

اخلاق در کوهنوردی

بزرگترین و خطرناک ترین دشمن یک کوهنورد غرور و تکبر است.

گرد آورنده: لیلا طاهری کندر

پاییز 96

باشگاه کوهنوردی رد پا

در کوهنوردی، در این مسیر سخت و پیچ پیچ، انسان هایی با ما همراه هستند، گروهی از ما پیشی می گیرند و گروهی بی تفاوت از کنار ما می گذرند...

هرکس به سوپی و هدفی ...هیچ سکونی جایز نیست و هیچ تعللی بخشودنی نیست. در این سفر فقط آن هایی که رفیق شفیق یکدیگرند شانه به شانه یکدیگر به سوی هدفی والا پیش می روند آن ها پیرو اخلاق کوهنوردی این راه را می پیمایند.

در جایی نوشته بود:

کوه پیمایی و کوهنوردی به هر حال نوعی ورزش به حساب می آیند. حتیکوه پیمایی در دامنه ها و مناطق نه چندان بلند نیز اثر فرحبخش و نشاط انگیز خود را بر تن و جان ما می گذارد.

- ▶ کوه پیمایی از بهترین ورزش ها و تفریح هاست که به خاطر تحرک در هوای آزاد و پاک ، بیشترین تاثیر را در باز سازی بدن دارد.
- ▶ کوهنوردی هم با وسایل ویژه و آمادگی جسمی و روحی و برنامه ریزی و دانش خاص خودش اجرا می شود. رسیدن به قله ها علاوه بر آمادگی تن و روان ، مستلزم جهت شناسی و نقشه خوانی، هواشناسی، بهمن شناسی، آشنایی با تغذیه و امداد کوهستان و... است. اما بیش از این ها نیازمند سازماندهی و مدیریت و فوت و فن هدایت گروه است.
- ▶ اما این ورزش نسبت به ورزش های دیگر تفاوت هایی دارد و اصول اخلاقی خاص خود، که مهم ترین آن ها:

- ▶ رفاقت به جای رقابت
- ▶ دور بودن از چشم مردم، از انتقاد و تشویق آن ها
- ▶ هیچ وقت در پایان کوهنوردی دست یکی را بالا و دیگری را پایین نمی برند. بنابر این جایی برای خود نمایی نمی ماند.
- ▶ در این ورزش کسی پای دیگری را قلم نمی کند، تنه نمی زند و جلو نمی زند.
- ▶ اینجا بدون داور و سوت و زنگ ،هیچکس خطا نمی کند و همه به یکدیگر خدا قوت می گویند و همراه یکدیگرند.
- ▶ بدون هیچ دیدار و آشنایی قبلی همه با هم رفیق اند و سر سفره یکدیگر می نشینند.
- ▶ کمک به در راه ماندگان و سرما زدگان ،اصل پذیرفته شده است.
- ▶ به کسی که هیچ گاه او را ندیده ای و شاید در آینده هم هیچ گاه او را نبینی کمک می کنی چرا که کوه چنین ایجاب می کند

- ▶ احترام و بزرگداشت پیشکسوتان در تمامی رشته های ورزشی از جمله کوهنوردی از اصول مسلم اخلاقی است و تمامی کوهنوردان ملزم به رعایت آن هستند.
- ▶ کوهنورد واقعی کوه را میدان مسابقه نمی داند و با او به ستیز بر نمی خیزد بلکه آن را چون دوستی بی نهایت مهربان می بیند که سفره نعمات خود را بی دریغ در برابر همه انسان ها گشوده است.
- ▶ آنگاه که بر فراز قله ها می ایستید غرور ضعف را از درون خود دور کنید و از خداوند همه کوه های عالم که رخصت نیل به چنین لحظه ای را به شما ارزانی داشته سپاسگزار باشیم.
- ▶ اگر به جای نوشیدن یک جرعه آب طبق قراره گروهی که با کمبود آب مواجه است دو جرعه یا بیشتر نوشیدی مطمئن باشید در زمره کوهنوردان واقعی قرار ندارید.

- ▶ بعد از اتمام برنامه و رسیدن به منزل تمام اعمال خود را مرور کنیم و بدون تعارف به تجزیه و تحلیل خود پردازیم و نقاط قوت و ضعف خود را بسنجیم این عمل بعد از مدتی ما را کوهنورد کامل تری و مصمم تر در نیل به اهداف خواهد ساخت
- ▶ سکوت و آرامش شب کوه و پناهگاه را با صحبت و فریاد بر هم نزنیم شاید در نزدیکی شما کوهنوردان دیگری نیز باشند که به امید صعود روز بعد زود هنگام به خواب رفته باشند.
- ▶ در کوه هرگز کسی برتری و الویتی در شان و مقام نسبت به دیگران ندارد و تنها میزان برخورداری از اخلاق و منش والای کوهنوردی است که افراد را ممتاز و قابل تقدیر می سازد.
- ▶ صعود به قله و فتح بلندیها تنها یکی از اهداف کوهنوردی است و همه آن نیست مبادا که در این راه دچار لغزش و اشتباه شوید و سایر اهداف ارزنده کوهنوردی را به فراموشی بسپاریم.

