

سفر نامه

با بچه‌های دبیرستانی، می‌ریم به اردو
آبشار هفت چشمه البرز



آرزو احمدزاده، راهنمای طبیعت گردی

امروز هیجان دیگری دارم، هیجانی دلنشین و شیرین، از جنس کودکی. تا این زمان کمتر پیش آمده است که شب قبل از سفر نخوابم. اما دیشب بارها بیدار شدم و ساعت‌ها رانگاه کردم تا مبدا خواب بمانم. یاد زمانی افتادم که کلاس چهارم یا پنجم دبستان بودم و اولین بار از طرف مدرسه سفری نیم روزه رفتیم به پار ک‌ارم. خوب یادم هست که مادرم برایم ساندویچ‌الویه در کوله پشتی‌ام گذاشته بود. خاطرات آن سفر و شیطنت‌های داخل ماشین تا پارک‌ارم را هیچگاه فراموش نمی‌کنم. سفرهایی که باهم‌کلاسی‌های مدرسه‌می رفتیم طعم دیگری داشت. اردو: دلچسب‌ترین نامی بود که از زبان مدیر مدرسه‌می شنیدیم. و حالا مسئولیت سفر دخترهای مقطع دبیرستان مجموعه‌آموزشی‌هدی را به من سپرده‌اند تا دوباره با تک‌تک‌شان نوجوانی کنم. در کنار هیجان همراهی با بچه‌ها، نگرانی سلامتی‌شان را نیز دارم؛ چرا که خانواده‌هایشان با هزار و یک نگرانی راهی‌شان کرده‌اند و من تمام تلاشم را خواهم کرد تا سفری بی‌خطر را تجربه کنند. هم‌کارم زحمت همراهی بچه‌ها تا کرج را بر عهده داشت و من میدان حافظا، ابتدای مسیر جاده چالوس منتظر ایستاده بودم. بالاخره رسیدند و سوار ماشین شدم. آنقدر هیجان ذخیره داشتم که با صدایی بلندتر از همیشه سلام کردم و یک‌صدا بلند جواب شنیدم. صدای سلام گفتنشان نشان می‌داد که باید بچه‌های بر جنب و جوشی باشند، اما مربی‌های مدرسه نیز همراهمان بودند و این مسئله خیالم را کمی آسوده‌تری کرد.



مقصد ما آبشار هفت چشمه واقع در روستای آدران در جاده چالوس بود. بعد از معرفی و صبح‌بخیر و خوش‌آمدگویی، توضیح مختصری در مورد آبشار هفت چشمه و سد امیرکبیر که روی رودخانه کرج ساخته شده است دادم تا به رستوران هفت چشمه برسیم. ذهن این بچه‌ها پر از سوال بود و تا جایی که می‌دانستم سعی کردم پاسخ سوال‌هایشان را بدهم و جالب بود که بیشترین سوالی که پرسیده می‌شد: «چقدر باید پیاده‌برویم؟» بود. شاید سوال شما هم باشد. پس بگذارید پاسخ را همین‌جا بازگو کنم. برای بازدید از آبشار هفت چشمه باید بعد از روستای آدران وارد رستوران هفت چشمه شوید. از پله‌ها که بالا بروید مسیر آبشار کاملاً مشخص است. هر ساعتی که از رستوران راه بیافتید، یک ساعت دیگر کنار خنکای آبشار خواهید بود. ما نیز کنار رستوران توقف کردیم و برای صرف صبحانه آماده شدیم. بعد از صبحانه در مسیر آبشار حرکت کردیم. از کوچه باغ عبور کردیم و به پل چوبی رسیدیم. یک به یک بچه‌ها از پل رد کردم و مسیر را ادامه دادیم تا به دیواره‌ای رسیدیم که چشمه‌های متعدد از آن بیرون زده و ردیفی از آبشارهای کوتاه‌را تشکیل داده‌اند. استراحتی کردیم و بچه‌ها مشغول آب‌بازی شدند. صدای شور و هیجانشان آدم را به وجد می‌آورد و خنده‌هاشان تماماً پر از شور و شغف است. برای دسترسی به آبشار اصلی باید از صخره‌ها عبور می‌کردیم. بچه‌ها هیجان عبور از صخره را به آب‌بازی بخشیدند و ساعتی در حوضچه مشغول تخلیه انرژی‌شان شدند. اگر شما خواستید تا کنار آبشار بروید، از صخره‌ها رد شوید تا در انتهای تنگه به آبشار زیبای هفت چشمه برسید. از اینجا که به هفت چشمه معروف است تا کنار آبشار، نزدیک به ۱۰ دقیقه باید پیاده‌روی کنید. ارتفاع آبشار اصلی حدود ۹۰ متر است و از این لحاظ یکی از آبشارهای بلند ایران محسوب می‌شود. بعد از آبتنی جایی کنار رودخانه برای صرف نهار نشستیم. همراهی و همدلی‌شان، شور و شادی‌شان مرا به یاد شعر قه‌مه‌های مجید می‌اندازد: «لخوش و شدادیم، ز غم‌ها زادی‌م، روزها تو اردو، می‌ریم اردو...» قلب‌های زلالشان باعث شد که شادی امروز را هیچگاه فراموش نکنم.

