ارتفاعات پایین تر، یخچال بریده و تکه تکه بود. بویک خط برف را در ارتفاع ۴۵۰۰ متری قرار داد.

در سپتامبر ۱۹۵۸، یگی همراه گروه فرانسوی به قله دماوند صعود کرد و ناحیه را تشریح کرد. او یخچالی به مساحت حدود ۲ کیلومتر مربع در شمال شرقی قله توصیف کرد (احتمالاً همان یخچال شرقی توصیف شده توسط بویک است). این یخچال کمی زیر قله در حدود ۵۵۵۰ متر تا ۵۶۰۰ متری قرار داشت و در ارتفاع حدود ۵۱۰۰ متری تمام می شد. در سطح یخچال، آدمکهای برفی^(۳) و یک سلسله شکاف دیده می شد و پوشش خرده سنگی چندانی وجود نداشت. آدمکهای برفی تنها در بعضی از قله های این ناحیه از دنیا از جمله یخچالهای هندوکش یافت می شود و در قله های مشابه در ترکیه وجود ندارد. اگر چه آدمک برفی در قله های بلند ایران مانند دماوند، علم کوه و سیلان تشکیل می شود، آب و هوا بیش از ارتفاع در تشکیل آن مؤثر است. زاویه تابش خورشید، شدت تابش و خشکی هوا در پایان تابستان و آغاز پاییز، بیشترین زمان گسترش، عوامل تعیین کننده محل وقوع، اندازه و شکل آدمک هستند. به علاوه، یگی متوجه شد که سمت جنوب دهانه قله از یخ پوشیده است. در این محل و روی دامنه جنوبی مخروط آتشفشان، آدمکهایی به ارتفاع ۵۰ تا ۸۰ سانتیمتر یا بیشتر دیده می شد.

جدیدترین داده های مربوط به این ناحیه توسط شویتزر (۱۹۷۲) ارائه شده است. او اظهار داشته که دامنه جنوبی از ارتفاع ۴۸۰۰ متر به بالا و دهانه قله دماوند با یخ برف و آدمکها پوشیده است.



عکس هوایی یخچالهای دماوند. تهیه شده توسط نیروی هوایی آمریکا در اوت سال ۱۹۵۵



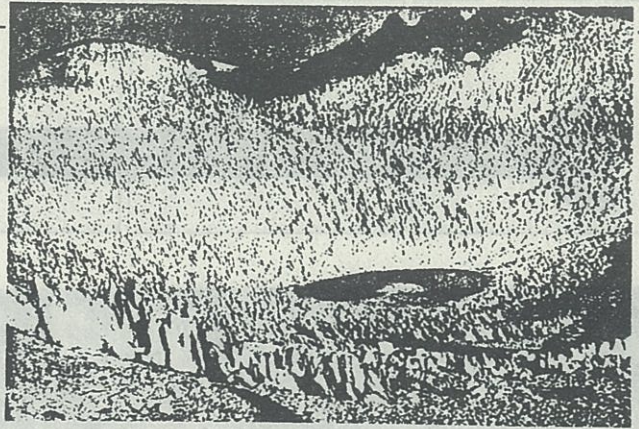
شرح نمائ

- یخچال
- یخچال پوشیده از سنگ
- دهانه آتشفشان
- خط اراس
- گردنه
- ده روستا

یخچالهای دماوند، اقتباس از بویک، ۱۹۳۷

۱. یخچالهای کوه دماوند

در حال حاضر شرقی ترین یخچالهای مهم البرز روی قله دماوند (عرض ۳۵/۵۶ و طول ۵۲/۸ شرقی) قرار دارند. دماوند یک آتشفشان خاموش است که در حدود ۷۰ کیلومتری شمال شرق تهران واقع است. از آنجا که دماوند بلندترین قله ایران است و نیز چون دسترسی به آن از جنوب مشکل نیست، همواره صعود شده است. واتسون در یادداشت های مربوط به بازدید خود از دماوند در سال ۱۸۱۶، قله آتشفشان را پوشیده از یخ و گوگرد توصیف کرده است. وی نقاطی را یافته که در آنجا بخار گوگرد بوده و زمین آن قدر داغ بوده که بیش از چند دقیقه نمی شده است روی آن نشست. اما تا زمان بازدید بویک با گروه کوهنوردی آلمان در سال ۱۹۳۶ هیچ حرفی از یخچالها نبود. هانس بویک توصیف می کند که قله از ارتفاع ۴۵۰۰ متر به بالا تقریباً به کلی با یخ برف پوشیده بود. یخ برف در مرتفعترین نواحی پیوسته بود و به طرف پایین به نوارهای عمیقاً فرسایش یافته ای از برف و یخ تقسیم شده بود. بویک دو یخچال کوچک را در دامنه های شرقی و شمالی دماوند تشخیص داد. یخچال شرقی از قله به سمت دیواره های صخره ای بریده بریده واقع در بالادست دره تلو پایین در ارتفاع ۴۸۰۰ تا ۵۰۰۰ متری پایین آمده بود. در اینجا یخچال به وضوح بریده شده و صخامت یخ در حدود پنجاه متر بود. یخ یخچالی در پای صخره ها در ارتفاع حدود ۳۹۰۰ متری به صورت مخروطهایی از خرده یخ انباشته بود و به سمت پایین تا ارتفاع حدود ۳۴۰۰ متری ادامه داشت. یخچال



آدمکها در داخل کاسه یخچالی قله دماوند. تهیه شده توسط (A.DOOR) در سپتامبر ۱۹۶۸، اقتباس از شوایترز ۱۹۷۲

قابل توجه وجود دارد. یخچال اول در غرب و شمال غرب قله‌های خلنو (ارتفاع ۴۳۷۵ متر) واقع است. ارتفاع یخچال ۳۵۰۰ تا ۴۰۰۰ متر است که طی سالیان تغییرات قابل ملاحظه‌ای در آن دیده می‌شود. دریاچه کوچکی که با این یخچال شکل گرفته است، در قسمت پایین یخچال دیده می‌شود. داده‌های زمین‌شناسی مؤید فعالیت گسترده‌تر یخچالهای این منطقه است.

یخچال دوم به فاصله چند کیلومتر در غرب یخچال خلنو و در دامنه شمالی قله کلون بستک واقع است. ارتفاع کلون بستک ۴۱۵۰ متر و ارتفاع یخچال فوق بین ۳۶۰۰ تا ۴۰۰۰ متر متغیر است. در سالهای خشک، یخچالی این دو مجموعه تحلیل می‌رود و جای خود را به مورنهای سنگریزه‌ای یخچالی موضعی می‌دهد که حرکت و جابه‌جایی زیادی در آنها دیده نمی‌شود.

در ناحیه آزادکوه و در محدوده قله‌های آزادکوه، کمان کوه و سرماهو در شمال منطقه دیزین و همچنین در دامنه شمالی قله توجال در شمال تهران در ابتدای پهنه‌های مرتفعی که به دره‌های شهرستانک، آهار و شکرآب منتهی می‌شود، بقایای کوچکی از مورن‌های موضعی وجود دارد که دلیل حضور یخچالها و برفچالهای قدیمی است.

علاوه بر موارد فوق، برفچالهای کوچکی نیز در شمال رشته کوه شاه البرز در شمال دره طالقان دیده می‌شود که به نظر می‌رسد در گذشته ابعاد بزرگتری داشته است.

یخچالهای کوچک مزبور در البرز مرکزی از نظر ابعاد و فعالیت با یخچالهای ناحیه علم‌کوه قابل مقایسه نیست. ولی داده‌های زمین‌شناسی موجود مؤید فعالیت نسبی یخچالها در این مناطق است. در دوره‌هایی با بارندگی زیاد و زمستانها سرد و طولانی، یخچالی متمرکز سالیان متمادی در این نقاط باقی می‌ماند.

ادامه دارد...

۱- استادیار مؤسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران

۲- رئیس بخش زمین‌شناسی ساختمانی اکتشاف شرکت ملی نفت ایران

۳- آدمک برفی، برآمدگی نوک تیزی از برف یخزده است که به ویژه در سحرگاه به شکل انسانی به زانو افتاده جلوه می‌کند. این پدیده بر اثر تابش شدید نور خورشید همراه با تصمید سریع برف به هنگام روز و سرمای سخت شبانه به وجود می‌آید و خاص یخچالهای اقلیمهای خشک است.

۲. سایر یخچالهای البرز مرکزی

علاوه بر دامنه‌های قله دماوند، در چهار نقطه دیگر از ناحیه البرز مرکزی و غربی بقایای یخچالهای نسبتاً فعال ولی کوچک قدیمی دیده می‌شود. یخچالی دائم آنها در دوره‌های گرم و خشک فصلی تحلیل می‌رود؛ ولی گاهی برای چندین سال متمادی فعال است.

شرقی‌ترین این یخچالها در دامنه شمالی قله‌های دوبار (ارتفاع بیش از ۴۲۰۰ متر) در رشته میانرود است که در شمال شرق شهر دماوند و جنوب دره لاسم قرار دارد. در این نقطه که در نزدیک دریاچه‌های تار یا مومج قرار دارد، دو یخچال یا برفچال کوچک وجود دارد که در نقشه راهنمای مناطق کوهستانی دماوند و فیروزکوه از انتشارات شرکت ایران کوهرو نیز نشان داده شده است. در یکی از گزارشهای خارجی، این یخچالها در سال ۱۹۳۶ نیز گزارش و از نوع صاف تشخیص داده شده است.

در ناحیه البرز مرکزی و در غرب قله دماوند، دو یخچال یا برفچال نسبتاً



آذرکوه



آذرکوه

نامی مطمئن و درخشان در تولید و عرضه بهترین وسایل و ابزار کوهنوردی در ایران

برای صعود به ارتفاعات پامیر با نمایندگی آلپ نوروز
تاجیکستان در ایران (آذرکوه) تماس حاصل بفرمایید.

آدرس: تبریز، خیابان بهشتی، پلاک ۷۰

تلفن: ۰۴۱-۶۱۰۸۷-۰۴۱ دورنویس ۰۴۱-۶۲۱۳۷

مسعود آقابالایی

نقش در طراحی الهامی است از طبیعت
«شرکت طراحی نظر»

برتر در امور چاپ، گرافیک،
اتیکت فرش و طراحی آرم‌های
ورزشی و مسابقات

تبلیغات صنعتی خدماتی

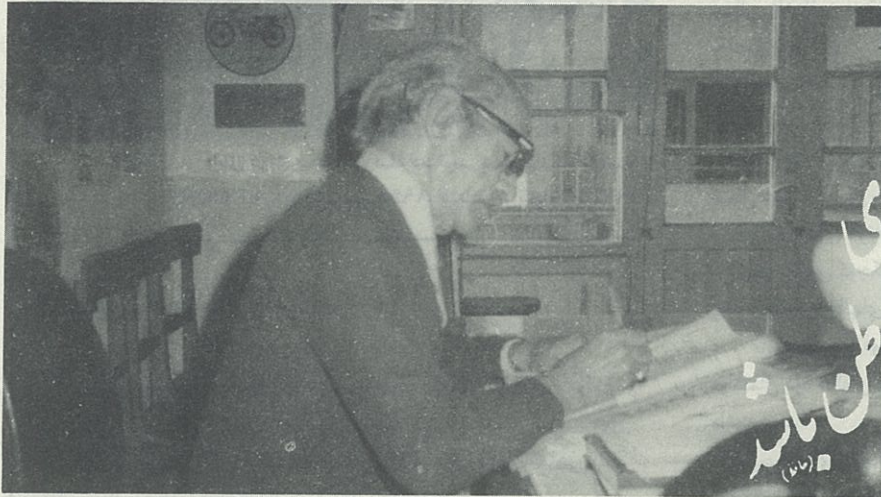
مهندس جعفر نظر

تلفن و نمابر: ۸۸۴۴۵۳۷

گفتگو

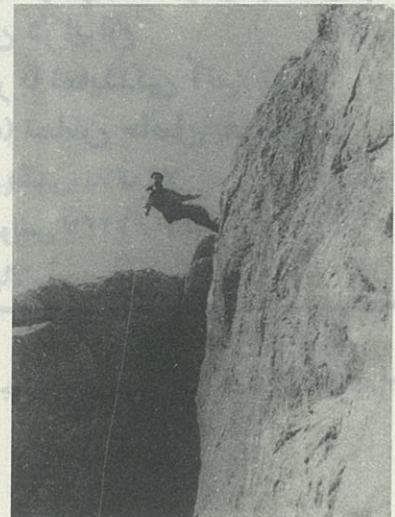
مسعود اشرفی

به‌وای کوی تو از سر نمی رود آری
غریب رادل سرگشته با وطن ماند



در این شماره استاد خطاط و پیشکسوت کوهنوردی ثارا... زرین قلم دعوت ما را برای مصاحبه پذیرفتند. طبق قرار قبلی محل ملاقات ما دفتر کار ایشان بود. با فرصت به دست آمده به تماشای دفتر ایشان که با تابلوهای خطاطی، نقاشی و تصاویر گوناگون کوههای ایران و خارج تزیین شده است می‌پردازم. با ورودشان خستگی را از چهره‌شان درک می‌کنم و این خستگی چهره استاد به دلیل خرابی اتوبوس در بزرگراه و تعویض سه ماشین پی‌درپی برای رسیدن به موقع به قرار ملاقاتمان است. این امر نظم و انضباط ایشان را می‌رساند. در حالی که سرش را از درد در دست گرفته و نفس‌نفس می‌زند، متواضعانه از تأخیرش عذر می‌خواهد و مرا شرمندۀ صحبت خویش می‌سازد. پس از دقایقی چند، گفتگوی ما با معرفی مختصر و نحوه آشنایی ایشان با کوهنوردی اینچنین آغاز می‌شود:

سال ۱۲۸۸ در شهرستان تربت حیدریه متولد شدم. از نوجوانی علاقه به ورزش و تفریح داشتم به نحوی که دوران تحصیلات در ایام هفته به فوتبال و



روزهای جمعه به کوهنوردی می‌پرداختم. ارتفاعات اطراف شهر و کوه سه قله محلی برای گذران اوقات فراغت و انس با طبیعت بود. در سال ۱۳۱۷ به تهران مهاجرت کردم و از بدو ورود به پایتخت با ارتفاعات شمال تهران و خصوصاً دربند که در آن زمان بیشتر شناخته شده بود انس گرفتم. در یکی از صعودهایم در سال ۱۳۳۵ به پناهگاه اسپیدکمر با بهمن ناصحی آشنا شدم. ایشان عضو پناهگاه دماوند بود و این آشنایی موجب عضویت من در این باشگاه شد که در واقع شروع کوهنوردی واقعی من از این زمان شروع شد و تاکنون نیز ادامه دارد.

● بیشترین فعالیت کوهنوردی شما اختصاص به کدام رشته از این ورزش داشته است؟

○ تقریباً به همه رشته‌های کوهپیمایی - غارنوردی و سنگ اهمیت می‌دادم و طی حدود ۵۰ سال فعالیت ورزشی به بسیاری از قله ایران صعود و مناطق طبیعی ایران را سیاحت کرده‌ام.

● آیا برای کوهنوردی به خارج از کشور هم سفر کرده‌اید؟

○ بله، در سال ۱۳۴۱ طبق برنامه‌ریزی صورت گرفته در باشگاه دماوند به همراه ۵ نفر از دوستان به اسامی عبد... رشتیان، محمد اعظمی (فقید)، ناصر فلاح، علیرضا اکینجه و اکبر نیکقدم از اعضای باشگاه با تهیه یک فولکس واگن و با هزینه شخصی مقدمات یک سفر زمینی به اروپا را جهت

صعود به قله آلپ و دیدار از کشورهای اروپایی فراهم آوردیم. طی این برنامه که حدود چهارماه به طول انجامید موفق شدیم قله مون‌بلان به ارتفاع ۴۸۰۷ متر واقع در فرانسه، ماترهون ۴۴۷۷ متری در سوئیس و قله المپ به ارتفاع ۲۹۷۱ متر در یونان را با موفقیت صعود کنیم. در این سفر با کمک یکی از دوستانی که در فرانسه اقامت داشت به نام وحید رشیدی با موریس هرزوک اولین فاتح قله ۸۰۹۱ متری آناپورنا که در آن زمان رئیس فدراسیون کوهنوردی فرانسه بود ملاقات کردیم.

به دعوت تیم، جلیل کتیبه‌ای نیز در اروپا به کمک ما آمد و در طول سفر و تا هنگام برگشت، تا ترکیه همراه و یاور ما بود.

● آیا به یاد دارید هزینه این سفر ۴ ماهه برای هر نفر چه مقدار شد؟

○ فکر می‌کنم حدود ۱۰ الی ۱۲ هزار تومان برای هر نفر خرج در بر داشت.

● به عنوان یک هنرمند شغل هنری شما چه تأثیری بر ورزش شما و بالعکس داشته است؟

○ من به هر دو موضوع به یک اندازه علاقه‌مند هستم و این دو تأثیرات متقابل و مثبتی در زندگی‌ام داشته است.

● بهترین برنامه و خاطره از فعالیت ورزشی شما در کدام منطقه بوده است؟

○ من غارهای زیادی را در ایران از جمله غار آسک در جاده هراز، رو به قبله و طاق ارسلان در لرستان، مغان در مشهد، برونیک در جاده فیروزکوه، کهک در قم، یخ مراد در جاده چالوس، علی صدر در همدان،

سال ۱۳۳۸ - فرود از دیواره سپه‌سالار



از راست به چپ: زرین قلم - نیک‌قدم - فلاح - هرزوک (با انگشتان قطع شده) چوبینه و رشتیان.

این ورزش اولویت می‌دادید؟ آموزش، تهیه و توزیع لوازم، ساختن پناهگاهها، انتشارات یا...

○ تمامی این موضوعات دارای اهمیت و الویت است. اگر برای مثال شخصی به من مراجعه و درخواست یک تابلو خطاطی کند، مسلماً من برای اجابت این خواسته می‌باید علاوه بر هنر، قلم، رنگ و سایر لوازم مورد نیاز را داشته باشم.

● آیا به نظر شما فدراسیون کوهنوردی از بدو تأسیس تاکنون توانسته است به آن‌چه در حیطة مسئولیتش بوده است جامه عمل بپوشاند؟
○ متأسفانه خیر، من تاکنون ندیده‌ام که آن‌چه بر عهده آنان بوده است را به مورد اجرا گذاشته باشند. تاکنون به این ورزش توجه کافی نشده است. البته گاهی اقداماتی شده است؛ مثل صعود اخیر کوهنوردان ایرانی به قله اورست، لیکن اشخاصی که متولی این برنامه بوده‌اند باید توجه کافی به همه جوانب ورزش کوهنوردی داشته باشند.



سال ۱۳۴۱ - بر روی خطالرأس قله مون بلان

● فکر می‌کنید چه عواملی موجب این بی‌توجهی‌ها و نرسیدن به مقاصد بوده است؟

○ من می‌بایست همراه و همگام با مسئولان این ورزش بوده باشم تا بتوانم پاسخ مناسب آن را بدهم؛ لیکن تاکنون چنین زمینه‌ای برایم فراهم نبوده است و نمی‌توانم اظهارنظر کنم.

● شما جایگاه اخلاق را در ورزش و خصوصاً در کوهنوردی چگونه می‌بینید؟

○ همان‌طور که خداوند بزرگ در خلقت خود هر چیزی را با ماهیتی صحیح آفریده است، یک کوهنورد نیز باید مانند کوه استوار و محکم، بی‌آلایش و الگوی همه انسانها باشد. در واقع اخلاق را همیشه باید در مرحله اول و ورزش را در مرحله دوم در نظر داشت.

● آیا گسترش حیطة اخلاق را باید از متولی ورزش کوهنوردی انتظار داشت یا اینکه به فرهنگ عمومی جامعه برگشت و در آن‌جا جستجو کرد؟

○ البته انتظار از متولی ورزش در مرحله اول قرار دارد. وجود چنین اشخاصی می‌تواند موجب هدایت و

شاهپور در شیراز و غار کتله خور در زنجان دیده‌ام. لیکن دیدار از غار کتله خور که ما جزء اولین بازدیدکنندگان آن بودیم، با آن همه زیبایی و شگفتی، بیشترین لذت روحی را برایم به ارمغان آورد. همچنین زمانی که توانستیم به قله ماتره‌ورن صعود کنیم که اشک شوق آن صعود هیچ‌گاه از خاطر من نمی‌رود. اولین صعودم به قله دماوند هم به همین صورت بود.

● ورزش کوهنوردی تا چه حدی در افزایش اعتقادات مذهبی شما مؤثر بوده است؟

○ اگر خودپسندی نباشد، من از نوجوانی دارای اعتقادات مذهبی بوده‌ام. ولی این ورزش استحکام بیشتری به اعتقادات من داده است. من به کوه که می‌روم از شدت علاقه سنگهای آن را هم می‌بوسم. ولی پایه اصلی اعتقادات من بر حقایق، بزرگی، لطف و محبت خداوند نسبت به بندگانش استوار است.

● شما در طول دهها سال فعالیت ورزشی خود تجربه فراوانی کسب کرده‌اید. چگونه این تجربه را به نسل بعد از خودتان یعنی جوانان انتقال داده‌اید؟

○ بیشترین فعالیت من در این زمینه از طریق صحبت کردن و تحریک جوانان برای وارد شدن به این رشته بوده و هرگاه که لازم بوده است به عنوان راهنما علاقه‌مندان را به سوی کوه هدایت نموده و سعی کرده‌ام در خدمت آنان باشم.

● در زندگی از چه موضوعی بیشترین لذت را می‌برید و چه موضوعاتی موجب آزردهی شما می‌شود؟



سال ۱۳۴۱ - قله ماتره‌ورن

○ واقعیت این است که من هرچه بگویم به خدا ختم می‌شود. ولی در مجموع از اینکه می‌بینم جوانان به سوی خدا می‌روند، و در جامعه قدمهای خیر برداشته می‌شود، لذت می‌برم و بالعکس آن سبب آزردهی خاطر من است.

● با توجه به تجربیاتی که طی سالهای متمادی ورزش کوهنوردی کسب کرده‌اید، اگر رئیس فدراسیون کوهنوردی بودید، به چه موضوعاتی در

موفقیت ورزش کوهنوردی در این زمینه شود.

● آیا در طول فعالیت ورزشی خود ورزش دیگری توانسته است مانند کوهنوردی توجه شما را جلب کند؟

○ خیلی از ورزشها را انجام داده‌ام البته نه در حد حرفه‌ای. لیکن همیشه بعد از کوهنوردی، گردش و سیاحت چه در طبیعت یا محیطهای شهری برایم لذت‌آور بوده است.

● طی سالهای متمادی که به ورزش کوهنوردی مشغول بوده‌اید آیا حادثه مهمی برایتان پیش آمده است یا صدمات جسمی داشته‌اید؟

○ تاکنون هیچ حادثه مهم و صدمه جسمی برایم در این ورزش پیش نیامده است.

● آیا می‌توانید علت آن را بیان کنید؟

○ هیچ‌گاه بدون تحقیق و برنامه‌ریزی برنامه‌ای را اجرا نکرده‌ام و خودم را در معرض خطرهای گوناگون قرار نداده‌ام و به کار قهرمانی اقدام نکرده‌ام.

● به نظر شما آیا در ورزش کوهنوردی فعالیت گروهی می‌تواند ضامن سلامتی و استمرار در این ورزش باشد یا فعالیت انفرادی؟

○ البته فعالیت گروهی و به شرط آنکه تمام اعضای گروه در یک برنامه حکم یک فرد را داشته باشند و با مشورت و صلاحدید یکدیگر برنامه را اجرا کنند.

● شما به عنوان یک پیشکسوت کوهنوردی چه انتظار و توقعی از جامعه کوهنوردی ایران دارید؟

○ انتظاری که یک پدر می‌تواند از فرزند خود داشته باشد و آن صالح بودن است و بعد اینکه اول متولیان ورزش با تشویق و ترغیب عامه مردم و جوانان آنان را با روشهای گوناگون و مناسب به طرف ورزش و کوهنوردی سوق دهند که موجب دلخوشی آنان فراهم شود و بتوانند در فضایی مناسب از مواهب الهی لذت ببرند. از کسانی هم که به این ورزش روی می‌آورند می‌خواهم که با تحقیق و بررسی، همراه تجهیزات مناسب و داشتن آموزش لازم به کوهستان روانه شوند؛ و هیچ‌گاه اقدام به ورزش انفرادی در کوهستان نکنند. در نظر داشته باشند حداقل افراد گروه برای اجرای برنامه کوهنوردی سه نفر است. Δ

شماره ۷ کوهنوردی

گ

اهی در زندگی، موضوعهایی پیش می‌آید یا پیشامدهایی روی می‌دهد که به ظاهر بسیار ساده است و به همین سبب نیز، زودگذر. اما گهگاه نیز همین جریانه‌های پیش پا افتاده، برای دسته‌ای از مردم، توقف دید، و به دنبال آن، تحریک اندیشه و خیال و خاطره را موجب می‌شود که خود اینها نیز به موارد و مطالب و تفحصها و تجسسها و... راه می‌یابد.

در مهرماه گذشته، نامه‌ای داشتیم از تهران و از دوست نیک نفسی که در تدوین و چاپ چهارم کتاب «الفبای کوهنوردی» کوشش دوستانه و صمیمانه‌ای به کار بسته بود. این نامه را در تاریخ ۷/۷/۷۷ دریافت کردم.

توجه به این تاریخ و شماره‌های تکراری آن، نگاهم را چند لحظه‌ای روی خود نگاه داشت. ردیف عددی بود که در زندگی، تنها یکبار اتفاق می‌افتد! من برای نامه نگاری‌هایم، دفتر و دستکی فراهم آورده‌ام، که خود حجم کاری قابل ملاحظه‌ای را ایجاد کرده است. وقتی خواستم دریافت نامه گفته شده را در دفتر ثبت بکنم، در برابرش به شماره ۳۲۷۷ برخوردیم، که تعداد نامه‌های رسیده در این سالهای خود تبعیدی و گوشه‌گیری و تنهایی است (که البته به همین تعداد نیز - اگر بیشتر نباشد! - نامه نوشته‌ام).

با آن تاریخ و این شماره، که روی هم شش تا ۷ را دارا هستند، کمی به فکر فرو رفتم و در چند دقیقه، سالهایی را مرور کردم که چه محتوایی داشتند...

اما... آنچه از چند سطر بالا مفهوم و برداشت می‌شود، شاید بیشتر با خودم ارتباط داشته باشد، ولی برای شما خواننده عزیز چه چیزی در بر دارد؟

با کشیده شدن دقت و دیدم به آن «هفت»ها، به این اندیشه آدمم که اینک شماره ۷ می‌تواند سرنخی باشد برای ارتباطی دیگر با شما علاقه‌مندان گرامی که تا چندتایی از تاریخیهای مربوط به صعودها و خاطره‌های کوهنوردی را که دست کم آخرین شماره سمت راستشان با ۷ پیوند پیدا می‌کند، برایتان یادداشت کنم. شاید چندان هم بد و دور از سرگرمی نباشد....

برای بیش درآمد، اشاره می‌کنم به مقدس بودن عدد ۷ در ایران کهن و از زمان زرتشت پیامبر. در اوستا آمده است که ایرانیان باستان، عدد هفت را همواره گرامی می‌داشتند که از جمله می‌توان هفت امشاسپند (فرشتگان اهورامزدا، خدای یگانه) را نمونه‌ای دانست که بارها از آن در این کتاب دینی کهن یاد می‌شود.

از شماره و تعداد هفت، در تاریخ و فرهنگ و ادب کشورمان، از دیرباز نمونه‌های فراوان داریم: هفت برادران در هفت ستاره هر یک از دو مجموعه فلکی «دب اکبر» و «دب اصغر» (خرس بزرگ و خرس کوچک)، که اولی با ستاره قطبی در انتهای دمش، شهرت بیشتری دارد. هفت آسمان، هفت طبقه زمین، هفت دریا، هفت سین (هفت سین)، هفت درویش، هفت تنان و هفتخوان (که حتی به نامگذاری در کوههایمان نیز رسیده است)، هفت جان، هفت پاره، هفت پشت، هفت گوهر، هفت پیکر، هفت رنگ، هفت گنبد، هفت روز خلقت، هفت روز هفته، هفت شهر عشق و....

البته در فرهنگ و زبان کشورهای دیگر نیز به این شماره برمی‌خوریم که یکی از مشهورترینش که جنبه جهانی دارد «عجایب هفتگانه» است، و در این سالهای نه چندان دور، به عدد ۷ در ورزش نیز

می‌رسیم که صاحب‌نظران، ورزشهای هفتگانه را در رشته دو و میدانی ایجاد کردند.

اما به کوهنوردی که نظری بیفکنیم می‌بینیم که در سالهای:

* ۷۳۷ شمسی (۶۴۰ سال پیش) = روایت است که شخصی به نام «روتاریو - داستی» یکی از کوهنوردیهای نخستین را انجام داد و آن هم صعود به قله ۳۵۳۷ متری «روچیا ملونه» در مرز ایتالیا و فرانسه بود. این صعود را از جنبه‌ای مذهبی دانسته‌اند.

* ۷۶۷ (۶۱۰ سال پیش) = نخستین صعودی که به اصطلاح «مخلوط» بود، یعنی هم سنگی و هم یخچالی، در همین کوه یاد شده بالا صورت گرفت. بونی فیاتزو - روتاریو» از یک چنین راهی به قله رسید.

* ۹۱۷ (۴۶۰ سال پیش) = برای نخستین بار نوشته‌هایی درباره کوههای آلپ و توصیف آنها در اروپا منتشر شد. در این نوشته‌ها که به زبان لاتین بود، طرحها و نقشه‌هایی از کوهها و نیز گزارشهایی درباره گله‌ها، حیوانات، سنگهای معدنی، و حتی روشهای فنی و وسایل به کوه رفتن دیده می‌شد.

* ۱۲۱۷ (۱۶۰ سال پیش) = نخستین زنی که با سر و صدای زیاد و تبلیغ فراوان به قله مون بلان ۴۸۰۷ متری صعود کرد، «هانریت دانژویل» بود که به عروس مون بلان شهرت یافت. در حالی که از نخستین زن صعودکننده به این کوه، کمتر یاد می‌شود که ۳۰ سال پیش از او، این پیروزی را به دست آورد و نامش «ماری پارادی» بود.

* ۱۲۴۷ (۱۳۰ سال پیش) = دو کوهنورد انگلیسی به نامهای فرشفیلد و مور، دماوند را بالا رفتند و «قربان» نامی، راهنما و همراه محلی آنان بود.

* ۱۲۷۷ (یکصد سال پیش) - دومین قله همیشه یخ بسته آلپ (مون روز - یا مونته‌روزا - ۴۶۳۴ متر) توسط «اوسکار شوستر» و «ه. موزر» برای اولین بار صعود شد که در ضمن می‌توان آن را به عنوان نخستین صعود یک کوه با اسکی به حساب آورد.

* ۱۳۰۷ (۷۰ سال پیش) = نخستین بار کوه لنین ۷۱۳۴ متری در پامیر، توسط یک گروه آلمانی - روسی (آلویس، شنايدر، وین) به سرپرستی ریکمزر صعود شد.

* ۱۳۱۷ (۶۰ سال پیش) = دکتر مرتضی حسینی و روانشادان تقی آرزمی، دکتر اسدالله بیژن، ارسلان خلعتبری (سرپرست) دماوند را از جنبه جنوبی صعود کردند. پس از این صعود بود که خلعتبری، نخستین شرح مستند در این باره و



ولفگانگ گورتز، هنگام صعود از سنگهای شمال دماوند - ۱۳۱۷ از آرشیو: ج. کتیبه‌ای

دو تن از کوهنوردان آلمانی، در نخستین صعود از شمال دماوند - ۱۳۱۷ - عکس از آرشیو: ج. کتیبه‌ای



نخستین دسته دختران ایرانی، در کنار دهانه آتشفشانی بر بام ایران - ۱۳۲۷. از چپ: عصمت قاضی، فرخ کوهکن، بدری تاج‌بخش، سوزان شریگر، فروغ ارشیدی، عکس از آرشیو: ج. کتیبه‌ای



۱۳۱۷ - در راه صعود به قله توچال. (از چپ) شادروانان: مهدی ریاضی، احمد ایزدپناه...؟، همراه با نفر چهارم مهدی نیکخو، و پنجمی، خاتم. عکس از آرشیو: ج. کتیبه‌ای

صورت چندان شناخته شده و فعال، در تهران ایجاد شد. رئیس آن سرهنگ باتما نقلیچ، و دبیرش علی شکویی مؤسس باشگاه ژوبین بودند.

* ۱۳۲۷ = یکی دو سالی بود که برنامه‌های دو، سه روزه کوه و دره‌نوردی، به ویژه از تهران به سوی دره‌های شمالی در البرز، صورت می‌گرفت که یکی از تلاشگران و برنامه‌ریزان آنها تقی گودرزی بود. در این سال، بزرگترین برنامه از این دست به مدت پنج روز از تهران به توچال، شهرستانک، شاه پل (در راه چالوس)، آزادبر، گردنه مرتفع عسلک، گته ده، درابه، جویستان، شهرک، صمغ‌آباد، آبیگ قزوین به اجرا درآمد. اجرا کنندگان: ابراهیم صدری و جلیل کتیبه‌ای.

* ۱۳۲۷ = در همین سال نخستین برنامه بخش خیرهای ورزشی (از جمله کوهنوردی) و پیش‌آهنگی از رادیو تهران، وسیله سازمان تربیت‌بدنی و پیش‌آهنگی ایران به اجرا درآمد. گویندگان این برنامه پرویز طالقانی (دانشجوی پزشکی) و جلیل کتیبه‌ای دبیر شورای عالی پیش‌آهنگی بودند.

* ۱۳۲۷ = گروه کوهنوردی آزاد در تهران اعلام موجودیت کرد. هیئت رئیسه آن احمد شجاعی، و روانشادان: عزیزالله حاتمی، محمود اجل، غلامحسین بالکانی، محمدرضا قدیری‌نیا و ابوالفضل مهدیون بودند. اعضای این گروه،

تیغه مشهور والکر، توسط ر. کاسین، اسپوزیتو، تی تونی.

* ۱۳۱۷ = اعضای ۷ نفره کاروان انگلیسی به سرپرستی تیلمن، هفتمین برنامه صعود به اورست را به اجرا درآوردند. پنجمین قرارگاه آنان در ۷۸۳۳ متری شمال کوه برپا شد. دو نفر از کوهنوردان با ۷ شریپا به گردنه شمالی برگشتند. روز دیگر شیپتون، اسمیت توانستند با یاری شریپاها ششمین بارگاه را در ۸۲۹۰ متری برقرار کنند. ولی به سبب طوفان و برف سنگینی مجبور به بازگشت شدند.

* ۱۳۲۷ (نیم سده پیش) = نخستین گروه از دختران ایرانی به سرپرستی م. ک. گیلان‌پور، از جبهه جنوبی به دماوند صعود کرد. در این صعود، فروغ ارشیدی، بدری تاج‌بخش، سوزان شریگر، عصمت قاضی و فرخ کوهکن شرکت داشتند.

* ۱۳۲۷ = فدراسیون کوهنوردی ایران، نه به

توصیف بلندیهای نزدیک قله و سپس خود قله را به قلم آورد و در روزنامه منتشر ساخت.

* ۱۳۱۷ = برای نخستین بار جبهه سه هزار متری شمال دماوند کوه را یک دسته چهارنفره آلمانی به سرپرستی ولفگانگ گورتز، باگذراندن یک شب در میان راه و صعود از یخها و سنگهای مسیر، صعود کرد.

* ۱۳۱۷ = سرانجام دیواره ترسناک و پرحادثه ۱۸۰۰ متری شمال کوه ایگر (۳۹۷۰ متر) در سویس که تا آن زمان چند کوهنورد را به دیار نیستی فرستاده بود، با همت و کشش دو دسته دونفری از آلمان و اتریش «اندرل هکمایر» و «ل.ورگ» و «و. کاسپارک» و «ه. هارر» صعود شد.

* ۱۳۱۷ = در همین سال، کوه مشهور دیگر آلپ (گرانر ژوراس ۴۲۰۸ متری) در فرانسه، برای نخستین بار صعود مستقیم و دشواری را به خود دید:

ابراهیم صدیقی در حال نوشتن یادداشت برنامه،
در روستای «آزادبر» پیش از رسیدن به کوهها و
دره طالقان
عکس از: ج کتیبه‌ای



را بالا رفتند. راه دشوارتر «اورال» در علم‌کوه را هم
چند نفر دیگر از این گروه، با دلاوری صعود کردند. در
زمستان نیز قلعه مهرچال به دسته‌ای از اعضای این
کمیته خوشامد گفت.

* ۱۳۶۷ = کوهنوردانی از تبریز قله‌های ۱ و ۲
هرم داغ و سیلان را در یک برنامه زمستانی صعود
کردند.

* ۱۳۶۷ = فدراسیون، دسته‌ای دیگر را در
زمستان روانه بخش تخت سلیمان کرد و بار دیگر
عزیز خلیج راهبر و تر و خشک‌کن کوهنوردان بود که
موفق به صعود چند قله شدند. صعود جالب‌ترشان،
برنامه‌گرده آلمانیها بود. عباس جعفری، داوود خادم،
رسول نقوی و محسن نوری عنوان سومین دسته
ایرانی را در این راه صاحب شدند.

صعودهای بسیاری در کوهها و نیز تلاشهای
گسترده‌ای در غارنوردی داشتند.

* ۱۳۲۷ = گغام میناسیان و استیان مرادیان
برای نخستین بار به قلعه جانستون ۴۰۰۰ متری و
سپس گغام با مهندس نورایر میناسیان و امیل
مارکاریان به قله‌های ورزاب و خلنوه (۴۳۷۰ متری)
صعود کردند.

* ۱۳۳۷ (۴۰ سال پیش) = در این سال، گغام
میناسیان به یک سره نوردی یا صعود به چند قله
پشت سر هم در یک برنامه، دست زد. وی با برادرش
- یرواند گالوسیتان و حسین رضایی، از راه طالقان
به شیربشم و ناز (۳۵۰۰ متری) کلوان و میش چال
(۴۲۰۰ - ۴۲۵۰ متری) صعود کردند. سپس دو برادر
با امیرعلایی و شیوری به کوههای خرسی جنوبی
(۴۶۵۹ متر)، هفت خوان (۴۵۳۷ متر)، علم‌کوه
(۴۸۵۰ متر)، شانه کوه (۴۴۶۵ متر)، تخت سلیمان
(۴۶۵۹ متر)، سیاه‌گوک (۴۵۰۰ متر)، رستم نیست
(۴۴۲۶ متر) روی آوردند و پس از درنوردیدن آنها،
روانه سیاه کمان شدند. متأسفانه در نزدیکی قله
برای مهندس نورایر میناسیان حادثه ناگواری پیش
آمد که منجر به درگذشت او شد.

* ۱۳۵۷ = در کاروان پاییزی اورست، هانس
انگل (آلمانی) دومین صعود بدون اکسیژن مصنوعی
را به ثمر رسانید؛ و سومین پیروزی از این دست،
نصیب دو شریا شد: آنگ دورجی و میگ‌ما. سومین
بانویی هم که به قله اورست پانهاد، در همین زمان و
از همین کاروان بود: واندا روتکیویچ (فقیه) کوهنورد
پریروزی لهستان.

در این برنامه که با همکاری دو کاروان: آلمانی
به سرپرستی دکتر کارل هرلیگ کوفر، و فرانسوی به
سرپرستی پی‌یر مازو (وزیر پیشین ورزش و جوانان
فرانسه) به اجرا درآمد، روی هم ۱۶ نفر از راه عادی
به قله رسیدند که رقم جالب توجهی است.

* ۱۳۶۷ (ده سال پیش) = برای نخستین بار،
صعود زمستانی به پالون گردن ۴۲۵۰ متری با
پیروزی همراه شد. اجراکنندگان، که عادل ترکمنی،
بابک کیان‌پور و حسین میکانی به سرپرستی فرشاد
خلیلی بودند، از قله‌های سرراه (سرکچال، خلنو،
میش چال، اسب چال) نیز گذشتند.

* ۱۳۶۷ = عزیز خلیج سرپرستی دسته‌ای از
کوهنوردان سنج، شیراز، قزوین، مشهد، نقده و یزد
را داشت که از سوی فدراسیون برای برنامه‌های
زمستانی در منطقه تخت سلیمان آماده شده بودند.
در این برنامه، تخت سلیمان، علم‌کوه از سیاه‌سنگ و
گرده و نیز دو سه قله دیگر زیرپاهای کوهنوردان قرار
گرفت.

* ۱۳۶۷ = چند تن از کوهنوردان کمیته بانوان
در تهران، راه تازه‌ای را که در دیواره خاتون بارگاه
گشودند، کمیته نام نهادند. دسته‌ای از این بانوان
کوهنورد نیز در بیستون، راههای قوش و جان پناهها

چپ دیواره علم‌کوه که در سال ۴۵ در صعود دو
ملیتی، توسط هری روست و امیرعلایی، صعودی تا
نزدیکی قله را دیده بود، در این سال توسط یک
دسته ایرانی به طور کامل درنوردیده شد و تکه‌ای راه
را با نام «نجاح» درآمیختند که وی همراه بابازاده،
آنجا را به قله وصل کرده بود.

* ۱۳۴۷ = نخستین گروه آبی چند تن از
بیشگامان و بیشکسوتان کوهنوردی ایران که به
ایجاد انجمن با همین عنوان انجامید، در پناهگاه
شیربلا برگزار شد.

* ۱۳۵۷ (۲۰ سال پیش) = دو گروه کوهنوردی
از ایران و چین، برای صعود آینده به قله اورست،
برنامه‌ای تمرینی و آزمایشی تا گردنه شمالی تهیه
دیدند که دو نفر از کوهنوردان ایرانی (رابوکی و
مظاهری) و ۹ نفر از کوهنوردان چینی تا ۷۵۰۰
متری بالا رفتند.

* ۱۳۵۷ = نخستین صعود به اورست بدون
بهره‌گیری کامل از اکسیژن مصنوعی، توسط
رینهولد سنسر و پیتر هابلر (از یک کاروان اتریشی)
از راه عادی به اجر گذاشته شد.

* ۱۳۵۷ - سازمان اسکی و کوهنوردی دماوند
تهران، جشن بیست و پنجمین سال تأسیس خود را
برپا داشت. کوهنوردان این سازمان، تلاشهای
گسترده‌ای روی قله‌های ایران و بعضی کشورهای
دیگر داشته‌اند. در اسکی، اسکی کوه و غارنوردی نیز
به امتیازهایی نایل شدند.

* ۱۳۵۷ = در زمستان، قلعه هرم داغ تسلیم
کردان و خلیلی زاده از یک دسته چهارنفری تبریزی
شد.

KUNISAR

کوهسار



مرکز تهیه

فروش

تجهیزات کوهنوردی

در استان خراسان



رضا خوشدل

مشهد

چهار راه شهدا - بازار مرکزی

واحد ۳۱۴ طبقه دوم

تلفن ۲۱۶۹۲ - ۵۱

صندوق پستی ۴۶۳۳ - ۹۱۳۷۵

پرمحتواتر گشته است. اما ابتدا به سده پیش نظری بیندازیم.

* یکصد و پنجاه پنج سال پیش، نخستین صعود به کوه دماوند، مستند و قابل پذیرش، انجام شد و به ثبت آمد و به تاریخ کوهنوردیهای جهانی پیوست. در سال ۱۲۲۲ شمسی (۱۸۴۳ میلادی) تنودور کوچی (کوشی)، این پیروزی را تصاحب کرد. در مقاله‌ای که ۵۰ سال پیش از لودویگ شتیناور، کوهنورد آلمانی (آشنای ایرانیان) در مجله کوهنوردی آلمان و اتریش چاپ شده، تاریخ ۱۸۳۴ را ذکر کرده است. اما در کتاب تاریخ کوهنوردی، تاریخ ۱۸۴۳ را دیدم که گمان می‌رود دومی درست باشد و آن دیگری را می‌توان یک اشتباه چاپ به حساب آورد.

* و اینک برمی‌گردیم به این مهم دیگر که باید آن را اوج محتوای تلاشها و فراگیریها و کوششهای همه‌جانبه در این هشتاد و اندی سال کوهنوردی خودمان بدانیم. نقطه اوجی که اگر بالاتر از آنجا در روی کره خاکی (که آبش بیشتر است!)، با چشم و حواس انسانی، جایی و کوهی و هدفی نیست و دیده نمی‌شود، اما با بیش معنوی و دید و احساس درون، اوج والا و برتر زندگی، بسیار فراتر است و گسترده‌تر... تا آنجا که به گفته سعدی بزرگ «رسد آدمی به جایی که بجز خدا نبیند». آنجا، اوج معنویت است. اوج پویایی و تزکیه و اندیشه است. اوج انسانیت و هدفها و دستیابیهای آدمی است. باشد که از این راه و وسیله (کوهنوردی) بدان جایگاه و مکان و مقام نیز دست یابیم.

با رسیدن به اوج کوهنوردی مان و به بالاترین قله کوههای زمین، تبریک فراوان به یکایک عزیزانی که در این پیروزی، سهم بزرگ و از یاد نرفته‌ای داشته‌اند و به ویژه تبریک به سرپرست کاروان و نیز چهارتن پیروزمند برومند اورست: محمد اوراز، حمیدرضا اولنج، جلال چشمه‌قصابانی، محمدحسن نجاریان که برگ تازه‌ای در دفتر کوهنوردیهای جهانی برای کشورمان گشودند؛ و نیز سپاس بر دو شریای زحمتکش و پیروز: چهلودیم و دا- تنجی.

* در پایان این اشاره‌ها و تاریخها، اجازه بفرمایید که این یک اشاره را نیز اینجا بیاوریم که در این سال، گغام میناسیان، بزرگ کوهنورد ایران (که به زودی درباره او مطلب جامعی در مجله چاپ خواهد شد)، و شاید محمد کاظم گیلان‌پور (بیشتر از نخستین مربی کوهنوردی کشورمان)، و نیز خود نگارنده ۷۷ ساله شده‌ایم! Δ

* ۱۳۳۷ = یکمین صعود زمستانی به علم کوه با اسکی و از جبهه جنوبی توسط حسین رضایی (سرپرست) و همراهانش اکینچه، زیارتی، لطیفی و منتظم عملی شد.

* ۱۳۳۷ = غارهای تاریخی شاه کیخسرو، سوله خونزا توسط چنگیز شیخلی (سرپرست) و عباس امین حاجی‌باشی و بهمن بوستان، برای نخستین بار پس از قرن‌ها شناسایی و درنوردیده شد. * ۱۳۳۷ = یک کاروان شناسایی چینی-روسی روانه جبهه شمالی اورست شد تا برای صعود نهایی در یکی دو سال بعد، آمادگی و هماهنگی پیدا کنند. اما در همین زمان، میان دو کشور درگیریهای سیاسی درگرفت و برنامه اورست از دستور کار خارج شد.

* ۱۳۴۷ (۳۰ سال پیش) = راه شکاف سمت * ۱۳۶۷ = دومین صعود از دیواره کانسونگ (دیواره شرقی اورست) توسط یک گروه آمریکایی که یک نفر انگلیسی نیز همراهشان بود، به اجرا گذاشته شد. کوهنوردان راه تازه‌ای را در سمت چپ راه سال ۱۹۶۲ (۱۳۴۱) برگزیدند؛ و از گردنه جنوبی، سه کوهنورد رو به قله نهادند. اما تنها کسی که از آن راه به پیروزی رسید، س.و. نیب لس انگلیسی بود.

* ۱۳۶۷ = در این سال روی هم ۱۴ گروه در اورست به پیروزی دست یافتند و ۵۱ نفر بر قله ایستادند که ۱۶ نفرشان از شریاها بودند.

* ۱۳۶۷ = یک صعود از گردنه شمالی به قله اورست، و بازگشت از گردنه جنوبی، یک صعود دیگر از گردنه جنوبی به قله و فرود به گردنه شمالی، یک صعود دیگر هم از گردنه شمالی به راه تیغه شمال شرقی، و یکی هم از راه عادی، نصیب یک کاروان آسیایی شد. روی هم ۱۴ نفر به قله رسیدند که ۴ نفرشان شریا بودند.

* ۱۳۶۷ = کوهنوردان یک کاروان کره جنوبی، از راه تیغه جنوبی اورست بالا رفتند و در نزدیکی قله جنوبی، به روی راه عادی آمدند و از آنجا ۵ نفر و یک شریا، در دو دسته پیروز شدند. در حمله بعدی، یک نفر دیگر نیز از این راه به قله رسید.

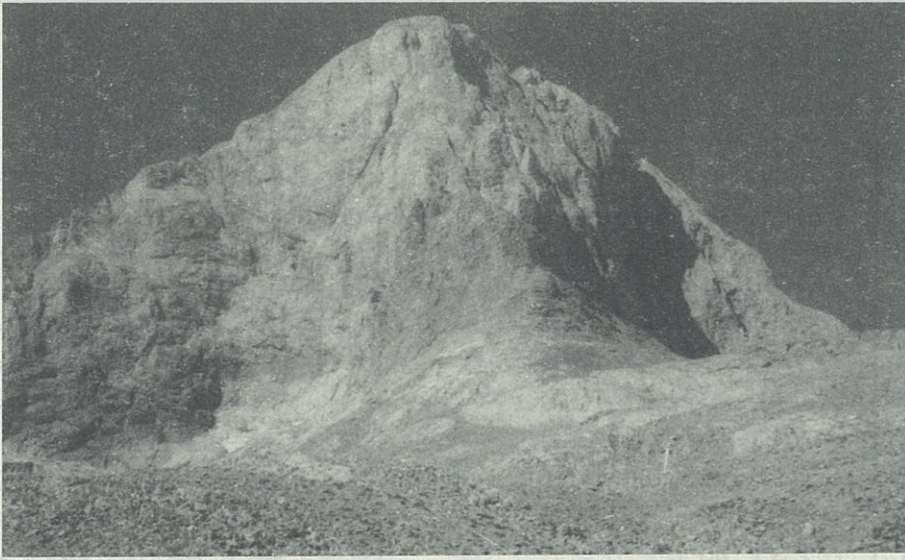
* ۱۳۶۷ = دو نفر به تنهایی به قله اورست با گذاشتند: مارک باتار (بدون کاروان) و لیدیا برادی از زلاندنو و هر دو از راه عادی. دیواره جنوب غربی را نیز یک نفر از اسلواکی درنوردید.

* ۱۳۶۷ = سه قله سنگی هرم داغ را نیز دو کوهنورد تبریزی (ل. حاجی محمدی و ج. شهبازی) در زمستان درنوردیدند.

* ۱۳۷۷ (سال که در آن هستیم) = تنها شماره آخرین این سال نیست که دارای دو تا ۷ شده، بلکه پیروزی کوهنوردان ایرانی نیز چرب‌تر و

گزارش زیر حاصل تلاش ارزنده عده‌ای از کوهنوردان جوان کرمانشاهی است که منجر به صعود موفقیت‌آمیز آنان از دیواره هزار متری دمیرکازیک واقع در کوه‌های توروس مرکزی (آلاداغی) و جنوب شرقی آنکارا از کشور ترکیه شده است. این گزارش با تلاش بهنام حسینی یکی از اعضای گروه تهیه و برای ما ارسال شده است.

سایر افراد گروه در این صعود محمود انصاری، سیدفریبرز حسینی، علی اشرف جوادیان، بهروز جمشید مفید و علی اصغر زرین بودند.



مسیر جدید بر دیواره دمیرکازیک

و شیب آن نیز بیشتر و شیب آن حتی در اکثر قسمت‌ها منفی است. این دیواره تا حدودی دهلیز بوده که قسمت‌های عظیمی از آن بر اثر خوردگی آب و عوامل فرسایشی به صورت حفره‌ها و تنوره‌های عمودی بلند درآمده است. فعالیت روی دیواره شمالی، به خصوص قسمت‌های میانی آن، احتیاج به رول کوبی‌های بلند و زمان مناسب دارد. محل برپایی چادر، پای دیواره شمالی، محلی است به نام اوبایری که تا پای دیواره فاصله چندانی ندارد. پس از صعود کامل دیواره شمالی (تنها مسیر صعود تنوره‌های سمت چپ دیواره، که در تابستان سال ۷۴ توسط جمعی از کوهنوردان اعزامی فدراسیون کشورمان بازگشایی شده است) ادامه مسیر معمولی و کمی نیز کوهپیمایی است و تا قله ۴۰۰ الی ۵۰۰ متر امتداد دارد.

دیواره ۱۰۰۰ متری شرقی کوه دمیرکازیک

این دیواره ۱۰۰۰ متر ارتفاع دارد و در کتابی به نام داغلا ریمیز (کوه‌هایمان) چاپ ترکیه نیز به ارتفاع آن اشاره و تأکید شده است. محل احداث چادر اصلی، پای دریاچه و زیر دیواره شرقی، کنار چشمه آب گوارایی است که در طول سال آب دارد و دریاچه زیبایی با آب زلال بر گرد آن دیواره‌ها و قُلل حلقه زده است.

بهترین فصل صعود و فعالیت در این منطقه، ماه‌های خرداد، تیر و مرداد (ژوئن، ژولای، اگوست) است. چون در ترکیه دوگونه آب و هوا - مدیترانه‌ای و آناتولیایی - وجود دارد (نسبت به کشور ما شبها سردتر و روزها خنک‌تر است)، همراه داشتن لباس

تنگه کارموک به قله قیزیل کابا و از راه تنگه املی نیز به قُلل آلاجا و کالدی صعود کردند.

مبدأ صعود قُلل، از روستای دمیرکازیک و قرارگاه کوهنوردی (داغ وی) با عبور از تنگه معروف کایسی است. از قرارگاه کوهنوردی تا پای دیواره دمیرکازیک و دستیابی به منطقه، سه الی پنج ساعت راهپیمایی است. در این منطقه و در دو سوی دره‌ها، دیواره‌های بلندی وجود دارد که امکان بالقوه‌ای برای سالها کار مفید سنگنوردی فراهم می‌سازد. از قرارگاه کوهنوردی به بعد، مسیر راهپیمایی در تنگه کم‌عمقی موسوم به جیه‌باره که به سمت شمال شرق امتداد دارد، ادامه می‌یابد. سپس مسیر فوق به وسیله دره‌ای عمیق، از راه مالرو به سمت جنوب شرق کشیده می‌شود. پایین این دره و در ادامه راه، پس از دره معروف کاپیسی (درب بز کوهی) چشمه پرآب و گوارای تک پوناری (چشمه بزکوهی) قرار دارد. مسیر از طریق جاده مالرو ادامه می‌یابد. دمیرکازیک کوچک با ارتفاع ۳۴۰۰ متر در سمت راست و رو به جنوب قرار دارد. بعد از یک ساعت طی طریق از یک شیب متوسط و ملایم از درون دره به سمت شرق و سپس سمت راست و به طرف جنوب، کوه و دیواره‌های معروف دمیرکازیک بزرگ قرار دارد.

