

یک روز واقعی



محمد جواد فاطمی

شصت و چهار سال دارم و بنابراین طبق آخرین تقسیم بندی، سالمند جوان محسوب می شوم.
می دانم حداقل سه چهارم عمرم گذشته و ماکزیمم یک چهارم آن باقیمانده است.
پس زمان زیادی ندارم.

هر روز از روز پیش مشتاقتر هستم که بیشتر و بهتر ببینم، بشنوم، لمس کنم، ببویم، مزه کنم، خلق کنم، بیاموزم، یاد بدهم و زندگی کنم.
جستجویی به دنبال روزهای واقعی، جبرانی برای زمان های های از دست رفته!!!

اما روز واقعی چیست؟

بحث مفصلی می طلبد

ولی به نظر من سه اصل دارد: سعی کن سالم بمانی (مواظب جسم، ذهن و روان و روح خود باش)، شاد و راضی باش، از لحظه لحظه زندگی لذت ببر، تا می توانی برای دیگران هم شادی خلق کن

ای نور چشم من سخنی هست گوش کن چو ساغرت پر است بنوشان و نوش کن

کوهنورد آماتور هستم ولی کوهنوردی را خیلی دوست دارم. برای جسم و ذهن و روح مفید است.
قله های دماوند، علم کوه، سبلان، هزار، لاله زار، خلنو، پاشوره، ابرت، خاتون بارگاه، توچال و کوه هایی با ارتفاع کمتر را فتح کرده ام و لذت برده ام.
اغلب نقاط ایران را دیده ام و به بیش از چهل کشور جهان سفر کرده ام.

اخیرا تجربه جدیدی داشتم، می خواهم شما را هم در لذت آن شریک کنم



پنجشنبه 31 اردیبهشت ماه 1405 ساعت چهار صبح همراه با دوست عزیز، صبور و مهربان، محمد، (کوهنورد و طبیعت گرد حرفه ای) از طریق جاده هراز راهی روستای ناندرل شدیم. برای رسیدن به این روستا بعد از گزنک و بایجان و عبور از تونل های 9 و 8 از سمت چپ خارج می شوید. حدود 15 کیلومتر از یک جاده زیبا و پر پیچ و خم ولی نه خطرناک می گذرید و از چند روستای دیگر از جمله دلادشت، حاجی دلا، میانده می گذرید. روستای کورف Korf در همین منطقه است که می گویند آرش از آنجا تیر خود را پرتاب کرده است که قاعدتا از پرتاب از قله کوه منطقی تر است.

آخرین روستا ناندرل است که در ارتفاع 2300 متری از سطح دریاست و در شمال شرقی دماوند قرار می گیرد و به آن بام ایران می گویند.

کوهنوردانی که می خواهند از جبهه شمالی یا شمال شرقی قله را فتح کنند آخرین اتراق آنها در روستای ناندرل است.

برای اطلاعات بیشتر می توانید به لینک های زیر مراجعه کنید:
Nandal

<https://share.google/l4KWOUwQKLFNHO8xm>

ناندل - ویکی‌پدیا، دانشنامهٔ آزاد

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%86%D8%A7%D9%86%D8%AF%D9%84>

