ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
دوشنبه • ۲۷ اسفند ۱۳۹۷
۱۱ رجب ۱۴۴۰ • ۱۸ مارس ۲۰۱۹
شماره ۲۰۰۶۴
۱۲۸۷

گپ و گفتی خواندنی با ۲ بانوی دوچرخه‌سوار بالای ۶۰ سال بعد از ۳۸۰۰ کیلومتر رکاب زدن

ایرانگردی در دوران بازنشستگی

عکس‌ها از: جمیله وکیلی

نسیم سهیلی | روزنامه‌نگار

پرونده

بعضی از ما وقتی پا به سن می گذاریم و از میان سالی عبور می کنیم، دنیا برایمان به آخر می‌رسد و به محض بازنشسته شدن، خودمان را نیز از همه تفریحات بازنشسته می کنیم! اما هنوز کسانی پیدا می شوند که گوش شان به این حرف ها بدهکار نیست و دنبال آرزوها و اهداف شان هستند. برای این آدم ها سن واقعا مصداق یک عدد در شناسنامه است! به همین منظور و چند روز مانده به آمدن فصل زیبای بهار با دو بانوی دوچرخه سوار مشهدی همکلام می شویم که گرچه از سنین میان سالی گذر کرده‌اند اما عشق و امید به زندگی، شور دیدن ایران و سفر کردن هنوز در دل شان جوان است.

سفرهایی ساده، ارزان و بدون آلایندگی

«جمیله وکیلی» و «شیرین کامرانیان» دو بانوی دوچرخه سوار و ایرانگرد که هر دو بیش از ۶۰ سال دارند، نخستین و طولانی‌ترین سفرشان را شهریور ماه امسال از مشهد آغاز کردند. آن ها در این سفر تا اردبیل پیش رفتند و در همدان، رکاب زنی مسیری به طول ۲۳۰۰ کیلومتر در ۳۷ روز را به پایان رساندند. دومین سفر آن ها رکاب زنی در خط ساحلی جنوب بود که اول بهمن از آبادان شروع شد و پس از طی شهرها و بنادر به بندر لافت رفتند و در جزایر قشم، هرمز و هنگام نیز به طور کامل رکاب زنی کردند. مسافت طی شده در این سفر نیز ۱۵۰۰ کیلومتر بود. این دو بانو شعار گردشگری رکاب زنی شان را «پیش به سوی دنیای عاری از زباله» انتخاب کرده‌اند. آن‌ها همچنین می‌خواهند نشان دهند که می‌توان سفرهایی ساده، ارزان قیمت، پر از تجربه جذاب و فراموش نشدنی را بدون آلایندگی محیطی تجربه کرد.

«جمیله وکیلی»، ۶۱ ساله و کارشناس زبان انگلیسی:

هدفم دیدن نقطه نقطه سرزمین زیبای‌مان است

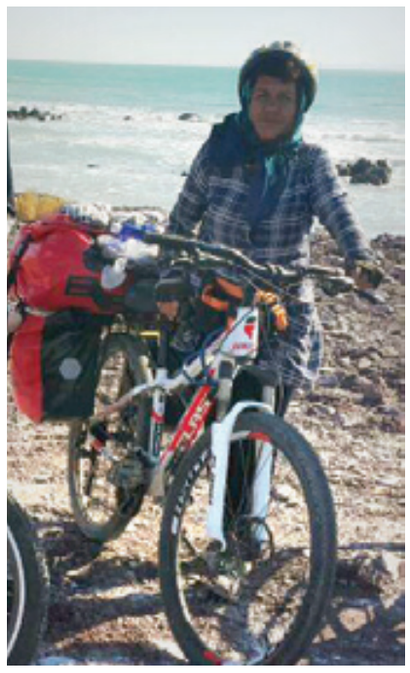
«جمیله وکیلی» متولد ۱۳۳۶ و کارشناس زبان انگلیسی است. این بانوی دوچرخه سوار و گردشگر قبل از دوچرخه سواری، پیگیر کوهنوردی، سنگ نوردی و غار نوردی بوده و پنج رشته کوه بلند ایران را فتح کرده است. او سپس دوچرخه سواری را از ابتدای راه آغاز کرد و به گفته خودش حتی بلد نبود سوار دوچرخه شود و طبیعتا آن قدر زمین خورد تا یاد گرفت. «وکیلی» در خصوص چگونگی برخورد خانواده با سفرهایش می گوید: «خانواده همیشه مشوق من بودند اما قبل از شروع سفر، ما و خانواده هایمان به این دلیل که دو خانم تنها بودیم و می خواستیم مسیر ناآشنایی را رکاب بزنیم از بابت امنیت نگرانی هایی داشتیم اما خوشبختانه به هیچ مشکل خاصی برنخوردیم.»

