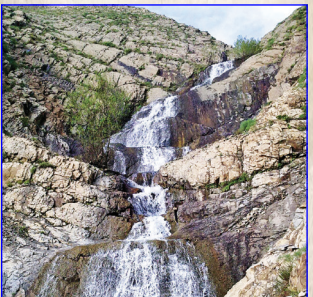


ملاقات با صخره‌های سنگی

نام:
چهل
پله

موقعیت:
روستای
آهار

دسترسی:
دوره‌ای لواسان و فشم
روستای آهار



برخی آبشارهای تهران در زمره آبشارهای فصلی قرار دارند. این آبشارها معمولاً در پاییز و زمستان پر آب می‌شوند و در فصل گرما رونق چندانی ندارند. آبشار چهل پله در لواسان بزرگ و روستای آهار چنین ویژگی منحصر به فردی دارد. در دامنه کوه قلعه دختر و در شمال روستای آهار چند آبشار فصلی واقع شده اما شهرت چهل پله از همه بیشتر است و طرفداران بسیاری دارد. موقعیت این آبشار به گونه‌ای است که آب بعد از پیمودن مسیری طولانی به صخره‌های پلکانی می‌رسد و از آنجا سرازیر می‌شود. در پوش شهبازی، تهران شناس، درباره دلیل نامگذاری آبشار چهل پله لواسان می‌گوید: «این آبشار در روستای آهار که بخشی از لواسان بزرگ است واقع شده و اگر مسیر اوشان به سمت غرب را ادامه دهید به قلعه دختر می‌رسید و آبشار در دسترستان خواهد بود. ادامه این مسیر به شهرستانک و عمارت ناصرالدین شاه در این منطقه منتهی می‌شود که موقعیت ممتاز آبشار چهل پله را نشان می‌دهد. بومی‌های آهار بر این باورند که آب جاری از دامنه کوه‌های البرز مرکزی در نهایت به آهار می‌رسید و با عبور از چهل صخره سنگی به پایین سرازیر می‌شد. به همین دلیل نام چهل پله را روی این آبشار گذاشتند.»

چهل پله با ارتفاع حدود ۶۰ متر یکی از آبشارهای مشهور و پرطرفدار تهران است که در محلی به نام ده تنگه واقع شده است. شهبازی در این باره می‌گوید: «ده تنگه ناحیه‌ای غیر مسکونی است اما اهالی آهار به‌خصوص باغدارها در فصول خاص روی زمین‌های کشاورزی آن فعالیت می‌کنند. به همین دلیل برای رسیدن به آبشار باید از بین درختان گردو و آلبالو و از کنار آبشارهای کوچک عبور کنید تا به مقصد برسید که این هم ویژگی آبشار چهل پله به شمار می‌رود.»

برای رسیدن به آبشار چهل پله باید از طریق جاده لشکرک به دوراهی لواسان و فشم بروید و در مسیر فشم به سمت اوشان و روستای آهار حرکت کنید که آخرین نقطه ماشین‌رو به حساب می‌آید. فاصله روستای آهار تا ده تنگه حدود ۵ کیلومتر است و با ادامه مسیر به قلعه دختر و مقصد نهایی می‌رسید.



نام:
آبشار
آب‌نیک

موقعیت:
روستای
آب‌نیک

دسترسی:
جاده لشکرک
فشم، روستای
آب‌نیک

عروس یخی

فصل بهار دامنه کوه‌های اطراف روستا سرازیر از قارچ‌های خوراکی، والک، سیرک و تره کوهی است و چشم‌اندازی بکر و دیدنی دارند. دکتر غیاث‌الدین جزایری در کتاب زبان خوراکی‌ها درباره روستای آب‌نیک می‌نویسد: «در نزدیکی فشم شهری که به نام آب‌نیک وجود دارد که ساکنان آن بلندقد هستند و فرزندان آنها نیز خوش‌هیكل و بلند قامت می‌شوند. چشمه‌های این شهرک نیز به حد کافی مواد معدنی برای بلندی قد دارند.»

برای رسیدن به این روستای سرسبز، باید از بزرگراه شهید بابایی وارد جاده لشکرک شده و مسیر را تا گردنه کوچک ادامه دهید. با رسیدن به پایین گردنه و دوراهی لواسان-فشم، به سمت جاده فشم بروید. پس از رسیدن به فشم در میدان امام خمینی (ره) از خروجی اول خارج شده و وارد جاده زایگان شوید. پس از حدود ۲۱ کیلومتر رانندگی در جاده پر پیچ‌وخم و کوهستانی زایگان و گذر از کنار روستاهای زایگان و لالان، در انتهای مسیر به تابلوی روستای زیبای آب‌نیک می‌رسید.

