

# VIAJE AL TÍBET

Por fin el viaje a Tíbet, al campo base del Everest, al Kailash, la montaña sagrada, a Gugé, el reino escondido... por fin el sueño cumplido.

TÍBET. Un viejo sueño varias veces abandonado, difícil de materializar por muchas y diversas razones, la principal la incertidumbre permanente de las informaciones. En marzo de 2016, nuestro amigo Jean-Pie-

rre lanza un proyecto y, tras muchos contratiempos, once amigos de la Association Culturelle France-Népal conseguimos salir el 6 de septiembre. Nos juntamos en Kathmandu; ha cambiado muy poco y es a peor:

caos circulatorio, ruido, polución. Y por supuesto todos los estigmas del terremoto de 2015. Algunos han perdido todo, otros han ganado mucho, como en cada catástrofe, en cada guerra.

El Everest desde Rongbuk



## TEXTO Y FOTOS



Miren Garmendia Etxenike  
(París, 1947)

Profesora y consejera pedagógica jubilada. Aficionada a la lectura, música, cine, teatro, danza, pintura... así como a los viajes, esquí, senderismo y montaña por Euskal Herria, Pirineos, Alpes, Atlas, Patagonia, EEUU, Canadá... Enamorada de Nepal, de sus montes y de su gente, es socia de la "Association Culturelle France-Népal de Toulouse". Blog: <http://mendi-gar.blogspot.com.es/>

Son necesarios tres días para que Krishna, nuestro guía nepalí, termine de preparar toda la burocracia exigida para el viaje y el vuelo a Lhasa. Mucho papeleo, muchos documentos. Cada sitio visitado supone un permiso diferente: cada monasterio de Lhasa, de Gyangsé y Shigatse, el Campo Base del Everest, la mítica vuelta de la montaña sagrada Kailash, el misterioso lago Manasarovar, el reino perdido de Gugé.

Desde hace algunos meses hay una sola manera de llegar al Tíbet desde Nepal: volando a Lhasa. Jean-Pierre que estuvo allí hace más de 30 años no reconoce nada. El aeropuerto, entonces unos barracones de madera al final de una pista empedrada, es ahora un



lujoso complejo dotado de medios sofisticados. Del aeropuerto a Lhasa distan 60 km por una autopista futurista con elegantes puentes, amplios túneles y un derroche de luces. Los alrededores de Lhasa muestran una urbanización desenfrenada. En el aeropuerto, donde pasamos cinco controles antes de salir, nos esperan nuestro guía Jack-Choedar y nuestro chófer Ngawan Kalden, ambos tibetanos. Si al principio Jack es muy discreto sobre la situación política de Tíbet, cuando la confianza se instala entre nosotros, nos ex-

plica muchas cosas de la realidad cotidiana y de la historia de su cultura.

Estaremos tres días en Lhasa visitando los sitios más importantes: los palacios Potala -su belleza sobrepasa todo lo que una se imaginaba- y Norbulingka, respectivamente palacio de invierno y de verano de los Dalai Lama, el templo Jokhang situado en el centro del barrio de Barkhor y los monasterios Drepung y Sera. Los peregrinos vienen de muy lejos para dar varias vueltas a los templos haciendo sus devociones, es la Kora.

#### El Norbulingka Palace





Kailash desde el campamento de Dirapuk

Después de Lhasa, empieza una larga escapada de 15 días hacia el oeste, en la frontera con India, recorriendo casi 4000 km a una altitud entre los 3600 m de Lhasa y los 5660 m del collado Droma La del Kailash. La aclimatación de tres noches en Lhasa es corta, al cuarto día entre Lhasa y Gyantse pasamos un collado a 5300 m, pero es cuestión de andar despacio, de subir escaleras concentrada en la respiración, de estar más consciente de las reacciones del cuerpo...

## LHASA - CAMPO BASE DEL EVEREST

Este itinerario sigue la más larga carretera china entre Shanghái y la frontera nepalí, la 318, con 5830 km, llamada "la carretera de la amistad" aunque, como dice nuestro guía, hay controles y check points por todas partes.

Empezamos siguiendo durante 40 km el Yamdrok-Tso, uno de los tres lagos sagrados de Tíbet, y pasamos por el collado de Karo La (5300 m) para llegar a la ciudad de Gyantse (3950 m) donde pasaremos la noche. Otra noche en Shigatse (3900 m), segunda ciudad del Tíbet, en el último hotel "elegante" del viaje.