در سفر با دوچرخه، سختی نمی‌بینم

این بانوی ایرانگردشناخت ایران را هدف اصلی خود می داند و بیان می کند: «عاشق این ورزش هستم. با دوچرخه می توانی قدم به قدم کشور را ببینی. درصورتی که ماشین این امکان را ندارد و از خیلی جاها عبور می کند. ایران همه جایش زیباست و من معتقدم تا زمانی که نقطه نقطه ایران را ندیده‌ام، به خارج از کشور سفر نکنم. برنامه بعدی من دیدن غرب کشور است.» او درباره سختی های این نوع سفر می گوید: «زمانی که رکاب می‌زنم تنها لذت می برم و سختی خاصی در برنامه ها نمی بینم چون قبلا کوهنوردی کردم و به شرایط سخت عادت دارم. در مسیر گردنه حیران که سربالایی و سرازیری های زیادی داشت، من تنها لذت می بردم و تلاشم این است تا انتهای هر برنامه‌ای بروم. دوست ندارم آن را نیمه رها کنم.»

از مهمان نوازی مردم شوکه‌ام

او به مهمان نوازی مردم اشاره می کند و می گوید: «مردم به ویژه جنوبی ها برایمان سنگ تمام گذاشتند، برخوردشان عالی بود و همیشه از ما استقبال می کردند در حدی که گاهی شوکه می شدم. شبی نبود که بخواهیم جایی را اجاره کنیم و در طول این مدت تنها دو شب از مسجدها برای اقامت استفاده کردیم. حتی کسانی که از کنارمان عبور می کردند، بطری آب، میوه و خوراکی به ما تعارف می کردند. در سفر جنوب، در جاده بودیم که ماشینی با این که فاصله زیادی داشت خودش را به ما رساند و راننده فلاسک چای و مقداری شکلات به ما داد و گفت که همین کار از دستش برمی آمده.»



مردم عکس ما را به والدین شان نشان می دهند

این بانوی ایرانگرد درباره یکی از جالب ترین خاطره هایش می گوید: «چیزی که برای اغلب مردم جالب بود و به خاطر آن با ما عکس می گرفتند، این بود که می خواستند آن ها را به پدر و مادرهایشان که همسن ما بودند و با دارو زندگی می کردند، نشان دهند. به نظر من انسان تا زمانی که زنده است باید زندگی کند. در فرهنگ ما وقتی به ۵۰ سالگی می رسیم، فکر می کنیم دیگر همه چیز تمام شده و دست از هر نوع فعالیتی می کشیم اما من می گویم از ۵۰ سال به بعد تازه دوره جدیدی از زندگی انسان شروع می شود که باید برای خودش زندگی کند. چون پیش از آن متعلق به خانواده و جامعه بوده و وظایفی داشته که حالا تا حدودی از آن فارغ شده است.»

«شیرین کامرانیان»، ۶۳ ساله، استاد دانشگاه:

باور کنید با دوچرخه هم می‌شود سفر کرد

«شیرین کامرانیان» دیگر بانوی دوچرخه سوار نیز متولد ۱۳۳۴ در مشهد است و کارشناسی پرستاری دارد. او در سال ۹۰ بازنشسته شد و تا پنج سال پس از آن نیز در دانشگاه آزاد به عنوان مدرس مشغول به کار بود. رشته اصلی ورزشی اش کوهنوردی است و ارتفاعات زیادی در ایران، همچنین تعدادی از قله های خارجی از جمله آرارات ترکیه، آراگاتس ارمنستان، آدامز پیک در سریلانکا و بلندترین قله آفریقا یعنی کلیمانجارو را فتح کرده است. این بانو در خصوص شروع دوچرخه سواری و ایرانگردی می گوید: «از ۱۰ سال پیش در رشته دوچرخه سواری کوهستان و از سال ۹۴ در رشته سایکل توریستی فعالیت جدی خود را آغاز کردم. در ضمن در هفته به طور متوسط سه برنامه دوچرخه سواری تمرینی دارم.»

