

Δραστηριότητες και σεβασμός στο περιβάλλον

Το άρωμα των διαδρομών

Η πλαγιά χρυσίζει στον ήλιο και μικρά πουλιά κρύβονται πίσω απ' τις αγριελιές και τα σχίνα καθώς ανηφορίζω στο μονοπάτι. Σταματάω στο πέραςμα με τα λουλουδια και κοιτώ ένα σπάνια γαλάζιο ουρανό και το βράχο αγέρωχο, με τις ασφάλειες να λαμπυρίζουν πάνω του. Ήδη ακούγονται τα πρώτα γέλια και τα χαρούμενα πειράγματα των αναρριχητών. Μισοκρυμμένη στη στροφή, ρίχνω μια ματιά θαυμασμού στους καλλίγραμμους νέους με τα χρωματιστά μπλουζάκια που παλεύουν μ' όλες τους τις δυνάμεις να χαρούν τη φύση!

Στη συνέχεια, χαϊρετώντας, προσπερνώ γρήγορα το πλακόστρωτο, την πέτρινη πεζούλα, δεν αφήνω τα πράγματά μου εκεί. Ξέρω ότι είναι γεμάτο γόπες κι αποτοίγαρα κι ό,τι ακουμπήσεις επάνω-με το πρώτο αεράκι ή την πρώτη υγρασία-παίρνει μια αηδιαστική μυρωδιά βρώμικου σταχτοδοχείου. Κρεμώ προσεκτικά κάποια ρούχα στα κλαδιά και φοράω τη ζώνη και τα παπούτσια. Την πρώτη φορά που ήρθα εδώ είχα περπατήσει πολλή ώρα ξεπόλητη στις άσπρες πέτρες, μελετώντας τάχατες τις διαδρομές. Τώρα δεν μπορώ να το κάνω, κρύβω την όρεξη της ξεπολυσιάς για κάποιο ξερονήσι αργότερα, το καλοκαίρι, το πεδίο έχει, πλέον, γεμίσει σκουπιδάκια, χαρτάκια, μαντηλάκια, υπολείμματα φαγητών και, φυσικά, τις γόπες.

Ανεβαίνω τη διαδρομή μου και μ' αγκαλιάζει η ζεστασιά του βράχου. Στο δεύτερο σετάκι συναντώ την τρύπα με την κάπαρη και τη φωλιά του εντόμου, που είχαμε δει την άλλη φορά ν' ανεβαίνει ως εδώ, κάθετα, με συνδυασμό αναρριχητικών κινήσεων και φτερουγισμάτων, μια γιγαντώσιμη μαύρη σφήκα σέρνοντας μαζί της μια νεκρή ακρίδα, τρεις φορές το μέγεθός της και να τη φέρνει στη φωλιά! Έπεσε η σφήκα τρεις φορές, μαζί με την ακρίδα, ξανακατέβηκε, την ξαναπήρε και ξανα ανέβηκε από κάτω μέχρι την τρύπα, στο δεύτερο σετάκι. Τρεις φορές. Δεν θέλω να 'χω πολλά-πολλά με τα έντομα, αλλά η συγκεκριμένη περίπτωση με συγκίνησε τόσο που βοήθησα κι εγώ κάποια στιγμή την προσπάθεια, ξεσκάλωνοντας το τριχωτό πόδι της ακρίδας από μια σχισμή όπου είχε διπλώσει, ακινητοποιώντας το ζευγάρι νεκρού και ζωντανού εντόμου.

Το ρελέ είναι τώρα από πάνω μου. Ασφαλίζομαι και γυρνάω να κοιτάξω τον ορίζοντα, όπως έκανα όταν ανέβηκα για πρώτη φορά μια διαδρομή. Ο ουρανός έχει αρχίσει να ροδίζει, η γραμμή των βουνών ν' απαλύνει και στο βάθος, πίσω από την τελευταία ράχη, μαντεύω τη θάλασσα.