A partir del día siguiente, hacia el oeste, todo va a ser mucho más primitivo. Entre Shigatse y la ciudad dormitorio de Shegar (4050 m) se atraviesa el punto "5000 km" que marca la distancia con Shanghái.

El paisaje es alucinante. Desde el autobús, atravesando esta meseta tibetana con tonos de colores de gran delicadeza, intento impregnarme de todas las maravillas que nos rodean. Lo facilita la velocidad, estrictamente limitada a 50 km/h y controlada con numerosos check points, puntos que no se pueden pasar antes de la hora prevista en el control precedente, hay por tanto, que pararse y esperar. ¡Mucho más eficaz que un radar! Y si no es el control de la velocidad, es el de los viajeros. ¡Cuántas veces habremos sacado nuestros pasaportes! Durante las paradas nos encontramos con nómadas, estableciendo un juego de observación recíproca, de regateo de recuerdos y también de maravillosos intercambios de sonrisas, tanto de parte de los hombres como de las mujeres. Conservan sus costumbres para peinarse y vestirse y es un placer contemplarlas.

El séptimo día del viaje, en ruta hacia la base del Everest, atravesamos el collado de Pang La (5198 m) y recorremos la carretera

entre Shegar y Rongbuk, pueblo-monasterio situado a 5 km del Campo Base del Everest (EBC). Al salir de Shegar, tenemos un control muy severo, la carretera que lleva al EBC está muy vigilada. El tramo que sube al collado de Pang La es de una perfección impresionante. Jack nos dice que, dentro de unos años, una carretera así llegará al pie del Kailash. En el collado tenemos suerte. Las montañas invisibles hace días se descubren poco a poco y aparece la cadena con sus cimas de más de 8000 m: Cho Oyu, Everest, Lhotsé y Makalu. La emoción es inmensa. Todos habíamos hecho el trek del Khumbu en Nepal; el Everest se ve desde la cima del Kalapatar pero no desde el EBC. Después de un largo tiempo sacando fotos, hay que retomar el camino bajando el collado hacia el norte.

Llegamos al monasterio de Rongbuk (4950 m), el más alto de Tíbet y del mundo. Existe actividad monástica desde hace centenares de años, aunque el monasterio ha sido establecido en 1902. Antes de la Revolución Cultural china, aquí vivían 500 monjes, ahora solo queda una treintena. La restauración del monasterio empezó en 1983 y aún no está terminada. En el interior quedan unos murales absolutamente maravillosos.

## Las montañas invisibles hace días se descubren poco a poco y aparece la cadena con sus cimas de más de 8000 m: Cho Oyu, Everest, Lhotsé y Makalu

El cielo sigue despejado y la cara norte resplandece delante de nosotros. La zona está bajo un control militar muy estricto. En el puesto situado frente del monasterio tenemos que enseñar pasaportes y permisos diversos antes de salir. Dejamos las mochilas en los barracones donde pasaremos la noche y, después de un té caliente, tomamos un jeep para recorrer los 5 km de pista hasta el EBC. De nuevo, controles y más controles. Desde los barracones se sube una pequeña cuesta y ahí está el campo base al pie del glaciar, totalmente vacío al no ser temporada de expediciones, lo que no nos evita escalofríos de emoción. Hay una costumbre entre los alpinistas: antes de irse, dejan inscripciones efímeras en el suelo. Nosotros, al ser trekkers, no tenemos

derecho a pasar el límite marcado, es decir, bajar la cuesta; ello suponía otro permiso y el de expediciones! De vuelta a Rongbuk, pasaremos la tarde en éxtasis delante de la montaña, espiando todos los ángulos posibles.

### CAMPO BASE DEL EVEREST - DARCHEN

El 17 de septiembre nos levantamos muy pronto tras una noche difícil a 5000 m de altitud. A las 06:30 el Everest está entre nubes, dos horas después aparece totalmente despejado y espléndido. Hay que seguir hacia el oeste, hacia el Monte Kailash. Nos esperan dos días de autobús y 1000 km hasta Darchen, el Chamonix del Kailash. Pararemos la primera noche en Saga, después de 10 horas de autobús y de varios collados, que ha crecido demasiado rápido, hay corriente eléctrica solamente dos horas al día, el agua bombeada del subsuelo desde las capas freáticas es limitada; la ducha soñada esperará, mañana quizás...

