

پاییز امسال تاریخ ساز می شود

گفت و گو با دکتر «حسامی فرد» که پاییز امسال با صعود به چهار دهمین قله ۸ هزار متری جهان به عنوان اولین بانوی کوهنورد ایرانی نامش در باشگاه ۸ هزار تایی ها جاودانه خواهد شد

مجید حسین زاده | روزنامه نگار



کوهنوردی، تنها فتح قله ها نیست؛ فتح خود است. هر صعود، داستانی است از غلبه بر ترس ها، از ایستادگی در برابر ناملا یمات و از رسیدن به نقطه ای که پیشتر، دست نیافتنی به نظر می رسید. صعود بانوان به قله های مرتفع، تنها یک دستاورد ورزشی نیست؛ بلکه نمادی است از قدرت اراده و استقامت خانم ها در تمام عرصه های زندگی. آن ها با هر صعود، نه تنها خود را، بلکه تمام جامعه را به سوی قله های رفیع تر امید و پیشرفت رهنمون می کنند. دکتر افسانه حسامی فرد، بانوی کوهنورد ایرانی، با صعود موفقیت آمیز به قله «کانچن چونگا»، سیزدهمین قله بالای ۸ هزار متر خود را فتح کرد و تنها یک گام تا ثبت نام خود به عنوان اولین زن ایرانی در باشگاه ۸ هزار متری های جهان فاصله دارد. این دستاورد بزرگ، نشان دهنده توانایی و اراده بالای زنان ایرانی در عرصه های ورزشی است و می تواند الهام بخش بسیاری از جوانان برای پیگیری روپاهای خود باشد. اولین زن ایرانی فاتح قله K2 و چهارمین زن کوهنورد ایرانی است که موفق به فتح اورست شده است. اکنون همه منتظرند تا ببینند حسامی فرد چه زمانی قله آخر را فتح و نام خود را برای همیشه در تاریخ ثبت می کند. پیش از این، تنها عظیم چیچی ساز، کوهنورد مرد ایرانی، موفق به صعود به تمامی ۱۴ قله بالای ۸ هزار متر شده بود.



کوهنوردی برای خانواده ام نگران کننده بود

از دکتر حسامی فرد درباره نظر خانواده اش برای فعالیت در این رشته ورزشی می پرسم که می گوید: «رشته کوهنوردی که از نوجوانی به آن علاقه مند شدم، برای خانواده ام عجیب نه اما انگار نگران کننده بود که به عنوان یک خانم من صعودهای خارج استانی بروم، شب خواب بروم در کوه ها و... این موضوع مقداری چالش برانگیز بود برایشان. کمی دغدغه داشتند. اوایلش مقداری حتی گارد در برابر این که مثلاً می خواستم بروم نقتان در استان سیستان و بلوچستان داشتند که سه روز بروم و برگردم. یعنی قبول کردن این موضوع برایشان خیلی راحت نبود. آن موقع به هیئت کوهنوردی خراسان بزرگ پیوستم و یک گروهی داشت که مخصوص بانوان بود. پیوستن به این گروه بانوان و همراهی این گروه برای خانواده احساس امنیت ذهنی ایجاد کرد که توانستم راحت تر به قله هایی که می خواستم بروم.»

در بچگی بالای یک تپه بلند

گیر کردم!

برای شروع از او می خواهم که اولین خاطره اش را درباره کوهنوردی در کودکی برای ما تعریف کند که می گوید: «این که بخوام به یک روز خاص اشاره کنم، واقعا نمی توانم؛ چون در کودکی با خانواده پدرم و مادرم به روستاهای سبزو از زیاده رفت و آمد داشتیم. اصلا این ارتباط با طبیعت از بچگی با من بوده اما آن چه شما به عنوان یک خاطره از من می خواهید، یک سیزده بدر بود که یک تپه تقریباً بلند دور و بر جایی بود که ما ننشسته بودیم. ما پچه ها همه دوست داشتیم از آن بالا برویم و من رفتم بالا. آن بالا هم خیلی سخت بود برای یک بچه کم سن و سال مثل من. رفتم بالا و اتفاقاً گیر کردم و مدام در تنش و اضطراب بودم و با خودم می گفتم تنها کسی که به آن بالا آمده من هستم، حالا که گیر کردم باید چه کار بکنم و... در نهایت پدرم آمد و کمکم کرد و برگشتم پایین. اما این یک خاطره ای است که از کوه و آن حس رقابت و حس بالا رفتن از همان بچگی در ذهنم مانده است.»