روستای ییلاقی ناندل

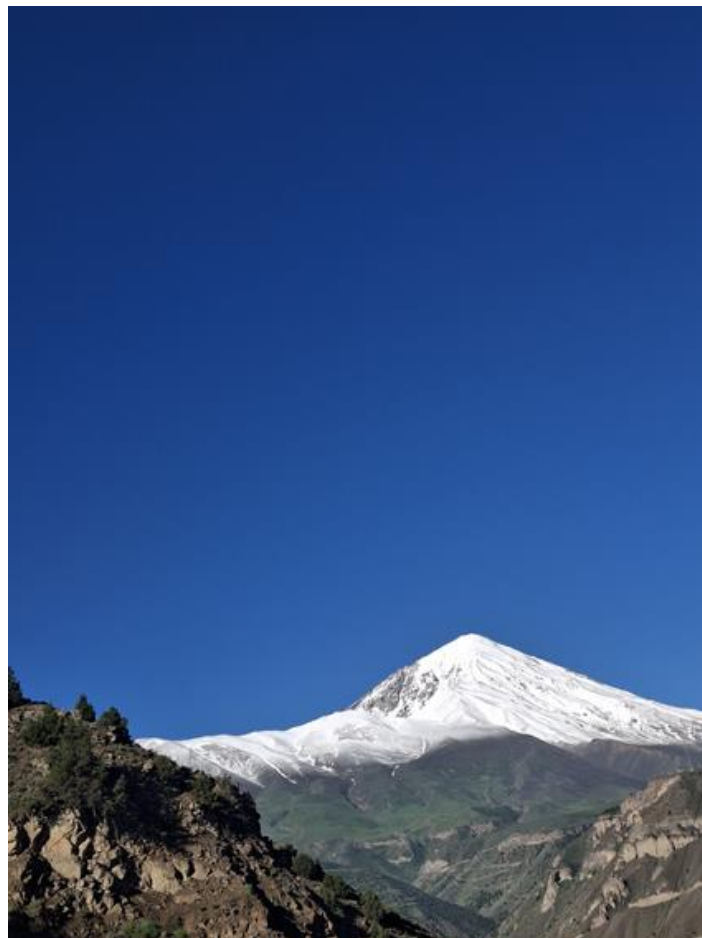
<https://safarmarket.com/blog/attractions/iran/amol/nandel-village>

هشت و نیم صبح آنجا بودیم، بسیار زیبا بود، خصوصا امسال که بارش های خوبی داشته ایم

در این فصل صعود به دماوند از این دو جبهه بسیار مشکل و کوهنورد متبحر، فنی و ورزیده می خواهد که قاعدتا من نیستم
هدف ما دریاچه خشکه هسل بود که در ارتفاع 3400 متری قرار دارد

صبحانه را در طبیعت ناندل خوردیم و ساعت نه و نیم حرکت کردیم، 12 و نیم دریاچه بودیم، ناهار را آنجا خوردیم و ساعت پنج کنار ماشین بودیم، شب را در ناندل در خانه کوهنورد ماندیم و فردا به تهران برگشتیم.

از همان ابتدای ورود به جاده ناندل کوه دماوند در طرف چپ یا روبروی شما قرار می گیرد

