

# الطريق إلى إفرست

دليل الرحالة والمغامرون

خالد الغامدي



تمت رقمنة هذا الكتاب ضمن برنامج النشر الرقمي

Digital  
Publishing  
Program  
برنامج  
النشر  
الرقمي



هيئة الأدب والنشر والترجمة  
Literature, Publishing & Translation Commission

الطريق الى افرست  
حساباتي في وسائل التواصل الإجتماعي

إهداء

لمن استجرت بسقف الكون من جور هواها، فغشاني دون  
إفرست ظلالها



## تمهيد

لديك أصدقاء وأحباء كثيرون خالطتهم حتى لونها حياتك ورسموا طرقاتك، ولكنك في زحمة الحياة نسيت أقربهم إليك وظلمتها سنوات تترا. نعم لقد نسيت أن تتعرف على ذاتك التي رافقتك منذ الطفولة والوحيدة التي لن تخذلك أبداً. فلم لا تدنو منها وتتعرف عليها عن قرب، وتسالها عما تراكم لديها من أسرار خلال سنين حياتك التي مضت، كي تُسر بها إليك قبل فوات الأوان. خذ بيدها وسافر برفقتها لأماكن قصية ومجهولة من العالم حيث السكون والهدوء والتأمل، وأعدك بأنك ستجد ضالتك فيها وستكسب أجمل الأصدقاء وأقرب الأخلاء.

إن كان يروق لك ذلك، فأليك إذاً تفاصيل رحلة بحث عن الذات وسط جبال الهيمالايا والتي كانت غايتي منها الوصول لسفح إفرست، لكنني وصلت لحقائق لا تقل شموخاً عن القمة ذاتها قبل وأثناء وبعد الرحلة. ففي التجهيز لها اكتشفت ما كنت عنه غافلاً لسنوات، وأثناء الرحلة أعدت اكتشاف أشياء كثيرة أولها عظمة الخالق ورحمته بنا أن أسبغ علينا نعم لا ندركها، وكذلك تعرفت على نفسي أكثر من أي وقت مضى، وقارنتها مع زملائي الرحالة الذين استفدت منهم أيما فائدة، وسأفصل كل ذلك في طيات هذا الكتاب.

رحلة التغيير تلك استغرقت جزءاً من نهاية شهر يوليه حتى منتصف أغسطس 2016 م، كنا خلالها نتسلق ونسير مع تباشير كل صباح حتى يحين الأصيل، وكلما صعدنا جبلاً شاهقاً لساعات وساعات، ظهر لنا جبلاً آخر يعانق الشفق علواً. وعندما يحل المساء كنا نخلد للنوم من النصب كالأطفال في انتظار الشروق، ليبدأ يوماً جديداً وقصة عشق أخرى تخالج معها خطواتنا الخيلاء وتترنم بخير الجداول الرقراقة، وتطرب أسماعنا بصوت الأجراس المعلقة برقاب عجول الياك، والتي يتردد صداها في أرجاء وادي سحيق نسير في غياهبه. وعند التنوءات الصخرية بمحاذاة رؤوسنا، تتعطر أنفاسنا بعبق زهور وردية وفيروزية تتشكل كأقواس المطر، وتتدلى كإكيليل بانخ يزين غابات أشجار الصنوبر والبلوط، والكستناء. أما أجسادنا المنهكة، فتتسلل إليها لسعة برد تسري قشعريرة صيف لم نعهدها يوماً ما في هذا الفصل من العام.

وفي خضم هذه اللوحة الإلهية الأقرب للسيرالية، نتأمل تزامم القمم نحو الأفق وتدرج ألوانها المكسوة بالثلوج والأخرى اليانعة الخضرة، يحجبها الضباب تارة، ثم يتركها سافرة تارة أخرى. لترتسم أمامي آية من آيات الله في خلقه وأتذكر قوله سبحانه وتعالى بقوله، "أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٍ" {سورة فاطر، الآية ٢٧} .

ففي وسط تلك الصورة الحالمة، سيعمل حتماً السحر عمله ويتسلل نحو عقلك الباطني ليعود بك نحو طفولتك عندما كان عقلك خالياً من الهموم في أول يوم دراسي في حياتك، وأنت صغير تسير للمدرسة، نحو المجهول وحياة مبهمة لك، وسيوقظ فيك المكان والزمان تداعيات رحلتك الأولى في الحياة عندما استقلت بها عن والديك في الطريق إلى أن ترسم حياتك بألوانك.

هذا ماهو إلا استهلالاً لحالة التجلي التي ستغشاك عندما تبدأ متعة الترحال، وستفاجأ مهما كنت في حياتك وقوراً، بأن تصدر منك أفعال عفوية وطفولية مشاغبة وأنت تلهو وسط الجداول وتحت زخات المطر، أو تقفز بين الصخور وتتعلق بفروع الشجر. ولن أستطرد هنا في سرد الحديث، ولمن أراد المزيد فليجرب بنفسه ولا يستشر أحداً سوى ذاته.

كما ستجد في هذا الكتاب البسيط خبرتي المتواضعة في الرحلة، والأهم منها هو المعلومات الضرورية التي ستساعد من ينوي القيام بمثلها، أو من يعلم، فقد تهيئ لأحدكم الخطوة الأولى ليصبح رحالاً محترفاً والإرتحال أسلوب حياة له، وما أروعها من حياة.

## رحلة التغيير

حزمة من الأسباب دفعتني لكي أختار اسلوباً جديداً لحياتي لأصبح رحالاً ولو بعد حين، أهمها أنه كانت تكمن في داخلي منذ الصغر نزعة التجوال في الحل والترحال. فكلما سافرنا أو أقمنا في بقعة من بلاد الله، لم أكن أرنو للجلوس المطول والخلود للدعة، لكني كنت أفضل الخروج والمشى دون هدى، ودون أن أشعر، أطرق دوماً الأماكن غير المطروقة. وفي سنوات لاحقة، خططت لأكثر من مرة رحلة إقليمية ودولية سيراً على الأقدام أو بركوب الدراجة وبحثت عن داعمين مقابل الترويج لحملة ما. ولسذاجتي كنت في البداية متحفظاً في طرحها خوفاً من سرقة الأفكار "الخلاقة" التي أتيت بها على طبق من ذهب للراعي المحتمل. غير أنني تفاجأت في كل مرة بنظرات الشفقة وكأن مُنصتي يردد في ذاته "متى ينفذ هذا المعتوه عني لأتفت لعملي". بيد أنني سرعان ما أدركت أنني كنت كمن يؤذن في مالطا، وأني بالأساس لست بحاجة لدعم أية جهة، وكم كنت محظوظاً عندما اكتشفت أنه هذه الرحلات أقل كلفة من الرحلات السياحية التي أقوم بها دوماً، فقد كنت أنا من أضعت وقتي مع الرعاية الوهميين. فرحلة التغيير هذه تخصك وحدك أنت، وستغيرك للأفضل حتماً، ودع عنك العالم المضطرب يغير نفسه بنفسه، فلست مسؤولاً بعد اليوم عن أحد سوى ذاتك، فإن أصلح كل ذاته، صلح الكون كله.

## تحديات صغيرة

في البداية كلما أخبرت أحداً أو استشرته عن خطة مغامرتي الجديدة كنت أواجه بتسفيه الفكرة وأنها ضرب من الأحلام الوردية، لكن عندما ظهر للجميع جديتي من الخطوات التي أتخذتها، انتقلت لمرحلة النصح من جل المحيطين بي بعدم التهور والإقدام على إلقاء نفسي في التهلكة. أما المرحلة الموجهة، فهي تهكم الكثير من المحيطين بي بأني شاطح العقل، حتى أصبحت أتحاشى مقابلة الأصدقاء أو الأقارب الذين كانت لديهم فكرة عن المغامرة وكأنني مدان يخشى نظرة المجتمع له. وفي ليلة الرحلة صرحت باستيائي من ردود الأفعال المحبطة من خلال حسابي الشخصي في سناب شات، لآتفاجاً بردود أفعال ايجابية من الأكثرية الصامتة التي بدأت بإرسال طوفان من الرسائل المشجعة والتي تدعو لي بالتوفيق برحلة شيقة، وأنها تنتظر تفاصيل الرحلة بشوق. أسعدتني تلك الردود الإيجابية لأقصى مدى وكان لها مفعول سحري للمضي قدماً وبزهو وفخر بدلاً من حالة التردد التي راودتني. وتأكد لي حينها أن المعارضة لدينا دوماً هي صاحبة الصوت العالي، أما المؤيدون لكل جميل، وهم الكثرة، فيبقى لسوء الحظ صوتهم منخفضاً على الدوام.

## أدب الرحلات والرحالة

بدأ أدب الرحلات منذ وجد الإنسان على البسيطة، بل يقال أنه عندما نزل آدم عليه السلام وأما حواء من الجنة، نزل آدم أول مرة فوق سفح إفرست، بينما نزلت أمنا حواء في مدينة جدة، ويدعى أن قبرها موجود في مقبرة "حواء" هنالك، وقد تعارفا لاحقاً في جبل عرفات، وقص كل منهما للآخر ما مر به وشاهده من غرائب الكون الجديد كلياً عليهما. واستمر أدب الرحلات ينقل شفهيًا ولم يدون إلا بحلول القرن السادس الميلادي من قبل الرحالة والراهب البوذي الصيني "تشن يي"، الذي نقل مناقب الحضارة الهندية للعالم وساهم في إثراء الجغرافيا والتاريخ والعلوم الإجتماعية بكتاباتة التي استقاها من الحقائق والمشاهدات الحية بأم عينيه. بيد أن أدب الرحلات إزدهر بشكل جلي عند حلول القرن السادس عشر الميلادي نظراً لتطور آلات السفر وعدة التدوين، بما في ذلك نشوء أسباب دينية وإحتياجات حضارية، أو الأخرى التي تفرضها الأسواق في البحث عن منافذ بيع جديدة والحصول على مواد أولية. وقد نشط أدب الرحلات بداية على أيدي الجغرافيين والمستكشفين أكثر من كونهم رحالة فقط. لكن أدب الرحلات للرحلات ذاتها، وهو الضرب من الرحلات الذي يعيننا الآن، لم يبدأ إلا مع بزوغ القرن الماضي، وهو يعد صناعة جديدة ما زالت بكرةً محتشمة خلف أسوار من وهم الانشغال بالدنيا.

لكن لأن الأمل مثل الهوى طبعه غلاب، فشعاع الرحلات وجد طريقه من خلال ثقب الأبواب الموصدة ليصل لكثير من البشر، ونحن كشعوب عربية وخليجية لسنا إستثناء. بل أن الرحالة الفرادى والآخرين الذين أصبحوا إحترافيين ويشكلون مجموعات وينتمون لمؤسسات في انتشار مبشر، حيث أنهم يقومون بالترويج لنهجم بطرق تجعل المرء مدمناً على التجربة من أول مرة.

وإن تطرقنا بعجالة لأهم الرحالة العرب الغابرين، فلا بد من ذكر ابن بطوطة أولاً، والذي إرتحل من المغرب للمشرق وألف كتاباً قيماً أسماه "تحفة النظار في غرائب الأمصار وعجائب الأسفار"، ترجم لكل اللغات ويعد مرجعاً لأدب الرحلات.

ومن أجمل أدب الرحلات العربية تغريبة بني هلال، وهي إحدى السير الشعبية العربية التي تنطرق لهجرة بني هلال القبيلة المضرية التي هاجرت من أواسط نجد إلى الشام ثم صعيد مصر وباقي دول المغرب العربي، وقيل في مناقب تغريبتهم وتجوالمهم وبطولاتهم نحو مليون بيت من الشعر وقصص رواها الحكواتية في مقاهي الشام وميادين شمال أفريقيا وصوالين مصر.



ويبقى من أروع كتب الرحلات ما دونه بن جبير الأندلسي، وكان آنذاك شيخاً كبيراً، أراد أن يسري عن نفسه فقدانه لزوجته، فسافر من الأندلس لبلدان الشرق، لكنه لم يعد أبداً لداره. فقد فتن عندما شد الرحال بغموض الشرق وقصص الشعوب التي مكث بينهم، حيث تنقل قرابة عشر سنوات بين الحجاز والشام ومصر، وعاصر حقبة الغزو الصليبي وتمكّن صلاح الدين من استرجاع القدس.

أما قصص الخيال في أدب الرحلات، فقد قدمت مشوقة لأقصى مدى من خلال الشخصية الأسطورية للسندباد البحري، وهو رحالة من وحي شخصيات ألف ليلة وليلة، وبحاراً مغامراً قدم من بغداد عاصمة الخلافة العباسية وزار حينها جل سواحل أفريقيا وجنوب آسيا، ليثري لاحقاً الأدب العربي والعالمي بقصصه عن الأماكن المسحورة التي زارها وصراعه مع الوحوش والجبابرة في بقاع الكون التي لم تكن معروفة حينئذ.

## كن رحالاً ولا تكن سائحاً المرة القادمة

الفرق كبير من أن تكون رحالاً عن كونك سائحاً، فالسائح هو من يسافر ليتمتع بأماكن الجذب السياحي المعروفة وأماكن الاستجمام ويتعامل ببطاقة الإئتمان والنقد لتحقيق كل رغباته في السفر المحددين المكان والزمان. بينما الرحالة هو من يسافر ليختلط بثقافات تلك الشعوب وسكانها بدون تحديد للوقت وارتباط بحجوزات الطيران المجدولة، فطالما وجد مكان مناسب للنوم والغذاء اللذين يسدان الرمق، استمر في نشاطه حتى أنه قد يتغرب لسنوات في مكان ما وقد ينسى ذاته ويشعر بالانتماء للمكان الذي قصده.

ومن أهم الفروق أن السائح يعيش حياة واحدة يكررها في مدن مختلفة، بينما الرحالة يعيش أكثر من حياة وسط ثقافات متناقضة. وغني عن القول أن سفرة واحدة لمدة أسبوعين لسائح من الطبقة المتوسطة، تكفي تغريبة رحال لمدة سنة كاملة يرى فيها ما لن يراه السائح طوال عمره. والسائح دوماً يسلك طريقاً مستقيماً، أما الرحال فيسير في الأزقة الخلفية والدروب الضيقة بين الجبال وينام في العراء أو بالمجان، والسائح ينام في فندق وثير يشبه كثيراً حجراً منزله.



## كن في الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل

لكن ماذا لو كنت طالباً أو موظفاً مسؤولاً عن أسرة فكيف بك أن تصبح رحالاً دون المساس بمستقبلك أو مستقبل من حولك. الأمر بسيط جداً، فيمكنك كطالب استغلال الإجازة الصيفية الطويلة لذلك، وحتما ستغير الكثير من نظرتك للحياة وأنت في مقتبل العمر، وستساعدك لاحقاً في دراستك، لأنك ستعرف كم حبك الله من نعم كنت غافلاً عنها لأنك لن تشعر بها وأنت مغمور بروتين يومي منذ خلقت. أما إن كنت موظفاً تعول أسرة وتسافر معها كل سنة لجهة ما، فيمكن للأسرة أن تعذر أن تقسم هذه المرة الإجازة بينكما بالتساوي وتحول أحد رحلاتك السنوية لتختبر مدى ملائمتها لك وذلك بجمع بعض المعلومات من مواقع الرحالة المعروفين ومقارنة الأنسب لك، ومن ثم ترتب السفر عن طريق الشبكة العنكبوتية وليس بواسطة الشركات التي تطلب أضعاف مضاعفة دون وجه حق. وإن راقت لك التجربة يمكنك تكرارها، ويمكنك حينئذ أن تقرر في أن تصبح رحالة محترفاً، خاصة عندما تتمكن من التعرف على كيفية كسب لقمة العيش في البلدان التي ستزورها مقابل خدمات تمتلكها وتمكنك من العيش لفترات قد تستمر لسنوات من الترحال. وأذكر أن حدثني أحد الرحالة العرب المشهورين، أنه كان يوماً من الأيام في أسبانيا وقد نفذ ما لديه من مال، فقصد جامع قرطبة الذي بناه الأمويين في الأندلس، ليس لمد يده لجني المال، بل فكر بطريقة خلاقة وأحضر عدته المناسبة ووضع عنوان بلغات عدة قال فيه "أكتب اسمك باللغة العربية". فتزاحم عليه السواح لكتابة اسمائهم على ألواح مزخرفة، فأصبح يكسب أكثر من 100 دولار كل ليلة، حتى تمكن من جمع المبلغ الذي يحتاجه وغادر إلى وجهة أخرى سائحاً في بلاد الله. وعادة ما يكتسب المرء صفات نبيلة من الترحال والامتزاج بشعوب مختلفة، ومن أهمها أن يصبح الرحال نبيل الأخلاق فارس في مواقفه، يؤمن بأن الإنسانية تجمع البشر بروابط جميلة، وعينه دوماً عين الرضا، عن كل عيب كليل. كما أنه في كل الأحوال وتحت كل الظروف متفائلاً مبتسماً متأملاً في كل جميل يحيط به، ومحافظاً على البيئة بشكل عملي، ويحترم التحديات التي تقابله والأماكن التي يسافر إليها باجلالها دون تقديس.

## الهمالايا

حسب مكتبة الكونجرس يعرف أي مرتفع يصل إلى 152 متراً فوق سطح البحر بأنه سهل، وأية نقطة يزيد إرتفاعها إلى 270 متراً تسمى تلاً، أما التي ترتفع فوق 305 أمتار فهي جبلاً. لكن هذه الإرتفاعات المتواضعة لا تشكل شيئاً عند سلسلة جبال الهمالايا العظيمة، فالسلسلة تمتد لأكثر من 2400 كم طولاً ويتراوح عرضها بين 250 إلى 300 كم. ويذكر الجيولوجيين بأنها تكونت نتيجة اصطدام صفيحة شبه القارة الهندية أثناء زحفها بالقارة الآسيوية، مما أدى لإرتفاع الجبال الشاهقة، لينتج عن ذلك بروز إرتفاعات فوق مستوى البحر ولتصل عدد القمم الكبرى فيها إلى أربعة عشر قمة، جميعها أعلى من 8000 متر، تعلوها قمة إفرست بإرتفاع 8848 متراً. ولا زالت القارة تزحف نحو الشمال بمقدار خمسة سم سنوياً، كما ترتفع قمة إفرست بنحو ثلاث مليمترات. وتتمر السلسلة عبر ست دول هي الهند والصين وأفغانستان وبوتان والنيبال وباكستان، غير أن قمة إفرست تقع بين حدود دولتي النيبال والصين، ولا يمكن الوصول إليها إلا عن طريق إحدى هاتين الدولتين.

في الهمالايا يختلف الطقس وتتنوع الحياة الفطرية والنباتية فيها حسب ارتفاعها، ففي المنحدرات تنمو أشجار التين والمانجو وجميع أنواع الحمضيات والفواكة الآسيوية والإستوائية والنخيل وأشجار البلوط والكستناء والشاي والأرز والقمح والذرة والدخن والخيزران. أما في المرتفعات فتظهر الغابات الصنوبرية وأرز الهمالايا والبطاطس والورقيات.



كما توجد العديد من الحيوانات في أعالي الجبال، أهمها الماعز الجبلي والياك Yak "عجل التبت"، وحيوانات مفترسة مثل الذئب والدببة والنمور وفهد الثلوج. وتتحدث الأساطير

التراثية عن وجود وحش الثلج في المرتفعات القصوى والذي يسمى Yeti.

و متوسط درجة الحرارة في الصيف في التلال الجنوبية حوالي 30 درجة مئوية،  
والشمالية بمعدل عشرين، وتنخفض للصفر عند الليل، بينما تكون دوماً دون الصفر في  
القمم المكسوة بالثلوج وتصل في الشتاء عند القمة لنحو 50 تحت الصفر.

## سفح إفرست-قمة إفرست



سفح إفرست يقصد به المنطقة المحيطة بالقمة على إرتفاع يتراوح بين 5400 إلى 6200 متر فوق سطح الأرض وصعودها يحتاج نحو مسيرة ثلاثة عشر يوماً، ويمكن الحصول على التصريح اللازم لذلك خلال أشهر الصيف مع بداية شهر يونيو حتى نهاية سبتمبر، ولا يمكن صعود القمة في هذا الوقت لخطر حدوث الإنهيارات الجليدية والثلجية التي تقعان باستمرار أثناء الصيف. بل أننا عندما إقتربنا من السفح كنا نري كل نصف ساعة تقريباً إنهاءً ثلجياً أو جبلياً يسبقه صوت شبيه بدوي الرعد، ويقال أن سيئي الحظ ممن كانوا ضحايااً للإنهيار الثلجي هم بين أمرين، الموت بسبب الصدمة العصبية من شدة صوت الإنهيار، أو الطمر تحت طبقات الثلج والموت البطيء خلال أربعين دقيقة مع الشعور بكل لحظات التجمد وفقدان الإحساس بالأطراف.

أما صعود القمة فيكون مع بداية شهر أكتوبر حتى نهاية شهر مايو، وأفضل وقت هو فصل الخريف، بعد إنتهاء الأمطار الموسمية أو عند بداية الربيع. ومن المهم تحاشي شهري ديسمبر ويناير نظراً لشدة البرودة وخطورة العواصف الشتوية والرياح العاتية. كما يتطلب صعود القمة لنحو شهرين من التدريب والتأقلم إنطلاقاً من السفح.

وقمة إفرست عمرها 60 مليون سنة، وقد اكتشفها أول مرة عام 1847م، السيد "جورج إفرست"، المساح في شركة الهند الشرقية التي كانت تستعمر الهند نيابة عن بريطانيا،

والذي أطلق عليها في بداية الأمر اسم "القمة رقم ثمانية"، حسب ترتيبها بين القمم الأخرى، لكن لاحقاً تم تغيير اسم القمة لتحمل اسمه تكريماً لمجهداته وعرفاناً بإنجازاته.

