

IL GINEPRO

Nr Monotematico
(dicembre 2023)



Nepal, trekking tra le vette più alte del mondo

Il Magazine della Sezione CAI di Monterotondo

NUMERO SPECIALE MONOTEMATICO TREKKING NEPAL 2023

SOMMARIO

EDITORIALE	03
PREPARANDO IL TOUR DELL'ANNAPURNA	07
NAMASTÉ NEPAL: UN TREKKING INTORNO AL MASSICCIO DELL'ANNAPURNA	08
IN CAMMINO VERSO IL MERA PEAK	13
TREKKING IN NEPAL CON SALITA AL MERA PEAK	14
SU UNA SALITA AL MERA PEAK	22
POSSIAMO RACCONTARE IL NEPAL?	23
SALUTI.....	24

Copertina: Trekking verso il Mera Peak (6476 m), una delle cime più famose del Nepal e considerata la porta d'accesso nepalese all'Everest. Sullo sfondo il Kyashar Peak o Peak 43 (6769 m).

Foto: Walter Cacciatori, ottobre 2023

Nepal paese dai mille volti

Alla conclusione di questo anno 2023 di attività della nostra Sezione, e con l'intento di offrire un ricordo originale a tutti i soci, vogliamo presentare questo numero monografico con la storia, la preparazione, le impressioni, le riflessioni che hanno accompagnato i viaggi in Nepal di alcuni di noi.

Una breve descrizione della meta e del territorio dove sono vissuti per circa tre settimane i protagonisti di queste avventure, ci aiuterà a comprendere meglio le loro storie e impressioni.

Il Nepal è la patria delle grandi montagne, è il sogno di ogni amante dei boschi, dei ghiacci, delle quote elevate, del vento e del freddo ma è anche un mondo particolare, dove l'occidentale che vi giunge, si cala nella sua veste di turista e qualsiasi differenza la vive come folklore locale. D'altra parte, la mentalità occidentale tende ad appianare le differenze, anche se gli orientali nel loro mondo molto spesso tendono ad amplificarle.

Il paese è schiacciato tra le grandi pianure alluvionali indiane percorse dal Gange e dai suoi affluenti, e la colossale catena himalayana da cui molti di questi fiumi discendono.

Circa 60 milioni di anni fa, la placca del subcontinente indiano collise contro la placca euroasiatica, scomparve così l'oceano Tetide e sorsero le grandi montagne dell'Asia Centrale: la catena Himalayana e più a nord l'altopiano tibetano e a nord-ovest il Karakorum e l'Hindu-Kush

Questa orogenesi è durata milioni di anni e i monti della catena continuano tuttora il loro lento sollevamento che risulta poco evidente per un fenomeno geologico di distensione della crosta così innalzata.

La posizione del paese, al di sopra della placca indiana che si incunea sotto quella euroasiatica (subduzione), determina frequenti terremoti. Il 2015 aveva visto un terremoto devastante, che aveva ucciso più di ottomila persone. Anche quest'anno, ai primi di novembre, un altro evento sismico ha causato 150 morti.

Salendo dal Terai, pianura nella parte sud del Nepal, formata dai fiumi Indo a ovest e Gange a sud, oltre le grandi zone abitate di Katmandu, compare all'orizzonte una colossale linea di monti imbiancati. Questa porzione di Himalaya comprende anche alcune delle montagne più alte della terra. Le cito perché faranno da cornice ai viaggi dei nostri amici.

Partendo da ovest e procedendo verso est troviamo il Dhaulagiri (8176 m), diviso dalla profonda valle del Kali Gandaki dal gruppo dell'Annapurna (8091 m), il Manaslu (8163 m), il Cho Oyu (8201 m), l'Everest (8848 m), il Lotse (8516 m), il Makalu (8463 m), il Kangchenjunga (8586 m).

Proprio nella zona attorno all'Annapurna si è svolto il trekking di Romina. Nella zona a sud-ovest dell'Everest-Lotse, nel parco del Makalu, è avvenuta la salita al Mera Peak di Roberto e amici.

Ma soprattutto, essendo il Nepal incuneato tra pianure e montagne e tra paesi immensi quali la Cina e l'India, per sua natura è sempre stato zona di passaggio di popolazioni provenienti dal nord, da sud e da ovest.

