ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان رضوی
چهارشنبه • ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۳
۶ ذی القعده ۱۴۴۵ • ۱۵ می ۲۰۲۴
شماره ۲۱۴۹۲
۲۷۱۱

زندگی سلام

در زندگی سلام امروز بخوانیم:

۲ ۶ عادت به ظاهر سالم اما مضر برای بدن
۳ کمک پُرآسیب والدین با نوشتن مشق‌های فرزندان
۳ ورزش کنید تا افسرده نمانید
۴ لیگ برتر خرافات با سیخ جیگر

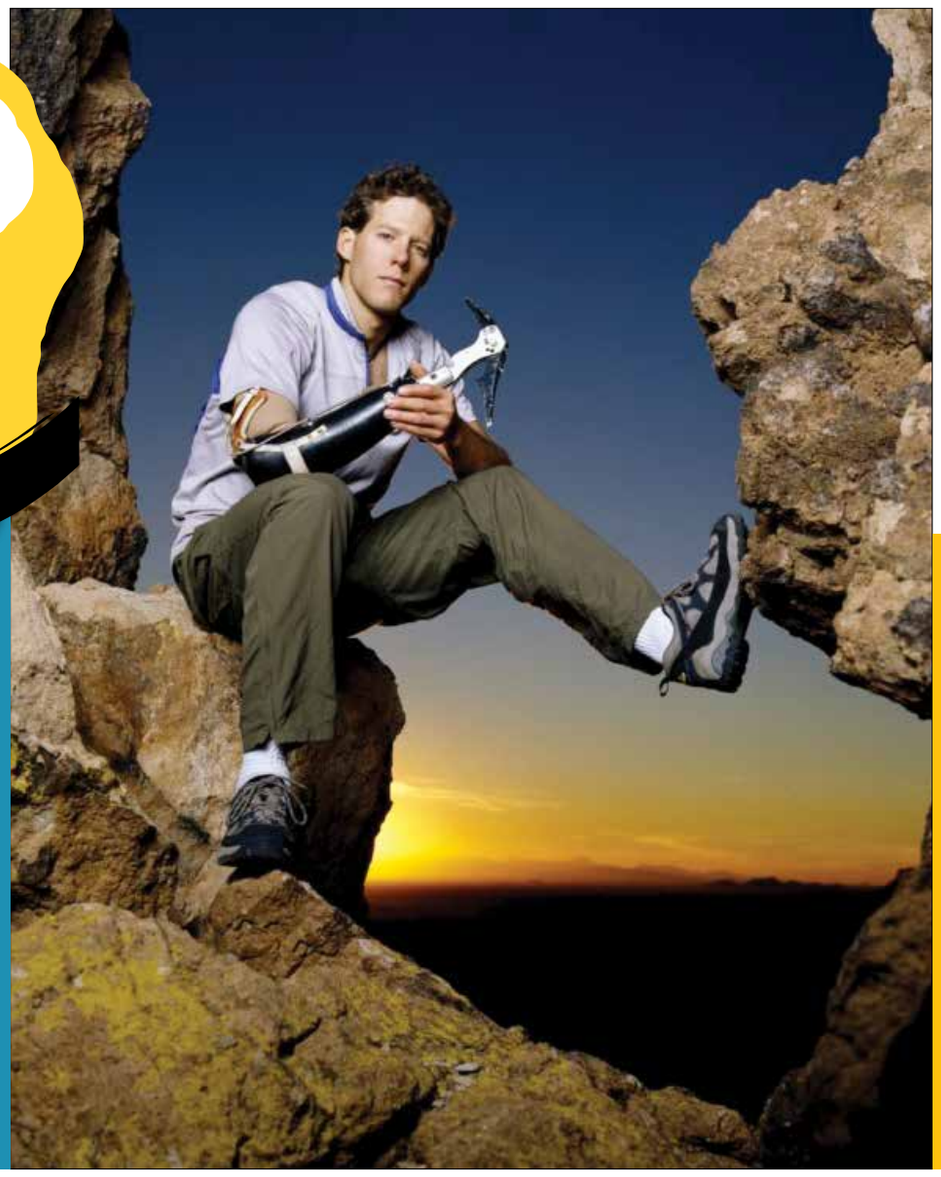
۱۲۷ ساعت نبرد برای زندگی

آرون رالستون کوهنورد دی‌الهام‌بخش است که سال ۲۰۰۳ داخل شیاری افتاد و دستش بین یک سنگ و کوه گیر کرد. او بعد از ۵ روز تلاش برای زنده ماندن با قطع دست، جانش را به شکل معجزه‌آسایی نجات داد

سیدمصطفی صابری | روزنامه‌نگار

پرونده

