



baxmayaraq, dağdan evə qayıdanda məni güler üzle, gül-çiçəklə qarşılayırlar.

- "Qızın dağda nə işi var" sualı ilə yəqin ki tez-tez rastlaşmışsınız. Özünüz də qeyd etdiniz ki, ətraf, sizin bu fikirlərinizə o qədər də yumşaq yanaşmayıb. Bəs bu fikirlərin içində dağa getmək cəsarətini haradan aldınız?

- Mən hər şeyə adi yanaşan biriyəm. Hər insanın öz düşüncə tərzı var. Heç kim, heç kimin həyatına qarışmaq iqtidarında deyil. Sadəcə olaraq, qız olduğumuz üçün "olmazlar" bizim beynimizə uşaqlıqdan yeridilib. Valideynlərimizin sözündən çıxmağa qorxuruq deyə, bəlkə də elə düşünürük. Təxminən 5-6 ay olar ki, düşünürəm ki, mən bu stereotipi necə qırdım, evdəkiləri necə razı saldım, bunu necə bacardım. Cavabını yalnız dağa bağlayıram. Dağ insanı daxilən çox dəyişir. Bunu ancaq dağa gedən insanlar başa düşə bilərlər. Çünki içində bir özünə güvən hissi yaranır. Daha sərbəst, daha aktiv, daha səmimi olursan. Mən həyatda həmişə utancaq, bir az çəkinən olmuşam. Amma dağa gedəndən sonra utancaqlığım, çəkinənliyim çox geridə qalıb.

- Dağda nə baş verir ki, sizdə özünəinam hissini yaradır?

düm. Həmin anda dostlarımı köməyə çağırırdım. Sağ olsunlar, iki nəfər gəlib kömək etdilər, məni qaldırdılar. Heyvanlarla bağlı təhlükəyə gəldikdə, bu il yayda Elbrus dağına gəndə dumanlı hava idi. Fikirleşirdim ki, hava açılışdı çıxıb şəkil çəkərdim. Axşam vaxtı hava açıldı və şəkil çəkməyə başladım. Yanımda heyvan gözü parıldadı. Elə bildim pişikdir. Ağılıma da gəlmədi ki, 3800 metr hündürlükdə pişik ola bilməz. Bunu pişik bilib sıgallamaq istədim. Əlimi atanda mənə yaxın gəldi, gördüm ki, bu pişik deyil, tülküdür. Həmin anda çox qorxdum. Çünki gecə idi və mənim yanımda heç kim yox idi. Yaxşı ki, sıgallamamışam. Yoxsa 100 faiz məni dişləyərdi.

- Dağda təhlükəli hadisələr daha çox olur. Heç düşüncənüz ki, bu dəfə getməyiniz?

- Ümumiyyətlə, qorxu hissi mənə yad olan bir hissdır. Sadəcə valideynlərimə görə narahatam. Çünki onlar mənə güvənir, inanırlar və gedəndə hər zaman deyirlər ki, gedirsən get, amma sağ-salamat evinə qayıt. Məni allaha əmanət edirlər. Bu söz həmişə yadımda olur, ona görə də, dağda olarkən maksimum ehtiyatla davranıram. Çalışıram ki, təhlükədən uzaq olum. Əgər valideynlərim mənə inanır və



deyirlərsə ki, gedə bilərsən, deməli, mən də onların inamını yerə vurmayıb, sağ-salamat evimə dönməliyəm.

- Dağa gedəndə qida rasionunuzda dəyişiklik olurmu?

