

En annan värld, en annan tid

Platsen där solen vaknar och stjärnorna bor, Himalayas tak!

Lockas du av detta, följ med på en vandring som är kantad med böneflaggor, bönestenar, isolerade bergsbyar och fantastiska berg.

Vi har lämnat vårt moderna samhälle, vältvättade händer, rena kläder, dusch, välsorterade frukostbord och internet uppkoppling för någonting som är helt annorlunda. Efter en svindlande flygtur i det minimala planet med endast nio platser når vi allt längre in mellan bergen. Slutligen, efter vad som känns som en evighet landar vi i den lilla byn Juphal beläget i det svårtillgängliga området Dolpo, i nordvästra Nepal nära den tibetanska gränsen.

Jag kliver av, hukar mig i planets dörröppning och andas in den klara och tunna bergsluften.

Här har naturen inte hamnat på sträckbänken; jag möts av hisnande höjder med snöklädda bergstoppar omgivet av byar och dalgångar. Jag tänker att kanske finns det en sanning i det figurerade ordspråket som säger att solen här är starkare än på någon annan plats och himlen är blåare än någon annan himmel.

UTMANING

Tillsammans med våra sherpas, kockar, bärare och jakar börjar det stundande äventyret. Här finns varken bilar, gatukorsningar eller vägar utan all packning måste bäras på ryggar. Vandringen är krävande, det är lätt att börja tvivla men jag förlitar mig på vad guiderna gång på gång upp-repar: det är bara i början det känns så här, mot slutet kommer vi vara som maskiner. Det är dock svårt att tro när vi stundtals får pressa oss över varje backkrön, benen känns som bly och vi känner den höga höjden innanför tinningarna. Det är brant så det förslår och det känns som det bara är jakarna som ser det som en semesterutflykt när de lugnt och rytmiskt traskar på medan vi flåsar och har problem med fotfästet. ►►



Karavan med mulor och bärare.

Great Himalayan Trail

Vandringen går genom några av de mest isolerade dalarna i Himalaya-Dolpo. Mellan Dhaulagiris 8 000-meters toppar och Tibetanska gränsen i inre Himalayas stenöken. Vandringen är fysiskt krävande. Stigarna går flera gånger över pass på 5 000 meter. Här finns blåfår, snöleopard och högalpin växtlighet. Vi går på stigar som i århundraden trampats av jak-karavaner med salt från Tibet, men även på stigar som huggits in i klipporna. I de små fattiga byarna är kulturen buddistisk eller förbuddistisk (Bon).



Ett av många barn vi mötte under vår vandring.



Jakarna bär vår packning.



Gammal kvinna i traditionella kläder.

► MINUS 10 GRADER

Varje kväll kommer vi till en ny plats där det är dags att slå upp våra tält. I bästa fall har inte mörkret hunnit lägga sig och den värsta kylan infunnit sig än. Kocken Russin trollar med sina puttrande grytor och vi samlas i mattältet där vi äter fantastiska middagar och pratar om dagens äventyr innan vi huttrandes kryper ner i våra sovsäckar och undrar hur många gånger man ska behöva gå ut och kissa i nattens isande kyla. När termometern visar minus 10 grader stannar man helst i sovsäcken.

TUNN LUFT

Vaknar upp till en snöklädd värld. Snön ligger som en vit matta över tälten och lägerplatsen. Utanför tältet hörs en röst: -Tea is ready. Sätter mig upp i sovsäcken där jag serveras rykande varmt te. Snörar sedan på mig kängorna, träningsvärken gör sig påmind i de stela lederna, men stärkta av morgongröten och det nygräddade brödet beger vi oss av mot fler äventyr och intryck i detta landskap som ständigt bjuder på nya upplevelser. Solens första strålar har precis börjat värma när vandringen börjar kännas allt tyngre, det går hela

tiden uppåt i den tunna luften och jag känner hjärtat pulsera frenetiskt innanför vindjackan.

KANG LA

Vi börjar närma oss det högsta passet Kang La som ligger 5600 meter över havet där det första som möter mig är böneflaggor och en milsvidd utsikt med bergstoppar stoltserande mot den klarblå himlen. Äntligen är jag uppe. Jag tappar nästan andan och får nypa mig i armen för att förstå att det inte är en sagolik dröm. Jag sätter mig en stund och bara är, tittar ut över det obeskrivligt vackra landskapet. Ibland funderar man över meningen med livet. Men just i denna stund är den tanken överflödigt.

NJUT AV TYSTNADEN

Vandringen fortsätter längs floder och byar. Vi går längs bergssluttningarna där vi möter jak-karavaner, hästar, mulor, män och kvinnor som bär alla livsförnödenheter och barn som samlar jakspilling för att elda med.

När solen värmer som mest stannar vi vid en flod och tvättar oss. Bärarna och kockarna har som vanligt gått i förväg och förberett lunchen. Vi äter, njuter av tystnaden och tittar på himalaya-gamarna som cirkulerar ovanför våra huvuden. ►►



Skörd av bovete och korn.



En av våra många tältplatser.