قله دمیرکازیک

دمیرکازیک، معروفترین قله کوه توروس مرکزی - از کوهستان آلاداغی در جنوب شرقی کشور ترکیه با ۳۶۵۶ متر ارتفاع - به شمار می‌رود که دارای دو دیواره بلند شمالی و شرقی (به ترتیب با ۵۰۰ الی ۶۰۰ متر و ۱۰۰۰ متر ارتفاع) است.

دیواره شمالی، نسبت به دیواره شرقی عریضتر

کشور ترکیه، هم‌جوار و در قسمت شمال شرقی جمهوری اسلامی ایران واقع شده است. این کشور، مناطق مختلفی برای کوهنوردی دارد. که مهمترین آن، قله آرارات (بلندترین کوه ترکیه) برای صعود قله و کوهنوردی، رشته کوه‌های جلوداغی در استان‌های غربی و توروس (آلاداغی) در مرکز برای کارهای فنی و سنگنوردی را می‌توان نام برد.

کوه‌های توروس مرکزی و آلاداغی

قسمتی از توروس مرکزی را که از جنوب غربی به سمت شمال شرقی به طول ۵۰۰ کیلومتر کشیده شده است، آلاداغی می‌نامند. پهنای این رشته کوه بین ۲۵ تا ۳۰ کیلومتر است. کوهستان‌های آلاداغ در ۳۵۰ کیلومتری جنوب شرقی آنکارا در استان نیده (نیغده - Nigde) روبه‌روی دهکده چاماردی (CHAMRDI) با چشم‌اندازی زیبا، قلی بلند و ستبر و دیواره‌های بکر و عظیم قرار گرفته است. از مهمترین قُلل آن می‌توان به کالدی با ۳۸۱۰ متر ارتفاع، دمیرکازیک بزرگ با ۳۷۵۶ متر ارتفاع، دمیرکازیک کوچک با ۳۴۰۰ متر ارتفاع، قیزیل کابا با ۳۷۲۵ متر ارتفاع، قله‌ای دیگر در غرب با ۳۶۸۸ متر ارتفاع، وای وای در شرق با ۳۵۶۵ متر ارتفاع و آلاجا را نام برد.

رشته کوه طویل آلاداغ از چهار طرف به شهرهای نیده، آدنا (ADNA)، دریاچه اسمیس (SMEIS) و رودخانه زمانتی (ZOMANTI) محدود شده است. این کوهستان از دیرباز مورد توجه کوهنوردان و جهانگردان بوده است. در سال ۱۹۲۴ اولین گروه بعد از صعود به قله دمیرکازیک از طریق



گرم و کیسه خواب مناسب در تابستان الزامی است.

قرار می‌گیریم. در ابتدا تا آنجا که می‌شود آزاد و طبیعی صعود می‌کنیم.

گزارش برنامه

ساعت ۱۲ ظهر روز یکشنبه ۲۶ مردادماه ۱۳۷۶ به اتفاق فریبرز و راهنمای محلی به نام عمر به پای دیواره دمیرکازیک و دریاچه کنار دیواره می‌رسیم. از ماهها قبل با مشورت تعدادی از همنوردان کرمانشاهی، صعود و گشایش مسیر روی دیواره دمیرکازیک را با هماهنگی هیئت کوهنوردی استان، اداره کل تربیت بدنی، و عدم موافقت فدراسیون - برنامه‌ریزی کرده‌ایم. با تدارک ۲۸۰ کیلو بار، اعم از وسایل فنی و شخصی و مواد خوراکی کمکهای اولیه برای مدت ۱۰ روز، با راهنمایهایی جمعی از کوهیاران، راهی شدیم.

در راه، عده‌ای از همنوردان مجذوب زیباییهای منطقه شدند و توقف کردند. تا رسیدن آنان، بارها را از روی قاطر پیاده کردیم و چادرها را در یک محل مناسب و آماده برپا ساختیم. ساعتی بعد با رفتن راهنمای محلی و پیوستن همنوردان به صرف ناهار و یک استراحت کوتاه پرداختیم دیواره ۱۰۰۰ متری شرقی دمیرکازیک با یک شیب تند و بلند بالای سرمان بود.

برای صعود و بررسی چند طول از مسیر تنوره‌های بلند منته‌اعلیه سمت راست دیواره که در سال ۷۴ توسط کوهیاران تبریزی صعود و طول‌های آخری آن نیز گشوده شده بود، از دوستان جدا شدیم و به راه افتادیم.

ساعت سه بعدازظهر به وقت آنکارا بعد از پشت سر نهادن یک شیب تند و شن اسکی زیر دیواره

خطر در کمین

فریبرز و اصغر که با ما بودند از نیمه راه برای بررسی دیواره شمالی از ما جدا می‌شوند. پس از صعود دو طول از مسیر، ناگاه با صدای مهیب ریزش، پشت سنگها پناه می‌گیریم. ریزش سنگها از کنارمان واقعاً وحشتناک و دلهره‌آور است. در پایان ریزش از بالای سر خود چند رأس بزرگ کوهی را می‌بینیم که هراسان از وجود ما به طرف سمت چپ دیواره می‌روند. گویا خیلی وقت است که کسی به منطقه وارد نشده و منطقه جولانگاه بزهای کوهی شده است.

به هر حال با پشت سر نهادن یک خطر بزرگ، طناب یازده میل چهل متری را از غلاف باز و به یکدیگر متصل می‌کنیم.

طولهای اولیه را بدون کوچکترین مشکلی صعود می‌کنیم. شکافها تا حدی کور است و به ندرت و به سختی امکان می‌خکوبی به ما می‌دهد. سعی داریم تا با استفاده از ابزار و گوه‌های همراه حمایت میانی تعبیه کنیم و البته کار چندان آسانی هم نیست.

چند طولی از مسیر را صعود کرده و پشت سر نهاده‌ایم و در اوج ارتفاع دیواره قرار گرفته‌ایم. در حین صعود در محل‌های توقف و صعود به میخ‌های ثابت و به جا مانده (شاید کارگاه حمایت) از صعود کنندگان قبلی برمی‌خوریم. پایین‌تر از ما، در وسط و سینه‌کش دیواره فریبرز و اصغر در حال صعود و گشایش مسیر جدید هستند، اکنون ما در دید

از راست به چپ: علی اشرف جوادیان، بهنام حسینی، محمود انصاری، سیدفریبرز حسینی، بهروز جمشید مفید، عکاس و نفر ششم علی اصغر زرین

یکدیگر قرار داریم. محمود به اطلاع همنوردان پایین می‌رساند که قصد ادامه کار و در صورت امکان اتمام صعود را داریم و در صورت برگشتن نگران ما نباشند که ممکن است شب در دیواره بمانیم.

به نقطه‌ای از تنوره‌ها می‌رسیم که کاملاً کور است. ادامه مسیر به صورت مستقیم مستلزم استفاده از رکاب است که ما همراه نداریم. به ناچار به سمت چپ و قسمت میانی دیواره تراورس می‌کنیم و با جا گذاشتن دو عدد میخ و سپس تراورس به راست، به بالای سر قیف مزبور صعود می‌کنیم.

حدوداً هشت طول از مسیر را دو ساعت بدون وقفه صعود کرده‌ایم. دیواره به دلیل قرار داشتن در ارتفاع و سرمای بیش از حد منطقه که حال و هوای علم‌کوه خودمان را دارد شدیداً ریزشی است. گاه گذاری سنگ‌های ریز و درشت از کنارمان و با سرعتی سرسام‌آور و سوت‌زنان به پایین می‌ریزد. از آنجایی که در موفقیت برنامه تنها توکلمان به خدای بزرگ است از ریزش سنگها درمان هستیم.

به آخر تنوره می‌رسیم. مسیر کور است. با دیدن یک کارگاه فرود در چند متر پایین‌تر تصمیم به فرود می‌گیریم. با کمی تأمل و یک طول فرود متوجه می‌شویم که مسیر با یک تراورس به سمت چپ، قابل صعود است.

قدم بر گام‌های صعود کنندگان قبلی هموطن، همنوردان تبریزی گذاشته‌ایم. ولی با این وجه که صعود دیواره و مسیر به دلیل ناآشنایی حالت

می‌کنیم. آنها جملگی بیرون از چادرها با چراغ دستی به انتظار ما نشسته‌اند.

ساعت ۲۳، با عبور از شیب تند شن اسکی سمت چپ دیواره شرقی، در میان یک استقبال گرم در آغوش کوهیاران قرار می‌گیریم.

دوشنبه ۲۷ - ۵

صبح هنگام قبل از اینکه آفتاب، منطقه و دریاچه را در بر بگیرد از خواب بیدار می‌شویم و از کیسه خوابها بیرون می‌آییم. همه وسایل بیرون و رویه چادرها از برودت هوا و سرما به خود شبینم گرفته و کاملاً خیس شده است.

با تهیه آب از چشمه بالای دریاچه جای گرم و دلچسپی تهیه می‌کنیم و در کنار یکدیگر دور یک سفره به صرف صبحانه می‌پردازیم. گروه گشایش دهنده (پیشرو)، فریبرز و اصغر، روز گذشته موفق به گشایش ۳ طول از دیواره و نصب طناب ثابت شده است. در طول مسیر صعود که تقریباً به صورت اریب است چند عدد میانی دیده شده که قرار می‌شود یک گروه از ما مسیر را به صورت مستقیم از پایین گشایش دهد. برای این کار احتیاج به رولکوبی است. به این منظور روز گذشته در پی صعود، فریبرز طناب ثابت کار گذاشته است.

پنج نفری مجهز به وسایل و ابزار کامل به طرف قسمتهای میانی دیواره، جایی که بچه‌ها روز قبل مسیر جدید را از آنجا شروع کرده‌اند حرکت می‌کنیم. فریبرز و اصغر به صورت اریب صعود می‌کنند تا به انتهای طولهای گشایش داده می‌رسند. هموردان، محمود و علی اشرف، نیز به طرف طنابهای ثابت کارگذاشته به سمت گشایش و رولکوبی طولهای اولیه صعود می‌کنند. من نیز از زیر دیواره در یک موقعیت خوب به فیلمبرداری از آنان می‌پردازم.

تا حدود ظهر محمود ۲۰ عدد رول را بر سینه سنگ ثابت می‌کند و تنها چند عدد صفحه رول کم می‌آوریم که با جاگذاری وسایل از طناب ثابتها فرود می‌آییم و ادامه کار را به بعدازظهر موکول می‌کنیم. علی اشرف که زودتر جای خود را به من داده بود پایین می‌رود و ما نیز با دو مرحله فرود به او می‌پیوندیم. لحظاتی دیگر بر روی شن اسکی زیر دیواره نظاره گر، عظمت و اوج زیبایی دیواره و صعود هموردان اصغر و فریبرز هستیم. کوهیاران چون نقطه‌ای خیلی کوچک و در حال صعود به چشم می‌آیند.

بعد از صرف نهار استراحتی کوتاه، من و محمود راهی ادامه و انمام قسمتهای رولکوبی و ترمیم کارگاهها می‌شویم. علی اشرف از پایین با دوربین

ایران عزیز دفتر قله را که درون چند کیسه پلاستیکی قرار دارد از درون صندوق بیرون می‌آوریم و با خط فارسی صعود خود را ثبت می‌کنیم و موفقیت گروه گشایش (اصغر و فریبرز) را آرزو می‌کنیم. پس از ثبت لحظات به یاد ماندنی بر روی قله به طرف پایین حرکت می‌کنیم. هوا تاریک شده و از همه بدتر اینکه در محاصره ابر و مه قرار گرفته‌ایم. ترسی از شب ماندن در کوه نداریم؛ چراکه به باری خدا موفق به صعود کامل دیواره شده‌ایم.

هوا فوق‌العاده سرد شده است. ولی از آنجایی که به سرعت در حال حرکت کردن و پایین رفتن از کوه هستیم سرما را چندان حس نمی‌کنیم. مسیر با سنگچین شدن در هر ۱۰ متر به طرف پایین مشخص است. در قسمتی از مسیر که تا حدودی شیب تندتر و صخره‌ای می‌شود به یک کارگاه فرود برمی‌خوریم و با استفاده از دو رشته طناب همراه اقدام به فرود می‌کنیم.

با دو مرحله فرود به انتهای مسیر کلاسیک می‌رسیم. دیگر از تاریکی و برودت شدید بالای قله و ابرها رها شده‌ایم و در روشنائی نور مهتاب راه خود را به خوبی ادامه می‌دهیم. ساعت ۲۲/۳۰ فریادزان هموردان بارگاه اصلی را از موفقیت و بازگشت باخیر

دورنمایی از دیواره عظیم دمیرکازیک - مسیر شماره ۳ مسیر باز شده ایران - کرمانشاه می‌باشد.

بازگشایی دارد، از طولهای پیش‌رو کوچکترین اطلاعاتی نداریم و در عین حال برگشت نیز غیرممکن است.

قسمتهای آخر را تا حدی به صورت همزمان صعود می‌کنیم تا به تاریکی برخورد نکنیم. در انتهایی‌ترین قسمت مسیر یک رأس کل می‌بینیم و با افسوس از اینکه دوربین فیلمبرداری همراه نبرده‌ایم از آن عکس می‌گیریم.

ساعت ۲۰/۳۰ هنگامی که خورشید به غروب نشسته و همه جا را سرخ‌فام کرده است به بالای قله کوه می‌رسیم. بعد از ۱۶ طول خطرناک (به دلیل ریزشهای شدید دیواره) به اتفاق محمود بر بالای قله می‌ایستیم و از شوق پیروزی و موفقیت یکدیگر را در آغوش می‌گیریم. سپس به طرف صندوق قله حرکت می‌کنیم و به یاد تمامی هموردانمان در

ایرانیان درون یک حفرة کوچک، شکاف مانند منتهی می‌شود. کارگاه فوق شامل ۲ عدد میخ، طاقچه بلند و حلقه فرود است. سپس با یک صعود بلند و دو عبور آریب به سمت چپ، مسیر به یک طاقچه پهن و بزرگ نعل اسبی شکل ادامه می‌یابد. تراورس‌های فوق با درجه ۵/۱۱ به تراورس زرین معروف شده است. بعد با یک صعود ۳۰ متری مستقیم و درجه ۵/۱۲ به صورت طبیعی و یک تراورس بلند به سمت راست و قسمت میانی دیواره به بالای یک حفرة بزرگ و فراخ (درون حفرة به صورتی است که می‌توان به راحتی چند چادر چند نفره برپا کرد) در قسمت میانی دیواره منتهی می‌شود. تابلوی مسیر که در پایین دیواره و از کنار دریاچه با کمی دقت قابل مشاهده است بعد از حفرة فوق در قسمت وسط دیواره با دو عدد رول به عنوان کارگاه ثابت شده است. در طول صعود نیز در موقعیتهای حساس و لازم میخهای ثابت جهت میانی مسیر تعبیه شده است. سپس با یک تراورس بلند به سمت راست مسیر به نزدیکیهای قیف بزرگ سمت راست دیواره ادامه می‌یابد و با صعود چند تنوره بلند و تراورس به قسمت میانی و سمت چپ دیواره مسیر به قله ختم می‌شود. Δ

برای فرار از سرما به کیسه خوابها پناه می‌بریم و به انتظار هم‌نوردان می‌نشینیم. رفته رفته خواب بر چشمانمان فرود می‌آید. ساعت ۱۲/۳۰ شب از صدای حرکت روی شن اسکی سمت چپ دیواره از خواب بیدار می‌شوم. همراه با دیگران به آن سو و استقبال هم‌نوردان پیروز می‌رویم.



تابلو نصب شده بر روی دیواره دمیرکازیک

فیلمبرداری ضمن بدرقه ما به تعقیب گروه پیشرو در قسمتهای میانی دیواره می‌پردازد. بهروز همچنان در بارگاه باقی می‌ماند.

با استفاده از تک بومار ضمن صعود از طنابهای ثابت خود را به نقطه شروع کار می‌رسانیم. روی طاقچه نسبتاً راحتی که کلاهکی کوچک روی آن است، نام ایران و تاریخ ۹۷ میلادی را به انگلیسی با ضربات چکش حک می‌کنیم و نام طاقچه مزبور را (که کارگاه حمایت و صعود نیز است) به افتخار کشورمان «طاقچه ایران» می‌گذاریم.

ساعتی بعد رولکوبی و نصب بیش از ۲۰ عدد رول بر سینه سنگ پایان می‌پذیرد. هم‌زمان از صدای هم‌نوردان مطلع می‌شویم که صعودکنندگان بعد از صعود قسمت اعظم دیواره موفق به نصب تابلوی مسیر (به نام ایران - کرمانشاه) شده‌اند. از موفقیت آنان خوشحال می‌شویم و خستگی از تنمان به در می‌رود.

با ترمیم و اصلاح کارگاه بالا شروع به صعود از رولها می‌کنیم و ابزار کار گذاشته را نیز همراه خود جمع می‌کنیم. در ساعت ۱۷، بعد از اتمام صعود و ملحق شدن به محمود در کارگاه سوم مسیر جدید با مرمت کارگاه، از دیواره فرود می‌آئیم. با سه مرحله فرود کامل به پایین دیواره می‌رسیم. ما دیگر کاری نداریم و با ملحق شدن به جوادیان به طرف بارگاه اصلی در کنار دریاچه از روی شن اسکی‌های زیر دیواره به پایین سرازیر می‌شویم.

بر فراز قله

غروب هنگام که جلوه‌گاه بی‌همتایی در منطقه و صخره‌های سر به فلک کشیده کوهستان آلاداغ پدید آمده است از کنار چادرهایمان با دوربین چشمی به تعقیب هم‌نوردان در دیواره مشغول می‌شویم. خوشحال هستیم که آنان با چند تراورس بلند و زیبا موفق به صعود قسمت اعظم دیواره شده‌اند و تا صعود کامل و فرود بر روی قله چند طولی دیگر را پیش رو ندارند.

بعدها فریبرز برایمان تعریف کرد که به هنگام نصب تابلو دوبار تابلو مسیر از دستش رها شده ولی از آنجایی که خدا خواسته، توانسته است در فضا تابلو را بگیرد و بعد همراه دو عدد رول پیچ بر سینه سنگ ثابت و نصب کند. به این طریق از دو رول به صورت کارگاه نیز استفاده می‌شود.

شب هنگام، بعد از صرف شام با چراغ دستی به سمت قله علامت می‌دهیم و فریبرز و اصغر را صدا می‌زنیم. با دریافت جواب و اطمینان از گشایش کامل مسیر و صعود دیواره به چادرها بازمی‌گردیم و

سه شنبه ۲۸ - ۵

صبح ساعت ۸ از خواب بیدار می‌شویم. وسایل فنی بیرون مانده شب گذشته را جمع می‌کنیم. قصد داریم که بعد از جمع‌آوری وسایل به پایین بازگردیم. ساعتی بعد از صرف صبحانه و تهیه عکس و فیلم با جمع‌آوری چادرها و بسته‌بندی وسایل، کوله‌های سنگین خود را به دوش می‌گیریم و به طرف پایین سرازیر می‌شویم.

مسیر جدید گشایش یافته توسط گروه اعزامی کوهنوردان کرمانشاهی در میانی‌ترین قسمت دیواره شرقی است. پس از حرکت کردن از محل اروگاهها کنار دریاچه به طرف دیواره از روی شن اسکی و شیب تند ۶۰ درجه و سپس با پشت سر نهادن یخچالهای کوچک زیر دیواره در میانی‌ترین قسمت، صعود طبیعی آغاز می‌شود و ۲ طول صعود و درجه متوسط ۵/۶ و ۵/۷ این قسمت بدون میانی ثابت است که با استفاده از ابزار و گوه‌های کوهنوردی به راحتی قابل صعود است. در ادامه مسیر یک طاقچه کوچک ۱×۱ متری مسقف به یک شیب منفی کوتاه به نام طاقچه ایران است.

ادامه مسیر صعود، پس از طاقچه ایران در حدود ۳۰ متر از ۲۰ عدد رول ثابت شده به طریقه مصنوعی و طبیعی است که به کارگاه چهارم مسیر

* سال نو *

میلادی بر

پیروان راستین

عیسی مسیح

(علیه السلام)

مبارک باد

* * *

فصلنامه کوه

دوچرخه‌های کوهستان

قسمت چهارم

ترجمه علی سلطانی

در سه قسمت گذشته این مقاله به قلم امیرحسین صالحی‌جم با تاریخچه، قطعات دوچرخه کوهستان و نحوه انتخاب آن آشنا شدید. در این شماره به توجه به مطلب دریافتی از آقای علی سلطانی ادامه این مقوله را از قلم ایشان دنبال می‌کنیم.



رهنمودهای پیش از آغاز: عمل کردن به نکات این مقاله الزامی است و پیدایش مهارت در کاربرد آنها لازمه حرکت است. دوچرخه ابزاری است برای رسیدن به جاهای دوردست جنگلی یا مرتفع همانند تنگه‌ها یا قله‌های سخت گذر از طریق مسیرهای خلوت و لذت بردن از سرراشیبیها، روش درست بیمودن مسیرهای بلند در چند ساعت، یک یا چند روز با یادگیری مطالبی که در اینجا ذکر می‌شود، آموخته می‌شود. ما این مسائل را به شما می‌آموزیم و پیش از آغاز این ورزش، فنونی را یادآوری می‌کنیم. در واقع انضباط لازمه آغاز کار است. ورزش را با ملایمت آغاز کنید تا ناامید نشوید. زیرا این ورزش نیز مانند بیشتر ورزشها نیاز به شکیبایی و بردباری دارد. برای آغاز دوچرخه سواری و لذت بردن از سربالایی و سرازیری، کسب حداقل مهارت ضروری است.

۱. پیش از آغاز کار: برای شروع این ورزش پیشنهاد می‌کنیم به تجربه‌های انجمن دوچرخه سواری توجه کنید. نکات زیر را رعایت کنید:

- ورزشکاری که به دوچرخه سواری عادت ندارد، از مسیر ۲۰-۱۵ کیلومتری با حدود ۶۰۰ متر ناهمواری شروع کند.

- دوچرخه سوار ماهر می‌تواند مسیر ۳۰-۲۰ کیلومتری با ۹۰۰ متر ناهمواری را به آسانی ببیماید.
- دوچرخه سوار با نشاط مسافتهای ۴۰ کیلومتری با ۱۵۰۰ متر ناهمواری را بدون احساس ضعف پشت سر می‌گذارد.

این تمرینها را همگان پذیرفته‌اند (رده‌بندی "CAF" ضامن آن است). ایمن‌سازی برضد کزاز ضروری است و به دلیل افتادن و خراشهای ناشی از خار و خس که در مسیر دوچرخه سوار پیش می‌آید، به شدت سفارش می‌شود (خط سیر "VIT" برای دوچرخه‌های کوهستان، بیشتر مسیرهای سواره‌رو است).

۲. مواد: بهتر است دوچرخه وضع خوب و تنظیم مناسبی داشته باشد و گرنه کار دشوار می‌شود.

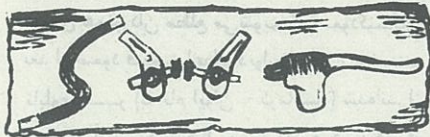
تنظیمها: دوچرخه سواری در آغاز موجب ناراحتی می‌شود و این بستگی به وضع شما و اثر رکاب زدن بر شما دارد. برنامه‌ریزی کار شامل اندازه‌گیری فاصله پاها (ساق تا زانو و زانو تا قسمت بالایی) و لوله افقی (تنه) دوچرخه می‌شود. ضمن سوار شدن بر دوچرخه پاها باید صاف روی زمین قرار گیرند (کاملاً راست باشند). فاصله زانوها و تنه دوچرخه باید برابر و (هنگام بالا آمدن زانوها) به اندازه سه انگشت باشد.

پس از آن تنظیم زین اهمیت دارد. زین بسیار بالا موجب می‌شود که دوچرخه سوار به سستی بر رکاب فشار آورد. زین بسیار پایین دامنه حرکت پاها را محدود می‌کند و فعالیت را دشوار می‌سازد و موجب کمردرد زودرس می‌شود. زین باید افقی و در راستای جلو - عقب و بالا - پایین قابل تنظیم باشد. اگر رکاب را افقی قرار دهیم و پا را روی آن بگذاریم، زانو باید نسبت به تنه دوچرخه عمود باشد. اگر همه جای دوچرخه به درستی تنظیم شده باشد، هنگام دوچرخه سواری احساس راحتی می‌کنید؛ وگرنه هرگونه احساس ناراحتی به معنی تنظیم نادرست

است.

بررسی اجزا و رعایت ایمنی:

ترمز: ماده سازنده لنت ترمز باید توان اجرای این کار را داشته باشد. ترمز را باید طوری تنظیم کرد که هنگام آزاد بودن، لنتها از طوقه در حدود یک سانتیمتر فاصله داشته باشند. برای پرهیز از پرتاب



شدن به جلو، باید ترمز جلو آزادتر از عقب باشد. بررسی سیم ترمز از اهرم (دسته) ترمز تا کفشکها الزامی است. اگر سیم ریش ریش شده است آن را عوض کنید. اثر لنتها بر طوقه را واریسی کنید. اگر سایس طوقه از حد گذشته بود آن را عوض کنید. مسییر: مطمئن نبودن از مسییر و تخریب سریع بخشهای گوناگون دوچرخه سه گونه بررسی را ایجاد می‌کند: قدم زدن در مسییر برای بررسی آن، گرفتن ترمز جلو (برای آزمایش)، فشار لاستیک و کشیدن فرمان به سمت جلو و عقب برای اطمینان از لق نبودن آن.

لاستیک: مطمئن شوید که لاستیکها ساییدگی نداشته باشد و به ویژه لنت ترمز با لاستیک در تماس نباشد. فشار باد را برابر سفارشهای موجود تنظیم کنید. البته این فشار را روی زمین (بدون سوار شدن) می‌سنجند.

طوقه: طوقه‌هایی که خیلی کار کرده‌اند ممکن است به دو نیم شوند یا کناره آنها ترک بخورد. این امر موجب ترکیدن توبی خواهد شد.

چرخ: بررسی بیجهای ثابت کننده چرخ به بدنه الزامی است. زیرا اگر شل باشند، چرخ بیرون می‌پرد و حادثه‌ای به بار می‌آورد.

زنجیر: زنجیر در پی حرکت دورانی پیوسته به دور چرخ دنده‌ها شل می‌شود و باید پی‌درپی واریسی شود.

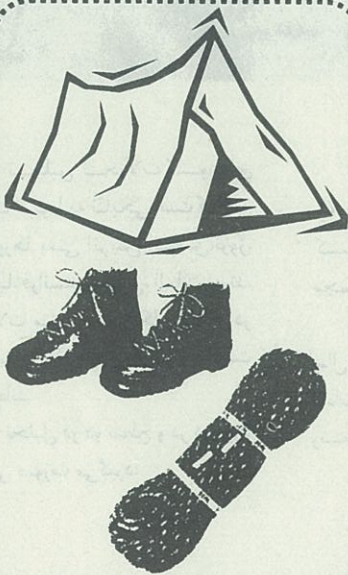


روغنکاری زنجیر برای جلوگیری از خشک شدن آن سفارش می‌شود.

سرعت: پیش از آغاز مسافتهای طولانی لازم است چرخ دنده‌ها و اهرمهای تغییر سرعت بررسی

رهبر

نامی آشنا در
تولید کفشهای
کوهنوردی در
مدلهای
گوناگون.
تهیه و توزیع
کلیه لوازم
کوهنوردی در
ایران



خیابان ولیعصر (امیریه سابق)

پایین تر از چهارراه امام

خمینی پلاک ۱۲۸۸

تلفن: ۰۳-۶۴۶۵۷۰۳-۶۴۹۹۲۹۷

زمین خوردن یا حوادث دیگر بدن شما را حفظ کند. شورت نمی تواند زانوها و استخوانهای پا را ضمن زمین خوردن حفظ کند و جلو برخورد خار و خس و گزنه را نمی گیرد. شورت های ویژه این ورزش لایه ای جیر داخل دارد که رانها را تا حدی از ضربه درمان نگه می دارد و گرم کننده نیز است. کاربرد کفش سبک موجب تقویت قوزک می شود. ولی استفاده از رگاب خودکار نیاز به کفش ویژه دارد. فراموش نکنید که یک ساک یا کوله پشتی کوچک حاوی بادگیر و بارانی همراه داشته باشید.

۴. کمکهای اولیه: چیزهای ضروری برای کمکهای اولیه عبارت است از: چسب پانسمان، پد استریل، پد آغشته به ضد عفونی کننده، تنزیب، پنس، قیچی کوچک، آرنیکا (پماد ضد کوفتگی)، آسپرین، پرکوتالژین (پماد ضد درد عضلات) کرم ضد نیش حشرات، کرم آفتاب.

۵. خوردن و نوشیدن: در آغاز ورزش و پیش از هرکاری باید غذاهای سرشار از گلوکسید (قند) خورد. اگر بخواهیم از بامداد ورزش کنیم خوردن ناشتایی (غلات، ماست، میوه، نان، مربا و...) ضروری است و بهتر است سه ساعت پیش از آغاز ورزش باشد. ضمن ورزش، خوردن غلات، شکلات و میوه های خشک و غذاهای آسان گوار بی چربی سفارش



می شود. آشامیدن آب و رفع تشنگی در درجه اول اهمیت است. نوشیدن آب پیش از احساس تشنگی یک مسئله اصلی است. آشامیدن مایعات کم شیرین ضمن ورزش سودمند است. پس از برگشت، نوشیدن آب فراوان برای دفع سمهایی که در بدن جمع شده لازم است.

۶. نگهداری دوچرخه: پس از بازگشت از یک مسافرت دور، اگر دوچرخه کثیف است آن را با آب بشویید (از به کار بردن پاک کننده های قوی بپرهیزید). دوچرخه را از بالا به پایین تمیز کنید. وسایلی را که در تماس با آب خراب می شوند (تلمبه و کیلومتر شمار) از دوچرخه باز کنید. گل و لای، برگها و شاخه های نازک را که ضمن دوچرخه سواری بین چرخ دنده ها و بلبرینگ های هرزگرد چرخ های عقب گیر کرده بیرون بکشید. پیش از رفتن به دوچرخه سواری پنجریه های ریز آن را بررسی کنید.

مأخذ: مجله لامونتاین اپینیسیم

ادامه دار...

شود. این کار برای آشنایی با سرعت های گوناگون و جلوگیری از جمع شدن زنجیر لازم است (طبق بزرگ - خودرو کوچک یا طبق کوچک - خودرو بزرگ).

رگابهای خودکار و معمولی: رگابهای معمولی باید بررسی شود که سفت و کثیف نباشند. در رگابهای خودکار نیز عمل «کلاچ» باید به خوبی صورت گیرد. تازه کارها بیشتر از رگابهای معمولی استفاده می کنند.

کیف آچار: در این ورزش برای جلوگیری از هرگونه مشکل باید یک کیف آچار همراه داشته باشید که در مسیرهای چند ساعته یا یک روزه و هنگام برخورد با مشکلات شما را یاری کند. در این کیف باید ابزاری از قبیل: کیف پنچری شامل وصله، تویی، چسب مایع ویژه، یک دسته آچار آلن کامل، دو عدد بیج گوستی (تخت و چهارسو)، آچار تخت



Minoura Handy-10 Light

۸×۱۴، سیم ترمز بلند، زنجیر و تلمبه باشد.

۳. پوشاک: کلاه ایمنی ضروری است. کلاه ایمنی از ضربه ها و زخم های خطرناک جلوگیری می کند. افتادن و زمین خوردن به ندرت قابل پیش بینی است و باید همواره مراقب بود. دستکش های بدون انگشت توصیه می شود. زیرا هنگام زمین خوردن دستها را حفظ می کند و از لرزشها و شوک هایی که با دوچرخه به دست وارد می شود پیشگیری می کند. عینک ایمنی برای جلوگیری از برخورد حشرات، پرتاب گل و لای و برخورد سرشاخه های تیز به چشمها بسیار سودمند است. گزینش دیگر پوشاک بسته به سلیقه شماست. لباس ویژه ای ضروری نیست.

پوشاک باید شامل شلوار باشد که ضمن



جهانی

«نشانی»
«لشفتج پیامت»



تحلیل تحولات کشورهای بزرگ مربوط به نتایجی است که این کشورها یعنی اتریش، سوئیس، نروژ، ایتالیا، فرانسه، اسلوانی، آلمان، سوئد، ایالات متحده آمریکا و کانادا در مسابقات جام جهانی مردان به دست آورده‌اند.

تحلیل در دو سطح و در دو دوره زمانی صورت می‌گیرد:

- یکی مربوط است به سالهای ۷۲-۱۳۷۶ با توجه به نشانهای کسب شده توسط هر کشور در مجموعه ۴ رشته آلپاین.
- و دیگری مربوط است به سه سال گذشته ۷۴-۱۳۷۶ با توجه به نشانهای کسب شده در هر یک از ۴ رشته آلپاین.

از سوی دیگر در هر دو سطح،

نگاهی به موفقیتها و ناکامیهای ده کشور بزرگ در اسکی آلپاین

۱۳۷۶ - ۱۳۷۲

ترجمه محسن محسنین

تعداد رتبه‌هایی که هر یک از کشورها از اول تا دهم در مسابقات جام جهانی به دست آورده‌اند نیز محاسبه شده است.

تعداد مدالهای کسب شده نشاندهنده مقام و سطح قهرمانی کشور است؛ حال آن که معیار «تعداد رتبه‌های کسب شده در بین ده نفر اول» نشانگر توانمندی تیم است. هر اندازه تعداد رتبه‌های کسب شده بین ده نفر اول جهان بیشتر باشد، تیم منسجم‌تر و قوی‌تر است. هر چقدر این تعداد کمتر باشد، نشانه آن است که تیم بیش از پیش به چند ستاره محدود وابسته است.

اتریش

در رأس هرم و با فاصله زیاد کشور اتریش قرار دارد. «عقابیهای اتریش» از ۳۴ مسابقه جام جهانی سال گذشته ۲۳ مسابقه را بردند. تنها نروژیها هستند که در ماریبیچ کوچک تا اندازه‌ای رقیب اتریشها به حساب می‌آیند. در ۱۱ مسابقه سرعت اتریشی‌ها ۷ پیروزی به دست آوردند و پیروزیهای خود را در سه سال اخیر دو برابر کردند. در ماریبیچ سرعت (سوپرجی) پیروزیها به مراتب بیشتر بود. از ۱۵ مدال کسب شده ۱۱ مدال را اتریشیها به دست آوردند. چمشیگیرترین پیشرفت در ماریبیچ بزرگ دیده می‌شود. طی سه سال اخیر، قهرمانان اتریش تعداد نشانهای خود را پنج برابر کرده‌اند و تعداد رتبه‌های به دست آمده آنها در بین ۱۰ نفر اول جهان دوبرابر شده است. اتریش در طول تاریخ مسابقات خود هیچ‌گاه تا بدین حد از رقبای خود پیشی نگرفته بود.

نروژ

نروژیها شگفت‌آور هستند. این سؤال ذهن بسیاری از متخصصان و کارشناسان اسکی را به خود مشغول کرده است که کشوری با جمعیتی اندک و نداشتن پیستهای متعدد و

بزرگ چگونه توانسته بسیاری از کشورهای بزرگ قهرمان اسکی را مغلوب کند و تا کی می‌تواند رتبه دوم خود را در رده‌بندی جهانی حفظ کند. در سالهای اخیر این کشور، هر سال اسکی‌بازان جدیدی را با تواناییهای بالا به مسابقات جام جهانی، المپیک و قهرمانی دنیا عرضه کرده است.

با این حال در سه سال اخیر نروژیها علی‌رغم تمامی تلاشها توانسته‌اند موفقیت‌های چشمگیری سال ۱۳۷۲، سال مسابقات المپیک لیل هامر، را تجدید کنند. علت این امر را باید در کناره‌گیری آندره آموت و لاس کیوس، قهرمانان چند رشته‌ای، جستجو کرد. به نظر می‌رسد که در حال حاضر نروژیها فعالیت‌های ماریبیچ بزرگ را کاهش داده و عمده نیرو و امکانات خود را روی ماریبیچ کوچک متمرکز کرده‌اند. به همین خاطر است که تنها رقیب سرسخت اتریشیها در این رشته به حساب می‌آیند. از المپیک آلبرویل فرانسه در ۱۳۷۰ (۱۹۹۲) نروژیها موفق شده‌اند ۲۵ نشان و از آن میان ۱۰ نشان طلا در سه بازی المپیک (آلبرویل، لیل هامر و ناگانو) و سه قهرمانی دنیا به دست آورند.

سوئیس

سوئیسها که همواره در رده اول یا دوم جهان قرار داشتند چند سالی است که در جام جهانی خودی نشان نداده‌اند. در سال ۱۳۷۳ تنها هفت مکان روی سکو به دست آوردند. به نظر می‌رسد سوئیسها تصمیم گرفته‌اند سیاست ورزش قهرمانی خود را مورد تجدید نظر اساسی قرار دهند.

ایتالیا

ایتالیا نیز از زمانی که آلبرتو تومبا، بمب ماریبیچ‌هاکناره‌گیری کرد، روی سرازیری قرار گرفته است. سایر قهرمانان ایتالیایی نیز در دو سال اخیر موفقیت بازاری به دست

رتبه‌های اول تا سوم کسب شده در مسابقات جام جهانی اسکی آلپاین مردان

فصل اسکی ۷۷-۱۳۷۶

کشور / رشته	مارپیچ کوچک	مارپیچ بزرگ	مارپیچ سرعت	سرعت
اتریش	۱۰(۵)	۱۵(۶)	۱۱(۵)	۱۷(۷)
نروژ	۱۱(۲)	۱	۱	۳
سوئیس	۰	۹(۳)	۱	۳(۱)
فرانسه	۱	۰	۰	۷(۱)
ایتالیا	۲(۲)	۱	۱	۲(۲)
سوئد	۰	۰	۱	۰
کانادا	۰	۱	۰	۰
اسلوانی	۰	۰	۰	۰
ایالات متحده آمریکا	۰	۰	۰	۰
آلمان	۰	۰	۰	۰
جمع	۲۴(۹)	۲۷(۹)	۱۵(۵)	۳۲(۱۱)
تعداد مسابقه	۹	۹	۵	۱۱

* ارقام داخل پراتز تعداد مقامهای اول را نشان می‌دهد.

مجموع رتبه‌های اول تا سوم کسب شده در مسابقات جام جهانی اسکی

آلپاین مردان ۷۶-۱۳۷۲

کشورها	۱۳۷۲	۱۳۷۳	۱۳۷۴	۱۳۷۵	۱۳۷۶	جمع
اتریش	۲۳	۲۱	۲۶(۸)	۴۱(۱۵)	۵۳(۲۳)	۱۶۴
ایتالیا	۱۳	۲۱	۱۵(۵)	۱۷(۴)	۶(۴)	۷۲
نروژ	۱۸	۷	۱۶(۶)	۱۴(۴)	۱۶(۲)	۷۱
سوئیس	۷	۵	۲۰(۱۹)	۱۵(۵)	۱۳(۴)	۶۰
فرانسه	۳	۸	۱۵(۴)	۱۴(۶)	۸(۱)	۴۷
اسلوانی	۴	۴	۵(۱)	۰	۰	۱۳
سوئد	۷	۲	۱	۱(۱)	۱	۱۲
ایالات متحده آمریکا	۳	۴	۰	۰	۰	۷
کانادا	۴	۰	۰	۰	۰	۵
آلمان	۲	۰	۰	۰	۰	۲
جمع	۸۴	۷۲	۹۸	۹۸	۹۸	۴۵۳

* ارقام داخل پراتز تعداد مقامهای اول را نشان می‌دهد.

مجموع رتبه‌های اول تا دهم کسب شده در مسابقات جام جهانی اسکی

آلپاین مردان ۷۶-۱۳۷۲

کشورها	۱۳۷۲	۱۳۷۳	۱۳۷۴	۱۳۷۵	۱۳۷۶	جمع
اتریش	۹۵	۸۸	۸۶	۱۲۴	۱۳۷	۵۳۰
نروژ	۷۰	۳۱	۵۱	۵۰	۴۲	۲۴۴
ایتالیا	۴۸	۴۸	۴۶	۴۸	۳۶	۲۲۶
سوئیس	۵۰	۳۰	۵۳	۴۶	۴۳	۲۲۲
فرانسه	۲۰	۲۶	۳۶	۳۳	۳۲	۱۴۷
اسلوانی	۱۷	۱۵	۱۶	۱۲	۸	۶۸
سوئد	۱۹	۸	۱۵	۸	۱۳	۶۳
آلمان	۲۳	۶	۸	۶	۲	۴۵
کانادا	۱۹	۰	۷	۵	۱۰	۴۱
ایالات متحده آمریکا	۱۱	۱۶	۳	۷	۳	۴۰
جمع	۳۷۲	۲۶۸	۳۲۱	۳۲۹	۳۲۶	۱۶۲۶

سال چهارم / شماره سیزدهم / فصلنامه کوه / ۴۷

سوئد

این کشور نیز از ۱۳۷۲ در حال رکود است. این رکود در نتایج جام جهانی عمدتاً ناشی از خارج شدن توماس فودو از صحنه مسابقات مارپیچ کوچک است. در مارپیچ بزرگ با عدم موفقیت‌های فردریک نی‌برگ در دو سال اخیر موفقیت سوئدیها بسیار ضعیف شده است.

آلمان

این کشور تقریباً در حال خارج شدن از فهرست کشورهای بزرگ آلپاین است. در حالی که آلمان در ۱۳۷۴ توانسته بود ۲۳ رتبه در بین مقامهای اول تا دهم به دست آورد، در سال ۱۳۷۶ تنها به دو رتبه بسنده کرد. این امر بسیار شگفت‌انگیز است. زیرا این کشور بهترین تیم زنان را دارد و معلوم نیست چرا در مورد مردان به چنین وضع نامطلوبی رسیده است.

ایالات متحده آمریکا

این کشور از فهرست خارج شده است. در حالی که در چند سال گذشته آمریکا با داشتن قهرمانان سریع از موفقیت مناسبی در رده‌بندی کشورها برخوردار بود. ماتیو گروس جین نیز که تا چند سال پیش امتیازات خوبی در مارپیچ کوچک کسب می‌کرد دیگر موفقیتی به دست نیاورده است. تنها امید آمریکایی‌ها به یکی دو جوانی است که در مسابقات قهرمانی جهان جوانان موفقیت‌هایی کسب کرده‌اند.

کانادا

پس از یک سقوط شدید در ۱۳۷۳ در مقایسه با ۱۹ رتبه خوب در ۱۳۷۲، به نظر می‌رسد که کاناداییها به یمن دو قهرمانشان دوباره دارند جان می‌گیرند. وی در هر صورت با فقط دو اسکی‌باز نمی‌توان صحبت از یک تیم قوی کرد. Δ.

مأخذ: مجله اسکی آلپاین

نیاورده‌اند. نتایج جام اروپایی نیز چندان نویدبخش نبوده است. می‌دانیم که شرکت‌کنندگان در جام اروپایی عمدتاً جوانانی هستند که در تلاش برای صعود از پله‌های جام اروپایی و ورود به مسابقات جام جهانی هستند. داشتن یک ذخیره قوی در جام اروپایی نشانگر آینده‌ای امیدبخش در جام جهانی است.

فرانسه

ترددی نیست که وضعیت فعلی فرانسه به هیچ‌وجه با وضعیت اوایل دهه ۱۹۹۰ قابل مقایسه نیست. در آن سالها فرانسه در رده هفتم پشت سر آلمانها قرار داشت. در حالی که در حال حاضر موفقیت به مراتب بهتر است. در سال ۱۳۷۵، تعداد نشانهای به دست آمده در جام جهانی برای فرانسه ۱۵ بود که از آن میان ۴ نشان طلا بود. در سال ۱۳۷۶ نیز ۱۳ نشان مقام اول تا سومی به دست آمد. از آن میان ۶ مقام، مقام اول بود که هر ۶ مقام به یمن پیروزیهای لوک آلفان به دست آمد.

فرانسه اکنون پس از اتریش، نروژ، سوئیس و ایتالیا در مقام پنجم قرار دارد. برای فرانسه دستیابی به مقام اتریش فعلاً غیرمقدور است. ولی پیروزی بر سه کشور دیگر امکان‌پذیر است.

اسلوانی

در حال رکود شدید است. موفقیت‌های ۱۳۷۴ در مارپیچ کوچک که رشته تخصصی اسلوانیاییهاست در دو سال اخیر دیگر تکرار نشد. تعداد مقام‌های کسب شده اول تا دهم در دو سال اخیر نسبت به سالهای ۱۳۷۳ و ۱۳۷۴ نصف شده است. این کشور هیچ‌گاه ذخیره قوی‌ای از اسکی‌بازان جوان در اختیار نداشته ولی همواره توانسته خلی خوب از اسکی قهرمانی حمایت کند و هرزگاه یک یا دو ستاره در جام جهانی معرفی کند.

معرفی CCC

نیم نگاهی به ما داشته باشید:

CCC (Cross Country Canada) انجمن اسکی صحرانوردی کانادا به عنوان متولی ورزش اسکی صحرانوردی در این کشور، دارای بیش از ۲۶۰ باشگاه ورزشی و حدود ۵۰۰۰۰ نفر عضو ثابت است. در کشور کانادا بیش از ۵ میلیون نفر به ورزش اسکی صحرانوردی مشغول هستند.

- خط مشی CCC، رسیدن به سطح بین‌المللی در اسکی صحرانوردی است. برنامه و روش ما، عرضه برنامه‌هایی در سطح بین‌المللی است، به طوری که این برنامه‌ها موجب افزایش تجربیات شود. این برنامه از تجربیات مقدماتی تا سطوح عالی بین‌المللی را در برخواهد گرفت و همچنین شامل حال تمامی کسانی که به این ورزش می‌پردازند، در همه سنین و همه سطوح خواهد شد؛ و در ضمن کلیه طرحها، اصول اخلاقی و پایه‌های رقابت‌های سالم را هم مستحکم خواهد کرد. از لحاظ مالی، ۴۵ درصد بودجه CCC از طریق دولت فدرال (ورزش کانادا) تأمین می‌شود و تقریباً ۵۵ درصد دیگر از طریق بخش خصوصی، معاملات تجاری و تنخواه‌های متفرقه به دست می‌آید. موفقیت این سازمان، در دید کلان، کاملاً وابسته به فعالیتهای داوطلبانه افراد علاقه‌مند است. با اینکه گروهی ۷ نفره، بدون در نظر گرفتن مربیان، برای اداره و پیشبرد برنامه‌های مختلف وجود دارد، ولی اکثر فعالیتهای انجام شده، حاصل تلاش کسانی است که وقت و انرژی خود را به خاطر عشق به ورزش اسکی صحرانوردی، صرف می‌کنند. سازمان دهندگان مسابقات، داوران، اعضای رسمی، سرپرست بخش جوانان و بسیاری از مربیان و اعضای کمیته، همگی به طور داوطلبانه در این امور فعالیت می‌کنند.

برخلاف آنچه در ممالک اسکاندیناوی رایج بوده است، در امریکای شمالی ورزش اسکی صحرانوردی به شکل امروزی، به تازگی شناخته شده است. در کانادا، با کوشش و تلاش هومن جکریت و اسمیت یوهانسن، این ورزش در سال ۱۹۲۸ پایه‌گذاری شد. سپس با سرعت قابل ملاحظه‌ای به رشد و پیشرفت خود ادامه داد. جمع‌آوری اطلاعات از کشور نروژ، به کمک سرمربی تیم ملی اسکی CCC، استینار موندال صورت می‌گیرد و هدف کانادا این است که در آینده نزدیک، به یکی از بهترین کشورها در زمینه اسکی صحرانوردی تبدیل بشود. CCC یک سازمان چند منظوره است که برنامه‌های دامنه‌دار و گسترده‌ای را برای علاقه‌مندان و شیفتگان به ورزش اسکی در همه سطوح مدنظر دارد. برنامه‌های اصلی CCC، مواردی چون: تیم ملی اسکی، امور اداری، مربیگری، رویدادهای ورزشی، زنان،

در کشور ما هرگاه سخن از ورزش اسکی به میان می‌آید، تصویر «اسکی پایین» در اذهان نقش می‌بندد؛ در حالی که ورزش اسکی طیفی بسیار وسیعتر از این را در برمی‌گیرد. اسکی صحرانوردی (یا اسکی استقامت) که از زیر گروههای «اسکی نوردیک» است تا حدودی ناشناخته باقی مانده است. ولی در سالهای اخیر مردم جهان علاقه زیادی به این رشته پیدا کرده‌اند. دلایل این گرایش واضح است. این روزها پیستهای اسکی بیش از حد شلوغ شده است، قیمت لوازم اسکی راهیمیایی نسبتاً پایین تر است و پرداختن به این رشته برای کسانی که به نحوی در اسکی پایین آسیب دیده‌اند و افراد گروههای سنی متفاوت بسیار مطلوب است. اگر به این موارد، امکان استفاده بیشتر از زیباییهای کوهستان و دشتهای پربرف را هم اضافه کنیم، در می‌یابیم که چرا در سالهای اخیر میلیونها نفر در سراسر جهان به این رشته علاقه‌مند شده‌اند.

اسکی صحرانوردی (راهیمیایی) در بسیاری از کشورهای جهان مورد توجه قرار گرفته و در این راه کشور کانادا کوششهای فراوانی انجام داده است.

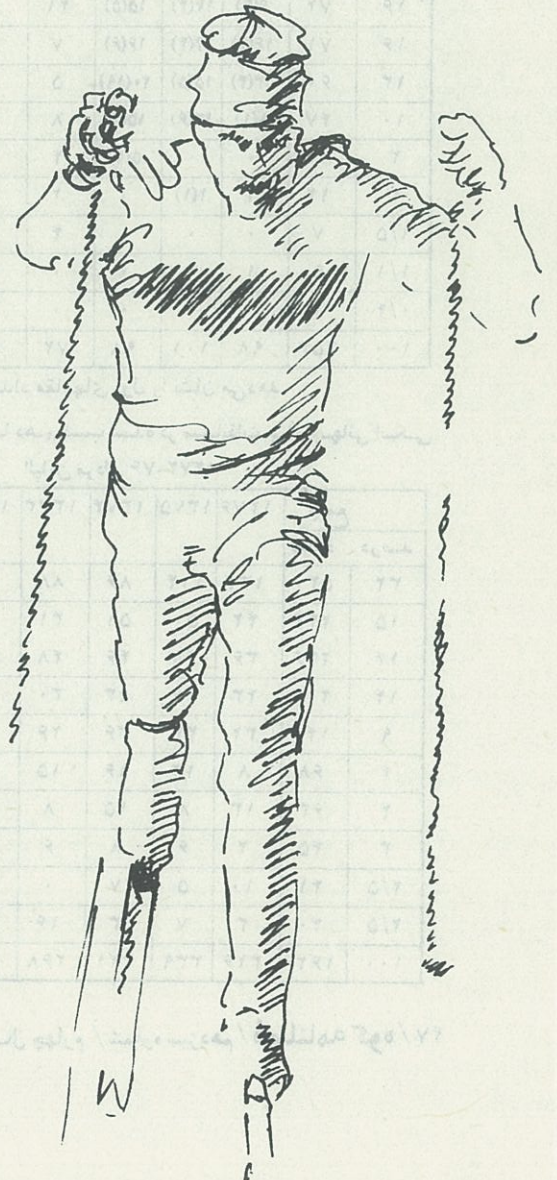
مطلبی که در پی می‌آید، ترجمه مقاله‌ای است با عنوان «نیمه نگاهی به ما داشته باشید» که در شماره ۱۲۴ خیرنامه فدراسیون جهانی اسکی F.I.S به چاپ رسیده است و اشاره به نحوه ترویج این ورزش در کانادا دارد.

جوانان و باشگاه اسکی صحرانوردی را در برمی‌گیرد و در ضمن انجام همه این امور به افزایش اعضا نیز توجه دارد از عمر بیشتر این برنامه‌ها، کمتر از ۱۰ سال می‌گذرد. بنابراین برای رسیدن به سطوح مطلوب و مورد نظر، هنوز وقت لازم است. تمرکز اصلی CCC روی این موضوع است که تعداد اسکی‌بازان برگزیده را برای شرکت در مسابقات ملی و بین‌المللی افزایش دهد و بنابراین توجه زیادی به تیم ملی اسکی معطوف می‌دارد.



مسئله مهمی که در این مورد وجود دارد، بعد مسافت برای رفت و آمد گروهها به خارج از کشور و همچنین فاصله زیاد و مخارج هنگفت سفر چه در داخل کشور و چه در خارج کشور است. مناطق اسکی بسیار زیاد و مطلوبی در کشور کانادا وجود دارد. ولی از این کشور سفر کردن از سویی به سوی دیگر بسیار گران تمام می‌شود (تقریباً همانند مسافرت از کانادا به اروپا) به همین دلیل برای بهترین اسکی‌بازان نیز، دستیابی به یک سطح قابل قبول در تجربیات مسابقه‌ای و برخوردهای مرتب بین‌المللی، مشکل است. در سال ۱۹۹۲ در پی بررسی کلی که در برنامه‌های کلان به عمل آمد، تصمیم بر این شد که ما اسکی‌بازان خود را در سه ناحیه مشخص به عنوان مراکز ورزش اسکی صحرانوردی، بخش کنیم. این سه مرکز عبارت است از: کانمور، تاندری و کبک سیتی.