گاهی خلاق‌ترین ذهن‌ها هم در خلق داستانی پرالتهاب و جذاب نمی‌توانند به اندازه یک ماجرای هولناک و شگفت‌انگیز واقعی، موفق عمل کنند و این جنبه بی‌نظیر زندگی است که قدرتی جادویی برای ایجاد موقعیت‌های باورنکردنی دارد؛ موقعیت‌هایی که طی آن، آدم‌هایی معمولی شبیه خود ما کارهای بزرگی انجام می‌دهند که باورش سخت است. مثل داستان زندگی آرون رالستون، مهندس جوان و ماجراجویی که در سرمای ماه می سال ۲۰۰۳، به مدت ۵ روز ایستاده در شیار یک کوه گیر کرده بود و با قطع کردن دستش موفق شد جانش را نجات دهد. او که توانایی خاصی در کوهنوردی داشت، نزدیک‌ترین تجربه به مرگی تدریجی و دردناک را طی ۱۲۷ ساعت گیر کردنش در شیار کوه حس کرد؛ ماجرای گیر افتادن او، خلاقیت، شجاعت و نبوغش برای مبارزه با مرگ در فیلم «۱۲۷ ساعت» که ۶ نامزدی اسکار و ۳ نامزدی گلدن گلوب را داشت، به تصویر کشیده شده است. در این پرونده سراغ این داستان واقعی رفتیم.