و گرگان و در فاصله یک ساعته به بندر ترکمن برسید.

از سمنان هم می‌توانید همان مسیر شاه‌رود-گرگان را ادامه دهید و هم می‌توانید مسیر شه‌میرزاد به ساری را انتخاب کنید که یکی از زیباترین مسیرهای کوهستانی جنگلی کشور است.

برای کسانی که مایلند با هواپیما به این مقصد برسند هم دوفروگاه نزدیک به بندر ترکمن وجود دارد: هم فرودگاه گرگان و هم فرودگاه نکادر فاصله‌ای اند‌ک‌از مقصد شما واقع هستند.

چی بخوریم؟

در بندر ترکمن احتمال زیادی دارد که مهمان مردم صمیمی این شهر شوید، غذاهای خانگی بندر ترکمن بسیار لذیذ هستند و در کنار شیرینی‌ها و نوشیدنی‌های منحصر بفرد این بندر، ترکیب جالبی از طعم و مهمان‌نوازی را به مسافران ارائه می‌دهند. غذاهای ترکمن، بر مبنای گوشت لذیذ گوسفندی و سبزیجات تهیه می‌شوند. مشهورترین غذای ترکمنان «چکدرمه» است که با تکه‌های درشت گوشت و پیاز و گوجه فرنگی و برنج تهیه و خورده می‌شود. هلی‌اش هم یکی از انواع آش است که در میان ترکمنان محبوبیت خاصی دارد. آش شامل بنشن و سبزیجات و گوجه فرنگی و شکر و پیاز است.

چی بخیریم؟

دوشنبه بازار بندر ترکمن محلی است که می‌توانید زیاترین صنایع دستی ترکمنان را با قیمتی خوب از دست کسانی که به نحوی در تولید آنها نقش داشته‌اند تهیه کنید. مهمترین محصول این بندر، بدون شک خاویار و ماهی است. برنج، لبنیات و محصولات کشاورزی نیز از دیگر سوغات این شهر هستند. اما برای یک گردشگر، صنایع دستی این شهر از هر چیز دیگری جذاب‌تر است. دنیای رنگ در این بندر مسافر را به خرید یادگارهای شهر ترغیب می‌کند. انواع قالی و قالیچه ترکمنی، محصولات نم‌دی، نم‌د دورویه به نام قاشماگنچه، پشتی‌های زیبای ترکمنی، ابریشم‌بافی، سوزن‌دوزی از دیگر صنایع دستی این منطقه هستند. لباس ترکمنی نیز که لباده‌ای گشاد به همراه پوستین‌هایی به نام ایچمک که از پوست بره قره گل درست می‌شوند و زیورآلات زنانه بهترین یادگارآن سفر تان خواهند بود.