Από το σημείο που βρίσκομαι, χωρίς τον ήλιο τώρα να με τυφλώνει, βλέπω καθαρά τρεις-τέσσερεις καλλίγραμμες κοπέλες σκυμμένες η κάθε μια πίσω από ένα διαφορετικό θάμνο, να πετούν αμέριμνα στο χρώμα από ένα χρησιμοποιημένο για σκούπιμα, μετά από τουαλέτα, χαρτομάντηλο. Αυτή τη φορά νευριάζω. Κι εγώ καπνίζω, κι εγώ τρώω, κι εγώ πιάω στην τουαλέτα. Δεν έχω διανοηθεί να πετάξω κάτω ούτε σκουπίδι, ούτε στάχτη, ούτε κλωστίτσα. Όταν ταξιδεύω, τα πλαστικά μου όλα, μα όλα, τα στριμώχνω στο αυτοκίνητο και τα φέρνω πίσω για να μην τ' αφήσω σε μέρη όπου δεν υπάρχει ανακύκλωση. Έχω γκρεμοστακιστεί σε γκρεμούς για να πιάσω ένα πεταμένο μπουκάλι ενός άλλου για να μην πέ-

σει στη θάλασσα. Έχω δει κι άλλους-στο συγκεκριμένο πεδίο και αλλού-να μαζεύουν τα σκουπίδια των άλλων. Έχω δει καθώς πρέπει κυρίες, καθαρές και περιποιημένες, να μαζεύουν το χρησιμοποιημένο χαρτομάντηλο της τουαλέτας τους, να το τυλίγουν και να το βάζουν προσεκτικά σ' ένα σακουλάκι στην τσάντα τους, αντί να το πετούν ολούθε. Έχω δει το σχοινοσύντροφό μου να φυτεύει ένα βολβό δίχρωμης τουλίπας στο πεδίο εδώ, για ν' ανθίσει την άνοιξη!

Κατεβαίνω σιγά και έρχομαι κοντά στους αναρριχητές, πάνω απ' τις ανάσες τους. Δεν είναι πια καλλίγραμοι, τα νύχια τους είναι βρώμικα, τα ρούχα τους ιδρωμένα, τα πόδια τους μυρίζουν. Κοκορεύονται για τη διαδρομή που σκαρφάλωσαν, την ίδια στιγμή της πετούν περιφρονητικά ένα παλιόχαρτο. Προχωρούν για την επόμενη αφήνοντας πίσω τους την μπόχα ενός μισοσβησμένου τσιγάρου. Αγαπούν και λερώνουν μαζί τις στιγμές τους, το βράχο τους,

καθόλου υπερήφανοι, πολύ αλαζόνες, χωρίς λόγο, από τεμπελιά σώματος και μυαλού, κλέφτες απο στενοκέφαλη έλλειψη φαντασίας του δικαιώματος των μελλοντικών αναρριχητών για ένα λουλουδιασμένο βράχο, λίγο καθαρό χρώμα, ένα χόρτο, ένα έντομο. Οι φωνές τους ακούγονται τώρα τσιριχτές, ένα άταχτο πλήθος, μπερδεμένο, που δεν ξέρει τι θέλει, ένα είδος που αναπνέει και τρώει, αλλά δεν ξέρει να ζει. Ακόμα.

Ξέρω ότι οι πιο πολλοί σκεπτόμαστε το ίδιο, ξέρω ότι σε λίγο όλοι θα σκεπτόμαστε το ίδιο. Μιλήστε. Οι φίλοι. Διδάξτε. Οι εκπαιδευτές. Θυμίστε. Οι προμηθευτές εξοπλισμού. Φιλοτιμηθείτε. Όλοι. Έχω σταματήσει στο δρόμο οδηγό αυτοκινήτου που είδα να πετάει έξω τσιγάρο. Του έκανα παρατήρηση. Δεν μ' έδειρε. Μου είπε ότι είχα δίκιο. Με ευχαρίστησε που προσέχω το νησί του και έφυγε χαρούμενος με τη νέα προοπτική!

Ελίνα Τερζάκη



Για τους νέους

Η αξία της ορειβασίας

Του κ. Γ. ΝΙΚΟΛΑΪΔΗ, Επίτιμου Προέδρου Ορειβατικού Ιωαννίνων

Η ορειβασία δεν είναι απλώς ένα σπορ, είναι μια ολόκληρη επιστήμη, γράφει στα απομνημονεύματά του ο περιφημος ορειβάτης Χίλλαρντ. Και συνεχίζοντας για το τι νιώθει όταν πατάει την κορυφή ενός βουνού γράφει: «Αισθάνομαι την ανάσα μου πιο απαλή και την ηθική ικανοποίηση, ότι ανέβηκα πιο ψηλά από κει που ζω καθημερινώς, αισθάνομαι μαζί με τη ζωντανή κούραση την αίσθηση ότι έχω συντροφιά τον ουρανό και ότι η φύση ολάκερη μου ανήκει, αφού με ένα βλέμμα από κει ψηλά την αγκαλιάζω ολάκερη».