از بسکتبال تا پینگ پنگ

و سوارکاری

دکتر «حسامی فرد» درباره این که از نوجوانی به ورزش های مختلف علاقه داشته است، می گوید: «در آمادگی جسمانی با این که قدم بلند نبود اما همیشه در کوردهای مدرسه را راجا به جامی کردم. در دو سرعت و استقامت، باریکس و... معمولاً نفر اول بودم. بیشتر از همه پینگ پنگ بازی می کردم و سطح من در حد مسابقات و مدال آوری بود. ورزش های توپی مثل بسکتبال و والیبال هم بازی می کردم. شش، سوارکاری و تیراندازی را هم تجربه کردم و همچنین بدنمنتون و تنیس. تقریباً می توانم بگویم به غیر از ورزش های زمی، خیلی از رشته های ورزشی را تجربه کردم تا این که گیر کوهنوردی افتادم و بعد از آن در کوهنوردی به عنوان یک رشته تخصصی ماندم.»

اولین کوهنوردی تخصصی ام

به شیرباد بود

«من ورودی ۷۵ دانشگاه علوم پزشکی مشهد هستم و سال ۷۶ طبیعت گردی تخصصی را شروع کردم. اولین کوه بلندی که رفتم، شیرباد بود. قبل از آن قله های اطراف مشهد مثل تپه چمن را رفته بودم اما اولین ارتفاع بلندی که رفتم، همان سال ۷۶ تا ۷۷ بود که شیرباد رفتم. تقریباً می توانم بگویم از ۷۶ تا ۸۴ که طرح پزشکی ام را شروع کردم، خیلی از قله ها را چه داخل استان و چه خارج از استان رفتم. ۴ هزار متری، ۵ هزار متری و... سال ۸۵ که طرح پزشکی ام را شروع کردم یک مقداری فاصله افتاد از کوهنوردی جدی. تا این که سال ۹۱ دوباره باز شروع کردم و این دفعه دیگر خیلی جدی بودم؛ یعنی تصمیم داشتم که صعودهای چالشی تری را انجام بدهم. البته فکر نمی کردم به ۸ هزاری ها به این سرعت برسم منتها مثلاً داخل ایران چهار جبهه دماوند را رفتم، بعدش صعودهای انفرادی مختلف را تجربه کردم، به خصوص صعودهای زمستانی را. بعد مرغیگری رفتم و شروع کردم به تدریس رشته پزشکی کوهستان برای فدراسیون و بعدش هم صعودهای برون مرزی ام شروع شد.»



اولین صعودم از ۸ هزار تایی ها خورده به کرونا

از این بانوی کوهنورد ایرانی می پرسم که ماجرای صعود به ۱۳ قله از ۱۴ قله ۸ هزار متری جهان از کجا شروع شد که می گوید: «یک پروژه خیلی بزرگ جهانی در کوهنوردی تعریف شده به نام باشگاه ۸ هزاری ها. باشگاه ۸ هزاری ها یک باشگاه مجازی است که افرادی که ۱۴ قله بالای ۸ هزار متری دنیا را بتوانند صعود کنند، وارد این باشگاه می شوند و تا امروز هیچ خانمی از ایران به این باشگاه ملحق نشده است. این پروژه ای که من الان دارم اجرایش می کنم، شروع اش برمی گردد به بهار ۱۴۰۰ که تصمیم گرفتم به یک قله ۸ هزار متری صعود کنم. ۷ هزاری رفته بودم، ۶ هزاری هم رفته بودم قبلش و ذهنم متوجه این بود که یک تجربه ۸ هزاری هم داشته باشم. مقداری تحقیق کردم، تصمیم گرفتم بروم قله گاشر بروم ۲ در کشور پاکستان. همه کارهایم را کردم و مجوزها و روادید پاکستان را گرفتم که یکهو آن موقع کرونا ی دلتا در پاکستان شایع شد و دقیقاً قبل از این که بروم، مرزها را محدود کردند و بستند و برنامه های کوهنوردی را تعطیل کردند. بنابراین برنامه من هم لغو شد. فکر کردم که چه کار کنم؛ متوجه شدم که او اخر شهریور تا مهر همان سال، یک فصل صعود ۸ هزار تایی ها در نپال شروع می شود. این بود که برنامه بعدی من شد نپال و اولین صعود ۸ هزاری من قله ماناسلو هشتمین قله بلند دنیا در نپال در پاییز ۱۴۰۰ اتفاق افتاد و وقتی برگشتم ذهنم دیگر متوجه همان فضا و شرایط و دنیای ۸ هزار متری ها شد.»