این انتخاب ما را قادر می‌سازد که اسکی‌بازان برجسته خود را همواره در گرماگرم تمرین و مسابقه، تحت سرپرستی بهترین مربیان، قرار دهیم و در عین حال در هزینه‌های سفر نیز صرفه‌جویی کنیم. این مناطق همچنین به اسکی‌بازان جوان این امکان را می‌دهد که در حالی که قابلیت‌های ورزشی خود را بالا می‌برند، به تحصیلات خود نیز ادامه دهند، هر سه مرکز مزبور در مجاورت یک دانشگاه قرار دارند و به جوانان کمک



ترجمه آرش مسوق

اسکی صحرانوردی، زیبا و در دسترس



است. مقدار زیادی از این موفقیت وابسته به برنامه اداری (رسمی) است. این برنامه در ۵ مرحله متفاوت برای راهنمایی و تربیت سازمان دهندگان مسابقات اسکی صحرانوردی از سال ۱۹۸۱ آغاز شده است. در نهایت دلیل بارز کفایت و کارایی این برنامه، سازماندهندگان و برگزارکنندگانی است که توانستند المپیک زمستانی ۱۹۸۸ کالگاری را با کیفیت بالایی سازماندهی و اجرا کنند. این برنامه از هنگام شروع توانسته است خود را به سرعت با تغییرات ناگهانی قوانین مسابقات بین‌المللی اسکی وفق بدهد.

برنامه «گسترش باشگاهها و اعضا» پشتیبانی لازم را برای باشگاههای مختلف در سراسر کشور ایجاد می‌کند تا بتوانند برنامه‌های جدید خود را ارائه کنند. همچنین راههای تازه‌ای پیش روی باشگاهها می‌گذارد تا قادر باشند به اعضای خود خدمات کاملتری ارائه دهند. این قسمت از برنامه‌ریزی شامل معرفی راههای مواصلاتی، وسایل حمل و نقل، تهیه و تدارک و گسترش راههای ارتباطی، گسترش دادن باشگاهها و بیمه است.

- «برنامه جوانان» CCC نیز برنامه‌ای جامع و پرکشش است. هر قسمت این برنامه شامل یک گروه سنی و یک قابلیت خاص است. بدین ترتیب به گروههای سنی مختلف کودکان از ۹ تا ۱۶ سال توجه شده و برای آنان برنامه‌های تربیتی و فعالیتها و مسابقات خاص در نظر گرفته شده است.

افزایش تعداد جوانان درگیر این ورزش، معرفی و جا انداختن اسکی صحرانوردی به عنوان ورزشی برای هر سنی و ایجاد و گسترش روحیه سرپرستی و مدیریت در میان جوانان، همگی از نکاتی است که «برنامه جوانان CCC» روی آنها تأکید فراوانی دارد. مهمترین و قابل توجه‌ترین برنامه در این مورد، لیگ اسکی «جک ریت» است که برای بزرگداشت «هرمن جک ریت» به این نام مزین شده است. این لیگ بزرگترین برنامه اسکی برای کودکان در سطح آمریکای شمالی است که به بیش از ۹۰۰۰ کودک اسکی‌باز، اصول و قواعد اسکی صحرانوردی را می‌آموزد.

همان‌طور که ملاحظه شد CCC با بهره‌گیری از مربیان، مدیران، داوران، سازمان دهندگان و ورزشکاران برجسته سعی بر این دارد که در نهایت افراد ملت کانادا را به اسکی‌بازانی در سطح بالا مبدل کند. پس همیشه نیم نگاهی هم به ما داشته باشید!



بین‌المللی اسکی صحرانوردی را به عهده داشته است. از جامهای جهانی مختلف تا المپیک زمستانی ۱۹۸۸ در کالگاری، و البته مسابقات نوردیک قهرمانی جهان در سال ۱۹۹۵ نیز در این کشور انجام شد. با توجه به تجربیات موفق المپیک برگزار شده در سال ۱۹۹۸ در کالگاری، کانادا هم اکنون یکی از پر و پا قرص‌ترین کاندیدهای برگزاری المپیک زمستانی سال ۲۰۰۲ در کبک است. غیر از این، کانادا مسابقات داخلی «جام کانادا» را هم دنبال می‌کند و این باسک کانادا و CCC به جام جهانی اسکی صحرانوردی است.

مراکز مختلفی برای ایجاد پیشرفتهای کمی و کیفی قهرمانان اسکی، داوران، اداره‌کنندگان و باشگاههای مختلف در سراسر کانادا تأسیس شده است. در فصل آینده بیش از ۴۰۰۰ اسکی‌باز، مربی و مجربان داوطلب در ۱۳ جام داخلی کانادا شرکت خواهند کرد، همچنین دست‌اندرکاران در رده‌های متفاوت سنی مسابقات مختلفی برگزار می‌کنند تا همه ورزشکاران در گروههای سنی مختلف بتوانند در موقعیت و فضای مسابقه قرار گیرند. نهایتاً داستان اسکی کانادا در چرخه‌ای است شامل ۱۰ ماراتون اسکی در سطح کشور که حدود ۶۰۰۰ اسکی‌باز را جذب خواهد کرد. این مسابقات در برگزیده همه اسکی‌بازان با تواناییهای متفاوت، از مبتدی تا پیشرفته خواهد بود.



- هدف «برنامه زنان» افزایش تعداد زنان درگیر در ورزش اسکی صحرانوردی با عناوین مختلف از قبیل ورزشکار، مربی، داور و مدیر است. همچنین برنامه‌هایی برای ایجاد زمینه‌ها و کمکهای مالی، برای افزایش قابلیت‌های زنان جذب شده در رشته‌های مربیگری و داوری پیش‌بینی شده و تربیت مربیان برای سطوح مختلف سنی هم مدنظر است. سال ۱۹۹۵ در واقع بیست و پنجمین سالگرد شرکت زنان کانادایی در مسابقات بین‌المللی قهرمانی اسکی صحرانوردی بود.

- کانادا به عنوان یکی از بهترین برگزارکنندگان رویدادهای بین‌المللی اسکی صحرانوردی شناخته شده

می‌کنند که ورزش و تحصیلات را به عنوان دو واقعیت که لازم و ملزوم یکدیگرند، با هم هماهنگ سازند. تعداد آخرین و جدیدترین فارغ‌التحصیلان مرکز ورزشی طبق برنامه باید میان دو المپیک ۱۹۹۸ و ۲۰۰۲ به بالاترین حد خود برسند. آینده بسیار روشن و امید بخش است! ما از مربیان و دست‌اندرکاران ورزشی اروپا هم شنیده‌ایم که معتقدند سفر به کانادا و شرکت در مسابقات بسیار پرهزینه است. واقعا همین طور است و به همین دلیل انجام چند مسافرت در سال از کانادا به اروپا و شرکت در مسابقات جامهای جهانی و مسابقات سطح B (B-level) بسیار پرخرج است. خستگی حاصل از مسافرت و تأثیرات آن بر سلامت ورزشکاران و مجموع زمانهای مطلوب، برای تمرینات، موضوعی است که ما در مورد آن به بررسی پرداخته‌ایم.

برای از بین بردن تأثیر هواپیمای جت روی بدن، مسافرت باید حداقل ۱۴ روز قبل از مسابقه صورت گیرد. یک دوره مسابقه برای آنکه ارزش سفر کردن را داشته باشد، باید چند هفته بی‌پای به طول بینجامد. این برنامه، به همراه محدودیتهای شخصی، موجب می‌شود که ما توقعات زیادی از اعضا و ورزشکاران خود داشته باشیم و این توقعات، رسیدن به حدود و ابتکارات مطلوب را برای آنان تا حد زیادی مشکل می‌سازد.

این ورزش در کانادا هنوز از تخمین مالی کافی (که ورزشهایی چون فیکور اسکیتینگ و کورلینگ از آن برخوردارند)، برخوردار نیست. صندوق مالی و مسافرتی هنوز قدرت کافی برای میزبانی رویدادهایی چون جامهای جهانی ندارد. در این مورد از لحاظ مالی، همواره نکته‌ای مدنظر قرار گرفته و این سؤال و تردید وجود داشته است: آیا پول و هزینه برای دعوت ورزشکاران خارجی در مسابقات جهانی صرف شود یا برای فرستادن ورزشکاران داخلی به خارج و برای کسب تجربیات برتر بین‌المللی، هزینه شود. همانند هر کشور دیگر، برای اینکه موفقیت برنامه‌ها محرز شود، باید در رشته‌های ورزشی به طور مستمر به سطوح قابل قبول و عنوانهای بین‌المللی بالا دست پیدا کرد. به این ترتیب برنامه‌های گسترده‌ای که از سال ۱۹۸۰ آغاز شده است به طور حتم تا سالهای حدود ۱۹۹۸ پاسخ خواهند داد:

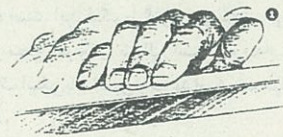
برنامه مربوط به مربیان، عهده‌دار گسترش، تکمیل، و تداوم یک مربیگری مؤثر است که تربیت مربیان را از پایه تا سطوح بین‌المللی در بر می‌گیرد. تمرکز اصلی این برنامه، بر پرورش دادن و بالابردن سطح معلومات و تربیت مربیانی است که پیشرفتهای تصاعدی را در همه زمینه‌ها داشته باشند و تبدیل به مربیانی برای کلیه سطوح ورزشی بشوند. دو روش کلیدی برای پیشبرد این امر خطیر به کار گرفته شده است: نخست «برنامه ملی گواهینامه مربیگری» (NCCP) که در برگزیده ۵ سطح مختلف تحصیلی برای مربیان کلیه سطوح است. NCCP در کانادا یکی از بهترین برنامه‌های بین‌المللی مربیگری به حساب می‌آید. دوم «برنامه بین‌المللی تجربی مربیگری» (ICD) است که مربیگری تجربی را با انتقال دادن شاگردان خود به مسابقات بین‌المللی مدنظر دارد. کانادا تاکنون میزبانی بسیاری از مسابقات



در ورزش اسکی، همانند هر ورزش دیگر، اگر وسایل خود را خوب نگهدارید، کار بهتری می‌توانید از آن بکشید. اکنون در آغاز فصل جدید وقت آن رسیده است که از وضعیت چوبهای اسکی خود اطمینان حاصل کنید.

لایه پلاستیک یکنواخت کف چوبهای اسکی امروزی مقاومت زیادی دارد و به خوبی می‌توان روی آن سُر خورد. لیکن این ماده همواره در معرض فرسایش و اکسید شدن است. حتی در طول استفاده عادی، کف چوبهای شما ممکن است بر اثر اسکی روی سنگ و حتی یخ، خراشیده و تکه‌ای از آن کنده شود. چوبهای خراشیده و کنده شده نه تنها آهسته‌تر سر می‌خورند بلکه هیچ‌چنین مشکلات پیچ می‌زنند. آسبی که تا عمق نفوذ کرده باشد می‌تواند باعث نفوذ رطوبت به داخل بافت چوب شود و به شدت باعث تضعیف ساختار چوب شود.

برای بررسی کف چوب به دنبال آسیب‌دیدگی، اسکی را به سوی پنجره یا منبع روشنایی بگیرید؛ به گونه‌ای که نور بر سطح کف چوب بتابد. سپس به دقت به دنبال خراش و کندگی بگردید. سنگ سنباده می‌تواند اغلب خراشهای جزئی را برطرف کند. کندگی را می‌توان با مداد پلی‌اتیلن ترمیم کرد؛ لیکن این ترمیمها اغلب موقتی است. زیرا که مواد ترمیمی فاقد پلی‌اتیلن خالص است و احتمالاً به مواد کف به خوبی متصل نمی‌شود. ترمیم چوبها بهتر است توسط یک تکنسین ماهر انجام شود. اگر کف چوب اسکی شما مات و خاکستری است، احتمالاً کف چوب شما بر اثر تماس با اشعه ماوراءبنفش خورشیده اکسید شده است. حتی یک لایه نازک اکسیداسیون می‌تواند باعث کندی حرکت چوب اسکی شود. خوشبختانه اکسیداسیون را می‌توان با سنگ سنباده از بین برد. پس از این عمل لازم است که روی کف چوب، یک لایه واکس قرار دهیم تا از اکسید شدن بعدی جلوگیری شود.

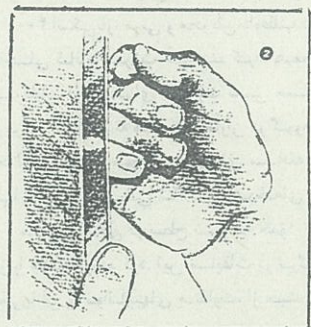


در شرایط مطلوب اگر کف چوب اسکی در وضعیت مناسب باشد، صاف و صابونی خواهد بود. این آزمایش را اجرا کنید. نوک انگشتان خود را از سر تا ته و برعکس روی کف چوب بکشید (شکل ۱). اگر کف چوب ناصاف و

دندانه‌دار بود، علامت این است که به درستی در مغازه سنباده زده نشده است و باید مجدداً سنباده زده شود.

مقدار کمی آب روی کف چوب بریزید. اگر آب بر روی سطح پخش نشد (مثل هنگامی که باران بر روی یک اتومبیل تازه جلا داده شده بریزد) کف چوب در شرایطی عالی است. ولی اگر آب پخش شد و سطح زیادی را خیس کرد، کف چوب احتیاج به واکس دارد. حتی سالمترین کفهای اسکی باید به طور مرتب واکس گرم زده شود و با لایه‌ای از واکسهای فوری پوشیده شود.

در پایان، لبه‌های فلزی اسکی را بررسی کنید. لبه‌هایی که کنده شده یا به طور نادرست تیز شده است. عملکرد نامناسبی خواهد داشت و در نتیجه برشی کمتر دارد و اسکی کردن با آنها لذت کمتری خواهد داشت. روی لبه‌های فلزی دنبال زنگ‌زدگی سطحی بگردید. لبه‌های فلزی سالم باید براق، تیز و صاف باشند. با پشت ناخن خود روی لبه‌ها بکشید (شکل ۲). اگر به اندازه کافی تیز باشد ناخن شما به راحتی خراش می‌خورد. اگر خراشی ایجاد نشد، لبه‌ها کند شده است. به فکر تیز کردن چوبتان باشید.



ناخن خود را به آرامی روی لبه چوب حرکت دهید. نقاطی را که ناصاف هستند و زدگی دارند پیدا کنید. زنگ زدگیها و زدگیهای جزئی با یک سنگ سنباده به راحتی برداشته می‌شود. زنگ زدگیها و خوردگیهای عمیقتر و جدیت نیاز به تمیز کردن با سوهان یا ماشین دارد.

فصل را با چوبهای پرداخت شده شروع کنید. سپس چوبهای خود را در طول فصل هر روز واریس کنید. اگر چوب خود را به طور مرتب تیز و واکس زده نگاه دارید، کمک فراوانی در نگه داشتن بیشتر شما روی سطوح سخت و یخزده می‌کند. علت آن این است که لبه‌هایی که به خوبی تیز شده باشد نسبت به لبه‌های کند و گرد شده برش بهتری دارد و کفهایی که به خوبی واکس خورده باشد بهتر از کفهای خشک و واکس نخورده پیچ می‌زنند.

لیکن حفظ وضعیت مطلوب چوبها نیاز به رعایت بعضی نکات دارد:

برف یخزده بسیار ساییده است و باعث ایجاد آسیب فراوان هم روی واکس و هم روی لبه‌ها می‌شود. باید توجه

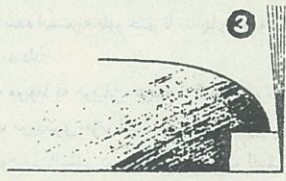
داشت که هرچه برف سفت‌تر باشد، احتیاج بیشتری به رسیدگی به چوبها است. اگر خودتان می‌خواهید به چوبهای خود رسیدگی کنید نکات زیر را در نظر بگیرید:

۱. حتی اگر انگیزه اندکی هم به رسیدگی به چوبهای خود داشته باشید، کارهای کوچک و بااهمیتی وجود دارد که می‌توانید بکنید. یک سنگ کوچک سنباده بخريد و از آن برای تازه کردن لبه‌های چوب حداقل یکبار در روز استفاده کنید. حرکت نرم رو به جلو و عقب سنگ بر روی کف لبه‌ها و سطوح جانبی آنها کافی خواهد بود. این کار فقط یکی دو دقیقه زمان می‌برد و باعث جلا داده شدن سطح فلزی می‌شود. علاوه بر این هر روز بر سطح اسکیها واکس بزنید. می‌توانید از هر کدام از واکسهای فوری موجود استفاده کنید. ولی حتماً بعد از واکس زدن از یک دستمال برای یکنواخت کردن واکس استفاده کنید. این عمل به افزایش مقاومت واکس در مقابل سایش کمک می‌کند.

۲. گاهی جلا دادن لبه‌ها به تنهایی کافی نیست. زیرا ممکن است به قدری کند باشد که نتوان با یک سنگ سنباده آنها را تیز کرد. در چنین حالتی می‌توانید چوبها را برای تنظیم متناسب به مغازه ببرید و یا خودتان با استفاده از یک سوهان لبه‌ها را تیز کنید. سوهان فقط در یک جهت کار می‌کند. باید احساس کنید که سوهان، فولاد را می‌برد و سطح آن را براق می‌کند. بعد از سوهان زدن لبه‌ها را با یک سنگ پرداخت کنید.

بعد از تیز کردن لبه‌ها حتماً واکس بزنید. از یک متخصص در مورد واکسهای سخت‌تر با مقاومت بیشتر سؤال کنید این واکسهای سخت‌تر معمولی با اتو استفاده می‌شود. حتماً قبل از استفاده از واکسهای اتویی از متخصص کمک بخواهید.

۳. می‌توان حداکثر گیرایی لبه چوب را با تغییر شکل لبه به صورت پیچ کردن لبه‌ها با یک سوهان و صفحه راهنمای آن برای تغییر زاویه دو دیواره لبه به کمتر از ۹۰ درجه به دست آورد. در ابتدای کار نظارت یک متخصص الزامی است.



به شکل ۳ توجه کنید. شکل، سطح مقطع یک چوب را در سمت یک لبه نشان می‌دهد. چوب اسکی با زاویه لبه‌ای بین ۸۹ تا ۹۰ درجه دارای برش روی برف نرم تا نیمه سخت است. چوب با زاویه لبه بین ۸۸ تا ۸۹ درجه روی برف نیمه سخت تا سخت مناسب است؛ و بالاخره لبه‌های با زاویه ۸۷ تا ۸۸ درجه حتی بر روی شیبهای بسیار یخی نیز برش دارد.

ولی باید به این نکته توجه کرد که زوایای شدید (کمتر از ۸۸ درجه) می‌تواند باعث کاهش عمر لبه‌ها شود. این حالت مشابه مقاومت کمتر لبه چاقو تیزتر نسبت به یک چاقو کندتر است. Δ

چگونه از چوب اسکی مواظبت کنیم

ترجمه هوتن نصیری - نریمان امیری

بررسی اولین دوره دهساله مسابقات بین‌المللی سنگنوردی داخل سالن (۱۹۸۷ - ۱۹۹۷)

قسمت اول

با نظارت و مسنولیت اجرایی UIAA (اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی و سنگنوردی)

اندیشه برگزاری مسابقات سنگنوردی، در اجلاس عمومی اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی و سنگنوردی UIAA در سال ۱۹۸۷ در مراکش، قوت گرفت. در این اجلاس با تأکید بر لزوم مسابقات سنگنوردی موافقت شد که کمیسیون سنگنوردی یا CEC (Commision d Escalade des Competition) و کمیته بین‌المللی برگزاری مسابقات سنگنوردی یا CIEE (Comite International de Competieion d Escalade) تشکیل شود. همچنین تصمیم گرفته شد مسابقات جام جهانی سنگنوردی سال ۱۹۸۸ نیز بدون ثبت رده‌بندی شرکت کنندگان برگزار شود. در نوامبر ۱۹۸۷ جلسه سالانه تأسیس تشکیلات سازمانی کمیسیون مسابقات سنگنوردی (CEC) و کمیته بین‌المللی مسابقات سنگنوردی (CICE) در گرونوبل فرانسه تشکیل شد و طرح اجرایی مسابقات جهانی سنگنوردی غیررسمی داخل سالن بر دیواره‌های مصنوعی مورد موافقت قرار گرفت.

جف لمون از فرانسه به سمت رییس کمیسیون مسابقات سنگنوردی (CEC)، یوری سکورلاتف از روسیه به سمت نایب رییس این کمیسیون و پل براسه از کشور فرانسه نیز به سمت رییس کمیته بین‌المللی مسابقات سنگنوردی (CICE) انتخاب شدند.

بدین ترتیب سال ۱۹۸۸ سال شروع مسابقات بین‌المللی سنگنوردی تحت نظارت و سرپرستی UIAA دانسته شد و به تمامی اعضا اعلام گردید. هر چند شروع مسابقات سنگنوردی و ایجاد کمیسیون و کمیته‌های مربوط به مسابقات در سال ۱۹۸۸ بود، از چندین سال قبل فدارسیون کوهنوردی شوروی، سنگنوردی و مسابقات مربوط به آن را رشته‌ای جدید در کوهنوردی معرفی کرده بود و مسابقات سالانه در قالب مسابقات ملی و بین‌المللی برگزار می‌کرد. در این زمینه می‌توان از ایوان انتونویچ کوهنورد برجسته شوروی و بنیانگذار ورزش سنگنوردی نوین در روسیه و شاید در جهان نام برد.

در این مقاله رخدادهای مهم از سالهای گذشته تا سال ۱۹۹۷ فهرست وار معرفی می‌شوند.
سال ۱۹۶۸: گردهمایی بین‌المللی کوهنوردان جوان در سدیمهورکی (Sedmihorcky) چکسلواکی از سوی اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی و سنگنوردی (UIAA) برگزار شد. در این گردهمایی، کوهنوردان

جوان بیش از ۱۰ کشور شرکت داشتند. پس از پایان گردهمایی، سنگنوردان جوان با انگیزه رقابت دوستانه یک دوره مسابقه سنگنوردی برپا کردند که ضمن اجرای مسابقه، تبادل اطلاعات فنی نیز به عمل آمد.

سال ۱۹۷۱: مسابقه سنگنوردی با شرکت کشورهای اتریش، شوروی، مجارستان، اسپانیا، ایستالیا، مغولستان، لهستان، آلمان غربی، چکسلواکی، یوگسلاوی و ژاپن در کوه‌های کریمه برگزار و شوروی قهرمان این مسابقات معرفی شد. ناظران ورزشی شرکت کننده در این مسابقه اظهار داشتند که این ورزش جدید دارای جاذبه‌های زیادی برای سنگنوردان و به ویژه جوانان است و در میان آنان به سرعت رواج خواهد یافت. لذا بین‌المللی بودن این ورزش ضروری است.

سال ۱۹۷۲: در این سال اردوی المپیک جوانان در بازیهای المپیک جوانان در مونیخ برگزار شد و باشگاه کوهنوردی آلمان (DAV) دورنمای المپیکی شدن مسابقات سنگنوردی را مطرح کرد. در این جلسه پس از بحث و بررسی تشخیص داده شد که مسابقات سنگنوردی می‌تواند با طرح عنوان ورزش جدید در المپیک حایز شرایط زیر باشد:

۱. مسابقات در یک محل و در یک زمان برگزار شود.
۲. با در نظر گرفتن قوانین یکسان، مسابقات را می‌توان در کشورهای مختلف برگزار کرد.
۳. شرایط و امکان کسب امتیاز برای همه شرکت کنندگان یکسان باشد.
۴. داوری متکی به قوانین باشد و در اندازه‌گیری و محاسبه امتیازات از ادوات دقیق استفاده شود.
۵. تماشایی بودن مسابقات از اهداف برگزاری مسابقات المپیک است.

سال ۱۹۷۳: سنگنوردان از کشورهای مجارستان، آلمان شرقی، هلند، لهستان، شوروی، امریکا، چکسلواکی، ژاپن برای مسابقه به یالتا دعوت شدند. در این مسابقات شوروی مقام اول را کسب کرد. در این سال به دعوت UIAA و با هماهنگی فدارسیون کوهنوردی شوروی یک گردهمایی با شرکت ۱۲ کشور از اروپا، آسیا، امریکا در کریمه برگزار شد. مصوبات این جلسه و قوانین

تدوین شده در آن راهگشای شروع مسابقات سنگنوردی در لهستان، چکسلواکی و بلغارستان شد.
سال ۱۹۷۴: در بهار، سنگنوردان و صخره‌نوردان چکسلواکی، لهستان، مجارستان و شوروی یک دوره مسابقه سنگنوردی روی دیواره‌های طبیعی در منطقه مانین در چکسلواکی برگزار کردند. در پاییز همین سال مسابقه سنگنوردی دیگری با شرکت آلمان شرقی، لهستان، چکسلواکی، شوروی در منطقه کراکف برپا شد.

سال ۱۹۷۶: اولین مسابقه بین‌المللی با مسنولیت کمیته ورزش شوروی و فدارسیون کوهنوردی شوروی در گاگرا - گرجستان برگزار شد. شرکت‌کنندگان این مسابقات از کشورهای اتریش، آلمان شرقی، لهستان، رومانی، شوروی، فرانسه، آلمان فدرال و ژاپن بودند. در این مسابقات رابرت پاراگو با عنوان ناظر رسمی UIAA حضور داشت. (او اکنون رییس فدارسیون کوهنوردی فرانسه است.) در خلال این مسابقات پرسشنامه مربوط به دیدگاه‌های مختلف مسابقات سنگنوردی به وسیله آنتون یانک دبیر کمیسیون ورزش سنگنوردی بین شرکت‌کنندگان توزیع شد و در پایان جلسات پاراگو اعلام کرد که برای اینکه مسابقات سنگنوردی بتواند در سطح بین‌المللی قرار گیرد باید ده سال پیرامون جوانب مختلف آن بررسی به عمل آید.

سال ۱۹۷۸: در اکتبر دومین مسابقه بین‌المللی سنگنوردی در یالتا برپا شد. گروه‌های شرکت‌کننده از کشورهای آلمان شرقی، لهستان، شوروی، آلمان غربی، یوگسلاوی و ژاپن بودند.

سال ۱۹۸۰: در پاییز سومین مسابقه بین‌المللی سنگنوردی با شرکت تیم‌های آلمان شرقی، لهستان، رومانی، شوروی، آلمان غربی، چکسلواکی، سوئیس و ژاپن در یالتا برگزار شد.

سال ۱۹۸۲: در سپتامبر، چهارمین مسابقه سنگنوردی با شرکت کشورهای بلغارستان، آلمان شرقی، لهستان، رومانی، شوروی، فرانسه، آلمان غربی، چکسلواکی، سوئیس و ژاپن برگزار شد. در این مسابقات ناظران مسئول UIAA (اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی و سنگنوردی)، باشگاه کوهنوردی فرانسه و نماینده وزارت ورزش و جوانان حضور داشتند و از نزدیک ناظر بر گسترش مسابقات

سنگنوردی در میان کشورهای مختلف بودند. **۱۹۸۳:** در بهار، فدراسیون کوهنوردی فرانسه گروه‌هایی سنگنوردان را به مدت دو هفته برگزار کرد. در این گروه‌هایی پانزده روزه، کوهنوردان و سنگنوردان شرکت کننده توانستند در فرصت‌های مناسب تجربیات خود را روی دیواره‌های فونتن بلو، و ردن و دیگر مناطق سنگنوردی به معرض نمایش گذارند و به تبادل اطلاعات و تجربیات بپردازند. در ماه مه، مسابقات صعود سرعتی بر دیواره‌های کریمه برگزار شد و رئیس وقت UIAA (اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی و سنگنوردی) نیز ناظر بر این مسابقات بود.

سال ۱۹۸۴: در این سال بحث‌های فراوان و گسترده‌ای درباره سنگنوردی، مسابقات و گسترش مسابقات در محافل مختلف کوهنوردی صورت گرفت. بنو رنارد، سرپرست انجمن کوهنوردی فرانسه، طی گزارش رسمی خود به UIAA اظهار داشت: «با اینکه شماری از کوهنوردان با برگزاری مسابقات سنگنوردی شدیداً مخالف هستند، بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد که این ورزش باید در یک سطح بین‌المللی گسترش یابد.»

در دسامبر ۱۹۸۴ مسابقات سنگنوردی با شرکت بلوک شرق و سنگنوردان مشهور آلمان و فرانسه در کریمه برگزار شد. در این مسابقه، شوروی اول و جکی گودف، سنگنورد مشهور فرانسه، برنده مدال نقره شد و لگانگ گولپج سنگنورد آلمانی در مکان چهارم قرار گرفت. (ولگانگ گولپج در یک تصادف رانندگی جان خود را از دست داد. و قبل از مرگ از بهترین سنگنوردان جهان محسوب می‌شد.) در نوامبر ۸۴، به مناسبت یادواره کوهنورد انگلیسی، آکسی مک اینتایر (- Alexi Makintair) مسابقات صعود سرعتی در انگلستان برگزار شد. در این سال مسابقه سنگنوردی دیگری نیز در ژاپن برگزار شد. سنگنوردان کشورهای بلوک شرق در آن شرکت کردند.

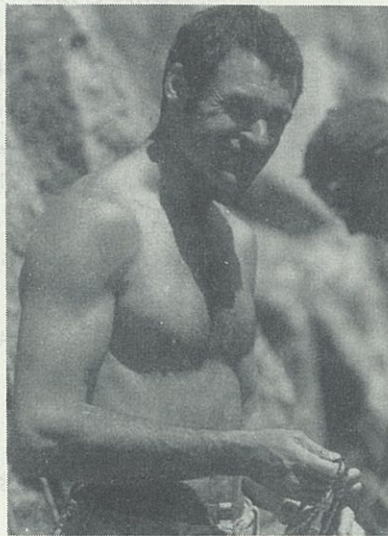
سال ۱۹۸۵: اولین مسابقه بین‌المللی در رشته سختی مسیر در باردونچیا، ایتالیا انجام شد.

سال ۱۹۸۶: بر اساس تصمیم‌گیری اجلاس عمومی UIAA در سال ۱۹۸۵ در ونیز، مقرر شد مسابقه بین‌المللی سنگنوردی در کریمه، به صورت غیررسمی ولی همپایه جام اروپایی برگزار شود. تیم‌های شرکت‌کننده در این مسابقات عبارت بودند از: بلغارستان، مجارستان، آلمان شرقی، لهستان، رومانی، شوروی، آمریکا، آلمان غربی، چکسلواکی، ژاپن.

حضور گوستا هارد، رئیس کمیسیون کوهنوردی و نماینده رسمی UIAA در این مسابقات

رسمیت آن را از نظر محافل رسمی تأیید کرد. در پایان مسابقات، شرکت‌کننده‌ها درخواست جمعی خود را درباره لزوم ادغام رشته سنگنوردی به عنوان یک رشته رسمی UIAA امضا و به اجلاس عمومی ارائه کردند. اجلاس عمومی در مونیخ تشکیل شد و گزارش گوستاو هارد، رئیس کمیسیون کوهنوردی را درباره مسابقات سنگنوردی تأیید کرد. لذا کمیسیون به ایشان مأموریت داد تا نظریات فدراسیون‌های عضو UIAA درباره تمایل آنها برای شرکت در مسابقات سنگنوردی را جمع‌آوری و در تاریخ مقرر اعلام کند.

۱۹۸۷: جلسه شورای مرکزی در اسپانیا تشکیل شد. در این جلسه گوستاو هارد گزارش نظرخواهی از کلیه فدراسیون‌ها را درباره تمایل آنها به برگزاری مسابقات سنگنوردی اعلام کرد. لذا با توجه به بحث‌های انجام شده، شورای اجرایی به سرپرستی پل براسه نایب رئیس فدراسیون کوهنوردی فرانسه تصمیم گرفت یک کمیسیون فرعی برای مسابقات سنگنوردی با راهنمایی هارد تشکیل شود و قوانین اجرایی برای برگزاری مسابقه و داوری مسابقات بین‌المللی نیز تدوین شود.



جری موفات

جلسات کمیسیون فرعی برای اولین بار از تاریخ ۱۸ تا ۲۰ سپتامبر در فرانسه تشکیل شد. نمایندگان فدراسیون‌های ۱۵ کشور در این جلسات شرکت کردند که از کشورهای اتریش، بلژیک، بلغارستان، ایتالیا، لهستان، شوروی، آمریکا، فرانسه، آلمان، سوئیس، یوگسلاوی و ژاپن بودند. مجموعاً بیش از ۴۰ نماینده از باشگاه‌های کوهنوردی سراسر دنیا حضور داشتند. در ضمن از UIAA گوستاو هارد، رئیس کمیسیون کوهنوردی و

دو مشاور حقوقی حضور داشتند. نتیجه چندین جلسه بحث و گفتگو درباره مقررات نحوه اجرای مسابقات چنین شد که این مسابقات فقط در دو رشته یعنی سرعت و سختی مسیر اجرا شود. مسابقات ممکن است روی سنگها و دیواره‌های طبیعی یا دیواره‌های مصنوعی داخل سالن در مسیرهای جداگانه که از چندین مسیر کوتاه تشکیل شده است صورت گیرد. مسیرهای تعیین شده ممکن است قبلاً میخکوبی شده باشد یا آنکه قسمتی از میخکوبی جزو مراحل مسابقه در نظر گرفته شود.

در این جلسه کمیسیون فرعی به نام کمیسیون مسابقات سنگنوردی معرفی شد و نمایندگان فرانسه، شوروی، ایتالیا، اسپانیا، بلغارستان، هیئت اجرایی این کمیسیون معرفی شدند. جام جهانی ۸۸ اولین مسابقات بین‌المللی سنگنوردی بود که قرار شد همراه با قوانین رسمی و تأیید شده در شورای مسابقات سنگنوردی اجرا شود. این مسابقات در چهار مرحله اجرا شد و قبل از مسابقات اولین دوره آموزش داوران بین‌المللی در شامونی نیز برگزار گردید.

سال ۱۹۸۸: اولین مسابقه جام جهانی سنگنوردی در رشته مسیر دشوار (درجه دشوار بودن مسیر) از تاریخ ۵ تا ۱۲ ژوئن ۱۹۸۸ در سنوبرد ایالت یوتای آمریکا برگزار گردید. در این رقابتها ۴۰ سنگنورد مرد و ۲۰ سنگنورد زن از ۱۱ کشور شرکت کردند. در گروه مردان پاتریک ادلینگر و در گروه زنان کاترین دستیول اول شناخته شدند که هر دو از کشور فرانسه بودند.

در سپتامبر سال ۱۹۸۸ مسابقات سنگنوردی در رشته صعود سرعتی و مسیر دشوار در نیمس (Nimes) فرانسه و لاریبا مون بلان اسپانیا فقط در رشته سرعت برگزار شد.

مرحله نهایی مسابقات جام جهانی در دو رشته سرعت و مسیر دشوار در اکتبر ۱۹۹۸ در یالتا و با شرکت بیش از ۱۰۰ سنگنورد از ۱۳ کشور برگزار شد و قبل از شروع مسابقات مرحله دوم آموزش داوران بین‌المللی نیز به پایان رسید.

افراد برتر رشته مسیر دشوار در گروه مردان فیلیپ پلاننیر از فرانسه و در گروه زنان نوئل پاسکال از لوکزامبورگ، در رشته صعود سرعتی در گروه مردان خیرات رحمتوف (کایرات راخمتوف) و در گروه زنان ناتالیا کاسماچف - هر دو از شوروی - معرفی شدند.

در روزهایی برگزاری مسابقات و در کنار آن جلسه‌های کمیسیون مسابقات سنگنوردی نیز برگزار شد. در این جلسات روش درجه‌بندی کیفیت

صعود برای رقابت‌های جام جهانی سال ۱۹۸۹ بررسی و تدوین شد. لذا مقام اول ۲۵ نقطه امتیاز و نفر پانزدهم یک نقطه امتیاز داشت.

آنچه ملاحظه گردید مروری بود بر فعالیتهای کمیسیونها و کمیته‌های سنگنوردی UIAA تا قبل از سال ۱۹۸۸ و به منظور اجرای قانونی و هماهنگ مسابقات در ذیل خلاصه‌ای از مسابقات بین‌المللی سنگنوردی که به وسیله CEC/CICE یعنی دو کمیسیون و کمیته مسئول برگزاری مسابقات از سال ۱۹۸۹ تا سال ۱۹۹۶ صورت گرفت، ارائه می‌شود.

سال ۱۹۸۹: ۱. اولین دوره مسابقات سنگنوردی جام جهانی در رشته مسیر دشوار روی دیواره مصنوعی در لیدز انگلستان و از تاریخ ۱۷ تا ۱۹ فوریه ۸۹ صورت گرفت و در گروه مردان جری موفات از انگلستان و در گروه زنان رابین اربسفیلد از امریکا اول شدند.

۲. دومین دور مسابقات جام جهانی سنگنوردی در دو رشته مسیر دشوار و صعود سرعتی در لاریبا

۳. مسابقات بین‌المللی در رشته مسیر دشوار بر دیواره طبیعی در باردونچیا ایتالیا برگزار شد. در این مسابقات که دور سوم مسابقات جام جهانی محسوب می‌شد در گروه مردان سیمون نادین از انگلستان و در گروه زنان نانت ریبوا از فرانسه مقام اول را کسب کردند.

۴. دور چهارم مسابقات جام جهانی ۸۹ در دو رشته مسیر دشوار و صعود سرعتی روی دیوار ۳۰ متری یک هتل واقع در سنوبرد (Snow bird) امریکا و از تاریخی ۱۸ تا ۲۰ اوت برگزار شد. در این مسابقات در رشته مسیر دشوار و در گروه مردان دیدیه رابوتو و در گروه زنان نانت ریبوا هر دو از فرانسه و در رشته صعود سرعتی در گروه مردان جکی گودوف و در رشته زنان کاترین دستیل هر دو از فرانسه مقام اول را کسب کردند.

۵. مرحله پنجم مسابقات جام جهانی سنگنوردی در رشته مسیر دشوار و صعود سرعتی روی دیواره‌های طبیعی در ولیکو بلغارستان از تاریخ

خلاصه اطلاعات مسابقات جام جهانی سال ۱۹۸۹

ردیف	تاریخ مسابقه	محل برگزاری مسابقه	نوع مسابقه	نفر اول گروه مردان	نفر اول گروه زنان	توضیحات
۱	۱۷ تا ۱۹ فوریه	لیدز انگلستان	مسیر دشوار	جری موفات / انگلستان	رابین اربسفیلد / امریکا	
۲	ژوئن	لاریبا اسپانیا	مسیر دشوار / سرعت	سیمون نادین / انگلستان / جری موفات / انگلستان	ایزابل پاتیشیه / فرانسه / ایزابل دورسیموند / بلژیک	امتیاز مساوی
۳	ژوئیه	باردونچیا ایتالیا	مسیر دشوار	سیمون نادین / انگلستان	نانت ریبوا / فرانسه	
۴	۱۸ تا ۲۰ اوت	سنوبرد یوتا امریکا	مسیر دشوار / سرعت	دیدیه رابوتو / فرانسه / گودوف / فرانسه	نانت ریبوا / فرانسه / کاترین دستیل / فرانسه	دیوار ۳۰ متری هتل در محل
۵	۲۱ تا ۲۴ سپتامبر	ولیکو بلغارستان	مسیر دشوار / سرعت	—	—	برنده تعیین نشد
۶	۲ تا ۸ اکتبر	مالتا شوروی	مسیر دشوار / سرعت	براسکو کارلوس / اسپانیا / صلوات رحمتف / قزاقستان	لویزالوان / ایتالیا / نادزه درشینیا / روسیه	
۷	۲۰ تا ۱۹ نوامبر	لیون فرانسه	مسیر دشوار / سرعت	سیمون نادین / انگلستان / گودوف / فرانسه	لین هیل / امریکا / ایزابل دورسیموند / بلژیک	
برنده‌نهایی جام جهانی سال ۱۹۸۹			مسیر دشوار / سرعت	سیمون نادین / انگلستان / گودوف / فرانسه	ایزابل دورسیموند / بلژیک / نانت ریبوا / فرانسه	

سالوات راخمتاف (صلوات رحمتوف) از قزاقستان و در گروه زنان نادزه درشینیا از روسیه اول شدند.

۷. دور هفتم و آخرین دور مسابقات بین‌المللی جام جهانی سنگنوردی ۸۹ در دو رشته مسیر دشوار و صعود سرعتی در لیون فرانسه روی دیواره مصنوعی در تاریخ ۱۹ و ۲۰ نوامبر برگزار شد. در این مسابقات در رشته مسیر دشوار در گروه مردان سیمون نادین از انگلستان و در گروه زنان لین هیل از امریکا و



رشته صعود سرعتی در گروه مردان ژان کودف از فرانسه و در گروه زنان ایزابل دور سیموند از بلژیک مقام اول را کسب کردند.

با توجه به امتیازات به دست آمده برای هر یک از مسابقه‌دهنده‌ها در این ۷ دوره مسابقه، برنده جام جهانی مسابقات سنگنوردی در رشته مسیر دشوار در گروه مردان سیمون نادین از انگلستان و در گروه زنان نانت ریبوا از فرانسه و در رشته صعود سرعتی در گروه مردان جکی گودوف از فرانسه و در گروه زنان ایزابل دورسیموند از بلژیک معرفی شدند. مسابقات بین‌المللی سنگنوردی روی دیواره‌های طبیعی که در یالتا برگزار شد آخرین مسابقات در تاریخ مسابقات بین‌المللی روی دیواره‌های طبیعی محسوب می‌شود. زیرا در نشست اعضای CEC/CICE در سیلیت یوگسلاوی تصمیم گرفته شد که از سال ۱۹۹۰ مسابقات جام جهانی سنگنوردی - قهرمانی اروپا و جهان فقط روی دیواره‌های مصنوعی برگزار شود. با صدور این بخشنامه شمار شرکت‌کنندگان در رشته صعود سرعتی کاهش یافت و به رشته مسیر دشوار اضافه شد.

از ۲۱ تا ۲۳ سپتامبر ۱۹۸۹ در نشست شامونی فرانسه دیدگاه‌های مختلف ورزش سنگنوردی بررسی و درباره نحوه داوری در مسابقات تجدید نظر شد.

ادامه دارد ...

۲۱ تا ۲۴ سپتامبر برگزار شد ولی برنده‌ای تعیین نشد.

۶ دور ششم مسابقات جام جهانی سنگنوردی در مسیر دشوار و صعود سرعتی از تاریخ ۲ تا ۸ اکتبر در مالتا برگزار شد. در این مسابقه در رشته مسیر دشوار در گروه مردان براسکو کارلوس از اسپانیا و در گروه زنان لویزالوان از ایتالیا افراد برتر معرفی شدند. در رشته صعود سرعتی در گروه مردان

Lariba اسپانیا و بر دیواره مصنوعی برگزار شد و در رشته مسیر سخت در گروه مردان سیمون نادین و جری موفات هر دو از انگلستان و تقریباً با امتیاز مساوی مقام اول را به دست آوردند. از گروه زنان نیز ایزابل پاتیشیه از فرانسه مقام اول را کسب کرد. در رشته صعود سرعتی در گروه مردان آندره مارگیز از لهستان و در گروه زنان ایزابل دورسیموند از بلژیک مقام اول مسابقه را کسب کردند.



مسابقات یخنوردی بر دیواره مصنوعی سال ۱۹۹۸

ترجمه وارطان زاکاریان

تجدید و کلاهک ساخته شده بود. شرط اولیه شرکت در مسابقات استفاده از کلنگ یخنوردی و کرامپون بود.

روند انجام مسابقات مسیر دشوار

در تمامی مدت مسابقه (قبل و هنگام آن) هیچ یک از شرکت کنندگان حق تمرین روی این دیواره را نداشت. دیواره تا قبل از شروع مسابقه غیرقابل



صعود در مسیر دشوار

استفاده بود. رقابتها براساس دشواری مسیر و سرعت صعود ارزیابی و شرکت کنندگان قبل از شروع مسابقه به صورت گروهی یا دسته‌های مختلف فقط یکبار می‌توانستند مسیرهای مختلف روی دیواره را بررسی کنند. هر شرکت‌کننده فقط یکبار حق شرکت در مسابقه را داشت و اگر موفق نمی‌شد از دور مسابقات خارج می‌شد. از میان شرکت‌کنندگان در مرحله نیمه‌نهایی، در گروه مردان ۱۶ نفر و در گروه زنان ۱۲ نفر انتخاب شدند. دور نهایی مسابقات

گزارش از الکساندر بیراتنیسکی معاون کمیته بین‌المللی مسابقات سنگنوردی و یخنوردی داخل سالن (Ice) و استاد دانشگاه تکنولوژی لورال امریکا.

دومین مسابقه یخنوردی روی دیواره مصنوعی یخ در زمستان ۱۹۹۸ و از تاریخ ۱۵ الی ۱۸ ژانویه در کرستهبات از نواحی کوهستانی کلرادو در امریکا برگزار شد و مورد استقبال تماشاچیان و شرکت‌کنندگان قرار گرفت. مسابقات آن قدر جالب توجه بود که شبکه تلویزیون ABC پخش مستقیم آن را، مدت سه روز و در ۱۷ ساعت یعنی روزانه حدود ۵ ساعت، به عهده گرفت. این عمل سبب رونق بیشتر این مسابقات هم از نظر تماشاچیان و هم از نظر بینندگان تلویزیونی شد.

توضیح مختصر درباره مسابقات یخنوردی

مسابقات یخنوردی روی یک برج یخی مصنوعی به نام «Holographic Ice Tower» و به شکل نیم مخروط، به ارتفاع ۱۸ متری و با زیرسازی از فولاد و پوشش یخ به ضخامت ۷۵ سانتیمتر که دائماً ترمیم می‌شد برگزار شد. یخ این دیواره با جریان‌ات ازت مایع همواره منجمد نگاه داشته می‌شد. روی دیواره اشکال مختلف یخ مانند گل کلم، قارچی شکل، برجک‌های برجسته، (پیلار)،

براساس امتیازات به دست آمده بررسی و برندگان اول تا شانزدهم اعلام شد. مسابقات در چهار مرحله یا با چهار معیار ارزیابی شد که عبارت بود از:

مرحله اول: دسترسی به بالاترین نقطه روی دیواره نشان دهنده بیشترین قدرت یخنورد است و بیشترین امتیاز نیز به او تعلق می‌گیرد.

مرحله دوم: اگر در مرحله اول چند شرکت‌کننده به یک ارتفاع مشخص دست یافتند، به آن که از کمترین سخمه کلنگ استفاده کرده باشد امتیاز بیشتری تعلق می‌گیرد.

مرحله سوم: اگر در دو مرحله اول چند شرکت‌کننده امتیازات برابر کسب کنند، در این مرحله شرکت‌کننده‌ای که از کمترین ضربه‌های کلنگ استفاده کرده است بیشترین امتیاز را دارد.

مرحله چهارم: اگر در سه مرحله اولیه چند شرکت‌کننده امتیازات برابر کسب کنند، صعود کننده‌ای که سرعت بیشتری داشته است امتیاز بیشتری کسب می‌کند.

نکته: محل سخمه مناسب کلنگ یا گیره مناسب عبارت است از محل فرونشاندن کلنگ و یا هر گیره مناسب که مسابقه‌دهنده بتواند خود را نگهدارد و سقوط نکند و شامل موارد زیر است:

۱. هر زمان که مسابقه‌دهنده به منظور به دست آوردن محل مناسب با کلنگ خود با یخ تماس داشته باشد یا آنکه با دست اقدام به گرفتن گیره یخی کند.

۲. قبل از آنکه صعودکننده کلنگ خود را با ضربه در یخ فرو کند، به منظور دستیابی به محل مورد نظر به طریقی با کلنگ با آن تماس داشته باشد.

۳. صعودکننده نوک کلنگ خود را در سوراخی جای دهد که قبلاً با کلنگ صعودکننده قبلی ایجاد شده است.

روند انجام مسابقات صعود سرعتی

دوره اولیه شروع مسابقات: شرکت‌کنندگان به دسته‌های دو نفره تقسیم می‌شوند و در هر نوبت دو مسیر تعیین می‌شود، صعودکنندگان، همزمان، صعود خود را از دو مسیر آغاز می‌کنند و پس از اتمام، هر یک از آنها مسیر دیگری را با همان مقررات زمانی طی می‌کند. این روند برای همه شرکت‌کنندگان یکسان است. لذا هر شرکت‌کننده در هر دوره دو مسیر را طی می‌کند. ملاک بررسی امتیازات، زمان است و صعودکننده‌ای بیشترین امتیاز را دارد که در دو مرحله در زمان کمتری با حفظ مقررات تعیین شده صعود کند. مسابقه با همین روند برای تمامی شرکت‌کنندگان ادامه می‌یابد. در مرحله

ب: مسابقه صعود سرعتی

گروه مردان		
رتبه	نام	کشور
۱	ویل گار	امریکا
۲	سونگ کوون چونگ	کره
۳	تراویس اسپیتوز	امریکا

گروه زنان		
رتبه	نام	کشور
۱	کیم سیزماژیا	امریکا
۲	کفیرا آلن	کانادا
۳	لیز گرنارد	امریکا

صعود سرعتی		مسیر دشوار	
گروه مردان	گروه زنان	گروه مردان	گروه زنان
۵۱۶۰	۵۱۶۰	۵۱۶۰	۵۱۶۰
۲۵۸۰	۲۵۸۰	۲۵۸۰	۲۵۸۰
۱۲۰۰	۱۲۰۰	۱۲۰۰	۱۲۰۰
۱۰۸۰	۱۰۸۰	۱۰۸۰	۱۰۸۰
۶۰۰	۶۰۰	۶۰۰	۶۰۰
۵۴۰	۵۴۰	۵۴۰	۵۴۰
—	۴۰۰	—	۴۸۰
—	۳۰۰	—	۳۶۰

با توجه به اختلاف اولیه در مسیرهای مسابقه گروه مردان و زنان مشاهده می‌شود که امتیازات گروه زنان تقریباً برابر با گروه مردان است.

مأخذ: بولتن UIAA

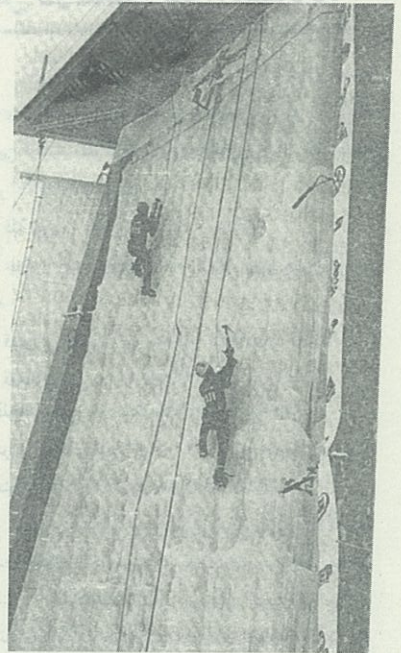
می‌شود و هر مسابقه‌دهنده پس از پایان مسیر اولیه خود باید مسیر دوم را نیز طی کند.

مسیرها مسیر چپ و مسیر راست نامگذاری شده است. هر مسابقه‌دهنده باید یکبار مسیر راست و یکبار مسیر چپ را صعود کند به صعودکننده‌ای با کمترین زمان، امتیاز بیشتری داده خواهد شد و صعودکننده‌های دیگر از دور بعدی مسابقات حذف می‌شوند. تا آنکه دو نفر اول و دو نفر دوم معرفی شوند و برای معرفی نفر سوم شورای برگزاری مسابقات پس از ارزیابی امتیازات شرکت‌کننده‌های مرحله نهایی رأی خود را اعلام می‌کند. اسامی افراد برتر مسابقات یخنوردی مردان و زنان در رشته مسیر دشوار و سرعت که در سال ۱۹۹۸ برگزار شد به قرار زیر است:

الف: مسابقه سختی مسیر

گروه مردان		
رتبه	نام	کشور
۱	ویل گار	امریکا
۲	سونگ کوون چونگ	کره
۳	استیوهاستون	فرانسه
۴	گلد اوگدن	امریکا

گروه زنان		
رتبه	نام	کشور
۱	کیم سیزماژیا	امریکا
۲	برد استیو	امریکا
۳	لیز گرنارک	امریکا
۴	کارن مک نیل	کانادا



صعود در مسیر سرعتی

دوم مسابقه نیز زمان محاسبه شده این مرحله با زمان محاسبه شده مرحله قبل بررسی می‌شود و نهایتاً هشت مسابقه‌دهنده با کمترین زمان محاسبه شده به مرحله نهایی معرفی می‌شوند. در دور نهایی دو مسیر برای هر نوع شرکت‌کننده در نظر گرفته

اطلاعیه تأسیس صندوق قرض الحسنه کوهنوردان کشور * برکت عمر در کار نیک است *

امام علی (ع)

فکر و اندیشه آسمانی ما را بر آن داشت تا حرکتی انسانی را پایه‌گذاری کنیم. لذا طی دعوتی که از افراد صاحب نظر و علاقمند به ترویج ورزش انسان‌ساز کوهنوردی بعمل آمد، پیشنهاد شد تا در جهت ارائه راهکارهای اقتصادی سهمیه‌بند صندوق قرض الحسنه کوهنوردان کشور را تأسیس نمایند. بنابراین شایسته است تا همه با هم و دست در دست یکدیگر جهت پیشبرد اهداف مدون در اساسنامه کوشا باشیم و به منظور شکل‌گیری اساس برنامه در تاریخ ۷۷/۸/۹، اولین جلسه هیات مؤسس متکی بر دعوت عام تشکیل گردید و افراد ذیل به عنوان اعضای هیات مدیره انتخاب شدند. آقایان: ابولفضل عظیمی، مدیر عامل - مهدی داورپور، رئیس هیات مدیره - همایون بختیاری، دبیر - آقایان حامد گلکار، حمید آسیابان به عنوان اعضای اصلی و آقایان داریوش بابازاده و محسن نوری به عنوان اعضای علی‌البدل و آقای آلبرت مسیحی آرآکل (بازرس اصلی) و آقای اقبال افلاکی (بازرس علی‌البدل) انتخاب شدند. با توجه به مراتب فوق ضمن اعلام موجودیت، از کلیه هم‌نوردان عزیز به منظور عضویت در این صندوق و خرید سهام اسمی به مبلغ هرسهم (پنج‌هزار ریال) دعوت به عمل می‌آید. علاقمندان می‌توانند جهت خرید سهام، وجه خود را به حساب شماره (۸۰۰۳۹۴۲) بانک ملی ایران شعبه پیام انقلاب اسلامی (بنامهای آقایان ابولفضل عظیمی - مهدی داورپور - همایون بختیاری) - واریز و فتوکپی فیش فوق را به آدرس (تهران صندوق پستی ۱۸۸۱ - ۱۵۸۱۵) ارسال نمایند. مزید تشکر است که ما را در تهیه آرم صندوق با ارسال طرح‌های پیشنهادی یاری نمایند. هیات مدیره صندوق قرض الحسنه کوهنوردان کشور

مصوبات جدید در قوانین اجرایی برای صدور مجوز به قله‌ها در هیمالایا

نرخ جدید صدور مجوز صعود به قله در منطقه چین (هیمالایا)

اخیراً فدراسیون کوهنوردی چین در نرخهای صدور مجوز به قله‌های رشته‌کوه‌های هیمالایا واقع در منطقه چین تجدید نظر کرده و نرخ جدیدی برای هر نفر به قرار زیر اعلام داشته است:

۱. قله اورست (کومولونگما)، ۵۰۰۰ دلار
 ۲. چوایو و شیشاپانگما، ۳۰۰۰ دلار برای هر یک از دو قله
 ۳. قله‌های بالاتر از ۸۰۰۰ متر، ۱۷۶۰ دلار
 ۴. قله‌های بین ۷۰۰۰ تا ۷۹۹۹ متر، ۱۰۸۰ دلار
 ۵. قله‌های بین ۶۰۰۰ تا ۶۹۹۹ متر، ۷۰۰ دلار
 ۶. برای قله‌های کمتر از ۶۰۰۰ متر نرخ صدور برای هر کوهنورد حدود ۳۰ دلار در نظر گرفته شده است.
- نرخهای اعلام شده برای گروههایی که تعداد اعضای آنها ۱۱ نفر باشد در نظر گرفته شده که شامل کوهنوردان، شریاها و باربران غیرچینی است. اگر تعداد از ۱۱ نفر تجاوز کند به ازای هر نفر عضو اضافه ۱۰٪ بر نرخ صعود اضافه می‌شود.