El domingo 18 nos esperan de nuevo 500 km de carretera entre Saga y Darchen, para llegar

al punto tan soñado, al Kailash y lanzamos sobre la mítica vuelta del Kang Rimpoché, nombre tibetano de esta joya de las nieves. Atravesamos algunos pueblos que salen de la tierra, todos ordenados según el mismo modelo, no hay lugar para la fantasía. Jack hace unos días nos explicó que debido al terremoto del 2015 en Nepal, muchas casas tenían fisuras y fue necesario alojar a la gente en algo nuevo. Hoy nos da una nueva explicación: el Gobierno quiere "fijar" a la población nómada, un viejo programa de la administración china. Estos orgullosos Kampas, tan ávidos de libertad, soportan difícilmente un techo sobre sus cabezas y perturban los controles y las previsiones. Efectivamente, en estos parajes nos topamos con inmensos rebaños de cabras, ovejas y por supuesto de yaks, los reyes del lugar. En Tíbet la nieve es escasa en invierno y la maleza espinosa que resiste al hielo permite alimentar los rebaños de yaks. El paisaje es pasmoso. Estamos de nuevo en la Friendship Hway, en una meseta entre 4400 y 4700 m de altitud, entre dos cadenas de montaña con el Himalaya al sur.

Tras un control muy puntilloso antes del collado de Mayum La (5280 m) descubrimos

#### Kailash En el collado de Droma La





La meseta tibetana entre Saga y Darchen

la fascinante cima del Gurla Mandata (7728 m), visible desde cualquier punto durante los próximos días, seguido por el lago Manasarovar y por fin el Kailash (6714 m). Se impone una parada a pesar de nuestro retraso. La oficina de los permisos para la vuelta del Kailash cierra a las 16:00. Jack, siempre muy eficaz, ha llamado a la oficina en Darchen y nos esperan para la entrega del preciado permiso, autori-

zando una salida matinal. Darchen, a 1200 km de Lhasa, es una aldea construida sin ningún gusto y sin otro objetivo que el de controlar y aprovechar la ganga financiera traída por el peregrinaje de la vuelta del Kailash. Mañana es el día esperado. Tenemos unas ganas tremendas de ponernos la mochila a la espalda y empezar a andar. La Kora es una vuelta de unos 60 km en tres etapas.

## LA VUELTA AL MONTE KAILASH

### DÍA 1 - DARCHEN - DIRA PUK

El lunes 19 salimos a las 08:00, el tiempo es muy frío pero espléndido. Desde nuestro lodge vemos el Kailash, montaña reivindicada como la más sagrada del mundo por tres religiones: bön, budismo e hinduismo. Es el centro del mundo en la cosmogonía de Asia. La



palabra Kailash o Gang Rinpoche o Gang Tise, en tibetano significa "la joya de las cimas de hielo". Darchen es el punto de partida de los peregrinos, mezcla de pönbos, lamaístas e hinduistas de todas las obediencias. Cada uno hace el peregrinaje según sus convicciones pero también según sus aptitudes físicas y posibilidades económicas. Los tibetanos andando o de rodillas, solos, en familia, con niños

a la espalda, durmiendo al borde del camino cuando el cuerpo lo pide. La mayoría de los indios a caballo hasta el collado de Droma La (5660 m), después de haber llegado directamente de Delhi en avión sin ningún tipo de aclimatación, su estado físico es lamentable, se caen encima del caballo, se marean al borde de los caminos y muchos de ellos, al bajar del collado por el otro lado, deben ser sostenidos

por dos guías. La vuelta del Kailash es todo un espectáculo. Todo se confunde en una mezcla complicada de budismo e hinduismo.

### Cada uno hace el peregrinaje según sus convicciones pero también según sus aptitudes físicas y posibilidades económicas

La primera jornada de 23 km se empieza por el lado oeste, de izquierda a derecha. Los peregrinos Bön, religión pre-budista, hacen la vuelta en sentido contrario. A 4720 m de altitud, después de andar casi 2 h, es el final de la pista para autobuses y motos. Nuestras bolsas (una para cada dos personas) pasan del camión a la espalda de un yak. Después de 6 horas andando, llegamos a nuestro campamento, unos barracones en frente del monasterio Bön de Dirapuk (5070 m), un sitio sobrecargado y de limpieza olvidada. Alrededor de los barracones, todos juntos y mezclados: caballos, yaks, mujeres, hombres... Aunque la vista impresionante de la cara norte del Kailash hace olvidar el entorno devastado.