فقط یک شرکت خصوصی حمایت کرد

از او می پرسم که هزینه بقیه صعودها را چطور جور کرده است که می گوید: «صعود به اورست تمام شد و من برگشتم به بیس کمپ. همان طور که گفتم، قبل از این که این صعود شکل بگیرد من به جاهای مختلف یا ایمیل می زدم یا مثلاً اگر شماره داشتم در خواست می دادم، رزومه می فرستادم که برای اسپانسرینگ حمایت کنند. وقتی داشتم می رفتم سمت بیس کمپ اورست، پیامی از کسی که آذر ماه به او پیام در خواست برای اسپانسرینگ داده بودم، آمد که با من کاری داشتید؟ گفتم که من برای اسپانسرینگ به شما پیام داده بودم اما الان با هزینه شخصی دارم می روم اورست و خیلی ممنون و دیگر باهاتون کاری ندارم. پاسخ ایشان دقیقاً این جمله بود که از الان فکر کنید، اسپانسر دارید. همین یک جمله کوتاه. از اورست برگشتم و دیدم که ایشان برای من پیام تبریک فرستادند بابت صعود اورست و نوشتند که می خواهید شما را ببینیم.

ZENDEGI-SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

چهارشنبه ۲۱ خرداد ۱۴۰۴

۱۵ ذی الحجه ۱۴۴۶ • ۱۱ زون ۲۰۲۵

شماره ۲۱۷۹۰

۳۰۰۹

کانچن چونگا سخت ترین صعودم بود

از او که به قله های زیادی در کشور های مختلف صعود کرده است، می پرسم که پرچالش ترین شان کدام بوده که می گوید: «تا قبل از همین یک ماه پیش، برای من صعود قله نانگا پار بات در کشور پاکستان پرچالش ترین بود و همیشه فکر می کردم نانگا پار بات سخت ترین است تا این که چونگا را رفتم. یک صعود سخت و فنی و طولانی و در یک شرایط آب و هوایی خاص و سرد که از نظر روانی هم بار زیادی برای من داشت. وقتی رسیدیم به آن جا، گفتند که فقط و فقط در عرض ۲۴ ساعت، اگر توانستید صعود کنید و گر نه باید برگردید. قبول کردیم. به کمپ رسیدیم و گفتند که هوا خراب است و برگردید! یک گروه شش نفره بودیم و نشستیم با هم صحبت کردیم و گفتیم که اگر برگردیم دیگر صعود را از دست خواهیم داد. این بود که تصمیم گرفتیم که تلاش کنیم حالا با موفق یا ناموفق. در نهایت تصمیم گرفتیم صعود کنیم و رقتیم بالا و خدارا شکر صعودمان انجام شد و همه مان توانستیم صعود کنیم و برگشتیم.»

آن بالا وارد منطقه مرگ می شویم

از این بانوی کوهنورد ایرانی در آستانه تاریخ سازی، می پرسم لحظه ای بوده که در صعودهایش مرگ را به چشم ببیند که می گوید: «به این جمله شما نرسیدم که تمامم، دیگر بر نمی گردم و... واقعا به این جا هیچ وقت نرسیدم اما جاهایی بوده که واقعا چالش داشتم یعنی احساس خطر کردم. با خودم گفتم اگر سر بخورم، رفتم پایین و تمام. در کی ۲ چنین حسی را داشتم که اگر راه بشوم دیگر تمام و حتی نمی توانم جنازه ام را از پایین کوه جمع کنند. این تقابل با خطر را همیشه داشتم. اصلا از یک قسمتی به بالا در قله ها تقریباً از ۷ هزار متر به بالا، می گویند منطقه مرگ. شما وارد منطقه مرگ می شوید. آن جا جسد می بینید، آدم هایی می بینید که قبلاً قصه شان را شنیدید که این جا چه بلایی سرشان آمده و شما هم در همان منطقه هستید. هیچ کدام از این قله های ۸ هزاری بدون این حس نیست.»



امیدوارم پاییز امسال تاریخ ساز شوم

از این کوهنورد می پرسم که یک قله مانده و آن کدام است و به نظر تان چه زمانی به آن صعود خواهید کرد که می گوید: «قله چوآیو. از این ۱۴ تا قله ۸ هزار متری در جهان، هفت تادر کشور نپال است، ۵ تا در پاکستان و دوتا هم در چین که این دوتا ی چین همیشه چالش برانگیز است. از نظر مجوز دادن سخت می گیرند، از نظر ویزا دادن سخت می گیرند و اصلاً کلا قوانین شان مقداری سختگیرانه است. امسال پاییز شنیدم که برای چوآیو مجوز صعود دادند و امیدوارم بتوانم صعود کنم.»

کوهنوردی یک ترایی است

شما هم پزشک هستید و هم کوهنورد. آیا کوهنوردی را توصیه می کنید؟ دکتر حسامی فرد این طور پاسخ می دهد: «کوهنوردی فقط یک ورزش ساده نیست یعنی فقط یک ورزش جسمی نیست، یک ترایی است. در واقع توانمندسازی مواجهه با مشکلات است، آرام سازی جسم و روح و تن. به نظر من می تواند هم از نظر جسمی برای بالا بردن قدرت قلبی و ریوی و سلامت مهم باشد و هم بعد روانی اش می تواند خیلی کمک کننده باشد در زندگی های پر تنش و پر چالش امروزی ما.»