آرون رالستون مردی چشم در چشم مرگ

آرون ۲۷ ساله که مهندسی جوان بود، علاقه عجیبی به ماجراجویی داشت و فراری از شهر و شلوغی بود. روزی که در ماه می ۲۰۰۳ تصمیم گرفت برای یک هیجان تازه به پارک ملی گرند کانیون برود، تصور نمی‌کرد این سفر سرنوشت او را تغییر دهد و نقطه عطفی دردناک و خاص در زندگی‌اش محسوب شود؛ در این حد که شهرتی جهانی برای او به همراه داشته باشد. پارک ملی گرند کانیون در ایالت یوتا، منطقه‌ای بکر و بی‌نظیر است، مکانی که حاصل میلیون‌ها سال فرسایش است، فرسایشی عجیب که در طولانی مدت باعث جاری شدن رودخانه و حجم زیادی آب روان در دل سنگ‌ها شده است. برای همین ساختار کوه‌ها، به‌خصوص در بخشی از آن که به دره بلوجان معروف است، بسیار متخلل محسوب می‌شود. طوری که حتی یک دریاچه که از بالا خبری از آن نیست در دل کوه‌ها جریان دارد. جایی که آرون علاقه زیادی به شیرجه زدن‌های خطرناک و هیجان‌انگیز در دل آن داشت. آرون که عادت به این ماجراجویی‌ها داشت خودرویش را در فاصله دوری از دره بلوجان در پارک ملی پارک کرد. مثل دفعات بی‌شماری که به چنین سفرهای کوتاهی آمده بود به هیچ کس درباره مقصد اصلی، مقدار زمان سفر و... چیزی نگفته بود؛ چون تصور می‌کرد بعد از کمی گردش در منطقه‌ای که به آن مسلط بود، به خانه بازخواهد گشت. او به دل یک هیجان ناب زد. در طول مسیر با آدم‌های مختلفی معاشرت کرد که از توانمندی و مهارتش، همین‌طور تسلطش بر گوشه و کنار کوه حیرت زده می‌شدند. اعتمادبه‌نفس آرون بالا بود. دیگران را هم تشویق می‌کرد تجربه‌های پرریسک و هیجان‌انگیزی داشته باشند. آرون بی‌نهایت متاثر از شخصیت کریستوفر مک کندلس بود، جوانی ماجراجو که در ۲۴ سالگی برای فرار از تمدن و ارتباط با طبیعت و حیات‌وحش به دل آلاسکا زد؛ اما در اثر بیماری در سرمای آلاسکا و جایی که هیچ کس از حضورش خبری نداشت، فوت کرد. کریستوفر و علاقه‌اش به طبیعت‌گردی و دوری از هیاهوی شهر، آن روزها الهام‌بخش خیلی‌ها بود؛ به‌خصوص که آن سال‌ها، شان پن بازیگر معروف هالیوود هم فیلمی پرمخاطب و تحسین‌شده براساس زندگی او به نام «در دل طبیعت وحشی» ساخت. اما تجربه آرون نشان داد این الگوبرداری محض و بدون رعایت برخی قواعد چقدر می‌توانست خطرآفرین باشد. آرون بی‌محابا پیش می‌رفت تا به دل خطر برسد. روی لبه سنگی پرید که ایمن نبود. سر خوردن همزمان آرون و سنگ باعث شد دستش بین جداره کوه و سنگ گیر کند. لحظات نفس‌گیر ماجراجویی آرون شروع شد. نه دستش بیرون می‌آمد. نه سنگ تکان می‌خورد. در دل شیار کوهی که از بالای آن هیچ چیز مشخص نیست. جایی که فریادزدن فایده‌ای ندارد. خطر بالا آمدن آب و جاری شدنش در شیارها را هم اضافه کنید. شکاف دره بلوجان در مناطقی حدود ۱۶۰۰ متر عمق دارد، زیستگاه ۱۵۰۰ گونه گیاهی و ۵۰۰ گونه جانوری است که بسیاری از آن‌ها می‌توانستند جان آرون را به خطر بیندازند. حالا دره‌ای به عمر ۶ میلیون سال، جوانی ماجراجو را در آغوش کشیده و به کام مرگ فرو می‌کشد.