وبما أن رحلتي كانت لدولة النيبال، فسأحصر الحديث عن هيمالايا النيبال فقط، لذلك لا بد من الحديث عن سكان تلك المنطقة والذين يعدون عصب الحياة فيها ومقوم من مقومات رحلات صعود قمة إفرست.

## تاريخ صعود القمة

بدأت محاولات صعود القمة في عشرينيات القرن الماضي من المتسلقين الذين رغبوا في صعود إفرست، لكن لم يتحقق لها النجاح رغم استمرار الحملات الفردية والحكومية وخاصة البريطانية منها. حيث أوقعت الظروف الجوية القاسية أول الضحايا، كان من بينهم جورج مالوري وأندرو إيرفين في عام 1924م، ولا يعرف على وجه اليقين إن كانا قد وصلا إلى القمة أم لا.

فخلال رحلة الاستكشاف البريطانية في العام 1924م، لجبل إفرست، اختفيا عند ارتفاع 8000 متر أثناء محاولتهما للصعود الأولى. وكان مصيريهما النهائي غير معروف لمدة 75 عاماً، حتى تم إكتشاف جثتيهما في 1 مايو 1999م، من قبل الحملة التي شرعت في البحث عن رفات المتسلقين.



لكن، في العام 1950م، رخصت النيبال للمغامرين والمتسلقين إمكانية الوصول إلى القمة من الجهة الجنوبية التي تقع ضمن حدودها، مما سمح بانطلاق المغامرات منذ ذلك الوقت. وبعد ثلاث سنوات، تمكن النيوزلندي، السير آدموند هيلاري وتنزينج نورجاي "من قبائل الشيربا" من الوصول لقمة إفرست.



لحد الآن يقدر عدد الذين حاولوا تسلق الجبل حوالي 14.000 متسلق منذ عام [1922م](#)، نجح أكثر من 4000 فقط في الوصول إلى القمة، وقد توفي نحو 282 متسلق (169 من الغربيين و 113 الشيربا)، وبترت أطراف أكثر من 70، وتصل نسبة النجاح في الصعود لنحو 28%، والوفيات بمعدل 9%.

## سكان الهمالايا

تعيش قبائل الشيربا في مرتفعات الهمالايا، وهم قبائل بوزية نزحت منذ خمسمائة سنة من هضبة التبت في الصين إلى هذه المنطقة الوعرة للتقرب من أوثانهم التي يقدسونها، وهم ويؤمنون بأن القمة هي آلهة الجبال، لذلك كلما إقترب القاطن منها عُد ناسكاً زاهداً. ومعنى الشيربا هو الشرقيون، لأنهم سكنوا في المنطقة الشرقية من سلسلة الجبال. وقد تكيفت أجسادهم مع الزمن مع اختلال الضغط الجوي في الإرتفاعات الجبيلة الشاهقة التي تقل فيها نسبة الأوكسجين، وهم قبائل مسالمة طيبة ومتسامحة لدرجة لا يمكن وصفها إلا بتجربتها.

وعلى الرغم من طبيبتهم، إلا أن المرء لا بد من أن يحرص على معاملتهم بشكل لائق لأنهم يستحقون ذلك، ولأمر آخر مهم جداً، ففي مراحل متقدمة من الرحلة ستجد بعد حفظ الرحمن، أن حياتك قد تكون رهناً لتدخلهم ومساعدتهم نظراً لخبرتهم التي اكتسبوها مع الزمن في التعامل مع مشاكل الرحالة التي تهدد الحياة في كثير من المواقف. فطوال الرحلة وأثناء صعود المرتفعات ترى قائد الرحلة من الشيربا ينظر نحوك في كل لحظة ليتفحص حالتك البدنية والذهنية وطريقة تنفسك ومقدرتك على مواصلة التسلق. بل أنه قد يمر عليك بالليل في مهجعك ليتأكد من أنك تنام نوماً طبيعياً ولم تصب بأمراض المرتفعات.

وستمر حتماً على قراهم وتسكن معهم وتأكل من طعامهم وسيقومون بحمل أمتعتك التي تصل وزنها أكثر من 70 كغم طوال الرحلة، وكذلك حمايتك والعمل كأدلاء وطهي الزاد وتقديمه لك أثناء الإستراحة. ولن تجد الشيربا يبدأ بالأكل قبل أن تنهي طعامك، ولا يستريح حتى يأتيك بالزاد والماء والشاي وكل ما يتوفر لديه، وهم يذكرونني بعادة تلاشت لدينا عندما كنا صغاراً ونحن نقف على رؤوس الضيوف بالماء "نمسك الطاسة" حتى ينتهوا من تناول وجبتهم لنسبqهم بعدها نحو المغاسل لفتح صنبير الماء ومن ثم تقديم المناشف وتعطيهم.

ومن الطرائف أن الشيربا يسمون أبناءهم بأسماء الأيام التي ولدوا فيها ولو حفظتها قبل أن تقوم بالمغامرة، لكان ذلك عوناً لك في تذكر اسمائهم عندما تقابلهم:

السبت	Pemba
الأحد	Nyima
الاثنين	Dawa
الثلاثاء	Mingma
الأربعاء	Lhakpa
الخميس	Phurba



## بيوت الشاي

طوال رحلتك بدءاً من مطار لوكلا، ستسكن عندما يحل المساء في مساكن بسيطة تقطنها شعوب الشيربا تسمى "بيوت الشاي Tea Houses"، وحكايتها بأنها كانت يوماً ما بيوتاً عادية لسكان يعيشون حياتهم منذ خمسمائة عام في الهيمالايا. لكن عندما بدأ الغربيون في ممارسة صعود القمة كانوا يمرون تلك البيوت فيتناولون الشاي والقهوة ثم يكملون المسير أو يبيتون بجوارها داخل خيامهم. ومع تطور الحاجة، تحولت تلك البيوت العائلية لئزل يتوفر فيها بجانب القهوة السكن والزاد وكذلك الاستحمام، وشحن الأجهزة وما إلى ذلك، لكن بقي الاسم كما هو "بيوت الشاي". وعادة يتكون النزل من بهو منيف في المدخل يتوسطها مدفأة تعمل على الحطب وروث عجل الياك أو نشارة الأخشاب، وركن يبيع مواد البقالة، ونافذة صغيرة لتقديم الزاد مباشرة من المطبخ. كما يتخلل النزل ردهات تتوسطها حجرات صغيرة عادة ما تكون مزدوجة وتكون دورة المياه فيها مشتركة. أما الإستحمام فإنه يكلف نحو أربعة دولارات، ويمكن الإستحمام فقط في أول ثلاث محطات، وقد يبقى المرء دون استحمام لفترة طويلة ويستعيض عن ذلك بتنظيف جسده بالمحارم المعقمة بسبب برودة الأجواء وخطر الإصابة بأمراضها أثناء التقدم في الرحلة.

ويقدم الزاد جماعياً في البهو للرحالة وبدقة حسب الوقت المتفق عليه مسبقاً، ولا يقدم في الغرف بتاتاً وهو مكرر وممل. وعادة يتكون الزاد من طعام شعبي يسمى "دال بهات"، وهو عبار عن أرز وخضار مسلوقة وطبق من العدس، وإن تغيرت القائمة، فتقدم النودلز بدلاً عن الأرز. وفي مراحل متقدمة سيشعر الإنسان بفقدان الشهية رغم أهمية الزاد للرحلة، لذلك يجب أن تحضر معك بمعدل ست ألواح شوكولاتة لكل يوم، مارس وسنيكرز وباونتي أو نوع خاص يسمى CLIF وهو مصنوع من مزيج مغذ من الشوفان والبروتين والألياف، حيث أن تناوله يبطن عملية الهضم موفراً طاقة تستمر أطول مدة. كما يمكنك شحن بعض المانجة أو أية فاكهة تفضلها مع الحمالين من الشيربا، لأنها لن تتوفر في طريقك طوال الرحلة. وجميع الشوكولاتة ورقائق الذرة والبسكويت الموجودة في بيوت الشاي منتهية الصلاحية بمدد تصل لستة أشهر، لأنه المكان الوحيد التي تصرف فيه بضائع المدن المنتهية الصلاحية دون وجود رقابة في أعالي الجبال، وهو ما قد يشكل تحديات صحية أنت في غنى عنها. وينصح بشدة إحضار ألواح شوكولا البروتين المتوفرة في بلدك أو بطلبها أون لاين، لأن البروتين هو الشيء الرئيسي الذي ستفتقده بعد أن تتجاوز ضيعة "نامشي بازار".

وبالرغم أن النزل تسمى ببيوت الشاي، فإنه من الضروري لمن يعيشق الشاي الأصيل أن يحضر معه الشاي المفضل، لأن الشاي هنالك عادة يكون باهتاً ويميل للون الأصفر حتى وإن زدت عدد أكياس الشاي، وهم عادة يستخدمون نفس كيس الشاي أكثر من مرة لأكثر من زبون.

ويستحسن إحضار سدادات للأذن عند النوم حيث أنك قد تسمع شخير جارك بالحجرة المجاورة لأن الجدران ليست عازلة للصوت، وكذلك تحتاج أغطية خفيفة متوفرة في محلات الرياضة للفراش حتى تتحاشى الإصابة بحساسية أو حكة في الجسد بسبب تدني النظافة بشكل عام في الأسرة.

أما شحن الجوالات والكاميرات وغيرها فيتم في البهو وليس داخل الغرف مقابل دولار أو أكثر لأن السعر يرتفع طردياً كلما إرتفعت في التسلق، بما في ذلك أسعار المشتريات من البقالة.



## عدة التسلق

القاعدة في ملابس التسلق في الأماكن الباردة أن تكون الملابس الأساسية التي تلامس الجسد حرارية وتسمى (الثيرمل)، وهي تعمل على حفظ الحرارة وعزل الرطوبة. ويجب تجنب الملابس القطنية هنا لأنها تحفظ الرطوبة وتسبب لفحات الهواء ومشاكل صحية كثيرة أثناء التسلق. كما أن الجوارب يجب أن تكون حرارية كذلك لتحاكي ظهور البثور والخراج عند السير لمسافات طويلة، حيث يمكن اقتناء ثلاثة أزواج لأن الزوج يبقى مدة عشرة أيام خالياً من الرائحة والرطوبة.

كما تحتاج لبوكسرات مضادة للإحتكاك لتحاكي أية مضايقات أثناء السير، بالإضافة إلى سروال سترتش يلبس تحت بناطيل أخرى مضادة للماء. أما أعلى الحذاء وعند منطقة الكاحل لما دون الركبة فتحتاج لغطاء مضاد للماء حتى تتأكد من عدم تسرب الماء داخل الحذاء. وبالنسبة للجزء العلوي من الجسم، فالطبقة الأولى تكون من بلوزة من الثيرمل كما ذكرنا، تتبعها ملابس عازلة للبرودة حسب رغبة الشخص، وسترة عليا مضادة للمطر تغطي الجذع الأعلى ويتوفر فيها قبعة خلفية تغطي الرأس وتشد حول الرقبة حتى تلتحم الفم. كما يحتاج المتسلق لغطاء سميك للرأس وآخر للشمس ونوعين من القفازات، أحدهما خفيف يمكن أثناء إرتدائه استخدام الكفين بحرية، وآخر سميك عندما يشد البرد وتهطل الأمطار وتعتو الرياح. كما أن النظارة المضادة للأشعة فوق البنفسجية ضرورية لحماية العين من الشمس القريبة ولتفادي العمى الثلجي عند النظر لفترات مطولة للثلوج. ولا بد من حمل عصاة المشي، ويفضل أن تكون اثنتان للحماية من السقوط أثناء السير في الأماكن الزلقة أو تجاوز الجداول والمساعدة في الإرتكاز عند الإرتقاء والهبوط، كما أنها يمكن أن تستخدم كأداة للحماية من الحيوانات أو أية إعتداء قد يصادفك.

ويجب إقتناء كيس للنوم مع مخدة هوائية تنتفخ تلقائياً، ومصباح ليلي يعلق على الرأس وأكياس حافظة للجوال والجوازات. ويمكن استخدام الأكياس البلاستيكية الحافظة للشطائر والتي يوجد في أعلاها سحاب للغلق، وهي عملية جداً أثناء تجربتها. وهناك نوع من المناشف سريعة الجفاف يفضل إقتناء واحدة فقط لأنك لن تستحم إلا مرة أو مرتين وتسمى مايكرو فايبر. كما تحتاج لعدد ثلاث علب من مناديل الطهارة الرطبة مثل ديتول وجونسون، وكذلك مرطبات بشرة تستخدم قبل النوم للأقدام والوجه والكفوف، وعند كل صباح قبل الشروع في التسلق. ويفضل إحضار علبة إسعاف أولي صغيرة وفيتامينات، كفيتامين سي ودي ومجموع فيتامينات بي، وأدوات النظافة وتقليم الأظافر والحلاقة، وكذلك أدوية لتقلبات المعدة وأخرى لتعقيم المياه إن كنت ستشرب من مياه الجداول، وقطرة لحساسية العين. ولمن أراد معرفة القياسات التي يصل إليها كل يوم، يفضل إقتناء ساعة خاصة تبين نسبة الأكسجين ودرجة الحرارة وكمية الضغط.

وأخيراً حقيبة للظهر مضادة للمياه خاصة بالتسلق ومزودة بقربة مياه وخرطوم يمتد من داخلها ليصل طرفه لمنطقة الصدر لتسهيل عملية الشرب أثناء المسير. وستحمل فيها كذلك بعض من الأدوات المهمة وألواح الشوكولاتة، ويجب في جميع الأحوال أن لا تزيد حمولتها عن سبعة كيلوغرامات، أما بقية أغراضك فيسحملها الشيربا. كما يفضل شراء الحذاء من بلدك وتجربته لمدة أسبوع على الأقل قبل السفر، وكذلك النظارة وشواحن الجوال التي تشحن لمدد طويلة وتلك التي تعمل على الطاقة الشمسية إن كنت مرتحلاً بأشهر الصيف.

وهذه الأدوات السابقة كافية للوصول نحو سفح إفرست، أما إن كنت ستكمل الرحلة نحو القمة فإن الشركة المنظمة ستساعدك في اقتناء معدات إضافية إحترافية غالبية الثمن تصل لأكثر من 70.000 ألف دولار، بالإضافة إلى عشرات ممن اسطوانات الأكسجين الضرورية للمناطق الأعلى.

وكما ذكرت فإن كل المعدات التي تحتاجها وبأسعار أقل بكثير متوفرة في العاصمة كاتمندو وتحديداً في شارع Tredive Sadek، الموجود في منطقة التاميل السياحية والتي ستجد فيها خيارات كثيرة ومغرية للإقتناء من ناحية أهميتها وكذلك أسعارها المناسبة. ولكن يتعين الشراء من المحلات المعروفة وليست الحوانيت المقلدة، ففي بداية الشارع من جهة الشرق تبدأ المحلات الرصينة، ثم تنتشر بعدها المحلات الرخيصة الأقرب للبازارات، وستكلف المعدات الأساسية من 600 إلى 1000 دولار.

ومن ناحية أخرى يفضل أخذ لقاح الإلتهاب الكبدي أ، لتفادي الإصابة به من خلال تناول الزاد أو الماء الملوث في النيبال قبل أربعة أسابيع من بدء الرحلة.

## داء المرتفعات-مخاطر وحلول

تكون نسبة الأكسجين عند مستوى البحر شبه ثابتة بنسبة 21%، ولكنها تبدأ بالإنخفاض عند الإرتفاع فوق 2100 متر بسبب انخفاض الضغط الجوي، حتى أن نسبة الأكسجين تنزل إلى 7%، فقط عند القمة. أما معدل الأكسجين الطبيعي في جسم الإنسان فهو يتراوح بين 95 - 100 %، وإذا انخفض في الدم لأقل من 90%، فذلك يشكل خطورة على الإنسان وقد يؤدي إلى (hypoxemia) أي نقص الأكسجين في الدم. وإذا وصل معدل الأكسجين لأقل من 80% فقد يؤدي ذلك إلى تدهور الجهاز التنفسي والقلب وتشوش العقل وإتزان الحركة.

وبالرغم من أنه يمكن التعامل بحرفية لجعل الجسم يتكيف مع نقص الأكسجين بإتباع الإجراءات الخاصة بتكتيك التسلق، إلا أن ردة فعل بعض الأجسام تكون غير متوقعة فلا تحدث عملية التكيف كما يجب، فيصاب الجهاز التنفسي بإنتكاسة تتأثر معه بعض أعضاء الجسم الحيوية.

ومن أهم أسرار صعود المرتفعات هو المحافظة على وتيرة البطيء الشديد، وعند وصول محطة النوم، يمكن الراحة بعض الشيء ومن ثم الإرتقاء لأقرب جبل لزيادة الإرتفاع لمدة نصف ساعة بهدف خداع الجسم بأنه وصل لمنطقة أعلى يقل فيها الأكسجين أكثر، ثم العودة للنوم في مكان أسفل ذلك الإرتفاع. لكن عندما يصل الإرتفاع التالي لنحو 1000 متر، فيجب المكوث في المكان الجديد لمدة يومين حتى يمكن للجسم التأقلم جيداً لهذا الفارق الكبير في الإرتفاع.

هذه الطريقة تهيئ للجسم التكيف المناسب وضح كميات أكسجين أكثر من خلال كرات الدم الحمراء، لكن عند الإرتقاء لأعلى من 6000 متر، يكون التكيف بطيئاً وصعباً، لذلك يتحتم استخدام اسطوانات الأوكسجين، بما في ذلك قضاء أسابيع وأحياناً أشهر قبل الإرتقاء لقمة إفرست، بالرغم من أن المسافة الفعلية من السفح للقمة هو 40 ساعة صعوداً فقط.

### • أعراض طبيعية:

مهما حرصت على إتباع وتيرة الخطوات البطيئة أثناء التسلق، إلا أنك حتماً ستشعر ببعض الأعراض بشكل أو بآخر عند وصولك لإرتفاع أعلى من 2100 متر، كزيادة مرات التبول، وضيق التنفس أثناء النوم الذي قد يؤدي بدوره للإستيقاظ المتكرر والأرق، وذلك لأن الجسد يحاول أن يضبط الأنفاس وكمية الأكسجين مع الوضع الجديد ليس إلا. كذلك إن صعدت لأكثر من 3500 متر، فستستيقظ في الصباح التالي ولديك شعور بأنك تعاني من

الإنفلونزا أو الأعراض التي تسميها الثقافات الأخرى، أعراض ما بعد الشرب، وقد يصحب ذلك فقداناً للشهية والغثيان والقيء، والإحساس بوخز في الأطراف وانتفاخ الوجه والإسهال، ويمكن التعايش معها لأنها ستزول عند الصباح خاصة، أو بعد تناول العلاجات البسيطة.

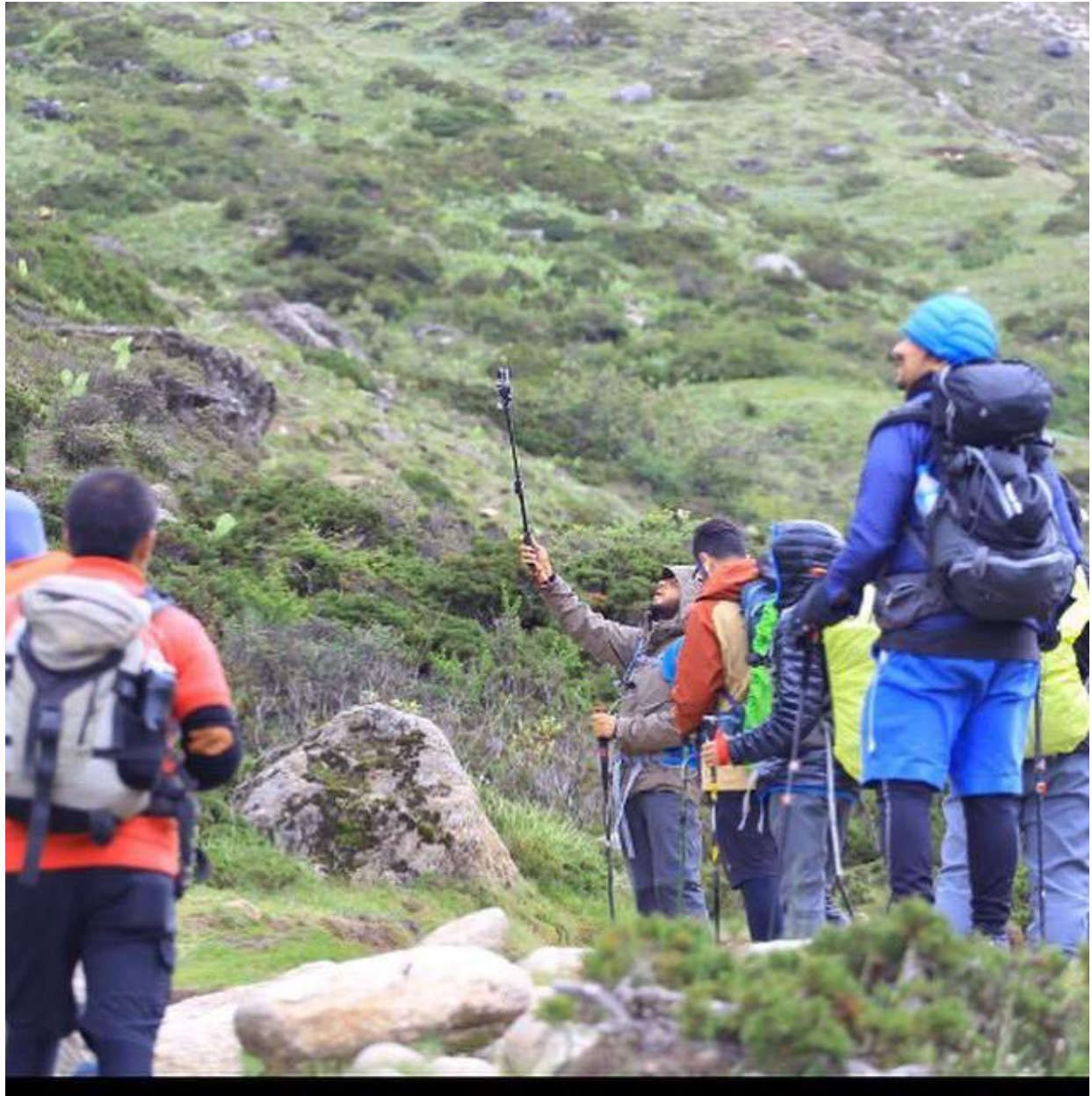
### • أعراض خطيرة:

أما الأعراض الخطيرة والتي تحتاج للتدخل السريع فهي تلك التي تؤدي إلى إتهاب الرئتين وظهور السوائل فيهما، أو السعال المتواصل والحمى وضيق التنفس حتى أثناء فترات الراحة، بما في ذلك تورم الدماغ والصداع الشديد الذي لا يستجيب للمسكنات الخاصة بالمرتفعات والمصاحب لفقدان التوازن أثناء السير، وكذلك حدوث النزيف في العين.