سخن‌نهایی

پیشنهاد می‌کنیم که برنامه سفر خود به بندر ترکمن را طوری بچینید که از جاذبه‌های شهرهای اطراف را هم بازدید کنید. پیشنهاد دیگر مابه‌شمالین است که حتماً غذاهای محلی خوشمزه ترکمنی را امتحان کنید. معروف‌ترین غذاهای ترکمن، چکدرمه، بوروک، لامله، امکک و نان‌های خوشمزه‌ای مثل قاوور تماچلی چوروک، بیشمه، باسترمه و قاتلامه‌شند.



شهری است در ۲۶ کیلومتری شمال شرق بندر ترکمن، از معروفترین آثار این شهر، پل خشتی آن است که بر روی رود گرگان، در زمان صفوی بر روی پایه‌های ساسانی ساخته شده است. این پل دو مناره داشته که اکنون از بین رفته است. به نظر می‌رسد پل به دستور شاه عباس صفوی ساخته شده باشد. قلعه کهن از دیگر بناهای شهر است که اکنون مخروبه شده و جز دو دیوار آن چیزی باقی نمانده است. این قلعه به قلعه مبارک آباد نیز معروف است. سد وشمگیر، در ۵ کیلومتری شمال شرق آق قلانج یکی از دیدنی‌های شهر است که برای گذراندن یک‌روز در دل طبیعت انتخاب خوبی است.

بندرگز

در ۱۲ کیلومتری بندر ترکمن، یکی از مراکز کشت پنبه کشور و یکی از شرقی‌ترین بنادر دریای خزر به نام بندرگز قرار گرفته، پیش از آنکه بندر ترکمن رونق بگیرد، این بندر قدیمی، قطبی مهم و بندر تجاری منطقه بوده است. از آثار تاریخی بندر «جرکلیاد» در غرب روستای کهنه کلباد است. آتشکده قدیمی مخروبه، قلعه‌های باستانی مثل مار قلعه، قدیم قلعه و عروس قلعه هم از دیگر آثار قدیمی دیدنی بندر هستند.

چطور به بندر ترکمن برسیم؟

اگر از شهرهای مرکزی، جنوبی و غربی ایران به سمت بندر ترکمن می‌آید، بهترین مسیر، مسیری است که از تهران شروع می‌شود و با امتداد در جاده فیروزکوه و رسیدن به ساری به سمت شمال شرق ادامه می‌یابد. با استراحت یا اقامت شبانه در ساری می‌توانید مسیر تان را به سمت نکا، به شهر، گلوگاه، نوکنده ادامه داده و از آنجا وارد بندرگز شوید و با یک گشت نیم یا یک روزه در این بندر باطنی مسیری ۱۵ دقیقه‌ای به بندر ترکمن برسید.

برای همین مسیر راه آه تهران-گرگان هم در دسترس است که با طی مسیر موازی با راه جاده‌ای یکی از زیباترین مسیرهای ریلی کشور به شمار رود.

اگر از آذربایجان غربی، شرقی، اردبیل یا گیلان و مازندران به سمت بندر ترکمن می‌روید، مسیر جاده اصلی را ادامه دهید و با عبور از استان گیلان و پشت سر گذاشتن رامسر، تنکابن، چالوس، نوشهر، محمود آباد قائم شهر، ساری، نکا و بهشهر وارد استان گلستان و سپس بندر ترکمن شوید.

از سیستان و بلوچستان، خراسان جنوبی، رضوی و شمالی هم می‌توانید از دو مسیر به بندر ترکمن برسید: از مشهد به سمت قوچان رفته و مسیر تان را به سمت کالاه ادامه دهید و با گذشتن از گنبد به سمت غرب ادامه مسیر دهید تا به بندر ترکمن برسید.