Il passaggio si accompagna allo scambio, al commercio, e il Nepal è stato luogo di incontro, non sempre pacifico, di popolazioni di origine caucasica provenienti dalle pianure indiane e altre di origine tibetano-birmane.

Il paese è ora diventato uno stato federale, ha una nuova costituzione approvata dopo anni di scontri, anche fisici, tra gruppi etnici diversi.

Proprio la nuova Costituzione prevede la suddivisione amministrativa dello stato in distretti che ricalcano le divisioni etniche esistenti. Naturalmente, come sempre avviene, ci sono malumori e supposte differenze di trattamento tra i vari gruppi. Ciò ha causato nel 2016 uno sciopero che ha paralizzato il paese per lunghi mesi. Le merci, quasi tutte, data la conformazione geografica, provengono dall'India: dalla benzina e gasolio al gas, dai cibi confezionati ai manufatti più necessari, dalle automobili ai trattori.

Si aggiunga che l'induismo, maggioritario rispetto al buddismo, permea le abitudini sociali con l'applicazione della divisione in caste della società, tipica di quella religione, accentuando così i contrasti tra i gruppi.

La forma dello stato era una monarchia fino al 2006. Ma dopo che nel 2001 il figlio (Dipendra) del re (Birendra) sterminò l'intera famiglia reale, salì al trono uno zio (Gyanendra) che, per sua fortuna lontano da Katmandu al momento del massacro, si era salvato. Il gruppo che, rifacendosi alla dottrina di Mao Tse Tung aveva lottato per anni contro il potere della monarchia, vinse le elezioni, deponendo il re e dando inizio ad una forma repubblicana dello stato.

La donna, che dopo l'avvento al governo dei rivoluzionari maoisti, sembrava, e in parte è avvenuto, aver trovato una propria libertà di movimento, un'acquisizione di nuovi diritti, erano infatti state abolite le leggi che permettevano il matrimonio con "donne bambine", con la nuova costituzione rimane sempre succube del maschio. "Le donne sono di proprietà dei padri e dei mariti" afferma la Costituzione. Tanto rimane invariato il rapporto tra i sessi che perfino l'ex ministra della Difesa e portavoce delle donne Bishya Bhandari ha dichiarato che la parità tra uomo e donna "è un concetto occidentale", sottolineando la loro voluta diversità non solo etnica.

I gruppi etnici diversi che nei secoli sono giunti in Nepal provenienti dalle regioni confinanti, sia per fuggire da locali persecuzioni, sia alla ricerca di condizioni economiche più soddisfacenti, sono assai numerosi. Ciascun gruppo si è insediato in regioni e situazioni adatte ad appagare le proprie esigenze. Così sono stati popolati i vari livelli sia geografici e altitudinali che sociali della società nepalese. Il gruppo di origine tibetana (sherpa),

migrando attraverso i passi himalayani, trovò condizioni di sopravvivenza nelle valli a est del paese, quelle che scendono dai colossali gruppi del Cho Oyu e dell'Everest-Lotse.

La loro occupazione era la pastorizia, in particolare l'allevamento di yak, bovini tipici delle zone montane e ben adattabili alla quota.

Con l'avvento del turismo, derivato dalle prime salite delle grandi montagne, e con l'apertura all'occidente della possibilità di visitare il paese, gli sherpa si dedicarono al trasporto dei bagagli degli alpinisti e, ultimamente sono diventati delle guide e degli esperti dell'altissima quota. Alcuni di loro detengono primati di salite e sono indispensabili per le spedizioni commerciali con la loro opera di installazione di corde fisse fino alla fine del tracciato.

Anche i nostri amici si sono serviti di portatori e guide locali. Saranno loro stessi a parlarne. Ma dopo questo lungo preambolo, utile a comprendere i luoghi e le situazioni del paese che hanno visitato, lasciamo a loro la parola.

Buona lettura e ... Grazie a Romina, Roberto, Walter, Mariano e Romano!