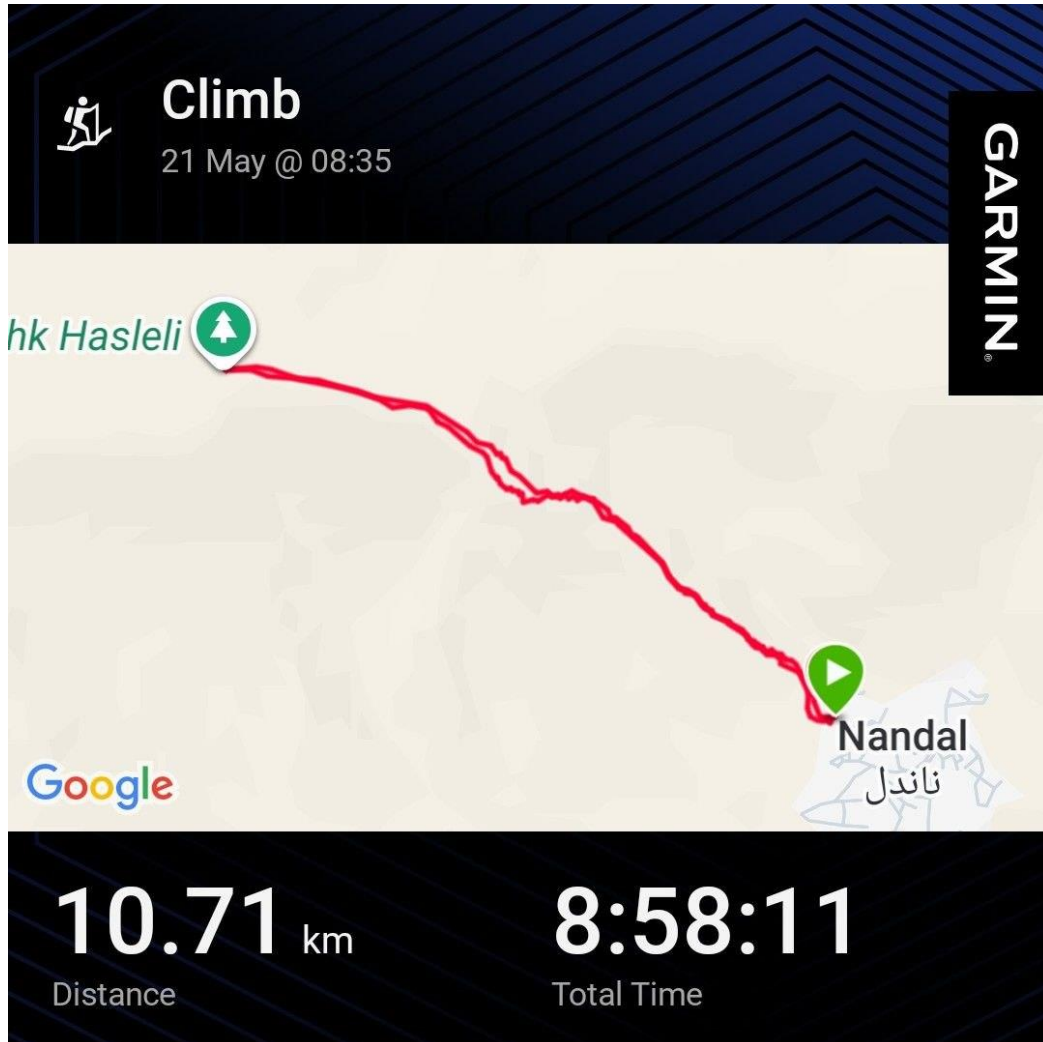




شروع حرکت
به طرف
دریاچه



اطلاعات برنامه



چه اتفاقاتی افتاد؟ چی دیدم؟ چی شنیدم؟ چی فهمیدم؟





من. منطقه جدیدی از
ایران شگفت انگیز را
دیدم

در جاده ای زیبا
رانندگی کردم

صبحانه را با صدای
پرندگان و منظره
دماوند، دیو سپید پای
در بند، از جبهه شمالی
خوردم

دشتی پر از گل‌های زیبای زنبق دیدم



بوته های زیبای گون را دیدم
و فهمیدم علاوه بر من،
زنبورها و پروانه ها هم
عاشق این زیبارویان بنفش
هستند.





فهمیدم همنشینی زنبق و
دماوند چه شکوهی دارد

آویشن چیدم





با گیاه زرین گل آشنا
شدم و او را بویدم و
چه بوی مست کننده ای
داشت.
یک برگ آن برای یک
قوری بس است.

آینه ای دیدم که هر صبح
دماوند در آن خود را به
تماشا می نشست





ابرهایی را دیدم که صف
بسته بودند تا به نوبت
زیباترین قله ایران را در
آغوش بگیرند

گوسفندانی را دیدم که باران
و علف رامی فهمیدند و
بزغاله و بره هایی من را به
وجد آوردند که هنگام شیر
خوردن دم یا دنبه خود را با
هیجان تکان می دادند



چوپانهایی از نسل شریپاهای نیال دیدم که بدون کفش کوه و تجهیزات آنچنانی به نرمی و به سرعت از کوه ها بالا می رفتند که
بهترین کوهنوردان هم کم می آوردند
آجیل خود را با آنها تقسیم کردیم



در کنار دریاچه نهار خوردیم و
باقیمانده نان خویش را به سگی
که آنجا بود دادیم. به پاس این
اندک مهربانی و چند بیسکویت
در مسیر، شش کیلومتر با ما
آمد، به تمام سگ های مسیر
گفت ما دوست او هستیم،
نگذاشت سگ های گله به ما
نزدیک شوند، کنار ماشین ماند
تا ما راه افتادیم و مسافتی را
هم ما را بدرقه کرد. هنوز
دلتنگ نگاه مهربانش هستم.