- Zirvəyə çıxmamışdan əvvəl çox yemək olmaz. Çünki bu, bir az ağırlıq edir, tənəffüsə yarada bilər. Amma mən bu problemləri yaşamamışam. Əksinə, yeməmə dağa çıxmağa bilmirəm. Elə bilirdim ki, enerji yoxdur. Əksinə, mən dağda daha çox yeyirəm. Bazardüzü zirvəsinin yolu çox uzundur. (4466m). Oraya qalxanda yolda çox dayanmaq, istirahət etmək olmaz. Çünki adaptasiyanı itirirsən. Mən də çörək yemədiyimə görə, gedə bilmirdim. Heç kimi də başa sala bilmirəm ki, mən dağa ac qalxa bilmirəm, gərək yeyim. Acıram, mənə şokolad verirlər. Axırda əsəbləşib dedim ki, xahiş edirəm, mənə zavod çörəyi verin. Bu hadisədən sonra dağda olanda uşaqlar həmişə mənə "zavod çörəyi" deyirlər. Dağda yeməyi sevirəm. Təkcə dağda deyil, hər bir azərbaycanlı kimi yeməyi sevirəm. Dağda meyvə yemək çox yaxşıdır. Həm enerji verir, həm də suyu əvəz edir.

- Dağa qalxmaq istəyən xanımlara nə demək istəyirsiniz? Bir insan nə üçün təhlükəli gözə alıb dağa getməlidir?

- İnsan o ecazkar mənzərəni görmək üçün mütələq getməlidir. Mən dağa getməzdən əvvəl bilməzdim ki, Azərbaycanda bu qədər gözəl mənzərələr var. O möhtəşəm gün doğuşlarını görməkdən ötrü mütələq getməlisən. Ən əsası, ruhən təzələnmək, daha başqa bir insan olmaq üçün getmək lazımdır. Dağçı bir insana sual verəndə hamı deyir ki, mən ruhən dəyişdim.



Dağda qurulan dostluqlar daha möhkəm olur. Dağda tamamilə fərqli problemlərlə rastlaşsən və qarşına məqsəd qoysan ki, mən bu zirvəni dəf edəcəyəm. Zirvəni dəf etdikdə isə insan özü ilə fəxr edir. Məncə, bundan gözəl hissə yoxdur.

Hər səfərdə valideynlərinin Allaha əmanət etdiyi alpinist

Zəhra Mütəllibova: "Biz dağı deyil, dağ bizi fəth edir"

Aygün ƏZİZ

Dağı sevir. O qədər dağ sevgisi var ki, valideynlərinin etirazına sinə gərüb bu məqsədinin ardınca yollanıb. Düşünür ki, hər bir insan bir dəfə də olsa, dağın əzəmətinə hiss etməli, o ecazkarlığı görməlidir. Müsahibimiz alpinist Zəhra Mütəllibovadır.

Zəhra Şəkiddə anadan olub, Zaqatalada böyüyüb. İki ali təhsili var. Bakı Slavyan Universitetinin Polşa üzrə beynəlxalq münasibətlər və regionşünaslıq fakültəsini bitirdikdən sonra Bakı Dövlət Universitetinin biologiya fakültəsinə qəbul olub. Deyir ki, dağa çıxmaq, alpinizm onun ən böyük hobbisidir.

- Nə üçün alpinizm. Bu həvəs necə yarandı?

- Mən ingilis dili kurslarına hazırlaşırıdım. Orada "Nature Discovery Azərbaycanın" təsisçisi Nurlan Xudazarovla tanış oldum. Yürüşlər, dağlar barəsində danışdıq. İçimdə bir "canavar" oyaandı ki, bu, mənlikdir. Başladım yürüşlərə getməyə. Dağlara deyil, sadəcə yürüşlərə qatıldım. Sonra qrupumuza daha yaxın oldum. Artıq dağlara çıxmağa başladım. İlk getdiyim dağ Kəpəz olub. Ümumiyyətlə, Zaqatala dağlıq ərazidir. Mən orada böyümüşəm. Bəlkə də içimdəki o oyanmayan həvəs, hobbinin bünövrəsi uşaqlıqdan qoyulub. Sadəcə onu ortaya çıxardım. Hazırda Mürsəl Qasimov, pəşəkər alpinist Sirxan Məmmədovla dağlara qalxırıq.