چرا اوضاع آرون خطرناک شد؟

گرند کانیون حدود یک قرن است که پارک ملی شده و منطقه‌ای حفاظت شده است. در آن جا خبری از امکانات و تجهیزات برای جست‌وجو نیست. فقط طبیعت بکر و تعداد معدودی گردشگر که به نسبت گستره منطقه بسیار کمتر از آن بودند که صدای فریادهای آرون را بشنوند. جغرافیای خاص، کوه‌های ایزوله، دره خطرناک و دیدنی‌هایی بکر که رسیدن به آن‌ها دشوار است، باعث شده بود افراد بسیار کمی در منطقه حضور داشته باشند. از طرفی آرون به کسی خبر نداده بود دقیقاً به کدام بخش از پارک ملی می‌رود. حتی اگر کسی از او خبر هم داشت امکان جست‌وجوی هوایی وجود نداشت. آرون مقدار کمی آب و غذا همراه داشت. تجهیزات کمش برای مقابله با شرایط اصلاً مناسب نبود. او به اشتباه چاقوی همیشگی‌اش را نیاورده بود و فقط یک چاقوی بی‌کیفیت چینی به همراه داشت با یک دوربین که تا باتری داشت فرصت خوبی برای تماشای عکس‌های قدیمی و البته ضبط فیلم خداحافظی آرون با خانواده و دوستانش را فراهم می‌کرد. زنده ماندن در آن شرایط نیاز به یک معجزه داشت. ۱۲۷ ساعت ایستادن هر کسی را از پا در می‌آورد. آن هم در منطقه‌ای که شب‌هایش سرد بود. روزهایش گرم. باران کمی می‌بارید. این موقعیت به ذهن فشار می‌آورد. کم‌خوابی و ترس باعث اوهام عجیبی می‌شود. آرون فرصتی خاص داشت تا به دل عمیق‌ترین ترس‌ها و رویاهایش برود، درباره گذشته فکر کند و برای آینده خیال‌پردازی کند. او در یک قدمی مرگ به خیلی چیزها فکر می‌کرد. خودش مدعی است در آن زمان رویاهایی دیده که بخش‌های زیادی از آن در آینده محقق شده است. او در تمام مدت می‌دانست در این شرایط فقط یک کار می‌تواند جانش را نجات دهد؛ قطع کردن دستی که بین سنگ و کوه گیر کرده بود. اما شجاعت آن را نداشت. روز پنجم، بعد از ۱۲۷ ساعت گرسنگی، تشنگی، ایستادن و تاحدی نخوابیدن و دیدن اوهام او بر ترسش غلبه کرد و تصمیم مهمی گرفت یعنی قطع دست که باید درست، با کمترین خون‌ریزی، سریع و شجاعانه انجام می‌شد. وقت آن بود که از نبوغ و جسارتش برای بقا استفاده کند.

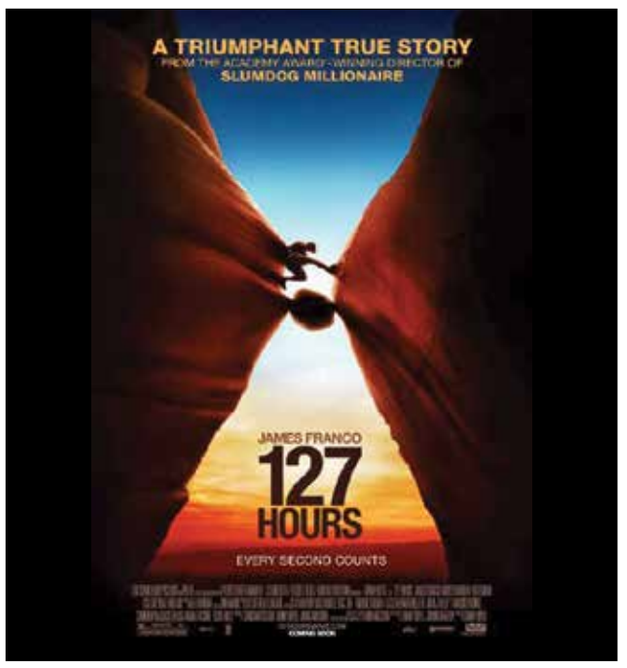
عکس از فیلم «۱۲۷ ساعت»

نجات قطعی یا مرگی آرام؟

آرون با بند کوله دستش را بست تا جلوی خون‌ریزی را بگیرد؛ اگر بین این کار منصرف می‌شد مرگی آرام و تلخ در اثر دو خون‌ریزی در انتظارش بود. برای همین باید با نهایت شجاعت، از بهترین جای ممکن دستش را قطع می‌کرد. تصمیم به شکستن استخوان ساعد و قطع دست را گرفت؛ آن هم با همان چاقوی چینی کندی که فرایند را جرآور می‌کرد. به‌رغم دردزیاد تا انتهای کار را انجام داد. اما با دستی که خون‌ریزی می‌کرد و جسمی که ۵ روز بدون آب و غذای مناسب ایستاده بود نمی‌توانست از کوه عبور کند و ۱۳ کیلومتر تا محل پارک خودرویش برود. او در آبراهی فرود آمد و هوشمندانه خودش را به آب بین شیارها سپرد. در ادامه هم خوش‌شانس بود که چند کوهنورد او را دیدند. بعدها آرون به همان منطقه رفت و کوه‌های دیگری را هم فتح کرد. اما همیشه محل دقیق و برنامه سفرش را با دیگران در میان می‌گذاشت تا در صورت بروز اتفاق، شانس نجات داشته باشد. کتاب «سنگ و مکان سخت» قصه تجربه دردناک و نجات شجاعانه او به قلم خودش است که بعدها ایده فیلم «۱۲۷ ساعت» شد.