### • أهم العلاجات للأعراض الخطيرة:

من المهم عند حدوث أية مشكلة خطيرة في التنفس هو استخدام اسطوانات الأكسجين باشراف طبي والهبوط لمستويات أدنى إن كان ذلك ممكناً في وضح النهار. وإن تعذر ذلك فهناك طريقة إحترافية لا تتوفر دوماً، وهي خيمة خاصة لتعديل ضغط الهواء ورفع نسبة الأكسجين ، حيث يمكن للمصاب المكوث فيها حتى تتوفر طريقة لمساعدته.

وأخيراً فكل المغامرين يجب عليهم عند التنسيق للرحلة أن يطلبوا تأمين إخلاء طبي بمبلغ زهيد بواسطة الهليكوبتر التي تصل خلال ساعات معدودة، لتخليه مباشرة من الموقع إلى مطار العاصمة وسيكون في استقباله سيارة إسعاف مجهزة تأخذه مباشرة بدورها لأحد المستشفيات الخاصة للمعالجة.



## الإنصات لقائد الرحلة وبعض الإرشادات

من المقرر أن يعقد على الدوام إجتماعاً تمهيدياً قبل بداية أية رحلة يذكر فيه قائدها الخطة العامة بما في ذلك النواحي التي تتعلق بالسلامة والتكتيك المطلوب اتباعه. ومن المهم الإنصات للتعليمات جيداً وتدوينها بأية طريقة ممكنة، حتى عندما يتم التطرق إلى نوع المعدات المطلوبة، يجب أن تسجلها وتتأكد من تفاصيلها. وعلى سبيل المثال إن أخبرك القائد أن تلك القطعة من الملابس يجب أن تكون حرارية Thermal، فيتعين أن تكون كذلك، وإلا قد يؤدي العكس إلى الوقوع في مشاكل أنت في غنى عنها، كالإصابة بنزلة برد تضطرك للعودة في أي وقت وقطعك للرحلة. ومن المهم كذلك، أن لا تعتمد على وجود بعض المعدات البسيطة لدى زملائك أو تشاركهم في استخدامها، مثل أجهزة الشحن أو استخدام خدمة الشبكة أو قفازات أو عصي المشي أو ألواح الشوكولاتة، حتى وإن كانت زائدة عن الحاجة لديهم، ففي الطريق سيكون الكل مشغول بذاته وعدم توفرها في الطريق يجعلها عزيزة، فكن عزيز النفس منذ البداية.

ومن أهم ما أدركته في هذه الرحلة هو وتيرة وإيقاع الإرتقاء لأعالي المرتفعات الذي يجب أن يكون شديد البطء لتفادي الإصابة بإنتكاسة وضيق التنفس، ويمكنك ضبط الإيقاع بشكل إحترافي بمراقبة قائد الفريق أثناء الرحلة وتقليد خطواته بحذافيرها. فمهما كانت لياقتك وصحتك وشبابك، فالقاعدة الذهبية عند الإرتقاء أن تسير كالسلفاة، لتعطي جسدك فرصة التعرف على التغيير الذي بدأ يحيط به، فالله عز وجل وهبنا جسداً ذكياً يتفاعل مع الجوع والعطش وكذلك مع الإرتفاعات.

إن لم تتبع تلك الخطوات وتفاخرت بنشاطك وسرعتك عن الآخرين كي تصل قبلهم، فأنا أوؤكد لك بأنك ستصاب عند نهاية اليوم بصداع شديد لم يمر عليك صداع مثله، وستلهث عندما تصل وكأنك صعدت مئة درجة في دقائق معدودة، ليجافيك النوم بعدها عندما يجن الليل.

لكن إن إتبعك الخطوات تلك فستتفادي بمشيئة الله عز جل تلك الأعراض، وبدلاً من ذلك فسوف تشعر بشيء من الصداع المتوسط وضيق التنفس وخاصة بعد كل صعود، أو قبيل النوم، أو أثناؤه، ولكن حتماً ستشعر بالتحسن في صبيحة اليوم التالي عندما تستأنف الإرتقاء لأن جسدك قد تأقلم مع الوضع الجديد.



وفي الطريق يفضل أن تبقى في منتصف الفريق طوال الرحلة، شريطة أن تتمكن من رؤية من هو أمامك، ويراك من الخلف أول شخص في المؤخرة، وإن أردت التوقف لسبب ما، يجب أن تخبر أحدهما. وإن تهت لسبب ما، فلا تتقدم ولا تتأخر، إبق مكانك حيث أن سيرك قد يدخلك في مسارب بعيدة عن الطريق الصحيح، لكن بقائك في مكانك سيجعل من السهل العودة إليك في نفس المكان الذي فقدت فيه.

وسيقابلك في المسارب الضيقة والانحناءات الشديدة التعرج قوافل عجل اليك ومتسلقين آخرين، ويمكنك إفساح الطريق الضيق لهم بالالتصاق بنقطة الأمان نحو الجدار وتحاشي الدنو من الجرف خاصة عند مرور الحيوانات لتفادي السقوط.

كما أنه من المفترض أنك قد تدربت في الوطن لمدة شهرين على أقل تقدير ورفعت من مستوى لياقتك بالهرولة وحمل الأثقال المتوسطة وصعدت بعض المرتفعات. إلا أنك بطبيعة الحال ستهبط في كثير من الأحيان نحو الأسفل ويتعين عليك معرفة الطريقة الصحية حتى لا تتأثر ركبتك، وذلك بشنيتها قليلاً مع بقاء الجذع مستقيماً والإرتكاز على عصى المشي لتخفف الضغط عليهما.

تعامل مع الرياح والبرد القارس والأمطار الشديدة بحذر وذلك بتغطية كامل الجسد والرأس ومنتصف الوجه والكفوف بالملابس المخصصة لذلك، ولا تستهين بساعات البرد العابرة أو الأجواء المتقلبة أبداً.

لا تتحدث كثيراً أثناء السير حتى تعطي الأولوية للجهاز التنفسي بأن يعوض نقص الأكسجين، انشغل عن الأحاديث بتأمل الطبيعة والمناظر الخلابة حولك، وأجلها عندما يحل المساء ويحلو السمر.

ستلاحظ في سرد القصة في هذا الكتاب أنني أصبت كثيراً بالصداع والآلام وخيبة الأمل، لكن هذا جزء لا يتعدى عشر الوقت الذي قضيته في الرحلة، أما بقية الرحلة فكانت عبارة عن رحلة من الهيام الطاغي الذي يأسر القلوب ويسافر بالمرء نحو أعلى مراتب السعادة الدنيوية.

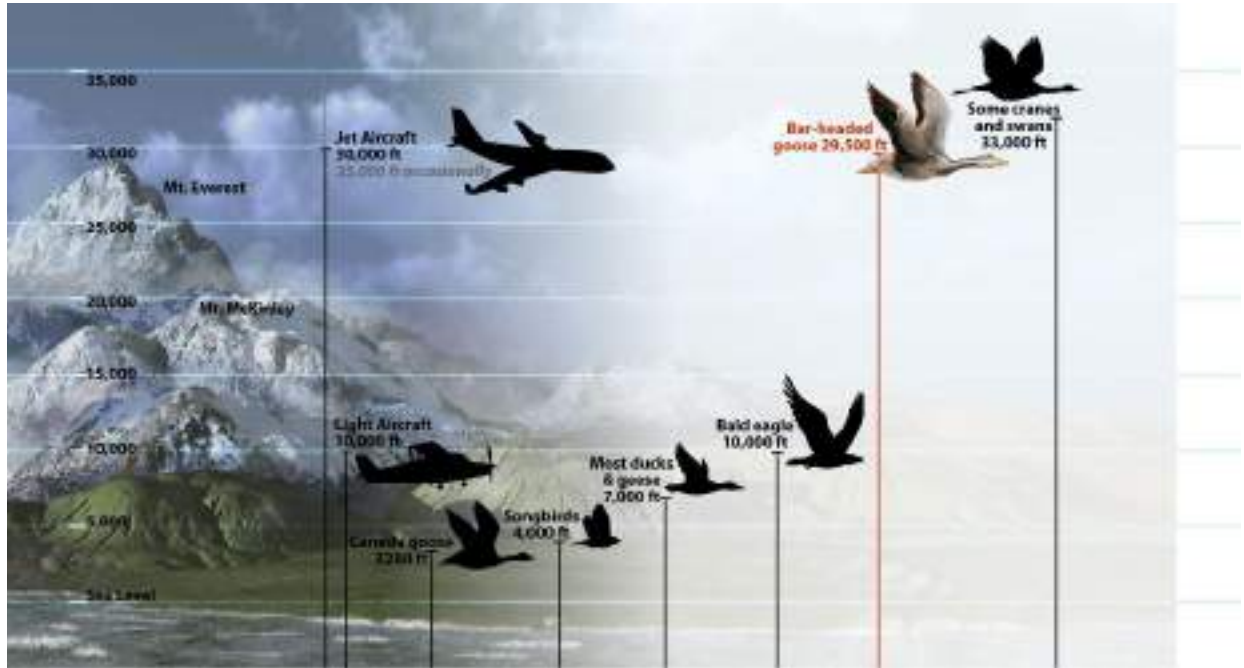
## إبدأ من النيبال

يفضل اختيار دولة النيبال لصعود القمة لأسباب عدة، فهي دولة ترحب بالغرباء ومستوى الأمان فيها مرتفع جداً وكذلك أسعارها متهاودة وشعبها راق ويقدم خدمته للسياح مع شيء من التبجيل. كما أن النيبال هي الوجهة العالمية لقاصدي الهيمالايا لأن التاريخ سجل أول صعود للقمة من أرضها عام 1953م، بواسطة السير آدموند هيلاري، فبقي ذلك رمزاً لكل المتسلقين وسبب قوي لاستقطابهم. أما من الجهة الأخرى للقمة، فالصين بلد تتعقد فيها أمور الرحلة بدءاً من متطلبات استخراج التأشيرة إلى التصاريح المطلوبة ومروراً بالشركات الوسيطة وكذلك مستوى تعامل المرافقين.

ومن النيبال تبدأ الرحلة من العاصمة الجميلة كاتمندو، والتي يفضل المكوث فيها لبعض الوقت قبل بدء الرحلة لأسباب عدة، أولها التعرف على طبيعة السكان وكيفية التعامل معهم وزيارة الأماكن التاريخية النادرة، وكذلك بغرض اقتناء المعدات والملابس الضرورية للرحلة المتوفرة بكثرة في منطقة التاميل (Thamel)، وسط العاصمة. ويمكن من تلك الأماكن شراء أو استئجار المعدات الخاصة بك بما يلبي حاجتك، لكن من الجميل شراء المعدات والملابس لتستخدمها سنوات وسنوات عند كل رحلة مستقبلية، وكي تبق كذلك جزء من ذكرياتك الحميمة. ويفضل، أن كانت تلك هي الرحلة الأولى لك، أو كنت قليل الخبرة في الرحلات بشكل عام أن تنظم لمجموعة معينة ولا تذهب لوحدك، لأن المجموعة بطبيعة الحال ستكون عوناً لك وأكثر أمناً، كما أن الإنتظام في مجموعة يكون مثل الرحلات المدفوعة مسبقاً، فتقوم الوكالة بترتيب الحجوزات جميعها، من سكن وإعاشة وتأمين صحي يشمل حتى الإخلاء الطبي بواسطة الطائرة. لكن البعض من المغامرين المحترفين ومحبي التأمل والفنانين يرون إلى الترحال وحيدين ليعيشوا بمعزل عن العالم والتمتع لأقصى مدى بالاندماج بالطبيعة والإكتفاء بمناجاتها والحديث معها، وهو أسلوب حياة رفيع لا يتقمه إلا المحظوظين من البشر. ويتعين على المسافر الذاتي أن يقوم بترتيب متطلباته كلها من حجز وتأمين وإستخراج التراخيص وإيجاد حجرة للمبيت عند الوصول، لكنه في كل الأحوال سيتفاجأ بأن المعاملة له ليست لها الأولوية عند أصحاب بيوت الشاي، لأن المسألة عرض وطلب، فمقارنة بالمجموعات ستدفع لهم قليل من المال.

## من الدمام إلى إفيرست خطوة خطوة

ركبت طائرة الخطوط القطرية من الدمام-الدوحة-كاتمندو التي حجزتها بواسطة موقع اكسبيديا في 23 يوليه 2016م، وتكلفتها نحو 2000 ريال، ومررنا في الطريق فوق الباكستان والهند، ثم لاحت لنا بعد أربع ساعات من الطيران دولة النيبال، وقبل الهبوط ظهرت لنا قمة إفرست شامخة بمستوى إرتفاع الطائرة، تخب الألباب كبوابة مهيبه لقصر مارد يسكن فوق السحاب.



ثم مالبت أن هبطت الطائرة بعد أربع ساعات وعشرين دقيقة في مطار العاصمة كاتمندو المتواضع والذي يشبه مستودع منطقة صناعية، فسرنا راجلين نحو الصالة لإكمال إجراءات الدخول. وهنا يجب أن أذكر لكم بأنكم بحاجة قبل الوصول إلى عدد أربع صور على الأقل، إثنان ستستخدمان في استخراج سمة الدخول والأخرى لتأمين الإخلاء الطبي. كما ستحتاجون لقلم لتعبئة أوراق مصلحة الهجرة، وهو ضروري جداً لأنكم ستستغرقون وقتاً طويلاً في انتظار أن يتكرم عليكم أحدهم بالحصول على قلم وسط زحمة السياح والمغامرين المستعجلين. وفي الصالة قمت بتعبئة نموذج الحصول على سمة الدخول وتسجيل البصمة على أجهزة متوفرة، حيث يمكن دفع إما 25 دولاراً لمدة أسبوعين، أو 40 دولاراً لمدة شهر، أو 100 دولار لثلاثة أشهر. ومن ثم توجهت نحو كاونتر الهجرة وحصلت على التصريح بالدخول، بعدها ذهبت لسير استلام الأمتعة المتهالك وخرجت نحو مواقف السيارات لأجد أحد مندوبي الشركة المنظمة في انتظاري ترافقه ابنته الصغيرة.

وانتجها في نهار ممطر إلى فندقنا البهي YAK & YETI وهو من فئة الخمس نجوم، ويعد من أجمل فنادق العاصمة ويقدم الزاد العربي لأن مديره عربي، لبناني الأصل. لكن مما اكتسبته من خبرة في هذه الرحلة أن هذا النوع من الفنادق لا يتناسب مع أسلوب الحياة التي تنشدها خلال المغامرة. لذا، الخيارات مفتوحة لك إما بالسكن في نُزل جيد ونظيف بأسعار تبدأ من عشرة دولارات، وستجد فيها الكثير من أقرانك الرحالة رجالاً ونساءً ويمكنك أن تتعايش معهم وتكون جزءاً من صحبتهم بسهولة. وقد جرت العادة أن يفتح الرحالة على بعضهم وتتلاشى الحواجز بينهم، فالهواية وحب المغامرة تجمعهم. وفي النُّزل ستحصل على صداقات من مختلف دول العالم مع المغامرين الذين ستأنس بصحبتهم وتستفيد من مغامراتهم وخبراتهم، فهم لا يفوتون أوقاتهم في الإنتظار في بهو الفنادق أو التسكع بالردهات دونما هدف. بل سترافقهم لأماكن سحرية وتتمتع بجلسات السمر والأنشطة البدنية والألعاب المسلية والمفيدة وقصصهم الغريبة وتكتشف وجهات سفر نادرة وكل ما هو جديد وجميل، وهذا ما فعلته بعد العودة من الرحلة وليس في بدايتها.

## أول يوم في كاتمندو

كاتمندو هي عاصمة النيبال ويبلغ عدد سكانها أكثر من مليون نسمة ويعود تاريخ تأسيس المدينة إلى القرن السابع الميلادي وبالتحديد إلى عام 723 م، وهي تقع في وادي يحمل نفس اسم المدينة على ارتفاع 1400 متر فوق سطح البحر. والعاصمة مليئة بالمواقع التاريخية والمعابد والأضرحة وتحيط بها قرى وأنهار وجداول خلابة، لكنها تعاني للأسف الشديد من نسبة مرتفعة من التلوث من الأعلى عالمياً. ويبلغ عدد سكانها أكثر من مليون نسمة، ويعيش فيها خليط من مجموعات عرقية ودينية مختلفة، وأغلبهم من الهندوس الذين يشكلون نسبة 60%، تليها البوذية، كما توجد أقلية مسلمة ومسيحية.

وعندما وصلتها قبل بدء المغامرة أحببت التعرف على ثقافة شعبها البسيط والمسالم ولم أختلط كثيراً ببقية الفريق العربي أو حضور المآدب التي نظمتها الشركة إلا الضروري منها. ففي اليوم التالي من وصولي خرجت سيراً على الأقدام حول المنطقة المحيطة بالفندق وقد اختلط نسيم ذلك الصباح البارد بعبق الأبخرة الآسيوية المميزة وترانيم الأديبة الصباحية التي تصدح من داخل الحانات التي بدأت للتو تشرع أبوابها. فتوجهت في البدء لمتجر الجوارات في الشارع القريب من الفندق واسمه (دربار مرج Darbarmarg)، والمعروف محلياً بشارع الملك لأنه يؤدي إلى القصر الملكي، ويعد موقعه في منطقة فاخرة بمقاييس النيبال، ومنطقة شعبية بمقاييس دول الخليج. ابتعت من المتجر شريحة اتصال بثلاثين دولاراً، طاقتها عشرة قيقا من شركة NCell، وهي كافية ووافية طول مدة الرحلة.

وبعد أن شعرت ببعض الراحة عندما حصلت على الشريحة بدأت أتأمل ملياً فيما حولي من حوانيت، وسرعان ما أدركت أن عجلة الزمن قد عادت بي للوراء عشرات السنين، فذكرتني المحلات بدكاكين مدينة الطائف في السبعينات الميلادية. فجميعها حوانيت متواضعة وعتيقة نُخرت وسط مبان تاريخية مزخرفة بأنواع شتى من صور ألهمتهم، جلها تماثيل لأسود وأفيال والعنقاء ووحوش أخرى غريبة وحيوانات سيامية متعددة الأطراف وملونة بألوان شتى. دلفت أحد البقالات التي تتوسطها علبة ضخمة معبأة بأنواع السكاكر والكاكو المصنع محلياً، وفي الأرفف اصطفت كل منتجات الزمن الجميل التي اختفت من مدننا العصرية، احترت لبعض الوقت، هل أشتري شيئاً وأغادر، أم أتأمل المتجر العتيق كما أفعل عندما أتجول في المتاحف. فهذه أعواد الدخان مطروحة على المنضدة لتباع بالحبة، أما المشروبات الغازية فقد ألقيت كيفما اتفق لتبرد وسط زير مليء بالثلج والماء. والبائعون رجال ونساء مسنون عاث بهم الزمان وغيبت ملامحهم أساطير وثنية ليبدون وكأنهم مصنوعين من الشمع بلون الكاكو، وعلى عتبات المحل تنام الكلاب الضالة بهدوء دون أن تحفل بالضجيج حولها. لكنني بعد أن أمضيت بعض الوقت بالتأمل، أخذت كوباً من الشاي المعتق غلياً والمشبع بحليب الياك وبعض السكاكر بدولار واحد، ثم فاوضت صاحب تاكسي

كان يرقبني طوال الوقت من ناحية الرصيف المقابل، فوافقني على رحلة لمعالم المدينة  
لنهار كامل مقابل 40 دولاراً.

ولفضولي الشديد من المعلومات التي إستقيتها مسبقاً، طلبت منه في الحال أن يأخذني  
وأنا أرتشف الشاي نحو أشهر المعابد الهندوسية والبوذية لأرى بأم عيني عجائب الدنيا التي  
ما زالت حقيقة باقية. كنت شغوفاً أن أشاهد كيف يمارس أتباع الديانتان الغريبتان  
طقوسهم وسر تلك المظاهر الغريبة في الملابس والمأكّل والألوان التي تزخرف الوجوه  
وكيف تشبه حياتهم داخل الأديرة والمعابد.

وفي الطريق للمعابد استحضرت ما قرأته عن الديانتين وأسردها هنا كما فهمتها، فكلا  
الديانتان الهندوسية والبوذية تعتقدان بتناسخ الأرواح، بيد أن بوذا يؤمن بتناسخ مجموعة  
مشاعر الشخص وحواسه وليس الروح على وجه الدقة. والبوذية في الأصل مشتقة من  
الهندوسية، لكنها أكثر تصوفاً وتدعوا للتسامح وتنقية النفس وجل طوائفها لا تأكل اللحم  
أو تضحى بالحيوانات كقرايين مثلما تفعل الهندوسية. والديانتان معقدتان التفاصيل  
وعسيرتان على الفهم لأنهما تستقيان أصولهما من الأساطير والخزعبلات والفتنات  
والملاحم الخرافية.