مسیر دیگر را می‌توانید با گذر از نیشابور و سبزوار و میامی به سمت شاه‌رود ادامه دهید و از آنجا به اردشهر



جایی که می‌توان سوار قایق‌های پدالی یا موتوری شد و بازارهای ساحلی و رنگارنگ صنایع دستی در آن قرار دارند. دوشنبه بازار بندر ترکمن بهشت مسافران عاشق صنایع دستی است. انواع صنایع دستی ترکمنی شامل پشتی، قالی، محصولات نم‌دی، سوزن‌دوزی و جواهرات با قیمتی مناسب در این بازار به فروش می‌رسند.

میل‌رادکان

میل رادکان، با حدود ۳۵ کیلومتر فاصله از بندر ترکمن، در یک ناحیه جنگلی کوهستانی واقع است. این برج، یکی از مجموعه برج‌هایی است که در مسیر لاجیم و رسک به بندر ترکمن، برای راهنمایی و اسکان مسافران ساخته شده است و بعداً مقبره بانی‌اش شد.

بانی برج، یکی از اسپهبدان آل بوند به نام ابو جعفر محمد بوده است که دستور ساخت آن را در سال ۴۰۷ ه‍.ق داده است. برج شامل دو بخش بندنو گنبد است، و گنبد مخروطی و دو پوشه



آن ۳۵ متر ارتفاع دارد. تعدادی کتیبه به هم پیوسته تشکیل می‌شده که دو جزیره کوچک و انتهایی در طول قرن‌ها به زیر آب رفته‌اند و حالا آشوراده نیز به همان دلیل متروک و نیمه مغروق مانده است. البته مسافران می‌توانند از بندر ترکمن با قایق موتوری ظرف ۱۰ دقیقه به آشوراده برسد و از زیبایی‌های بی نظیر و آرامش مثال زدن آن لذت ببرند. سواحل قابل شنای جزیره برای آقایان و طرح سالم‌سازی برای خانم‌ها آشوراده را به مقصدی ایده‌آل برای علاقمندان به ساحل و شن‌تبدیل می‌کند. اما اکنون این جزیره زیبا و پر از آرامش ساکنی جز صیادان و کارمندان شیلات ندارد. بی‌جهت نیست که ۴۰٪ خاویار کشور در این جزیره تولید می‌شود. خاویار آشوراده از معروف‌ترین و مرغوبترین خاویارهای دنیا به شمار می‌آید.

آشوراده که از واژه ترکی «آشیر آداسی» گرفته شده، از آنجا که به عنوان چراگاه هم مورد استفاده قرار می‌گرفته در بین مردم محلی مال آشیر هم خوانده می‌شده است. جزیره تا اوایل قرن هنوز هم یکی از اصلی‌ترین زیستگاه‌های ببر مازندران یعنی قوی‌ترین گوشتخوار جهان بوده، حیوانی که حدود ۴۰ سال پیش آخرین نمونه زنده آن توسط یک شکارچی از یاد آمد.

جایی که می‌توان سوار قایق‌های پدالی یا موتوری شد و بازارهای ساحلی و رنگارنگ صنایع دستی در آن قرار دارند. دوشنبه بازار بندر ترکمن بهشت مسافران عاشق صنایع دستی است. انواع صنایع دستی ترکمنی شامل پشتی، قالی، محصولات نم‌دی، سوزن‌دوزی و جواهرات با قیمتی مناسب در این بازار به فروش می‌رسند.

آشوراده

در غرب بندر ترکمن بزرگترین جزیره ایرانی در دریای مازندران، در شبه جزیره میانکاله واقع شده است. در

کیلومتر فاصله دارد. این شهر در سواحل شرقی دریای مازندران، به عنوان یکی از مهم‌ترین شهرهای بندری خطه شمالی کشور شناخته می‌شود. این شهر از سمت شمال به گمیش تپه، از سمت غرب به دریای مازندران و خلیج گرگان، از سمت جنوب به شهر کردکوی و ارتفاعات جهان نما و از شرق به شهر گرگان محدود می‌شود.