#### DÍA 2.- DIRAPUK - DROMA LA - ZUTHUL PUK

El martes 20 empezamos a andar a las 07:00. Es noche oscura. Llegaremos al collado de Droma La (5660 m) hacia las 10:30, cada uno a su ritmo. Jack, el guía tibetano, abre la marcha delante con los más rápidos. Krishna, nuestro guía nepalí, se queda atrás, nos conoce muy bien a cada cual. Jack nos espera en el collado de Droma La (5660 m). Es un momento emotivo, muy fuerte, hemos conseguido subir lentamente. El collado está cubierto de decenas de metros de banderas de oración. Hace un tiempo espléndido, con una temperatura muy agradable. Jack nos anima a bajar lo antes posible. No hay que jugar con la altura. En el collado, es un desfile ininterrumpido de peregrinos indios más o menos conscientes, de tibetanos sonrientes y simpáticos saltando de una roca a otra. Los yaks conocen la bajada, van muy alegres y es mejor apartarse de su camino.

Un largo descenso nos lleva a nuestro destino: el monasterio Zuthul Puk (4850 m), primitivo pero mucho mejor que los barracones de la víspera. El templo se eleva alrededor de la gruta donde Milarepa, ilustre místico tibetano y uno de los más grandes poetas de Asia del siglo XI, meditó durante muchos años.



Reino de Gugé

### DÍA 3. - ZUTHUL PUK – DARCHEN

El miércoles 20 regresamos a Darchen en dos horas, para cerrar el bucle. Esta mañana, la cima del Kailash está completamente entre nubes. Hemos tenido una suerte increíble durante estos tres días, con un tiempo frío a la noche pero muy apacible para andar durante el día. En el restaurante en Darchen nos encontramos con dos tibetanas, madre e hija, que acaban de terminar la Kora. Han hecho la vuelta en menos de dos días durmiendo en el borde del camino. La madre no sabe escribir pero maneja muy bien su móvil. Su hija sí, escribe y le comunica su dirección a nuestro guía. Son las dos admirables.

Nuestro chófer nos espera para la última etapa de este increíble viaje. Nos quedan tres días más hacia el oeste y otros tres para hacer todo el camino de vuelta hasta Lhasa. Después de comer algo, seguimos en autobús nuestra ruta hacia el oeste, unos 80 km hasta el pueblo de Moincer, pasando por el Monasterio Guru Rinpoche y los manantiales calientes de Tirthapuri, donde los peregrinos suelen bañarse después de la vuelta al Kailash. El manantial, que tiene una temperatura de 40°C, se ubica a lo largo del río Sutlej.

### HACIA EL REINO DE GUGÉ

Al día siguiente nos acercamos al famoso Reinado de Gugé, bajando y subiendo collados por unas carreteras de vértigo, pasando con-

troles de los más sofisticados, atravesando un paisaje de una belleza natural excepcional que corta el aliento... Es difícil imaginar que detrás de esta cadena de montaña inhóspita reinaron los Reyes de Guge. Las montañas alrededor del río Sutlej están formadas por una arcilla fluvial semiconsolidada, por arena y grava, elementos afectados por la erosión, la lluvia y el hielo.

Al mediodía paramos en Zanda a comer una deliciosa sopa de pescado acompañada de otros cinco platos. Visitamos el Monasterio Thöling. Fue el más importante monasterio del budismo al oeste, comparable al Vaticano, casi totalmente destruido durante la Revolución Cultural. Emana una sensación de gran tristeza y desolación al andar entre sus ruinas. Menos mal que algunos frescos espléndidos se han salvado de la "locura cultural". Un gran chorten sigue en pie. Algo de restauración parece empezar. Dejamos Zanda para pasar la noche a 16 km, en Tsaparang, capital política del antiguo reino de Gugé Ngari. Dormimos en un guesthouse muy agradable con agua y ducha caliente, un lujo y un gran placer. Estamos a 3750 m de altitud y no hace frío.

Al día siguiente nos acercamos a Gugé. Es sobrecogedor, faltan palabras para describir tal sitio. El antiguo reino Gugé de Ngari fue una provincia que conoció independencia política, prosperidad económica y fervor religioso entre los siglos IX y XVI. El reino desapareció bruscamente hacia la mitad del siglo XVI debido probablemente a la rivalidad codiciosa

entre dos hermanos, justo 50 años después de la llegada de los primeros occidentales, unos misioneros portugueses, los primeros en cruzar el Himalaya desde la India, en 1624. Una colina entera está cubierta de ruinas de tierra petrificada, tres capillas restauradas son testigos de la riqueza y de la originalidad del arte desarrollado en esa época. El emplazamiento de estas ruinas y la belleza del entorno son absolutamente alucinantes, y el sitio es tan poco concurrido que nos sentimos en lo más recóndito del mundo.