والبوذية أسسها "سدهارتا حوتاما" الملقب ببوذا، الذي نشأ بداية حياته في النيبال نشأة  
مترفة وتزوج صغيراً، لكنه عندما شب هجر زوجته والحياة المترفة نحو الزهد والتقشف  
والتأمل في الكون وانتهج نهجاً خاصاً ليتخلص من آلامه فتبعه الكثير من البشر.

والهندوسية كذلك ديانة وثنية لكن ليس لها مؤسس واحد، بل أسسها العديد من الفلاسفة،  
لكن بعض الدراسات تذكر أن الآريين الغزاة الذين إحتلوا شبه القارة الهندية في القرن  
الخامس عشر قبل الميلاد هم المؤسسون الأوائل لهذه الديانة. ونقلاً بالنص عن المحكمة  
العليا بالهند "الديانة الهندوسية لا تتبع نبيا بعينه، لا تعبد إله واحداً، ولا تؤمن بمفهوم  
فلسفي واحد، ولا تتبع نمطاً موحداً للشعائر الدينية، في الواقع لا تمثل المظاهر المتعارف  
عليها للأديان، إنها فقط أسلوب حياة". وهناك بعض الدراسات الإسلامية التي تقول أنها  
أول الديانات السماوية المحرفة، حيث أن آلهتهم المسماه "براهما"، قد يقصد بها أبو  
الأنبياء إبراهيم عليه السلام، التي قد تكون وصلت إليهم بواسطة الغزاة الآريين. فهناك  
تشابه حتى في طريقة الحج إلى الأماكن المقدسة لديهم وبعض الطقوس وطريقة لبس  
الإحرام مع اختلاف اللون والشعائر. كما أنهم يعتقدون أن للإله براهما زوجة أو صاحبة  
اسمها "سار اسواتي" أو "سرسوتي"، ومن المعروف في الديانات السماوية اليهودية  
والمسيحية والإسلامية، أن زوجة النبي إبراهيم الأولى اسمها سارة، وهنا تشابه آخر في  
الأسماء "سار اسواتي" في الهندوسية و "سارة أو سارا" في الإبراهيمية، وتلفظ في  
العبرانية "ساراي".

لا أطيل عليكم، فقد وصلت عند آخر رشفة من كوب الشاي للمعبد البوذي المعروف محلياً باسم معبد القرد "سويامبوناث Swayambhunath" وهو لا يبعد سوى نصف ساعة عن العاصمة. حيث تحكي أساطير الأولين البوذية أنه عندما كان رمز الحكمة والعلم المدعو "لمانجوشي" مشغول ببناء المعبد، نسي أن يقص شعره أو حتى غسله إلى أن انتشر فيه القمل، ومن ثم تحول القمل لقردة، هي أسلاف القردة الموجودة الآن في المعبد، لذا أقبل أتباعه على تقديسها والتبرك بها. كما تستطرد الأساطير، أن ذلك الناسك كان يسير يوماً بمحاذاة طرف البحيرة الموجودة عند المعبد، فوجد زهرة لوتس غريبة الشكل تحجز المياه، فقام بشقها لنصفين لتتدفق البحيرة من وسط بتلاتها مكونة وادي كاتمندو العظيم الذي يجري وسط العاصمة حالياً لتدب الحياة في المكان ويصبح صالحاً للسكن.

ورغم سذاجة الشعائر وإرتباط الإيمان بتقديس القردة في المعبد، فالبوذيون يقومون سنوياً بالحج لهذا المعبد من كل فج، ويتبركون بزيارة الأضرحة والمعابد المتعددة فيه. ومن أهم طقوسهم هو تحريك دواليب الصلاة المدون عليها أدعية متعددة لطلب الحكمة وسمو الذات، وغايتهم هي الوصول لأعلى درجات السعادة التي تسمى النيرفانا.

عدت بعد التقاط الصور الغربية ومقاطع الفيديو عن هذا المعبد الغريب إلى الفندق عند حلول المساء وتناولت طعام العشاء في المطعم المطل على المسبح، ثم خلدت للنوم في انتظار يوم جديد في كاتمندو.

استيقظت عند فجر اليوم التالي على أصوات الغربان المنتشرة في كل مكان وخاصة عند نوافذ الفندق، فصلبت الفجر وتناولت إفطاراً سريعاً وتوجهت لمعبد آخر يخص الديانة الهندوسية واسمه (باشوباتينات Pashupatinath)، والذي يقع على ضفاف نهر باجماتي المقدس وقد شيد في العام 400 قبل الميلاد. المعبد مليئ بكم هائل من الأضرحة والمعابد والتماثيل والأجراس التي تقرر لتنبه الأوثان لأدعية الهندوس. وعلى ضفاف هذا المعبد تتم التقاليد الهندوسية بحرق الجثث بعد وفاة الانسان، وهناك مصطبة خاصة للعائلة المالكة، وأخرى للوجهاء والأخيرة لعامة الناس تقع في جهة مقابلة خلف جسر يفصل بين الموقعين.

ويؤمن الهندوس بأن حرق الأجساد بعد الموت يسمح بأن تخرج الروح إلى أعلى بشكل عمودي لتصل إلى الملكوت الأعلى في أقرب زمن، وأن الاحتراق هو تخلص للروح من غلاف الجسد تخليصاً تاماً، وعندما تتخلص الروح من الجسد يكون أمامها ثلاثة عوالم أحدها سيكون نصيبها، العالم الأعلى وهو عالم الملائكة، أو عالم البشر من جديد بالحلول في جسد آخر، وأخيراً لمن هو سيئ الحظ ومرتبكاً للمعاصي فمقره في قعر جهنم.

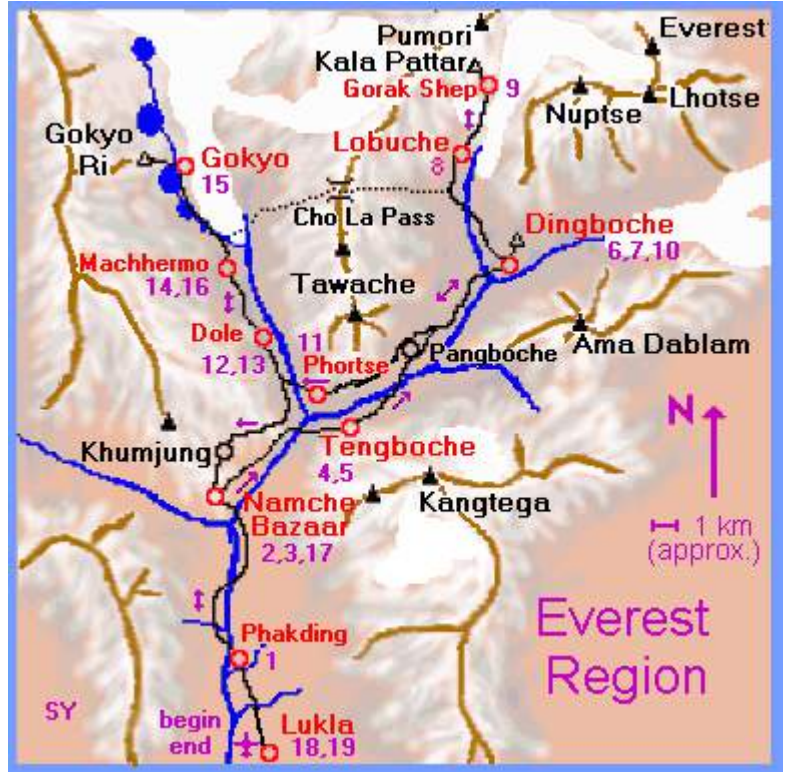


## مع أحد نساك باشوباتيناث Pashupatinath

كانت رحلتي هذه من أغرب الرحلات بحياتي وأنا أشاهد الأجساد تحرق أمام عوائل المتوفى دون أن يبدو أي علامة تدل على تأثرهم أو حزنهم، والأغرب من ذلك هو وجود الأطفال بمعيتهم، وكأن من يحرق أمامهم لا يمت لهم بصلة، خاصة عندما انتشرت رائحة شي الجسد ليستنشقها كل من حولها. لم أعرف ما سر هذا البرود، هل هو الإيمان التام بأن المتوفى ذاهب لروح جديدة، أم أن تعاليمهم الدينية تحتم عليهم ذلك.

وفي نهاية اليوم جلست في مقهى شعبي يشرف على المعبد من الأعلى وطلبت أكثر من كأس من الشاي، وقضيت طوال فترة بعد الظهر حتى حلول العصر أرقب الشعائر الهندوسية العجيبة وشهدت خلالها أكثر من عشر جث حرقت لأطفال وكبار في السن، رجالاً ونساء، ثم قفلت عائداً عند المساء للفندق إستعداداً للرحلة التي ستبدأ غداً عند الصباح الباكر، حيث سنستقل الطائرة لأقصى مكان يمكن الوصول إليه وسط الهمالايا وهي ضيعة لولكلا.

## خريطة الرحلة



# الطريق إلى لوكلا

## Lukla

مستوى الإرتفاع: 2800 متر

نسبة الأكسجين 14.8%

مدة الرحلة 45 دقيقة بالطائرة

بدأت الرحلة الميمونة من مطار كاتمندو نحو مطار لوكلا المسمى "تنزينغ هيلاري"، تكريماً لرائدي القمة، وهو يعد أخطر مطارات العالم لتوسطه غابة من قمم الجبال الشاهقة يمتد وسطها مدرج بطول 527 متراً فقط، ويقع عند طرفه جرف هار وقعت فيه أكثر من حادثة سقوط للطائرات التي ترتاده، كان آخرها في العام 2015م، راح ضحيته جميع الركاب وطاقم الطائرة. ولقصر المدرج، فلا تنزل فيه إلا الطائرات الصغيرة ثابتة الجناحين أو الحوامات، وتستغرق الرحلة المشوقة 45 دقيقة.

وبعد تأخر إقلاعنا لساعتين عن الموعد المقرر، حلقتنا أخيراً نحو لوكلا وكلنا حماس منقطع النظير لبدء الرحلة التي استعدينا لها منذ أشهر، فها قد حانت أخيراً ساعة الصفر وبدأ التحدي المنشود. كان عددنا 12 شخصاً في الطائرة العتيقة وهو أقصى حمولتها، بل أنه تم إنزال بعض أمتعتنا لعدم إمكانية حمل المزيد منها، وجلسنا في الطائرة مباشرة خلف قمرة الطيار، بل لو أن أحداً قد مدّ ذراعه لأمكنه ملامسة المقود.

شقت الطائرة طريقها وسط ركام السحب لنحو 30 دقيقة، وبدأت فجأة وسط دوي مراوحها المدوي تهطل الأمطار بغزارة ويتضاعف الضباب حتى إختفى كل شيء أمام نواظرنا سوى اللون الأبيض. لذا أخبرنا الكابتن بأسف أنه يتوجب علينا العودة لمطار العاصمة لإضطراب الأجواء في مطار لوكلا. أزعجنا الخبر المحبط كثيراً وخبأت معه الابتسامات والحماس، ليحل محله الصمت والوجوم على الوجوه. عدنا أدراجنا للعاصمة في انتظار الرحلة القادمة بعد ساعتين، لعل وعسى، لكن الرحلة الثانية ألغيت كذلك، ثم إنتظرنا الرحلة التي تليها بعد ثلاث ساعات أخرى، وهي آخر محاولة للطيران، لأنه جرت العادة المحاولة لثلاث مرات للرحلة الواحدة، فإن لم تنجح جميعها، تلغى الرحلة نهائياً. وهذا ما حصل بالفعل، وهو يبين بوضوح بأن المغامرة تبدأ من محاولة الوصول لأقرب مطار وسط جبال الهيمالايا.

وبالرغم من أن ما حدث كان حفاظاً على سلامتنا، إلا أنه لم يكن مرضياً لنا جميعاً على وجه العموم ولي على وجه الخصوص. لذلك رفضت العودة إلى الفندق بواسطة الحافلة المعدة مع بقية الفريق، وكنوع من التعويض الذاتي عقدت العزم على العودة للعاصمة سيراً على الأقدام وسط محاولة المنظمين إثنائي عن ذلك خوفاً على سلامتي. لكنني أخبرتهم بأن السير نحو المدينة لن يكون أخطر من السير وسط الهيمالايا، وعدت سيراً على الأقدام أحمل فوق ظهري حقيبة الرحلة وعصي التسلق وسط دهشة الكثير ممن مررت بهم من السكان المحليين وكأني أسير في المكان الخطأ.

سرت لساعات وسط الأحياء الشعبية المحببة لي دوماً والمعابد المحلية في كل ركن حتى تهت في بعض الشوارع العشوائية وسط المنازل وخشيت أنني قد دخلت من أبواب بعضها وخرجت من أخرى، لذا غيرت وجهتي وعدت للطريق الرئيسية بمساعدة برامج خرائط قوقل. وأثناء السير أرسل لي الفريق موقعهم وهم يستعدون لتناول وجبة غداء متأخرة في أحد المطاعم الهندية زكية الأطباق، فظهر لي أنه يبعد عني 3 كيلومترات، فغيرت إتجاهي فوراً، وسبحان الله، فقد وصلت والنادل قد بدأ بالتو تقديم الأطباق والذي كانوا ينتظرونه لأكثر من 40 دقيقة، فشاركتهم الزاد بشهية مفتوحة بعد السير الطويل وشعرت بأني أتناول الذ زاد في حياتي.

وعند المساء تناقشنا في بهو الفندق، ماذا لو تأجلت الطائرة مرة أخرى في الغد، أو لما بعد الغد بسبب الأحوال الجوية، فهل من الممكن الذهاب بالحافلة مثلاً، أم ما العمل. ليخبرنا قائد الرحلة بأن الذهاب بالسيارة عبر الطريق الجبلي غير المرصوف يحتاج عشر ساعات ومن ثم يتبعه سير لثلاثة أيام للوصول إلى مطار لوكلا، لذا لا يوجد طريقة أخرى سوى انتظار الطائرة والدعاء بأن نوفق في إتمام الرحلة غداً.

في تلك الليلة غيرنا فندقنا الخمس نجوم واتجهنا لنزل اسمه International Guest House، أدهشتني بساطته وأناقته وهو يتوسط حديقة غناء تملأها الزهور الوردية والحمراء، وراقني أن جل سكانه رحالة من مختلف دول العالم، وليس بينهم سائح تقليدي، وتعلو وجوههم مسحة بوهيمية محببة وبشاشة في اللقاء وعذوبة في الحديث. فأدركت حينها أهمية السكن بمساكن الرحالة والعيش عيشتهم بكل تفاصيلها وعدم الخلط بين الاستجمام والمغامرة بما في ذلك المأوى.

خلدت للنوم بعد أن أخذت حجرة مفردة كالعادة بعد نقاش طويل وأمل بنجاح الرحلة غداً، وصحونا عند الفجر فركبنا الحافلة واتجهنا مرة أخرى للمطار وكلنا أمل في الوصول إلى لوكلا هذه المرة. وبعد تأخير بسيط ركبنا الطائرة بعد أن تحسنت الأجواء أكثر من اليوم السابق. وفي أعلى درجات تحليق الطائرة كانت الجبال الخضراء اليبانة تحاذينا في العلو وأحياناً تعلونا، واستبشرنا خيراً عندما بدا لنا في نهاية الرحلة مدرج المطار وكأنه نقطة في آخر السطر. دنونا من المدرج بين خوف ونشوة وأنا أرقب الكابتن يركز كل جوراحة

لاقتناص طرفه بإطارات الطائرة لتلامس أول عشرة أمتار، فزاد ذلك من تأجج مشاعرنا ونحن نلتقط الصور للحظات المشوقة. فهبط بها رويداً رويداً ليقترّب من طرف الجرف حتى أنا خشينا أن يهوي بنا نحو الوادي السحيق، لكنه بدقّة تنم عن مهنية عالية نزل في بداية المدرج نزلة مدوية أصابت الجميع بهزة عنيفة، وسرعان ما خفض السرعة حتى توقفنا دون جبل معترض عند نهاية المدرج. حمدنا الله على سلامة الوصول وصفقنا فرحاً ثم غادرنا الطائرة كما نغادر حافلة وكان ينتظرنا أمام سلمها الصغير عدد من الركاب العائدين بدورهم إلى العاصمة.

في لوكلا بدأ انخفاض الأكسجين عملياً لأول مرة من المستويات الطبيعية عند 21% إلى 14%، دفعة واحدة بسبب الارتفاع الشاهق الذي وصلناه، ومن المعلوم بأن نسبة الأكسجين تبدأ بالإنخفاض الفعلي بعد 2100 متر فوق سطح البحر، إذاً ها قد بدأت الآن عملية التحدي وتكيف الجسم مع التغيير السريع.

خرجنا من المطار المتواضع خلال دقائق معدودة نحو أول بيت شاي في طريقنا وتناولنا فيه المشروبات الساخنة التي كنا في حاجتها بسبب برودة الجو، وقابلنا أثنائها الحمالين من الشيربا الذين سيرافقوننا طوال الرحلة، حيث بدوا لنا شباناً وسيمين في عمر الزهور ذوي أجساد نحيلة للغاية، كما تعرفنا على أسمائهم التي تعكس أسماء الأيام التي ولدوا فيها وتبادلنا معهم الأحاديث الودية وأظهروا لنا طيبة ولين عريكة. ثم لم يلبثوا أن رفعوا الأحمال الجسام وانطلقوا قبلنا نحو ضيعة فاكينق Phakding، لنلحق بهم كما ستجري الأمور دوماً في كل مرة. وفي بداية الطريق سجلنا أسمائنا لدى أحد المكاتب الحكومية وتم جرد سريع لمعداتنا بغرض التأمين عليها. ثم لحق بنا كلبان ودودان بدا أنهما جائعين، فأبتعت لهما بعض من علب التونة، لكن بمبا أوضح لي أنني بتقديمي الزاد سوف أجعلهما يلحقان بنا حتى آخر يوم في رحلتنا، ونصحتني أن أتجنب ذلك حتى لا يلحقهما أذى بسبب مرافقتنا. فهما قد يفارقان الحياة هنالك بسبب إختلال الضغط وقلة الأكسجين، خاصة أنهما سيحاولان العدو والقفز أثناء الطريق ولن يدركا أبداً معنى وتيرة السير البطيئة المطلوبة خلال للرحلة. وافقته على نصيحته ولكن يبدو أن ذلك كان قد حصل بعد فوات الأوان، فالكلبين مازالا يلحقان بنا وكانهما قد عزما أمريهما في مرافقتنا.



## داستي سعيد بمرافقتنا

بعد ذلك ظهرت لنا بوابة الهيماليا ومنها تبدأ أولى الخطوات المئة ألف (95800، خطوة تقريباً، 73 كيلومتر)، نحو القمة. سمينا بالله وسط نشوة وأهازيج وألتقنا الصور التذكارية عند البوابة فرحين بأن أحلامنا تتجسد حقيقة في هذه اللحظات.

# الطريق إلى فاكينق

## Phakding

### اليوم الأول

مستوى الإرتفاع، 2610 متراً

نسبة الأكسجين 14.9%.

20.000 خطوة، 15 كم

عشرون ألف خطوة أو خمسة عشر كيلومتراً أمامنا للوصول لأول ضيعة سنببت فيها وسط جبال الهيمالايا، ولم نحفل كثيراً بطول المسافة لشغفنا بالتجربة ونحن نسير خطواتنا بنشوة وخيلاء. ولم تكن الرحلة الأولى شاقة البتة، فنحن نقصد منطقة تتجه نحو الأسفل أكثر منها للأعلى، وتقل إرتفاعاً عن لوكلا بنحو مئتي متر تقريباً. لكن أحب أن أنوه هنا بأن السير في الجبال لا يقاس بالكيلومترات أبداً، فمسافة 15 كيلومتراً في الأرض المنبسطة يمكن قطعها خلال ساعتين ونيف، لكن في المرتفعات تقاس المسافة بالساعات وليس بالبعد، ففي بعض الأحيان يستغرق قطع 4 كيلومترات على سبيل المثال نحو يوماً كاملاً.

لذا وصلنا بعد مسيرة أربع ساعات لأحد المطاعم في الطريق وتناولنا وجبة الغداء الساخنة وتذوقنا طعام الشيربا لأول مرة والذي كان لذيذاً جداً، وقد قدم لنا فوق مصطبة بهية تشرف على وادي أخضر تتوسطه عشرات الشلالات يتناغم هديرها مع صدى الطيور داخل الأودية.

بعد الغداء وقليل من الراحة، واصلنا تقدمنا لنصل لأول جسر معدني معلق يربط طرفي جبلين، وهو أحد ثلاثين جسراً سنمر عليها قبل الوصول لإفرست. راق لنا تصميم الجسر المقوس المتأرجح فوق النهر، وتوقفنا كثيراً قبله وفي وسطه وفي آخره لأخذ الكثير من الصور التذكارية وهو يتمايل بنا يمناً ويسرة. وتستطيع تلك الجسور حمل حتى خمسة آلاف كيلوغرام في وقت واحد، وهي آمنة بشكل عام، ولكن يجب اتخاذ الحيطة والحذر عند رؤية عجل الياك، فإما العودة لبداية الطريق وإفساح المجال له للعبور إن أمكن، أو التعجيل بتجاوزه إذ لم يصل العجل لبداية الجسر، فقد يقوم أحياناً في وسط الجسر بنطح من يقابله دونما سبب مما قد يؤدي لما لا تحمد عقباه.