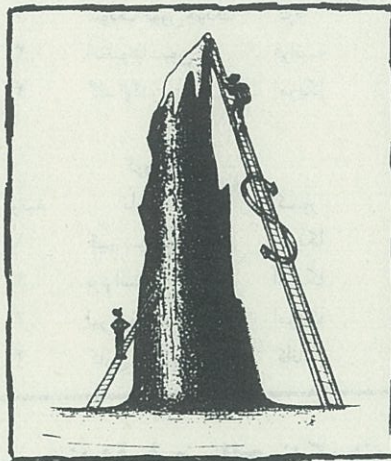
فدراسیون کوهنوردی چین حد مشخصی برای تعداد اعضای گروه اعلام نکرده است. در ضمن این فدراسیون برای قله‌هایی که برای اولین بار صعود می‌شود و تا آن تاریخ بکر و صعود نشده بوده است نرخ دیگری در نظر دارد که بانرخهای قبلی تفاوت محسوسی دارد. نرخهای اعلام شده زیر به تصمیم نهایی فدراسیون کوهنوردی چین بستگی دارد.

نرخهای اعلام شده عبارت است از:

- الف. برای صعود به قله‌های بالاتر از ۸۰۰۰ متر، بین ۲۷۰۰ تا ۴۱۰۰۰ دلار برای هر گروه
 - ب. برای صعود به قله‌های بین ۷۰۰۰ متر تا ۸۰۰۰ متر، بین ۱۵۰۰ تا ۱۰/۰۰۰ دلار
 - ج. برای صعود به قله‌های بین ۶۰۰۰ متر تا ۷۰۰۰ متر، بین ۱۰۰۰ تا ۵۰۰۰ دلار و چنانچه مسیر انتخاب شده جدید مورد تأیید قرار گیرد نرخ مجوز صعود هر آنچه قبلاً تعیین شده دوبرابر خواهد شد.
- اگر افراد صعود کننده یعنی کوهنوردان، شریاها و باربرهای غیرچینی از چند کشور باشند، برای هر کشور، بجز کشور درخواست کننده مجوز، معادل ۱۰٪ هزینه اضافی نسبت به نرخ تعیین شده در نظر گرفته می‌شود. Δ مأخذ: مجله‌های

(تقریباً اول شهریور ۱۳۷۷) در شبکه اینترنت قرار گرفته و درخواستهای صعود و شرح کامل گروههای ذخیره و دیگر اطلاعات مربوط به نامنویسی و صدور مجوز از طریق این شبکه قابل دریافت و استفاده درخواست‌کنندگان است. همچنین در نظر است که فهرست قله قابل صعود نیز در اینترنت اعلام شود.

۳. نامنویسی برای کسب مجوز هم از طریق مکاتبه و هم از طریق اینترنت امکان‌پذیر است.
۴. فهرست باشگاه کوهنوردی هیمالایا در فدراسیون کوهنوردی هندوستان در دهلی برای ارجاع سریع درخواست‌کنندگان موجود است.
۵. تمامی نقشه‌های توپوگرافی منطقه در فدراسیون کوهنوردی هندوستان آماده بهره‌برداری است. ولی در بعضی از نقشه‌ها خطوط میزان ارتفاعات (کشورها) تکمیل نشده و قرار است تا شهریور ماه ۱۳۷۷ (اکتبر ۱۹۹۸) سال جاری آماده شود.



۶. همه کارکنان که در ارتباط با امور صعود به قله و گروههای صعود کننده هستند. برای کار کردن با کامپیوتر در حال آموزش هستند تا بتوانند در آینده نزدیک اطلاعات کامل در ارتباط با قله‌ها، گروهها، وضعیت جوی، اردوگاهها و غیره را با کامپیوتر در اختیار درخواست‌کنندگان قرار دهند.

۷. در حال حاضر فدراسیون کوهنوردی هندوستان مقادیر زیادی ادوات جدید در اختیار دارد که با نرخ اقتصادی و بدون در نظر گرفتن سود بازرگانی به فروش می‌رساند. در ضمن فدراسیون سعی دارد که محفظه‌های اکسیژن را در محلهای مناسب کوهنوردی انبار کند تا برای فروش در اختیار کوهنوردانی که در ارتفاعات نیاز به این محفظه‌ها دارند قرار گیرد. هر چند انبار کردن محفظه‌ها در ارتفاعات مختلف نیاز به زمان دارد، اقدامات اولیه صورت گرفته است.

در سال ۱۹۷۷ دولت هند برای ایجاد تسهیلات صعود به قله‌های منطقه خود قوانین اجرایی جدیدی وضع کرد که از آن جمله نحوه صدور مجوز برای صعود به قله برای کوهنوردان غیرهندی در منطقه هیمالایاست. طبق قوانین جدید، کوهنوردان یا سرپرستان برای کسب مجوز صعود به هر یک از قله باید سه ماه قبل درخواست کتبی خود را ارائه دهند و پس از قبول آن مبلغ تعیین شده را که شامل نرخ مجوز صعود، هزینه جمع‌آوری زیاله، هزینه حفاظت محیط کوهستان است، تا دو ماه پس از آن پرداخت کنند. در صورت تغییر یا لغو برنامه صعود، ۴۰۰ دلار از کل مبلغ پرداخت شده غیرقابل برگشت است.

نرخ صدور مجوز برای صعود به قله‌ها به قرار زیر است:

شرق قراقرم، ۴۰۰۰ دلار (در صورت اجرای مشترک با کوهنوردان هندی)

قله‌های مناطق حفاظت شده، ۴۰۰۰ دلار

قله‌های بالاتر از ۷۰۰۱ متر و قله‌های «نان» و «کان»، ۳۰۰۰ دلار

قله‌های بین ۶۵۰۱ متر تا ۷۰۰۰ متر، ۲۰۰۰ دلار و قله‌های زیر ۶۵۰۰ متر، ۱۵۰۰ دلار

با توجه به نرخهای اعلام شده به نظر می‌رسد که تغییرات چندانی در نرخهای صعود نسبت به قبل از سال ۱۹۷۷ صورت گرفته و حتی به نظر بعضی از کوهنوردان امکان به دست آوردن مجوز صعود به قله‌های شرق قراقرم مشکلتتر نیز شده است. ولی امور اجرایی فدراسیون پیشرفت کرده است؛ مثال بارزش، پرداخت مبلغ مجوز با کارت اعتباری است که اکنون برای گروهها میسر شده که به جای پرداخت نقدی از کارت اعتباری حتی از طریق مکانهای استفاده کنند. خبر رضایتبخش دیگر آن است که فدراسیون کوهنوردی هندوستان برای گروههایی که مجوز صعود به قله را دارند، درخواست ویزا می‌کند که هزینه آن ۴۰۰ دلار است. اغلب گزارشهای گروههای صعود کننده به قله‌ها حاکی از رضایت از مدیرتهای محلی و سازماندهی فدراسیون کوهنوردی هندوستان است.

اخیراً در سال ۱۹۹۸ تغییراتی در مقررات اجرایی و در جهت بهبود کار صورت گرفته که اهم آن عبارت است از:

۱. از اول سال ۹۸ صعود به ۱۵۱ قله که اسامی آنها انتشار یافته، آزاد اعلام شده است و فدراسیون کوهنوردی هندوستان سعی دارد نظارت بر صعود به این قله‌ها را خود به عهده گیرد. لذا برای صعود به این قله‌ها می‌توان بدون مراجعه به سازمان جهانگردی هندوستان اقدام کرد.
۲. فدراسیون کوهنوردی هندوستان از ماه اوت ۱۹۹۸



در انتظار پاسخ از مسئولین

مسعود اشرفی

جمعه اواسط شهریورماه گذشته هنگام عبور از مسیر ده پس قلعه به منطقه بندیخچال، هنگامی که می‌خواستم وارد دره زیر «چشمه جعفر» شوم با منظره متاثر کننده و عجیبی روبه‌رو شدم. محوطه‌ای به وسعت حدود ۵۰۰ متر مربع را زباله‌های گوناگون و به خصوص نایلون‌هایی که داخل پوته‌ها گیر کرده بود پوشانده بود! چند دقیقه‌ای آن منظره را نظاره کردم و پیرامون علت به وجود آمدن چنین وضعی فکر کردم. طی سالیان درازی که از این مسیر گذر کرده بودم هیچ‌گاه چنین منظره زشتی مشاهده نکرده بودم.

آخرین جمعه آبان ماه هنگامی که از بند یخچال سرازیر و به محوطه چشمه جعفر وارد شدم، مشاهده محوطه بزرگی که توسط عده‌ای نابخرد به آتش کشیده شده بود گام‌هایم را سست کرد. کمی پایین تر محمود افغان مربی فدراسیون کوهنوردی را دیدم که به همراه دو نفر دیگر از کوهنوردان با دست و از آب چشمه و خاک مشغول خاموش کردن باقیمانده آتش بودند. پس از اطمینان از مهار کردن آتش با یکدیگر همگام شدیم و طی راه به محل زباله‌ها رسیدیم. هنوز پس از گذشت بیش از دو ماه، باقیمانده زباله‌ها را می‌شد دید. به افغان گفتم که تاکنون برایم مشخص نشده که علت این وضعیت چه بوده است. از پاسخ او متوجه شدم که این زباله‌ها باقیمانده اردوی مربیگری فدراسیون کوهنوردی است که پس از حمل کیسه‌های زباله از محل اردو به این مکان به حال خود رها شده است.

اردوی مربیگری؟! با حضور ۴۰ نفر و به مدت ۵ روز در کنار چشمه‌ای برپا شد که اکثر کوهنوردان در آنجا به استراحت می‌پرداختند و از آب آن برمی‌دارند و از سوی دیگر این چشمه آب آشامیدنی عده‌ای از اهالی ده پس قلعه را نیز تأمین می‌کند. برپایی اردو بدون در نظر گرفتن مکان مشخص و ثابتی برای دستشویی و نظافت روزانه تأثیرات بسیار نامطلوبی به همراه دارد. سرانجام هم رها کردن آن همه زباله در طبیعت بی‌زبان! چگونه آموزشی است برای مربیان جوانی که تربیت نسل آینده جوانان ورزشکار را به عهده دارند؟ آن آتش‌سوزی در مقایسه با این رفتار این شعر معروف را تداعی می‌کند:

اگر ز باغ شاه، ملک کند سیبی

برآوردن غلامان او درخت از بیخ

حمد... ساعتی

متولی کیست؟

هفته قبل در شهرستانک بودم، جای شما خالی بود. شیشه‌های پناهگاه (قصر ناصرالدین شاه) شکسته و اتاقها سرد بود. مردم در بیرون ساختمان با چوب درختان آتش روشن کردند که این خود یک فاجعه بود. Δ

پیامهای فصلنامه

مراکز توزیع فصلنامه کوه

همانگونه که خوانندگان فصلنامه در شماره گذشته مطلع شدند به دلیل بروز مشکلاتی که عوامل توزیع فصلنامه در شهرستانها در ارتباط با کیوسک جراید ایجاد کردند، تصمیم گرفتیم که تا برطرف شدن این معضل از توزیع نشریه در شهرستانها خودداری کنیم. در پی استقبال تعدادی از عوامل شریف توزیع مطبوعات در شهرستانها و همچنین ابراز محبت دوستان کوهنورد نسبت به توزیع فصلنامه، مراکز جدید توزیع را به اطلاع دوستداران فصلنامه می‌رسانیم. در خور ذکر است که نشریه آماده همکاری با سایر علاقه‌مندان برای توزیع است و در این خصوص تلفن ۲۷۱۲۸۱۶ آماده پاسخگویی به دوستداران نشریه است.

مشهد - جواد نظام دوست - تلفن: ۳۲۰۲۰۶

تبریز - فروشگاه آذرکوه - تلفن: ۶۱۰۸۷

کرمانشاه - دوایر پستی - ایوب ایریلوزادیان

تلفن: ۷۷۵۵۵۶

اصفهان - کریم شفیعی - تلفن: ۲۳۳۵۷۵

شیراز - خسرو حقگو - تلفن: ۸۳۳۳۷۲۶

عذرخواهی

به اطلاع آن دسته از خوانندگان عزیز فصلنامه که مقاله کوههای پامیر را دنبال می‌کردند می‌رسانیم، متأسفانه قسمت سوم مقاله در این شماره آماده درج نگردید. امیدواریم که بتوانیم در شماره آینده به ادامه این مطلب بپردازیم. Δ

فروش دوره کامل فصلنامه کوه

تعداد محدودی دوره ۲ ساله فصلنامه کوه (۱ تا ۸) و ۳ ساله (۱ تا ۱۲) صحافی شده به قیمت ۶۰۰۰۰ و ۸۰۰۰۰ ریال آماده فروش است. علاقه‌مندان به خرید می‌توانند با دفتر نشریه تماس تلفنی برقرار نمایند. Δ



آنجا آنجا آنجا

در دل غاری وحشتناک
بالای تخته‌سنگی بزرگ
بر فراز قله‌ای رفیع
کنار دره‌ای عمیق
چند کوهنورد در حرکتند
در حرکتند تا اسرار طبیعت را دریابند
و کاخهای اوهام برهم ریزند، در حرکتند تا در
موحش‌ترین غارها نفوذ
و بر مرتفع‌ترین قله‌ها صعود کنند

ناگهان: سنگ سنگ سنگ
یکی از آنها در سینه کوه می‌غلطد
در این حال دلها در سینه می‌طپد
چهره‌ها گلگون می‌گردد

تا دوست خود را از چنگال مرگ
نجات داده و

یاری‌اش
کنند

راستی اگر بین آنها محبت و صمیمیت همکاری
نبود چه می‌شد

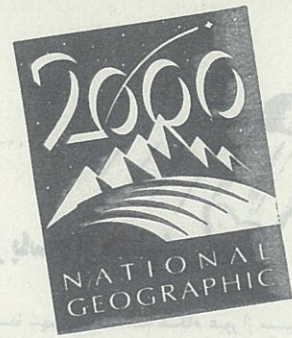
کدام حقیقتی کشف و کدام اسراری آشکار
می‌گردید

و از کدام یک آن معابر می‌توان بدون
مخاطره عبور کرد

پس دوستان: محیط ورزش ما
محبت و صمیمیت و فداکاری

یکدیگر دارد. Δ

ناصر رستمی



استقبال از هزاره

جوتل سورلو

ترجمه م. برزگر (خلیلی)

یعنی ۶۲۲ سال بعد از تولد مسیح را مبدأ تاریخ خود محسوب می‌دارند و در حقیقت به استثنای مسلمانان، اقوام دیگر، هیچ‌کدام اهمیت چندانی به گذشت هزاره‌ها نداده‌اند. در این مقاله موضوعات مهمی اجمالاً مورد بحث قرار می‌گیرد که عبارت است از: اکتشافات، تغییرات جهان، رشد جمعیت، اهمیت تنوع زیستی، آداب و رسوم مردم، و علوم. این مطالب همگی بر یک موضوع استوار است: رابطه ما با طبیعت و با یکدیگر، بعضی از آنها به وطن ما نزدیک است و برخی دور از دسترس ماست پایه و اساس همه اینها بر این مبناست که: «بیشتر بدانیم و بیشتر کشف کنیم.»

اکتشافات

امروزه قطعاً می‌توانیم ادعا کنیم که در کره زمین نقطه ناشناخته‌ای وجود ندارد و نیز هر یک از ما می‌توانیم ادعا کنیم که تقریباً همه چیز را از طریق تلویزیون یا عکس مشاهده کرده‌ایم ولی در حقیقت دوره جدیدی از اکتشافات پیش روی خویش داریم. در راه چنین اکتشافی از تمامی امکانات از جمله آزمایشهای فضایی تا استفاده از الیاف مویی شکل که می‌تواند از همه جا کسب اطلاعات کند استفاده می‌بریم و ممکن است به این طریق به یک سؤال بزرگ بشریت پاسخ داده شود: «جایگاه حیات در فضای لایتناهی چگونه است؟»

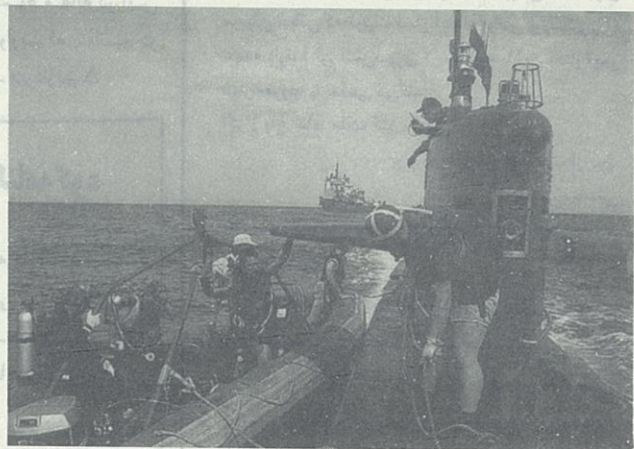
تصاویری که توسط آزمایشگاه فضایی گالیله در زمستان گذشته به زمین ارسال شد، نمایانگر آن است که روی یکی از ۱۶ قمر سیاره مشتری به نام قمر اروپا، لایه‌های یخ روی اقیانوس وجود دارد. احتمالاً این اقیانوس از مجموعه اقیانوسهای زمین بزرگتر است. در کره زمین هر جا آب است حیات نیز است. آیا چنین چیزی در مورد قمر اروپا نیز صادق است؟ هرچه بیشتر در مورد قمر اروپا می‌خوانم بیشتر به هیجان می‌آیم. ممکن است در زیر این لایه‌های یخ، آتشفشانهایی باشد که حرارت آن شرایط ضروری برای تشکیل حیات را فراهم آورد.

هر یک از سفرهای آزمایشی فضایی به قمر اروپا صدها میلیون دلار خرج دارد. در حالی که بسیاری از احتیاجات بشر در کره زمین تأمین نشده است، آیا مردم جهان با چنین مخارج و سرمایه‌گذاریهایی موافق هستند؟ دانشمندان امیدوارند که تا سال ۲۰۰۴ یک آزمایشگاه فضایی به منظور آزمایش یخ به قمر اروپا بفرستند و اگر بتوانند مخارج آزمایشهای بعدی را تأمین کنند، ده سال پس از آن، یک وسیله خودکار به نام «کریوبات - هیدروبات» به سطح قمر اروپا خواهد رسید.

همچنین با استفاده از اطلاعات به دست آمده از آزمایشگاه فضایی هزاره جدید مریخ که قرار است در سال ۱۹۹۹ به عمق سطح مریخ نفوذ کند، یک دستگاه مجهز مدادی شکل که طول آن کمتر از دو متر است (کریوبات) از مریخ برخواهد خاست و در سطح قمر اروپا فرود خواهد آمد. سپس به‌طور خودکار شروع به گرم شدن و نفوذ در یخ می‌کند و به اعماق یخ می‌رود تا به اقیانوس زیر لایه‌های یخ برسد. سپس دستگاه دیگر آن (هیدروبات که با نیروی آب کار می‌کند) به کار می‌افتد و در آبهای اقیانوس قمر اروپا به گردش می‌پردازد تا اثری از کربن، ازت و سایر عناصر که دانشمندان معتقدند برای پیدایش حیات ضروری است، یابد. قسمتی از این فن‌آوری شبیه دستگاههایی است که دانشمندان هنگام آزمایش زیر یخهای قاره منجمد جنوبی استفاده کردند. نمونه اولیه آن ممکن است در آزمایشهای دریاجه

۶ آوریل ۱۹۹۷ دقیقاً هزار روز به سال ۲۰۰۰ باقی است. در این روز من در میدان بزرگ تایمز لندن مقابل یک گروه هزار نفری اجرای موسیقی ایستاده‌ام. افراد پلیس برای جلوگیری از ورود مردم به محوطه اجرای موسیقی نرده‌هایی قرار می‌دهند؛ ولی در این هنگام که صبح زود است، پیاده‌روها خالی است. اعضای این گروه عظیم از شهرهای مختلف آمریکا به اینجا آمده‌اند و قرار است ساعت ۱۲ ظهر برنامه موسیقی آغاز شود. این اجرا یکی از برنامه‌های متعدد به منظور استقبال از هزاره سوم است که از جمله آنها می‌توان از شبکه رایانه‌ای هزاره، مجموعه‌های تلویزیونی هزاره، یک نوع اتومبیل به نام هزاره و نیز عطر مخصوص هزاره نام برد. ساکنان بومی چند جزیره کوچک در جنوب اقیانوس کبیر خط بین‌المللی زمان را اندکی تغییر داده‌اند تا اولین طلوع فجر هزاره سوم (سال ۲۰۰۰) را ببینند. بلیتهای مجموعه تفریحی والت دیسنی و نیز مجموعه تفریحی فضایی در سیاتل از مدت‌ها قبل برای شب سال نو در غروب آخرین روز سال ۱۹۹۹ به فروش رفته است. ولی با طلوع فجر سال ۲۰۰۰ و آغاز هزاره سوم غیر از برگزاری جشنها اقدامات دیگری نیز تحقق خواهد پذیرفت. شاید این گفته قدیمی: «بعد از هزار سال، شیطان از زندان آزاد می‌شود.» در ذهن مردم زنده می‌شود که با نوعی کشف حقیقت همراه است. قسمت اعظم این توجه و حساسیت نسبت به هزاره جدید در حقیقت نشانه‌ای از تاریخ بشریت است. در میان رقابت شدید رسانه‌های عمومی، گویی همه تلاشها در جهت انعکاس بدبینی عمومی قبل از شروع سال ۲۰۰۰ معطوف شده است.

به هر حال دلیل دیگری نیز وجود دارد که این هزاره را متفاوت می‌کند: برای نخستین بار در تاریخ، اکثریت مردم جهان از آمدن آن اطلاع دارند. در قرن ششم هجری یک روحانی ساکن رم پایه‌گذار تاریخ میلادی شد و تولد حضرت مسیح را مبنای تاریخ مسیحی قرار داد. در آن زمان ملل اروپایی شناخت اندکی از تقویم داشتند و از فرارسیدن سال ۱۰۰۰ مطلع نبودند. استفاده بین‌المللی از تقویم میلادی مسیحیت در سده ۱۸۰۰ بنا بر توسعه تجارت و سرمایه‌داری رونق گرفت. فرهنگهای قدیمی جهان هر کدام تقویم خود را دارند. قوم یهود تقویم خود را از ۳۷۶۰ سال قبل از تولد مسیح شروع می‌کنند و معتقدند که خلقت در آن زمان شروع شده است. هندوها از ۳۱۰۲ سال قبل از مسیح شروع می‌کنند زیرا آن را ابتدای دوره «کالی یوگا» می‌دانند. مسلمانان هجرت حضرت محمد(ص - مترجم) به مدینه



سوم و سال

۲۰۰۰

وستوک به طول ۱۸۰ کیلومتر و عرض ۴۵ کیلومتر که زیر لایه‌های یخی به ضخامت سه کیلومتر در قاره منجمد جنوبی وجود دارد استفاده شود. رسیدن به این هدف ممکن است دو تا شش سال طول بکشد. هیچ یک از کاشفان کره ارض برای اکتشافات خود انتظاری چنین طولانی را تحمل نکردند؛ مثلاً کریستف کلمب در سفر اکتشافی خود بعد از هفتاد روز به قاره جدید رسید. ممکن است وجود حیات در قمر اروپا غیرمنتظره و نامحتمل باشد؛ همان‌طور که احتمال وجود قاره‌ای بین اروپا و آسیا در زمان کریستف کلمب غیرمنتظره بود. امروزه روی کره زمین موجوداتی ذره‌بینی به نام «اکسترمفیل‌ها» می‌شناسیم که در شرایط سخت و بحرانی مانند یخ، آبهای بسیار شور بحرالمتیت و آبهای جوشان زیر اقیانوسها زندگی می‌کنند. در سال ۱۹۶۷ دانشمندی به نام «توماس برک» موفق به کشف موجودات ذره‌بینی شد که در آبهای جوشان پارک ملی «یلوستون» با درجه حرارت نزدیک به ۱۰۰ درجه سانتیگراد زندگی می‌کنند. در دوره جدید به کشفیاتی نایل خواهیم شد که امروزه حتی تصویری از آنها نداریم. ممکن است حتی نوعی از حیات را کشف کنیم که بدون عناصر کربن، ازت و آب شکل می‌گیرد. چیزی که امروزه دانش ما آن را غیرممکن می‌داند.

تغییرات جهان

کشفیات جدید هر روز باعث تغییر افکار و نظریات بشر درباره تغییرات زمین می‌شود. تا چند سال قبل کسی نمی‌دانست که کارها و فعالیتهای بشر سبب تغییرات و تحولاتی عظیم در کره ارض می‌شود. امروزه دانشمندان عقیده دارند که برای اولین بار در تاریخ بشریت چنین تحولاتی شروع شده است. در سال ۱۹۷۴ دانشمندان برای نخستین بار متوجه شدند ترکیبات کلروفلور کربن که تقریباً هفتاد سال قبل اختراع شد و امروزه در صنایع برودتی و الکترونیک به کار برده می‌شود، سبب از بین بردن لایه ازن در جو زمین می‌شود. نازک شدن لایه ازن بر اثر تداخل گازهای سی.اف.سی با گازهای متصاعد از آتشفشانها صورت می‌گیرد؛ هرچند که گازهای آتشفشانی به تنهایی اثر تخریبی چندانی بر لایه ازن ندارند.

تقریباً به مدت یک میلیارد سال، لایه ازن همچون سپری زمین را در مقابل اشعه ماوراءبنفش خورشید محافظت کرده است. ولی ترکیبات جدیدی که به دست بشر ساخته شده در حوالی قطب جنوب سوراخی بزرگ، دوبرابر وسعت قاره اروپا، در لایه ازن ایجاد کرده است. نتایج و عوارض تابش زیاد اشعه ماوراءبنفش سبب کمبود محصول غلات، افزایش درصد سرطان پوست و آب مروارید چشم و احتمالاً سبب ضعف نظام دفاعی بدن می‌شود. از سال ۱۹۹۷ بیش از ۱۶۰ کشور قرارداد مونترال را امضا کرده‌اند. براساس این قرارداد دولتهای امضاکننده قبول کرده‌اند که تا سال ۲۰۰۰ مصرف سی.اف.سی را تا نصف تقلیل دهند. بعضی کشورها از جمله کشور آمریکا قبول داده‌اند که مصرف خود را بیش از پنجاه درصد تقلیل دهند. از آن زمان تا به حال در حقیقت مواد مخرب لایه ازن کاهش یافته است. شاید به این دلیل که از کولر خودروهای جدید گازهای مخرب کمتری خارج می‌شود. مهندسان کارخانه‌های خودروسازی برای کولر خودروهای جدید از موادی که مخرب لایه ازن نیستند استفاده می‌کنند. در آمریکا همه خودروهایی که بعد از سال ۱۹۹۴ ساخته می‌شوند باید از این نظام جدید استفاده کنند. البته به تدریج که مصرف مواد مخرب لایه ازن کم می‌شود مخارج وسایل رفاهی افزایش می‌یابد؛ مثلاً یک اتومبیل قدیمی که قبلاً

باسی دلار دارای کولر می‌شد، امروزه صد و سی دلار برای تعویض یا نصب کولر خرج دارد. خوشبختانه کم شدن لایه ازن قابل جبران است. با توقف استفاده از مواد مخرب، متخصصان امیدوارند که لایه ازن تا سال ۲۰۵۰ به حالت اولیه خود بازگردد. ولی از اتومبیلها غیر از گاز سی.اف.سی گازهای دیگری نیز متصاعد می‌شود. احتراق بنزین سبب تولید گاز دی‌اکسید کربن و موجب ایجاد حالت گلخانه‌ای و باعث گرم شدن زمین می‌شود. از شروع انقلاب صنعتی این گازهای گلخانه‌ای از جمله متان و اکسید ازت سبب گرم شدن تدریجی هوای زمین شده که در قرن اخیر تقریباً نیم‌درجه افزایش داشته است. برخی از متخصصان می‌گویند که گرم شدن زمین جریان طبیعی تغییرات زمین است و به فعالیتهای بشری ارتباط ندارد. آنها می‌گویند: «چرا ما که علل قطعی گرم شدن زمین را نمی‌دانیم، باید استفاده از سوخته‌های فسیلی را متوقف کنیم.» عوامل مؤثر در گرم شدن زمین، هرچه باشد سبب ایجاد شرایط نامساعد آب و هوایی مثل خشکسالی و سیل شده است. یکی دیگر از نتایج تغییرات آب و هوایی ممکن است تحلیل رفتن لایه‌های یخ در قاره منجمد جنوبی باشد. مقداری از کوههای یخ طی پنجاه سال اخیر خرد و ذوب شده است. گرم شدن زمین سبب بالا آمدن آب دریاها به علت انبساط حجم آب و ذوب شدن یخچالهای عظیم کره زمین می‌شود. اگر آب اقیانوسها یک متر بالا بیاید (احتمالاً تا پایان قرن آینده) بسیاری از ساکنان سواحل در معرض خطر قرار می‌گیرند و تقریباً یک پنجم سرزمین بنگلادش به زیر آب خواهد رفت و مسئله گرم شدن زمین ممکن است مشکلتر از تخریب لایه ازن باشد. جمعیت زمین که در حال حاضر شش میلیارد نفر است احتمالاً تا سال ۲۰۵۰ به نه میلیارد نفر می‌رسد و سبب افزایش چشمگیر گازهای گلخانه‌ای خواهد شد.

رشد جمعیت

هرچند که خطر گرسنگی و کمبود غذایی طی صدسال آینده پیش‌بینی شده، ممکن است افزایش جمعیت مهم‌ترین خطر را در این برهه زمانی، نزدیک به هزاره جدید به وجود آورد؛ گرچه نسبت رشد جمعیت جهان اندکی کاهش یافته و نیز وجود خطر ویروسهای کشنده نظیر ایدز در پیش است. از سال ۱۹۴۵ تا به حال جمعیت



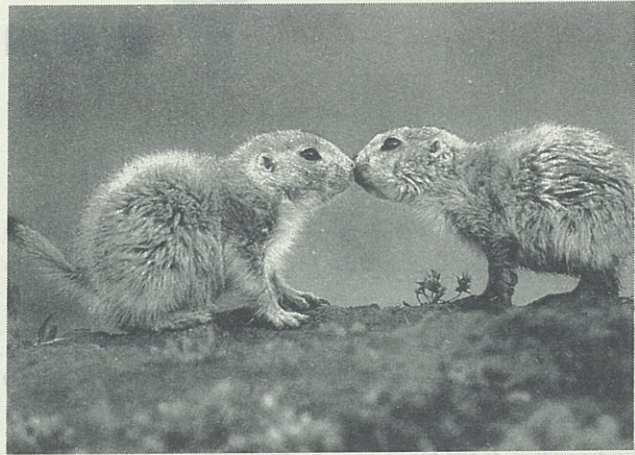
تنوع زیستی

رشد جمعیت خطرهای چندی را موجب می‌شود. توسعه زندگی نوین در کالیفرنیا سبب تهدید زندگی بیش از دویست نمونه از گونه‌های گیاهی و جانوری شده است. این خطرها که زندگی موجودات را در طبیعت تهدید می‌کند چنین احساسی را برانگیخته است که هر آنچه ساخته دست بشر است خطرناک و کشنده است. در یک شعار تبلیغاتی در حمایت از محیط زیست چنین نوشته شده بود: خود را بکشید تا کره زمین را نجات دهید.

وضعیت طبیعی موجودات زنده اعم از گیاهی و حیوانی و ارتباط بین آنها، توجه زیادی می‌طلبد. قورباغه‌ها و سایر دوزیستان که در طول دورانهای مختلف زمین‌شناسی از خطرهای سهمناکی که موجب انقراض دانیاسورها شد جان سالم به در برده‌اند، امروزه به سرعت در حال نابودی هستند. مشکلات موجود آن قدر مبهم و نامشخص است که دانشمندان نمی‌توانند پیش‌بینی کنند که از بین ۳۵۰۰ گونه مختلف قورباغه چندگونه از بین خواهند رفت و چند گونه باقی خواهند ماند. قورباغه‌ها هم در آب و هم در خشکی زندگی می‌کنند و به این دلیل که پوشش محافظتی اضافی مانند پر، مو، فلس و پشم ندارند پوست بدنشان شدیداً به چگونگی آب و هوا حساس است. مشکلات امروزه آنها می‌تواند زنگ خطری باشد درباره آنچه در نهایت گرم شدن و آلودگی زمین می‌تواند برای نوع بشر ایجاد کند. کم شدن و تغییر شکل گونه‌ها موضوع جدیدی نیست. در روزگاران بسیار قدیم نوعی گاو وحشی وجود داشت که بسیار عظیم‌الجثه و قوی بود. بر دیواره غارهای قدیمی نقاشیهایی از این نوع گاو دیده شده و جولیوس سزار در جنگها از آنها استفاده می‌کرده است. ولی در پایان قرن هفدهم به علت شکارهای بی‌رویه و از بین رفتن جنگلها نسل آن منقرض شد. امروزه آنچه تعجب‌آور است شدت و سرعت از بین رفتن گونه‌هاست. این جریان در بین پرندگان و پستانداران تقریباً صدبرابر بیشتر از حد طبیعی است. تنها در امریکا یک سوم گیاهان و جانوران در خطر نابودی هستند و فشارهای تخریبی نوع بشر آن چنان است که ممکن است حتی طی یک نسل بشری تعداد زیادی از آنها نابود شوند.

زمستان گذشته به جزیره ماداگاسکار رفته؛ جایی که موطن هزاران گیاه و جانوری است که در هیچ نقطه دیگر جهان پیدا نمی‌شود. در ساحل غربی آن که تا بیست سال قبل جنگلی بکر و انبوه آن را پوشانده بود و امروزه تقریباً بیابان است، درنگ کردم. در همین موقع دو پسر بچه از کلبه‌ای بیرون پریدند. چند بوقلمون در میان بازاوان آنها و معدودی در کنار بوته‌ها نمایان شدند. نسل این بوقلمونها در حال انقراض است. زیرا جنگل در حال از بین رفتن است. امروزه گونه‌های بسیار زیادی از حیوانات و گیاهان فقط در موزه‌های علوم طبیعی یافت می‌شوند. من به مدیر یکی از این موزه‌های علوم طبیعی گفتم: «چرا باید نگران ادامه حیات این همه جانور باشیم؟» او با لبخند پاسخ داد: «تا به حال هیچ اثر مستقیمی از این همه ماهی در زندگی بشر به دست نیامده است. ولی باید این موضوع را به طور کلی و عمومی در نظر بگیریم. ماهیها بخشی از زنجیره متنوع حیاتی هستند که ما برای تغذیه و ادامه حیات به آن وابسته هستیم.» در حقیقت موضوع خیلی ساده نیست.» درست مثل اینکه کم‌کم از وسط یک دیوار شروع به بیرون آوردن آجرها کنی؛ و البته با چند آجر اولیه تخریبی صورت نمی‌گیرد. ولی بعد از مدتی ناگهان کل دیوار فرو خواهد ریخت.» مدیرمسئول موزه عمر خود را صرف طبیعت کرده است. ولی می‌داند که برای برانگیختن توجه همگان باید پاسخهایی بیابد که اثری مستقیم و چشمگیر در مجموعه حیاتی داشته باشد.

آیا می‌توان برای آثار مفید تنوع موجودات زنده بر تشکیل و حفظ زمینهای زراعی، تهیه غذا، تحدید سیل، حفظ آب و هوا و تمام فواید آنها ارزش اقتصادی معینی کرد؟ یک بررسی اقتصادی در سالهای اخیر ارزش اقتصادی خدمات زیست



زمین دوبرابر شده است و پیشرفتهای علمی جدید، مثل واکنس ضدمالاریا، می‌تواند مجدداً سبب بالا رفتن رشد جمعیت شود. در سال ۱۷۹۸ توماس مالتوس، یک جامعه‌شناس و اقتصاددان انگلیسی نوشت که قحطی، بیماریهای مختلف و جنگ باعث می‌شود که جمعیت جهان در سطحی مناسب باقی بماند. در آن زمان جمعیت جهان در حدود ۸۰۰ میلیون نفر بود. امروزه (یعنی بعد از دو قرن) جمعیت کره‌ارض هفت برابر شده است و این به شکرانه پیشرفت بشر در امر کشاورزی و بهداشت عمومی است. برای مثال واکنس‌هایی که سبب محو بیماری ابله شده است که قبلاً هر سال میلیونها نفر را به دیار عدم می‌فرستاد.

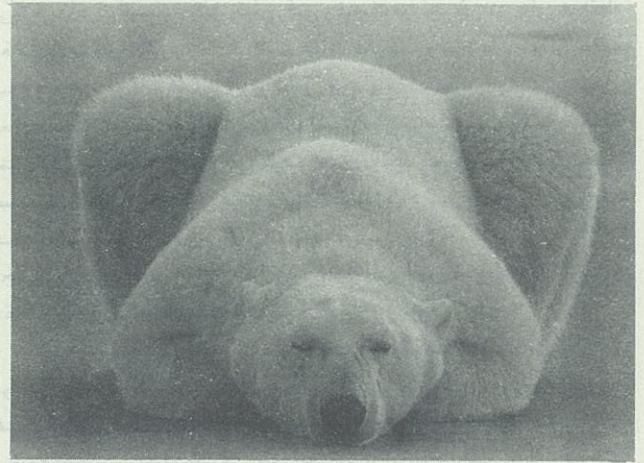
برای دیدن آثار افزایش جمعیت از شهر کارلسباد در کالیفرنیا که هفتاد هزار نفر جمعیت دارد بازدید کردم. تا سال ۱۹۶۰ این منطقه متشکل از دره‌ها و تپه‌های خشک و بی‌آب و علف بود. ولی برطبق برنامه‌های توسعه‌ای موجود می‌تواند تا اواسط قرن آینده، موطن پنج میلیون نفر شود. این شهر که ساکنانش آن را «جواهر» می‌نامند، خیابانهایی عریض و درختکاری شده دارد. دارای سه دریاچه مصنوعی است و تپه‌های اطرافش پوشیده از مزارع گوجه‌فرنگی، توت‌فرنگی و انواع گل است. در مسیر شمال به جنوب، مردانی را دیدم که روی صخره‌ها مشغول استراحت بودند؛ و زمانی که از سرعت خودرو کاستم، لبخند زنان به ما نزدیک شدند. در حقیقت آنها مکزیکیهایی بودند که در جستجوی کار به اینجا آمده بودند. در اینجا من نخستین تجربه خود را از رشد بی‌رویه جمعیت کسب کردم: رشد جمعیت سبب مهاجرت می‌شود. یکی از متخصصان امور اجتماعی به من گفت که این کارگران مهاجر همواره بین مکزیک و امریکا در حرکت هستند. آنها در اینجا برای هر ساعت کار بیش از حقوق یک روز در مکزیک مزد می‌گیرند. در ادامه راه بر روی تپه‌های کنار جاده سوراخهایی دیده می‌شد که افرادی در آنها می‌خوابیدند و دریافتم که صدها نفر روی دامنه‌های این تپه و سایر تپه‌های این ناحیه به این وضعیت زندگی می‌کنند. در حقیقت حدود بیست و پنج هزار نفر مهاجر سرگردان، غیرقانونی، هرماه از مکزیک وارد سان‌دیه‌گو می‌شوند. کسب درآمد بیشتر، آنها را از مکزیک به امریکا جلب می‌کند. بر جمعیت مکزیک که ۹۶ میلیون نفر است، هر ساله دو میلیون نفر افزوده می‌شود؛ در حالی که به علت سیاستهای غلط حکومت همه روزه از زمینهای قابل کشاورزی کاسته می‌شود. ولی مکزیکیها تنها کسانی نیستند که به کار لسباد می‌آیند. تعداد زیادی از ساکنان سایر نقاط امریکا به این منطقه می‌آیند تا در اینجا ساکن شوند؛ و این به دلیل آب و هوای معتدل، مناظر زیبا و نزدیکی به شهرهای بزرگی مثل سان‌دیه‌گو است. شهردار کارلسباد در سال ۱۹۸۶ درخواست کرد تا محدودیتی برای جلوگیری از افزایش رشد جمعیت صورت گیرد. ولی عوامل مؤثری سبب افزایش جمعیت می‌شود. رونق بازار کسب و کار مقررات مربوطه به ورود بیگانگان را بی‌اثر کرده است.

همیشه از بین خواهد رفت؟ این تغییرات ناگهانی و سریع سبب افزایش آگاهی مردم شده است؛ به طوری که حتی مردم عادی هم می‌توانند تأثیراتی بین‌المللی داشته باشند.

دو سال قبل یک نوجوان ۱۴ ساله کانادایی به نام «کِرگ» در روزنامه، مطلبی دربارهٔ یک کودک پاکستانی به نام «اقبال مسیح» خواند که از چهارسالگی به یک کارگاه فرشبافی زنجیر شده بود. خانوادهٔ او به علت فقر او را فروخته بودند. اقبال موفق به فرار شد و تشکیلاتی در حمایت کودکان کارگر تشکیل داد. او توجه عمومی را جلب کرده بود و شاید به همین دلیل به قتل رسید. این داستان سبب شد که کِرگ و دوستانش جمعیتی به نام «جمعیت آزادسازی کودکان» به منظور حمایت از کودکان سراسر جهان تشکیل دهند. در کشورهای در حال توسعه حدود دویست و پنجاه میلیون کودک مشغول به کار هستند و نیمی از آنها، تقریباً، تمامی روز کار می‌کنند. همین وضعیت در کشورهای توسعه یافته نیز وجود دارد؛ مثلاً در آمریکا هزاران کودک به طور غیرقانونی کشاورزی می‌کنند. در نتیجه در تماس با سموم ضدآفات گیاهی هستند. از جمله برنامه‌های کِرگ این است که کتاب و لوازم التحریر برای کودکان واجب‌التعلیم می‌فرستد و اعاناتی برای ایجاد یک مرکز مسکونی و آموزشی برای کودکان آزاد شده از فشار کار؛ در هندوستان جمع‌آوری می‌کند.

فروش کودکان در آسیا و آفریقا امری عادی است و میلیونها کودک به علت

محیطی را بین ۱۶ تا ۵۴ تریلیون دلار برآورد کرده است؛ در حالی که کل محصولات تولیدی و خدمات انجام شده توسط تمامی مردم دنیا سالانه ۲۵ تریلیون دلار تخمین زده می‌شود. در این محاسبات ارزش گیاهان دارویی که هنوز ناشناخته‌اند و ما نادانسته آنها را نابود می‌کنیم محسوب نشده است.



آداب و رسوم مردم

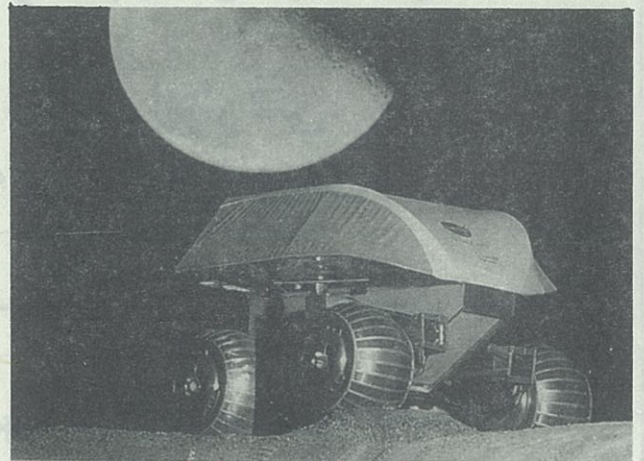
کسانی که با طبیعت، ارتباط تنگاتنگ دارند بهتر از هرکسی به ارزش آن واقف هستند؛ مردمی که امروزه نفوذ بیگانگان و فن‌آوری جدید، آداب و رسومشان را نابود می‌کند. در سال ۱۹۹۰ با قایق به یکی از جزایر اندونزی سفر کردم. نزدیک ساحل از قایق بیرون پریدم و فاصلهٔ تا خشکی را در میان آب پیاده طی کردم. این جزیره لنگرگاه ندارد و به همین دلیل حالت طبیعی جزیره حفظ شده است. بوی خوش درختان دارچین و میخک فضا را پر کرده بود. یکی از افراد قدیمی و مسن دهکده برای من تعریف کرد که چگونه مقررات حفظ محیط از نسلی به نسلی، سینه به سینه حفظ شده است: ۱. در مناطقی که منشاء آبهای شیرین است هیچ درختی نباید قطع



مقروض بودن خانواده‌هایشان خرید و فروش می‌شوند. فقر و بهرهٔ زیاد قرضها، همراه با بیسوادی و ناآگاهی سبب تداوم این وضعیت است. در یکی از عکسها دختر بچه‌ای را دیدم که پای برهنه در کارگاه بازیافت زیاله در هندوستان کار می‌کرد. او مشغول جدا کردن سوزن سرنگهایی بود که از بیمارستانها و خیابانها جمع‌آوری شده بود. مطمئناً وی چیزی دربارهٔ بیماری ایدز نمی‌دانست. از کِرگ پرسیدم: «چگونه این طور مصمم هستی؟» تأملی کرد و سپس گفت: «دیدن این کودکان به من نیرو می‌دهد. وقتی به دنیای آنها وارد شوی، گویی هدیه‌ای دریافت کردی و تنها هدیه‌ای که می‌توانی به جای آن بدهی آن است که قول خود را مبنی بر ادامهٔ کار فراموش نکنی.»

علوم

علم سبب ایجاد فن‌آوری جدید ارتباطی در سراسر جهان شده است. علوم جدید با استفاده از تجربیات، بازسازی نتیجه‌ها، تجزیه و تحلیل علل و نتایج، و مستندسازی نظریات در حقیقت مؤثرترین افکار هزارهٔ سوم را تشکیل می‌دهد. این واقعیت محدود به نظریه یا رشتهٔ خاصی نیست؛ بلکه در جریان یک رشته عملیات و تحقیقات به دست آمده است؛ و یکی از برندگان جایزهٔ نوبل شیمی آن را



شود. ۲. نواحی مخصوص و مناسبی برای تخم‌ریزی ماهیها در نظر گرفته شود. ۳. جنگلها خصوصاً نواحی که سرزمین گیاهان دارویی است باید محافظت شود. اخیراً معدنچیان طلا در جزیرهٔ جاوه تعدادی از درختان را قطع کرده‌اند و این موضوع تهدیدی برای آب شیرین مورد استفاده ساکنان جزیره است. اگر این موضوع ادامه یابد و ساکنان آنجا آن ناحیه را ترک کنند چه مقدار از اطلاعات گرانهای آنها برای

«جستجوی برای حقیقت» خوانده است.

برای مشاهده یکی از این پدیده‌ها که ظاهراً با علم در تضاد است، دعوت شدم تا تماشاگر معالجه یک بیمار روماتیسمی هفتاد ساله به نام کریستینا، به وسیله نیش زنبور باشم. مفاصل انگشتان او قرمز، متورم و تغییر شکل یافته‌اند. روماتوئید آرتریت یک بیماری مزمن توأم با درد و ورم مفاصل است که بر اثر ضعف نظام دفاعی بدن عارض می‌شود. تاکنون علت بروز و دلیل شدت و ضعف آن مشخص نشده است. کریستینا سالها با داروهای ضد ورم که روش کلی درمان روماتیسم است، تحت درمان قرار داشت. او می‌گوید: «این درمانها در مورد بسیاری از افراد مفید است. ولی در مورد من مؤثر نبود و درد و ناراحتی روزبه‌روز بیشتر میشد.»

امروز او درمان جدیدی را آزمایش می‌کند. چهار زنبور که با گیره گرفته شده‌اند در کنار میز، آماده نیش زدن به او بودند و تعداد زیادی زنبور دیگر در یک ظرف پلاستیکی نگهداری می‌شدند. دکتر رُز متخصص طب سوزنی، سالها در زمینه زنبور درمانی تجربه دارد و از سم و سایر محصولات زنبور در طب سوزنی استفاده می‌کند. او با یک میله سرد فلزی نقطه‌ای از دست کریستینا را مشخص کرد که اولین نیش زنبور بر آنجا وارد شود. سپس زنبور را با گیره بلند کرد و روی دست کریستینا قرار داد؛ به طوری که زنبور شروع به نیش زدن کرد و عضلات زنبور سم را در بدن کریستینا خالی کرد. او در آن روز نیش ۳۴ زنبور را تحمل کرد. من پرسیدم: «چرا دیگر نیش زنبورها تو را ناراحت نمی‌کند؟» و او پاسخ داد: «البته دردناک است؛ مخصوصاً در کف دستها. ولی فراموش نکنید که من جقدر از روماتیسم درد کشیده‌ام.» او همان طور که صحبت می‌کرد، بدون هیچ گونه ناراحتی دستهایش را حرکت می‌داد و معلوم شد که قبل از شروع معالجات با نیش زنبور قادر به حرکت دادن دستهایش نبوده است.

عسل، سم و سایر محصولات زنبور از هزاران سال پیش به عنوان درمانی

سنتی در میان مردم چین رواج داشته است و آن را به عنوان زنبور درمانی می‌شناختند. در کتابهای طبی قدیمی هم این موضوع ذکر شده است. دکتر رُز، معالج کریستینا، روش زنبور درمانی و طب سوزنی را توأم استفاده می‌کند و علم جدید از فهم دلیل این موضوع عاجز است. او می‌گوید: «سال ۱۹۹۳ سفری مطالعاتی به یکن داشتم. در آنجا زنبورها را در اتاقکی روی بام نگهداری می‌کردند و متخصص طب سوزنی نیش زنبور را درمی‌آورد و از هر زنبور برای چهار یا پنج نقطه استفاده می‌کرد. به این ترتیب سم زنبور خیلی رقیق و ضعیف می‌شد. ولی من برای هر نقطه یک زنبور به کار می‌گیرم.» ما نمی‌دانیم عمل زهر زنبور بر نقاط طب سوزنی چگونه است ولی علم می‌داند که زهر زنبور شامل آنزیمها، مواد گوارشی و اسیدآمینهای فعال است که تعدادی از آنها در انسانها بسیار فعال هستند. مطالعات مختلف نمایانگر آن است که مجموع این مواد موجب ترشح کورتین و سایر ترشحات ضد تورم در بدن می‌شود. این عکس‌العملها سبب بهبود نسبی تعدادی بیماریها، از جمله نقرس، انقباض خون و مالتیل اسکروز می‌شود. ولی علم سعی بر جداسازی و تجزیه این ترکیبات دارد و احتمالاً امروزه چنین امری غیرممکن است. بنابراین در حقیقت تداخل این عناصر سبب قدرت درمانی زهر زنبور می‌شود.

یکی از دانشمندی که در این باره با او صحبت کردم، گفت: «درسی که از این موضوع می‌گیریم این است که در حقیقت اطلاعات ما بسیار اندک است. گویی با همه پیشرفته‌ها هنوز در دوران جهل و تاریکی به سر می‌بریم.» شاید دانستن این موضوع که هنوز در دوران تاریکی علمی هستیم تا اندازه‌ای آرامش‌بخش باشد. زیرا اگر اطلاعات ما اندک محسوب می‌شود پس امکانات و اطلاعات بیشتر و شگفت‌آوری در پیش رو داریم. Δ

مأخذ: مجله نشنال جئوگرافیک

اسپرت کوه

نمایندگی تولیدات آذرکوه در استان کردستان

مرکز تهیه و توزیع لوازم و ابزار فنی،
تخصصی و پیشرفته ورزش کوهنوردی

سنندج، خیابان امام خمینی، پاساژ حبیبی، تلفن ۲۴۱۰۱ حسین نعمتیان

در این مرکز با در نظر گرفتن تسهیلات لازم و به منظور توسعه
و تعمیم ورزش کوهنوردی و حمایت از راهیان کوه فقط
لوازم و وسایل کوهنوردی عرضه می‌گردد.

واژه نامه کوهنوردی

قسمت دوم

باشگاه کوهنوردی آمریکا
A.A.C. (American Alpine Club)

تأسیس: ۱۹۰۲

ترمز آبالاکف
Abalakov belay device

وسیله‌ای برای «حمایت روان»؛ طناب صعود، از داخل این وسیله عبور داده می‌شود و در صورت سقوط، اصطکاک حاصله موجب متوقف شدن فرد به صورت روان و بی‌ضربه می‌شود.

پایگاه بالا
Advanced Base Camp
A.B.C.

آدم برفی
abominable
sonwman

موجودی که بنا بر باور بعضی کوه‌نشینان هیمالیا و کوهنوردان، در دامنه‌های پربرف زندگی می‌کند و دارای بدنی پشمالو و دستهایی بلند است و روی دوپا راه می‌رود.

فرود
abseil (Gr.)