Το να ασχολείσαι με το βουνό είναι σαν να ασχολείσαι με ένα άλλο δυσκολοκατάκτητο και περιπετειώδη και σου δυναμώνει τα στήθια, τα πόδια, τα μάτια και σου ανοίγει νέους ορίζοντες στον ψυχολογικό σου τομέα. Ο άνθρωπος έχει μέσα του κάτι που τον ωθεί να ανεβαίνει σε όλους τους τομείς όλο και πιο ψηλά. Στο βουνό η τάση αυτή γίνεται πραγματικά εντυπωσιακή και λίγο λίγο η προσπάθειά μας πολλαπλασιάζεται και ολοκληρώνεται με το πάτημα της κορυφής.

Ο σκοπός, στην ορειβασία πάντως, (εκτός δυσανάβωτων βουνών) πετυχαίνει και παίζει σπουδαίο ρόλο σε κάθε ενέργειά μας το φθάσιμο στο σκοπό.

Χωρίς το βουνό η όψη μιας επίπεδης γης θα προκαλούσε την αγωνία και τη μονοτονία. Το κλίμα μιας περιοχής διαμορφώνεται σε γλυκό ή σε ξηρό ανάλογα με τα φυσικά φρούρια που δημιουργούν τα βουνά της, οι χαράδρες και τα δάση τους και οι ατέλειωτες δροσερές δεξαμενές που κρύβουν στα σπλάχνα τους.

Της δίνουν μια ομορφιά ωφέλιμη και πρωτότυπη. Στη ράχη τους ο πρωτόγονος άνθρωπος τοποθέτησε τους θεούς του και τους προγόνους του.

Από τη ράχη τους αγνάντευε και κατατοπίστηκε για τη γειτονική του περιοχή. Το βουνό ήταν η έκφραση του μεγαλοπρεπούς, του μυστηριώδους και του απρόσιτου. Γι' αυτό κοντά του κτίστηκαν πολλά Μοναστήρια και εκκλησίες. Μ' αυτόν τον τρόπο έπαιρναν κάτι από: τα μυστήρια και τη μεγαλοπρέπεια του βουνού και έδιναν την αίσθηση της αποχής από τα εγκόσμια. Γι' αυτό πολλά γεγονότα θρησκευτικά έγιναν πάνω σε άγρια και σκεπασμένα με σύννεφα βουνά. Γι' αυτό και τα συναισθήματα που γεννούνται μέσα στην ψυχή του ανθρώπου από τη θέα του βουνού επηρεάζονται βέβαια και από το παρελθόν το σχετιζόμενο με τη θρησκεία. Το βουνό είναι πάντοτε ένας πρώτης τάξεως φίλος και σύντροφος και εξασφαλίζει την υγεία και την ψυχαγωγία. Κοντά του, με παρέα, θα βρεις την ησυχία, την καθαρή ατμόσφαιρα, τις πολυποίκιλες ομορφιές της φύσης που είναι αλλιώτικες από βήμα σε βήμα. Θα νιώσεις στο κορμί σου το ζωγόνο ιδρώτα. Θα καταλάβεις τα πνευμόνια σου να ανοίγουν όπως δεν το ένοιωσες ποτέ καθισμένος στο τραπέζι του γραφείου ή σε οποιαδήποτε άλλη δουλειά. Οι φυσικές συνθήκες στο βουνό είναι τέτοιες, που διευκολύνουν τη λειτουργία της καρδιάς (που τόσο ταλαιπωρείται σήμερα) και του κυκλοφορικού συστήματος.