۱۲۷ ساعت روی دور تند

دنی بویل کارگردان صاحب‌نام هالیوودی که با فیلم اسکاری و معروفش یعنی «میلیونر زاغه نشین» شناخته می‌شود، سال ۲۰۱۰ سراغ داستان تکان‌دهنده آرون رفت تا فیلمی بسازد. او چنان از ظرفیت داستان مطمئن بود که کارگردانی، فیلم‌نامه‌نویسی و تهیه‌کننده بودن اثر را تقبل کرد. تصمیمی که درباره هیچ‌کدام از آثار او اتفاق نیفتاده. جیمز فرانکو بازیگری که با «مرد عنکبوتی» شناخته می‌شود، در نقش آرون بازی کرد. اما تصمیم مهم بویل این بود که از خود آرون به عنوان مشاور اثر کمک بگیرد. آرون بارها سر ضبط حاضر شد و به بویل و فرانکو برای فیلم مشورت داد. تعامل جدی او با عوامل باعث شد آرون از فیلم به‌شدت راضی باشد و آن را روایتی واقعی در آن اتفاق تکان‌دهنده بداند. فیلمی که توسط منتقدان روتن تومیتوز امتیاز ۹۳ از ۱۰۰ را گرفت.



جالب‌ترین صحبت‌های «آرون» در گفت‌وگوهایش

طی سال‌ها آرون رالستون در گفت‌وگوهای مختلفی که داشته ابعاد این اتفاق را تشریح کرده و قطعاً هیچ‌کس هم جز او نمی‌تواند آن‌چه را بر او گذشته تا از یک قدمی مرگ برگردد و با تصمیمی شجاعانه به زندگی سلامی دوباره داشته باشد، بیان کند. بخش‌هایی از گفت‌وگوی او را با Denofgeek.com می‌خوانیم.

خودم را کشف کردم

او دستاورد مهم آن ماجرا را این‌گونه توصیف می‌کند: «این تجربه فقط فیزیکی و مادی نبود؛ معنوی هم بود؛ تجربه‌ای که به احساس رضایت از خویشتن انجامید. من آن جا بودم تا خودم را کشف کنم. من در مورد کل جهان هم چنین نظری دارم؛ جهان از طریق ما و رفتارهایمان، خود را کشف و تجربه می‌کند. ما جزئی از جهان هستیم».

قدر خانواده‌ام را دانستم

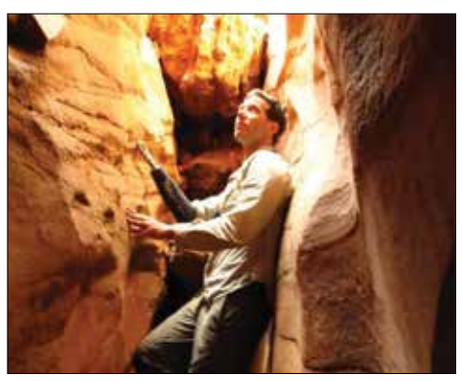
او در آن لحظات به چیزهای مهمی فکر کرده که شاخص‌ترینش خانواده بوده: «زمانی که گیر افتاده بودم، احساس می‌کردم که قدر خانواده‌ام را ندانسته‌ام و قدردانی از آن‌ها نکرده بودم. من در قسمتی از خداحافظی ویدئویی‌ام که مشابهش در فیلم وجود دارد، به پدر و مادرم می‌گویم از این که قدر آن‌ها را آن گونه که باید نمی‌دانستم و از آن‌ها فاصله می‌گرفتم، پشیمانم. به نظر من، انسان در دوره نوجوانی و سال‌های دهه ۲۰ و ۳۰ عمر خود باید مستقل و متکی به خود شود. استقلالی که من به دست آوردم، بیشتر از مردم دیگر بود. وقتی در گودال گیر افتاده بودم، ۲۷ سال داشتم و به این فکر می‌کردم که چقدر از خانواده‌ام دور شدم».