پایین آمدن از شیبهای تند با استفاده از طناب.

کارگاه فرود
abseil anchor

نقطه اتکای طناب فرود.

حلقه فرود
Abseil loop

یک تکه طناب یا نوار به طول تقریبی ۲ متر که دو سر آن گره زده شده و به شکل 8 درآمده است. پاها را داخل حلقه کرده و با یک کارابین، طناب فرود را به آن متصل می‌کنند.

میخ فرود
abseil piton

میخی که به جای سوراخ ثابت، دارای یک حلقه برای رد کردن طناب است.

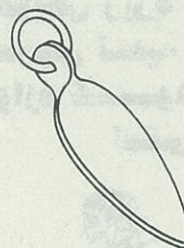
کارگاه فرود
abseil abseil → point anchor

ترمز نردبانی
abseil rack

وسیله‌ای برای فرود رفتن.

گرده طناب فرود
abseil sling

گرده طنابی که به دور سنگ یا به یک کارگاه انداخته شده و طناب فرود را از آن رد کرده و پایین



می‌اندازند.

باشگاه آلپاین

A.C. → Alpine Club

باشگاه کوهنوردی کانادا

A.C.C (Alpine Club of Canada)

تأسیس: ۱۹۰۶

دسترسی
access

اجازه یا حق دسترسی به مناطق سنگنوردی یا کوهنوردی.

به دلیل گسترش مالکیت نهادهای و اشخاص مختلف بر مناطق طبیعی، یا به علت ممانعت سازمانهای حفاظت محیط زیست، محدودیتهایی برای سنگنوردان و کوهنوردان در دسترسی به صخره‌ها و کوهها به وجود آمده و هرروز بیشتر می‌شود. کوهنوردان بسیاری از کشورها، با تشکیل انجمنها (مانند: Access Fund در امریکا) و اقدامات دیگر، سعی دارند که حق دسترسی به مناطق طبیعی را به دست آورند.

طنابچه
accessory cord

طناب باریک یا بند، که برای صعود و فرود مناسب نیست؛ اما برای درست کردن «گرده طناب» و نیز به عنوان طناب کمکی کاربرد دارد.

هم هوایی
acclimatization

روند عادت کردن بدن به زندگی و کوهپیمایی در ارتفاعات (هم هوا شدن).

میخ برگی
ace of haerts

میخ فرانسوی کوچک و نازک به شکل برگ یا قلب.

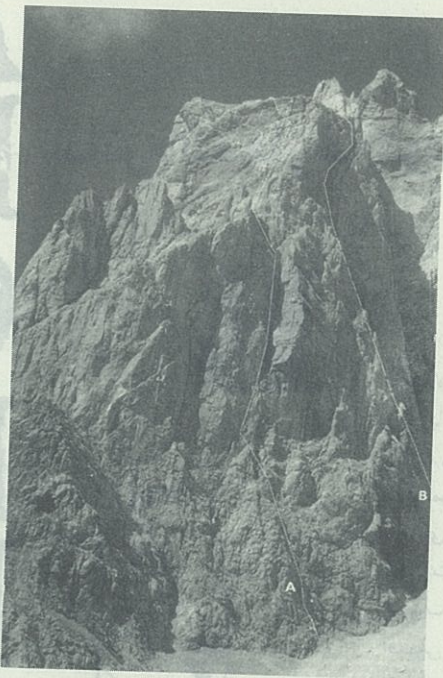
آلپاین کلایمبینگ گروپ

A.C.G. Alpine Climbing Group

شترسواری
à cheval (fr.)

روش صعودی که در آن فرد پاهای خود را در دو سوی گرده یا یال باریک گذاشته و با کمک رانها و دستها جلو می‌رود.

غار فعال
active cave



می‌ماند.

باشگاه آلپین Alpine Club

نخستین باشگاه یا سازمان کوهنوردی جهان. تأسیس شده در ۱۸۵۷، توسط جان بال (J. Ball). هینچکلیف (Hinchcliff) و... در لندن.

alm alp

آلپ، چراگاه کوهستانی alp

دامنه‌های کوهستانی با شیب نسبتاً ملایم که در زیر «برف مرز» قرار دارد و در تابستانها محل چرای گوسفندان است.

کلنگ قدیمی alpenstock

کلنگهای دسته بلند اولیه.

آلپین کلایمبینگ گروپ Alpine Climbing Group

یک باشگاه نخبه‌گرای انگلیسی که در اوایل سالهای ۱۹۵۰ به منظور بالا بردن سطح کوهنوردی بریتانیا تأسیس شد و در حال حاضر وابسته به باشگاه آلپین است.

باشگاههای آلپین alpine clubs

مانند باشگاههای آلپین اتریش، فرانسه، سوئیس و... که همگی جنبه کم و بیش ملی و فراگیر دارند.

صعود همزمان alpine fashion

حرکت همزمان دو کوهنورد در شیبهای نسبتاً ساده (مثلاً در برف‌نوردی).

آلپین جورنال Alpine Journal

نخستین نشریه کوهنوردی جهان، منتشره از سال ۱۸۵۹. وابسته به باشگاه آلپین است و سالانه منتشر می‌شود.

روش سبک‌بار alpine style

صعود به قله‌های بلند با یک «حمله»، یعنی با یک حرکت ممتد از پای کار و بدون برگشت به پایین برای تجدید قوا و وسایل، و بدون کارگذاری طناب یا بارگاه ثابت. به آن «روش آلپی» هم گفته‌اند.

ادامه دارد...



(غ) غاری که دارای جریان آب است.

طناب فعال active rope

طناب میان حمایت‌کننده و صعودکننده.

آفتاب‌رو adret (Fr.)

دامنه رو به جنوب (در نیم‌کره شمالی) که گرمتر از دامنه‌های سایه‌سار است. (Ubac ←←)

پایگاه بالا

advanced base camp (a.b.c.)

بارگاه یا جادرگاهی که پس از «پایگاه» (base camp) و در پای هدف اصلی زده می‌شود.

صعود با تمرین

after _ training climb

اصطلاحی که بیشتر در مسابقات صعود به کار می‌رود؛ نوعی مسابقه که پیش از صعود، فرد اجازه دارد در یک زمان معین روی مسیر کار کند.

شاخک aguja (Sp.) → pinnacle

aid climbing (Am.) → artificial climbing

کمک بیرونی aide extérieure

«طناب از بالا» (top rope) یا هر نوع کمک دیگری که توسط فردی که از مسیری جز مسیر اصلی (مسیری ساده‌تر) بالا رفته، به سر طناب داده شود.

وسایل صعود مصنوعی

aids → artificial aids

سوزنی aiguill (Fr.)

کوه پرشیب و نوک تیز صخره‌ای.

airbed air mattress

تَشک بادی air mattress

مخروط افکنه، مخروط آبرفتی alluvial cone

رسوبهایی که به شکل یک مخروط یا پنجه در محل اتصال یک دره معلق به دره اصلی، یا در محل اتصال بستر باریک رودخانه به دشت، برجای

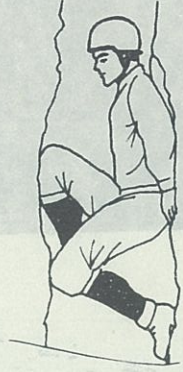
A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M

دائرة المعارف کوهنوردی

قسمت چهارم

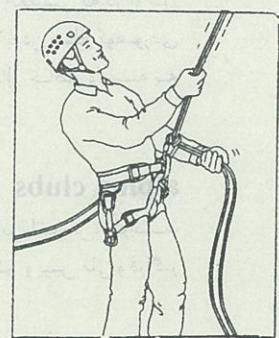
والث انس ورت

ترجمه جمشید هدایت‌نسب



تکنیک صعود تنوره Backing up

موارد، لازم است که یک کمپ اصلی بزرگ با یک مدیریت قوی، جهت ترتیب و تنظیم کارهای گروه برپا شود. نمونه این مورد، کار بزرگی است که روی جبهه جنوب غربی اورست صورت گرفت. گاهی اوقات نیز ضرورت حکم می‌کند که محل کمپ اصلی را تغییر دهند و آن را در نقطه‌ای مناسب و جلوتر از محل مزبور مستقر سازند. دلیل این مطلب، توزیع بهتر تدارکات و نتیجه‌گیری از صعود به قله است.



حمایت کردن Belay

شیوه و روشی است که توسط یک کوهنورد برای ایمن نگه داشتن گروه و جلوگیری از سقوط آنان صورت می‌گیرد. حمایت کردن در این معنا دارای چهار حالت خاص است.

۱. حمایت مستقیم: کوهنورد با نصب یک میخ مخصوص صخره و تشکیل کارگاه بر فراز صخره، داخل کارگاه به حمایت می‌نشیند و به سادگی با عبور دادن طناب از داخل میخ، حمایت را آغاز می‌کند و در حالی که نفر دوم صعود را شروع می‌کند او به جمع کردن طناب می‌پردازد. در صعود از شیبهای برفی معمولاً برای سرعت بخشیدن به حرکت گروه، طناب

روشی است که در آن پشت را به یک دیوار و پاها یا زانوها را به دیوار مقابل تکیه می‌دهیم (بسته به پهنای تنوره). حرکت، با فشار دستها به دیوار پشتی، به سمت بالا و سپس بالا آوردن پاها صورت می‌پذیرد.

جزیره بافین Baffin Island

جزیره بزرگی که مابین گرین‌لند و هادسون جای گرفته است. لبه شمالی آن در مدار قطب شمال قرار دارد. تت بلانچ (۲۱۵۵ متر) مرتفع‌ترین قله این ناحیه است.

کمپ اصلی (اردوگاه)

Base Camp
محلی است که یک گروه در پای هدف مورد نظرش انتخاب می‌کند و از آنجا به رهبری افراد اعزامی به قله و حمل بار به کمپ‌های بعدی می‌پردازد. کلیه افراد و همچنین تمامی وسایل می‌بایست که به محل این کمپ انتقال داده شوند. در بعضی

حمایت را دور کلنگ در برف فرو شده، می‌اندازند و در شیبهای یخی نیز دور کلنگ یا دور کرامپون که به سختی با یخچال درگیر است، قرار می‌دهند.

۲. حمایت ساکن یا بلوک: اساسیترین شیوه حمایت که معمولاً در صعود از صخره‌های دارای شیب زیاد مورد استفاده قرار می‌گیرد. هدف از انجام این کار، بلوک کردن تمامی افراد گروه روی جبهه صخره‌ای است. در این شیوه، افراد گروه، همگی توسط یک نفر از بالا یا پایین حمایت می‌شوند. طبقه حمایت هم از این قرار است که کوهنورد طناب حمایت را با استفاده از یک کمر بند یا طنابچه به دور درخت یا صخره می‌پیچاند و آن را از داخل یک میخ صخره عبور داده و گره می‌زند. در مواردی که محل بلوک مناسب نیست، تعداد طنابهای حمایت را افزایش می‌دهند. در روی یخچال نیز، این شیوه با استفاده از میخ یا پیچ یخ به کار خود تحقق می‌بخشد.

۳. حمایت متحرک: در این حالت، طناب شکل دستی پیدا می‌کند؛ بدین ترتیب که کوهنورد خود را در آن جا می‌دهد و طناب را همچون کمر بندی به دور کمر خود می‌بندد، سپس با یک دست به دادن و گرفتن طناب می‌پردازد. در این شکل، حمایت معمول است که طناب را دور بازو می‌اندازند تا با اصطکاک بیشتر در صورت لغزش یکی از افراد کوهنورد را در کنترل خود یاری کند.

۴. حمایت مداوم: هنگامی که در صعود، نفر جلو با نفر پشت سر فاصله‌اش زیاد می‌شود، برای کاستن از میزان این فاصله و در نتیجه کاهش احتمال خطر، از شیوه‌ای خاص استفاده می‌شود که آن را حمایت مداوم می‌نامند. در این شیوه، کوهنورد هر چند قدم میخی را نصب می‌کند، سپس کارابینی را داخل آن جای می‌دهد و پس از آن، طناب را از داخل کارابین عبور می‌دهد و با استفاده از همین طناب به حمایت نفر بعدی می‌پردازد؛ و پس از این‌که

نفر بعد به محل فوق رسید، عازم نقطه بعدی می‌شود.

توده یخ شناور

Bergschurnd (F: rimaye)

شکاف بین یخچالها و برف شیبهای بالاتر (Neve) را گویند. که وضعیت آنها در هر فصل تغییر می‌کند.

برنس آلپ

Bernese Alps

رشته‌ای از کوههای مرتفع حدفاصل دریاچه جنوا تا دریاچه لوسون است که به طور طبیعی به سه قسمت تقسیم می‌شود: برنس غربی، برنس مرکزی و شرقی که گذرگاههای گمی (Gemmi) و گریمسل (Grimsel) آنها را از یکدیگر جدا ساخته‌اند.

از دیدگاه کوهنوردی، برنس غربی با قله وایلدهورن (۳۲۴۸ متر)، وایلد استرویل (۳۲۴۲ متر) و دیابلرتس (۳۲۱۰ متر) کمتر مورد توجه کوهنوردان قرار گرفته است. صعودها عمدتاً ساده و تنها قله آرچنتین (۲۴۲۲ متر) مسیر صخره‌ای دارد.

قسمت شرقی، نه تنها دارای مسیرهای بفرنج، بلکه جذاب نیز می‌باشد که بلندترین قله آن تینلیس (۳۲۳۹ متر) است.

قله داماستوک (۳۶۳۰ متر) در جنوب منطقه، صعود دشواری را روی سنگ دربردارد. قسمت مرکزی نیز با چهار قله بیش از ۴۰۰۰ متر با عنوان اوبرلند Oberland شناخته شده و بلندترین قله آن فینسترارهورن (۳۲۷۴ متر) است. صعودهای این ناحیه عمدتاً بر مسیرهای مخلوط سنگ و یخ است.

بیواک (بیتوته)

Bivouac

پشت سر نهادن شب در فضای آزاد، کوه را بیواک یا بیتوته گویند.

O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z

آن می‌اندازند. معمولاً به دلایل اخلاقی از آن اجتناب می‌ورزند.

والتر بوناتی (تولد ۱۹۳۰)

Bonati Walter (b. 1930)

یکی از آلپینست‌های ایتالیایی که در شهر برگامو متولد شد. او را می‌توان یکی از بزرگترین کوهنوردان جهان دانست. موفقیت‌های آلپی او، احتمالاً بدون رقیب هستند و دیگران با او قابل مقایسه نیستند. برخی از صعودهای او به شرح زیر است:

۱۹۵۱: اولین صعود جبهه

شرقی کاپاسین بزرگ؛

۱۹۵۵: اولین صعود تیغه جنوب

غربی درو؛

۱۹۵۷: اولین صعود شکاف

آلفیلر در قله مون بلان؛

۱۹۵۹: اولین صعود مسیر ماجر

در قله مون بلان؛

۱۹۶۵: اولین صعود انفرادی مسیر

مستقیم جبهه شمالی ماترهون.

این صعودهای منتخب،

نشان‌دهنده تکنیکی بودن بوناتی

است، وی در سال ۱۹۵۸ به اتفاق

موری، عازم هیمالیا شدند و اولین

صعود گاشربروم ۴ را به ثبت رساندند.

پیش از این در پاتاگونیا، پس از

شکست در مقابل سرو توره، قله سرو

مورونا را صعود کرده و رشته سروآدلا

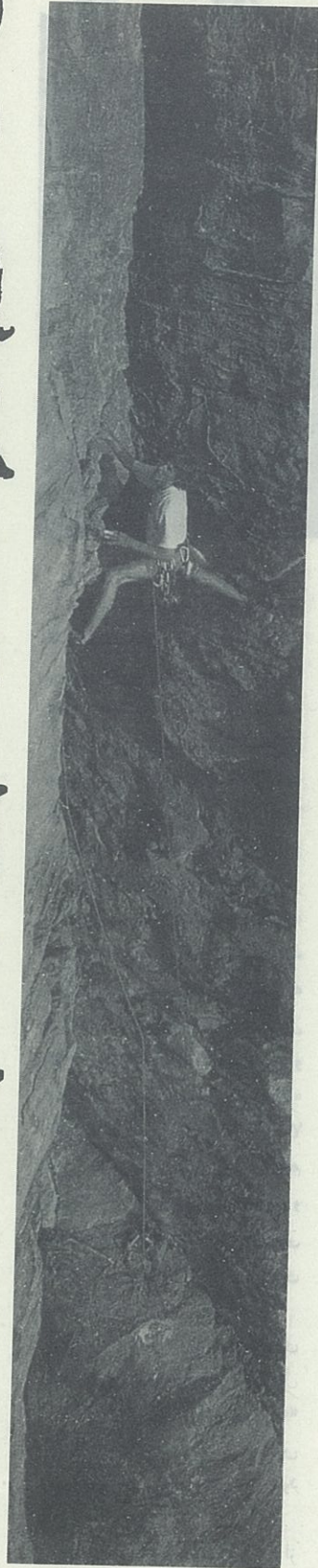
را تماماً تراورس کرده بود. او در

جریان دو صعود، از خطر حتمی مرگ،

جان سالم به در برد، هر چند که چهار

تن از همراهانش را از دست داد.

ادامه دارد...



نقش بسزایی داشته، آلن بلاکشاو است. وی در سالهای ۱۹۵۸ قفقاز و در ۱۹۶۰ گرین لند را بازدید کرده بود. او همچنین از سال ۱۹۶۸ تا ۱۹۷۰، مؤلف مجله آلپ و از سال ۱۹۷۳ تا ۱۹۷۹، دبیر شورای کوهنوردی بریتانیا بود.

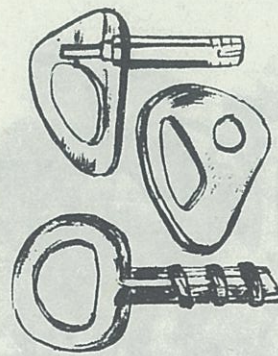
دیوید پیتر بوردمن (تولد، ۱۹۵۰)

Boardman. Peter David (b. 1950)

[توضیح مترجم: این شخص در سال ۱۹۸۳ در صعود یال شمال شرقی اورست، مابین برج دوم و سوم، در ارتفاع ۸۴۰۰ متری ناپدید شد.]

کوهنوردی که دشوارترین صعودهای آلپی را در بریتانیا به انجام رسانده است. او در سال ۱۹۷۲، پنج مسیر جدید را در هندوکوش صعود کرد که از آن جمله می‌توان از جبهه شمالی کوه - موندی نام برد. وی همچنین در سال ۱۹۷۴ اولین صعود مون دان بیرد را در آلاسکا به ثبت رساند.

در سال ۱۹۷۵، در گروه اعزامی جبهه جنوب غربی اورست، به اتفاق شریا پرتمبا دومین، صعود گروه مزبور را صورت دادند.



Bolt

رول

آلن بلاکشاو (تولد، ۱۹۳۳)

Blackshaw, Alan (b. 1933)

یکی از پیشگامان کوهنوردی بریتانیا که در پیشرفت آلپینسم



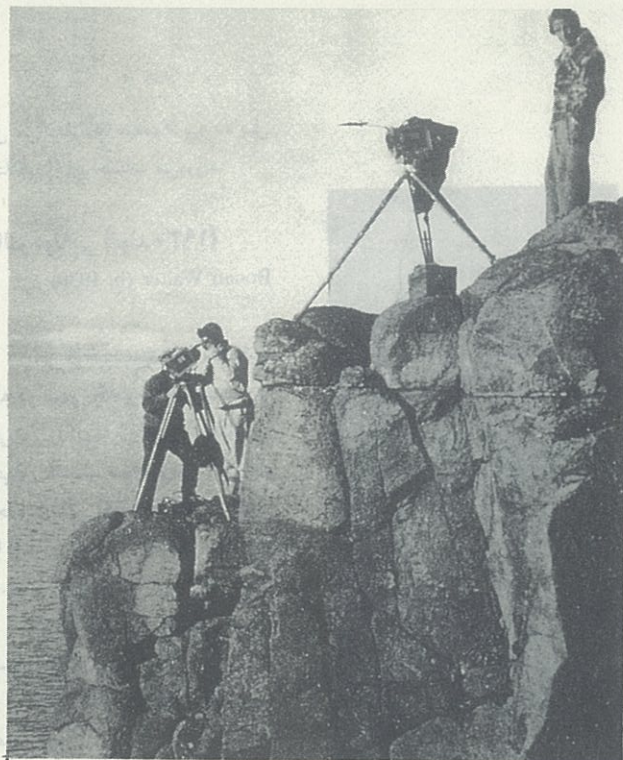
لازمه اغلب صعودهای طولانی آلپی انجام یک یا چند بیواک برای آماده شدن کوهنوردان است؛ اما اکثر کوهنوردان در این مورد سهل‌انگاری می‌کنند و به ناچار تن به بیواک‌هایی می‌دهند که انتظار آن‌را ندارند.

در یک بیواک عادی، کوهنوردان پیش از تاریک شدن هوا، در جستجوی جایی مناسب برمی‌آیند و سعی در برپایی این مکان می‌کنند. معمولاً پیدا کردن جایی عریض برای قرار دادن خود و وسایلشان بسیار دشوار می‌نماید؛ لذا اغلب، وسایل را با زدن میخ و گره به طنابها حفظ می‌کنند. گاهی اوقات، کوهنوردان نیز همچون وسایلشان با میخ و طناب از صخره‌ها آویزان می‌شوند. در بیواک، معمولاً غذا و وسایل ضروری در دسترس هستند؛ همچنین اغلب، لباسهای گرم پوشیده می‌شود و در اکثر مواقع کفشها را داخل کوله‌ها قرار می‌دهند.

بیواک را با زدن چند میخ در مسیرهای دارای شیب زیاد، به اشکال گوناگون می‌توان ترتیب داد. در فصل زمستان، بر اثر روبه‌رو شدن با هوای بد، اغلب به گونه‌ای که دلخواه نیست به بیواک تن درمی‌دهند.

در صعودهای مصنوعی، پس از سوراخ کردن سنگ توسط دریل، در سنگ جا داده می‌شود و کارابین را به

پیشگامان فیلمبرداری در کوهستان



شخصاً به عهده گرفت. ۲۵۰۰۰ فوت فیلم را بین تخته‌سنگ‌های سست و غلتان و بدون هیچ مانعی تا افتادن به سوی ابدیت ضبط کرد عکسی زیبا از مرد متشخص جوان، با ژستی متهورانه در کنار دوربینش، در حالی که دو راهنما با حالتی موقر در کنارش قرار دارند، سرآغاز مقاله است.

عکسهای دیگر گروه را در حال کار نشان می‌دهد؛ به ویژه یکی از عکسها خبر از ماهیت خطرآفرین این امر خطیر می‌دهد. اوربستون اسمیت، در حالتی نامتعادل و خطرناک و در حال فیلم گرفتن از همکارانش که از یک شکاف پرشیب - که به وضوح یک دره یا بریدگی در بهمن است - عبور می‌کردند، در این تصویر دیده می‌شود.

به علت سخت بودن تنظیم

سال از آن تقدیر به عمل آمد که این بار چیزهای بیشتری دربارهٔ چگونگی و شرایط تهیه این فیلم می‌دانیم. «فرانک اورمیستون اسمیت» - مرد جوانی که هنوز پا را از ۲۰ سالگی فراتر نگذاشته است - توضیح داده است که چگونه یک «بابواسکوپ» با طراحی ویژه را به هر دو قله «مون‌بلان» و «اشرک هورن» در فاصله زمانی یک هفته برده است. گفته می‌شد که «اوربستون اسمیت» هفت ماه از هر سال را در آلپ می‌گذراند و رکوردهای زیادی را در کوهنوردی در اختیار داشت و صعودهای موفقی را به همه قله‌های مشهور این رشته کوه بزرگ (آلپ) انجام داده است.

او با حمایت سه نفر راهنما و دو بار بر تمامی کارهای فیلمبرداری را

پدیده‌ای فراتر از یک چیز نوظهور و گذرا باشد، به ناگهان همه سینما را به مثابهٔ یک رسانه جدویی برای بیان قصه‌ها پذیرفتند. مردم علاقهٔ سیری‌ناپذیری نسبت به تصاویر مستند واقعی ابراز می‌داشتند، و عکاسان کاشف و جستجوگر آغاز به حمل تجهیزات حجیم خود به جنگلها و بیشه‌زارها، و به تمامی جاهای ناشناخته کردند.

بسیاری از فیلمنامه‌های اولیه از بین رفته است. اما فیلمی کوتاه از سال ۱۹۰۱ در این میان جان سالم به در برده که ممکن است به درستی به عنوان اولین فیلم مستند کوهنوردی معرفی شود. این فیلم گروهی از کوهنوردان را که به آهستگی از شیبهای ماترهورن صعود می‌کنند به تصویر کشیده است. متأسفانه داستان فیلم و سازندهٔ آن به مرور زمان به دست فراموشی سپرده شده است؛ گرچه تصور می‌شود که کارگردان گمنام آن سویسی باشد. (این قطعه ارزشمند بخشی از یک مجموعه فیلم در موزه ملی کوهستان در شهر تورینو ایتالیا است.)

سال بعد یعنی سال ۱۹۰۲، فیلمبرداری یک فیلم کوهستانی دیگر آغاز شد و در مقاله‌ای در نشریه «ایلوستریدمیل» در اکتبر همان

تماشای «دیوید بریشرز»، «رابرت شاور» و باربرانی که دوربینها را به هنگام صعود به اورست حمل می‌کنند، دوربین بزرگ فورمنت ۲۵ پوندی «ایمکس»، جعبه فیلم و سه پایه‌ها انسان را به یاد فیلمسازان کوهنورد می‌اندازد که سرسختانه و به زحمت از «آلپ» و «هممالایا» بالا می‌رفتند تا تصاویری زنده و با روح برای مردم تهیه کنند. بریشرز در نخستین نمایش «اورست ایمکس» در لندن، احترام ویژه‌ای نسبت به «کاپیتان نوتل» به جای آورد؛ کسی که اولین فیلم دربارهٔ اورست را در سال ۱۹۲۲ و ۱۹۲۴ با خود به همراه آورد و با دوربین قراضه «نیوتن - سینکلر» به گردنه شمالی و تا ارتفاع ۷۰۰۵ متری رفته بود. بریشرز در این پیام اظهار داشت: «تلاش عظیم و دستاورد بزرگ نوتل باعث روشن بینی و گشوده شدن چشم‌اندازهای جدیدی در برابرما شد.»

اولین نمایش عمومی فیلمهای تهیه شده در پاریس و آمریکا به سال ۱۸۹۵ و زمانی که «کینتوسکوپ» ادیسون و دیگر تجهیزات نمایش تصویری در بازار موجود بود باز می‌گردد.

با اینکه فقط شمار اندکی از مردم انتظار داشتند که سینما





دوربین، بسیاری از حرکتها در فیلمهای اولیه کوهستان، تنها شامل رفتن به طرف یا دور شدن از دوربین بود که با معیارهای استاندارد امروزی تا حدی ایستا به نظر می‌رسد. اوربستون اسمیت، نشان داد که می‌تواند خونسرد باشد و از هر موقعیتی بهره‌گیرد؛ حتی زمانی که راهنماها با طناب بسته شده‌اش جای پایشان را از دست دادند و شروع به سرخوردن به داخل یک پرتگاه کردند. دوربین شروع به چرخش کرده بود و از آنجایی که کوهنوردان برای دسترسی و کمک بسیار از وی دور بودند، وی همچنان به چرخاندن دسته و فیلمبرداری ادامه می‌داد گرچه از بخت خوش، مردان فقط حدود ۹ متر پایین‌تر افتادند، این موضوع برای اضافه کردن مقداری چاشنی به فیلم کافی بود. من هنوز این فیلم را ندیده‌ام. ولی یک نسخه از این فیلم به همراه دو اثر اولیه انگلیسی - «بر فراز مون‌بلان» و «صعود به جونگ فراو» به کارگردانی «فرد بورلینگام - در آرشو ملی فیلم نگهداری می‌شود. گفته می‌شود که فیلم اول قسمتی از یک بهمن در کوه «مودی» است. فیلمهای بورلینگام تاریخ ۱۹۱۵ را دارد. این فیلمها برای شرکت «بیریتیش» و «کولونینال کینماتوگراف» ساخته شدند و در سینماهای «وستاند» لندن به

نمایش درآمدند. اما اینها اولین کارهای وی نبودند. در سال ۱۹۱۴ در کتابی از بورلینگام به نام چگونه کوهنورد شویم مقاله‌ای با عنوان «با مردی که ماترهورن را به تصویر کشید» وجود دارد، یک شاهکار که در سال ۱۹۱۳ با همیاری پنج راهنما، یک دوربین ۳۳ پوندی و سه پایه‌ای با وزن بیش از ۲۰ پوند به انجام رسید. ما تنها می‌توانیم امیدوار باشیم که این فیلم نیز جایی حفظ شده باشد. در آن زمان حضور گروههای فیلمبرداری در آلپ امری عادی بود. در سال ۱۹۰۵ یک سینماگر فرانسوی به نام «فلیکس مسگوش» فیلمی به نام «Drame sur les glaciers de la Blumisalp» ساخته بود. «جیوانی ویتروتی» نیز فیلمی دیگر درباره صعود به مون‌بلان در سال ۱۹۱۰ ساخت. سال بعد «ماریو پیاجنتزا» که عکاس، کاشف و اهل «بیل» بود، اثری کوتاه اما قابل توجه به نام «سردینو» به وجود آورد که دو کوهنورد را در مسیر قدیمی ایتالیاییها در ماترهورن نشان می‌دهد. او همچنین فیلمی نه دقیقه‌ای به نام «del Ascension Gigante al Dente» تهیه کرد. اما یکی از جالب توجه‌ترین فیلمهای اولیه، فیلمی به نام «سول تتولد موندو» است که در سال ۱۹۰۹

«ویتوریوسلا» از هیئت اعزامی به منطقه قراقرم به سرپرستی دوک «آبروزی» آن را ضبط کرد. در سال ۱۹۱۳، هنگامی که «آرنولد فانک» هنوز یک دانشجوی کوهنورد اسکی‌باز و عکاس بود، توسط یکی از همسایگانش به نام دکتر «تاورن» به عنوان مشاور ارشد یک فیلم پیشنهادی با موضوع صعود با اسکی به کوه «مونت روزا» دعوت شد. یک قهرمان اسکی نیز به نام «سپ آلگایر» به عنوان فیلمبردار استخدام شد. فیلم حاصل، نمونه و سرمشقی برای آن عصر و سکوی پرتابی برای زندگی پرمشغله «فانک» است؛ کسی که بعدها پدر فیلم کوهستان نام گرفت. این فیلم همچنین سرآغازی بر همکاری طولانی مدت وی با «آلگایر» است که به عنوان یک فیلمبردار پرطرفدار در عرصه فیلمهای کوهستان و استودیویی مطرح شد. درسی که از فیلمبرداری مونته‌روزا گرفته شد این بود که روغن مورد استفاده در دوربین در سرمای شدید منجمد می‌شود. آلگایر و همکارانش به سرعت نفت را جایگزین روغن کردند. سپ آلگایر هسته مرکزی یک گروه اسکی‌باز فیلمبردار را که «مدرسه فرایبورگ» نامیده شد شکل داد. آنها نامهایی همچون «ریچارد انگست»، «هانس ارتل»، «هنزی یاورسکی» و «هانس اشینبرگر» را که همه او را با عنوان «کک برفی» می‌شناختند در بین خود داشتند. این مدرسه همچنین استعدادهایی چون «لوبی ترنکر» و «لنی رایفنشتال» یعنی اولین ستارگان فیلمهای «فانک» را پرورش داد. اما اینان از جلو دوربین به پشت آن رفتند و آن قدر حرفهای شدند که در نهایت از مربی خود پیشی گرفتند. «فانک» اولین فیلمش به نام «Das Wunder des schneehuhu» را در سال ۱۹۱۸ کارگردانی کرد که حالت کارورزی برایش داشت. او قبل از پایان کارش تمام پول را خرج کرد.

اما از آنجایی که روحیه همکاری و ایمان در گروه وی حاکم بود، آنها به محل اصلی بازگشتند و برای افزودن به سرمایه و پشتوانه مالی شروع به آموزش اسکی در هوای بد کردند. در سال ۱۹۲۰ او «دکتر تاورن» را برای عقد قرارداد یک فیلمبرداری به همکاری دعوت کرد. حدود شش ماه فانک و گروهش زندگی روی چوبهای اسکی و یک رژیم غذایی شامل برنج و رب گوجه‌فرنگی را در یک کلبه بلند کوهستانی تحمل کردند و هرگز حتی یک مرتبه کلمه «حقوق» را بر زبان نیاوردند.

فانک فیلمنامه‌ها را شخصاً و روی میز آشپزخانه مادرش ویرایش می‌کرد. هنگامی که تصاویر کامل شده توسط شرکت بزرگ نشر و توزیع آن زمان برگردانده و رد شد، او وام بیشتری گرفت و خودش اقدام به اجاره سینما و نمایش کرد. این فیلم یک موفقیت کامل بود. عالیترین چشم‌انداز و صحنه‌سازی و عملکرد سریع، پادزهری کامل را به فیلمهای استودیویی روز تقدیم کرد. بعدها فیلمهای کوهستان و اسکی بیشتری ساخته و کیفیت آن سال به سال بهتر شد. فانک، کوهها را ستارگان واقعی فیلمها می‌دید.

سینا فیلم لنگرود

تهیه فیلمهای مستند
و آموزشی از
برنامه‌های
کوهنوردی و زیست
محیطی

لنگرود - پاساژ اسلام
سیروس تقی‌پور

تلفنهای: ۵۰۳۷-۴۴۹۵-۰۱۴۲۵۲



آنها موفق شده بودند. آن گروه سه نفره به افتخار این صعود موفقیت آمیز چاله کوچکی کردند و کلاه دوستشان، باتکین، را درونش جای دادند. آن گاه از همان مسیر بازگشتند.

اردوگاه موقتی که در آنجا وسائشان را پنهان ساخته بودند، درست زیر گذرگاه دنالی قرار داشت. وقتی به اردوگاه رسیدند، به درون کیسه خوابهایشان خزیدند و پوشش چتر نجات را روی سرشان چون چادری قرار دادند. آنها تصمیم داشتند که صبح روز بعد ابتدا خودشان را به اردوگاه بالا برسانند. اما این فکر خیال خامی بیش نبود.

اول مارس: باد شدیدی زوزه کشان آنها را از خواب پراند. بادی که بر فراز گذرگاه می‌گرید به طرف آن سه نفر حمله می‌برد. آنها قادر نبودند تا آن پوشش چتری شلاق مانند را با دستان یخزده نگاهدارند؛ و عاقبت آن را از دست دادند. پوشش چتری به هوا پرتاب شد؛ به صخره گیر کرد و پاره شد و سپس از نظر ناپدید شد.

حالا برای آنها مرگ معنایی واضح داشت. جانستون از درون کیسه خوابش بیرون خزید و به کندن توده یخ مشغول شد؛ در حالی که دو نفر دیگر به هم چسبیده بودند و سرمازده در حالت بدی به سر می‌بردند. ساعتی بعد از میان هیاهوی طوفان به درون غار عذاب‌آوری خزیدند و اولین غذای گرم را بعد از ۳۰ ساعت طبع کردند. آنان با توجه به باد سردی که در بیرون می‌وزید، تخمین زدند که دمای بیرون از غار حدود ۴۸- درجه باشد.

۲ مارس: صبح روز بعد آنها در انتظار رسیدن آرامش به صدای بیرون گوش دادند. هیچ کس از راه نرسید. آنها به سختی جای کافی برای حرکت داشتند. تند بادهای عظیمی مرتب تکه‌های بلور یخ را از سقف غار جدا می‌کرد. دستان دیویدسون چنان متورم شده بود که جانستون به او غذا می‌خورانید. پاهای ژنت نیز یخزده بود. آنان سوخت کمی برای گرم کردن داشتند.

بندرت بازگشت از یک صعود تاریخی مورد توجه قرار گرفته است. اما ماجرای نخستین صعود زمستانی بلند قله آمریکای شمالی در سال ۱۹۶۷، به هنگام بازگشت گروه هشت نفره از قله جالب است نه به هنگام صعود.

صعود ۶۱۹۰ متری دنالی به قیمت فاجعه‌ای محقق گشت. در آخرین روزهای ژانویه، فقط چند روز بعد از آن که گروه حرکت خود را به سمت قله شروع کرد، ژاک باتکین به درون شکافی سقوط کرد؛ در حالی که گروه داشت از مسیر غربی بت‌رس صعود می‌کرد. زمانی که وی را از شکاف بیرون کشیدند، او درگذشته بود. روز بعد، وقتی طوفان فرونشست، گروه تصمیم گرفت که به صعود ادامه دهد.

اعضای باقیمانده - آرت دیویدسون، دیوجانستون، ری‌پی‌ریت ژنت، شیرونی شی مائه، جورج ویچ‌مان، جان ادوارد وگرگ بلومبرگ - با بادهای شدید و سرمای کسرخ کننده فکر مبارزه کردند تا به قله پایین‌تر رسیدند و در ۲۳ فوریه اردوگاه بالا را در ارتفاع ۵۲۳۹ متری برپا کردند. در آخرین روز فوریه، بعد از تلاشی ناموفق برای رسیدن به قله، جانستون، دیویدسون و ژنت سایر اعضای گروه را ترک کردند و رهسپار قله شدند.

آنها خیلی زود به گذرگاه دنالی (با ارتفاع ۵۵۴۴ متر) رسیدند؛ در حالی که شرایط جوی مناسب، آسمان صاف و بدون باد بود. روز کوتاه زمستانی رو به انتها بود و آنها با اینکه می‌دانستند رسیدن به قله غیرممکن است، باز به راه خویش ادامه دادند. یالی که آنها از آن صعود می‌کردند به ناگاه درون تاریکی فرو رفت و آنها به گودال کم عمقی رسیدند که درونش یک تیرک آلومینیومی سر از یخ بیرون آورده بود.

نخستین صعود زمستانی دنالی

جیم ورمولر
ترجمه حسین مدی

۷۰ / فصلنامه کوه / شماره سیزدهم / سال چهارم

۳ مارس: آنان با غرش لاینقطع باد از خواب پریدند. جانستون پختن غذا با آخرین ذخیره گاز را تا نیمه بعدازظهر به تأخیر انداخت. غذای موجود به سختی انرژی مورد نیاز یک نفر را برای یک روز تأمین می‌کرد.

۴ مارس: در تاریک، روشن صبح، دیویدسون گوش تیز کرد و آن گاه به سمت جانستون چرخید؛

- دیو، تو صدای هلیکوپتر نمی‌شنوی؟ بهتر است بیرون برویم و به طرف خودمان هدایتش کنیم.

- بگیر بخواب! آن فقط صدای باد است.

ارتفاع و محدود بودن جا عذابشان می‌داد کمبود غذا و مایعات آنها را به سوی مرگ می‌کشاند. جانستون به یاد آورد که یک گالون سوخت را سه سال پیش نزدیک گذرگاه پنهان کرده است. گالون بیشتر از ۶۱ متر از غار فاصله نداشت؛ اما رسیدن به آن کاری بس مخاطره آمیز بود.

عاقبت ژنت دل به دریا زد و بیرون رفت. ۵، ۱۰، ۱۵ دقیقه گذشت. ناگهان طوفانی از برف فضای غار را آکنده؛ به دنبالش یک ظرف پلاستیکی و بعد ژنت! ااهر شد. سوخت! حالا آنها حداقل آب داشتند.

۵ مارس: پایین‌تر از جایی که کوهنوردان به دام افتاده بودند، سایر اعضای گروه اعزامی به دنبال راهی می‌گشتند تا بتوانند عملیات نجات را شروع کنند. در همین زمان، گروه سه نفری بالا، غذایی برای خوردن نداشتند و درون کیسه‌های خوابشان مچاله شده در شرف مرگ بودند. آنها داشتند یخ می‌زدند.

در نیمه بعدازظهر، دیویدسون متوجه سکوت بیرون غار شد و فریاد زد:

- هی دیو! باد بند آمده است. ما می‌توانیم پایین برویم.

اما چون به شب برمی‌خورند همانجا

مانند.

۶ مارس: بعد از ۲۱ یباً یک هفته‌ای که آنها در غار محبوس بودند، در آرامشی وهم آور از چاقپناه خویش بیرون آمدند و واقعیت آزاردهنده برایشان آشکار شد: همه جا فقط سفید بود! آیا می‌توان بدون غذایی برای نیرو گرفتن و گرم شدن، امیدی به زنده ماندن در آن غار داشت؟ آنها نشستند. سست بودند. امیدوار بودند که آسمان صاف شود. حریصانه به دنبال پس مانده توشه پنهانی گروه قبلی چشم می‌چرخاندند. ژنت به دنبال باقیمانده غذایی از گروه قبلی بود؛ در حالی که دیویدسون نومیدهانه با لایه‌هایی از پارچه و اشیای یخزده ور می‌رفت. او زیر آنها، مقداری سیب‌زمینی خشک شده، کشمش و یک قوطی کنسرو ران خوک پیدا کرد.

۷ مارس: صبح بدون ابری آغاز شده بود. آنها آماده می‌شدند تا به هر ترتیبی که شده پوتین‌هایشان را بپوشند. فریاد دردناکشان

فضای کوچک غار را پر کرد. آنها یکباره از غار خارج شدند. تلوتلوخوران با ساقهای متزلزل، بی‌ثبات به طرف پایین حرکت کردند. در سرمای ۴۰- درجه قدم برمی‌داشتند. آنها موفق شدند تا آرام آرام راه خویش را به سمت غار یخی اردوگاه بالا بکشایند. اردوگاه در هم ریخته بود؛ اما در آن غذا وجود داشت. سه نفری حریصانه به سوی سوسیس، تکه‌های نارگیل و یک میوه هجوم بردند.

۸ مارس: در یک روز درخشان آفتابی، در سرمای به اندازه ۱۶- درجه هوا استوایی به نظر می‌رسید. خلبان هواپیمای گلاسیر، دان شلدون جای آن سه تلاشگر را علامت گذاری کرد. سپس در یک ارتفاع مناسب برایشان رادیویی انداخت تا به آنها بگوید که یک هلیکوپتر نجات به آنها نزدیک می‌شود. آیا آنها به هلیکوپتر می‌رسیدند؟ در حالی که با هم گفتگو می‌کردند، ابر تیره رنگی که معلوم نبود از کجا پیدایش شد، قله فوراکر را در تاریکی

فرو برد. باد شدت گرفت و آن ۳ نفر را مایوس ساخت.

آندک زمانی بعد، هلیکوپتر، خود را به آنها رساند: در حالی که برای نشستن مشکل داشت. نردبان فرود برفی اش را پایین آورد. آنها شتابزده، بدون برداشتن وسایل، خود را به درون هلیکوپتر کشاندند. در بر روی آن دنیای بادهای موحتس و سرد بسته شد و هلیکوپتر غرش‌کنان به پایین رفت.

خلبان از آنها پرسید: «همگی سمسید؟» ژنت به آرامی گفت: «مطمئن باش. همگی خوییم.»

دیویدسون به کوههایی که در پشت سر دور می‌شدند خیره می‌نگریست. او متحیرانه در این فکر بود که اگر روزی یک گروه با آن وسایل رها شده منجمد برخوردار کند چه فکری خواهد کرد. ۸

مأخذ: مجله کلایمینگ



انجمن حفظ محیط کوهستان

گزارش مراسم روز جهانی پاکسازی کوهها

انجمن حفظ محیط کوهستان

مراسم «روز جهانی پاکسازی کوهها» در مناطق کوهستانی کشور همگام با علاقه‌مندان محیط‌های طبیعی در سایر نقاط جهان، توسط کوهنوردان برگزار شد.

در این برنامه که برای ششمین سال متوالی توسط «انجمن حفظ محیط کوهستان» اجرا شد، ارگانهای دیگر فرهنگی ورزشی از جمله کمیسیون ورزش و محیط زیست کمیته ملی المپیک، سازمان حفاظت محیط زیست، دانشکده محیط زیست و شهرداری منطقه ۱ تهران مشارکت داشتند.

در تهران تشکلهای زیست محیطی همگام با سایر کوهپیمایان از اولین ساعات بامداد روز جمعه ۲۷ شهریور ماه اقدام به پاکسازی مسیرهای کوهنوردی چهارگانه شمال تهران نمودند.

در مسیر دربند به شیرپلا شرکت‌کنندگان با دریافت وسایل پاکسازی، کیسه پلاستیکی و اطلاعاتی آموزشی از محل ستاد اصلی عازم ارتفاعات شده و ضمن استفاده از مواهب طبیعی کوهستان با جمع‌آوری و انتقال زباله به پایین دست، خواست و علاقه‌مندی عمومی را برای داشتن طبیعتی پاک و سالم ابراز داشتند.

کوهپاران نیز در طی این برنامه ضمن ارائه اطلاعاتی پیرامون حساسیت و آسیب‌پذیری محیط‌های کوهستانی، نحوه رفتار صحیح در محیط‌های طبیعی را با توجهی ویژه به نونهالان و کودکان آموزش می‌دادند.

در مراسم پایانی که ساعت ۱۱ صبح در میدان سربند برگزار شد ابتدا تنی چند از مسئولین و اساتید دانشگاه به ایراد سخنرانی پرداخته و ضرورت ارتقاء فرهنگ زیست محیطی جامعه از طریق اجرای برنامه‌های همگانی را مورد تأکید قرار دادند.

آنگاه مسئول انجمن حفظ محیط کوهستان ضمن تشریح مفهوم عبارت «زباله خود را بازگردانیم» به اهمیت آلوده نشدن کوهستان به عنوان ذخیره گاه آب شیرین و سایر عناصر حیاتی اشاره و اجرای طرح تفکیک زباله از مبدأ را به عنوان گام اولیه بازیافت مواد زائد ضروری دانست.

در ادامه مراسم جوایز و هدایایی به رسم یادبود به شرکت‌کنندگان خصوصاً نونهالان اهدا شد و سپس قطعنامه‌ای در ۹ ماده برای حاضرین قرائت

گردید که ضمن آن بر ضرورت تغییر نگرش عمومی به زباله به عنوان ماده‌ای ارزشمند و قابل بازیافت اشاره شده است.

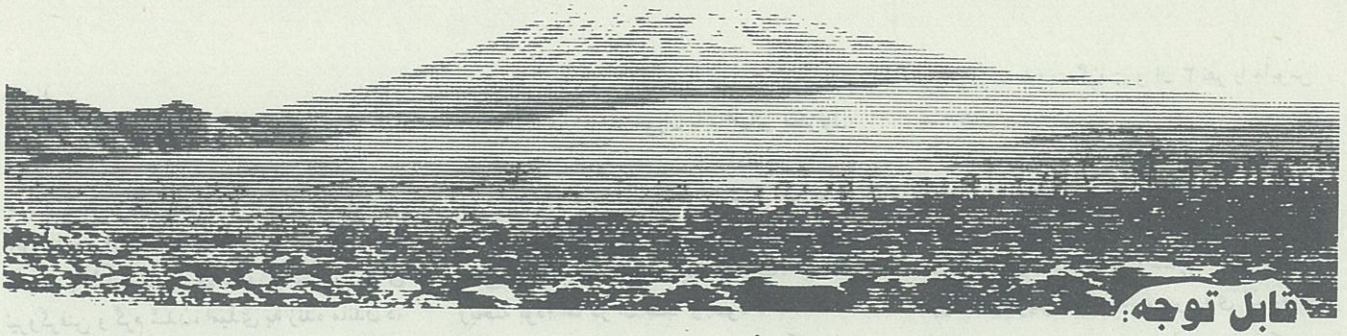
این مراسم در ساعت ۱۱ و ۴۵ دقیقه با انتقال انبوه زباله‌های جمع‌آوری شده توسط خودروهای شهرداری منطقه ۱ به پایان رسید. Δ



جهت سبز ایران

پاکسازی قله

به دعوت جبهه سبز ایران هفده قله مرتفع ایران توسط کوهنوردان کشور پاکسازی شد. در این فراخوان عمومی که روز ششم شهریور و با توجه به شرایط نامناسب جوی در بعضی مناطق صورت گرفت، علاقه‌مندان به طبیعت توانستند قله سیلان، علم کوه، شیر کوه، جوبار، بینالود، کرکس ... و توجال را پاکسازی کنند. قابل توجه است که تنها از قله توجال در شمال تهران ۴۰ کیسه زباله جمع‌آوری و تحویل ایستگاه هفتم تله کابین شد. Δ



قابل توجه:

نقشه راهنمای شماتیک خط‌الرأس توچال در ابعاد ۳۳ × ۱۰۰ به صورت رنگ همراه جزوه اطلاع‌رسانی از منطقه منتشر شد.

اشتراک فصلنامه کوه، بهترین هدیه شما به دوستداران طبیعت

آن دسته از خوانندگان گرامی که مایلند فصلنامه کوه را به طور مرتب دریافت کنند می‌توانند با تنظیم و ارسال فرم اشتراک به خانواده مشترکان این نشریه ببینند و از این رهگذر ما را در ادامه راه فرهنگی که آغاز کرده‌ایم یاری فرمایند.

راهنمای اشتراک فصلنامه کوه

در صورتی که مایلید فصلنامه کوه را مشترک شوید، خواهشمندیم به نکات زیر توجه فرمایید:

۱. حق اشتراک یکساله فصلنامه کوه در داخل ایران ۱۶۰۰۰ ریال با پست عادی، با پست سفارشی ۲۲۰۰۰ ریال و خارج از کشور با پست هوایی ۶۰۰۰۰ ریال است که این مبلغ باید به حساب ۳۰۷۰ بانک صادرات شعبه ۴۷۶ امین‌الملک به نام دکتر حسن صالحی مقدم (قابل پرداخت در کلیه شعب مذکور) واریز گردد و اصل فیش بانکی را همراه با فرم تکمیل شده به نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۹۶۱۵/۶۸۶ فصلنامه کوه ارسال فرمایید.

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

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

۴. هرگونه تغییر در نشانی را سریعاً به دفتر مجله اعلام فرمایید.

قابل توجه مشترکان

از شماره‌های موجود فصلنامه کوه می‌توانید شماره‌های ۸، ۷ (هر جلد به مبلغ ۳۰۰۰ ریال) و ۱، ۶، ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۲ (۴۰۰۰ ریال) را درخواست نمایید.

فتوکپی فرم ارسالی مورد قبول است.

مشترکان محترم: به لحاظ اعلام وصول تعدادی از حواله‌های بانکی مبنی بر اشتراک شما توسط بانک مربوطه، و عدم دریافت فرمهای اشتراک از طریق پست، خواهشمند است پس از ۱۰ روز از واریز وجه و ارسال مدارک جهت قطعیت موضوع با دفتر فصلنامه تماس تلفنی برقرار کنید.

فرم درخواست اشتراک فصلنامه کوه

نام و نام خانوادگی:

شغل:

تلفن:

نشانی:

کد پستی:

صندوق پستی:

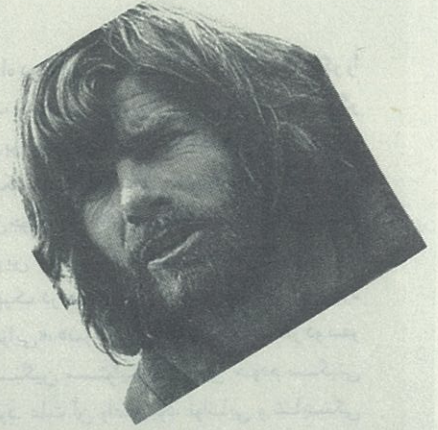
طی فیش بانکی شماره:

به مبلغ:

درخواست از شماره:

تا:

مورخه:



- ۹ -

فقط ارتفاع قابل اندازه گیری است

رینهولد مسنر

ترجمه الهام امیرکیانی

مسنر و

۱۴ هشت هزار متری

قله های هشت هزار متری بود. البته از نظر فنی، جزء قله قابل دسترسی نیست. اما برای من چنین نبود. ابری سبک در آسمان به چشم می خورد. اما هوا همچنان خوب بود. لزومی برای پایین رفتن نمی دیدیم. از سوی دیگر از قله شاهد چشم انداز فوق العاده زیبایی بودیم. قله K2 در شمال و درست روبه روی قله مرکزی دیده می شد، به گونه ای که انگار به این قله متصل است.

پاسخی برای این پرسش نمی یابیم که چرا عده زیادی، فقط به صرف هشت هزار متری بودن یک قله، برای آن اهمیت ویژه ای قابل می شوند؛ در حالی که ارزش کار یک گروه کوهنوردی را نمی توان سنجید. هشت هزار، فقط یک عدد است آنچه اهمیت دارد، کوه و تجربه صعود از آن است.

هنگامی که به اردوی مبدأ بازگشتیم، هنوز تمامی نیروی خود را از دست نداده بودیم. اگر آمادگی لازم را داشتیم، قادر بودیم از چهارمین و پنجمین قله نیز صعود کنیم. در آنجا بود که تصمیم صعود انفرادی به همه قله هشت هزار متری را گرفتیم.

دلیم می خواست اولین نفری باشم که دست به چنین عملی می زند. البته به هیچ وجه قصد رقابت با جزری کوکوجکا و کورت دیمبرگر را نداشتیم. مدتی با خودم خلوت کردم پس از آن، با یکی دو نفر دیگر مشورت کردم. بدین ترتیب، طوفانی درگرفت که خودم را نیز گرفتار کرد. زمانی که رسانه ها پی بدین موضوع بودند، دیگر قضیه خیلی داغ شد! جالب است که در حقیقت، اصلاً مسابقه ای وجود نداشت خودم می دانستم که اندیشه صعود انفرادی از قله هشت هزار متری مهمترین هدف من در چند سال آینده نخواهد بود و اگر شرایط اجازه دهد، به این کار مبادرت خواهیم کرد.

در برودپیک نیز مانند گاشربروم ۲، با باربران دوران خاطره انگیزی را گذراندم اکنون همه می دانند که در پاکستان، تبت و چین، کوهنوردان ماهری هستند. در آن زمان، امید داشتم که اگر در چند سال آینده، از ما جلو نمی زنند، لاقول در صعود از کوه های

هوا و خصوصاً برف، مساعد بود. با صعود از قوس سمت چپ اردوی مبدأ توانستیم به اردوی ۱ که بول و همراهانش برپا کردند برسیم. در آنجا، بقایای طنابهای ثابت گروه های پیشین را یافتیم که این ور و آن ور پراکنده بود. در نیمه مسیر این یال پرشیب و مرتفع ۳۰۰۰ متری اردوی موقت خود را برپا کردیم.