### DE GUGÉ A MANASAROVAR

En el viaje de vuelta a Lhasa, a casi 2000 km, hacemos una parada al borde del lago Manasarovar (4700 m), al sur del Kailash, a unos 90 km hacia el este desde Gugé. Es un lago sagrado para las religiones hinduista, budista, jainista y bön. Los hinduistas se sumergen dentro mientras los budistas se abrevan. Un proverbio tibetano resume así esta tradición: "los hinduistas se lavan el exterior, mientras los budistas se limpian el interior." Según la tradición, en los cuatro puntos cardinales del Manasarovar se encuentran cuatro animales escondidos en grutas: un elefante, un león, un caballo y un toro, y de sus bocas brotan los más grandes ríos de Asia el Indus, el Ganges, el Sutlej y el Brahmaputra. Es un lugar que resume la agitación del mundo entre el monte Kailash al norte y el Gurla Mandhata al sur.

## En los cuatro puntos cardinales del Manasarovar se encuentran cuatro animales escondidos en grutas, de sus bocas brotan los más grandes ríos de Asia

Pasamos la noche al borde del lago, en una simpática guesthouse. Un nómada viene a beber un té caliente y a tener compañía, una pareja de jóvenes nómadas paran para descansar, aunque dormirán fuera, cerca de sus animales. Estamos a casi 2000 km de Lhasa pero a años luz en la manera de vivir.

### FIN DEL VIAJE: RETORNO A LHASA

Durante tres días cubriremos la distancia de vuelta, más de 1200 km hasta Lhasa, impregnándonos de la desmesura de este alto país de las nieves. Ha empezado a nevar. A causa del frío, todos los sistemas de distribución del ga-

soil están bloqueados. Coches, camiones, motos, se amontonan a nuestro alrededor. Solo queda esperar junto a trabajadores y familias enteras que nos miran con mucha curiosidad. Hora y media más tarde proseguimos nuestro camino. Antes de llegar a Saga, los controles continúan drásticos y a las 13:00 debemos parar 40 minutos al borde de la carretera para respetar el horario y recorrer los 195 km desde el último check point, Ma Youqiaoborder, en cuatro horas exactas. El sol ha salido de nuevo. Pasaremos el siguiente control a las 13:40 en punto, es surrealista. Después de varios controles llegamos a Saga, tras once horas y media de autobús, de noche y muy cansados.

Al despertar en Saga está nevando y así continua hasta pasar el tercer collado. Pese a lo que se puede imaginar, en Tíbet la nieve es escasa. Llegamos a Shigatse, al hotel con cuartos confortables, duchas calientes, secador de pelo, wifi y una buena sopa de verduras no demasiado picante. Todo un lujo después de tantos días con condiciones de vida "primitivas". Hasta consigo hablar con mi nieto por WhatsApp. "Amona, joan nahi dut

zurekin abioian, eta yakak ikusi nahi ditut." ¡Si supiera el pobre dónde se ha metido su amona durante un mes!

La entrada a Lhasa es impresionante, con kilómetros de nuevas construcciones. Aquí nos separamos de nuestro chófer y nuestro guía después de tres semanas en excelente convivencia. Sabemos que seguir en contacto con Jack va a ser difícil, ya que los correos están muy controlados, pero lo intentaremos.

Llevamos con nosotros un poco de la inmensidad del Tíbet, de su belleza, en nuestras fotos, pero sobre todo, en nuestros ojos y nuestro corazón.

#### DATOS DE INTERES

**FECHAS:** Del 6 de septiembre al 3 de octubre de 2016

**INTEGRANTES:** Larry y Miren, con sus amigos Danièle y Bernard, Michel N., Michel B., Annick, Henri, Julien, Marie-Paule, Jean-Pierre y nuestro guía nepalí, Krishna.

**ORGANIZACIÓN:** Viaje preparado por Jean-Pierre, presidente de la Association Culturelle France-Népal (con la ayuda de Krishna), a quien quiero agradecer de corazón el esfuerzo realizado frente a todos los problemas y dificultades que se presentaron.

El Everest desde el collado Pang La

