

# تجربه نهایت قرنطینه خانگی در جنوبگان

ماجرای تنهایی ۵ ماهه «ریچارد برد» کاوشگر قطب در دور دست ترین نقطه جهان و روش های سرگرم شدنش در آن جا می تواند نکات آموزنده ای برای این روزهای ما داشته باشد

نرگس عزیزی | روزنامه نگار

## پرونده

روزهای کوتاه و سرد پاییزی در کنار محدودیت های کرونایی روی حال و هوای بسیاری از ما تأثیری گذاشته است به خصوص که بیشترین امکان بیرون رفتن از خانه را هم نداریم و ناچاریم زمان زیادی را در فضای محدود خانه سپری کنیم. جدای از مسائل اقتصادی، انزوای قرنطینه آثار روانی بسیاری را به دنبال داشته است چرا که به عنوان یک موجود اجتماعی، بسیاری از مناسبات با نزدیکان خود را از دست داده ایم اما آیا واقعاً انسان قادر به تحمل چنین شرایط اضطراری نیست؟ شاید تمام این دلهره ها و تمام این روزهای دلگیر مأمادل وضعیتیتی باشد که «ریچارد برد»، افسر نیروی دریایی آمریکا و کاوشگر قطب شمال در سال ۱۹۳۴ تحمل کرد. این ماجراجو مدت پنج ماه زمستانی را به تنهایی در یک کلبه کوچک، در قطب جنوب سپری کرد. همان طور که متوجه شدید، ما در تجربه این موضوع (قرنطینه خانگی) تنها نیستیم! در واقع اگر بخواهیم دقیق تر بگوییم یکی از گروه های پیشگام این وضعیت (زندگی در فضایی محدود در روزهای کوتاه و سرد) جست و جوگران و اکتشافگران قطب هستند. در پرونده امروز زندگی سلام، به سراغ ماجرای جذاب و هیجان انگیز سفر ریچارد برد در سال ۱۹۳۴ رفته ایم و در کنار آن جمع بندی کوتاهی خواهیم داشت از روش هایی که به کمک آن می توان روحیه خود را حفظ کرد و در نهایت قرنطینه خانگی را پشت سر گذاشت.

## ریچارد برد که بود؟

این کاوشگر قطب در سال ۱۸۸۸ به دنیا آمد. اولین سفر اکتشافی او در سال ۱۹۲۶ به قطب شمال بود که همراه با یک نفر دیگر و با پرواز بر فراز مناطقی از قطب شمال انجام شد. این پرواز حاشیه های زیادی داشت و برخی در باره جزئیات سفر، ادعاهای برد را رد کرده اند. دو سال بعد از این پرواز پر حاشیه، برد سفرهای اکتشافی خود در قطب جنوب را آغاز کرد. در مرحله اول به مدت دو سال برد در قطب جنوب در سفرهای اکتشافی مشارکت داشت. سفرهایی که البته افتخارات زیادی برای او به همراه داشت و باعث ارتقای او در نیروی دریایی آمریکا شد. مرحله دوم سفرهای اکتشافی او اواخر سال ۱۹۳۳ آغاز شد. مهم ترین و معروف ترین سفر برد در همین دوره انجام شد؛ سفری که باعث شد او تا پای مرگ پیش برود.

## سفری از هر نظر استثنایی

در سال ۱۹۳۴، برد حدود پنج ماه از سردترین روزهای سال را تنها در یک ایستگاه هواشناسی در قطب جنوب گذراند. فاصله این ایستگاه تا پایگاه اصلی ۱۹۶ کیلومتر بود و رفت و آمد به آن در همه فصول سال امکان پذیر نبود. در نتیجه در ماه مارس (آغاز پاییز در نیمه جنوبی زمین) برد با کمک سورتمه و تراکتور وسایلی خود را به ایستگاه هواشناسی رساند. از ۱۲ آوریل برد در این ایستگاه دیگر تنهایی تنها بود. آن هم در شرایطی که به دلیل وضعیت آب و هوا می دانست تا چند ماه هیچ کسی را نخواهد دید. اما برد در این سفر چه چیزهایی را با خود برده بود؟