دیدار بزرگان

روز بعد، پس از استراحت کامل، زمانی که عازم بودیم، با نهایت شگفتی، دو کوهنورد را دیدیم که از کوه پایین می آمدند. تعجب من به این دلیل بود که در آن موقع، فقط ما مجوز عبور از برود پیک را داشتیم. وقتی نزدیکتر شدند، آنها را شناختیم: «جزری کوکوجکا» و «ویکت کورتیکا» بودند. این دو کوهنورد نامدار لهستانی، از K2 به برودپیک آمده و به شیوه آلی از آن صعود کرده بودند. گپ کوتاهی زدیم و هر کدام به راهمان ادامه دادیم.

اگر اوضاع به همان منوال ادامه می یافت، در همان روز دوم به قله می رسیدیم. البته باید اضافه کنم که هر کداممان ۲۰ کیلو بار در کوله پشتی داشتیم. از این رو، یک بار دیگر در مکانی که اولین گروه کوهنوردی، آخرین اردوی خود را برپا کردند، اردویی موقت زدیم.

روز بعد ۲ اگوست - هوا بی نظیر بود. راه میان قله میانی و اصلی، طولانی به نظر می رسید. اما ما لحظه ای در موقعیتمان شک نکردیم. در تمامی مسیر، کنار تیغه حرکت می کردیم. مدت زیادی طول کشید تا به قله پیشین رسیدیم. پس از آن، سبب کمتر شد. دیگر برای دستیابی به بالاترین نقطه قله. مشکل چندانی نداشتیم. از نظر من، برودپیک دشواری چندانی نداشت. شاید یکی از ساده ترین

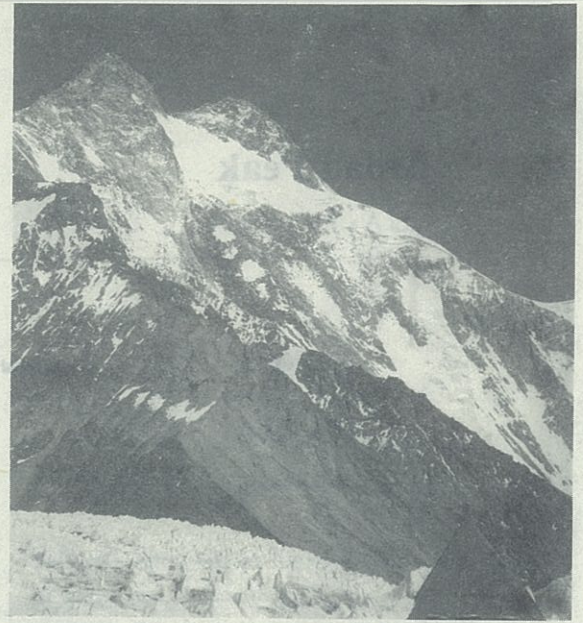
تابستان ۱۹۸۲ چند روز پس از صعود به قله گاشربروم ۲ من «نزیر سبیر» و «شرخان» به فکر صعود از قله پهناور یا به گفته محلیان، «فالکن کانگری» افتادیم. به کمک چند امدادگر، اردوی مبدأ را تغییر دادیم مطمئن بودم که دو یا سه روز برای رسیدن به قله کافی است از اینرو، به انتظار هوای مساعد نشستیم.

همراهان پاکستانی من که اینک مانند خودم به آب و هوا عادت کرده بودند یارانی مناسب بودند از آنجا که تجربه کافی نداشتند، طبیعتاً صحبتی از عبور عرضی که قبلاً با «فریدل موجلختر» برنامه ریزی کرده بودیم، به میان نیامد. این دیگر کار هر کسی نبود.

تصمیم داشتیم از مسیر «بول» بالا برویم. فرصت مناسبی دست داده بود که دقیقاً ۲۵ سال پس از مرگ «هرمان بول» بار دیگر از مسیر صعود او بالا برویم. جالب است که من از نانگا پاربات، اورست، K2، داتولاگیری و برود پیک درست ۲۵ سال پس از اولین صعودشان، صعود کردم. یکی از دلایل آن، احترام من به پیشگامان بود.

قله پهناور، تاریخچه جالبی دارد در سال ۱۹۵۸ «بول»، «اشموک»، «دیم برگر» و «وینتر اشتلر» مصمم شدند تا به شیوه آلی از یک قله هشت هزار متری صعود کنند. با استفاده از باربران ماهر. ثابت کردند که می توان بدون استفاده از اردوهای ثابت، گامی به جلو برداشت. اما آنچه مرا بسیار تحت تأثیر قرارداد، این بود که وقتی در اولین روز صعود دریافتند که تا دستیابی به قله اصلی راهی طولانی بیش رو دارند، تمامی مسیر را تا اردوی مبدأ بازگشتند. در تلاش بعدی بدون وقفه تا نوک قله پیش رفتند.

اگر در صعود از برود پیک به موفقیت دست می یافتیم، بدین معنا بود که در طول یک فصل توانسته بودم از سه قله هشت هزار متری با وجود بیماری و نیز بدون حضور فریدل صعود کنم. هنگامی که پیشروی را آغاز کردیم، اوضاع آب و



نمای عمومی منطقه برودپیک

کشور خودشان، به برتری دست یابند. زیرا لاقل به هوا عادت دارند و با مشکلات ما روبه‌رو نخواهند شد. آنان تقریباً همیشه در ارتفاعات زیاد از کوهنوردان اروپایی مقاومترند. فنون را نیز مانند ما فرا خواهند گرفت.

اعتراف صادقانه

تمایل به کوهستان آلپ، ریشه در اروپا دارد. رفتار ما با آسیاییان، همواره مانند اربابان بوده است. تا همین اواخر نیز از آنان عمدتاً به عنوان باربر یا دستیار بهره می‌بردیم. در آینده شاهد خواهیم بود که به کوهنوردان و راهنمایان قابلی تبدیل خواهند شد. اکنون اهالی هیمالايا، برای صعود از کوهستانهای خود شور و رغبت فراوانی نشان می‌دهند. امروزه هنوز شریاهای نیپال و بالتی‌های قراقرم اکثر کارهای دشوار را انجام می‌دهند. در اورست، گاه می‌بینیم که شریاها تمامی مسیر را آماده می‌کنند، سپس صاحب‌ها با غرور دست به اعمال «قهرمانانه» می‌زنند. شریاها و بالتی‌ها خصوصاً آنها که در بالای اردوی مبدأ کار می‌کنند و مسئولیت سنگینی بر عهده دارند - پول اندکی دریافت می‌کنند. مایه خوشوقتی است که در آینده، باربران محلی به پرورش استعدادهای خود بپردازند. آنان باید از نظر اجتماعی و سیاسی به گونه‌ای سازمان یابند تا متوجه شوند که با همصدایی می‌توان بر تمامی موانع غلبه کرد. باید به مرحله‌ای برسند که مزدی متناسب با کار طاقت‌فرسایشان دریافت کنند. امیدوارم در آینده نه چندان دور، بالتی‌ها، شریاها و باربران تبتی به راهنمایی آگاه مبدل

شوند. اگر آن طور که من تصور می‌کنم، کوهنوردی در هیمالايا دو گونه صورت گیرد، برایشان همواره کار پیدا می‌شود. در آینده تورهای کوهنوردی از سوی مؤسسات اروپایی راهی مسیرهای عادی این کوهستان خواهند شد. کوهنوردان محلی قادر خواهند بود که ماجراجویان کم تجربه‌گروههای مذکور را به سوی قله راهنمایی کنند. اما دسته دوم، شامل افرادی با اهداف بلندپروازانه است. کوهنوردان قوی و ماهر سراسر دنیا، همواره مایلند تا دست به تجربه‌ای تازه بزنند و به همراهی باربران ماهر نیز نیازی ندارند. آنها به دنبال راههای جدید یا عبور عرضی از کوهستان نیستند؛ بلکه همه جور مخاطره‌ای را به جان می‌خرند تا شیوه کوهنوردی تازه‌ای متولد شود. آنچه امروز ناممکن می‌نماید، فردا انگیزه سفر خواهد شد. بدعت گذار در تلاش است تا گامی فراتر از کوهنوردان قبلی بردارد. او وقتش را به تجربه آنچه سایرین پیش از او انجام داده‌اند، تلف نمی‌کند.

ره آورد تلاشها

پس از تجربه موفق اخیرم، شهرت و محبوبیتم افزایش یافت که علاوه بر اینکه از نظر مالی برایم سودآور بود، انتقادات کین توزانه را هم افزایش بخشید. اکنون دیگر جزء اموال عمومی و تحت نظارت دقیق بودم. دیگر سازماندهی زندگی حرفه‌ای و پرداختن به فکرهای تازه و تدارک طراحیهای کوهنوردی بدیع برایم بسیار دشوار بود. بدین ترتیب آموختم که زمان کمتری را صرف بزرگترین مشغولیت زندگی‌ام یعنی کارم بکنم. قبلاً



ویتک گورتیکا یکی از آزاداندیش‌ترین کوهنوردان لهستانی است. مسترز او برای سفری زمستانی به چواویو دعوت به عمل آورد.

سه ماه در سال را صرف تدارک سفر و نه ماه دیگر را صرف جمع‌آوری پول برای آن می‌کردم. حالا دیگر وضع برعکس شده بود. از سه قله هشت هزار متری، با کمک کوهنوردن محلی، صعود کرده بودم: کان چن‌جونگا در ۱۹۸۲ به همراه «آنگ دورجی» قویترین شریایی که تا کنون دیده‌ام؛ گاشبروم ۲ و برودپیک در همان سال با همراهی دو کوهنورد «هونزایی»، «شرخان» و «نذیر سبیر» در هر دو سفر بار سنگین مسئولیت بر دوش خودم سنگینی می‌کرد. علت آن واضح بود، توانایی و شایستگی کوهپیمایی کوهنوردان محلی به هیچ وجه با اروپاییان قابل مقایسه نیست.

با وجود این، از آنجا که طرز برخوردشان با کوهنوردی تحسینم را برمی‌انگیخت، حضورشان به هیچ وجه مانعی برایم محسوب نمی‌شد. حتی باید بگویم که از کوهنوردان محلی هیمالايا و قراقرم بسیار آموختم. آنان با دقت بیشتری به اطراف



نمای برودپیک از جنوب غربی؛ در سمت چپ، قله پهن میانی و در سمت راست، قله اصلی قرار دارد. مسیری که در تصویر می‌بینیم، از فاصله میان دو قله می‌گذرد.

با اینکه قصد من از ابتدا این نبود که با باربران قله بروم، اما هر سه آنان مصمم بودند مرا تا نوک قله همراهی کنند. در این کوهستان مرتفع، چیزی مقدس و شایسته تکریم مشاهده می‌کردند و میان حس احترام و تمایل شدیدشان به صعود به قله سرگردان بودند. اروپاییان از این نظر بر آنها تفوق دارند، زیرا قادرند به طور کامل حواس خود را بر هدف مورد نظر متمرکز سازند. در طول ۲۰ سال، ما در اروپا توانستیم انبانی از تجربه ذخیره کنیم و تعدادی کوهنورد فنی تربیت کنیم؛ در حالی که آنان در قلب کوهستان از این کار ناتوان بودند.

من هرگز نمی‌توانستم راه بسیار دشواری را با کمک آنگ دورجی، شرخان یا نذیر سبیر طی کنم.



در کان چن جونگا تمام مسیر را برای آنگ دورجی آماده کردیم. او بدون استفاده از طنابهای ثابت قادر به رسیدن به بالاترین نقطه کوه نبود. فقط آخرین قسمت مسیر را یعنی همان قسمتی که آنگ می‌توانست بدون خطر بالا رود، به شیوه آلی صعود کردیم.

آنگ دورجی دوبار از اورست و یک بار از کان چن جونگا بدون استفاده از اکسیژن مصنوعی صعود کرد. او جزء اولین کوهنوردان نیالی بود که موفق شد بدون استفاده از اکسیژن پابا هر دو قله مرتفع کشورش بگذارد. دورجی در سومین تلاش برای صعود به اورست کشته شد.

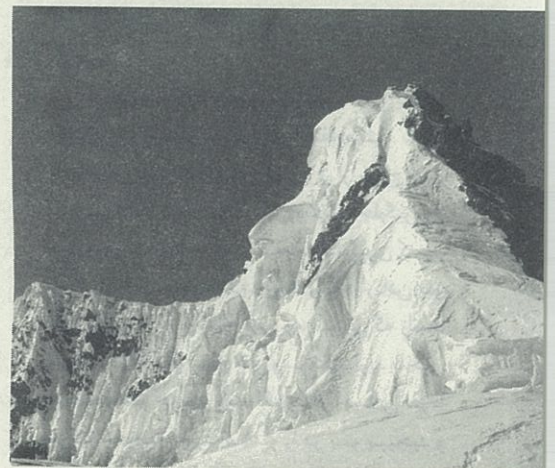
شرخان و نذیر سبیر هنوز به کوهنوردی مشغولند. سبیر پس از صعود از K2، گاشر بروم ۲ و برودپیک، از بسیاری از قله‌های شش هزارمتری موطنش صعود کرد. شرخان نیز سه بار بر قله گاشر بروم ۲ پا نهاد.

تاریخچه صعود از قله پهناور (برودپیک)

۱۸۹۲: گروهی به رهبری دلبیوم.ام. کانوی که برای بررسیهای مقدماتی به کوهستان آمده بود، نام برودپیک را برای قله‌ای که تا پیش از آن فالکن کانگری نامیده می‌شد برگزید.

۱۹۰۹: یک ایتالیایی به نام و.سلا عکسهایی از کناره‌های شمالی، غربی و جنوبی کوهستان ارائه داد.

۱۹۵۴: یک گروه آلمانی - اتریشی به سرپرستی «ک.م. هرلیگ کومز» در فصل پاییز به برودپیک رسید و به جای بالا رفتن از دنده چپ ترجیح داد از شکافها و دیواره‌های یخی کناره جنوب



غربی صعود کند در نتیجه گروه اجباراً در ماه نوامبر، در حالی که تا ارتفاع ۶۹۰۰ متر صعود کرده بود، بازگشت.

۱۹۵۷: یک گروه کوچک اتریشی به سرپرستی «م.اشموک» با موفقیت بر قله برودپیک ایستاد و هر چهار عضو قدرتمند آن، یعنی «ه.بول»، «م.اشموک»، «ک.دیم برگر» و «ف. وینتراشتر» به قله راه یافتند. آنان از باربران و اکسیژن استفاده نکردند. خودشان بارشان را تا سه اردو حمل کردند آنان در ابتدای صعود، فریب یک قله دروغین را خوردند و به ناچار به اردوی مبدأ بازگشتند. دومین تلاششان موفقیت‌آمیز بو و سرانجام در ۹ ژوئن یر فراز قله ایستادند ۱۸ روز بعد هرمان بول در جوگولیزا ناپدید شد.

۱۹۷۵: کوهنوردان لهستانی به سرپرستی «ج.فرنسکی» از مسیر اتریشی‌ها (۱۹۵۷) تا زین بالای دنده چپ یخی بالا رفتند. از آنجا از طریق تیغه صخره‌ای جنوب شرقی به قله مرکزی (۸۰۱۶ متر) رسیدند. در راه بازگشت، سه نفر از گروه پنج نفره، جانشان را از دست دادند. در همین سال دو ژاپنی از مسیر اولین صعود، به قله اصلی راه یافتند. ۱۹۷۸: «ی.زگیور» که دو سال قبل به ناچار صعود به قله را رها کرده بود، بار دیگر بخت خود را آزمود. این بار، در دومین تلاش خود با همراهی «گ.بتمبورگ» به تیغه بلند قله (از مسیر عادی)

نمای دره میان دو قله رفیع برودپیک که به سوی قله پیشین اصلی می‌رود. پیش از اولین صعود به قله در سال ۱۹۵۷، اشموک، وینتراشتر، دیمبرگر و بول پس از اینکه دریافتند زمان کافی برای رسیدن به بالاترین نقطه کوهستان ندارند، تمام راه را از قله پیشین تا اردوی مبدأ عقب‌نشینی کردند. پس از چند روز استراحت، با تلاش مجدد، به قله رسیدند.

نذیر سبیر در حالی که پرچم پاکستان را در دست دارد، بر فراز قله برودپیک دیده می‌شود (۲ آگوست ۱۹۸۲). در زمینه تصویر، K2 دیده می‌شود که سبیر به اتفاق کوهنوردان ژاپنی از آن صعود کرد. نخستین صعود آنان از تیغه غربی بود.

رسید. ۱۹۸۲: در ۲ آگوست، «ر.مسنر» طی یک سال از سومین قله هشت هزار متری صعود کرد. او با همراهی دو کوهنورد پاکستانی از یک مسیر فرعی به قله برودپیک رسید.

۱۹۸۳: «ر.کاساروتو» ایتالیایی که سال قبل در تلاشی ناموفق از صعود به قله بازماند، اکنون توانست با موفقیت از طریق مسیر دشوار تیغه شمالی به قله شمالی (۷۸۰۰ متر) راه یابد. زنان کوهنورد لهستانی در اواخر ماه ژوئن، رتبه جدیدی در کوهنوردی زنان کسب کردند. «ک. پالموسکا» و «ا.چرونیسکا» در دو روز، بدون استفاده از اکسیژن مصنوعی و باربران به قله اصلی صعود کردند. در همان روز، کوهنورد سوئسی، «م. رودی»، و کوهنورد فرانسوی، «ا. لورتان»، نیز با بر قله نهادند. پشت سر آنان، «ف.گراف»، «س.ورنر» و سپس «پ.موراندا» و «ج - س سونن‌وبل» از اعضای یک گروه کوهنورد سوئسی به قله رسیدند.

۱۹۸۴: «و. کورتیکا» و «ج. کوکوچکا برودپیک را از سمت غرب (قله‌های شمال، مرکزی و اصلی) و به صورت عرضی صعود کردند. «ک. ویلیکی» لهستانی توانست برودپیک را در یک روز صعود کند. او ساعت ۲ بامداد، اردوی مبدأ را در ارتفاع ۴۹۰۰ متری ترک کرد و ساعت ۴ بعدازظهر روی قله ایستاد و ساعت ۱۰/۳۰ شب به اردوی مبدأ بازگشت. این ورزشکار جوان، قسمت اعظم مسیر ۳۱۵۰ متری را به شکل عمودی پیمود. با وجود این، صعودش «تورمستقل» محسوب نمی‌شود. مسیرش حفاظت شده و پر از اردوهای گوناگون و غذاهای متنوع بود. Δ



قسمت ششم

کمکهای اولیه

تهیه و تنظیم رضا چهکنوی

تا این بخش از سلسله مقالات کمکهای اولیه دو مورد از ضروری ترین عملیات نجات یعنی برگرداندن تنفس به حالت طبیعی و تجدید حیات قلبی را به طور کامل توضیح دادیم. در دنباله این مبحث شما را با شوک (Shock) و اشکال مختلف آن آشنا خواهیم کرد.

شوک چیست؟

شوک واژه‌ای انگلیسی و به معنای هول، تکان و ضربه است. شاید عامل اصلی این نامگذاری عوامل ایجاد شوک باشد. چرا که برخی عوامل خارجی مانند دیدن صحنه‌های هولناک و شنیدن اخبار تکان دهنده در برخی افراد موجب بروز شوک می‌شود. شرح لغوی شوک که توضیح داده شد یکی از عوامل آن است. اما در تعریف بالینی گفته می‌شود که فرو افتادن یا ضعیف شدن علائم حیاتی بر اثر کم شدن حجم خون، به هر دلیل، شوک نامیده می‌شود. سلولهای مغزی از حساسترین سلولهای بدن هستند و هرگونه نقصان در رسیدن خون به آنها عوارض جدی و خطرناکی در پی دارد. کم شدن حجم خون موجب می‌شود که خون کافی و مورد نیاز به مغز نرسد و در نتیجه فرد دچار حالت شوک شود. برای روشن شدن موضوع به این مثال توجه کنید: یک بطری پر از آب را تصور کنید. جداره داخلی بطری در هر حالتی با آب در تماس است. قدری از آب داخل بطری را خالی کنید و بطری را روی زمین به حالت ایستاده قرار دهید. خواهید دید که قسمت سر بطری از آب خالی است. بدن ما نیز مانند این بطری است و اگر حجم خون آن کاهش یابد، بی‌شک در فوقانی ترین قسمت بدن یعنی سر، خون کافی وجود نخواهد داشت تا سلولهای مغز به طور طبیعی فعالیت کنند.

کم شدن حجم خون در بدن می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد که به آنها می‌پردازیم:

۱. شوک بر اثر خونریزی: عامل پایین آمدن حجم خون، خروج خون از درون سیستم بسته عروق است. در واقع، رگها همان ظرفی هستند که در بالا به آن اشاره کردیم. حال اگر به هر حالتی خون

داخل این ظرف به بیرون راه پیدا کند مصادف است با کم شدن حجم خون که در اصطلاح به آن خونریزی می‌گوییم. این نوع شوک بیشتر در تصادفات و ضربات وارده به بدن پیش می‌آید.

۲. شوک عصبی: به طور طبیعی و در شرایط عادی همه رگهای بدن همواره تحت فشار انقباضی عضلات اطراف دیواره رگها قرار دارد. برخی اوقات بیشتر به علت موارد عصبی این عضلات از حالت انقباض دائمی خارج شده و شل می‌شوند. در نتیجه، حجم داخلی عروق افزایش می‌یابد، در حالی که میزان خون ثابت است. به این ترتیب حجم خون نسبت به ظرف آن یعنی همان رگها کاهش می‌یابد و موجب شوک می‌شود.

۳. دیگر علت شوک پایین آمدن مقدار پلاسماي خون به دلیل کم شدن آب بدن است. این وضعیت بیشتر در ناراحتی دستگاه گوارشی به علت اسهال و استفراغ مزمن، گرم‌زدگی یا سوختگی دیده می‌شود.

۴. شوک به علت حساسیت: برخی افراد به بعضی از داروها یا زهر حاصل از گزش حشرات و سایر جانوران یا عوامل محیطی واکنش نشان می‌دهند. در این حالت با تغییر ماهیت اصلی خون یا تأثیر این عوامل بر سیستم عصبی مواجه و دچار شوک حساسیتی می‌شوند. این شوک بیشتر بر اثر تزریق دارو و گزش حیوانات رخ می‌دهد.

عوامل دیگری نیز مانند ایست قلبی، عفونت، غش، صرع، اختلال در سوخت و ساز بدن، هیجانانگ روانی و شوک الکتریکی در تماس مستقیم با منبع الکتریسیته است.

علائم بالینی شوک

تشخیص حالت شوک به علت علائم زیاد و مشخصی که در فرد مبتلا ایجاد می‌کند نسبتاً آسان است. این علائم عبارت است از:

۱. پریدگی رنگ چهره
۲. مرطوب شدن سطح پوست به خصوص در ناحیه صورت و پیشانی
۳. تند و ضعیف شدن نبض که برخی موارد لمس آن

به سختی امکان پذیر است.

۴. حالت تهوع و استفراغ

۵. کاهش فشار خون تدریجی با سیر سقوطی مداوم

۶. عرغشاد شدن مردمکهای چشم

۷. تنفس تند و ناقص و با ولع

۸. پایین آمدن درک محیطی و عدم پاسخگویی

صحیح به سؤاها و محرکهای خارجی و نداشتن

تمرکز فکری که در حالت‌های پیشرفته و شدید

شخص دچار بیهوشی کامل می‌شود.

۹. تشنگی شدید

۱۰. شروع حالت لرز به علت پایین آمدن دمای بدن

و سرد شدن سطح پوست که با لمس آن به خوبی

قابل حس است.

موارد بالا نشانه‌هایی برای تشخیص بروز

شوک است و در معاینات اولیه باید به آنها دقت کرد.

چون شوک بر اثر حوادث ناگهانی اتفاق می‌افتد،

بسیار سریع است؛ یعنی ممکن است ظرف چند

دقیقه بعد از وقوع تصادف یا ایجاد هیجان، شخص

دچار شوک شود. شوک می‌تواند خفیف یا شدید باشد

که در هر صورت باید فوراً در رفع آن اقدام کرد.

طولانی شدن مدت شوک می‌تواند ضایعات مغزی

جبران ناپذیری به همراه داشته باشد و ادامه طولانی

آن مرگبار و کشنده است. سرعت عمل همراه با

اقدامات دقیق نجات که به آن خواهیم پرداخت در

بهبود و رفع خطر از جان بیمار مهم و حیاتی است.

هنگام برخورد با بیمار، اگر علت اصلی شوک

مشخص نیست و بیمار قادر به صحبت است علت را

از او بپرسید یا از اطرافیان و شاهدان علت را جویا

شوید. به بیمار اطمینان و آرامش خاطر دهید و

البسه‌ای را که ممکن است جلو گردش خون را سد

کند از او جدا سازید مانند باز کردن یقه لباس،

کمر بند، کوله‌پشتی و طناب سینه و تونیک که در

کوهنوردی بسیار استفاده می‌شود. راههای تنفسی

را بررسی کنید و بیمار را در وضعیتی قرار دهید که اگر

مجاری تنفسی او با مواد خروجی از معده بسته شده،

باز شود.

در صورت لزوم تنفس مصنوعی دهید یا اگر

اکسیژن در دسترس است از آن استفاده کنید. سپس

با مشخص کردن محل‌های خونریزی از خروج خون،

به روش فشار مستقیم یا سایر روشهای جلوگیری از

خونریزی که بعداً خواهیم گفت، جلوگیری کنید.

بیمار را به پشت بخوابانید و پاها را با قراردادن پتو،

کوله‌پشتی یا هر وسیله دیگر به صورتی که زانو‌ها

خم نشود بالاتر از سطح بدن و در نگهدارید تا خون

به سمت مغز جریان یابد. اگر بیمار احساس سرما

می‌کند یا بدنش سرد است او را در پتو بپیچید و

بدنش را گرم نگهدارید. علائم حیاتی مانند نبض و

فشار خون را واریسی کنید. حتماً از خوردن هرگونه مایعات و مواد غذایی خودداری کنید و به درخواست بیمار و شکایت او از تشنگی تنها با قراردادن پارچه تمیز نمدا در دهان یا مرطوب کردن لبها پاسخ دهید. خوردن مایعات محرک مانند چای و قهوه هیچ سودی ندارد و خطرناک نیز است.

بعد از اعمال تدابیر فوق بیمار را برای انتقال به مرکز درمانی آماده کنید و در تمامی طول مسیر از عملکرد طبیعی تنفس و باز بودن راههای تنفسی و واریسی نشانه‌های حیاتی غافل نباشید. چرا که ممکن است حالت شوک مجدداً و به علت ضعف جسمی دوباره ایجاد شود. از این رو تا رسیدن به پزشک باید آماده‌مقابله با شوکهای بعدی باشید. در مرکز پزشکی اطلاعات دقیقی درباره اقدامات انجام شده و حالتهای مختلف بیمار و تمام نکاتی که دیده یا شنیده‌اید در اختیار پزشک قرار دهید.

خونریزی

خونریزی که، به غیر از برخی موارد خاص بیماری، به علت تصادف و حوادث مختلف پیش می‌آید از جمله موارد خطرناک است. خونریزی به دو دسته تقسیم می‌شود: خونریزی داخلی و خونریزی خارجی.

علائم خونریزی

شاخصترین علامت خونریزی مشاهده عینی است. دیگر علائم خونریزی تقریباً همانند نشانه‌های شوک است؛ مانند سردی بدن، نبض نامنظم، کاهش فشار خون، رنگ پریدگی، حالت تهوع و استفراغ، عطش شدید و بی‌هوشی. معمولاً خونریزی به طور مستقیم قابل رؤیت است؛ مگر هنگام خونریزی داخلی که در این حالت خون‌آلود بودن ادرار و مدفوع، استفراغ خون‌آلود و خروج خون از گوش و بینی یا احساس درد در اندامهای داخلی همراه با علائم بالینی شوک گویای خونریزی داخلی است. نامساوی بودن مردمکهای چشم نیز می‌تواند علامت خونریزی مغزی باشد.

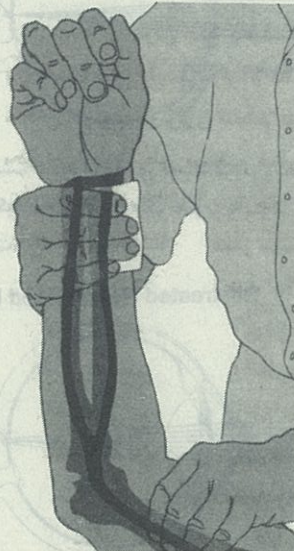
خونریزی خارجی

این نوع خونریزی به علت تصادف و ضربات مستقیم اشیاء به خصوص اجسام برنده و تیز مانند فلزهای تیز و شیشه به وجود می‌آید. خونریزی خارجی سه صورت است: خونریزی شریانی، خونریزی وریدی، خونریزی مویرگی. هرگاه خونریزی

با رنگ قرمز روشن و به صورت جهنده و با فشار باشد خونریزی بر اثر بریدگی و قطع شریان یا سرخرگ است. اگر خون تیره رنگ و بدون جهش باشد خونریزی به علت بریدگی و قطع ورید یا سیاهرگ است. خونریزی خفیف که خون روی سطح پوست جاری می‌شود و پس از مدتی کوتاه بدون اقدام خاصی به واسطه انعقاد طبیعی خون متوقف شود، به دلیل پارگی مویرگها است و چندان خطرناک نیست. با ضدعفونی کردن محل زخم و مراقبتهای بهداشتی باید از آلودگی محل بریدگی جلوگیری کرد.

روشهای جلوگیری از خونریزی خارجی

خونریزی خارجی در موارد شدید خطرناک است و با از دست دادن یک لیتر خون از حجم کلی خون



بدن خطری جدی مصدوم را تهدید می‌کند و در صورت ادامه، مرگ فرد سانحه دیده قطعی خواهد بود. از این رو باید سریعاً نسبت به جلوگیری از خونریزی اقدام کرد. راههای جلوگیری از خونریزی خارجی سه روش و به آسانی قابل اجرا است. قبل از هر عملی ابتدا باید روی زخم را از عوامل خارجی مانند خاک و شن یا شیشه خورده پاک کنید. این کار را می‌توانید با یک تکه گاز استریل یا پارچه تمیز یا شستشوی محل جراحت با محلول ضدعفونی کننده انجام دهید. اگر شیئی خارجی مانند چوب، کارد و قطعات فلز و غیره در زخم فرو رفته بود آنها را جابجا نکنید. چون جراحت بیشتر و خونریزی شدیدتر خواهد شد.

اولین و متداولترین روش در جلوگیری از خونریزی فشار مستقیم روی زخم است. ابتدا چند قطعه گاز استریل یا پارچه تمیز روی محل زخم قرار

دهید و سپس با کف دست یا انگشتان روی آن فشار آورید و این حالت را حفظ کنید تا خونریزی به واسطه نظام دفاعی بدن یا انعقاد خون به وسیله پلاکتهای انعقاد متوقف شود و سپس بدون برداشتن پارچه یا گاز محل را با باند پارچه‌ای بانسمان و مصدوم را به بیمارستان منتقل کنید بهتر است در موقع انتقال، عضو مجروح را بالاتر از محل قلب نگهدارید تا خون کمتری به آن برسد. دومین راه مقابله با خونریزی فشار مستقیم روی نقاط فشار است که نیاز به تمرین و آشنایی بیشتر کمک‌کننده دارد. بعضی از عروق اصلی در قسمتهایی از بدن مانند زیر بغلها و در ناحیه کشاله ران قرار دارد که می‌توانید با فشار آوردن بر آنها و بالای زخم از رسیدن خون به ناحیه جراحت جلوگیری کنید و از میزان خونریزی بکاهید.

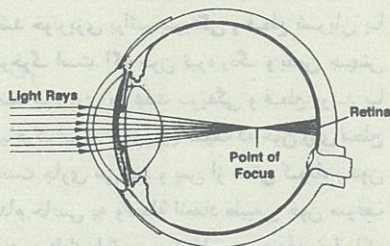
سومین روش، استفاده از وسیله‌ای به نام «تورنیکه» یا «گارو» است. این وسیله بسیار ساده است و حتی می‌توان به جای آن از کمر بند یا تکه‌ای پارچه یا طناب نیز استفاده کرد. در این روش می‌توانید در اندامهای خاصی مانند پاها و دستها راه عبور شریان اصلی را به طور کلی مسدود کنید. شریان بند را دور دست یا پا، ۱۵ تا ۲۰ سانتیمتر، بالاتر از محل خونریزی ببندید و آن قدر آن را محکم کنید تا جریان عبور خون قطع شود. روش مذکور به خصوص در مواقع قطع کامل دست و پا یا انگشتان بسیار کارآمد است. اما توجه داشته باشید که قطع کامل خون موجب آسیب بافتها و درازمدت باعث فساد سلولهای بافتها می‌شود که سیاه شدن عضو و در نتیجه مردن بافتها را در پی خواهد داشت. تنها در موارد ضروری از این روش استفاده کنید و هر پانزده دقیقه یکبار شریان بند یا گارو را یک تا دو دقیقه شل کنید تا خون به نسج پایین محل انسداد برسد و مانع از فساد آنها شود. توجه داشته باشد که فقط در مواقع ضروری از شریان بند استفاده کنید

خونریزی داخلی

اگر خونریزی داخلی در نواحی دست و پا و بر اثر شکستگیهای بسته یا ضربات باشد با بانداز محل و آتل‌بندی شکستگی و بی‌حرکت کردن عضو قدری از شدت آن کاسته می‌شود. اما در خونریزیهای داخلی در حفره شکمی یا داخل جمجمه تنها راه چاره رساندن بیمار به بیمارستان و جراحی است. امدادگر فقط می‌تواند با به‌کارگیری روشهای جلوگیری از شوک که گفته شد تا رساندن بیمار به بیمارستان او را یاری کند.

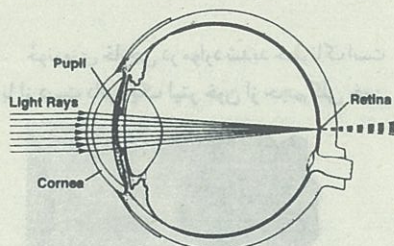
ادامه دارد...

Nearsighted Eye



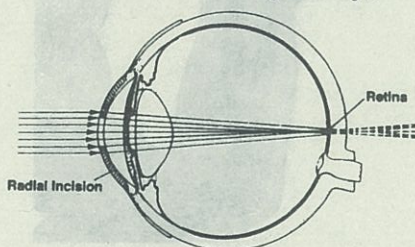
۱ - در چشم نزدیک بین یا انحنای قرینه بیش از اندازه است یا طول کاسه چشم زیاد است. بنابراین شعاعهای نور شبکیه کانونی جمع می شود و تصویر تشکیل شده واضح نخواهد بود.

Normal Eye



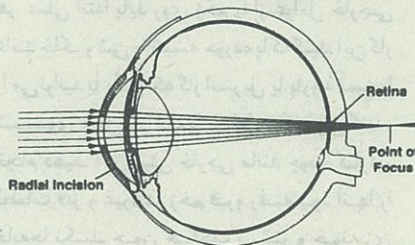
۲ - در چشم عادی شعاع نور توسط قرینه و عدسی روی شبکیه کانونی شده و یک تصویر واضح تشکیل شده است.

RK-treated Nearsighted Eye



۳. شکافهای ایجاد شده از عمل RK باعث می شود که انحنای قرینه کمتر و شعاعهای نور نزدیکتر به شبکیه کانونی شود و در نتیجه تصویر واضحتری ایجاد شود.

RK-treated Eye at High Altitude



۴. ارتفاع زیاد موجب می شود تصویر در چشمی که تحت عمل جراحی RK قرار گرفته محو باشد. بر اثر تورم قرینه شعاعهای نور پشت شبکیه کانونی می شود و تصویر نا واضح خواهد بود.

خوب دیدن

مقدمه

در کوهنوردی، واضح دیدن اشیاء امری است بسیار مهم و حیاتی. کوهنوردان و تمامی کسانی که در مناطق کوهستانی فعالیتهایی ورزشی یا غیر ورزشی دارند با این موضوع به طور مستقیم روبه رو هستند. ممکن است در شرایطی قدرت دید چشم بر اثر نقص خود چشم یا علل دیگر مانند کاهش نور خورشید، بارش باران، غبار، بارش برف کاهش یابد. اجسام در فواصل خیلی دور و خیلی نزدیک به خوبی قابل رؤیت نیستند و اگر چنین نقصی در دید انسان ایجاد شود، ممکن است برنامه ورزشی با شکست روبه رو شود و حتی کوهنورد با خطرهای مختلف مواجه گردد.

در این مقاله با برداشت از مطلبی در مجله کلاسیک کوهنوردی سعی شده است درباره قدرت دید و واضح دیدن، و شرح مختصری از ساختمان چشم و شرایط کاهش دید برای کوهنوردان توضیح داده شود.

واضح دیدن

اشیاء در اطراف چشم انسان در ابعاد، رنگها و فواصل مختلف پراکنده هستند. برای اینکه چشم شیئی را واضح ببیند باید قرینه و عدسی شعاعهای نورانی از چشم را شکسته و آنها را در نقطه ای دقیق روی شبکیه چشم جمع کنند. شبکیه یا پرده انتهایی چشم، صفحه ای در پشت چشم است که لایه ای از سلولهای حساس به نور آن را پوشانیده است. این سلولها در شبکیه شعاعهای نورانی را به «پالس» های الکتریکی تبدیل می کنند که توسط اعصاب بینایی به مغز فرستاده می شود و در آنجا به صورت تصویر تفسیر می شوند. در چشمهای نزدیک بین انحنای قرینه چشم بیش از اندازه یا طول کاسه چشم زیاد از حد معمول است. بنابراین شعاعهای نورانی جلوتر از شبکیه متمرکز یا کانونی

شده و یک تصویر مجازی یا نا واضح ایجاد می کنند. این عارضه ای است که شاید به دلیل تغییر نوع زندگی و رژیم غذایی حاصل می شود. حدود ۲۵ درصد جمعیت کشورهای صنعتی دچار نزدیک بینی هستند.

در قدیم این نقص با عینک و اکنون با نصب یا جراحی عدسی های موسوم به «کنتاکت لنز» بر روی چشم برطرف می شود که سبب تغییر فاصله کانونی طبیعی چشم و تطابق شعاعهای نورانی روی شبکیه کانونی می شود.

عمل جراحی (رادیال کراتوتومی) روی چشمهای نزدیک بین صورت می گیرد. این عمل بسیار حساس است و توسط چشم پزشک جراح انجام می شود. در این جراحی چهار تا هشت شکاف شعاعی روی قرینه چشم ایجاد می شود. لذا فشار عادی چشم سبب می شود که منطقه اطراف شکاف چشم به بیرون متمایل شود. بنابراین انحنای قرینه کمتر و شعاعهای نور روی شبکیه کانونی می شود که سبب ایجاد تصویر واضح یا واضحتر می شود. کوهنوردانی که این نوع جراحی روی چشم آنها صورت گرفته است باید به یاد داشته باشند که در ارتفاعات زیاد برجستگیهای روی قرینه چشم باعث می شود که شعاعهای نور روی شبکیه تصویر نشود و در پشت آن کانونی شود. در نتیجه تصویری محو به مغز فرستاده می شود. پس کوهنوردانی که این عمل روی چشم آنان صورت گرفته است، در ارتفاعات زیاد قدرت و وضوح دید را از دست می دهند.

عمل جراحی در سال ۱۹۷۸ به دنیا معرفی شد و از آن تاریخ تا کنون فقط در آمریکا بیش از یک میلیون نفر تحت این عمل جراحی قرار گرفته اند. هر چند در این ۲۰ سال عوارض جانبی ناشی از عمل هنوز تشخیص داده نشده، تحقیقات زیادی درباره ضریب ایمنی این جراحی و پیامدهای آن انجام شده است.

این تحقیقات نشان می دهد اگر این عمل توسط یک جراح متخصص صورت گیرد از ضریب ایمنی بالایی برخوردار خواهد بود. بعد از یک عمل جراحی موفق RK هشتاد و پنج درصد بیماران حدود ۲۰ تا ۴۰ درصد بینایی خود را بدون استفاده از لنزهای چشمی یا عینک به دست می آورند و این مقدار در بعضی از کشورها حد قبولی شرایط رویت اجسام در امتحانات رانندگی است. Δ

مأخذ: مجله کلاسیک کوهنوردی

معرفی گروههای کوهنوردی

قابل توجه خوانندگان محترم

علاقتمندان به ورزش کوهنوردی که مایل به ثبت نام و یا اجرای برنامه‌های گروهی مشترک می‌باشند می‌توانند با گروههای کوهنوردی که مشخصات آنان به تدریج درج خواهد شد. تماس گرفته و همکاری کنند.



نام گروه: فتح داراب

تاریخ تأسیس: ۱۳۷۲

تاریخ شروع فعالیت رسمی: ۱۳۷۲

فعالیت در زمینه ورزش: بانوان: خانوادگی آقایان: +

تلفن: ۳۳۰۶۰

آدرس: داراب، میدان باغ ملی، دفتر گروه Δ



نام گروه: آرش شیراز

تاریخ تأسیس: ۱۳۵۲

تاریخ شروع فعالیت رسمی: ۱۳۵۶

فعالیت در زمینه ورزش: آقایان: +

تلفن: —

آدرس: شیراز، صندوق پستی ۷۱۳۴۵/۱۸۷ Δ



نام گروه: البرز بابل

تاریخ تأسیس: ۱۳۴۵

تاریخ شروع فعالیت رسمی: ۱۳۷۴

فعالیت در زمینه ورزش: آقایان: +

تلفن: ۳۳۸۵۹ - ۳۳۳۲۰

آدرس: بابل، میدان حمزه کلا، جنب فرانس پژو Δ



نام گروه: دانشگاه آزاد اسلامی

تاریخ تأسیس: ۱۳۷۲

تاریخ شروع فعالیت رسمی: ۱۳۷۲

فعالیت در زمینه ورزش: بانوان: + آقایان: +

تلفن: —

آدرس: کرج، بالاتر از میدان آزادگان، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه

آزاد اسلامی واحد کرج Δ



نام گروه: نساجی غرب

تاریخ تأسیس: ۱۳۷۳

تاریخ شروع فعالیت رسمی: ۱۳۷۷

فعالیت در زمینه ورزش: بانوان: + آقایان: +

تلفن: ۴۷۴۶۱ - ۴۷۸۲۰

آدرس: کرمانشاه، کیلومتر ۱۰ جاده همدان Δ

زندگی یک انسان

ازبولتن آرمان سبز

صبح که از خانه بیرون می‌آیی انبوهی از دود وارد حلقه می‌شود، در خانه را می‌بندی می‌خواهی که سوار ماشینت شوی پایت لیز می‌خورد و می‌خوری زمین. می‌بینی آشفتهای همسایه است. سوار ماشین می‌شوی و به طرف نانواپی حرکت می‌کنی سر چهارراه آب فاضلاب مثل همیشه نشسته کرده و وارد خیابان شده است از روی آبها ویراژ می‌دهی و می‌روی پشت سرت یک پیرزن فحشی نثارت می‌کند به نانواپی می‌رسی پیاده می‌شوی و در صف نانواپی می‌ایستی جوان در حال کنده کاری روی درخت است. نوبت به تو می‌رسد نان را می‌گیری خوب به نان نگاه می‌کنی شک می‌کنی نان باشد. یک تک‌هانش را می‌کنی تا بخوری همه نان در دهانت له می‌شود می‌فهمی نان نیست خمیر با کمی کنجد است. وارد خانهات می‌شوی صبحانه می‌خوری تلویزیون روشن است کارتونها باامدادی است پیری در حال سیگار کشیدن است یادت می‌افتد که سیگار را برنداشتی.

وارد خیابان می‌شوی ۵ دقیقه سر آن چراغ قرمز، ۵ دقیقه به خاطر تصادف اون ماشین با اون موتور، ۱۰ دقیقه به خاطر جریمه وغیره روبره رفتی ۲۰ الی ۳۰ دقیقه به ادارهات دیر می‌رسی مدیریت اخطار کتبی می‌دهد و ۲۰٪ از حقوق این ماهت را کم می‌کند.

جمعه ساعت ۷ صبح

بابا از خواب باشو بریم کوه. بچه‌ها و زنت را به کوه می‌بری یکجا می‌نشینی و سیگاری می‌کشی بجهات سرفه می‌کند ولی حالت نیست برای چی، یکی داره کباب درست می‌کند دودش همه جا را گرفته ۲ تا بچه توی نهر آب در حال بازی هستند و در حال خالی کردن بینی‌شان. آفتاب پایین آمده سوار ماشین می‌شوی و به طرف خانهات حرکت می‌کنی ۲ تا بجهات خوابیده‌اند، زنت برایت یک بیسکویت باز می‌کند و تو می‌خوری آشفته‌اش را هم نثار بزرگراه می‌کنی (راستی یادم رفت پیک‌نیک که تمام شد صدای قطع شدن یک درخت را می‌شنوی). بزرگراه پر از صدای جورواجور است با زنت دعوایت می‌شود به خاطر آلودگی صوتی. می‌رسی خونه غذا را می‌خوری سیگاری دود می‌کنی. راستی، واقعاً چیز مزاحم و آلوده کننده‌ای وجود ندارد که بتوان خواند. Δ

ثبت رنگ و زیباییها در طبیعت با

شبکه رضا



خریدار و فروشنده انواع ویدئو و دوربین‌های فیلمبرداری و عکاسی حرفه‌ای.

عرضه کننده و خریدار پشرفته‌ترین میکسرهای تصویری و دوربینهای ویدئو

* * *

خان محمدی

تلفنهای ۶۷۰۴۶۰۸ - ۶۷۰۹۴۴۹

اتاقهای برفی



مقدمه

معمولاً استفاده از اتاقهای برفی در شرایط اضطراری، همچون پاره شدن یا آتش گرفتن چادر که منجر به فقدان سرپناه گروه شود، یا زمانی که بنا به دلایلی همچون شیب زیاد یا طوفان، امکان برپایی چادر نباشد، توصیه می‌شود. این اتاقها به دلیل پوشش برفی و یخی ضریب انتقال حرارت پایین است و به مثابه عایق عمل می‌کند. از چادر گرمتر و دمای درونی آنها با منابع گرمزای داخلی همچون گرمای بدن و تنفس انسان، شمع و چراغ خوراکی به صفر درجه سانتیگراد و گاهی بالاتر از آن می‌رسد. این اتاقها دژ مستحکمی در مقابل طوفان است و برخلاف چادر در برابر باد مصون است. اما به دلیل آنکه ساختن اتاق برفی از برپایی چادر، زمان بیشتری می‌طلبد و همچنین سبب خیس شدن لباسها در حین کار و تعویض آنها می‌شود، غالباً بر چادر مرجح نیست.

اتاق برفی انواع مختلفی دارد که می‌توان از غار برفی، اتاق ایگلو و اتاق T به عنوان سه نوع مشهور آن نام برد.

غار برفی

غار برفی حفره‌ای است که درون توده‌ای از برف تعبیه می‌شود و مناسب‌ترین و رایج‌ترین نوع اتاق برفی برای فعالیتهای کوهنوردی است. محل حفر غار برفی، در توده‌های انباشته برف است. گاهی یالهای مخالف جهت وزش باد یا زیر

تهیه و تنظیم سلیم شالوم و سهند عقدایی

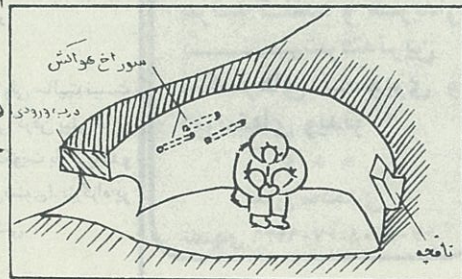
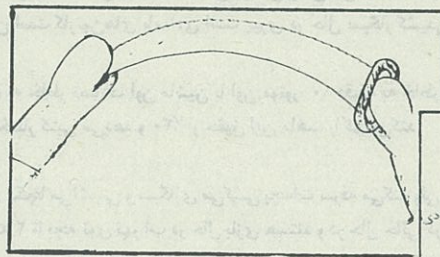
نقابهای برفی مناسب‌ترین مکان است. البته باید توجه داشت که محل موردنظر از ریزش نقاب و بهمن مصون باشد که این نیاز به دقت و تجربه فراوان دارد. از حفر غار برفی در زیر نقابهای آویزان و همچنین در فاصله پایین‌تر از دو متر از سریال باید خودداری کرد.

برف محل ساخت باید کهنه و آفتاب خورده و از استحکام کافی برخوردار باشد. حفر غار برفی در برف تازه ممکن است باعث ریزش سقف و دیواره‌های آن شود.

عمق و وسعت توده برف در محل حفره، باید گنجایش حجم غار را که با توجه به تعداد افراد استفاده کننده تعیین می‌شود، داشته باشد تا بدین طریق و به هنگام حفر غار، بتوان ضخامت لازم را برای دیواره‌ها و سقف در نظر گرفت و حتی الامکان از برخورد دیواره‌ها و کف اتاق با سنگهای سطح زمین اجتناب کرد که این امر باعث سرد شدن اتاق خواهد شد. چنین مکانهایی که دارای برف لازم برای احداث غار برفی است معمولاً در شیبهای بالاتر از ۳۵ درجه واقع است.

وسایل لازم برای ساختن غار برفی

وسایل مورد نیاز عبارت است: اره نجاری یا دندانه‌های بزرگ یا اره تَرُبُر، بیلچه کوهنوردی، کلنگ کوهنوردی، باتوم اسکی، لباس اضافه برای کار و یا گرتکس و لباس ضدآب. شایان ذکر است که این وسایل برای ساختن



اتاق ایگلو

اتاق ایگلو، تقلیدی از خانه‌های برفی

انواع اتاق برفی مورد نیاز است.

روش ساختن غار برفی

محل مناسب حفر را انتخاب کنید و عمق آن را با باتوم یا دسته کلنگ تخمین بزنید.

با استفاده از بیلچه و اره و در فاصله دو متر پایین‌تر از توده برفی، تونلی افقی با سطح مقطع دایره به قطر و عمق ۵۰ و ۸۰ سانتیمتر حفر کنید.

از انتهای تونل به بعد حفره‌ای بکنید گنبدی که کف آن هم سطح با تونل و سقفش رفته رفته بلندتر از سقف آن شود. از سریعترین روشهای ممکن برای حفر این حفره، بریدن برفهای دیواره و ایجاد بلوک در آن با اره و بیرون آوردن آنها با بیلچه است. همچنین می‌توان با دست گرفتن دو سر اره و خم کردن تیغه‌اش، آن را به شکل کماتی درآورد و به راحتی برفهای دیواره را تراشید.

در صورت برخورد غار برفی با سنگ بهتر است که مسیر حفره را تغییر داد. زیرا وجود سنگ در داخل غار برفی موجب جذب گرمای داخل غار توسط سنگ و ذوب شدن برفهای متصل به آن می‌شود. به هنگام تعبیه حفره، باید در نظر داشت که سقف و دیواره‌های خارجی زیاد نازک نشود. در فواصل مختلف کار می‌توان با جلوگیری از تابش نور از دهانه غار و مسدود کردن آن، نقاط نازک سقف را که از آن نور به داخل می‌تراود بازشناخت و از تراشیدن بیشتر خودداری کرد.

سقف غار را با یک شیب کم به سمت دهانه ورودی بسازید تا در صورت ذوب شدن سطحی آن، قطرات آب به سمت مورد نظر هدایت شود و بر افراد و وسایل نچکد.

با باتوم یا دسته کلنگ دو یا سه هواکش با فاصله ۱۰ سانتیمتر از سقف ایجاد کنید. باید توجه داشت که جهت هواکش‌ها مایل و به سمت پایین باشد تا در صورت بارش مسدود نشود. درون حفره غار می‌توان طاقچه‌هایی برای گذاشتن وسایل ساخت.

برای بستن دهانه غار، می‌توان از بلوکهای برفی یا کوله‌پشتی استفاده کرد.

در صورتی که افراد دیگری نیز از منطقه عبور می‌کنند، بهتر است که در اطراف سقف غار در بیرون چند پرچم راهنما یا باتوم کوهنوردی قرار دهید تا کسی از روی سقف عبور نکند.

رعایت نکات ایمنی

در ورزش کوهنوردی

تهیه و تنظیم سلیم شالوم

قسمت پنجم

۳۶. صعودکنندگان خوب نه تنها با حداقل قوا تلاش می‌کنند بلکه بسیاری اوقات برای بازیافت نیروی مصرف شده مکث می‌کنند. این مکثها ممکن است بسیار کوتاه و حتی نادیدنی باشد. با استراحت و به دست آوردن انرژی ناممکن‌ها ممکن می‌شود.

۳۷. سرپرست برنامه باید تمام اعضای گروه را درگیر و شریک برنامه‌ریزی کند.

۳۸. آموزشهای مربوط به امداد در کوهستان را بدانید و با تجربه‌ترین عضو گروه را برای سرپرستی برنامه خود انتخاب کنید. در صورت بروز حادثه بدون شتابزدگی سعی کنید بر خود مسلط شوید. اقداماتی مانند معاینه وضع تنفس، ضربان قلب، احتمال خونریزی، انتقال به محل امن (دور از خطر بهمن و ریزش سنگ) و ... را در مورد مصدوم به سرعت و با توجه به اولویتها انجام دهید. برای بردن مصدوم به پایین، هوای خراب، مسیرهای خطرناک و تاریکی را در نظر داشته باشید. در صورت امکان از افراد محلی و نیروهای انتظامی منطقه کمک بخواهید و در صورت اجبار به ماندن، همه وسایل ضروری مانند چراغ قوه، سوت، مواد غذایی، لباس گرم و غیره را در اختیار مصدوم بگذارید. اطلاع از انواع حملها و درست کردن برانکاردر طنابی برای هر کوهنورد از ضروریات است.

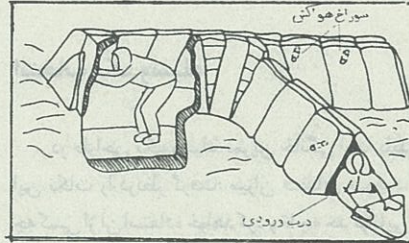
۳۹. بعضی مهارتها برای اعضای گروه ضروری است. مانند برپایی انواع چادر یا روشن کردن چراغ روشنایی و خوراکی‌پزی در هوای نامناسب و در مواقع طوفان و بوران.