دوچرخه سواری به انسان انرژی می دهد

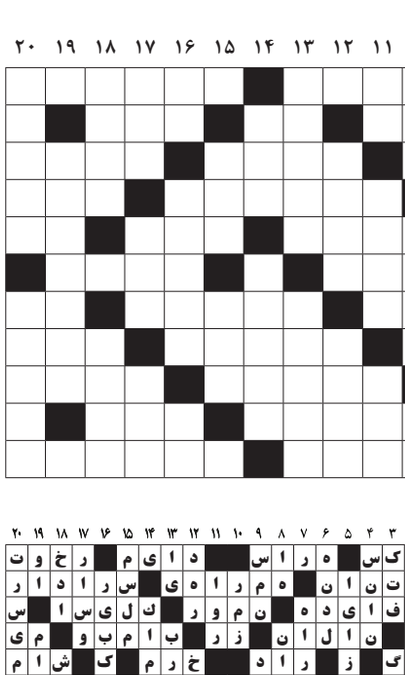
او هدفش از این سفرها را گسترش فرهنگ دوچرخه سواری برای کمک به حفظ محیط زیست بیان می کند و می افزاید: «بزرگ ترین انگیزه من برای دوچرخه سواری علاقه مندی به آن بود و این که این وسیله، ساده و بدون آلایندگی است و می تواند محیط زیست را از مشکلاتی که امروز با آن دست به گریبان است نجات دهد. دوچرخه و سفر انرژی لازم را به انسان می بخشد، سلامتی روح و جسم را تضمین می کند و باعث قدرتمند شدن فرد می شود.»

رفتار جالب زوج گرگانی با این مسافران

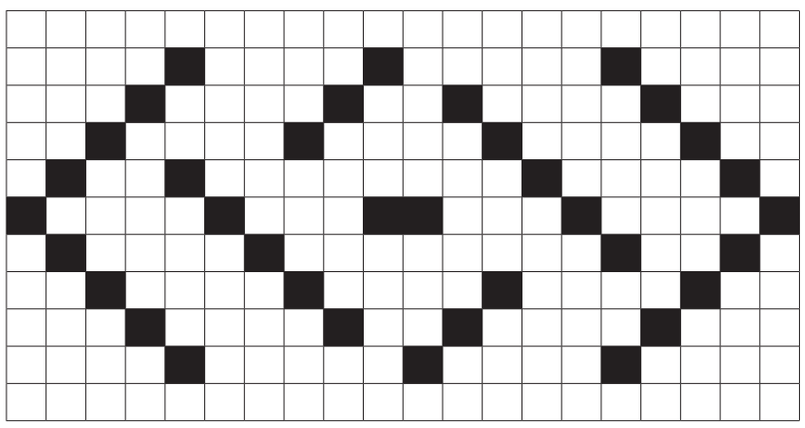
«کامرانیان» درباره خاطرات تلخ و شیرین سفرهایش می گوید: «نکته جالب برای مردم این بود که ما دو تا خانم بالای ۶۰ سال بودیم که در مسیری طولانی قرار بود رکاب بزنیم و زیباترین لحظات در سفر برای من زمانی بود که لبخند رضایت و تشویق زنان و دختران هموطنم را می دیدم. خوشبختانه در طول مسیر سفر چه ساحل شمالی و چه ساحل جنوب مردم مهربان کشورمان ما را حمایت و پشتیبانی کردند و ما با امنیت کامل توانستیم سختی های سفر را پشت سر بگذاریم. محبت های بی دریغ مردم کشورمان هر کدام خاطره ای بس زیبا و شیرین برای ما ساخت. مثلا در سفر شمال هنگامی که وارد گرگان شدیم یک زوج گرگانی با اصرار بسیار زیاد از ما که تعدادمان هم زیاد بود، دعوت کردند به منزل شان برویم. آن‌ها با وجود داشتن فرزند کوچک آپارتمان خودشان را ترک کردند و به منزل پدری شان رفتند تا ما بتوانیم استراحت کنیم.

دوچرخه سواری جاده ای نیازمند حمایت است

او درباره مسیر جاده ای کشور گلایه هایی دارد که شنیدنی است: «بدیهی است که دوچرخه سواری شهری و جاده ای هنوز در کشور ما جایگاه خودش را به دست نیاورده و رکاب زنی در جاده به خصوص جاده های بدون شانه خاکی با وجود رفت و آمد ماشین های سنگین فوق العاده خطرناک است. دولتمردان و دلسوزان جامعه باید توجه بیشتری به این رشته ورزشی برای حفاظت از محیط زیست و کمک به حل مشکلات آلودگی هوا داشته باشند. مانند کشورهای پیشرفته که بسیاری از مشکلات را با فرهنگ استفاده از دوچرخه به حداقل رسانده‌اند.»