## تجهیزات لازم برای ۵ ماه تنهایی

جایی که قرار بود «برد» چند ماهی زندگی کند، یک ایستگاه هواشناسی بود. در نتیجه امکانات اولیه در آن جا از قبل وجود داشت اما برد که می دانست برای چند ماه قرار است به تنهایی زندگی کند، وسایلی را با خود به همراه برد. او تعداد قابل توجهی کتاب و در کنار آن یک دستگاه پخش موسیقی کوچکی هم به همراه داشت که با آن می توانست موسیقی کلاسیک گوش کند. برای غذا در سفرهای اکتشافی به قطب جنوب تکیه اصلی بر غذاهای خشک و کنسروی بود. البته وقتی حرف از غذاهای خشک زده می شود، ذهن خود را محدود به مواردی چون نان یا بیسکویت نکند چرا که بخش قابل توجهی از رژیم غذایی جست و جوگران در این سفرها را گوشت دودی و خشک تشکیل می داده است. این ایستگاه ژنراتور کوچکی برای تولید برق داشت. استفاده اصلی برق برای تجهیزات رادیویی بود. گرمایش ایستگاه بر عهده اجاقی بود که هم برای تولید گرما و هم آماده کردن غذا از آن استفاده می شد.

## قرنطینه به من یاد داد با ارزش ترین دارایی انسان خانواده است

برد تمام مدت مأموریت خود را داخل اتاق سپری نکرد. به هر صورت او برای برنامه ای اکتشافی دست به این سفر زده بود بنابراین برخی روزها که وضعیت هوا اجازه می داد، او از طریق دریچه روی سقف بیرون می رفت اما جدای از آن او برنامه های دیگری هم برای خود ترتیب داده بود. کتاب خواندن و گوش دادن به موسیقی از جمله فعالیت هایی است که با توجه به وسایلی که با خود به مقر برد، مشخص بود که قرار است در برنامه روزانه او قرار بگیرد اما با توجه به اطلاعاتی که از این سفر به جامانده است، می دانیم او در این دوران، زمان قابل توجهی را هم صرف فکر کردن کرده است. ۱۸ سال بعد از این سفر اکتشافی، او برای یکی از دوستان قدیمی اش

به مناسبت کریسمس هدیه ای همراه یک یادداشت برد نوشت: «نور من عزیز؛ وقتی برای شش ماه در آخر دنیا و در شب های زمستانی و سایه تاریکی قطب در تنهایی روی یخ، قوز کرده نشسته بودم، ترجیح دادم از این فرصت برای ارزیابی ارزش هایم در زندگی استفاده کنم. نتیجه گیری نهایی من این بود که برای یک انسان ارزشمندترین چیزها خانواده و دوستانش هستند. حالا ۱۸ سال پس از سفر به دور دست ها، من باز هم آن نتیجه گیری را تایید می کنم و می بینم ارزش دوستان قدیمی من، چه من آن ها را ببینم چه نبینم، سال به سال افزایش یافته است....» راستی آیا به حال به این موضوع که چه مواردی ارزش های اصلی زندگی شما هستند، فکر کرده اید؟

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

دوشنبه ۱۷ آذر ۱۳۹۹  
۲۱ ربیع الثانی ۱۴۴۲ • ۷ دسامبر ۲۰۲۰  
شماره ۳۰۵۴۲

۱۷۶۲

۶ خور دنی برای تقویت گردش خون در فصل سرما

۲

۵ خطای رایج در ارتباط با دیگران

۳

من خلبان هستم

راهورسم خلبان شدن از زبان

تشاط جهاننداری

به مناسبت روز جهانی هواپیمایی

۴

## ۴ روش سرگرمی جست و جوگران قطب برای دور ان قرنطینه

شاید برای شما هم سوال باشد که اکتشافگران قطب به ویژه در سفرهای نیمه اول قرن ۲۰ که به واسطه محدودیت در رفت و آمد در آب و هوای بد، ناچار از ماندن چند ماهه در فضایی کوچک و دور از بقیه بودند، چطور در آن شرایط دوام می آوردند و روحیه خود را حفظ می کردند؟ نکاتی که در ادامه مطرح می شود، می تواند ایده هایی در این زمینه به شما بدهد؛ ایده هایی که از قضا برخی از آن ها برای این روزهای ما هم کاربرد دارد.