وعند حلول العصر بدأت تهطل علينا الأمطار الموسمية، لكننا كنا قد دنونا من تخوم ضيعة فاكدن الريفية، عندها تسرعت وأبديت بعض الإمتعاض لقائد الرحلة، وأخبرته بأن سيرنا كان شيئاً لا يذكر للغاية، حيث صرفنا وقتاً طويلاً في الطائرة وفي مطار لوكلا، وطلبت منه المضي لمحطة أبعد من هذه الضيعة، فلا زلت أشعر أنني في قمة نشاطي وحماسي للمزيد من السير قبل حلول المغيب. غير أنه رد بهدوء بأن المحطة هذه هي غايتنا اليوم، ويجب أن يكون أول يوم من الرحلة أبسط الأيام، كما أنه يتعين علينا الإنتظار حتى المساء للتأكد من أن الأمور تسير بشكل حسن، ولا يمكننا أن نبتعد منذ البداية لأعلى من ذلك. قبلت جوابه على مضمض ودلفنا نحو السكن المعد، الذي بدا جميلاً ويفي بالحد الأدنى المطلوب للمبيت والراحة. وإخترت حجرة مفردة عكس بقية الفريق، وهو أمر اكتشفت أنني أتفرد به وهو حبي للخصوصية خاصة عند النوم بالرغم من أنني لاحظت أن الجميع سعيد بالنوم المشترك، كما اكتشفت أنني دوماً أرنو لأن أسير لوحدي بينما يميل البقية لتكوين صداقات أثناء السير، مثنى وثلاث والحديث في أمور شتى دون توقف، بما في ذلك الإنخراط في اللعب الجماعي ليلاً.

بعد شرب الشاي والراحة لبعض الوقت، قررت الخروج والتجول في الضيعة حيث شاركت بعض الشباب من أبناء الشيربا لعبة كرة القدم، لكنني لم أستطع مجاراتهم لإنقطاع نفسي عند العدو خلف الكرة، بعكسهم جميعاً، فقد كانوا يلعبون في هذا المستوى المرتفع وكأنهم عند مستوى البحر، لكن سرني كثيراً قبول اللاعبين لي دون تردد وتشجيع الأهالي ومعاملتي بالابتسام والحميمية، وهذه صفة ستستمر طوال رحلتنا مع شعب الشيربا العظيم.

عند المساء تناولنا طعام العشاء وكان من المكرونة والدجاج المذبوح على الطريقة الإسلامية والذي أحضره معدّي الرحلة، لسهولة ذلك في بداية الطريق. ثم جلسنا نتجاذب أطراف الحديث في البهو المنيف، لكنني شعرت أثنائها ببعض التشوش وبتلبك معوي لأول مرة منذ وصولنا،،،، أه، لا بد أن أعراض المرتفعات بدأت تداهمني مبكراً،،،، لذلك عدت لغرفتي وحاولت التمدد ولكنني تذكرت أن النعاس من أخطر الأعراض وقد يؤدي إلى مالا تحمد عقباه. فعدلت من جلستي وحاولت قراءة قصة عن طريق الجوال، ولكن الأمر إزداد سوءاً، ثم ما لبثت الألام أن بدأت تعصف بي عصفاً حتى شعرت أن أمعائي ومعدتي ستخرج مع جهازني التنفسي لخارج جسدي، وصرت أتألم وأتأوه بأعلى صوت، حتى بدأت بالتقيؤ على نوبات متتالية لمدة تزيد على نصف ساعة. وفي تلك الأثناء سمع قائد الرحلة استغاثتي فأتى مسرعاً لمساعدتي وتهديتي وطمانني بأن الألم سيزول قريباً بعد أن أفرغ كل مافي جوفي، ثم ناولني قرصاً أدوية مختلفان، أحدهما لداء المرتفعات والآخر للإستفراغ. وفعالاً عدت بعدها لشبه طبيعتي بعد أن صابني إنهاك وتعب لا يوصفان البتة، ولم يحدث أن أصبت بذلك العارض منذ كنت طفلاً صغيراً.

وبعد تناولي العلاج خلدت للنوم وأنا كلي خشية أن أخفق في إتمام الرحلة عندما ينبلج الصباح بعد أن صابني ما صابني، وأدركت الحكمة من حديثه أن لا نتعدى هذه النقطة في اليوم الأول حتى تتأقلم أجسامنا، فدعوت الله أن يحدث ذلك سريعاً وأن يكون الغد يوماً أجمل.

# الطريق إلى نامشي بازار

## Namche Bazaar

### اليوم الثاني

مستوى الإرتفاع، 3440 متراً

نسبة الأكسجين 13.90%

15112 خطوة، 11.3 كيلومتر

نمت نوماً عميقاً بعد التجربة السيئة في أول يوم من المغامرة لأصحو على تغاريد الطيور عند الفجر الباكر، فطفقت أتفقد حالتي البدنية مستبشراً عن مدى جاهزيتي ليوم ترحال جديد. شرعت النوافذ على مصرعيها قبل كل شيء، واستنشقت نسمات الهواء الباردة التي كانت لجمال ذلك الصباح تحمل رائحة الثلوج وعبق الأشجار، ليشعرنني ذلك بأقصى مدى من الإنتعاش اللذيذ والنشاط الممزوجين بتفائل تام. فذهبت بعد أن تأكدت أنني على ما يرام وأنا أقفز قفزاً وتغمرني السعادة لأداء صلاة الفجر في الدور الثاني مع بقية الرفاق، حيث استخدمنا مدخل أحد الغرف كمحراب، واصطفينا كمأمومين بعرض الممر الضيق. بعدها تحلقنا حول المدفئة المشتعلة للتو، يشاغلنا أزيز لهيبها وتقصف حطبها، وقد إجتمع في أقصى البهو ثلاث نسوة مشغولات في صنع أقراص خبز التنور، وقد وضعن فوقه إبريق قهوة مبعج نفوح من فوهته رائحة القهوة المفعمة برائحة الحطب، وجرة من طين لصنع العجة. تناولنا وجبة الإفطار الطازجة المكونة من العجة والمشروم وخبز التنور المدعم بالعسل ثم خرجنا وغايتنا ضيعة "نامشي بازار" عاصمة الهيمالايا. ومع أول خطوة نحو الضيعة شعرت بالزهو والبهجة تغشاني كتلك السعادة التي يشعر بها العرسان في أول يوم من شهر العسل، فكم جميل أن أسرح مع شروق الشمس وفي السماء تحلق فوقني أسراب من النسور البنية الرشيقة في طيرانها، وأدنى منها أنصت لهديل اليمام يتناغم مع خرير جداول وغدران ماء رقرق تتموج وسط جبال مرسومة رسماً بديعاً.



## جسر معلق يصل إلى ضيعة نامشي بازار

كانت غايتنا هي السير لنحو 10 ساعات كي نصل عند حلول المغيب للضيعة، وستكون أول تجربة لنا لكسر حاجز الثلاثة آلاف متر وتحديداً إلى 3400 متر. وللمقارنة فقط، فأطول قمة في المملكة العربية السعودية هي قمة جبل السود في منطقة أبها جنوب المملكة والتي تقف شامخة عند 3015 متراً فوق مستوى سطح البحر، بيد أن نامشي بازارا ماهي إلا بداية الطريق في الهميلايا.

وسيكون الطريق الذي نسلكه وعرّاً ويمر بأخطر الجسور المعلقة، والممرات الخشبية والمعدنية المصنوعة محلياً لتجاوز جداول المياه القادمة من المرتفعات. والأمر الجديد أننا سنبقى يومين في الضيعة كي نهيب لأجسادنا فرصة التأقلم مع الإرتفاع الجديد، حيث أنه عند الإرتقاء لمكان يرتفع أكثر من 1000 متر عن المكان الذي يسبقه، فيتعين المكوث فيه ليومين كاملين قبل إكمال المسير، وهو ما سنقوم به ثلاث مرات طوال الرحلة، المرة الأولى هنالك في نامشي بازار والأخرى في ضيعة دينق بوتشيه، وأخيراً في ضيعة لابوتشيه.

تابعنا السير وسط أجمل طريق رأيته منذ بداية الرحلة وسيبقى كذلك، والذي يتعرج وسط جبال خضراء وأجراف لا يكاد يرى قاعها وتشكيلات صخرية عملاقة تشعر فيها بعظمة الخالق سبحانه وتعالى. فالجداول والشلالات تأسر الأبواب وكأنها خطوط بيضاء تتموج

وسط اللون الأخضر فتنهمر من أعاليه لتلتقي كنهراً عند السفح. فسرنا سعيدين وسطها حتى وصلنا فوق هضبة وادي سحيق، عندما أشار لنا قائد الرحلة نحو نقطة بعيدة في قاع القاع اسمها وادي مونجو، وقال عند تلك النقطة البعيدة ستكون وجهتنا للغداء. سنتناول وجبتنا فيها ونرتاح لبعض الوقت، ثم نواصل الإرتقاء حتى المنتزه الوطني، بعدها سنسلك مرتفعاً وعرّاً لمدة ساعتين وأريد منكم تناول الوجبة كاملة مع بعض ألواح الشوكولاتة حتى نستطيع الإرتقاء بطاقة كاملة.

واصلنا الهبوط شديد الإنحدار وسط أشجار الصنوبر والبلوط والتين وبللنا أقدامنا بماء الجداول التي تظهر لنا كلما وصلنا فجاً بين جبلين، وهرولنا وسط المناطق الآيلة للإنهيارات لنقطعها بأسرع ما يمكن تحاشياً لوقوع الصخور فوقنا، حتى وصلنا لجسر قد هوى بالفعل قبل مدة ليست بعيدة، فسلكننا طريقاً آخرّاً أبعد قليلاً، حتى أتينا وادي مونجو الذي يمر فيه نهر يسمى خمبو وتناولنا طعام الغداء، ثم استرحنا لمدة ساعة كاملة.

تابعنا السير بعد الغداء حتى وصلنا لمحمية "ساجارماتا الوطنية" أو المنتزه الوطني لسلسلة جبال الهيماليا والتي تعد البوابة الرسمية لجبل إفرست ومساحتها 1148 كم<sup>2</sup>، ولا يسمح في هذه المنطقة بأكملها بأي نوع من أنواع الصيد أو الإحتطاب، وقد تأسس المنتزه في العام 1976م، ويسكن فيه 3500 نسمة من الشيربا. سجلنا عند الوصول أسمائنا لدى السلطات المحلية التي قامت بتصويرنا بالفيديو بواسطة أحد الحراس الواقفين فوق مصطبة أثناء مرورنا عبر بوابة مهيبّة على طراز المعابد البوذية، فن البناء الذي ينتمي للعمارة الخميرية ويُسمى أنغكور وات. وفي المنتزه شاركنا السير في الطريق أنواع شتى من الحيوانات مثل قوافل الياك والبغال وهي تحمل البضائع وبعض الأغنام القادمة من مختلف المدن والمتجه لضيعة نامشي بازار للحاق بسوق الأحد. وبعد تجاوزنا البوابة بدأ لنا منحدر شديد متعرج ومرصوف، فسلكناه نزولاً لنصف ساعة، ثم استرحنا قليلاً لنبدأ صعوداً مرتفعاً ضعف الطريق الذي هبطناه للتو. ولأنني اتبعت بدقة وتيرة السير البطيئ وتوقفت كل عشرة دقائق لمدة دقيقة واحدة، فلم يلحق بي أية متاعب أو أصل لحالة الإنهاك الجسدي التي كنت أتوقعها بالرغم من أن الإرتقاء كان شاقاً جداً، لكني ولله الحمد أكملت السير بشكل مرضي للغاية حتى وصلنا آخر المرتفع واجتمعنا للإستراحة الأخيرة. وقد جمعنا الصدفة بثلاث فتيات يابانيات جميلات ونحيلات لدرجة ملفتة للنظر مع دليل واحد من الشيربا سبق وأن رأيناهن في العاصمة قبل ثلاثة أيام وهن يشتريين عدة الرحلة فتبادلنا أطراف الأحاديث الشيقة معهن حتى كادوا أن يرافقونا الرحلة لولا تحفظ البعض فودعناهن وتمنينا لهن رحلة سعيدة. غادرنا موقع الإستراحة وسرعان ما أختفين داخل طيات الجبال بسرعة ورشاقة لم نكن نملكها رغم أن الجميع قد اجتهد في الأشهر السابقة في التمارين الرياضية للتجهيز لمثل هذه الرحلة.

وبعد إستراحتنا ولقائنا السريع معهن، عاودنا المسير مرة أخرى وبعد سويغات بدت لنا منازل ضيعة نامشي بازارا في أعلى جبل خمبو مصطفة بشكل هلالى ويصل عددها 400

منزل، يسكنها 1700 نسمة. ومن هذه الضيعة الجميلة يمكن لأول مرة مشاهدة بعض قمم الجبال المشهورة مثل نوبلا (5,885 متراً) و كونجدي ري (6,093 متراً) و تامسيركو (6,808 متراً).

والضيعة كانت لمئات السنين تعد قرية تقليدية وادعة لا يطرقها إلا سكان الضياع المحيطة، فهي نائية وسط سلسلة جبال معقدة وترزح تحت طبقات متعددة من الثلوج معظم شهور السنة، ولم يكن يميزها سوى توسطها قرى الهيماليا وسوق الأحد الذي تتم فيه مقايضة البضائع بين القرويين. فأهل المناطق المنخفضة والتلال يحضرون الحبوب والغلال إليها ويحصلون في المقابل على عجل الياك والزبدة والجبن وما إلى ذلك. لكن الضيعة إزدهرت بشكل كبير جداً بعد العام 1953م، عندما صعد السير آدموند هيلاري وتنزينج نورجاي قمة إفرست لتشتهر لدى المتسلقين والمغامرين كونها المركز الرئيسي في الطريق إلى القمة، فكل المسالك المختلفة نحو القمة تمر حتماً بها. وبذلك إرتفع دخل سكانها سبعة أضعاف عن الضياع الأخرى، وضعفي دخل الفرد في العاصمة كاتمندو. ويتوفر فيها الآن العديد من الخدمات الضرورية، مثل المصارف والهاتف وآخر مستشفى في الهيماليا في طريق القمة.

وفي بداية ولوج الضيعة لفت نظري طفلة صغيرة حمالة للحطب، فسألته عن عمرها لتخبرني بأنها في الثالثة عشر، وهي تحمل يومياً 20 كيلوغراماً من بضائع قربتها وتستبدلها بالحطب من الضياع في القاع. أثارت شفقتي لما رأيته من قسوة في ملامحها، فقد إختلط في محياها رسوبيات الطفولة مع تجاعيد الشيخوخة والشقاء، فناولتها بعض المال وقمت بتصويرها بالفيديو ورفعته على موقعي في قناتي على الشبكة العنكبوتية، وتمنيت أن تتمكن يوماً ما من أن تعيش طفولتها بشكل أفضل مما هي عليه.



## الشقاء المليح

في ضيعة نامشي بازار كان لا بد لنا أن نقضي يومين لتأقلم أجسادنا بشكل جيد، والضيعة كذلك معروفة لدى المغامرين أنها هي التي تفرز المتسلقين إلى متسلقين ومستلقين، فمن يتعدى هذه النقطة ولا تظهر لديه أعراض المرتفعات، فإنه بخير، وستعتمد بقية الرحلة على عزمته وإصراره، أما جسده فقد نجح في عملية التأقلم. وإذا لم يستطع التأقلم بعد مضي يومين في الضيعة، فإنه سيعود أدراجه لا محالة، ولا يمكنه التقدم في الطريق، أو أنه سيقامر بحياته بنسبة تفوق 90%.

توجهنا من فورنا لبيت الشاي الذي حُجز لنا، وإرتمينا فوق الأرائك المعدة وذهب بعضنا في غفوة وآخرين غطوا في نوم عميق بسبب الإرهاق الذي لحق بنا حتى حلول العشاء. وعند ذلك قامت صاحبة النزل الجميلة واسمها "باسن" بإشعال المدفأة طلباً للدفء، ونحن في شهر أغسطس الذي يغلي في بلداننا، فتحلقنا حولها نتسامر ونتجاذب في قصص الطريق الذي مررنا فيه اليوم، بينما فوق أريكة قصية ظهر أن ثلاثة من أعضاء الفريق يعانون من

داء المرتفعات بشكل متوسط إلى شديد ممددين على الآرائك ، بل أن بعضهم قد تقيأ ولم يستطع تناول الزاد الذي تم إعداده واكتفى باحتساء الحساء فقط، أما أنا فقد استمتعت بالعشاء وفطيرة التفاح اللذيذة التي أعددتها "باسن". وبعدها ابتعت بعض الطعام للكليين وبحثت عنهما فلم أجد إلا واحداً والذي إقترب مني هازاً ذيله بسعادة فقدمت له الزاد وصرت لأطفه وأطلقت عليه اسم "داستي" أي المغبر، وهو اسم كلب عاش معي منذ زمن بعيد في مدينة الظهران، وأخيراً قضيت بقية الليل في لعب البلياردو.

بعدها خلدت للنوم في الدور الثاني، وسرعان ما غططت في نوم عميق لكنني استيقظت بعد مضي بعض الوقت بسبب إقتراب أحد الكلاب الضالة التي تقطن في الضيعة من نافذتي ليقوم "داستي" بالنباح عليها في محاولة طردها ومنعها من الإقتراب ناحيتي دون جدوى، فقد كان عوائه يصب في أذني مباشرة. ولأن النوم كان يغالبني بشدة، أكملت النوم مع استمرار النباح بالرغم من أن نومي يعد خفيفاً ويزعجني صوت نملة تمر بجانبني لكنني من شدة التعب لم أكرث لذلك. بيد أن استمرار العواء دعاني للنزول إلى "باسن" وطلب حجرة بديلة بعيداً عن نباح داستي، فأعطتني حجرة مقابلة لحجرتها تحتفظ بها للطوارئ ولا تقدمها عادة للزبائن، وقد نام فيها الرئيس الأمريكي كارتر وزوجته سابقاً.

نهضت عند الصباح وتحممت بعد أن دفعت 4 دولارات مقابل ذلك، حيث أنه يجب تكون هذه الضيعة آخر عهد الرحالة والمتلسقين في الإستحمام، فبعدها لا ينصح أبداً بذلك مهما طالت المدة ويستعاض عن ذلك بالمناديل الصحية ومناديل الإستحمام.

بعد الإفطار تجولت في المنطقة وصادف وصولنا موعد سوق الأحد، وشاهدنا المناظر الغريبة التي لا تتكرر في مكان آخر من العالم عندما أقبل سكان الضياع المتناثرة من غياهب جبال الهيمالايا بملابسهم المزركشة وسحنات وجوههم السمراء المختلطة بشيء من الحمرة عند الوجنتين، وشفاه قانية كالكرز الغامق، وهم يحملون بضائعهم المختلفة فوق ظهورهم، لكن كانت تعلوهم على الدوام ابتسامة وسكينة وحلم محببة للقلب. تجولنا في سوق الأحد وشاهدنا كيف تتم مقايضة عجل الياك بحمل ضيعة كاملة من الحبوب، وأجبان بالخضروات والفواكة وبعضها مقابل ملابس أو دقيق، سوق أعاد ساعة الزمن بنا لمئات السنين الغابرة.

ثم أكملنا تجوالنا ولعبنا كرة القدم مع أطفالاً مراهقين وأعطيناهم أثناء الإستراحة بعض ألواح الشوكولاتة والبسكويت، وأثناء الحديث معهم أخبرونا أنهم لم يشاهدوا سيارة طوال حياتهم، فكل المواصلات هنا تعتمد على الحيوانات أو البشر فقط. أما الشخص الوحيد الذي كسر القاعدة فهو الرئيس الأمريكي السابق جيمي كارتر الذي حكم الولايات المتحدة في الفترة من 1977 إلى 1981م، عندما حضر هو وزوجته بطائرة هيلوكبتر وتنقل عبر نفس الطرق الذي سلكناها.

وفي اليوم التالي تناولنا غدائنا وذهبنا لنقطة في أعلى الضيعة يوجد فيها متحف محلي، والهدف من الإرتقاء لنقطة أعلى هو تعريضنا لإرتفاع أكبر ومستوى من الضغط أقل إنخفاضاً لنعود بعدها وننام في الضيعة لخداع أجسادنا بأننا وصلنا مكان أعلى فيقوم الجسم بالتفاعل معه. لذا صعدنا للأعلى واتجهنا أولاً لمتحف صغير يتقدمه تمثال لتنزنج نورجاي، رجل الشيربا الذي صعد لأول مرة لقمة إفرست مع آدموند هيلاري ويعتبرونه هنا بطلاً وطنياً وشعبياً للشيربا. كما رأينا تمثالاً آخرأ يرتدي نفس الملابس الحقيقية التي كانت على تنزنج نورجاي عندما صعد للقمة، ولكن الذي لم يرق لي أن البدلة التاريخية معرّضة للتلّف والأولى وضعها داخل صندوق زجاجي لكي لا تتأثر بعوامل التعرية أو لمسها من قبل الزوار، فلو كانت تلك البدلة معروضة في أحد الدول الغربية لحفظت كما تحفظ الموناليزا. ثم قضينا بقية اليوم في التسكع في أزقة الضيعة الضيقة المتعرجة والحديث مع سكانها الوديدين، وتناولنا العشاء في منز أحد السيدات التي دعتنا للعشاء لديها، وهو ديدن معظم البيوت التي تعمل وتكسب لقمة عيشها من خدمة الرحالة. وعندما غابت الشمس وإختفت خلف القمم البيضاء عدنا للنزل وخذنا للنوم.

# الطريق إلى تينق بوتشيه

## Tengboche

### اليوم الرابع

مستوى الإرتفاع، 3867 متراً

نسبة الأكسجين 12.9%

13872 خطوة، 10.4 كيلومتر

يا إلهي، كم كان الوصول إليك شاقاً ومرهقاً ومنهكاً يا تينق بوتشيه، لقد كانت الخطوات نحوك أصعب من وصال حبيب متمنع، ففي سبيل وصلك زاغت الأبصار وبلغت القلوب الحناجر، وتقطعت الأنفاس وخارت القوى. فيا ترى ما الذي حصل في ذلك اليوم المشهود وكيف رسخ في ذاكرتي لحد الآن ذلك الخطب الجلل.