یخ‌نوردان در فصل سرد سال از نقاط مختلف ایران به لواسان می‌آیند تا از آبشار آب‌نیک بالا بروند، چراکه آب‌های آبشار به دلیل سردی هوا یخ بسته و منظره زیبایی را به تصویر می‌کشد: آبشاری که میان بومی‌های این روستا و گردشگران به عروس یخی شهرت دارد. آبشار آب‌نیک بعد از آبشار لالون، در مسیر گرمابدره و در انتهای دره آب‌نیک قرار دارد. در پوش شهبازی، تهران شناس، درباره ویژگی و وجه تسمیه این آبشار می‌گوید: «نام این آبشار برگرفته از نام روستای آب‌نیک است. آب تازه، گوارا و سرشار از مواد معدنی این آبشار سال‌ها سلامت اهالی روستای آب‌نیک را تضمین کرده است تا جایی که ویژگی‌های زندگی بخش آن توجه شاهان قاجار را نیز به خود معطوف کرد. آب چشمه آب‌نیک از خواص ویژه‌ای برخوردار است و مردمان آب‌نیک دلیل قامت‌های بلند و اندام تنومند خود را نوشیدن آب آن می‌دانند. یکی از دلایل نامگذاری این چشمه و روستا به نام «آب‌نیک» همین ویژگی‌های آب گوارای چشمه است. آب‌نیک در گویش محلی به «آب‌نک» یا «ونک» نیز معروف است.» این آبشار در همه فصول دیدنی و خاص است و در

مبدأ صعود به قله‌های شمالی پایتخت

نام:
سوستون

موقعیت:
لواسان
روستای افجه

دسترسی:
جاده لشکرک
لواسان
روستای افجه

آبشار سوستون که در ۴۲ کیلومتری شرق تهران واقع شده یکی از جاذبه‌های طبیعی پایتخت است که فرصتی بی‌نظیر را به پایتخت‌نشینان پیشکش می‌کند. مبین کروندی، طبیعت‌گرد دربارۀ تاریخچه محدوده آبشار سوستون می‌گوید: «ابتدای روستای افجه یک دوراهی وجود دارد که مسیر خاکی سمت راست به دشت هویج منتهی می‌شود. بعد از راهپیمایی یک ساعته و با عبور از میان باغ‌های گیلاس و آلبالو به دشت هویج می‌رسید که آبشار سوستون در ضلع شمال غرب این دشت واقع شده است. دشت هویج تاریخچه کهنی دارد و در سال‌های دور به آن دشت گرچال هم می‌گفتند. در گویش ایرانیان باستان «گر» به معنای آتش و چال به معنای جایگاه بوده و به همین خاطر روایت‌هایی وجود دارد مبنی بر اینکه گرمای بیش از حد دشت موجب انتخاب چنین نامی بوده است.»

برای رسیدن به آبشار سوستون باید از دشت هویج خارج شوید و با عبور از عرض دره و رودخانه افجه به دشت سوستون که به خاطر وجود آب‌نبوه درختان گردو به دشت گردو هم معروف شده برسید. کروندی معتقد است آبشار سوستون در مقایسه با سایر آبشارهای تهران موقعیت ویژه‌ای دارد. او در این باره می‌گوید: «این آبشار سه‌پله‌ای بین قله‌های ریزان و آتشفشان قلل معروف البرز مرکزی قرار دارد. بنابراین دشت گردو و آبشار سوستون مبدأ صعود به قله شمال تهران از جمله قله ساکا و قله پرسون هم به شمار می‌رود.»



جواهری در کوه‌های رودبار قصران

نام:
لالان
(لالون)

موقعیت:
فشم

دسترسی:
جاده لشکرک،
روستای فشم

آبشار لالان (لالون) فشم یکی از آبشارهای دیدنی شرق تهران است. تماشای این آبشار پر جاذبه، زیبا و بکر به یک بار بیرون‌زدن از دل تهران و سفر به روستاهای شرق تهران می‌آورد. اسدالله شمشکی، عضو سابق تیم ملی اسکی و دبیر سابق فدراسیون اسکی، درباره ویژگی آبشار لالان می‌گوید: «این آبشار ۲۰ متری در محدوده البرز جنوبی و منطقه رودبار قصران واقع شده و از برف‌های کوه و رزباز سرچشمه می‌گیرد. به تدریج از لابه‌لای صخره‌ها سرازیر شده و به پایین می‌ریزد. وجود باغستان، درختان، گیاهان و گل‌های وحشی همچون لاله‌های زرد و سرخ، چشمه آب گازدار و معدنی، آبشار، قله و برفچال از مهم‌ترین جاذبه‌های گردشگری آبشار لالان محسوب می‌شود. همچنین وجود زمین‌های صاف و دسترسی آسان به آب در این محدوده فرصت خوب و فضای مناسبی برای اتراق شبانه کوهنوردان و طبیعت‌گردان فراهم می‌کند. نکته جالب جاذبه‌های طبیعی آبشار لالان آب گازدار اما تلخ چشمه تلخاب قبل از رسیدن به آبشار است.» به گفته شمشکی، اگر قصد سفر و کمپ‌زدن در اطراف این آبشار زیبا و لذت‌بردن از طبیعت آن را دارید مناسب‌ترین زمان سفر فصل بهار و اوایل تابستان بهترین زمان برای بازدید از آبشار لالون است. در این زمان، آبشار در پرآب‌ترین حالت خود قرار دارد و طبیعت اطراف آن، با گل‌ها و گیاهان رنگارنگ، جلوه‌ای بی‌نظیر پیدا می‌کند.