فتح کوه مهم‌تر است یا خانواده؟

این تجربه درک او را از دستاوردهای زندگی این‌طور تغییر داده است: «من از انزوا و سرگذشت خودم خیلی آزرده شدم. تمام زندگی‌ام را به بهای دوری از خانواده در کوهستان و به کوهنوردی گذرانده بودم. از خودم می‌پرسیدم که مهم‌ترین چیز در زندگی چیست؟ مطمئناً تعداد کوه‌هایی که من فتح‌شان کرده‌ام از همه چیز مهم‌تر نیست. روابط با افرادی که وقت‌شان را صرف من کرده‌اند، مهم‌تر از کوهنوردی است. من آرزو می‌کردم که کاش زمان بیشتری را با آن‌ها گذرانده بودم. آرزو می‌کردم که ای کاش بیشتر از آن‌ها تشکر کرده بودم. من واقعاً پشیمان بودم. وقتی که در گودال گیر افتادم و سپس بیرون آمدم و با یاری خانواده و دوستانم بهبود پیدا کردم، به درستی این مطلب که «زندگی با خانواده معنا پیدا می‌کند» رسیدم».

فیلمی برای پدر و مادر

آرون درباره فیلمی که از خودش گرفته بود، می‌گوید: «وقتی دوربین را روشن کردم ۲۴ ساعت بود که در گودال گیر افتاده بودم و اولین پیامی که در آن ضبط کردم، با این مضمون بود: «اگر کسی این دوربین را پیدا کرد، لطفاً آن را به پدر و مادرم برساند. من می‌دانم که شانس بیرون آمدن از این گودال را ندارم».

چطور توانستی دستت را قطع کنی؟

اما مهم‌ترین سوالی که می‌شود از آرون پرسید درباره قطع کردن دستش است که این‌طور جواب می‌دهد: «من این تصمیم را به تدریج گرفتم. در آغاز حتی نمی‌خواستم به قطع کردن دستم فکر کنم. تصورش هم برایم غیر ممکن بود. اما هر چه زمان می‌گذشت، ناامیدتر می‌شدم. در این شرایط بود که تصمیم به استفاده از شریان‌بند گرفتم. تیغی که در اختیار داشتم، کندتر از آن بود که بشود استخوان‌های دست را با آن برید. حتی در این کش‌وقوس امید و ناامیدی هم، پنج روز طول کشید تا سرانجام توانستم با این موضوع کنار بیایم. در پنجمین روز مطمئن شدم که کار دیگری از دستم برنمی‌آید. برای نجات دادن خودم هیچ کار دیگری نمی‌توانستم انجام دهم. در واقع مرگ را پذیرفته بودم و این آرامم می‌کرد. آرامشی پایدار تمام وجودم را فرا گرفته بود اما در یک چشم به هم زدن این کار را انجام دادم. سیاه شده بودم و در گودال می‌لرزیدم. اما همه چیز عوض شده بود. می‌دانستم که در این جا نخواهم مرد. آدرنالین زیادی در خونم ترشح شده بود. وقتی خودم را آزاد کردم، بیشتر از هر زمان دیگری مشتاق ادامه زندگی بودم. شادی و شعف تمام وجودم را در بر گرفته بود. گویا در این جهان نبودم.»