ففي كل صباحات الهيمالايا المفعمة بالنشاط والتفاؤل، أصبحنا وأصبح الملك لله، لنبدأ رحلتنا راجلين لا نلوي على شيء بعد أن قضينا يومين جميلين في نامشي بازار ووجهتنا الضيعة الصغيرة النائبة تينق بوتشيه المشهورة بدير (تينجبوتشي Thyangboche)، المقدس لدى البوذيين ومحجة الشيربا، وكذلك مسقطاً لرأس "تنزينج نورجاي"، أول من صعد للقمة في العام 1953م.

كان السير في البداية متوسط الصعوبة نظراً لتعودنا بعض الشيء على الشقة في الأيام السالفة وتكيف أجسادنا على الارتفاعات نوعاً ما، واستمر ذلك حتى حانت فترة الغداء، عندما أخبرنا القائد ككل مرة عندما تتحين الفرصة، أن الهمة والتركيز في المرحلة القادمة مطلوبان بقوة لصعود المرتفع الوعر الذي سنسلكه بعد الغداء مباشرة وأن نركز على وتيرة السير البطيء لنصل غايتنا دون أية معضلة، وطلب منا كذلك عدم الإلتفات للقرويين من الشيربا الذين سيمررون بجانبنا بسرعة وهم يحملون فوق ظهورهم الأثقال، فالمهم هو أن نصل وليس متى نصل. ولم يفصح لنا بدقة بأنها ستكون أصعب مرحلة سنواجهها طوال الرحلة، لدرجة أنني لم أحفل كثيراً بما قال وتابعت الإرتقاء كالعادة مع الفريق وأنا أتأمل جمال الغابات والقمم التي تكسوها الثلوج، وما كان يشغلني هو متى أصل لتلك الثلوج بأسرع وقت. لكن بعد نصف ساعة ظهر لنا مرتفعاً مهيباً منيعاً يقف شامخاً كسقف يحجب السماء عنا، تضيق مساربه وتتعرج وسط صدوع هائلة وصخور غير ثابتة لنضطر إلى أن نلتصق بجدار الجبل خشية الترددي في الهاوية. كذلك قمنا بخفض وتيرة سرعتنا حتى

وصلت لأقل من سرعة السلحفاة، وبدأت معها أنفاسنا تتقطع ويغطي أجسادنا عرق شديد بالرغم من شدة البرد. وبعد نصف ساعة من الإرتقاء الوعر والمعاناة الشديدة، أصابني نصب وإعياء شديدين وتحولت أنفاسي المتقطعة إلى ما يشبه فحيح أفعى يسمع عن بعد، ونبض قلبي يكشف تردده كل رادار يغطي المنطقة. وحاولت عمل كل شيء لتخفيف وطئ الضغط الشديد على جسدي المنهك، فصرت أصعد وجذعي محني لأقصى درجة بين ركوع وسجود.



ولما سأمنا وضجرنا، طلبنا اسعافنا بالتوقف بعد مدة وجيزة من الإرتقاء المنهك لناخذ أنفاسنا ونشرب الماء ونتمكن من تناول بعض من ألواح الشوكولاتة. لكن المفاجأة أن شرب الماء في هذه الحالة أو حتى قضم قطعة من الشوكولاتة يزيد من المعاناة وإنقطاع التنفس خاصة إن زاد ذلك عن ثوان، وأشبهها الآن بشخص يهرول ويحاول في نفس الوقت أن يتناول الطعام. ثم لم نلبث أن تابعنا المسير بعد عشرين دقيقة من الراحة، ليتفرق بعدها جمعنا بسبب تعرج الجبل الشديد ولم نعد نرى بعضنا إلا لماماً، ولم نكثر ذلك لأننا نسلك طريقاً واحداً. وبعد مضي ساعة أخرى وقبيل حلول العصر أيقنت أنني أخوض أصعب عملية صعود شهدتها منذ بداية الرحلة، بل أنني أجزم بأنني لم أخض مثل هذا التحدي والألم

وضيق التنفس المصحوب بتشوش الفكر والتوتر الشديد طيلة حياتي. فقد بدأ يداهمني الوهن واستنزفت طاقتي كاملة، وخارت قواي حتى عدت أجرجر جسدي جراً، وصدري يصعد في السماء. ولسوؤ الحظ، بدأت أفكر بأن أتوقف عن إكمال المسير وإعلان استسلامي وعدم أهليتي على إكمال الرحلة. فالأكسجين لم يعد يصل بشكل كاف لعضلات رجلاي المتخشبة تصلباً، وأحسست أنني كبرت أربعين عاماً خلال ساعتين من الزمن، وصرت بسبب ذلك أتحاشى النظر للأعلى لأرى كم بقي للوصول للقمة، وكم عاماً يجب أن أكبر لأصلها. وكان أثنائها دليل الفريق "بمبا"، يرقبني طوال الوقت ويبعث بإبتسامات مستمرة ومشجعة، لكنني كنت على يقين أنه كان يتفحصني أكثر من كونه يشجعني، حتى أن نظراته أضحت تقلقني أكثر من أن تطمئنني. وفجأة توقف "بمبا" وطلب من الفريق كله الراحة مرة أخرى لما لمس منه من الإعياء الذي حل بنا، فتجمع بقية الفريق خلال دقائق معدودة في نقطة الإستراحة الثانية. وأدركت حين اجتمعنا بأن ما أصابني قد أحاط البقية بدرجات متفاوتة فطمأنتت بأنني لست الوحيد الذي نال منه التعب وأنهكه، وكان من رأي مصيبة غيره، هانت عليه مصيبتته. ولا أعلم بالتحديد ما سر صعوبة تلك المرحلة، هل هو وعورة الإرتفاع، أم قلة الأكسجين الذي يغذي عضلات الجسد، أو أنه بسبب انخفاض معدل الضغط الجوي، أم كونها حالة ذهنية تملكنتني حينها. ولا بد يوماً ما أن أجد الإجابة لتساؤلاتي تلك التي حيرتني، لذا، سأعود بمشيئة الله يوماً لنفس الطريق لأجرب الإرتقاء مرة أخرى وأرى لم كنت أشعر بما شعرت به ذلك اليوم المشهود.

وفي أثناء الإستراحة الأخيرة وأنا أرتوي قطرات قليلة من الماء، تأملت أكبر الفريق سناً، وعمره 68 عاماً، وتساءلت في داخلي، بأن المنطق يحتم أنني أصغر سناً منه وبالتالي أقوى جسدياً، فلم لا أكمل المشوار مثله وليكن هو قدوتي في بلوغ المرام، فهاهو يتسلق معنا الجبل ويبدو أنه على ما يرام. وعزمت على نفسي ألا تقبل بالتقهقر حلاً، فهو لم يكن يوماً من عادتي مهما حمى وطيس ساحات الوغى. كذلك فكرت ملياً بأصدقائي الذين يتابعون مغامرتي، ومتابعي في وسائل التواصل الإجتماعي الذين يصبحون كل يوم على تفاصيل رحلتي، فقلت لنفسي، لا وألف لا، لن أخذلهم أبداً مهما كان الثمن. وبالفعل شعرت بعد حوار بسيط مع الذات بدافع إيجابي كبير للمضي قدماً وعدم الإستسلام، فزالت من رأسي جل الهواجس التي كادت تسيطر علي وأتممت المسير بعد ذلك بإنهاك جسدي فقط لا عقلي، وأجزم أنني هزمت المرتفع الوعر بذهني أكثر من عضلاتي. وهنا لا بد أن أؤكد لكم معلومة مهمة عن صعود جبال الهمالايا، فاللياقة البدنية مطلوبة جداً، لكنها لا تشكل سوى 40%، من أسباب النجاح، و30%، تكمن في ردة فعل الجسم وتكيفه مع المرتفعات. فبعض الأجسام تتكيف خلال 3 إلى 6 ساعات مع نقص الأوكسجين وانخفاض الضغط الجوي، وبعضها للأسف لا يستجيب البتة. فمهما كانت لياقتك وشبابك، فالأمر ليس خيارك، فالله عز وجل خلق أجسادنا وأودع فيها من الأسرار ما هو به عليم. فليس خيارك كإنسان بسيط أن تكون لديك حساسية من طعام ما، أو تعاني من داء مثل الربو، فتلك أمور لا تحددها لياقتك وأسلوب حياتك، إنما تحددها الأقدار، وقد ثبت علمياً أن نسبة 6% فقط من البشر قادرين على الوصول إلى إرتفاع 6000 متر دون أكسجين، ناهيك عن القمة التي تبلغ

8845 متراً. ويبقى أخيراً في رأيي المتواضع أن 30%، من عملية الإرتقاء تكمن في الحالة الذهنية الإيجابية وشيء من الحظ الذي يهيئ جميع الظروف لتكن دوماً مواتية.

وأخيراً وبعد جهد خرافي لن أنساه ما حييت أبداً، حتى وأنا أكتب لكم في هذه اللحظة بعد مضي وقت طويل، وصلنا لهضبة الجبل التي ستأخذنا لضيعة تنق بوتشيه بعد أصعب لحظات الرحلة والتي لن تتكرر حتى في المراحل القادمة الأعلى إرتفاعاً. وكانت المكافأة المستحقة في انتظارنا عند القمة عندما لامست أقدامنا الهضبة الربيعية التي تغشاها السكينة الساحرة والهدوء التام، لطيفة كأنها غيمة وجميلة كأنها صبية رقيقة، والتي وصلناها وقد سخنت أجسادنا وتبللت عرقاً، لكن سرعان ما شعرنا بالبرد القارس عندها، فإتجهنا نبحث عن الدفء إلى معبد تينجبوتشي الذي بني عام 1916م، كمعبد للشربا. وتجولنا فيه ونحن نتساءل كيف يضحى البشر بحياتهم ويصعدون هذه الجبال الشاهقة من كل فج سحيق معرضين أنفسهم لوعثاء الجبال بنية الحج نحو هذا المعبد المخبأ خلف طيات الجبال، ما هو ياترى سر هذا الإعتقاد الراسخ.



بعدها خرجنا بعد أن قضينا راحة ضرورية ودفء أصبناه نكمل طريقنا حتى ظهرت لنا ضيعة تينق بوتشيه والتي يقطنها نحو خمسين رجل دين بوذي وخمسة عوائل فقط، لكن عدد زوارها من المتسلقين والرحالة يصل إلى خمس وعشرون ألف سنوياً. وصلنا بسرعة في الأرض التي عادت مستوية لبيت الشاي ذي الألوان البيضاء والزرقاء ووضعنا عدتنا حول موقد الحطب وتناولنا الشاي الساخن بالحليب، ثم تمتعنا بالنظر من خلال النوافذ المنيفة في البهو لنشاهد منها بوضوح أجمل المناظر التي يمكن للمرء أن يشاهدها من مكان واحد. فمن هذه الضيعة ومن هذا المكان تحديداً يمكن مشاهدة أربع من أهم وأجمل القمم في العالم، وهي: إفرست بارتفاع 8845 متراً، ولوتس بارتفاع 8516 متراً، ونبتس بارتفاع 7861 متراً، و أمادابلم بارتفاع 6848 متراً، وجميعها مغطاة بالثلوج، بيد أن لونها الأبيض يتحول للون العسلي عند الأصيل وتبعثر شعاع الشمس فوقها.

في المساء عادت حالتنا الجسدية والذهنية لطبيعتها وكأن شيء لم يكن، وتناولنا العشاء المكون بيتزا وحساء عدس وفتائر التفاح، و سهرنا بعض الوقت، ثم خلدت للنوم الذي استمر بشكل جيد ولم أعاني من أية أعراض ولله الحمد، وصحوت عند الفجر إستعداداً ليوم آخر ورحلة جميلة تختلط فيها التحديات مع المتعة.

# الطريق إلى دينق بوتشيه

## Dingboche

### اليوم الخامس

مستوى الإرتفاع، 4720 متراً

نسبة الأكسجين 12%

13872 خطوة، 10.4 كيلومتر

الضيعة القادمة اسمها "دينق بوتشيه"، وتشبه اسم الضيعة التي سننطلق منها "تينق بوتشيه"، وبوتشيه الذي تكرر ذكره يرمز إلى اسم أحد الكهنة البوذيين، لكنها ستكون أعلى من السابقة بأكثر من 900 متر، وتقع فوق سهل فسيح مستوي على نهر إيمجا الذي تجتمع في حوضه مئات الجداول القادمة من الجبال. سرنا كالعادة بعد أن أفطرنا عند السابعة فطوراً غنياً وحرصنا على إضافة العسل والسكر كالعادة في الشاي، ولكن لم نستطع شرب القهوة هذا اليوم، وسنستمر في الإمتناع عن تناولها حتى نهاية الرحلة لعدم مناسبة القهوة للمرتفعات التي وصلناها.

تجاوزنا عند الصباح بعض المرتفعات الشاهقة وسط هطول أمطار متوسطة تحملها أرقام من الغيوم السوداء وسحب تتسابق في عرض السماء أشعرتنا أننا قفزنا الفصول لنلج فجأة لفصل الشتاء في سنام وحشته. لكن نوعية ملابسنا الإحترافية كانت خير سند لنا، فلم نتأثر بالبرد القارس ولم تتبل أجسادنا الملفوفة جيداً، فأصبح المطر مصدر سعادة عامرة لنا، لنلهو كأطفال تحت قطراته ونقفز وسط برك الماء المتجمعة. فيا لها من هبة من السماء تلك اللحظات التي أعادتني طفلاً وأنستني كل ما حولي فلم أعد أشعر إلا بكل ماهو جميل. كنت أسير بخيلاء وأنا أستمع لفيروز وهي تشدو بأغنية "رجعت الشتوية" وقد زال كل ما في عقلي من هموم الدنيا وتضاءلت الأحلام التي كنت أراها كبيرة وكنت أسعى دوماً لتحقيقها حتى أنهكتني كسائر البشر الذين يتنافسون على حطام حطيم، لكنها الآن لا تسوى لدي شروى قطمير.



## الجمال في السكون والهدوء والأماكن البعيدة

تابعنا رحلتنا البهية إلى أن دنونا من جسر معلق، فصادفنا نفراً من الشيربا وهم ينقلون أحد مرضاهم والذي كان قاب قوسين أو أدنى من الموت، وهم يلفون جسده برداء أقرب للكفن، ويغطون وجهه بقعطة من البلاستيك تحميه من المطر، وكان يحمله نحو ثمانية أشخاص وآخرين من خلفهم يلحقون بهم. ولحسن الحظ أن كان أحد أفراد فريقنا طبيباً، فسألناهم ما الخطب وإن كان بإمكاننا أن نقدم لهم أية مساعدة، فأخبرونا أنهم لا يعرفون ماذا أصابه بالتحديد، بيد أنه يشكو من آلام في ظهره وصدرة، لذلك قرروا حمله لأقرب مستشفى في نامشي بازار. وقام الطبيب بفحصه بعد أن حملناه تحت شجرة صنوبر عملاقة لتحاشي المطر، ليظهر بعد فحص سريع أنه قد يعاني من جلطة في القلب، فأعطاهم بعض الأسبرين وطلب منهم أن يكملوا سيرهم بأسرع ما يمكن لإسعافه قبل فوات الأوان.

أكملنا الإرتقاء بعد هذه المأساة الإنسانية حتى وصلنا نزل يقع عند نهر أبيض كالحليب بسبب مروره على صخور بيضاء كلسيلة لونت مائه، فطلبنا من قائد الرحلة أن نتناول الغداء عنده لأن المنظر السريالي قد راق لنا كثيراً، فأنزلنا أمتعتنا ثم دلفنا نحو بيت الشاي بحثاً عن الدفء وبعيداً عن الأمطار وشتاء الصيف العاصف، واكتفينا بالنظر من النوافذ نحو المنظر الجميل.

قامت نساء الشيربا حال وصولنا بإعداد وجبة طازجة، فطفقن بتقطيع البطاطس والخضار وغسل الأرز والعدس والورقيات لعمل طبق دال بهات، الزاد الشعبي للشيربا، وفي إنتظار ذلك قدم لنا شراب الزنجبيل الساخن المحلى بالعسل. وقبل أن ينتهين من إعداد الزاد، كان المطر قد توقف لنخرج ونشاهد قوس قزح بألوان زاهية وكأني الأول مرة في حياتي وهو يتقوس من شرق الكون لغربه، ولحسن الحظ كانت نهايته تلامس تلة قريبة منا، فبدأ منظراً ساحراً من وحي حكايات خيال الأطفال، وكأنه يدعوني لركوب طرفه ليطيير بي كبساط سحري إلى أقصى مكان في الكون عند طرفه الآخر. تناولنا غدائنا ونحن نتأمله وشعاع الشمس يتموج فوقه، فخفت الحديث وأصبح الصمت لا يقطعه سوى قرع الملاعق للأطباق متناغمة مع هدير النهر وتلاطم المياه بالصخور وتزن إيقاعها تغاريد طيور الشحور. وفي وسط الإستمتاع بالأوركسترا الإلهية، ظهر فجأة ماعز جبلي ذي قرنين عظيمين يجري بأقصى سرعته أمامنا، تبعه عويلاً من "بمبا" بالدخول نحو النزل، فقذفنا ما بأيدينا من الزاد بسرعة والتجئنا للداخل لا نعلم ما الخطب، ليخبرنا أنه يخشى أن يكون هنالك نمر ثلجي يلاحق تلك الماعز الفارة، ومن المحتمل أنها نجحت في الإفلات منه، لكنه قد يهاجمنا بدلاً من الماعز. إنتظرنا في الداخل بشوق أكثر منه خوفاً نرقب من خلف النوافذ لعلنا نرى أثراً لذلك النمر الثلجي، ولكن تبدد أملنا في ذلك بعد طول إنتظار، فخرجنا وأكملنا مسيرنا بشيء من اليقظة، ولم نفترق عن بعض هذه المرة.

وبعد ساعة ونيف من السير المتوسط الصعوبة، إستدنا في إتفاقة شبه كاملة حول حزام جبلي ليظهر لنا في الهضبة الخلفية للجبيل مجرى وادي عريض ومستوي يسيل فيه نهر حليبي اللون، وهو إمتداد للنهر الذي رأيناه في الإستراحة السابقة، ولكن بشكل أكبر عرضاً هنا وأسمه نهر إيمجا، وقد تناثر حول ضفته الشرقية عشرون كوخاً، وكذلك عدد مماثل من الأكواخ فوق مطل الوادي ويطلق عليها الضيعة العليا، ويصل عدد سكانهما حوالي 200 نسمة. كما أنشأ بالقرب من النهر مهبط لطائرات الهليكوبتر بشكل دائري بواسطة الحجارة المستخرجة من الجبال المحيطة، والذي كنا نحسبه في بداية الأمر أنه ضرب من ضروب المعابد المنتشرة في الطريق.



## الفريق يستعد ليوم جديد من ضيعة دينق بوتشيه

وقت مضى على الإرتقاء والهبوط والسير لساعات طويلة، والجميل أن هذه الضيعة المرتفعة فسيحة وتطل على نهر جذاب وسوف نقضي فيها يومين لتتكيف أجسادنا وهي فرصة كذلك للتنزه بها بعيداً عن كل ضوضاء وسط الطبيعة الساحرة. ففي دينق بوتشيه تتوقف جميع الإتصالات والكهرباء والتلفاز الإعتيادية، ويستعاض عن ذلك باستغلال الطاقة الشمسية لتوليد الكهرباء، وعلى الأقمار الصناعية في تشغيل الإتصالات.

إخترنا نزلاً جميلاً بالقرب من النهر واسمه "نزل القمر"، وأخذنا استراحة سريعة تناولنا خلالها عصير الليمون الساخن والزنجبيل، ثم خرجنا للسير في الضيعة لإبعاد شبح النعاس، ففي كل استراحة يداهم النعاس بشكل مبالغ بسبب قلة الضغط والأكسجين، والأفضل لتحاشي ذلك الإنشغال بأية أنشطة لتشتيت النوم.

وعند وصولنا انقطعت بالفعل كل وسائل الإتصال الإعتيادية، لذا تسابقنا على شراء قسائم "فاوتشر" الاتصال عبر الأقمار الصناعية والتي كان سعرها مرتفعاً بعض الشيء مع سرعة نفاذ الرصيد الذي كان يتلاشى خلال سويغات من الإستخدام. فقامت بشراء أكثر من قسيمة بمئة دولار ولكنها لم تصمد إلا لليوم الأول مما سبب بعض القلق لمتابعي من الأهل والأصدقاء حيث أنني سأغيب فجأة عن التواصل لنحو ثلاثة أيام قادمة.

عند المساء تمتعنا بوجبة عشاء لذيذة مكونة من الكبسة السعودية أعدها أحد أعضاء الفريق من منطقة طريف، وكانت أفضل مكافأة لنا بعد أيام من تكرار الزاد المتكشف، ثم خلدنا للنوم عند الثامنة متدثرين بملابس ثقيلة داخل أكياس النوم التي أحضرناها معنا بالإضافة إلى البطانيات التي يوفرها النزل.

نهضنا قبل شروق الشمس وكان الجميع لحسن الحظ يشعر بحيوية تامة دون وجود أية أعراض محبطة، وتفحصت درجة البرودة لأجدها 1 فوق الصفر، فتناولنا إفطاراً سريعاً وخرجنا في إنتظار شروق الشمس وإنعكاس شعاعها الذهبي على القمم البيضاء المحيطة بالضيعة وهي قمة نوبتس وستو و أما دابلام.

وبينما نحن نتجول في الخارج بين الخيط الأبيض والأسود بدت لنا تلك القمم كعمالقة تعتمر طرابيشاً بيضاء، وسط نسيم أشجار الصنوبر والبلوط و صفير الرياح الباردة الذي يسري رجفة داخل أجسادنا وبسمة أمل على ثغورنا. وعندما أشرقت الشمس كان منظرنا مهيباً، فشعاعها تعدى اللون الأصفر المعهود وتحول للون العسلي، ومن دونها النهر الأبيض الحليبي يتلاطم عند ضفاف أكواخ الضيعة التي يتصاعد من مداخنها أبخرة برائحة الحطب، فأرتسمت لنا لوحة تأسر الأبواب ولحظات صفاء لا تنهياً إلا لمن ضرب أكباد الياك إليها.