- Ailənizi necə razı saldınız, alpinizmlə məşğul olacağınızı bildikdə reaksiyaları necə oldu?

- Məncə, bu, mənə veriləcək ən vacib suallardan biridir. Bununla bağlı o qədər problem yaşamışam ki... Yürüşlərə gedəndə belə, evdə qardaşım, valideynlərim narazılıq edirdilər. Amma sonradan dağlara getməyə başladım. Dağa gedəndə isə ən azı 2-3 gün qalırdıq. Hətta Elbrusa getmək 7 gün vaxtımızı alıb. Sadəcə olaraq, oturub başa saldım ki, bu, bir hobbidir, daxilimdən gələn bir maraqdır. Dağa gedəndə sakitləşirəm, beynimdəki neqativ fikirlərimi tam unuduram. Elə bil ki, yenilənib geri qayıdım. Hisslərimi ailəmə izah etdim. Təbii ki, yenə də narazılıqlar oldu. Hələ indiyə kimi də bəzi narazılıqlar var. Amma buna

- İnsanlar çox vaxt deyirlər ki, mən dağı fəth etdim. Həmin cümləni mən heç vaxt xoşlamıram. Biz dağı fəth edə bilmərik. Çünki dağ bizi fəth edir. İçimizdəki hissələri dəyişir. Özünəinamımızı artırır. Sadəcə olaraq, dağla üz bəzəyənənsən və onun əzəmətinə heyran qalırsan, yeni sən təbiətlə təkbətək qalırsan. Zirvə yolundan qayıdanda həmişə dostlarımdan arxada gedirəm. Təbiətdən zövq ala-ala, dağların əzəmətinə, gözəlliyinə baxa-baxa gəlirəm. Belə vaxtlarda içimdə başa sala bilməyəcəyim hiss olur. Bəlkə də həyatındakı problemləri onun yanında cılızlaşdırırsan. O boyda əzəmətli dağa gedib sənə və bunu bacarıbsansa,



düşünürsən ki, insanın öhdəsindən gələ bilməyəcəyi bir şey yoxdur. Hər gedəndə fərqli düşüncələrə qapılıram və hər dəfə hissələrim dəyişir. Ümumiyyətlə, təcrübəli bir alpinistdən soruşsanız ki, dağa niyə gedirsən, həmin insanın verdiyi cavab hər dəfə fərqli olur.

- Dağda sizi daim özünə çəkən nə var? Dağın hansı xüsusiyyətidir ki, bəzən qayıtmamağı belə gözə alıb gedirsiniz?

- Dağda təbiətlə təkbətək olursan. Təbiət səni çəkir, ruhun dincəlidir. Bax, mən bunu sevirəm. Biz dağa qrup şəklində gedirik. Həmin qrupda yaşca, vəzifəcə böyük-kiçik insanlar olur. Amma zirvə yolunda hamı bir-biri ilə səmimi olur, bəlkə də mən bunu xoşlayıram. İnsan münasibətləri də dağa gedəndə başqa cür olur. Statusundan, vəzifəsindən asılı olmayaraq, insanın gözündə hamı eyniləşir. Orada fərq yoxdur ki, sənəin vəzifən, statusun nədir.

- Bəs dağda hansı təhlükəli hadisə ilə rastlaşmışsınız?

- Təhlükəli məqam bir neçə dəfə olub. Bu, artıq adi hal alıb. Bir dəfə qrupumuzla Şahdağa gedirdik. Yol çox uzun olduğu üçün geri qayıdanda dizim ağrıdı. Ona görə də, yeriməkdə bir az çətinlik çəkirdim. Həm də tez-tez şəkillər çəkdiyim üçün qrupdan geri qalırdım. Bir dəfə də şəkil çəkəndə, geriye döndüm ki, heç kim yoxdur və mən tək qalmışam. Bir az narahat oldum, onlara tez çatmaq üçün qaçanda ayağım sürüşdü, aşağı düş-