بندر ترکمن یکی از شهرهای تازه تاسیس کشور است. در زمان سلطنت رضا شاه پهلوی در سال ۱۳۰۶ این شهر نباشد و نام آن را در ابتدا بندر شاه گذاشتند. طراحی این شهر را گروهی از مهندسان مطرح بلژیکی مطابق با جدیدترین اصول معماری و شهرسازی انجام داده‌اند. اکثریت مردم این شهر ترکمن و سنی مذهب هستند ولی در گوشه و کنار این شهر می‌توان اقوام دیگری از جمله مردم بلوچ سیستان را مشاهده کرد.

پیش از تاسیس این بندر، بندر گز و دیگر شهرهای اطراف حالت مرکزیت داشتند که با ظهور این بندر دچار رکود شدند. بندر ترکمن، پایتخت خاویار دنیاست که در کنار پنبه فراوانی که در اطراف آن کشت می‌شود از ارکان اصلی اقتصاد محلی است.

ساکنین این بندر عمدتاً ترکمن هستند اما فرهنگ آن‌ها از فرهنگ مازندرانی، ترکمنی و حتی روسی و قزاقی گرفته شده است. بندر ترکمن با وجود آنکه به دریای چسبیده از نظر اقلیمی در منطقه آب و هوایی نیمه خشک و معتدل قرار می‌گیرد و این به دلیل مجاورت با ترکمن صحرا و بیابان‌های جنوبی ترکمنستان است. اگر قصد سفر به بندر ترکمن را دارید، به شما پیشنهاد می‌کنیم با افزودن یکی دو روز به سفر خود، دیدنی‌های اطراف آن را نیز در برنامه خود بگنجانید.

کجا بگردیم؟

جالب‌ترین نقطه شهر اسکله آن است. دریای مازندران، واسکله توریستی بندر ترکمن در غرب شهر واقع شده،



یگانه دهندار، راهنمای گردشگری

یکی از شهرهای بندری استان گلستان و شاید معروف‌ترین آن‌ها، بندر زیبای ترکمن در سواحل شرقی دریای خزر است. سفر به این بندر، تجربه متفاوتی را برایتان خلق خواهد کرد. در اینجا غذاهای متفاوتی می‌خورید، پوشش سنتی متفاوتی را مشاهده می‌کنید و جاذبه‌های گردشگری متنوعی را می‌بینید.

سفر به بندر ترکمن شمارا با تجربه‌ای جالب و بی‌نظیر مواجه می‌کند، جایی که زبان هموطنان مان را به خوبی متوجه نمی‌شویم اما نگاه مهربان و سخاوتمند آن‌ها همواره نگران مهمان‌های سرزمین‌شان است و از هیچ مهر و کمکی دریغ نمی‌کنند. اگر به این شهر سفر می‌کنید فراموش نکنید قورقومی یعنی سلام.

فر به بندر زیبای ترکمن تجربه‌ای متفاوت برایتان خواهد بود. از همان بدو ورود به این شهر، موارد جدیدی خواهید دید که سفر تان را جالب خواهد کرد. شاید اولین چیزیی که توجه‌تان را در بندر ترکمن جلب می‌کند، نحوه پوشش محلی و بسیاری زیبای زنان سختکوش ترکمن در این شهر باشد. زنان ترکمن لباس‌های رنگارنگ بلند یا بلوز دامن‌هایی زی‌با به تن می‌کنند و به جای روسری، شال معروف و بسیار زیبای ترکمن را به سر می‌کنند. اگر خواهان چشیدن طعم غذاهای متفاوت هستید، بندر ترکمن یکی از گزیده‌ها برایتان خواهد بود. در ادامه و در این مطلب قصد داریم تا شما را کمی با دیدنی‌های بندر ترکمن آشنا کنیم.

موقعیت جغرافیایی بندر ترکمن

بندر ترکمن یکی از شهرهای زیبای استان گلستان است که با مرکز این استان یعنی گرگان، حدود ۴۰