متعنا أبصارنا بالنظر وأرواحنا بالتأمل حتى إرتفعت الشمس قيد رمح ثم بدأنا عملية الإرتقاء للجبل المقابل لنحو ساعة كاملة كي نرتفع بضع مئات من الأمتار ثم نعود للضيعة مرة أخرى، طلباً لمزيد من التأقلم للإرتفاع الحالي والإرتفاعات التي سنقوم بها في الغد.



صعدنا الجبل الأول أعلى الضيعة بمشقة ثم صادفنا هبوطاً حاداً حتى قاربنا مستوى الضيعة، ثم صعدنا مرة أخرى لنحو ساعتين لأعلى الجبل المطل على الضيعة والذي يوفر منظرًا بانورامياً فوق النهر وكامل دينق بوتشيه بإرتفاع يصل إلى 5150 متراً عن سطح البحر، فجلسنا نلتقط أنفاسنا عند القمة وتناولنا الكثير من الماء وألواح الشوكولاتة، لأن من هذه الضيعة تحديداً يجب أن لا تقل كمية المياه التي تشرب يومياً عن خمسة لترات. وقابلنا بعض السكان الذين يقطنون في قمته وتحدثنا معهم عما يجذبهم للعيش في هذا المكان النائي الذي لا تتوفر فيه سبل الحياة إلا بمشقة كبيرة، فأخبرونا بأنهم لا يستطيعون مفارقتة ويفضلونه على كل بقاع الكون.

عدنا أدراجنا ولم يحدث لاحقاً شيئاً يستحق الذكر سوى معاناتنا في البحث عن وسيلة اتصال وتوعلك البعض بشيء من داء المرتفعات، ثم خلدنا للنوم عند العاشرة وكانت ليلة أخرى جميلة بالنسبة لي.

في اليوم التالي وبعد الإفطار زرنا نصب إفيرست التذكاري المصنوع من الحديد والمنقوش فيه أسماء الأشخاص الذين لاقوا حتفهم في طريقهم لتسلق قمة إفرست مع ذكر السنوات التي قضوا فيها، وأخذنا بجانبه الصور التذكارية ولم يزعزع من ثقتنا توثيق تلك الأسماء وكأننا نقرأ إحصائية ليس إلا.

بعدها عدنا للضيعة وتحلقنا في البهو نتجاذب أطراف الحديث، وقرأت إعلان أنه يوجد في نزل قريب طاولة بلياردو تعتبر أعلى مكان في العالم تمارس فيه هذه اللعبة، فتوجهت إلى الموقع ووجدت أن جيمي كارتر الرئيس الأمريكي قد سبقني وسكن في نفس النزل ومارس اللعبة، فقمتم كذلك باللعب مع أحد النزلاء من فرنسا حتى حانت فترة الغداء، فعدت لفندقنا الصغير.

بعد الغداء خرجنا مرة أخرى ولكن هذه المرة للتجول في الضيعة والإختلاط بسكانه البسيطين ودخلنا منازلهم المبنية من الحجارة وجلها عبارة عن بهو فسيح تتوزع في داخله ركن للنوم، وآخر لتناول الزاد يقع ضمن المطبخ ومدخنة لتصريف دخان الحطب. أما بيوت الخلاء فهي تأتي على شكل كوخ صغير منفصل عن المبنى وفي وسطه فتحة صغيرة يمر من تحتها أحد الجداول ليعمل كتصريف للمخلفات، وكنت في البداية منجذب لجمال تلك الأكواخ التي يجري من تحتها الجدول قبل أن أكتشف أنها كذلك.

ثم نزلنا على شط النهر وأخذنا بعض الصور التذكارية التي لا تنسى بلونه الأبيض وكأن الجبال البيضاء قد إنعكست صورتها في النهر، وشرق النهر تظهر الأكواخ الحجرية وخلفها الروابي الخضراء.

وعندما حل المساء كان الجميع قد استهلك قسائم شحن الجوالات بالأقمار الصناعية، فأسقط بأيدينا وأصبح الجميع يبحث في شبه هوس عن قسائم جديدة في النزل المجاورة دون جدوى، حتى أن البعض عرض على نفر من الشيربا أضعاف مضاعفة من المال نظير توفيرها، ولكن لم يتمكن أحد منهم من إحضار تلك القسائم. بالرغم من ذلك، فقد تحول إنقطاع الخدمة لأمر إيجابي، حيث تحلق الجميع جنباً إلى جنب وتشاركنا أحاديث السمر جماعياً دون غفلة أحد أو إنشغاله بالجوال لأول مرة منذ بداية الرحلة.

خلدنا للنوم بعد أن سهرنا للساعة الحادية عشر نظراً لإرتياح أجسادنا من السير الشاق وإمتداد إستراحتنا ليومين في إنتظار شروق شمس يوم جديد والتوجه نحو لابوتشيه.

# الطريق إلى لابوتشيه

## Lobuche

### اليوم السابع

مستوى الإرتفاع، 4950 متراً

نسبة الأكسجين 11.5٪

18700 خطوة، 14.5 كيلومتر

عند الصباح الباكر إنطلقنا بمحاذاة نهر إيمجا بعد أن أخذنا صورة جماعية للفريق، وكان الطريق مخضراً تخترقه العديد من الجداول والغدران التي تتقاطع كشبكة العنكبوت لتصب أخيراً في النهر، مما دعانا أن نقفز بفرح غامر بينها. لم نواجه صعوبة في الرحلة التي استمرت 7 ساعات عدا صعودنا مرتفع وعث مرهق، بالرغم من أنه كانا فسيحاً بعض الشيء واستمر ذلك لمدة ساعة ونيف. حتى وصلنا هضبة مليئة بقبور العديد من الرحالة، حيث كتب على شواهدها اسمائهم ودولهم وسبب وفاتهم. وبعدها صادفتنا تعرجات ضيقة لنصف ساعة لنصل لطريق معدتل الإرتفاع يمر فوق بحيرات من الملح تحسبها ثلجاً عندما تشاهدها للوهلة الأولى. وقبل أن نصل لابوتشيه، تفاجأنا لأول مرة بأصوات رعدية وإهتزازات أرضية صادرة من السفح المقابل، ليخبرنا دليلنا بأن هذه هي الإنهيارات الثلجية التي ذكرها لنا خلال الإجتماع التمهيدي. أنصتنا إليها بوجل وهي تشبه دوي الرعد وشاهدنا بأم أعيننا كيف تسقط الصخور التي يصل حجمها حجم المنزل لتجرف ما يقابلها من صخور وثلوج نحو القيعان. كانت القيعان في تلك الجهة عبارة عن صخور متجمعة وقطع جليدية على مد البصر، وما يحجب خطرنا عنا أننا نسير في الجبل المقابل ويفصلنا عنها وادي تسير فيه المياه وتتجمع فيه تلك الصخور. وبعيد الظهيرة وصلنا لضيعة لا بوتشيه بمشقة معقولة وتناولنا طعام الغداء في النزل الجميل، والضيعة ذاتها تبعد حوالي 150 كيلومتراً عن العاصمة، ولكننا بسبب طيرانا في البداية إلى لوكلا واختصارنا للمسافة، سنكون عند وصولنا اليوم قد قطعنا نحو 60 كيلومتراً. والضيعة ليست عامرة طوال السنة، إنما يتواجد فيها البشر في المواسم التي يقدم فيها المتسلقين، وما أن وصلنا إليها، فنكون قد إنفصلنا بالفعل عن الكون الحديث وعدنا أدراجنا مئات السنين نحو القرون الوسطى، وما نعيشه الآن شبيه بما شاهدناه من قبل في أفلام الفانتازيا التي تمثل ساعة الزمن التي تأخذ البشر لحضارات بدائية، مما يمثل بحد ذاته متعة قصوى وإنبهار في عيش التجربة. فالضيعة صغيرة موحشة لا حياة فيها تذكر، وتتكون من عدة أكواخ حجرية متناثرة بنيت منذ مئات السنين، تعلوها أسقف من أشجار الصنوبر والغار وتقع في المنطقة التي يختفي

فيها الزرع ويندر فيها الضرع، بسبب البرودة الشديدة والصقيع. لا وسائل عصرية فيها البتة، وسحنة سكانها تشبه أهالي العصر الحجري، حتى أن دوابهم تبدو غليظة الجسد كثيفة الصوف خشنة الملامح. والضيعة أشبه بصحراء قاحلة، لولا وجود الأنهار والقمم التي تحفها الثلوج، فلم نعد نشاهد في كبد سمائها طيوراً قادرة على التحليق عند هذا الإرتفاع غير طيور الأوز والبجع وهي تصدح بأصواتها الشجية مخترقا صداها الوادي وسط عاصفة من صمت سرمدي. والضيعة تتوسط الطريق الجنوبي الشرقي لقمة إفرست، وتعتبر آخر ضيعة يتعين قضاء ليلتين فيها لتمكين الجسم من التكيف الأخير في هذه الرحلة، أما المحطة التالية واسمها "قوراك شيب" والتي تبعد ساعتين عن سفح إفرست، فهي محطة إنتظار لسويغات وإلتقاط الأنفاس قبل التوجه لسفح القمة، والمبيت فيها يكون فقط عند العودة من السفح بعد إنتهاء الرحلة استعداداً للعودة في اليوم التالي.

وتحيط بالضيعة عدة قمم شاهقة تنسب إليها، وهي لا بوتشيه الشرق، ولا بوتشيه الشرق الأقصى، لا بوتشيه الغرب، لا بوتشيه كانغ التي تقع ضمن هضبة التبت، خارج حدود النيبال.

ويمر بالقرب منها أعلى نهر جليدي في العالم عند إرتفاع 5486 متراً فوق سطح البحر، واسمه نهر خمبو، والذي تنهار دوماً ثلوجه وتتحرك نحو الأسفل قادمة من ناحية جبل إفرست مشكلة بذلك الخطر الأكبر على المتسلقين. وقد لقي في 18 أبريل، 2014م، أكثر من عشرة أشخاص حتفهم عندما تحركت كتلة من الجليد تزن ما يقارب من 3900 طن لمسافة 400 متر، فلا غرابة أن يطلق على المكان منطقة الموت رقم واحد. والسبب الأساسي لتحرك تلك الثلوج هو حرارة الشمس التي تزعج القطع الجليدية الثقيلة لتسحل معها الصخور الضخمة ومن يتواجد فيها من بشر.

سكنا في نزل يسمى "نزل الشيربا" وهو الأفضل بينها، ونفس الاسم يتكرر خلال الرحلة، ولكن أتحدث هنا عن النزل الموجود في لا بوتشيه، والطاقة الإستيعابية القصوى للضيعة كاملة هي 200 سرير فقط، مما يتسبب في سكن الكثير من المتسلقين في العراء داخل خيامهم البسيطة وخاصة في شهر أبريل.



## سبنسر ولورا من إيطاليا ويعيشان في دبي

إسترحنا في النزل وتناولنا طعام الغداء متأخراً هذه المرة ثم خرجنا نتجول للبحث عن قسائم مسبقة الدفع لاستخدامها في النت ولم نحض إلا بعدد قليل، فأسقط بأيدينا لأننا قد إقتربنا من النهاية ومن المهم أن نشارك الأحداث مع متابعينا الذين أبدوا حماسهم الشديد أثناء الرحلة ويطلبون المزيد كلما توقفنا عن بث مقاطع جديدة. وقد تمكنا بعد تجاوز الضيعة السابقة تينق بوتشيه أن نحصل على بعض التغطية الضئيلة في الشبكة فحملنا بعض المواد وطماناً أقربائنا ومتابعينا أنا بخير، ولكن الآن يجب أن نبحت عن حل جذري لهذه المعضلة.

بعد العصر صعدنا قمة بالقرب من الضيعة للإرتفاع لنحو 150 متراً فوق الضيعة خلال ساعة، لكن المجهود الذي بذلناه لوصول تلك القمة يساوي في شدته المجهود الذي بذلنا منذ إنطلاقنا الصباح الباكر من الضيعة السابقة والذي استمر لنحو 7 ساعات، لذا عند وصولنا القمة تمددنا وكأنا صرعى والبعض بدأ يشعر بنعاس شديد وتوق للنوم، لكن المرافقين من الشيربا استمروا بمداعتنا وكأنا أطفال يمنعهم ذويهم من السبات لتعديل أوقات نومهم، حتى شعرنا بالضيق من مشاكستهم، بالرغم من يقيننا أنهم كانوا يعملون ذلك لصالحنا. لكن بعد نحو نصف ساعة بدأنا بالهبوط السريع مما خفف من الشعور بالنعاس وطنين الأذنين وصداع الرأس. وعمل التكنيك بشكل جيد مما هياً لنا قضاء ليلة جميلة

خالية من الصداع والغثيان، عدا أحد أعضاء الفريق الذي كان يعصب رأسه قبل وبعد الإرتقاء.

لم يكن ليميز اليوم التالي شيئاً مختلفاً سوى حصولنا على القسائم التي تعمل على الأقمار الصناعية لاستخدامها في تفعيل جوالنا بأسعار عالية جداً، وكذلك لهونا بركوب الخيول في المنطقة الفسيحة حولنا. وأجمل ما فيه كان جلوسنا خارج النزل ونحن نرتدي الملابس الثقيلة ونتناول عصير الليمون الدافئ والزنجبيل في إنتظار حدوث الإنبهارات الثلجية بخشية وشيء من السعادة والفضول وكأنها ألعاب تقام على شرفنا. وفي المساء خلدنا للنوم مبكراً استعداداً للذهاب لضيعة قوراك شيب في الغد ومنها لسفح إفريست، وإن موعدنا الصبح، أليس الصبح بقريب.

# الطريق إلى قوراك شيب

## Gorakshep

### اليوم التاسع

مستوى الإرتفاع، 510 متراً

نسبة الأكسجين 11.5٪

5900 خطوة، 4.5 كيلومتر

صحت مبكراً عند الرابعة صباحاً على صوت استغاثة أحد أعضاء الفريق من كندا والذي كان يئن من آلام معوية وتقيؤ شديد، فهرعت إليه وناولته بعض الأقراص التي كنت أحتفظ بها منذ اليوم الأول عندما أصابني نفس الداء في ضيعة فاكن، وانتظرت معه لبعض الوقت حتى تأكدت أنه عاد لطبيعته. ثم ذهبت للبهو لأجد أن أكبرنا سناً والذي كان متواجداً معه منذ الساعة الواحدة والنصف وهو يجلس الآن في البهو بعد أن صنع لنفسه كوباً من عصير الليمون ولم يعد لسريره في إنتظار أن يستيقظ الجميع. وما أصاب الكندي من تقيؤ وشيخنا من أرق يعدان من الأعراض الإعتيادية للإرتفاعات الشاهة التي حتماً ستصيب البعض وينجو منها فقط من كان ذو حظ عظيم.

وعندما أشرقت الشمس سرنا جميعاً نحو قوراك شيب، ومن الوهلة الأولى إكتسبت درساً جديداً من رفيقي الأكبر سناً، فمع بداية الرحلة لاحظته وهو يبدو بأحسن حالاته هاشاً باشاً ولم يظهر أية تدمر أو شكوى في أية لحظة. فحدثت نفسي مرة أخرى، ماذا لو كنت أنا في مكانه في هذه الظروف وقد استيقظت عند تلك الساعة المبكرة، وها أنا أسير في رحلة شاقة تتطلب حضوراً بدنياً وذهنياً، حتماً سأؤجل المسير حتى آخذ جرعتي الكافية من النوم، ولو أنني سرت دون نوم مثله، لبدأت بالتدمر لكل من حولي ولشكوت لطوب الأرض من نصب أصابني، لكنني عندما تأملت حاله وكأن كل شئ على مايرام، قلت لنفسني، لم لا أتخذه نبراساً لي في هذه المنقبة التي طالمت أشغلتني كي لا أجعل من عدم أخذ قسط نوم كاف عذراً ليكون اليوم التالي إجازة مفتوحة.

وسط تلك الدروس الجميلة التي ظللت أستقيها طوال الرحلة، كنا نتابع المسير الأخير إلى قوراك شيب، والذي لم يكن شديد الوعورة أو الإرتفاع هذه المرة، لكن الإجهاد المضني بدأ ينال من الجميع بعد مضي أول نصف ساعة بسبب نقص الأكسجين الحاد الذي أنهكنا

وجعلنا نلهث ونشعر أن عضلات أقدامنا تكاد تتوقف عن الحركة، فقد كانت دون مبالغة كل خطوة نحو المحطة الأخيرة بمثابة صعود أربع درجات دفعة واحدة.

وزاد من المعاناة تلبد الغيوم السوداء واشتداد الرياح، فتحول بحق سيرنا كفاحاً لإكمال الإرتقاء لتصبح تلك الكيلومترات المعدودة تعذيباً عنيفاً. ولكل ولحسن الحظ، قابلنا مرة أخرى النساء اليابانيات الرشيقات الثلاث وهن عائدات بعد أن أتممن الرحلة وبدين في غاية السعادة والحبور، ولم يظهر عليهن شئ من كدح الرحلة ولا إنهاك الإرتقاء، فحييناهن وتبادلنا الأحاديث الودية، حيث أكدن لنا أن الصداع والإجهاد الذي نعاني منه قد أصابهن بالفعل في نفس النقطة التي نحن فيها الآن أثناء رحلة الذهاب، لكن كل تلك الآلام ستزول بعد الوصول والراحة في قوراك شيب. طمأننا حديثهم السريع والمتفائل وأكملنا المسير بعدها كيفما كان حتى بدأت تلوح لنا على مد البصر قوراك شيب، آخر موانئنا للوصول لسفح إفرست.



## أسافر لأنني في السفر أكون أقرب ما أكون لذاتي

وصلنا أخيراً بعد ثلاث ساعات ونيف للضيعة المكونة من عشرة منازل عتيقة وهي آخر نقطة يتوفر فيها بناء أو سبل الحياة قبيل القمة، وقد أطلق عليها [الزعيم الروحي لبوذي](#)

التبت "الدلاي ماي" اسم "خطوات السماء"، لأنها آخر بقعة مأهولة والأقرب لألهة الجبال في معتقدتهم.

كانت الضيعة مبنية فوق أرض مستوية محاطة بالقمم الثلجية، لكن قاعها رملياً وصخورها صلبة حاد الأطراف بسبب سقوطها من أعالي الجبال أو إنجرافها مع النهر الثلجي وهبوب الرياح الباردة على أطرافها. وعند تأملها يحسب المرء أنه تاه وسط بيداء قفراء في قلب جزيرة العرب، بيد أن رفع الناظرين نحو الأفق قليلاً يفند كل ذلك، ويعتقد أن قوراك شيب أبرد مكان مأهول في العالم بعد سيبريا، ويقف خلف تلك الأكواخ الصغير مباشرة وبشكل مهيب قمة "كالا باتار"، كشيح يحرس الضيعة بإرتفاع يصل 5545 متراً فوق مستوى سطح البحر. وعند صعودها يمكن مشاهدة قمة إفرست المقابلة بشكل واضح، وهو مما عزز من أهمية الضيعة كونها موقع إستراتيجي لتصوير القمة، بجانب أن الموكوث فيها يهيئ للجسم إكتساب التكيف المطلوب قبل صعود القمة، بما في ذلك إمكانية الذهاب والعودة منها في نفس اليوم لسفح إفرست. وكانت الضيعة حتى وقت قريب هي المعسكر الرئيسي لتسلق قمة إفرست، قبل أن يتم نقل المعسكر لنقطة أقرب من إفرست والذي يبعد عن الضيعة نحو ساعتين.

وعندما حصلت على غرفتي سقطت بشدة فوق السرير وغطيت في نوم عميق دون أن أخلع حذائي أو أي من ملابسني، لكن بعد نصف ساعة، قام "بمبا" بإيقاظي وإيقاظ الآخرين لعدم مناسبة النوم في هذه الوقت، فخرجت للبهو أخرج أقدامني وأنا أعاني من صداع نصفي من النوع الفاخر وجسدي يرجف من البرد متدثراً ببطانية ثقيلة. ثم تناولنا طعام الغداء قبل حلول الظهر في البهو والذي كان عبارة عن فطائر ونودلز وشربة عدس، لكنني لم أستطع الأكل إلا بمقدار قطعتي تمر من كل طبق، وعضواً عن ذلك شربت عصير ليمون ساخن محلي بالعسل، وبعد نحو ساعة تكيف جسدي بطريقة سحرية وشعرت بأني عتدت طبيعياً تماماً، بل أنني بدأت أتمتع بالمناظر الجميلة من خلف النافذة وأتأمل روعة وحسن الثلوج وتشكيلاتها حول الجبال وتموج الجليد بين لون أخضر فاتح كالزبرجد في المناطق الدنيا، والثلج أبيضاً ناصع البياض كالكريستال في الأعالي، فأخذت عكازي وخرجت أستكشف جمال قوراك شيب الفتان الذي حجه عني داء المرتفعات اللعين.

وقمت في الخارج بالتقاط العديد من الصور وإرسال بعض المقاطع على السناب شات، ففي هذه البقعة النائية من الهيماليا تعود بقوة تغطية الشبكة سواء بواسطة الأقمار الصناعية المتوفرة خدمتها أو الأبراج التي أنشئت لخدمة المتسلقين عندما يصلون إلى غايتهم.