### کتاب خواندن و آشپزی

از قدیم همه پایگاه های اقامتی در قطب، کتابخانه داشته اند. در این کتابخانه ها کتاب های متنوعی پیدا می شود؛ از کتاب های داستان و نمایش تا دایرة المعارف و شعر. یکی از عناوینی که در خاطرات جست و جوگران به آن اشاره شده، کتاب برادران کارامافوز، نوشته داستایوفسکی است. البته که گاهی هم کتاب هایی در چنین موقعیت هایی مورد توجه قرار می گرفتند که در واقع هیچ کاربردی برای آن شرایط نداشتند. به عنوان مثال برد در خاطرات همین سفر مشهور ۱۹۳۴ خود نوشته: «من یک کتاب آشپزی پیدا کردم! به قدری از دیدن این کتاب هیجان زده شدم که کمی بعد، از فریاد بلند خودم از خوشحالی واقعا شرمنده شدم.» این در حالی بود که بر دنتها امکان استفاده از کنسرو ادر آن روزها داشت. یکی از جست و جوگران قطب هم در باره کتاب های شعر گفته است: «آن ها بسیار مفید بودند چرا که چیزی را در اختیار ما قرار می دادند تا آن را حفظ کنیم و بعد در ساعاتی که هیچ کاری نداشتیم، تکرار کنیم.» موسیقی یکی دیگر از موضوعاتی بوده که جست و جوگران از آن بهره می بردند. البته که وسایل پخش موسیقی بازمان فعلی تفاوت زیادی داشته و در نتیجه در برخی موارد ترجیح این بوده که در عوض پخش موسیقی، ادوات موسیقی برده شود تا آن جا با نواختن موسیقی به حفظ روحیه خود کمک کنند.

### نوشتن روزنگار

نوشتن خاطرات روزانه یکی از رایج ترین انتخاب ها بین مکتشفان قطب برای سرگرم کردن خود بوده است. یکی از دلایل مهم این کار، ثبت نکات قابل توجه سفر و یافته های علمی بوده است اما در عین حال نوشتن این خاطرات کمک می کرده تا آن ها بتوانند تفاوت بین روزها را ثبت کنند و به این ترتیب از نظر روانی دچار این احساس نشوند که روزها باهمدیگر «هیچ» فرقی ندارند و در نهایت این که به قول یکی از جست و جوگران: «نوشتن روزنگار در این جایکی از معدود راه هایی است که انسان می تواند با آن هیجانات خود را تخلیه کند.»

### ساخت خبرنامه

این روش سنتی قدیمی میان مکتشفان بوده است. این که آن ها در طول سفر، خبرنامه ویژه خود را بسازند. در این روزنامه ها گزارش آب و هوا، گزارش کشفیات جدید افراد شامل دیدن دسته جدیدی از پنگوئن ها و... در کنار داستان های کوتاه، شعر، مصاحبه، جدول کلمات بازی با کلمات نوشته می شده است. نقاشی های طنز در کنار نقاشی های ظریف و دقیق هم در این روزنامه ها دیده می شود.

### بازی های فکری و به ویژه شطرنج

در خاطرات جست و جوگران مختلف بارها به بازی های دسته جمعی اشاره شده است. یکی از محبوب ترین این بازی ها شطرنج بوده است. بورگربوینک، رهبر برخی از سفرهای اکتشافی در حفاصل ۱۹۸۹ تا ۱۹۰۰ در باره فعالیت های مناسب شب ها گفته است: «تکراری بودن شب های سرد و تاریک مثل یک اهریمن خزنده به ذهن افراد حمله می کرد. ما به این نتیجه رسیده بودیم که شطرنج و کارت بازی فعالیت هایی بسیار ارزشمند برای گذران وقت است.»