A landscape photograph showing a vast mountainous region. In the foreground, there are green hills covered with numerous small, vibrant purple flowers. The middle ground shows rolling green hills. In the background, a large, rugged mountain range is visible, with some peaks covered in snow. The sky is blue with scattered white clouds. Overlaid on the lower part of the image is a block of Persian text in white with a black outline.

با صدای گوسفندان و مرغ ها و خروس و جوجه و قاطر و الاغ خوابیدم و بیدار شدم
صدای زیبای کبک ها را شنیدم و پریدن و راه رفتن آنها را دیدم
پرواز زیبای دو پرنده شکاری، یک عقاب و یک شاهین را در آسمان آبی نظاره کردم
سارها و پرستوهایی را دیدم که فریاد زنان دور ما چرخیدند و من فهمیدم داریم از کنار لانه های آنها می
گذریم و احتیاط بیشتری کردم
از چشمه گوارای روستا ناندل آب آشامیدم
سوسک های فضله چرخان یا به قول کرمانی ها گاکلون هایی را دیدم که سخت مشغول فعالیت بودند

از هم‌نوردم اطلاعات زیادی در مورد منطقه، پوشش گیاهی، مسیر صعود از این جبهه، مشکلات آن و پناهگاه‌ها در جبهه شمال شرقی و شمال آموختم



و فهمیدم مزه هندوانه و طالبی به این بستگی دارد که آن را کجا و با چه کسی بخوری



قدم های آخر بود که به این همه شادی در یک روز فکر کردم
بیست و سه دلیل داشتم که شاد باشم
برای خودم عجیب بود



خدا را شکر کردم



هزاران شکر به خداوند بدهکار هستم
برای همه شادی هایی که به آنها بی توجه بوده ام
شاید چون پا به سن گذاشته ام این احساس را دارم

همیشه به ما گفته اند شادی از درون ما می جوشد
کاملا درست است
شادی در نحوه نگاه ما به بیرون است

خیام را خیلی دوست دارم، تمام تاکیدش این است قدر زمان حال و هر لحظه را بدان، تنها چیزی است که واقعا داریم

این قافله عمر عجب می گذرد، دریاب دمی که با طرب می گذرد،
ساقی غم فردای حریفان چه خوری، پیش آر پیاله را که شب می گذرد

اخیرا دیدم نازنین زاغری از سال های به سر بردن در زندان سخن گفته است و از اینکه آزادی در تکتک چیزهای کوچک زندگی ما نهفته است؛ این که بتوانیم زیر نور خورشید قدم بزنیم یا ماه کامل را ببینیم.

محمود دولت آبادی می گوید:
آنجا یک قهوه خانه بود، اما ننشستیم به نوشیدن دوتا استکان چای، چرا؟
دنیا خراب می شد اگر دقایقی آنجا می نشستیم و نفری یک استکان چای می خوردیم؟
عجله
همیشه عجله

کدام گوری می خواستم بروم؟
من به بهانه رسیدن به زندگی، همیشه زندگی را کشته ام

می خواهم کرد دیگر زندگی را نکشم

سعی خواهم کرد هر روزم مملو از این شگفتی
ها و تجربه ها باشد.

می دانم نمی شود، هم خودمان نمی توانیم هم
دیگران نمی گذارند

اما باید تلاشمان را بکنیم
باید تلاشم را بکنم

وقت زیادی برای رفتن، دیدن، شنیدن،
بوییدن، لمس کردن ندارم

زود دیر می شود

محمد جواد فاطمی شانزده خرداد 1405