- ▶ بسیاری کوهنوردانی که صعود های بزرگ را به خاطر کمک به دیگران و نجات سایر کوهنوردان رها کرده اند و سر افراز از آزمایش دشوار بیرون آمده اند توجه به این مسایل نشان درک عمیق و بنیادی از ورزش والای کوهنوردی است
- ▶ گروهی معتقدند که در کوه خداوند را بهتر درک کرده اند این نظریه شاید به دلیل درک نقاط ضعف و آسیب پذیری زیاد انسان و مقایسه پیکر فانی و ضعیف ما در برابر عظمت و ستبری کوهها است که زمینه ساز نگرش نو به ماهیت بشری است.
- ▶ برترین کوهنوردان بدون شک همان هایی هستند که به درجات بالایی از استواری گذشت و توان و ایثار دست یافته اند و موفقیت خود را جدای از موفقیت و سلامت دیگران نمی دانند.

▶ در شدائد و سختی هاست که در بوته آزمایش قرار می گیریم و صفات ارزنده ای چون فداکاری و ایثار معنی پیدا می کنند. در کوهنوردی به سبب شکل و نوع خاص ورزشی که انجام می دهیم، به دفعات در این آزمایش نا خواسته محک خواهیم خورد، پس با تقویت خصایل انسانی و والا سعی کنیم در این گذر سرافراز و پیروز باشیم.

▶ از مهم ترین انگیزه های دوستداران طبیعت کوهستان، بهره گیری از سکوت و آرامش بی نظیر کوه است. انسان در دامان طبیعت کوه، راه عبور از تلاطم درون و چیره شدن بر نا آرامی های روحی و جسمی را می یابد. سکوت و آرامش کوهستان نقطه عطفی در اعطای شانس تفکری دقیق تر درباره خود و جهان پیرامون است که شاید بتوان از آن به عنوان برگ زرین دفتر کوه نوردی یاد کرد. درک صحیح و استفاده بهنجار از این موهبت بزرگ، نشانهدشناخت و تلقی صحیح ما از طبیعت و بشر خواهد بود.

▶ به یاد داشته باشیم که در کوه نوردی بر خلاف بسیاری ورزش ها، تنها عشق و علاقه بیکران به طبیعت و کوهستان است که آدمی را به بلندای کوه ها و قله ها می کشاند و در انتها نیز نه مدالی هست ، نه جام پیروزی و نه عنوان و تبلیغی. پس پاس بداریم این همه خلوص و زیبایی را دوست بداریم کوهستان با صفا را.

▶ در کوهنوردی همراهان یکدیگر را فریب نمی دهند، منتظر نمی گذارند، پشت پا نمی زنند، تقلب نمی کنند و همه پایبند اصول اخلاقی به سوی یک قله پیش می روند.

▶ تمامی کوه نوردان دنیا از هر نژاد ، رنگ و مذهبی برای محیط کوهستان احترام و ارزشی منحصر بفرد و خاص قائل هستند و این همسانی ارزشمند در سراسر گیتی بدون تردید ناشی از فضای بی نظیر و روحانی حاکم بر کوه هاست.

شاید از نظر کسانی که عادت دارند زیبایی برف را از پشت شیشه و از کنار بخاری تماشا کنند، کوهنوردی نوعی دیوانگی است، آخر برای چه کسی این همه راه برود، بار به دوش بکشد، با دستان کرخ شده و تن سرما زده ساعت ها درون چادر یا جانپناه ، بلرزد، بی خوابی و کوفتگی را تحمل کند، سرانجام خسته و تشنه و گرسنه خود را به بالای کوه برساند و به پایین بر گردد.!!!!

کسی که هیچ گاه لذت رسیدن به قله را نچشیده ، کسی که تن به طبیعت نسپرده و با آن انس و الفت پیدا نکرده، حق دارد چنین بیاندیشد. حتی ممکن است این افراد به خیال زرنگی به سایر کوهنوردان آسیب جسمی یا روانی بزنند. کوهنوردی مثل جریان آب، زلال و جاری است و از کنار صخره ها و موانع گذشتن است، بدون ستیز و گل آلود شدن. صعود به قله ها و فتح بلندی های کوهستان تنها یکی از اهداف کوه نوردی است.

جورج مالوری کوهنورد پر آوازه انگلیسی و از پیشکسوتان صعود اورست در پاسخ به این پرسش که چرا به کوه م رود ، پاسخ داده بود: چون قله آن بالا است .

هدف از صعود های ما صرفاً فقط یک صعود نیست و ما در پی معشوق ، قله های عشق را در می نوردیم ما به غیر از یک صعود به دنبال ارزش های والای انسانی هستیم ما قصد با هم بودن را داریم و می خواهیم یاد بگیریم که چطور یک سیب کوچک را با عشق بین تمام دوستان تقسیم کنیم ما قصد نداریم پس از صعود یک قله دست به صعود قله منیت بزنیم و یک قله دیگر به نام «من» را فتح کنیم. بحث اخلاق در کوهنوردی مقوله ای تفکیک ناپذیر از این ورزش است و بر ماست که با فراست و دقت لازم اصول اخلاقی آن را فرا گرفته ، در تمامی شئون فعالیت هایمان از آن بهره ببریم و آن ها را به کار بندیم.

منابع: ▶

- ▶ وب سایت رسمی مدیریت تربیت بدنی دانشگاه فردوسی مشهد
- ▶ سایت سلوچ مرجع تخصصی کوهنوردی و طبیعت گردی
- ▶ وب سایت باشگاه کوهنوردی کاسپین قزوین
- ▶ فصل نامه کوه سال بیستم زمستان 93 صفحه 96 برگی از تاریخ کوه نوردی کشور
- ▶ کتاب درود بر خودم بر اساس اصول جک کنفیلد تالیف و ترجمه :جلال طحان