## سفح إفرست

### Everest Base Camp

اليوم العاشر مكرر

مستوى الإرتفاع، 5400 متراً

نسبة الأكسجين 11%

4593 خطوة، 3.5 كيلومتر

بعد الظهيرة مباشرة دقت ساعة الصفر وحانت اللحظة التي إنتظرتها طويلاً منذ استهلال رحلتي من مطار كاتمندو العاصمة عندما حطت الطائرة في مطار لوكلا وسط جبال الهيمالايا، حيث إرتقيت لحد الآن نحو 70 كيلومتراً خلال عشرة أيام من الإرتحال تبدأ من الصباح الباكر وتنتهي عند حلول المساء في رحلة فائتة ومثيرة في معظم الأوقات، وشاقة للغاية لبعض الوقت. مررت خلال تلك الأيام بضيعة فاكينق عندما عصفت بي الأم وعانيت من القىء الشديد في أول ليلة، ثم بضيعة نامشي بازار وأول إرتفاع شاق وشاهق أصل لمستواه في حياتي، ثم بضيعة تينق بوتشيه التي كانت أصعب تحدي جسدي مر علي وفلحت في تجاوزه. ففي الطريق لتينق بوتشيه تحديداً لحقت بي شقة وألم وكرب، لكنها كانت الأجل وأراها الآن لذيذة ولن أنساها ما حييت أبداً. ثم واصلت التسلق إلى ضيعة دينق بوتشيه وسعدت باللهو في نهرها الحليبي الصافي وتأمل تدرج لون جبالها بين أخضر وثلجي وأكواخها العتيقة، وبعدها وصلت لضيعة لابوتشيه وفيها تتلاشى أدمة الجبال الخضراء وتتحول إلى صحراء قفراء لا حياة فيها ولا يميزها سوى بحيرات الملح والنهر الجليدي. وأخيراً وصولي لضيعة قوراك شيب التي يمر منها أعلى نهر جليدي في العالم ومشاهدة الإنهيارات الثلجية بأم عيني، وهي الضيعة التي سأصل منها إلى غاييتي سفح إفرست خلال ساعات معدودة. فأكملت المسير وسط تناقض مشاعر بابتهاجي بتحقيق مرادي من مغامرتي، مع شجوني من دنو نهايتها بآلامها وأفراحها، ويفصلني الآن بضع سويغات عن استدال الستار على آخر فصولها. وكانت الخطة المتفق عليها سلفاً، هي المكوث في سفح إفرست 45 دقيقة على أكثر تقدير، ثم العودة إلى قوارك شيب بالسرعة التي يمكننا عليها، نظراً لخطورة المكان الشديدة على الجسم، ومن أراد قضاء مدة أطول، فيتعين عليه استخدام الأكسجين والملابس الأكثر إحترافية وإتباع وبعض الأساليب المعتمدة الخاصة بالمنطقة.

بدأنا المسير محاذين لنهر خمبو الجليدي مستمتعين بالإنهيارات الجليدية المتزايدة في  
الجهة اليمنى منا وأخذنا بالإرتقاء وسط جلاميد عظيمة وصخور حادة أطرافها كأصال  
السكاكين، وسوف نرتفع بعد دقائق لمستوى أعلى ثم نهبط لمستويات أدنى عند السفح.

وبسبب الإرتفاع الجديد الذي وصل حد الخطورة، شعرت بضيق في التنفس وعاد لي  
الصداع النصفى مجدداً، فتجلدت متحملاً كل الآلام لعدم وجود خيار آخر وبقاء ساعة  
ونيف فقط للوصول لنهاية الرحلة. ووسط حالي البدنية والذهنية المتأزمة نظرت شمالي  
فشاهدت نفرأ من الشيربا يسوقون خيلهم على مقربة منا، فناديتهم وسألتهم إن كان  
بالامكان أن أمتطي أحد الجياد للوصول إلى السفح فوافق أحدهم مقابل 50 دولاراً.  
سعدت بتلك المنحة من السماء التي أنجدتني في اللحظات الحاسمة، ولو أن الشيربا طلب  
مني أضعاف مضاعفة لذلك المبلغ لما ترددت في دفعه لأنني وصلت لدرجة لا تطاق من  
الإنهاك وعدم المقدرة على التنفس وخشيت أن لا أقوى على تحقيق غايتي في اللحظات  
الأخيرة. امتطيت الجواد وودعت الزملاء منطلقاً بسرعة عالية مقارنة بوتيرة سيرنا  
البطيئة التي تشبه سير السلحفاة، وطفق الجواد يرتقي بشقة أخالها لا تقل شقة عما كنت  
أواجهه قبل لحظات وحوافره تتشبث بين الشقوق وفوق الصخور التي تنزلق تارة ليغير  
بفطرتة قدم بأخرى بسرعة البرق لحفظ توازنه، حتى أنني خشيت من شدة ميلانة وترنحه  
أن أتردى نحو الهاوية التي تحاذيني من ناحية اليمين. فكنت بالرغم من تمسكي بلجام  
وسرج الجواد بقوة، إلا أنني جهزت نفسي للقفز للجهة اليسرى المعاكسة للجرف حال  
سقوط الجواد في الجهة اليمنى في أي وقت.

استمررت في الإرتقاء أنا والجواد الأصيل حتى وصلت بالقرب من السفح، ونظراً لوعورة  
الإرتفاع وتعذر الجواد عن المضي قدماً، قفزت من فوقه كفاتح مظفر إقتحم حصن حصين  
بحصان طروادة، وأكملت التقدم بكثير من الإبتهاج وبسرعة عالية لا ألوي على شئى، وفي  
مخيلتي فقط الوصول للسفح الآن، ولو كان بالإمكان قبل الأوان.

## اللقاء بشبيه صويحيبي

عاد الجواد في طريقه حالما ترجلت عنه، وسرت وحيداً مبتعداً عن رفاقي غير أبه بدرجة البرودة المتندية التي وصلت لخمس درجات دون الصفر، أو من خطورة تفرد الحيوانات المفترسة بي. وأكثر ما أقلقني هو الدوي الرعدي للإنهيارات الثلجية الذي كان يقتل السكون ويذكرني أنني هنا لوحدني أواجه الطبيعة دون ظهير. لكنني كنت أتغافل عن كل ذلك بمكابرة وجسارة لأن ما يفصلني عن بلوغ المرام الآن عدة أمتار فقط. تقدمت حتى استويت على السفح القفر الذي تحفه السكينة ويغشاه هدوء سرمدي، لولا أزيز رفرقة أعلام البوذيين التي تزيد من وحشته. حتى وصلت لمجموعة صخور من تشكيل الإنسان، لتتجلى أخيراً خلفها قمة إفرست متشحة بالبياض، سامية فوق عرشها تحفها قمم تتزاحم بمناكبها، وتتعرج هضابها كحلزون أبيض حتى تصل لطرفي قدمي. فتسمرت متأملاً بريقتها البلوري الذي يعكسه شعاع الشمس في عيني كشعاع نجم سقط للتو من السماء. فكانت لحظات سعيدة جداً من التأمل العميق الذي فصل ذهني تماماً عن الكون وحقق لي النشوة والسعادة القصوى حتى غشيتني أعلى مرات النيرفانا، فصرت أسير وسط السفح وحدي وأنا طرب وأغني بابتهاج غامر وبوهيمية، وهو ديدن كل من وصل هنا وإختلى بذاته ليتصالح معها بعيداً عن ضجيج المدن وهموم البشر.

فناجيتها مخاطباً، كم كواني الجفا ياقمة الكون وقتلني النوى طوال مسيرة عشرة أيام لأكل عيني لدقائق معدودة بحظوتك، وها أنا أترجل على عكازي مهلهل القوى من شقوة الترحال في حضرتك، ويكأنني أمامك نقطة آخر الجبل. أه يا أوج الدنيا، لقد تيمت بك شوقاً وهام فيك خيالي حتى أصبحت أرى الآن في أفريز قممك شموخ أنف صويحيبي، وفي حنوك، إنحاء أرنبته الفتان الذي طالما شاغلني وسرق مني جل أوقاتي. أما سمو قممك التي تعانق السماء، فتتجلى فيها نيافة محبوبتي بين النساء، وفي بقائك عصية على البشر لستين مليون سنة مما نعد، مناعة قلبها لكل من سولت له نفسه عشقها، وأشهد لي اليوم أنني لها أعظم العاشقين.

### • إكمال العقد

وفي خضم أشجاني المتلاطمة سمعت هتاف الرفاق وسراة الجبال يوقضني من هواجسي بأهازيج الظفر والنصر، فرحبت بهم بالتلويح بعكازي، وطفقت أريهم ما رأيت وأشرح لهم عما شاهدت وكأني قيّم للقمة، ثم بدأ الجميع بفرحة شديدة في توثيق نجاحنا في الوصول إليها بالتقاط الصور الخاصة والجماعية، وتسجيل مقاطع الفيديو أو إرسالها عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

أما أنا فقد رفعت لوحة تحمل اسم زوجتي وأبنائي، ودونت فيها، "من قمة إفيرسيت، أحبكم". ومن ثم أخرجت من حقيبة الظهر الزي السعودي الكامل وإرتديته، ثم رفعت بكل فخر وعزة راية التوحيد بجانب شعار رؤية المملكة 2030، لأتشرف بأن أكون أول من علاها عند قمة إفرست. وفلسفتي بدعم رؤية الوطن، بأننا في أمس الحاجة إليها وأملتي كله أن تطبق كما ذكرت لنا أو أقرب لما قيل. فالوطن بحاجة أكثر من أي وقت مضى، وأبنائنا يحتاجونها أكثر مما نحتاجها في تحقيق عيشاً كريماً، كما عشنا قبلهم كرماء طوال العقود الماضية. ومن المفارقات، بأن عند تمام الرؤية، سيكون أصغر أبنائي قد تخرج في نفس السنة، إن شاء الله، ويحتاج كغيره من المواطنين لوطن قوي مزدهر ليشارك في رفده نحو العلا.



وبعد مضي أكثر من ساعتين من التمتع بالمنظر البانورامي الذي يأسر الأبواب ووقوفنا دون القمة نتأمل سموها المهيّب وعبقنا برائحة ثلوجها المنعشة، وهو ضعف المدة التي ينصح المكوث فيها عند السفح، خاصة بالنسبة لي لأنني وصلت قبل الفريق، طعنت ديار ليلي عائداً أدراجي فرحاً مسروراً نحو ضيعة كوراك شيب.

لكن مع وصولنا للنزل عند الأصيل، بدأت تنزل نشوتي وتثقل خطوتي، فقد بدأت تدهمني أعراض المرتفعات مجدداً حتى أنستني تلك اللحظات الجميلة وكأنها لم تكن حيناً من الدهر. فجلست في البهو أقاسي من صداع نصفي مصحوب بغثيان وبوخز في الأطراف، وكذلك بضيق التنفس. وحينما حان وقت وجبة العشاء التي تكونت من فطيرة التفاح وحساء وأشياء أخرى لم أراها لعدم قدرتي على التركيز، تناولت الفطيرة وتعجبت كيف يمكن للمرء إلتهامها وأنا أجدها كحجر لا قدرة لي على ليكها، فتركتها تسقط من يدي فوق المنضدة كسلاً مني أن أعيدها مكانها. وحاولت تناول الحساء، فأخذت ملعقتين بشق الأنف ثم استسلمت للنوم في البهو أصغي لأصوات الرفاق كصدى يتشتت فوق الماء، وأنا كمن يغرق في أعماق خزان مليء بذلك الماء، ومن فوقني تتلاشى وجوههم وهي تنظر نحوي، عاجزاً عن مد يدي نحوهم لينتشلوني من الغرق. فنمت سريعاً لوقت لم أحسبه، ثم شعرت بين حلم وعلم بمن يأخذني على عاتقه نحو حجرتي لأسقط متهدلاً على مضجعي فأنام نومة أهل الكهف.

لكنني استيقظت عند الثالثة صباحاً بكرب عنيف وتعذيب، وأنا أكاد أختنق من ضيق التنفس والتنمل الذي إنتشر في كافة جسدي، حتى شعرت أن قلبي سيتوقف تماماً وبدنو أجلي. فحاولت أن أتجاهل ذلك، كما تم تدريبي عليه من قبل وأن أتقلب في السرير حتى يتكيف جسدي وأعود لطبيعتي مرات عدة، لكن كان ذلك كله دون طائل. فخرجت أترنح باحثاً عن قائد الرحلة ليغيثني، وفتحت أول حجرة وكانت لرفيقنا الكندي، الذي وجل مني خشية على نفسه، فأعتذرت منه، وطرقت أكثر من حجرة، حتى وصلت لحجرة قائد الفريق الذي هب لمساعدتي وأخذني للبهو وسارع في البحث عن إسطوانة أكسجين. والصدمة التي روعتني حينها هي نفاذ إسطوانات الأكسجين بما فيها تلك التي من المفترض أنها متوفرة في النزل، فزاد ذلك من الضغط النفسي علي، وأيقنت أن نهايتي قد كتبت هنا في ضيعة كوراك شيب. فطفق شريط حياتي يظهر أمامي متسارعاً منذ قدومي للدينا في مدينة رفحاء في شمال المملكة، ومن ثم بسرعة أكبر على طفولتي العشوائية في مدينة الطائف ومدرستي الابتدائية، محمد بن القاسم، ومن ثم انتقالي من الطائف إلى الدمام براً عبر الطريق المفرد في سيارة أبي السوبر بان، وأصدقائي في متوسطة الفيصل وثانوية الخليج بالدمام، ومن ثم ليلة زفاقي وقدم أول أطفالي "معتز"، ثم دارستي في بريطانيا حتى وصلت لبداية رحلتي هنا، كل ذلك مر كوميض ليتوقف الشريط دون حراك عند جبال الهيميلايا.

وفي محاولة يائسة مني لعدم القنوط والإستسلام للموت، خرجت خارج النزل وسط الصقيع والبرد القارس التماساً للأكسجين، فتحلقت حولي كلاب الضيعة التي شعرت بحركتي في سكون الليل، ودنا "داستي" في زهول عند قدمي، فقلت في داخلي، كلا، هذه ليست خاتمة حسنة أن أحتضر والكلاب تحفني من كل صوب، فعدت للدأخل خاصة عندما لم أجد نفعاً من استنشاق الهواء كما تمنيت. وأنطويت على الأريكة مستسلماً متشهداً، طالباً توجيهي صوب القبلة، وبدأت أشرع بالإستغفار والتشهد وأنا أسمع بمبا قبل أن يغمى علي وهو يتصل على رقم من جهاز الثريا لتجيبه امرأة ذات لكنه بريطانية شارحاً لها خطورة وضعي وأني في حاجة إلى طائرررر ..... ولم أعد أسمع شيئاً، فقد غبت عن الوعي.

وعند الصباح الباكر شعرت بيد بما الباردة توقضي بهدوء وهو يبشرني بأني عدت بخير وتجاوزت مرحلة الخطر التي أصابتنني بمعجزة إلهية، ففتحت عيني رويداً رويداً وأنا أرى كل ما حولي ضبابي وملبداً بالغشاوة، لكنه بدأ يصفو شيئاً فشيئاً حتى عاد كل شيء طبيعياً خلال دقائق معدودة، لولا معاناتي من بعض الصداع النصفي وشيء من الغثيان، فحمدت الله أن بقي لي نصيب من الدنيا أصيبه ولم تفارق روحي جسدي بعد. فنهضت بتباطئ وكسل شديدين وكأني مقيد على الأريكة، وتذكرت أن نجاتي من هلاكي ربما مرده لآخر الأعمال التي أديتها في جبال الهيمالايا، وأرجو أنها قد شفعت لي عند الواحد الأحد. فقد حرصت ببساطة طوال الرحلة على تقديم علب التونة وما تيسر من طعام للكلاب التي كانت تتبعنا أو الأخرى التي صادفتها جائعة في الطريق وخاصة لداستي الذي أصبح بالفعل رفيق الرحلة المحظي، فقد تكون الرحمة قد تغشتني بأكبادها الرطبة.

لكن المفاجأة الجميلة والتي من الصعب استيعابها، هو تأقلم جسدي التام بعد مروع عشر دقائق ليس إلا، لأصبح في كامل صحتي وعنقواني، فوثبت وثبة صدمت جميع أفراد الفريق الذين مازالوا قلقين علي وهم متحلقيين عند رأسي، قائلاً لهم، إلي بالزاد والقهوة وفطيرة ليلة البارحة التي تركتها تسقط من يدي، أريدها الآن ولن أسامحكم إن كان قد تناولها أحد غيري، هيا أحضروا الإفطار كي نطرق طريق العودة باكراً.

انفجر الجميع ضحكاً من استبشاري وعانقوني حمداً على سلامتي ولكنهم أخبروني أنني لا أستطيع مشاركتهم العودة لأن طائرة الهليكوبتر ستصل خلال دقائق لإخلائي صوب العاصمة. تفاجأت من ردهم المزعج وأسقط بيدي معرفة هذا الخبر المخيب، فأعترضت بشدة على استقلالها وحرمانني من العودة معهم وتفويت أجمل اللحظات من سمر ولهو ومرور في الأماكن الشيقة التي طبعنا فيها بصمتنا وذكرياتنا التي لا تنسى. لكن بمبا أوضح لي بأن الطائرة قد أقلعت بالفعل، وعدم استخدامها سيكبد الشركة المنظمة الكثير من الغرامات، ولا بد من إكمال الإجراءات الإعتيادية في هذا الشأن لكي تسير الأمور في المسار الصحيح.



## وداعاً إفرست

ودعني الزملاء عائدين مع نفس الطريق الذي قدمنا منه والذي استغرق عشرة أيام، ولكن طريق العودة نزولاً قد يستمر لأربعة أيام فقط، ووقفت أرقبهم بحزن لعدم قدرتي أن أكون معهم فأفوز برحلة لا شقاء فيها بعد اليوم. لكني بقيت ومعني المخلص بمبا عند مصطبة دائرية الشكل مرتفعة عن الأرض مصنوعة من الحجارة لتهبط فوقها طائرة الهليكوبتر، وانتظر معنا الكلب الوفي "داستي"، الذي رفض للحاق ببقية الكلاب التي رافقت الفريق في عودته. وبعد دقائق قليلة سمعت صدى الحوامة ينبعث من وسط الجبال لتظهر في السماء البعيدة كبقعة حمراء قانية تكبر رويداً رويداً، ثم تتجاوزنا بدورة شبه كاملة لتسفر أخيراً في مواجهتنا فوق المهبط الحجري. وحال استوائها، ترجل منها المسعف والقبطان فنقلاني لداخلها فوق المقعد الخلفي، ثم مد نحوي المسعف قناع الأكسجين، فأستنشقت من خلاله الهواء النقي الذي كان جسدي في أمس الحاجة إليه، فكان كبلمس أنعشني لأقصى مدى لدرجة أنني حاولت مرة أخرى إقناع طاقم الطائرة بالنزول واللحاق بالركب، لكنهما رفضا ذلك بشدة. وأخبراني أنه يتعين علي عمل المزيد من الفحوصات الطبية الضرورية في العاصمة حال إخلائي، وأنهما يخشان كذلك حصول إنتكاسة لي في الطريق، كما أكدوا أنه سيكون في إنتظاري في مطار العاصمة سيارة أسعاف مجهزة كما جرت العادة لتنقلني لأحد المشافي المحلية.

لذا، قام بمبا دون تردد برفع حقائبي ومرافقتي في رحلة العودة، وليبقى "داستي" وحيداً خلفي وعيناه تتسائل عما يحدث، وهل هي لحظات فراق، أما مالذي يحصل؟، فأخرجت له آخر علبة تونة وقذفتها نحوه فوق المهبط وودعته بكلتا يدي مع غصة في حلقي لأنه أبدى لي من الوفاء والعرفان خلال الرحلة القصيرة ما لم أجده ممن عاشرت لسنوات مديدة من البشر. ثم أقفلت باب الطائرة لترتفع برشاقة لأعالي الجبال وأنا أرقبه وقد عافت نفسه الزاد هذه المرة، حت أنه قد تسمر في مكانه وهو يتابع إبتعادي حتى تلاشى عن ناظري، وربما للأبد.

وبعد أن عانقت الطائرة عنان السماء، إستدارت حول الجبال ميممة شطر العاصمة كاتمندو في طريق العودة الأخير وإستدال الستار علي جبال الهملايا، التي بدأت من السماء كأطواد باذخة من الكثبان البيضاء التي لا تنتهي، إلا أن قصتي معكم إنتهت الآن.



النهاية

<a href="#">Cover</a>	.1
<a href="#">cover1.html</a>	.2
<a href="#">الطريق إلى إفريست</a>	.3
<a href="#">إهداء</a>	.4
<a href="#">تمهيد</a>	.5
<a href="#">رحلة التغيير</a>	.6
<a href="#">تحديات صغيرة</a>	.7
<a href="#">أدب الرحلات والرحالة</a>	.8
<a href="#">كن رحالاً ولا تكن سائحاً المرة القادمة</a>	.9
<a href="#">الهيملايا</a>	.10
<a href="#">سفح إفريست-قمة إفريست</a>	.11
<a href="#">تاريخ صعود القمة</a>	.12
<a href="#">سكان الهيملايا</a>	.13
<a href="#">بيوت الشاي</a>	.14
<a href="#">عدة التسلق</a>	.15
<a href="#">داء المرتفعات-مخاطر وحلول</a>	.16
<a href="#">الإنصات لقائد الرحلة وبعض الإرشادات</a>	.17
<a href="#">إبدأ من النيبال</a>	.18
<a href="#">من الدمام إلى إفريست خطوة خطوة</a>	.19
<a href="#">أول يوم في كاتمندو</a>	.20
<a href="#">الطريق إلى لوكلا</a>	.21
<a href="#">الطريق إلى فاكينق</a>	.22
<a href="#">الطريق إلى نامشي بازار</a>	.23
<a href="#">الطريق إلى تينق بوتشيه</a>	.24
<a href="#">الطريق إلى دينق بوتشيه</a>	.25
<a href="#">الطريق إلى لابوتشيه</a>	.26
<a href="#">الطريق إلى قوراك شيب</a>	.27
<a href="#">سفح إفريست</a>	.28
<a href="#">اللقاء بشبيه صويجي</a>	.29
<a href="#">وداعاً إفريست</a>	.30
<a href="#">الغلاف</a>	.31