Ο ατέλειωτος ορίζοντας που δεν έχει τίποτε το κοινό με το συνηθισμένο, ξεκουράζει τα μάτια και σου δίνει την αίσθηση της Ξενοιασίας. Άλλωστε γι' αυτό με την ορειβασία, ένα παραφορτωμένο νευρικό σύστημα ανακουφίζεται και ξεκουράζεται, ένας νευρικός τύπος μετά από μια ολόκληρη ανάβαση σε κάποιο βουνό γίνεται ένας ευχάριστος τύπος, ομιλητικός και προσηνής, ένα πλεονέκτημα που δύσκολα αποκτάται με άλλα σπορ. Η ορειβασία σαν σπορ προσανατολίζεται προς τα δύο φύλα και προς όλες τις ηλικίες, δηλαδή ο άνθρωπος από τότε που αρχίζει να στέκεται στερεά πάνω στα πόδια του, μέχρις ότου φθάσει στα γεράματά του είναι σε θέση να κάνει συντροφιά με το βουνό και να αντλεί τις χαρές που κρύβει. Σαν μέσο αγωγής η ορειβασία ενεργεί τονώνοντας τη θέληση. Για να ανεβείς ένα βουνό πρέπει να βάλεις σε δοκιμασία τη θέληση. Έτσι συνηθίζει το άτομο να επιδιώκει στην ενεργητική ψυχαγωγία και όχι στις ενστικτώδεις καταστροφικές ψυχαγωγίες του ποτού, των μηχανικών παιχνιδιών, του καφενεϊού κλπ. Είναι μέσον κοινωνικών επαφών, συμφιλιώνει τις τάξεις, ενισχύει την προσωπικότητα, δίνει δυνάμεις για την εργασία, σε βοηθά να γνωρίσεις πρακτικά πλέον τον τόπο που γεννήθηκες και έζησες συμβάλλοντας έτσι στην πατριδογνωσία και στη φιλοπατρία. Σε όλους μας, όταν είμαστε μικροί, υπάρχει έμφυτη η τάση να ασχοληθούμε με τα βουνά όπως και με κάθε τι το συνηθισμένο. Από τους γονείς και τα σχολεία εξαρτάται εάν το παιδί αγαπήσει το βουνό, αφού η φύση όχι μόνον δεν το εμποδίζει αλλά και το παρωθεί. Οι μικροί περιπάτοι στους γύρω λόφους κατ' αρχάς, στους πιο ψηλούς αργότερα και στα βουνά κατόπιν θα συνηθίσουν το παιδί να αγαπά τη φύση και το βουνό και να μεταβληθεί σε έναν καθαρό φυσιολάτρη. Κοιτάξτε το βουνό, η θωριά του αυστηρή, αλλά φιλική, σας προσκαλεί σε μια φιλοξενία που μοναδικό σκοπό έχει να σας προσφέρει αφειδώς όλα τα καλά της υγείας. Επωφεληθείτε και γίνετε φίλοι του. Δεν θα μετανιώσετε ποτέ.

SuperLightweight

Backpack

34,00 €



Bag: 19x15cm
Size: 20L
21x41x73cm
Water Resistant
Nylon Ripstop

JUST IN CASE
by POLO



310gr

Travel Pack

26,00 €



Bag: 15x15cm
Size: 32L
51x25x25cm
Water Resistant
Nylon Ripstop



240gr

SL Minima 1

225,60 €



Bag: 29x12cm
Elevat. 100x300x h70cm Elevat. 80x220xh65cm
Fly Nylon Ripstop 30D 2000mm
Floor Nylon 150T/N 5000mm Floor Area 6000



960gr

Essential Light Mat

57,60 €



Bag: 6x22cm
Size: 180x45cm 100% Polyamide Fabric
Φαειστική επιφάνεια 11 επιμήκων λωρίδων. Διατίθεται με βελούδινο με μεταλλικές βρόσες και μία πλοκή για πρόσδεση ζαζαρι.



315gr

Lightec 550

67,00 €



Bag Comp: 12x20cm
Size: 215x80x50cm
Temp: max 21°C comfort 20°C extreme 10°C
Filling: 100% 216T Ripstop Polyamide
Inner: 100% 40 D 200T Nylon Filling 50g/m² HTF Camppad

FERRINO



550gr

www.polo.gr info@polo.gr

Πατησίνης 62 & Μουσίου 11 Αθήνα Τηλ: 210 6288910
Ληξιαρχείου 62 (7-11) Πάφος Τηλ: 210 9414020
Α. Περικλέους 575 Π. Ν. Ηράκλειο Τηλ: 210 2815600

POLO
Center