Fakta

- Land:** Nepal
- Yta:** 148 000 km²
- Huvudstad:** Kathmandu
- Folkmängd:** ca 28 miljoner
- Medellivslängd:** ca 60 år
- Tidsskillnad:** +4,5 tim
- Språk:** Nepali
- Religion:** 90 % hinduer, 5 % buddister och en liten del muslimer och kristna.
- Valuta:** Nepalesiska rupier 10 rupier = 1 krona
- Visum:** På flygplatsen. Tag med 2 st passfoton och 40 US dollar.
- Bästa tid:** september/oktober. (Dolpoområdet)
- Klimat:** Monsunen är i juni-september och torrperioden oktober-maj. Under vintern är det riktigt kallt i bergstrakterna.
- Högsta berg:** Mount Everest 8 850 möh.



Flyttlasset går. All transport sker på ryggar.



Jag och kvinnan i byn jämför våra ben.



Jakskötaren gör iordning sina jakar inför dagens etapp.



Vandringen går över floder och forsar.

» Mot kvällen når vi byn Charka, kanske världens vackraste by där tiden har stått stilla i århundraden och människorna fortsätter att leva, odla och handla som de alltid har gjort.

Män, kvinnor och barn är fullt sysselsatta med skörden av bovete och korn, allt sker för hand och det är bråttom för det tunga arbetet måste vara klart innan vintern kommer. Trots detta möts vi ständigt av leenden och glada människor.

KLOSTERLIV

En gammal dam tittar förvånad på mig när jag slår mig ner. Hon pekar skrattande på mina ben och sedan på sina egna, mina är minst dubbelt så stora och jag känner mig som en jättekvinna.

Jag blir inbjuden i hennes enkla hem där hon serverar mig smör-te som säjs vara bra mot höjdsjukan och jag känner att små ögonblick som dessa blir stora och lever kvar för alltid. På kvällen vandrar vi upp till ett av alla kloster som finns här, kvällshimlen är stinn av stjärnor och när dörrarna till klostret öppnas stiger vi in i en sal fylld av ljus och rökelse. Munkarnas taktfasta bedjanden ljuder i öronen och inger en slags hypnotisk vila, det är verkligen en annan värld jag upplever här.

TILLBAKA I CIVILISATIONEN

Långt borta från den övriga världen märker jag också hur liten jag är när vandringen en natt drar ut på tiden. Mörkret börjar falla och kylan gör sig påmind när vi vandrar längs klippväggar och lodräta stup. Visst borde vi vara framme i byn snart? Våra ficklampor når inte speciellt långt och vi inser snart att det är för farligt att fortsätta. Vi tar på oss alla kläder vi har, sätter oss tätt tillsammans och vet inte om vi kommer överleva den bistra kylan. Vi vet även att vi delar bergen med både snöleopard och varg. Så sent som i går kväll hördes vargarna yla utanför våra tält. Men så plötsligt dyker de upp, våra sherpas som börjat leta efter oss och lyckan är total.

Slutligen efter tre veckors vandring, fyra till tolv timmar per dag bland de mäktiga bergen når vi civilisationen. Det känns både omtumlande och överväldigande på samma gång. Vi tittar oss i spegeln och möts av smutsiga, orakade ansikten och såriga läppar. Visst blir det skönt med en varm dusch och en säng att krypa ner i, men får jag möjligheten att göra en liknande vandring kommer jag göra det igen och igen och igen. ■



Mäktiga berg och kloster.



Kvinnan vi möter bär en 4 m lång plank som väger ca 30 kg. Den ska hon bära i 5 dagar till nästa by.

Det ultimata äventyret på hög höjd



Klostret i byn Saldang.



Poksundsjön är verkligen blå. Färgen är inte manipulerad.

För vem?

För den som vill uppleva äventyret och har förmågan att hantera det oväntade. Belöningen är stor, naturen, kontakten med folket och chansen att skymta ett helt annat sätt att leva. Du får massor av luft, ingen stress och mycket motion. Ja med andra ord du får en hälsokur för kropp och själ.

Åka hit:

Svensk researrangör: Läs och Res.

Du kan även anlita trekkingfirma direkt i Nepal eller boka på nätet. Reguljärflyg Stockholm-Kathmandu: 6 000-10 000 kr.

Att tänka på!

Du bör ha god kondition och fysik.

Reseförsäkring: I inre Dolpo finns inga läkare eller sjukhus. Vid olycksfall och allvarlig sjukdom är det helikopter som gäller och en sådan kostar inte under 10 000 dollar. Se över vad din försäkring täcker. Ta med kopia på reseförsäkringen.

Höjdsjuka: Vistas man på höjder där luften är tunn och syrehalten låg kan man drabbas av höjdsjukan. Vem drabbas? Symtom? Behandling och hur kan det förebyggas? Sök information på nätet

Vaccinationer: Ta kontakt med en vaccination central i god tid innan resan.

Att ta med:

Hör efter med din researrangör vad du behöver ta med. Exempelvis: väl ingånga vandringsskängor, ficklampa, kamera + extra batteri (det finns ingen el), sovsäck som klarar minst -15 grader, varma kläder, första förband med mera. Om du inte har dunjacka, sovsäck och liknande kan det inhandlas billigt i Kathmandu.



Mot högsta passet; Kang La 5 600 meter över havet.