۴۰. اگر در حین اجرای برنامه پی بردید که راه را گم کرده‌اید شتابزده عمل نکنید. قبل از هر کاری با مطالعه نقشه به ارزیابی موقعیت خود در منطقه بپردازید. اجازه ندهید کسی از گروه جدا شود. اگر موفق نشدید بهتر است از راهی که آمده‌اید تا نقطه‌ای که برای شما کاملاً آشنا است برگردید. اگر اعضای گروه دارای امکانات شب‌مانی هستند یا احتمال رسیدن کمک وجود دارد، انتظار کار درستی است؛ به خصوص اگر ضعف و خستگی در افراد مشاهده می‌شود.

ادامه دارد ...

اتاق تی T

غالب ویژگیها و موارد نیاز اتاق T همانند اتاق ایگلو است و در صورتی که خوب ساخته شده و دیوارهای آن ضخیم باشد، همچون دیگر اتاقهای برفی با منابع گرمای داخلی معمول، دمایش به صفر درجه سانتیگراد خواهد رسید.

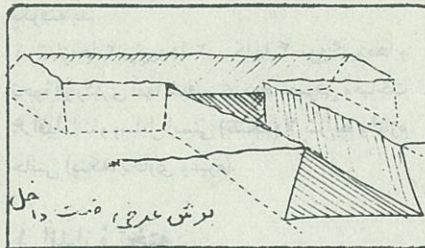


نکته: ۴۰. اتاق تی در صورتی که خوب ساخته شده و دیوارهای آن ضخیم باشد، همچون دیگر اتاقهای برفی با منابع گرمای داخلی معمول، دمایش به صفر درجه سانتیگراد خواهد رسید.

روش ساختن اتاق تی T

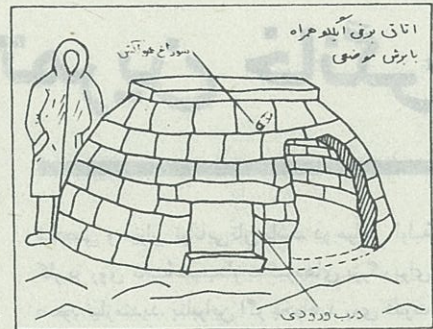
با بیلچه و کنگ، کانالی به شکل T و به عرض و عمق حداقل ۶۰ سانتیمتر در زمین برفی حفر کنید. بهتر است که عرض کانال از قسمتی که برای دهانه ورودی در نظر گرفته می‌شود، رفته رفته و به سمت انتهای آن افزایش یابد تا اولاً فضای اتاق بیشتر شود و ثانیاً تلفات حرارتی اتاق به سبب کوچک بودن دهانه به حداقل برسد.

با اره و از برفهای سفت، بلوکهایی به شکل



مکعب مستطیل ببرید و از دو طرف کانال آنها را دو به دو و به شکل شیروانی به یکدیگر تکیه دهید. با اره سه بلوک مثلثی شکل برای انتهای هر شاخه از کانال ببرید. سپس دو عدد را به شکل ثابت کارگذارید و دیگری را برای در ورودی، به گونه‌ای که قابل جابه‌جایی باشد قرار دهید (شکل ۴). پس از اتمام ساخت سقف، درها را با تکه‌های کوچک برف و همچنین با فشردن برف پودر بپوشانید و همانند غار برفی چند هواکش مایل بر بالای دیوارهای آن نصب کنید. Δ

اسکیموهای شمال قاره آمریکاست و معمولاً در سطوح صاف و دشتهای هموار و پربرف که امکان حفر غار برفی نباشد ساخته می‌شود. ساختن اتاق ایگلو در مقایسه با غار برفی زمان بیشتری می‌برد و در مواقع طوفانی نیز ساختن آن دشوار است.



روش ساختن اتاق ایگلو

در یک سطح مسطح برفی و به منظور زیرسازی دیوار چاله‌ای به قطر دو متر ایجاد کنید و تعمیق آن را تا بدانجا ادامه دهید که به لایه‌های برف سفت برسید.

با اره از برفهای سفت، بلوکهایی را با سطح مقطع دوزنقه ببرید و از طرف ساقهایشان، در شیار تعبیه شده، کنار هم قرار دهید. علت دوزنقه بودن شکل بلوکها آن است که با قراردادنشان در کنار یکدیگر، محیطی دایروی فراهم آید.

ردیفهای بعدی بلوک را به همان ترتیب و البته کمی متمایل به داخل اتاق، در کنار هم بچینند تا با کوچکتر کردن دایره هر ردیف، فضایی گنبدی شکل ایجاد شود. هنگام دیوارچینی مکانی را نیز باید برای در ورودی در نظر گرفت.

برای ساختن سقف می‌توان از یک بلوک دایروی شکل، مطابق شکل استفاده کرد یا اینکه دو باتوم یا کلنگ را بر فراز دیوار در راستای موازی قرار دهید و روی آن را با بلوک بپوشانید.

درزهای میان بلوکها را با تکه‌های کوچکتر برف و همچنین با فشردن برف پودر مسدود سازید و در بالاترین قسمت دیواره، چند هواکش مایل ایجاد کنید.

برای در ورودی ابتدا یک ردیف بلوک به ارتفاع ۲۰ سانتیمتر در پایین دهانه قرار دهید تا از نفوذ لایه ساکن هوای سرد سطح زمین به داخل اتاق جلوگیری شود. سپس بقیه دهانه را با بلوکی بزرگ و قابل جابجایی یا کوله‌پشتی مسدود کنید.

در صورت تمایل می‌توان در ابتدای کار، کف اتاق را تا عمق حداکثر یک متر گود کنید و برای ورود به اتاق چند پله بسازید.

تخته‌ها و وسایل

قسمت اول

تمرین خانگی

شخصی و میزان توانایی تان باشد. در مراحل اولیه کار بر روی تخته شیب‌دار به گیره‌های بزرگ برای صعود نیازمندید. بنابراین اگر بخواهید روی قدرت انگشتها کار کنید، ساختن یک سقف (کلاهک) بی‌فایده است. همچنین اگر می‌خواهید تمرین استقامتی کنید، زاویه‌ای را انتخاب نکنید که چنان زیاد باشد که بدون توجه به اندازه گیره‌ها فقط چند حرکت بتوان روی آن انجام داد. باید توجه داشته باشید که در چه زاویه‌ای تبحر بیشتری دارید. هرچه زاویه صفحه افزایش یابد، هنگام صعود، فشار بر عضلات موضعی بیشتر می‌شود. تنها راه حل، انتخاب یک زاویه متوسط (بین ۱۵ تا ۴۰ درجه) است تا بتوانید به راحتی به انواع دیواره‌ها عادت کنید. این زاویه متوسط برای تکنیک، تمرین استقامتی و همچنین تمرینات قدرتی و پرانرژی مناسب است.

اگر نمی‌توانید روی یک تخته شیب‌دار تمرین کنید بیهوده سعی نکنید. ساخت یک وسیله تمرین خانگی در مقیاس طبیعی بی‌ارزش است مگر اینکه بتوانید حرکات مشکل سنگ کوتاه (بلدینگ) را روی دیواره‌ای با شیب منفی نه چندان زیاد ۱۰ درجه و روی گیره‌های بسیار کوچک (بندانگشتی) انجام دهید. تا وقتی که به این حد برسید یک دیواره و یک تخته انگشت برایتان مناسب است.

۳. شکل تخته

الف. تخته‌های مسطح: تخته‌های مسطح و دارای یک زاویه را هم می‌توان راحت‌تر ساخت هم راحت‌تر روی آن تمرین کرد. یکنواختی آن باعث می‌شود که صعود در حالت شیب منفی روی آن آسان صورت گیرد و همچنین حرکات یکنواخت استقامتی آسانتر روی آن اجرا شود و بهترین شکل را برای مسیرهای طولانی دارند. البته در تمرین با تخته مسطح متوجه باشید که بدنتان به یک زاویه خاص عادت نکند.

انتخاب یک وسیله

در طراحی یک وسیله تمرین خانگی ابتدا باید این نکات را در نظر گرفت: میزان فضای موجود، چه کسی از آن استفاده خواهد کرد و تا چه حد توانایی دارد. اگر واقعاً فضای کافی ندارید بهتر است به دنبال یک تخته انگشت بزرگ یا یک تخته بارفیکس باشید.

مرحله بعدی در نظر گرفتن گیره‌ها و زاویه‌هاست. حتماً نیازهای تمرینات اولیه خود را در نظر داشته باشید. اگر قرار است یک تخته چند منظوره برای تمرینات مشکل سنگ کوتاه و مسیرهای استقامتی باشد، به گیره‌هایی با اندازه‌های مختلف و ترجیحاً بخشهایی با زوایای آسانتر نیاز دارید. اگر می‌توانید، نقایص وسایل موجود را بباید تا وسیله شما بهترین باشد. طرح زیر را می‌توانید به عنوان چارچوبی در نظر بگیرید تا مطمئن شوید که هیچ جنبه‌ای را در طراحی نادیده نگرفته‌اید:

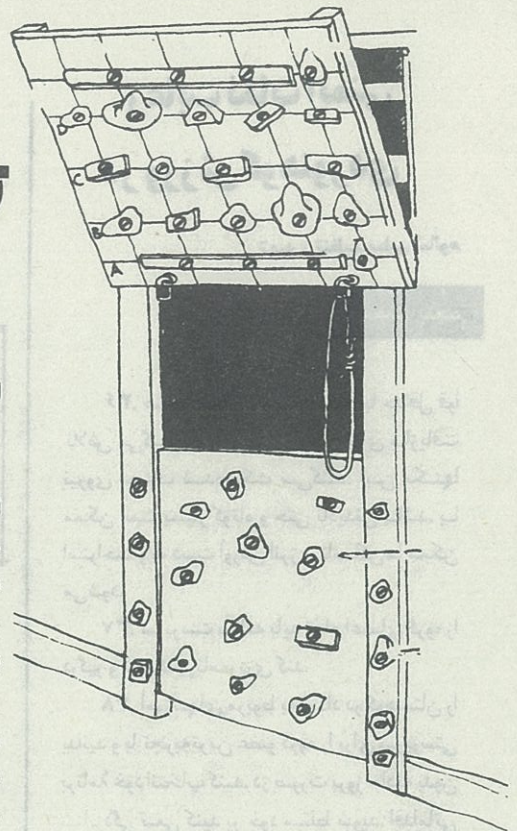
۱. اندازه‌ها ۲. زاویه‌ها ۳. شکلها ۴. نوع گیره‌ها و نحوه قرارگیری آنها ۵. قیمت، مواد مصرفی و ساخت ۶. اقدامات و وسایل ایمنی (تشک) ۷. شرایط و لوازم جانبی (پنکه، بخاری و غیره).

۱. اندازه تخته

یک وسیله تمرینی نباید خیلی بلند باشد. هرچه بیشتر از نظر فضا در مضیقه باشید، وسیله تان بیشتر برای تمرینات قدرتی و سخت سنگ کوتاه مناسب خواهد بود تا مسیرهای بلند استقامتی. هرچند، حتی برای دو یا سه حرکت مشکل سنگ کوتاه (بلدینگ) حداقل به تخته‌ای به ابعاد ۱۸۰×۹۰ سانتیمتر نیاز دارید.

۲. زاویه تخته

راز ساختن یک تخته خوب در انتخاب یک زاویه مناسب است تا بتوانید به بهترین نحو تمرین کنید. زاویه انتخابی شما باید مطابق با نیازهای



طراحی یک تخته

بدون شک، بهترین وسیله تمرین خانگی، در صورت وجود فضای کافی، یک تخته چوبی ساده و دارای شیب منفی است. شاید برای کسانی که تاکنون سعی در صعود روی یک تخته نکرده‌اند این فکر در ابتدا کمی مضحک جلوه کند.

تخته خوب تخته‌ای است که مشخصاً برای رفع نیازهای تمرینی شما طراحی شود و اگر طراحی آن صحیح باشد، نه تنها استفاده از آن جالب و نشاط‌انگیز خواهد بود بلکه امکانات نامحدودی نیز برای تمرین دارد.

گرچه هنوز دیواره‌ها بهترین مکان برای شروع تمرین از سطح متوسط به بعد است، یک وسیله شخصی خوب طراحی شده شما را قادر می‌سازد تا یک یا دو درجه بر شدت تمرینات خود بیفزایید.

استفاده مناسب از تخته تمرین تا حد زیادی بستگی به گیره‌ها دارد. در بعضی دیواره‌ها نمی‌توانید به آسانی نوع مناسب گیره و محل مناسب آن را برای مسیر و حرکتی که در نظر دارید پیدا کنید. با یک تخته نه تنها می‌توانید هر نوع حرکت ممکن را شبیه‌سازی کنید، بلکه می‌توانید تمرینات تخصصی‌تر شده سنگ کوتاه (بلدینگ) و فنون تمرین استقامتی را انجام دهید. مزیت دیگر استفاده از گیره‌های چوبی این است که امکان تمرین بیشتری، قبل از خراشیده شدن پوست دستانتان به شما می‌دهد.

ب. تخته‌های منحنی و چندزاویه‌ای:

بسیاری از مردم معتقدند که تخته‌های دو زاویه‌ای یا چند زاویه‌ای که دارای شکل‌های مختلف و جالبی هستند، راه‌حلی برای کاهش یکنواختی تمرینات خانگی است و استفاده‌کنندگان از آنها می‌توانند به زوایای مختلف تسلط پیدا کنند. به علت مشکل بودن صعود شیب منفی، تخته‌ای که زاویه‌اش متغیر باشد همیشه برای همه تمرینات مناسب نیست. بعضی از اشکال معمول عبارت است از نیمرخ محدب و نیمرخ مقعر.

با وجود این اشکال و استفاده مؤثر از اندازه‌های بسیار گوناگون گیره‌ها در بخشهایی با زاویه منفی کمتر بیشتر از انگشتها استفاده می‌شود و در صفحات شیب‌دار بیشترین فشار بر بازوان وارد می‌آید. در طرح محدب می‌توان حرکات روی سقف را نزدیک فرش انجام دهیم بدون اینکه از افتادن به پشت ترسی داشته باشیم. در حالی که طرح مقعر بیشتر مناسب کشش بدن است؛ در حالی که می‌کوشید پاها را بالا نگهدارید و خود را به صفحه بچسبانید.

ظاهراً تنها راه برای رسیدن به هر دو مقصود ساختن دو یا سه تخته متفاوت است؛ یا اینکه بهتر است یک تخته متغیر بسازید. احتمالاً این راه‌حل نهایی برای یک وسیله تمرین عالی چند منظوره مهارت‌هایتان بر روی آن، قدرت و توانایی‌تان را در مسیرها و حرکات مشکل بسنجید.

۴. گیره‌ها:

نوع گیره‌هایی که روی تخته نصب می‌کنید و شکل و محل قرارگیری آنها کاملاً تعیین‌کننده شیوه صعود و کارایی تمریناتی است که روی آن انجام می‌دهید.

نوع گیره‌ها

از گیره‌های ساخته شده از چوب و رزین و با بیشترین تنوع ممکن استفاده کنید. رزین از نظر یافت و ظاهر بیشتر به خود صخره شبیه است و اشکال مختلفی از این نوع گیره‌ها وجود دارد؛ در حالی که گیره‌های چوبی با توجه به شکل معمولی‌شان با پوست و تاندون مهربان‌ترند. عدم وجود اصطکاک روی گیره‌های چوبی نیز به این معناست که برای ماندن بر روی آنها باید آنها را محکم‌تر بفشارید. از گیره‌های مورب، حفره‌دار، ناخن، انگشتی و بندانگشتی برای کار با انگشتها

استفاده کنید. در استفاده از گیره‌های بندانگشتی و حفره‌دار محتاط باشید. چون بیشترین صدمات از آنهاست. آنها باعث فعالیت تاندون‌ها، زمانی که حداکثر کشش را دارند، می‌شوند. بسیار مهم است که به تدریج و در طول زمان بر قدرتمان روی این گیره‌ها بیفزاییم؛ آن هم پس از نرمش و گرم کردن کامل. علاوه بر همه اینها، مواظب گیره‌هایتان باشید و به طور مرتب آنها را با برس تمیز کنید تا شیارها و منافذ آنها با گچ مسدود نشود.

نحوه قرارگیری گیره‌ها

اولین نکته درباره یک تخته خانگی، تعداد گیره است. یک تخته ۳۶۰×۲۶۰ سانتیمتری که پوشیده از گیره است کارایی بهتری برای بلدرینگ و سایر تمرینات دیگر خواهد داشت تا یک دیواره کوتاه که گیره‌های پراکنده‌ای دارد. هنگامی که زمان نصب گیره‌ها رسید می‌توانید این کار را به صورت تصادفی یا به روشی از قبل تعیین شده انجام دهید. روش اول حرکات مشکلی را طراحی می‌کند که به خودی خود مضمون خاصی ندارند. این روش دلخواه کسانی است که دوست ندارند به شکلی کاملاً از پیش طراحی شده تمرین کنند. دیگران ترجیح می‌دهند که گیره‌ها را به شکلی قرار دهند که نظر آنان را تأمین کند. البته برای تمرینات حرفه‌ای‌ها، این وسیله که «تخته منظم» نامیده می‌شود ارزش بسیار زیادی دارد. صخره‌ها الگوهای ثابت خاصی را دنبال می‌کنند و بسته به علاقه می‌توانید آن‌ها را به کار ببرید و در تمرینات بازسازی کنید. برای مثال، اگر مسیری که روی آن کار می‌کنید دارای ۱۶ حرکت است که همه آنها روی گیره‌های معکوس و شیارهای عمودی است، می‌توانید تلاش کنید و مسیر مشابهی را روی تخته‌ای که گیره‌های آن به طور تصادفی نصب شده است، پیاده کنید. در یک تخته منظم گیره‌ها روی یک شکل مدرج قرار می‌گیرد. بنابراین همیشه گیره‌ای با اندازه و نوع مشخص در دسترس خواهد بود. همچنین می‌توانید حرکات اساسی نردبانی شکلی را ابداع کنید که باعث سهولت در کسب انرژی می‌شود به تکنیک کمتری محتاج است.

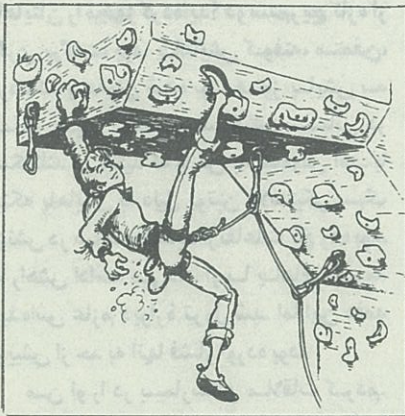
بهترین راه‌حل، قراردادن تعدادی گیره اصلی است. سپس فضای خالی بین آنها را با گیره‌هایی به صورت تصادفی پر کنید. اگر از پیچ و مهره خروسی (یا پیچ آلن) استفاده کنید، می‌توانید جای هر گیره را تغییر دهید و مجدداً روی تخته‌ای با طرحی جدید کار کنید.

نکات زیر را هنگام نصب گیره‌ها به یاد داشته باشید:

۱. از حداکثر تنوع گیره‌ها از لحاظ اندازه و جهت آنها استفاده کنید.
۲. گیره‌ها را چنان پراکنده نصب کنید که استفاده از دو گیره مشابه مشکل باشد.
۳. از قراردادن گیره‌ها در فضاهای مرده خودداری کنید. برای مثال بسیار نزدیک به کناره تخته یا در جهتی که نتوان از آن به طور مؤثری استفاده کرد، نباشند.
۴. از تجمع یا پراکنندگی بیش از حد گیره‌ها خودداری شود.

۵. جای خالی برای طرح‌های ویژه یا تخصصی بعدی در نظر بگیرید.

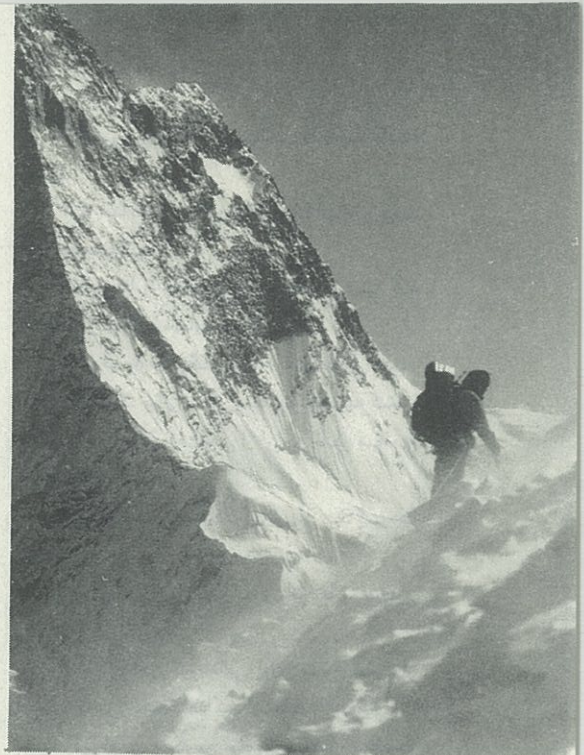
۶. با قراردادن گیره‌هایی برای شروع صعود از قسمت پایین تخته، حداکثر استفاده را از طول آن بکنید. گیره‌های معکوس برای این کار مناسب است.



اگر امکان ساختن تخته چوبی را ندارید، مایوس نشوید.

گر چه استفاده از تخته‌های بزرگی که بتوانید به شکل واقعی روی آنها صعود کنید بسیار لذت بخش‌تر و سودمندتر است، وسیله‌ای که فضای بسیار کمی، به اندازه $\frac{1}{4}$ فضای کل، را اشغال کند نیز ارزشمند است. بیشتر گوه‌نوردان استفاده از تخته انگشت را کسل کننده و محدود می‌دانند. ولی این برداشت اشتباه ناشی از استفاده از وسایل ابتدایی و خطرناکی است که با دقت کمی ساخته شده بود. مطمئناً یک تخته انگشتی که خوب ساخته و طراحی شده باشد یا یک تخته بارفیکس کوچک، با بهره‌گیری روش‌های مناسب تمرینی مفید خواهد بود.

ادامه دارد...



اینجا سرد است. دنیای یخ است. آیا شما پاهایتان را مجهز کرده‌اید؟ دو ستمبر ریج تازه از آگری برگشته بود. پاهایش کوفته، متعفن، دردناک، و عفونی شده بود. هنوز پایش به خاطر عبور از مسیر سخت زمستانی در اسکاتلند می‌لنگید که با من به شامونی آمد. با اینکه پاهایش به دلیل پوتین پلاستیکی سبک و زنش در سرمای شدید ارتفاعات یخ زده بود. به راهش ادامه می‌داد. او با پاهای صدمه دیده‌اش عازم دیواره تروال شد. اما این دفعه او بیش از حد به آنها فشار آورده بود. من او را در بیمارستان ملاقات کردم. دکترها گفتند که او می‌تواند دوباره راه برود. آنها می‌دانستند که انگشتهای قطع شده‌اش دوباره باز نخواهد گشت؛ اما عقیده داشتند که او خوش‌بخت بوده که پاهایش را از دست نداده است. وقتی من وارد اتاق شدم، روی تخت دراز کشیده بود و به شدت متأثر به نظر می‌رسید. او به محل باندهای پیچیده شده که روزی انگشتان پاهایش بودند خیره شده بود و در حالی که سرش را تکان می‌داد مرتباً می‌گفت: چه بدبختی بزرگی، چه بدبختی بزرگی.

بیشترین صدمات ناشی از سرمازدگی در پاها نتیجه مستقیم ناآگاهی است. ما درست نمی‌دانیم که پاهایمان را چگونه گرم نگه داریم. روز به روز کوهنوردان بیشتر و بیشتری راهی آلاسکا و هیمالایا و آمریکای جنوبی می‌شوند و منطقی به نظر می‌رسد که مروری بر آخرین روشهای جلوگیری از سرمازدگی داشته باشیم.

اندر و کرک پاتریک ترجمه مسعود حمیدی

پوتینها:

قسمت اعظم صدمات ناشی از سرمازدگی نتیجه پوشش ناکافی و کم مقاومت پاهاست. پوتینها محافظان اصلی شما در برابر سرما هستند. بنابراین سفر رویایی‌تان به «دنالی» را با پوشیدن پوتینهای کفلاخ مندرس ده سال قبل خود خراب نکنید. اگر عازم کوه هستید می‌توانید روکش کهنه پوتین خود را مرمت کنید و خود پوتین را بخرید از پوشیدن پوتینهای (پشم مصنوعی) اجتناب کنید. چون هر دوی آنها رطوبت را جذب می‌کنند و در نتیجه عایق بالارزشی نیستند. در عوض پوتینهای Closed - cell مادامی که شکننده و ساییده نشده‌اند قابل استفاده هستند. اگر قصد دارید صعودی چند روزه به ارتفاعات ۷۰۰۰ متری داشته باشید یا در آب و هوای سخت زمستانی آلاسکا مدتی را سپری کنید، خود را مجهز کنید و پوتین مخصوص سفر را همراه داشته باشید.

انواع پوتینهای آسولو، لوا، وان اسپرت، کفلاخ، رایشل و اسکاریا حتی برای کوهنوردی که خود را در کیسه یخ و سرما می‌کند مطلوب هستند. البته وان اسپرت اورست گرمترین آنهاست. گاهی شما بدون توجه به وضعیت آب و هوا پوتینهای جدید یا با آنچه از قبل دارید به کوهنوردی می‌روید. با تعویض کفی فرسوده و بی دوام پوتین خود با یک مدل sorbathene ضخیمتر به طور فوق العاده‌ای گرمای آن را افزایش می‌دهید.

روکش پوتینها و گترها:

یک روکش پوتین کامل باید تمام پوتین و کف آن را بپوشاند و به طور کلی عایق کند. اشکال روکش پوتینها این است که کفی صاف و لغزنده‌ای دارند و همیشه باید آنها را همراه کرامیون استفاده کرد. ممکن است یک پوتین پلاستیکی مناسب به همراه یک روکش پوتین خوب و مناسب گرمایی در حد یک پوتین کوه ایجاد کند؛ اما برای صعود به قله‌های هشت هزار متری ترکیبی از یک روکش پوتین به علاوه یک پوتین کوهنوردی مناسب لازم است.

نئوپرن بهترین جنس روکش پوتین است. اگر چه از انواع دیگر روکشهای فاقد مقاومت بهتر است، یک جفت آن معمولاً فقط برای یک تا دو سفر دوام دارد. نتیجه تحقیقات روی روکشهای اوت دور و

فورتی بیلو نیز به نسبت رضایت بخش‌تر از سایرین بوده است. گترهای نوع یتی مانند پلک دیاموند، اسپرتیو، برگ هاوس محافظه‌های فوق العاده‌ای است. اما نقطه ضعف مهم آنها این است که کف پوتین را عایق نمی‌کند.

شما در انتخاب روکش پوتین یا گتر آزاد هستید؛ اما اگر شلوارکرمی می‌پوشید گتر را زیر شلوار بپوشید. به این ترتیب رطوبت از طریق شلوارتان به جورابهایتان که شلوار درون آنها قرار دارد منتقل نمی‌شود.

جورابها:

اگر به هر نیتی قصد خرید یک جفت پوتین دارید آن را با یک جوراب کلفت پشمی یا پلی پروپیلین و یک جوراب نازکتر از جنس پروپیلین امتحان کنید. اگر انتظار سرمای بیش از حد دارید یک جوراب نازک و دو یا سه جوراب ضخیمتر روی آن بپوشید. چند جوراب ضخیم مطابق پاهای ورم کرده است. برای هر سفر جورابهایی تازه بخرید. جورابهایی Extremities Toasters, Thorlo Mountaineer بهترین جورابهایی موجود است.

لایه محافظ:

سالهاست که جورابهایی عایق رطوبت در دسترس است و همانند لایه‌ای ضد آب بین پاهای عرق کرده و پوتین و جوراب عمل می‌کند. شما باید جورابهایی ضد رطوبت را روی یک جوراب نازک بپوشید و در پایان هر روز هر دو را از پا درآورید و خشک کنید. هر وقت که بخواهید می‌توانید جورابهایی عایق رطوبت از نوع پلک دیاموند را تهیه کنید. گر چه کیسه‌های پلاستیکی نیز همین کار انجام می‌کنند ولی به طور قطع به اندازه آنها ارزشمند نیستند چون پاره می‌شوند و هر روز باید تعویض شوند. از شواهد امر چنین بر می‌آید که پوتینها و جورابهایی عایق و ضد رطوبت امروزی نسبت به انواع چند سال قبل که همان پوتینهای جاذب و جورابهایی پشمی استاندارد بودند تأثیر کمتری دارند. اشکال جورابهایی ضد رطوبتی این است که به دنبال استفاده از آنها بروز عفونتهای قارچی و قاچ شدن پوست پا افزایش می‌یابد.

نگهداری از

بنابراین پاها را با برف مالش دهید تا تمیز شود و سپس کاملاً و هر شب پودر ضد قارچ به آنها بزنید. در نهایت اینکه جورابهای عایق رطوبت موجب لغزیدن پا در پوتین می‌شود و این موضوع مشکلی اساسی در صعودهای فنی است.

ضد تعریقها:

یکی از عوامل اصلی سرمازدگی پاها رطوبت است که به طور معمول از تعریق ناشی می‌شود. روی اسبیری خوب معمولاً دو تا سه روز دوام دارد. ضد تعریق برای خشک نگه داشتن پا در جورابهای عایق بسیار مفید است.

جورابهای نئوپرن:

جورابهای نئوپرن اسفنجی همانند محافظهای عایق رطوبت عمل می‌کنند. این نوع جوراب را بین دو جورابتان ببوشید و در صورت کم بودن سرما می‌توانید آن را بدون جوراب رویی استفاده کنید. جورابهای نئوپرن را کمی بزرگتر انتخاب کنید (یک شماره بزرگتر از اندازه پایتان). زیرا در ارتفاعات، پاها ورم می‌کند و باید به این نکته توجه کافی میدول شود. جورابهای نئوپرن نسبت به جورابهای عایق رطوبت از نظر عایق بندی کم اثرتر است؛ به خصوص هنگامیکه شما مجبورید مدتی طولانی در کوه باشید.

جورابهای ضد آب و قابل تهویه:

جورابهای گورتکس و نمونه‌های مشابه آن ممکن است که برای شکار مناسب باشند اما کارایی خود را در ارتفاعات بالا و کوهستان سرد و وحشی ثابت نکرده‌اند. از طرف دیگر حتی با روشهایی ساده و غیر پیشرفته نیز می‌توان به خوبی از پاها محافظت و نگهداری کرد.

نوارهای گرمایی:

امروزه بسیاری از کوهنوردان در ارتفاعات بالا از نوارهای گرمایی ساده و مؤثر استفاده می‌کنند. نوارهای گرمایی و شیمیایی کوچک است و دقیقاً زیر

پنجه‌های پا می‌چسبد. این نوار حداقل ۶ ساعت گرما می‌دهد. اما قبل از اینکه آن را به پوتین خود بچسبانید مطمئن شوید که درست کار می‌کند و خاصیت گرمایی دارد. نوارهای گرمایی برای فعال شدن به اکسیژن وابسته هستند و در ارتفاعات در آغاز کند عمل می‌کنند.



نظریه‌های فنی و غیر فنی:

بسیاری از کوهنوردان در ارتفاعات بلند روزانه یک اسپرین برای رقیق کردن خون و بهبود روند گردش خون مصرف می‌کنند. گفته می‌شود که سیر باعث جذب بهتر اکسیژن توسط خون می‌شود. و گردش خون را نیز افزایش می‌دهد. استفاده از سیر در بین کوهنوردان آسیایی به مانند سبیری در برابر ارتفاع و سرما بسیار رایج است. امروزه موفق به ساخت اسباب و لوازمی (از جمله بستر گرمایی الکتریکی پاها) شده‌اند که بسیاری از کوهنوردان از آن استفاده می‌کنند در واقع فن آوری جدید کفشهای کوهنوردی نیز از همین جا منشأ گرفته است.

مراقبت از پاها:

از آنجایی که قسمت اعظم پای شما استخوان و تاندون است. تولید گرما برای آنها بسیار مشکل است. حفظ گرمای پا بسیار آسانتر از آن است که

بخواهیم پای سرد شده‌ای را دوباره گرم کنیم. بهترین راه گرم نگه داشتن پاها در هر زمانی که احساس سرما کردید لرزاندن و تکان دادن پنجه‌هاست. خوب بخورید تا بدنتان بتواند گرما تولید کند و زیاد بنوشید تا گردش خون خوب و خونی رقیق داشته باشد. هنگامی که در پاها احساس سرما کردید قدمهایتان را محکم بردارید و آرام راه بروید. هنگام شب‌مانی مواظب باشید که پوتین شما یخ نزنند و سعی کنید آن را داخل کوله پشتی‌تان نگه دارید. همین کار را برای روکش پوتین نیز بکنید؛ گرچه ممکن است بعضی مواقع در کوله پشتی جایی برای نگهداری آنها وجود نداشته باشد. فقط در صورتی که محل مناسبی برای استراحت دارید شبها پوتین را در بیاورید و پاها را بمالید و گرم کنید. یک روش قدیمی برای گرم نگه داشتن پاها در شب این است که قمقمه پلاستیکی آب را از آب گرم پر کنید و آن را کنار پایتان وقتی که درون کیسه خواب هستید بگذارید (دقت کنید که در آن را محکم ببندید) تمام انواع کفی‌های پلاستیکی حجیم است (کفی یا سبد به کف پوتین بسته می‌شود و راه رفتن روی برف را بسیار آسانتر می‌سازد. م.) اما به شما این امکان را می‌دهد که بتوانید در اطراف اردوگاه یا چادر تان به راحتی حرکت کنید. اگر حین صعود در پاها احساس سرما کردید، بایستید و پاها را گرم کنید. بسیاری از کوهنوردان به این دلیل دچار سرمازدگی می‌شوند که شدت سرما را به درستی تشخیص نمی‌دهند و به موقع اقدام لازم را به عمل نمی‌آورند.

به هر حال با مراقبت دقیق از پاها مشکلات را کاهش دهید. پاها را تمیز و ناخن‌ها را کوتاه کنید. قبل از کوهپیمایی‌های طولانی پاشنه پا را با نوار یا پارچه ببندید. از انگشتها قبل از اینکه تاول بزنند محافظت کنید. پودر ضد قارچ با خود داشته باشید و قبل از حرکت، در حین صعود و بعد از آن از پودر استفاده کنید. بی‌اعتنایی به این اندر زها شما را در جمع کوهنوردانی قرار می‌دهد که انگشتان پایشان به شدت صدمه دیده یا کاملاً قطع شده‌اند. حرفهایم را باور کنید زیرا هیچ کدام از آنها تخیلی و واهی نیست. Δ

مأخذ: مجله کلابینگ



انگشتها در کوههای سرد

اخباری از انجمن کوهنوردی بانوان



مهمانان انگلیسی در ایران

به دعوت انجمن کوهنوردی بانوان کشور، سه نفر از بانوان کوهنورد انگلستان به نامهای گلندا هاکستر، کاترین پایک، سیلیا بال به همراهی لیلیا بوب و یک نفر فیلمبردار به نام لیندا هاکستر از سیزده تا سی و یکم شهریور ماه سالجاری برای صعود به دیواره علم کوه، برگزاری یک دوره کلاس آموزشی و تمرینات سنگنوردی، آشنایی با نحوه فعالیت انجمن کوهنوردی، انتقال تجربیات آموزش سنگنوردی در کشورمان به سر بردند.

بامداد روز ۷۷/۶/۱۴ کوهنوردان ایرانی به نامهای سهیلا تنباکوزاده (سرپرست)، لیلیا بهرامی، زهرا تاجیک، فرخنده صادق، فرشته نیک پور، بوران بوذری و ظریفه رحیمزاده به همراه اعضای انگلیسی، رودبارک را به قصد سرچال ترک کردند. ساعت ۱۴ سه نفر از بانوان ایرانی و انگلیسی برای برپایی بارگاه در زیر دیواره علم کوه (سکوی دوم علم چال) با وسایل عازم شدند. در ۱۵/۶ مسیرهای مختلف صعود روی دیواره با دوربین چشمی بررسی و مشکلات احتمالی ارزیابی شد.

شایان ذکر است که هر دو گروه به دلیل ریزش سنگ که هر چند وقت یکبار صورت می گرفت مضطرب بودند.

در ۱۶/۶ گلندا هاکستر و کاترین پایک پس از ۷ ساعت تلاش موفق به صعود از مسیر هاری روست شدند.

در ۱۷/۶ سیلیا بال و لیلیا بوب و چهار نفر از بانوان کوهنورد ایرانی از مسیر گرده آلمانها به قله صعود کردند. در همان روز گروه دیگری از بانوان ایران و انگلیسی به قله شانه کوه صعود و از منطقه فیلمبرداری کردند.

در ۱۸/۶ دو نفر از بانوان ایران از مسیر گرده آلمانها و سه نفر نیز از مسیر سیاه سنگها به قله علم کوه صعود کردند.

در ۱۹/۶ افراد به رودبارک و سپس به تهران بازگشتند.

از تاریخ ۲۱/۶ تا ۲۵/۶ کلاس آموزش و تمرین سنگنوردی در منطقه بند یخچال تهران به مدت ۵ روز از ساعت ۸ صبح تا ۱۷ بعدازظهر با

کوهنوردان انگلیسی در جمع بانوان کوهنورد ایرانی

حضور کوهنوردانی از استانهای تهران، گیلان، مازندران، خراسان، مرکزی، سیستان و بلوچستان و کرمان با هدف افزایش سطح کیفی آموزش و انتقال تجارب مفید برگزار شد که طی این دوره مواردی از جمله صعود قرقراهی، ابزارگذاری، حمایتها و کارگاهها آموزش و تمرین داده شد.

در ۲۸/۶ جلسه‌ای با حضور خانمها طاهریان معاون سازمان تربیت بدنی در امور ورزش بانوان، رحیمزاده مسئول انجمن کوهنوردی بانوان، تاجیک دبیر انجمن و اعضای اعزامی تشکیل شد و مسائل کوهنوردی بانوان مورد بحث و بررسی قرار گرفت. همچنین اسلایدهایی از مناطق سنگنوردی در انگلستان (ولز) و صعودهای انجام شده بانوان کوهنورد انگلیسی نمایش داده شد.

تشکیل گروههای کوهنوردی بانوان

با توجه به ضرورت تشکیل گروههای کوهنوردی بانوان، انجمن کوهنوردی با تنظیم اساسنامه‌ای منطبق با مقررات جاری امکان فعالیت کوهنوردی بانوان را در گروههای رسمی کوهنوردی فراهم آورده است. این اساسنامه برای ادارات کل تربیت بدنی استانها ارسال شده است و بانوان علاقه‌مند می‌توانند از این طریق اقدام به تأسیس گروههای کوهنوردی کنند. Δ

کوهستان خالی از خطر نیست



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

برسانیم.



گزارش از لطیفه بقرات

در میان بادی شدید و هوایی سرد در ساعت ۱۰/۴۵ دقیقه قله ۴۱۰۰ متری پروانه و یک قله بی‌نام به ارتفاع ۴۰۵۰ متر را پشت سر گذاشتیم و در ساعت ۱۴، نزدیکیهای انگمار ۲ برای خوردن ناهار توقف کردیم.

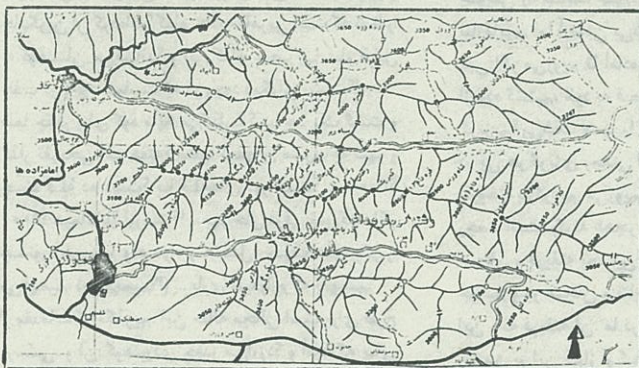
برای بریایی چادر ۳، بررسیهای لازم انجام شد و فهمیدیم به علت وجود یخچالهای پربرف و بهمنهای آماده ریزش بین قله انگمار و دوبرار، محل مناسبی برای چادر زدن وجود ندارد؛ از این رو، مجبور شدیم در ضلع غربی قله انگمار ۲ در ارتفاع ۴۰۰۰ متری چادر ۳ را برپا کنیم.

صبح پنج‌شنبه به خاطر وقت تلف شده، در ساعت ۶/۴۵ دقیقه به طرف انگمار ۲ حرکت کردیم. پس از درگیری مختصری با یخچالها و برف‌کوبی روی خط‌الرأس در ساعت ۱۰/۱۵ دقیقه، انگمار ۲ در ساعت ۱۳/۲۵ دقیقه، انگمار ۱ را صعود کردیم. بین قله انگمار ۲ و ۱، سه قله بی‌نام، با ارتفاع بیش از ۴۰۰۰ متر، وجود دارد.

عظمت قله‌های دوبرار ما را به سوی خود می‌خواند. یخچالها و صخره‌های پوشیده از برف و شکافهای عمیق دره‌ها و نقاب برفیهای روی یال، خبر از یک فعالیت فنی، و تلاش پیگیر و پرخطر را می‌داد. هوا آفتابی و تقریباً گرم بود و برفها به شدت آب می‌شد و خطر ریزش بهمن جدیتر می‌نمود. راهنمای گروه، شناخت و تجربه خوبی از بهمن و عبور از یخچالها داشت. با اتکا به همین دانش، برای عبور از شکافهای عمیق و صخره‌های ناهموار مجبور شدیم از یخچال کاسه بزرگ، بین انگمار ۱ و دوبرار عبور کنیم. با احتیاط از خط‌الرأس بیش از حدود ۸۰ متر به طرف دره لاسم پایین آمدیم و بعد از رد کردن شکافها، با شیبی ۶۰ درجه، مستقیم به طرف بالا حرکت کردیم تا دوباره به خط‌الرأس رسیدیم.

پس از چند دقیقه استراحت و بررسی راه پرخطر عبور از یخچالها که حدود ۲ ساعت به طول انجامید، به صعود خود روی نقاب برفیهای خط‌الرأس ادامه داده و پس از گذشتن از دو قله بی‌نام دیگر با ارتفاع بالای ۴۰۰۰ متر در ساعت ۱۸/۲۰ دقیقه پا روی قله ۴۲۰۰ متری دوبرار غربی گذاشتیم.

هوا ما را یاری می‌کرد؛ دیگر باد نمی‌وزید و ضلع شمال شرقی دماوند نظاره‌گر ما بود. دریاچه‌های هویروتار، آبهای نیلگون، و قله زرین‌کوه در بالای آن جذاب و دیدنی بود. غروب دل‌انگیز با صعودهای موفق؛ روزی پرتلاشی را پشت سر گذاشته بودیم. گروه، با پشتکاری فوق‌العاده، حدود ۳۰ متری قله دوبرار و در ضلع شمالی آن بین یخچالهای ضلع غربی و شرقی، چهارمین چادر را برپا کردند.



جمعه ساعت ۷/۴۵ دقیقه، زمانی که خورشید از خاور دور بر بلندیه‌های اطراف می‌تابید و زیباییها را دو چندان می‌کرد، در یک هوای مساعد و مطلوب، صعود را شروع کردیم و بعد از گذشتن از بام برفیهای بزرگ، بین دوبرار غربی و شرقی، در ساعت ۹/۱۰ دقیقه، قدم بر بلندترین قله یال قره‌داغ به ارتفاع ۴۲۵۰ متر نهادیم و راهی سوزچال شدیم. یک قله بی‌نام دیگر و سوزنیهای ضلع جنوبی سوزچال؛ گروه مجبور به این درگیری بود؛ به دلیل وجود شکافهای عمیق برفی در ضلع شمالی یال، و پرخطر بودن صعود سوزچال، آن را دور زدیم و از قسمت جنوبی یال در ساعت ۱۳/۲۵ دقیقه رخس ۱ را گذراندیم؛ ساعت ۱۴/۲۵ دقیقه آخرین عکس یادگاری روی قله ۴۰۵۰ متری رخس ۲ گرفته شد.

به دلیل کمبود وقت به طرف روستای هویر سرازیر شدیم. برف چالها را یکی بعد از دیگری پشت سر گذاشتیم و در ساعت ۱۹ روز جمعه، در مخابرات هویر خبر صعود و سلامتی به خانواده‌ها داده شد؛ در حالی که رویای قره‌داغ به واقعیت پیوسته بود. با یادی از پاتولو کونیلو که می‌گوید: «هرچه انسان به رویاهای خود نزدیکتر می‌شود، به همان اندازه افسانه شخصی دلیل حقیقی‌تری برای زندگی او می‌شود». Δ

از سالها قبل، به هنگام صعود به قله‌های دماوند؛ پاشوره، هماسون و میان رود که در جوار و ابتدای یال عظیم قره‌داغ قرار دارند، رویای صعود به این رشته‌کوه بزرگ را در سر می‌پروراندم. آرزو داشتم روزی با اعضای زبده گروه بتوانم رویای خود را به واقعیت تبدیل کنم؛ بخصوص که می‌دانستم تاکنون هیچ هیئت مستکل از بانوان، در یک برنامه، موفق به صعود تمامی قله‌های آن نشده‌اند.

با برنامه‌ریزی کمیته فنی، بهترین زمان برای تحقیق این رویا اواسط خرداد بود؛ زیرا، آب مورد نیاز باید از ذوب برف به دست می‌آمد. از این رو طبق برنامه یکساله هیئت کوهنوردی بانوان ساری، عصر روز دوشنبه ۳/۱۱ با پنج نفر از اعضای گروه و دو نفر راهنمایان گروه (آقایان میرعمارتی، کاظمیان) عازم جاده هراز شدیم.

در ساعت ۱۸ همان روز با تدارکاتی از قبیل سه تخته چادر، غذا و وسایل انفرادی، در نزدیکیهای گردنه امامزاده هاشم، یعنی ضلع جنوبی ابتدای یال قره‌داغ از مینی‌بوس پیاده شدیم و بعد از حدود یک ساعت صعود، در ضلع جنوب غربی زیر قله میانرود در کنار چشمه‌ای با گل‌های ارغوانی، به استقبال اولین شب شتاقیم و با رویای صعودی شیرین به خواب رفتیم. صبح روز سه‌شنبه ساعت ۷ با ذوقی کودکانه، از شیب تند ابتدای یال شروع به صعود کردیم به دلیل آنکه سال قبل به قله میان‌رود صعود کرده بودیم، در وقت صرفه‌جویی کردیم و قله میانرود را در روز زده در ساعت ۱۰/۲۵ دقیقه بر بالای قله ۳۶۰۰ متری نور، اولین عکس یادگاری را گرفتیم. اشتیاق اولین فتح و رسیدن بر روی یال قره‌داغ و زیباییهای اطراف، دشواری راه را کمتر می‌نمود. ما مصمم، روی خط‌الرأس به طرف قله لاسم به راه افتادیم. عظمت شیبها و انبساطی برف در یخچالها و برف چالها تا قله دو برار، از دور معلوم بود؛ همگی مبهوت از آن همه زیبایی، شکوه و صلابت، قطعه‌ای را زمزمه می‌کردیم:

آنکه می‌خواند مرا

بزرگیست باریک، که تا اوج می‌رود

پیچ و تاب می‌خورد و رقص کنان

از میان ململ نازک مه می‌گذرد

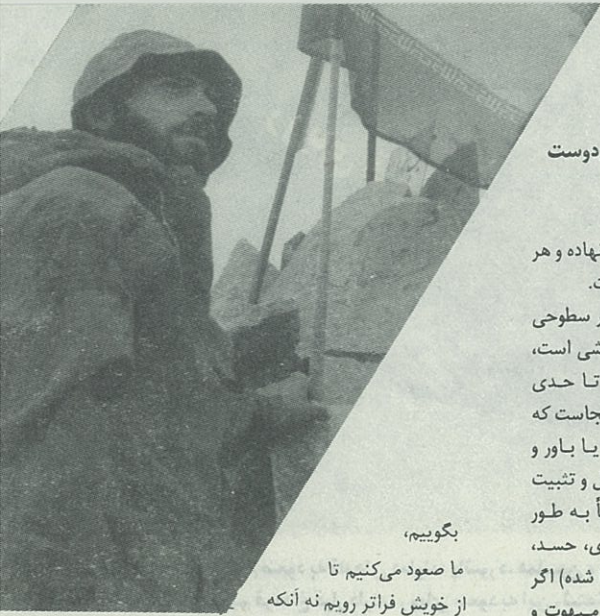
ساعت ۱۱/۲۰ دقیقه بر قله لاسم با ارتفاع ۳۷۰۰ متر ایستادیم و بعد از فیلمبرداری به طرف چنگیز چالها روانه شدیم. نرسیده به چنگیز چال ۳ هوا منقلب و ابری شد. در ساعت ۱۲/۱۵ دقیقه برای خوردن ناهار توقف کردیم. به دلیل باد شدید، برای روشن کردن اجاق مجبور به بریایی یک چادر شدیم. ناهار خوردیم و در ساعت ۱۶ به زیر قله چنگیز چال ۳ رسیدیم. وضعیت هوا بدتر شده بود؛ صدای رعد و برق از دامنه‌های دماوند که نظاره‌گر ما بود، شنیده می‌شد؛ بغض ابرها از همه جا جمع می‌شد و در دامن دماوند می‌سکست؛ دره‌های شمالی یال را مه می‌پوشاند و دماوند در میان ابرها گم شده بود.

تصمیم داشتیم بعد از چنگیز چالها بین راه قله پروانه چادر بزنیم؛ اما به دلیل شرایط نامناسب هوا و برف روی یال که تا انتهای دره لاسم کشیده شده بود، منصرف شدیم و دومین چادر را در ساعت ۱۶/۳۰ دقیقه در ارتفاع ۳۹۵۰ متری برپا کردیم.

صبح چهارشنبه صبحانه خوردیم، چادرها را به سرعت جمع کردیم و در ساعت ۷/۳۵ همگی آماده رفتن بودیم. هوا تقریباً خوب شده بود و ابرهای انبوه از دره شمالی لاسم کوچ کرده بودند. بعد از چند گام، در ساعت ۸ صبح، پای بر قله چنگیز چال ۳، ۲۰ دقیقه بعد بر چنگیز چال ۲ نهادیم. در ساعت ۹/۲۵ دقیقه، چنگیز چال ۱ را با ارتفاع ۴۰۵۰ متر صعود کردیم و به طرف پروانه راه افتادیم. وقتی به تابلوی یادبود همایون محبوب - که به همت گروه آرش تهران نصب شده بود - رسیدیم، با تأثری فراوان، فاتحه‌ای خواندیم و به احترام روح بزرگ و غم‌تنهایی همه کوهنوردان از دست رفته و با یاد عبدالحسین عزیزی، یک دقیقه سکوت کردیم.

حرفی برای نگفتن

رضا نظام دوست



«مهر فنا در ضرابخانه مرگ، سکه زندگی را بها می‌بخشد و ممکن می‌سازد که بان، آنچه را براستی گرانبهاست بخری... پس در پی گرانبهاترین باش. سکهات را نه بیهوده بیندوز، نه بیهوده خرج کن.»
رایبندرانات تاگور

شکی نیست که وقتی سخن از مفاهیم گسترده جهانشمولی چون «زندگی» و «مرگ» در میان است، هر اندیشه نحیفی را تاب گام نهادن در این عرصه نیست. اما از سویی، بی‌شک همه ما با زندگی، دست به گریبانیم و در این جدال هر مبارزی با نحوه نگرشش به نحوی زندگی را تعریف می‌کند و با نوع مردنش، به نوعی مرگ را ... و این حسب حال همه آنانی است که زنده‌اند و میرا بمانند ... آن «بس بسیاری» که هرگز زندگی نمی‌کنند و «ابر مردانی» که هیچگاه نمی‌میرند... باری، قاعده آمدن است و رفتن و درنگیدنی چند، در این میانه بر پهنه پر آشوب این خاکدان و سپردن یادی از خویش به ذهن آشفته این روزگار، یا دست کم در پای بر ریگزار این دشت مشوش ... بهر حال قاعده آمدن است و رفتن ... می‌پرسید: «فصلنامه کوه» را چه جای این فلسفه بافی هاست؟! ... آری، نیست. هر فصلنامه‌ای و هر ورزشی را نیست. اما آن گاه که سخن از ورزش کوهنوردی است و فصلنامه ما «فصلنامه کوه»، جای درنگ است.