## مسمومیت با منوکسیدکربن در قطب جنوب

این مقرر اجاقی داشت که لوله تهویه کوچک آن تا بیرون کشیده شده بود. این سیستم وقتی در ست کار می کرد، مشکلی نبود اما گاهی اوقات وزش باد باعث می شد لوله بخاری با برف پر شود. هر بار این مشکل پیش می آمد، برد با آب کردن برف داخل لوله، مشکل را رفع می کرد. اوایل او فکر می کرد تنها مشکل اجاق همین مسدود شدن لوله است و احتراق ناقص ناشی از آن باعث می شود تا گازهای سمی مستقیم از اجاق وارد خانه شود. اما بعد از مدتی مشخص شد حتی وقتی مسیر لوله باز است، باز هم این گازها داخل اتاق جمع می شود. برای حل مسئله گازهای سمی، برد برای ساعت هایی اجاق را خاموش می کرد و لای در را باز می گذاشت. این کار تا حدی جواب می داد تا این که هوا خیلی سرد شد. در تاریخ ۲۰ می (حدود یک ماه بعد از آغاز این مأموریت) دمای هوا به منفی ۲۴ درجه سانتی گراد رسید. در نتیجه برد ناچار شد تا در را ببندد و بخاری را روشن کند. اما با این کار تراکم گازهای سمی خیلی سریع افزایش می یافت. از اواخر ماه می تا آخر مأموریت (یعنی به مدت چهار ماه) برد روز روز با این گازهای سمی دست و پنجه نرم می کرد.

## پرده آخر سفر و عملیات نجات



مسمومیت با گازهای سمی از جمله گاز منوکسیدکربن در اتاقک آن قدر شدید نبود که برد را از پا در آورد اما آن قدر قدرت داشت که باعث شد نیمه دوم سفرش تبدیل به شکنجه ای روزانه شود. او بین استنشاق گازهای سمی در هوای گرم و هوای سردی که احتمال یخ زدن را به همراه داشت، باید یکی را انتخاب می کرد. در نتیجه مسمومیت، وضعیت گوارش او به شدت به هم ریخته بود و تا آخر سفر حدود ۲۷ کیلو وزن کم کرد.

در اوایل زمستان، ژنراتور برق مقر از کار افتاد و ارتباط رادیویی او با پایگاه اصلی قطع شد. البته او یک رادیوی کوچک که با باتری کار می کرد، در اختیار داشت که با تنظیم مجدد می توانست از آن برای ارسال پیام استفاده کند. اما حال بد برد باعث تاخیر در انجام این کار می شد. در نهایت او توانست با تنظیم این رادیو در خواست کمک ارسال کند. ۱۱ اگوست، چند روز بعد از رد کردن نیمه زمستان در جنوبگان بالاخره همکاران او با تراکتور و سورتمه از راه رسیدند و برد را نجات دادند. برد خاطرات خود از این سفر را در کتابی با عنوان «تنهایی» نوشته است که آن زمان به یکی از پرفروش ترین کتاب های جهان تبدیل و این سفر نیز دستمایه ساخت بیش از ۱۲ فیلم مختلف شد.



## تنها در اتاقی ۱۰ متری

مکانی که برد این پنج ماه را در آن گذراند، یک ایستگاه هواشناسی به نام Bolling Advanced Base بود. این ایستگاه شامل یک اتاق و دو تونل بود. این پایگاه در زیر زمین ساخته شده بود و هیچ پنجره ای نداشت. اندازه تقریبی اتاق حدود ۲/۵ متر در ۴ متر بود و دور تا دور اتاق فضاهایی برای نگهداری از وسایلی چون رادیو، تجهیزات هواشناسی، لباس ها و کتاب ها قرار داشت. داخل این فضا اجاق هم قرار گرفته بود؛ اجاقی که البته در دسرهای بسیار زیادی ایجاد کرد که در ادامه به آن ها اشاره خواهد شد. در ضمن، این مقر دو تونل داشت. طول یکی از آن ها ۶/۵ متر بود و دیگری ۱۰/۵ متر. از فضای داخل یکی از این تونل ها برای نگهداری گازوئیل و مواد سوختنی استفاده می شد و از تونل دیگر برای نگهداری مواد غذایی و تجهیزات پزشکی. اما بگذارید برویم سراغ اجاق پر در دسر این مقر که باعث شد «برد» تا پای مرگ پیش برود.