جدول سخت [شماره ۵۷۱]



افقی:

۱- تاریخ‌نگار، منتقد ادبی، نویسنده و مترجم برجسته معاصر ۲- مرفق- جامه سفید معروف- دریانورد اسپانیایی که دور کره زمین را گشت- دختر مازنی ۳- واحد شمارش اجسام استوانه ای- شوره زار- پول ژاپن- بهشت آن معروف است- قصد ۴- کافی- بخیه درشت- سیمرغ- کم خونی- دل آزار کهنه ۵- آلت کفش دوزی- انبار اسلحه- رنگ موی فوری ۶- اسبی که رنگ او بین زرد و بور باشد- سرزمین بلقیس- جشن- میرا ۷- کسوت- اسقف- آبدزدک ۸- لحظه- باند- صدای فروریختن سقف- معدنی- بینش ۹- ریگ نرم- تخلص- هرگز نه- اسب لوک خوش شانس- کشتی جنگی ۱۰- نصف یک گام موسیقی- ابله- آموختن- قصه گو ۱۱- کارگردان ایتالیایی آگراندیسمان

عمودی:

۱- پرنده ای سبزرنگ که درختان را با منقار سوراخ می کند- تسمه‌ای که در عقب زین اسب می‌دوزند و زیر دم حیوان می‌افتد ۲- چیستان- نشان دهنده ۳- آبگیر- شکاف- قطیفه ۴- مشقت- نامی ایرانی به معنی همانند شیر- پهلوان ۵- چفت- وزغ ۶- بزرگ ایل- آبراهه ۷- مته برقی- خالص و پاک ۸- میغ- درشت و خشن- قوم آتیلا ۹- نت ششم- ابزار جنگی قدیم- اریب ۱۰- روستای گردشگری گلستان- ماه قیصری ۱۱- تشخیص معایب و محاسن اثر ادبی- شترمرغ آمریکایی ۱۲- طلایه دار اعداد- آگهی- علامت مفعولی ۱۳- گریه و زاری- نخست- روان ۱۴- بندی- نقصان ۱۵- گسیل- فنی در کشتی ۱۶- خون- قسمی از حریره که با آرد برنج و شیر و شکر ساخته می شود ۱۷- منقار پرنده- اهل یمن- عدد ماه ۱۸- عداوت- شوخ و ظریف- رشد ۱۹- کندن علف های هرز- رود اروپا ۲۰- چوبدستی پاسبانان- قضاوت

حل جدول شماره ۵۷۰

جدول متوسط [شماره ۷۳۶۰]

افقی:

۱- شارع- قبول استفاده از خدمات یک موسسه در مقابل پرداخت هزینه معیّن- صحرا ۲- ثروت- چلچراغ- مغز- درس خوانده ۳- گازی فرّار، بی‌رنگ، بی‌بو و قابل اشتعال- دگرگونی- ریز نمرات- پیشرفت ۴- پایتخت اروپایی- عیب جویی- نامزد- بانگ ۵- علامت جمع- پافشاری- پیامبر نقاش- مَشک- رود اروپا ۶- زشت- ماهر- جوهردان ۷- یادداشت- وسیله تکثیر قارچ- ستاره دنباله دار- مظهر فریب در حیوانات- فلز سرچشمه ۸- زادگاه ابراهیم- حراج- فرکانس- کاشف واکسن آبله ۹- از سوزنی برگان- گرد- از القاب حضرت زهرا (س)- سوغات ۱۰- سازمان جاسوسی آمریکا- بیماری ریوی- حوالی- سرما ۱۱- اسراف- الهه زمین نزد رومیان- شهری در سیستان و بلوچستان

عمودی:

۱- بیغوله- شتر مرغ آمریکایی ۲- ماشین کشاورزی ۳- پناه- استوار ۴- پسوند حفاظت- نشانه- صومعه ۵- زائوترسان- پیچیدگی و شبهه- برجستگی لاستیک ۶- ماه پرتابی- دستاویز ۷- سرحال و تندرست- رود مرزی ۸- پیکر- غول پیکر ۹- سخت- عرصه ۱۰- خال- ابزار بنایی- اسب آذری ۱۱- فرمان هنری- موثر- دستور ۱۲- نوار- درنگ ۱۳- مقنی- گیاه رنگرزی ۱۴- اندیشه- اقوام ۱۵- مسمار- رستنی ۱۶- دریا- ملاقات- ثمر ۱۷- ابزار- مظهر استقامت- مزد ۱۸- لقبی اشرافی در اروپا- سِحر ۱۹- توانا ۲۰- فراموشی- درجه ای در ارتش

حل جدول شماره ۷۳۵۹