نمی‌دانم تلقی شما از کوهنوردی و علت پیوستن تان به این ورزش چیست و اصولاً کوهنوردی کدام جای خالی را در زندگی شما پر می‌کند؟ (اصلاً جایی را پر می‌کند؟! ... و اگر پر می‌کند، آنهایی که کوهنوردی نمی‌کنند، چه چیز را جایگزین آن کرده‌اند؟ کدام جاذبه نامریی است که شما را به کوهستان می‌کشاند؟ و این کدام عنصر یا فلز قابل جذب در وجود شماست که در وجود دیگران نیست؟! شما چقدر برای کوه مایه می‌گذارید؟ در حد یک گشت و گذار تفریحی آخر هفته؟ صعود کوههای مشرف به شهر و چند قله دم دست؟ یا قله‌های دور دست؟ ... ۴۰۰۰؟ ۵۰۰۰؟ هیمالا یا اورست؟! ... بهر حال فرقی نمی‌کند، اگر هم‌نورد هستیم و همراه و هم‌دل، حرف همدیگر را می‌فهمیم. (می‌فهمیم؟! ... باری امیدوارم که بفهمیم. از مقدمات که بگذریم، این مقاله مجال است برای طرح پرسشی، و آن: کوهنوردی چقدر می‌آزرد؟ و آنجا که پای مرگ و زندگی در میان است به این تلاش و تکاپو، چگونه باید نگریم؟

تا بحال هر چه گفته‌ایم از «چگونه» رفتن گفته‌ایم. از ظرافت الحیل صعود، از پای افزار و ریسمان و خیمه و انبان! ... اما «چرا» رفتن، خود پرسشی است که کمتر بدان پرداخته‌ایم. اگر از همراهان همیشگی «فصلنامه کوه» باشید شاید شما هم ترجمه مقاله رینهولد مسنر در رابطه با مرگ آلیسون هرگزویز (کوهنورد زن انگلیسی) را، که در یکی از شماره‌های گذشته به چاپ رسید، خوانده باشید. آنجا که می‌گوید: «براستی، مگر انسان در روح خویش چقدر احساس خلاء می‌کند که حاضر است برای چند لحظه ایستادن بر فراز کوه بلندی، بین مرگ و زندگی یکی را برگزیند!» و شگفت آنجاست که این سخن از زبان کسی

بازگو می‌شود که بارها بر بلندای بلندترینها گام نهاده و هر بار بین مرگ و زندگی دست به انتخاب زده است. از منظر دید عامه هم که بنگریم کوهنوردی (در سطوحی فراتر از کوهپیمایی‌های تفریحی و تفننی) ورزشی است، نایمن، خطرناک، بی‌فایده، جسورانه و شاید تا حدی نامعقولانه و بیمارگون... و چنین دیدگاهی از آنجاست که اصولاً نگاه عامه مردم بر هر تلاش و فعالیت یا باور و اعتقاد، که در خارج از حیطه معیارهای مورد قبول و تثبیت شده اجتماع قرار می‌گیرد (معیارهایی که عموماً به طور آشکار و نهان بر پایه سودجویی، فایده‌مندی، حسد، رقابت، ظاهرینتی، ترس و منش کاسیکارانه بنا شده) اگر بدبینانه و کینه‌توزانه نباشد، دست کم نگاهی مبہوت و ناباورانه است. بسیاری از مردم ما از اینکه می‌بینند عده‌ای حاضرند برای فتح «بی‌فایده» یک کوه علاوه بر صرف پول، وقت و انرژی بسیار، جانشان را نیز به خط اندازند، به حیرت می‌افتند. ولی آیا براستی حکایت کوهنورد و کوهنوردی، حکایت فاتحان خام و فتح‌های بی‌فایده است؟

بیا بید صادقانه بیندیشیم و به خود و به آنها بگوییم که ما در فراز فرازها در پی چیستیم که حاضریم برای رسیدن به آن زندگی مان را به خطر اندازیم؟! ... آیا در پی افتخاریم؟! ... شاید باشیم. اما نه! دست کم به تمامی نه. همه آنچه را که ما می‌جوییم افتخار نیست. چه اگر به تمامی افتخار بود برای جستش نیازمند این همه بالا رفتن، این همه دور رفتن نبودیم. آیا در پی آزمون خویشیم؟! ... شاید باشیم. «باید» باشیم! باید در این جدال، جسم خویش را، روح خویش را، طاقت خویش را و جوهر وجود خویش را بیازماییم. اما آزمون بی‌شک برای به کار بستن است. پس اگر می‌رویم تا آماده و آزموده گردیم و اگر آماده و آزموده گشتیم، خود به قصد دیگری است. آیا در حال گریزیم؟ بی‌شک هستیم! و چه شیرین است این گریز. اما در پی هر گریزی رجعتی است. ما خاموش می‌رویم تا فروخته بازگردیم. می‌رویم تا بازگردیم. هر گریزی به قصد رجعت است، وگرنه «هجرت» است! ... آیا جوانیم و مفتون هیجان و فریفته تحسین... هرگز! دور باد از ما. آری، جوانیم و در هیجان و شایسته تحسین، لیک نه مفتون این و نه فریفته آن. ما در پی آرامشیم و اطمینان، و راه رسیدن بر این فراز از گذرگاه شور می‌گذرد و پیچ پیچ دغدغه...

بیا بید به این مردمان به این گوشه‌هایی که ما را نمی‌شنوند بگوییم: ما فاتحان خام فتح‌های بی‌فایده نیستیم. حکایت ما حکایت باز جستن روزگار وصل است، در این دیرگاه دور ماندن از اصل. در هجوم مرگ‌زای آهن و آسفالت و دود، کوهنوردی عشق به طبیعت است. عشقی به پاکی چشمه‌سار، به سبزی جنگل، به نیلگونی دریا، به صلابت سنگ، به لطافت گل، به فروتنی خاک، به سپیدی برف، به توفندگی طوفان، به سبکی نسیم، به سنگینی کوه!...

کوهنوردی عشق به طبیعت است و عشق به طبیعت، ورزش ما نیست، باور ماست، زندگی ماست. طیفانی است علیه هر آنچه زندگی نیست. بیا بید به آنها - و به خود -

بگوییم،

ما صعود می‌کنیم تا

از خویش فراتر رویم نه آنکه

در خویش فروتر غلطیم.

بیا بید به آنها بیاموزیم - اگر خود آموخته گشته‌ایم - که عشق به طبیعت عشق به زندگی است و زندگی تجلی عشق است و مرگ... آنجاست که عشق نیست. Δ

پرواز

بر تولد برشت

- من قادر به پروازم آسقف، ... بنگر!

«خیاط چنین گفت: .. و از بلندای بام کلیسا به پرواز در آمد،

با بال گونه‌ای از پارچه و چوب ..

...

- این دروغی بیش نیست! انسان پرنده نیست، هرگز هیچکس نخواهد پرید! «آسقف به خیاط چنین گفت» و به راه خود رفت ...

...

- خیاط را دیدی؟ .. فرو افتاد و درگذشت.

«مردم به آسقف چنین گفتند» .. و این راست بود. بالها درهم شکسته بود،

و او بر سنگفرش سخت میدان نقش شده بود .. ناقوسها به صدا درآمدند.

...

- او گفت: من قادر به پروازم... و این دروغ بود و شما دیدید،

انسان پرنده نیست .. هرگز هیچکس نخواهد پرید.

«آسقف به مردم چنین گفت» و از جایگاه فرو آمد .. مردمان پراکنده شدند...

...

- اینک، این خیاط... آیا براستی نپرید او؟! دست کم، فراتر از زمینی که آسقف و مردمان بر آن ایمن بودند؟! «من چنین می‌گویم!»

به یاد اولین سالگرد سید، ...

پرنده‌ای بی‌قرار که پرید!

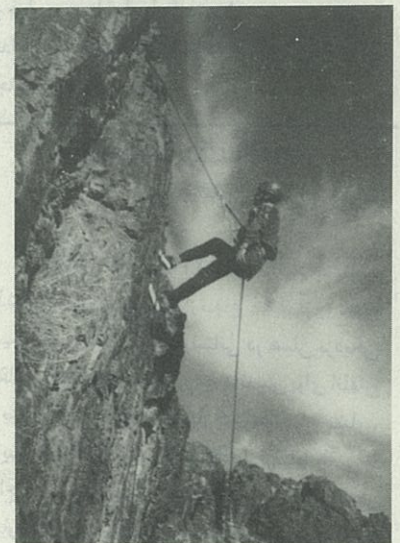
«گروه کوهنوردی آزادگان مشهد»

بانوان بوکانی بر فراز سیلان

گروه کوهنوردی «ریبور» متشکل از پنج نفر از بانوان کوهنورد شهرستان بوکان در شهریور ماه سال جاری موفق شدند در نخستین تجربه صعود به قله ایران قله ۴۸۱۱ متری سیلان را با موفقیت صعود کنند. این برنامه طی سه روز و از طریق مسیر جنوبی اجرا شد. Δ

صعود بانوان فرهنگی

به ابتکار گروه کوهنوردی عفاف از آموزش و پرورش استان فارس ۷۸ نفر از بانوان فرهنگی علاقمند به طبیعت از شهرهای اصفهان، تهران، چهار محال و بختیاری، کردستان، کهگیلویه و بویر احمد، سیستان و بلوچستان، آذربایجان شرقی، لرستان، کرمان، قزوین و فارس توانستند به قله ۳۱۵۰ متری دلو صعود کنند. این برنامه به مناسبت هفته دولت و یادبود شهیدان رجایی و باهنر صورت گرفت و در کنار آن به آموزش کوهنوردی نیز پرداخته شد. Δ



برگزاری کلاس کارآموزی

با تلاش هیئت کوهنوردی آذربایجان شرقی و با هماهنگی فدراسیون کوهنوردی یک دوره کلاس کارآموزی سنگنوردی در شهرستان مهربان و در منطقه کوهستانی قره‌قیه به مدت ۳ روز برگزار شد. Δ

گاهنامه

نام اولین خیرنامه منتشر شده از سوی هیئت کوهنوردی کارگران استان تهران است که در ۸ صفحه و به صورت زیراکس تهیه و توزیع شده است. در این شماره مطالبی درباره بهمن، سرمازدگی، کاربرد کارابین نوشته شده است. Δ



صعود دختران نوجوان

قله شاهو با ارتفاع ۳۹۴۵ متر واقع در ۲۵ کیلومتری شمال شهرستان شاهرود بلندترین قله البرز شرقی است که در پاییز امسال پذیرای دو کوهنورد نوجوان به نامهای فاطمه و زینت ولیان بود. این صعود موفق با هدایت و سرپرستی پدر خانواده صورت گرفت. Δ

انتخابات مجمع عمومی

براساس روال هرساله مجمع عمومی باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند در آبان ماه سالجاری برگزار و اعضای هیأت مدیره و بازرسان به شرح زیر انتخاب شدند.

حسن زرین‌قلم، دبیر - حامد کرامت، تشکیلات - حسین پناهی نیکو، فنی - اکبر حاجی ناظر، مالی - فرامرز اسدزاده نصیری، روابط عمومی - محمود هادیانی، آموزش - عباس طریحی، مربیان - مرتضی دزفولی و فرشاد خلیلی خوشه‌مهر، بازرسان. Δ



پرواز از قله شهباز

یک گروه چهارنفره از پرندگان با پاراگلایدر موفق شدند در تیرماه سالجاری پس از صعود به قله ۳۳۵۰ متری شهباز با پاراگلایدر به پرواز درآمده و با عبور از فراز دیواره‌های جنوبی قله و در شرایط جوی نامساعد پس از ۲۰ دقیقه بر زمین فرود آیند. شایان ذکر است به هنگام صعود قله ۵ نفر از اعضای هیئت کوهنوردی اراک این گروه را همراهی می‌کردند. Δ

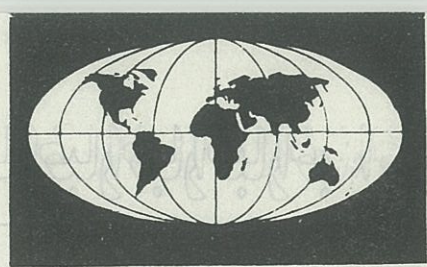
بانوان کرمان بر فراز قله پلوار

در مرداد ماه هفت تن از بانوان کوهنورد گروه شهید واعظی زاده موفق شدند به قله پلوار به ارتفاع ۴۲۳۳ متر واقع در شهرستان ماهان صعود کنند. این برنامه به منظور گرامی‌داشت شهیدان کوهستان پلوار (۲۲ بهمن ماه ۷۶) اجرا شد. Δ

تشکر و تقدیرانی

جناب آقای مجتبی نادری مدیریت محترم سازمان آگهی‌های روزنامه آفرینش، از همکاری ارزنده شما در جهت معرفی فصلنامه کوه نهایت تشکر و سپاس را داریم.

فصلنامه کوه



گوخاگون

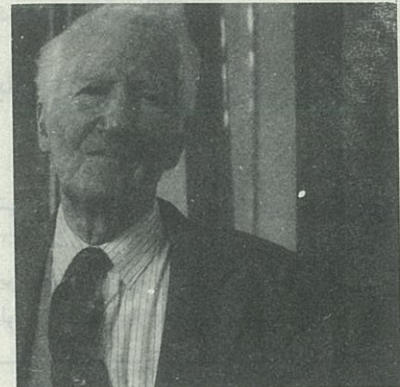
رکورد جدید صعود به قله اورست

ترجمه شاهپور صمصام

کوهنورد نیالی رکورد جدیدی در بلندترین نقطه جهان به جای گزارد. به گزارش رسیده از فرانس پرس از نیال «شریا کاجی» رکورد جدیدی از لحاظ صعود با زمان ۲۰ ساعت و ۲۴ دقیقه بدون استفاده از مخزن اکسیژن از خود به جای گذاشت.

آخرین رکورد زمانی توسط کوهنورد فرانسوی، مارک پاتارد، در اکتبر سال ۱۹۹۰ با زمان ۲۲ ساعت و ۲۹ دقیقه به ثبت رسیده بود.

شایان ذکر است که تمامی این گونه صعودهای سرعتی از اردوگاههای اصلی و با استفاده از مسیر آماده شده قبلی شامل طنابها و نردبانهای ثابت به صورت رفت و برگشت صورت می‌گیرد. Δ



درگذشت ارد جان هانت

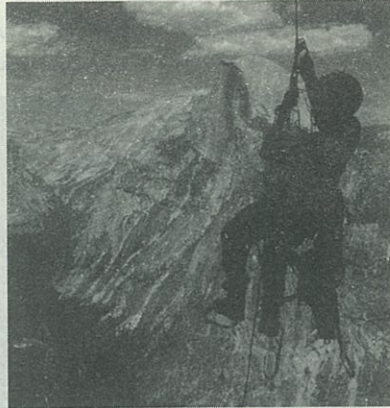
رئیس اولین هیئت موفق صعود به قله اورست در ۸۸ سالگی درگذشت.

جان هانت، افسر سابق ارتش انگلستان، در سال ۱۹۵۳ با مدیریت و لیاقت در خور تحسین موجب گام نهادن شرپا نورگی تنسینگ از نیپال و ادموند هیلاری از نیوزیلند بر بام جهان، اورست ۸۸۴۸ متری شد.

جان هانت بعد از این موفقیت بزرگ، شهرتی جهانی دست یافت و از طرف ملکه انگلستان به لقب لرد مفتخر گردید. Δ

امداد و نجات در یوسیمیت آمریکا

ساعت ۸/۳۰ صبح پارک رسیدیم. قبل از رفتن به دفتر «جان دیل» جلو دیوار چند دقیقه ایستادم. با دوربین چپ و راست دنبال شکار بودم. یک بار سه نفر را دیدم گویا از ساعت ۶ صبح مشغول صعود بودند و هنوز یک روز دیگر کار داشتند تا به آخر خط برسند.



نزدیک نهار، جان دیل، مسئول گروه امداد و نجات پارک ملی یوسیمیت را ملاقات کردم. حدود ۹ ماه بود که می‌خواستیم به دیدن او و گروه امدادش بروم؛ ولی وقت نکرده بودم. بعد از نهار کمی قدم زدیم. او گفت: «یکی از امتحانات ورودی گروه ما این است که امدادگر بتواند طی ۴۵ دقیقه ۲۴ کیلو بار را ۵ کیلومتر بدون دودیدن حمل کند.

بعد از ظهر قسمتی از شماره ۱۱ مجله کوه را برای او ترجمه کردم. گفت: «بله، یادم می‌آید ولی این اتفاقات مال دو سال قبل است. بیا پرونده سال ۱۹۹۷ را بخوان.

یک کلاسور ۴۰ صفحه‌ای روی میز گذاشت و گفت: «بخوان و اگر اشتباهی داشتیم آن را براریم درست کن. یک‌به‌یک داستان امداد صخره‌نوردان در دیواره‌ها را توضیح داده بود.

در یک مورد گروه او به صخره‌نوردی ژاپنی که چند قله ۸۰۰۰ متری را در نیپال و یک بار نیز به K2 و چندین بار به ال کاپیتن صعود داشته کمک کرده بود. وی می‌خواست برای اولین بار صعود انفرادی ال کاپیتن را طی ۱۰ روز انجام دهد. او روز ششم تختخواب متحرک خود را به علت باد شدید و درست نبستن آن از دست می‌دهد. در روز هفتم کلاه ایمنی‌اش از دستش به پایین می‌افتد و در روز هشتم به علت پرت شدن، سرش به قسمتی از دیواره می‌خورد و در نهایت همان روز با دادن علامت از گروه امداد کسک می‌خواهد. قیمت این امداد بالغ بر ۷۵۰۰۰ دلار بود. صخره‌نورد دیگری به علت

نداشتن کلاه ایمنی و پرت شدن از دیواره جان خود را از دست می‌دهد. دیگری پرت می‌شود و با استفاده از اسلینگ بلند حدود ۲ متری به صندلی‌اش ضربه وارد می‌شود که موجب می‌شود قلاب کمر بندش ضربه محکمی به دنده‌هایش وارد کند و چند استخوان قفسه سینه‌اش بشکند.

تیم امداد با ۲ طناب ۱۱ م.م، ۴۰۰ متر در وسط دیواره به یاری او شتافتند. این امداد حدود ۱۲۵۰۰۰ دلار خرج برداشت. ۴۰۰ متر فرود با یک طناب ۴۰۰ متری با وزن حدوداً ۳۸ کیلوگرم.

دیگری در شرایط نامساعدی به صعود ال کاپیتن دست می‌زند. در دومین روز به علت بار زیاد، سرما، باران و برف مثل موش آبکشیده خیس می‌شود و به علت نداشتن لباس مناسب بیمار و دست به دامن گروه امداد می‌شود.

تمام این اتفاقات قابل پیش‌گیری است.

قبل از خداحافظی با جان او به من گفت: «شما ایرانیان یا مهندس هستید یا دکتر یا فروشنده.» و من به او گفتم: خدا را شکر کن که به ایرانیان ویزای آمریکا نمی‌دهند وگرنه در دیواره ال کاپیتن جایی برای صخره‌نوردان شما نبود و پرچم ایران در تمام این دیواره میخ‌کوبی می‌شد.

جان دیل یکی از باتجربه‌ترین امدادگران آمریکا است و گروهش تقریباً در بیش از ۱۰۰۰ امداد شرکت کرده است. من در مدت ۲ روز اقامت نزد او خیلی چیزها از او یاد گرفتم. Δ

خداحافظ شما، مجید ثابت زاده عضو تیم امداد و نجات کال‌ترینیای شمالی.

جرامی با یک تلفن

ترجمه کتایون م. جنیدی (عرب)

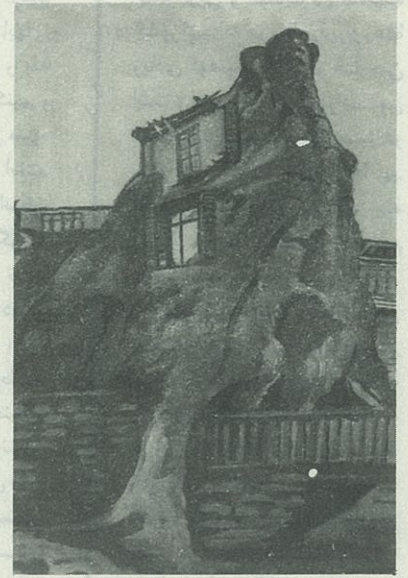
آندرو الدر، کوهنورد ۲۷ ساله، اوایل سپتامبر گذشته به علت سقوط از ارتفاع ۶۰ متری دچار آسیب مغزی شد و به بیمارستانی در همان نزدیکی انتقال یافت. چون احتمال زنده ماندنش برای انتقال به بیمارستانی مجهزتر بسیار کم بود، جراح مشاور، کریس متکاف گیسن، با استفاده از ارتباط تلفنی با جراح متخصص مغز و اعصاب، رابرت سنگوپتا، در بیمارستانی در نیوکاسل، مرحله به مرحله اقدام به جراحی مصدوم کرد.

این دستور کارها جراح را قادر ساخت تا با ایجاد سوراخهایی در جمجمه مصدوم سبب خارج شدن لخته خون از سر وی، که به سبب فشار ناشی از آن هر لحظه احتمال مرگ وجود داشت، و در نتیجه جان او را نجات دهد.

سیس فرد آسیب دیده به بیمارستانی در

نیوکاسل منتقل شد و در آنجا بهبودی کامل پیدا کرد. Δ

د. آخذ: مجله های



کندوان پرماذبه

ابراهیم صدری

در یکی از کوهپایه‌های سه‌سنگ، روستایی به نام «کندوان» وجود دارد که از نظر کوهپیمایی و گردشگری فوق‌العاده جالب و تماشایی است. کند در زبان ترکی آذری به معنای مثل و وان به معنای کندوی عسل است و کندوان یعنی مثل کندو. این روستا از قطعه سنگهای بزرگ مخروطی و دوکی شکل به وجود آمده که در مراحل اولیه که رویه زمین در شرف سخت شدن بوده است در نتیجه جابه‌جایی کوهها و تحولات جوی به صورت تبلور از هریم خود مجزا شده و فرم گرفته‌اند. به هنگام شکل گرفتن گازها و هوای موجود داخل مخروطها آزاد شده و حفره‌هایی در سنگها ایجاد کرده و تدریجاً هر مخروط سنگی و دوکی شکل دارای سوراخهایی شده که دست بشر آنها را توسعه داده و به صورت خانه‌هایی درآورده است که از تماشایی‌ترین مناطق گردش جهان به شمار می‌آید.

در فاصله هر یک از این سنگها با سنگهای دیگر سبزه‌زار و چند چشمه و یکی دو حوضچه دیده می‌شود.

برای رفتن به روستای کندوان باید از تبریز - خسروشهر - اسکو - استمان طی طریق کرد. در همین حدود ۵۰ دهانه پنهان و آشکار آتشفشانی که همه خاموش است وجود دارد. Δ



من فقط از مسنر دستور می‌گیرم!؟

ترجمه شاهپور صمصام

یورگن شرمپ، رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل دو شرکت معظم آلمان به نامهای بنز و کرایز لره که جدیداً در یکدیگر ادغام شده‌اند طی مصاحبه‌ای در مجله هفتگی بیزینس اظهار داشت: «تنها کسی که به خود اجازه می‌دهد به من دستور بدهد رینهولد مسنر است و آن هم در هنگام کوهنوردی». شرمپ که در حال حاضر یکی از موفقی‌ترین مدیران آلمان محسوب می‌شود قصد دارد در آینده طرحهای جدید ساخت هواپیما را در این شرکت جدید دنبال کند. او ۵۳ ساله و فاقد تحصیلات دانشگاهی است و از مکانیکی به این موفقیت بزرگ رسیده است. صدر اعظم جدید آلمان پس از احراز مقام جدیدش از یورگن شرمپ برای تقویت مارک آلمان در بازار جهانی تقاضای کمک کرد. Δ

فبری از قاره منجمد جنوبی

ترجمه م. برزگر (خلیلی)

یک نوژی ۳۴ ساله به نام اسلاند با اسکی و بدون هیچ گونه حمایت فن‌آوری قاره منجمد جنوبی را به تنهایی پشت سر گذاشت. وی در یک سفر ۶۴ روزه تقریباً سه هزار کیلومتر راه را با اسکی و یک سورتمه که حاوی ۲۰۰ کیلو بار، غذا و وسایل ضروری بود، طی کرد. او می‌گوید: «مشکلترین کار آن است که روزهای متوالی در دشتی یکنواخت، سفید، پوشیده از برف، با سرمای ۶۰ درجه زیر صفر راه بیماری. او همچنین می‌گوید: «روزهایی که جهت باد مناسب بود یک بادبان به کمربندم می‌بستم که بر سرعتم می‌افزود. یک روز توانستم تا ۲۵۰ کیلومتر را به این طریق اسکی کنم؛ هرچند که بسیاری از روزهای دیگر به علت طوفان شدید فقط قدم به قدم راه می‌رفتم.» آنها سه نفر بودند که این سفر را شروع کردند. ابتدا دو هفته منتظر شدند تا هوا اندکی بهبود یابد. و فقط اسلاند توانست این سفر را به پایان برساند. وی در سال ۱۹۹۰ سفر مشابهی به قطب شمال انجام داده بود. در سال ۱۹۹۵ هم به قاره منجمد جنوبی سفر کرده بود، ولی فقط تا قطب جنوب پیشرفت و نتوانست تمام قاره جنوب را طی کند. Δ

اکسپدیشن

ترجمه قاسم صباقیان

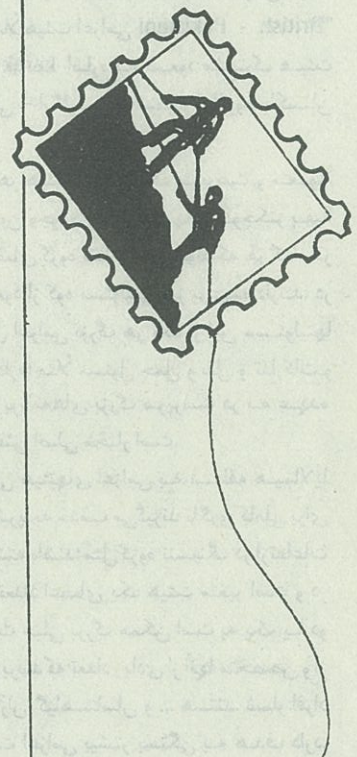
هیئت اعزامی در یک سفر، اهداف مشخص و معینی دارد؛ مثل صعود از کوه یا نقشه‌برداری و ممیزی یک منطقه کوهستانی. این کلمه همچنین برای اشاره به افرادی که به نوعی درگیر مسائل فوق هستند، استفاده می‌شود. در متون قدیمی مربوط به کوهنوردی، این کلمه برای توصیف و توضیح هر سفری که بر روی برف صورت می‌گرفت به کار می‌رفت. اما امروزه این کلمه به سفر به مناطق دوردست، نامعلوم و نامشخص اطلاق می‌شود. معمولاً نامی که یک گروه یا هیئت اعزامی یدک می‌کشد، توصیف‌کننده اهداف و ساختار آن هیئت است؛ مثلاً هیئت اعزامی "British - Pakistani karakorum" اشاره به صعود مشترک هیئت پاکستانی - انگلیسی به منطقه قراقرم پاکستان است.

در هر هیئت اعزامی یک سرپرست و معمولاً یک معاون وجود دارد. در هیئت‌های کوچکتر بقیه افراد اعضای گروه شناخته می‌شوند که هر کدام در کنار صعود از کوه مسئولیتی نیز برعهده دارند. در هیئت‌های اعزامی بزرگ هر یک از این مسئولیتها عنوانی دارد؛ مثلاً مسئول حمل و نقل و تدارکات و غیره. در برنامه‌های بزرگ سرپرست در به عهده گرفتن نقش اصلی مختار است.

گاهی هیئت‌های اعزامی به منطقه هیمالایا تعدادی شریا به خدمت می‌گیرند تا گروه کاملی برای صعود داشته باشند؛ مثل گروه تنسینگ در ارتفاعات اورست. تعداد اعضای یک هیئت متغیر است و در یک هیئت خیلی بزرگ ممکن است به یک یا دو گروه هم برسد که تعداد زیادی از آنها متخصص و از نقشه‌برداران، گیاهشناسان و ... هستند. شمار افراد یک هیئت اعزامی بیشتر بستگی به هدف دارد. برای هدف بزرگ و مشکل هیئت‌های بزرگ مناسب و مطلوب است.

سازماندهی هیئت‌های بزرگ، هزینه و وقت زیادی می‌برد. همکاری و حمایت رسانه‌های گروهی و هماهنگی نیز لازمه کار است. برای مثال در سال ۱۹۷۲ میلادی اعزام یک گروه از انگلستان به منطقه جنوب غربی اورست شصت هزار یوندر هزینه دربرداشت که این مبلغ را مؤسسه کوهنوردی اورست اهدا کرد. جزئیات مربوط به سازماندهی هیئت‌های اعزامی بزرگ را می‌توان در ضمائم کتابهای کریس بانینگتون مطالعه کرد. Δ

مآخذ: «انسکلوپدیا اوماتین»



* پیشکشوت و همنورد قدیمی آقای ناصر شجاع: با سپاس از عنایت شما به مجله کوه و توضیح شما در مورد کثیفی و آلودگی مجله که در دهه‌های روزنامه‌فروشی به علت سهل‌انگاری پیش می‌آید و سرمایه ملی (کاغذ، چاپ و تلاش گروهی از افراد دلسوز و فرهنگی کشور) آلوده و بی‌مصرف می‌شود. اشاره مهم و درستی است و یکی از راه‌های مقابله با پیشنهاد شماست که مجله به صورت بسته‌بندی در کیسه نایلون ارائه شود. البته در

شماره‌های اول این کار را انجام دادیم. اما متأسفانه چندین مشکل وجود دارد: اولاً مجله هنوز به مرحله خودگردانی نرسیده و لذا فشار مالی آن تا همین‌جا برای گردانندگان آن کم‌رشد است. ثانیاً مجله در موعد مقرر باید به دست خوانند برسد و تلاش ما بر این است که وقت‌سناسی را مدنظر داشته باشیم و تاکنون نیز کمابیش موفق بوده‌ایم. بسته‌بندی آن با توجه به اینکه نیروی کاری برای آن نداریم بیش از آنچه تصور می‌شود وقت‌گیر است و مجله از زمان مقرر دیرتر توزیع می‌شود که نمی‌خواهیم چنین باشد. بهترین راه همان است که شما انتخاب کرده‌اید و اشتراک مجله این مشکل را برطرف می‌کند. برای تهیه مجدد شماره ۱۲ می‌توانید تلفنی شماره اشتراک یا آدرس خود را به دفتر مجله اعلام کنید تا شماره ۱۲ را مجدداً برایتان ارسال کنیم. موفق و پیروز باشید.

* همنورد گرامی آقای غلامحسین سلحشور: نامه پرسوز شما را که در آن به خرابی و ویرانی مجسمه شاهپور از آثار تاریخی منطقه بیستون اشاره کرده بودید خواندیم و از مسئولین درخواست می‌کنیم برای حفظ میراث فرهنگی که سرمایه ملی و بیانگر تمدن و فرهنگ این مردم است همت بیشتری مبذول نمایند و در مرمت و حفظ این آثار تلاش بیشتری بنمایند. امیدواریم دیگر شاهد ویرانی و خرابی این‌گونه آثار بی‌نظیر و ارزشمند نباشیم. شاد و سربلند باشید.

* همنورد جوان و عزیز آقای علی بهرامی نژاد: از محبت شما به مجله سپاسگزاریم و امیدواریم ان‌شاءالله بتوانیم خواسته همه خوانندگان را برآورده کنیم. ما سعی داریم هر کتاب تازه یا حتی قدیمی که معرفی نشده را معرفی کنیم و به علت کمی جا تنها می‌توانیم مختصری از مشخصات آنها را بنویسیم که معمول هم چنین است. اما اینکه چگونه و از کجا می‌توان تهیه کرد، این مشکل عمومی است. چرا که ناشران

کتابهای خود را به یک مرکز خاص ارائه نمی‌کنند و وقتی هم که با آنها تماس می‌گیریم می‌گویند از کتابفروشیها تهیه کنیم. در آرشیو ما کلیه مقالات مجلات و کتابهای داخلی و خارجی در دسترس را به صورت آرشیو نگهداری می‌کنیم و از آنها استفاده می‌شود و این شیوه هر مجله و نشریه تخصصی است. درخصوص مقاله تاریخچه اسکی شماره ۱۱ صفحه ۴۳ باید بگوییم مقاله به صورت خلاصه و تنها برای اطلاع عمومی است و در آن قصد توضیح و تفسیر بیشتر بوده است. از ارسال کپی مربوط به تاریخچه اسکی از کتاب راهنمای اسکی متشکریم و باید خاطر نشان سازیم که نویسنده مقاله آقای دکتر محسن محسنین همان نویسنده کتاب راهنمای اسکی هستند. موفق و سربلند باشید.

* طبیعت دوست گرامی آقای حیدر پاشا: متأسفانه مسئله آلودگی محیط کوهستانها چیز تازه‌ای نیست و به قول شما چراغ بی‌رویه دام در این مناطق زیانهای جبران‌ناپذیر دیگری نیز به چهره زخم‌خورده طبیعت وارد می‌کند. ما از مسئولان سازمان حفاظت محیط زیست استان تهران و سایر نهادهای ذی‌ربط درخواست می‌کنیم به مشکل سلامتی محیط زیست مناطق کوهستانی شمال تهران عنایت بیشتری نمایند. این مجله آماده همکاری فرهنگی درخصوص نشر اطلاعات و آگاهی دادن عمومی با سازمان محیط زیست است. شاد باشید.

* همنورد گرامی آقای مهدی مبارکی: از بذل عنایت شما در مورد مجله سپاسگزاریم. کمک به مجله همان اشتراک است. ما مبلغ پرداختی شما را به حساب اشتراک شما منظور کردیم و امیدواریم سایر خوانندگان هم با این شیوه به تداوم مجله کمک کنند. موفق و پیروز باشید.

* همنورد عزیز آقای رمضانعلی رشوند: نامه کامل شما با درس و مشخصات و خط خوش نمونه نظم و پاکیزگی یک کوهنورد خوب است،

به شما تبریک می‌گوییم. و اما در مورد بارگاه سوم دماوند باید بگوییم که متأسفانه این جانپناه کثیف‌ترین و آلوده‌ترین جانپناه کشور است که هر ساله پذیرای عده زیادی کوهنورد داخلی و خارجی است و متولی آن فدراسیون کوهنوردی است و ما نیز در شماره‌های گذشته اشاره کرده‌ایم. همچنین بسته بودن پناهگاه رینه بعد از فاجعه درگذشت مرحوم فرامرزیور موجب بروز مشکل است. از مسئولان فدراسیون کوهنوردی تقاضا می‌کنیم برای این دو مشکل بزرگ در مسیری برطرف‌دار که بسیاری از کوهنوردان داخلی و خارجی به آنجا سفر می‌کنند و در واقع سمبل کوههای کشور است فکر و چاره‌ای بکنند. امیدواریم چنین شود. شاد و سربلند باشید.

* همنورد گرامی آقای امان... بهینا: با عرض پوزش از اشتباه چاپ نامه شما در شماره ۱۲ مطلب شما نیز همانند مطلب نامه آقای رشوند است و همان مشکل همیشگی کثیفی بارگاه سوم دماوند و بی‌کسی پناهگاه رینه. ما آماده هرگونه همکاری فرهنگی با فدراسیون و مسئولان درخصوص مشکل آلودگی کوهستان هستیم و به شما پیشنهاد می‌کنیم طرحهای خود را برای فدراسیون نیز ارسال کنید. موفق باشید.

* دوستدار گرامی طبیعت آقای سیدعباس محمدی: ما هم چند مورد صعود موتورسواران را در مسیر تله‌کابین و کولکچال و دماوند دیده‌ایم این کار به آلودگی محیط کمک می‌کند و در روزهای جمعه و شلوغ علاوه بر ایجاد آلودگی صوتی و هوا خطر آفرین نیز است. در هر لحظه تصادف بین موتورسوار با کوهپیمایان امکان دارد و دوری از مراکز درمانی می‌تواند تصادف را به فاجعه تبدیل کند. ما از فدراسیون موتورسواری یا هر ارگان دیگری که در این گونه مسابقات مسئولیتی دارند درخواست می‌کنیم. در این مورد توضیح دهند و اگر از طرف گروهی آزاد است از مسئولین انتظامی



قابل توجه مشترکان:

به اطلاع آن دسته از خوانندگان که هزینه اشتراک را واريز کرده‌اند لیکن تاکنون مجله به دستشان نرسیده می‌رساند که طبق اطلاع بانک صادرات تعدادی از مشترکان مبلغ پرداختی آنها به حساب مجله واريز شده است ولی متأسفانه آدرس و سایر مشخصات آنها به دفتر مجله نرسیده لذا تقاضا می‌شود صاحبان اسامی در ذیل با دفتر مجله تماس بگیرند:

پور ویسی از خرم آباد، کاظمی از اهر، بهمن جعفری از اراک، رضا استحقاری از کرمانشاه، کتابون از کرج، کنعان پور از اردبیل، چگینی، توجیان از لنگرود، خزاغی از بهشهر، رضا از تبریز، علاء عیدی از دیواندره، کلان، سرداری، ارسلان بیگ، دانشکده ادبیات فارسی، اکبر جهاندار، امین - سیاوش - ایرج نظام‌آباد از تهران، احسان و سعادت جو از خرمشهر خزاغی از مشهد، بهرامی از سمنجان، زرشکی از تبریز، عبدالرضا جمشیدی از یاسوج، نیک از کرمان، بداغی از زاهدان. Δ

فاتحان برتر

صعود ارزشمند

شما عاشقان

طبیعت را بر بام

جهان تبریک

عرض می‌نمایم

حسین نظر

کلام صحیح در این فن بیشتر مطالعه و تعمق کنید. چرا که نقد همراه با کلام شیرین و احترام به دیگران مؤثرتر است. از اینکه به علت کمی حجم مجله نمی‌توانیم به نامه شما بیشتر بپردازیم پوزش می‌خواهیم و از عنایت شما سپاسگزاریم. موفق باشید.

با تشکر از تمامی عزیزانی که با ما در ارتباط هستند به ذکر نام سایر دوستانی که با ما در تماس بودند می‌پردازیم:

احمد گودرزی از شهرکرد - وحید اشرفی از تهران - ناصر رستمی از تهران - آرش رئیس‌ان از تهران - ناصر فتوگرافی از تهران - نعمت‌الله اخضری از همدان - حسین نظر از تهران - علیرضا جعفری بارانی از نقده - رجبعلی دورودیان (گاندی) از تهران - علی باباجانی از تهران - سلام اسماعیل سرخ از دیواندره - محمدعلی بهروری از تهران - کریم اسدآبادیان و بهروز یزدی از کرمانشاه - جعفر پاشازانوسی از تهران - محمدتقی هاشم‌زاده از تهران - جواد نظام‌دوست از مشهد - بهروز بیرنیا از تهران - بهرام نژادیان از شیراز - خسرو سریری از تهران - محمود مرتضوی از آلمان - صمد بهرور پیرنیا از تهران - ایرج صدیقی جاوید از تهران - ناصر ابوالحسنی از تهران - فرهاد مصور رحمانی از تهران - مهندس شهرام حلاج نیشابوری از تهران - سیدرسول پورفر از اصفهان - گروه کوهنوردی چکاد از اصفهان - گروه کوهنوردی جهان‌آرا از یزد - هیئت کوهنوردی از نیشابور - هیئت کوهنوردی از آمل - گروه کانون کوهنوردان از کرمانشاه - هیئت کوهنوردی از اصفهان - انجمن حفظ محیط کوهستان - اداره ورزش‌های همگانی از کرمانشاه - گروه کوهنوردی دانشگاه تبریز - گروه کوهنوردی نساجی غرب از کرمانشاه - گروه کوهنوردی آرش از شیراز - گروه کوهنوردی تهران - گروه کوهنوردی کارخانجات استاد از

شما و دلیند شما هستیم. شاد و سرخوش باشید.

* هم‌نورد گرامی آقای محمدرضا خلیلی قاضی: از علاقه شما در پیگیری ۱۲ شماره مجله کوه و کنکاش و دقت نظر شما سپاسگزاریم و برخی از آرای شما را که امکان داشته باشد و نظر نشریه به کار خواهیم گرفت. اما چند نکته مهم به نظر می‌رسد که به جا دیدیم برایتان عنوان کنیم. انتقاد برای چیست؟ آیا فکر نمی‌کنید انتقاد قدم اول سازندگی است. و این رسالتی است که بر دوش همه ما است. فرد فرد این جامعه وظیفه دارند به طور سازنده انتقاد کنند. جایگاه انتقاد همان تکلیف شرعی ما (امر به معروف و نهی از منکر) است اما در کنار این رسالت زبان گرم و رعایت حرمت و احترام و ادب به دیگران اصل اول انتقاد است. بی‌شک خود شما تصدیق می‌کنید تذکر و انتقاد دوستانه اثری بس شگفت در اصلاح امور دارد. ما هیچ گاه ادعا نکرده‌ایم نشریه‌ای بدون اشتباه چاپ کرده‌ایم و تصور نمی‌کنیم هیچ ناشری چنین ادعای داشته باشد؛ کما اینکه نامه چند صفحه‌ای شما که یقین داریم در نوشتن آن وسواس نیز به خرج داده‌اید بی‌اشتباه نیست. به ما حق بدهید که مجله‌ای با یکصد صفحه و زمان و فرصت کم برای جمع‌آوری مطالب و چاپ دچار چنین مشکلاتی باشد. البته تمام سعی خود را می‌کنیم که اشتباه ما در هر شماره کمتر شود. اشاره‌ای داشتید به نام بیشکسوتان که در صفحه اول چاپ می‌شود و نوشته‌اید اگر ذکر نام تعدادی افراد خوشنام می‌تواند به این مجله کمک کند می‌توانید این اسامی را بیشتر کنید. متأسفانه اگر قدری بیشتر دقت می‌داشتید مشاهده می‌کردید که هر یک از این بزرگان مقاله‌ای در مجله دارند که هم رشته آنها در آن مشخص شده و هم نام آنها در بالای مقاله درج شده است. به هر ترتیب می‌دانیم نوشته شما از روی علاقه و دلسوزی بوده و امیدواریم در زمینه نقد و بررسی و بکارگیری

تقاضا می‌کنیم با این افراد برخورد جدی کنید. مسابقات باید در پیست‌ها و زمان و مکان‌های خاص و بدون آلودگی و مزاحمت برای دیگران انجام شود. در انتظار پاسخ مسئولان هستیم. شاد و سربلند باشید.

* هم‌نورد گرامی آقای کیوان سلیمی: از عنایت شما به مجله کوه سپاسگزاریم و مطمئن باشید هدف ما ارتقاء فرهنگ کوهنوردی و بالا بردن کیفیت مجله است و سعی خواهیم کرد سختی‌ها را تحمل کنیم. ان‌شاء‌الله بتوانیم. موفق باشید.

* هم‌نورد عزیز آقای سیدمحمد کاظم شمس‌خو: صعود ملی اورست افتخاری برای همه ملت قهرمان ایران است. همان طور که نوشته‌اید از برنامه صعود فیلم تهیه شده و بی‌تردید این صعود که با بودجه ملی و کمک‌های مردمی صورت گرفته متعلق به مردم است و حتماً در آینده فدراسیون فیلم آن را برای عموم به نمایش خواهد گذاشت. مطمئن باشید که فدراسیون و دست‌اندرکاران این صعود از نقد و بررسی دوری نمی‌کنند. ما هم از متولیان این برنامه می‌خواهیم برای رفع این شبهه در بین علاقه‌مندان سریعتر نسبت به برگزاری جلسه‌ای برای نمایش و گفت و گو درباره صعود اورست به طور آزاد اقدام کنند. ان‌شاء‌الله به درخواست ما و علاقه‌مندان پاسخ سریع خواهند داد. پیروز باشید.

* هم‌نورد شوخ طبع آقای کیوان زادخوش: از اینکه مجله شما دچار مشکل صحافی بوده پوزش می‌طلبیم و ضمناً ما همیشه پذیرای شما هستیم. هر وقت دوست دارید می‌توانید به جمع دوستانه دفتر مجله تشریف بیاورید خوشحال خواهیم شد. شماره تلفن مجله به تازگی تغییر کرده است و احتمالاً مشکل شما در تماس هم به علت نداشتن شماره جدید بوده است (۲۷۱۲۸۱۶). با ما تماس بگیرید حتماً پذیرای شما خواهیم بود. در خاتمه از قلم طنزآمیز شما تشکر می‌کنیم. ما هم عضو گروه

زنجان به ماسوله

دوچرخه‌های کوهستانی

به مناسبت ۱۳ رجب و تولد اولین اختر تابناک آسمان امامت، حضرت علی (ع)، اردوی ۴ روزه تیم دوچرخه سواری کمیته دوچرخه‌های کوهستان فدراسیون کوهنوردی متشکل از ۱۰ نفر از مسیر زنجان به ماسوله برنامه‌ای فنی اجرا کردند. این اردو برای آمادگی هر چه بیشتر تیم دوچرخه‌های کوهستان برای برنامه‌های برون مرزی برنامه ریزی شده بود که با همکاری هیئت کوهنوردی استان زنجان و کمیته ملی المپیک برگزار شد. گروه ۴ نفره‌ای از تصویر برداران گروه ورزش شبکه دو سیما نیز برای تصویر برداری از این برنامه حضور داشتند که در آینده نزدیک این فیلم از شبکه ۲ سیما پخش خواهد شد.

آغار به کار کمیته ورزشهای هوایی

در تاریخ ۷۷/۸/۱۴ کمیته ورزشهای هوایی استان مازندران با حضور نماینده رهبری و امام جمعه شهرستان بهشهر، رئیس تربیت بدنی استان، نماینده استانداری و

تنی چند از شخصیت‌های استان مازندران و ۵۶ نفر از خلبانان و چتربازان استان تهران، خراسان، مازندران افتتاح و فعالیت خود را رسماً آغاز کرد. در این مراسم عملیات پرواز با پاراگلایدر، کایت موتوردار و پاراموتور اجرا شد. در ضمن در این مراسم حکم آقای مجید وکیل به سمت مسئول کمیته ورزشهای هوایی استان مازندران از طرف انجمن ورزشهای هوایی این فدراسیون به ایشان اعطا شد.

آزمون تیم ملی سنگنوردی

آزمون انتخابی اعضا تیم ملی سنگنوردی کشور جهت اعزام به هفتمین دوره مسابقات قهرمانی سنگنوردی آسیا که آذرماه سال جاری در چین تایپه برگزار می‌گردد انجام شد.

دوم و سوم آبان‌ماه نخستین آزمونهای سنگنوردی شامل آمادگی جسمانی، سنجش توانایی فنی و تخصصی در ورزشگاه شهید شیروودی برگزار شد. در این آزمونها برترین سنگنوردان کشور از استانهای مختلف شرکت داشتند که ۷ نفر به عنوان بهترین سنگنوردان برگزیده شدند تا در اولین دوره اردوی تیم ملی شرکت کنند.

آزمون تیم ملی کوهنوردی

در آبان‌ماه اولین مرحله از آزمونهای آمادگی جسمانی برای انتخاب اعضای تیم ملی کوهنوردی برای صعودهای بلند به منطقه هیمالایا در سال ۱۳۷۸ برگزار شد. این آزمونها در دو رشته آمادگی جسمانی و سنجش فنی تخصصی صعود از یخچال شمالی سلان صورت گرفت. ۲۸ نفر از سراسر کشور در این آزمونها شرکت داشتند. برترین کوهنوردان کشور طی گذراندن اردوهایی جهت انتخاب اعضای تیم ملی کوهنوردی برگزیده خواهند شد.

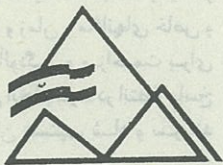
حضور ایران در اجلاس آسیایی

به منظور شرکت در اجلاس آسیایی سالیانه اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی آسیا که سال جاری در کشور مالزی برگزار گردید صادق آقاجانی رئیس فدراسیون کوهنوردی و همایون بختیاری دبیر کمیته روابط بین‌الملل به کشور مالزی عزیمت کردند. این اجلاس که سالیانه برگزار می‌شود به مسائل مختلف ورزش کوهنوردی در منطقه آسیا که قطب کوهنوردی جهان است و وسیعترین و مرتفع‌ترین قله جهان در آن قرار دارد می‌پردازد.

هشدار به کوهنوردان

با توجه به فرارسیدن فصل سرما به همه کوهپیمایان توصیه می‌شود هنگام عزیمت به کوهستان به موارد زیر توجه کنند.

۱. مسیر رفت و برگشت خود را قبلاً اعلام کنند.
۲. تنها به کوهستان نروند.
۳. از مسیرهای اصلی خ



نشوند.
۴. زمان و نیرهی لازم را برای بازگشت در نظر بگیرند.

۵. در مه و کولاک از صعود بپرهیزند.

۶. به تذکرات مأمورین امداد و نجات هیئتها توجه کنند.

۷. در صورت بروز هرگونه حادثه‌ای مراتب را به نیروی انتظامی محل اطلاع دهند.

در ضمن کوهنوردان عضو گروههای کوهنوردی حتماً برنامه‌هایشان را با هیئت کوهنوردی استان خود هماهنگ کنند.

دوچرخه‌های

کوهستانی بر بام تهران

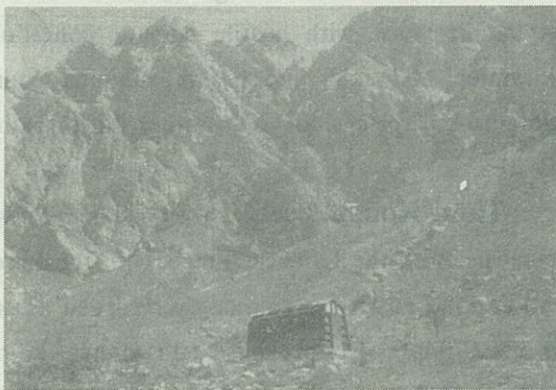
سه تن از دوچرخه‌سواران کوهستان فدراسیون با همکاری شرکت تله‌کابین توچال و خانه کوهنوردان تهران در یک تلاش هفت ساعته از مسیر دره درکه و پلنگ‌چال توانستند قله توچال به ارتفاع ۳۹۶۵ متر را با موفقیت فتح کنند. این صعود سرعتی و ورزشی به مناسبت هفته دفاع مقدس و گرامیداشت شهدای جنگ تحمیلی صورت گرفت. صعود کنندگان عبارت بودند از: امیر باقر، هومن ربیع‌زاده، محمد دهاقین. Δ

The Jebal Barez Area with peaks at 3741 meters, are another exceedingly picturesque locations in the Kerman province. Much of this area remains unexplored the fluctuating climatic conditions are a cause for the potential risks for any climber attempting this route.

The Kouh ban'an Area.

This mountainous range lies on the northern borders of the province, which is abundant with coal mines, fountain and springs.

The Shar Babak Area lies on the route between Tehran and Bandar Abbas. The Medvar peak was formerly assumed to be the highest peak in this area, however, fresh topographical surveys indicate that Pari peak to be the highest.



The caves of Kerman Province

This province does not possess a large number of caves, however, a few caves have been explored, which deserve

mention:

Torang Cave,

This is generally thought of as the largest cave, in which you will find trees and shrubbery. The route is rather demanding, requiring both a high degree of skills and technical equipment. Azure water spring as deep as 4 meters affords an excellent opportunity for the lovers of diving and swimming.



All in all this caves offers wealth of activities, which is must for all lovers of nature.

The Yakh nia cave, is located on the southern borders of the Jupar mountain, The spectacular feature which is the cause for amazement are the large boulders at the cave's entrance, which have been conveyed there by hand.

Once inside, the tile work immediately arrests ones attention. This cave can be used as a shelter.

The Shab pareh cave is located on the Khabar mountain range, the entrance is 40 meter high, with a width of 20 meters.

Guides are an indispensable asset for access to this cave. A "large well" which is now covered with stones and debris, is located in this cave. A group of British scientist had once extracted a number of matallic substances, from this cave.

All in all, The mountainous ranges and caves of this province affords a miltitude of sporting activities which could be the cause for the attraction of foreign tourists to these sites.Δ

KOUH

mountain sports

Iran/ Tehran

P. O. Box 19615/686



**English section: compiled and edited by:
Shapour Samsam**

THE KERMAN MOUNTAINS

by Rasoul Zandi

The Kerman Province, with a highly diverse geographic tapestry, is annually host to a large concentration of mountain enthusiasts and climbers.

It must be recorded that for those who have never been to the Kerman Province, contrary to the general belief, the Province's climatic conditions are generally unsettled; sand and desert storms are quite common.

Though the Alborz Touchal peak stands at 4000 meters, most other 4000 meter peaks lie in the Kerman Province, which possesses not only an exquisite landscape, but, also, a hostile climate. This region is also endowed with an abundance of natural resources which consist of coal, fertile terrain and wild life. The

mountainous ranges of Kerman offer a wealth of terrain for climbing rock, and cave adventure, and rowing; as well as, breath taking rivers and lakes.

This humble effort attempts to reveal and reflect a number of the dimensions of this province's natural scenery.

The highest peak on the "**Hezar**" ranges is actually the fourth highest peak in the country. Lush and green scenery on these ranges presents a beautiful and picturesque view.

The "**Sarmeshk**" peak which stands at 4048 meters is the second highest, in this range, honey producing bees, green and fertile terrain, a very agreeable environment and extensive forestry, are a number of added incentives for lovers of nature.

The "**Lalehzar**" range in the south of the Kerman Province, with hostile climatic conditions in the winter, and cold, and breezy summer, countless fountains and springs, are yet another gift of nature to this area.

The "**Koush**" peak at 4349 meter is the second peak on the Lalehzar range, with the Poresgh peak at 3580 meters, is commonly regarded as one of the most impressive peaks on this range, with the adjacent Fallah peak at 3638, which present a spectacular view during the winter months.

The Jupar Area

The peaks stand of 4135 meters and there are very few climbers who are not acquainted with the name of this area. Half of the year the peaks are clothed in snow. A complete ascent of these peaks surely must rank as the most technically demanding routes in Iran.

The **Bahr Assman** area, with peaks at 3886 meters, is one of the most hostile areas in the Kerman Province; there are also a number of virgin routes, in this area.

PAYAR



- ۱- مدل نور دیگا دو زبانه محافظ برف و باران در زمستان و شن و ماسه در تابستان
- ۲- مدل همان واگ آلمان ساق بلند همراه با آبگیر کناره زبانه
- ۳- مدل کاسینگر اتریش
- ۴- مدل آلپ
- ۵- مدل ترکیگ مخصوص راهپیمایی و کوهپیمایی



کفش دوپوش چرمی مدل آسولو ایتالیا
پوش داخلی چسبی (بدون بند) با لایه ایفای ویسکوز
مقاوم در برابر سرما
سرعت پوشیدن در زمستان
ساق قابل تحرک برای آسودگی پا جهت فرود



کفش پایار

اولین و تنها تولید کننده کفش دو پوش در ایران
تولید کننده انواع کفشهای کوهنوردی و ورزشی
فروشنده کلیه لوازم کوهنوردی و کمپینگ

تهران - خیابان ولی عصر - بین میدان منیریه و
خیابان امام خمینی - مقابل خیابان مهدیه - پلاک ۱۲۶۹
تلفن: فروشگاه ۶۴۹۵۳۵۰ - کارگاه ۶۴۰۴۷۱۲

Shandiz

Sunscreen Cream



RAM GRAPHICS

کرم ضد آفتاب شانديز

برای جلوگیری از اثرات زیان آور اشعه ماورابنفش آفتاب در پوست

مطابق با استانداردهای اروپایی



UVA-UVB-IR 

تهیه شده در لابراتوار ویدا - تهران، تلفن دفتر مرکزی: ۹۲۴۵۴۲