Fausto Borsato



“Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e pure che qualcosa cambi in noi”

**Questo numero è redatto
con i contributi di:**

Roberto Simei

Walter Cacciatori

Mariano Russo

Romano Schiavi

Romina Oricchio



In Redazione:

Fausto (fausto.borsato@libero.it)

Paolo (pgentili@informaticaoggi.com)

Paola (serrone85@gmail.com)

Aldo (aldo2346@gmail.com)

**IL GINEPRO E' NOSTRO!
PARTECIPA ANCHE TU
Proponi una Rubrica o un Articolo**

- Scegli temi legati all'Ambiente e al nostro territorio
- L'articolo non deve superare le 2 pagine e meglio se corredato di foto
- Nell'inviare l'articolo accetti che possa essere modificato / corretto nella forma
- Inviarlo entro il 20 del Mese PARI. Oltre tale data sarà pubblicato nel numero successivo
- Inviarlo agli indirizzi email della Redazione

Club Alpino Italiano Sezione di Monterotondo “Il Ginepro”
Via Dell'unione, 113 Monterotondo (Rm)

www.caimonterotondo.it info@caimonterotondo.it 06 83706844

Preparando il Tour dell'Annapurna

Il gruppo dell'Annapurna è uno dei più impegnativi dal punto di vista alpinistico tra le montagne himalayane che superano gli 8000 metri. La sua vetta più alta raggiunge gli 8091 metri, ma molte cime che gli fanno corona sono alte poco meno di ottomila.

È stato, tra gli over 8000, il primo ad essere salito nel 1950 da una spedizione francese che comprendeva i più forti e famosi alpinisti dell'epoca: Herzog, Lachenal, Terray, Rebuffat, Couzy.

È anche uno dei trekkings più frequentati, dopo quello che porta al campo base dell'Everest.

In questo caso ci sono delle carrozzabili (sic!), ma ci passano solo i fuoristrada, che raggiungono sia Jomson, Kagbeni e ultimamente anche Muktinath a ovest del gruppo, alle porte del Mustang, che Chame e Manang a est. Queste carrozzabili sono state scavate per lunghi tratti nella roccia viva, alte sul precipizio, passano sotto cascate e guadagnano torrenti. Il fondo è asfaltato solo a tratti, il resto è lastricato di grandi massi e in molti punti estremamente fangoso.

Il resto, la parte nord del sentiero, è il regno delle rocce, delle ghiaie e dei ghiacciai, delle interminabili salite nella neve. Si rimane sorpresi nel constatare come, coi limitati mezzi a disposizione, siano riusciti a ricavare sentieri ben identificati, siano stati costruiti dei rifugi, seppur spartani, che permettono una sosta per bere una tazza di tè e rifocillarsi.

È un'avventura impegnativa soprattutto se fatta da soli.

Ma leggete le impressioni di Romina e capirete quante motivazioni personali ci siano quando si affronti un impegno di questo tipo e in che misura si possa trovare una risposta.

Namasté Nepal: un trekking intorno al massiccio dell'Annapurna

Romina

Ci sono fasi nella vita in cui siamo spinti da un desiderio di ricerca di esperienze forti e introspettive attraverso le quali si effettua una sorta di rito di passaggio, una sfida, una prova da affrontare, finalizzata a raggiungere una crescita interiore e una maggiore consapevolezza delle proprie capacità.

Questo è quello che ho desiderato nel momento in cui ho deciso di organizzare il mio viaggio in Nepal.

Per consacrare il mio quarantesimo anno di età ho sentito che era arrivato il momento di andare a vedere le Grandi Montagne, quelle che ciascuno di noi, amante di questi paesaggi, desidera, in fondo al cuore, di ammirare almeno una volta nella vita.

Con un po' di incoscienza ma, animata da un grande desiderio di avventura e di voglia di mettermi alla prova, sono partita da sola, verso un Paese a me sconosciuto, ma che, in cuor mio, sentivo mi avrebbe accolta con tanta generosità, aiutandomi ad affrontare questo viaggio, così come, ogni volta ne ho avuto la necessità, la montagna mi ha sempre aiutata a superare molti momenti difficili della mia vita.

Grazie ai consigli di Roberto e al suo aiuto nell'organizzare e decidere il migliore percorso di trekking da compiere è arrivato il giorno della partenza.



È solo in quel momento che ho effettivamente realizzato quello che stavo per fare, e che in realtà, l'avventura che stavo per intraprendere, non era proprio una cosa così semplice e scontata, soprattutto perché sono una donna e stavo per mettermi in viaggio da sola in balia di qualsiasi imprevisto e/o pericolo potessi andare incontro. Ma ormai ero in ballo. Tutto era pronto e il desiderio di partire e scoprire nuovi orizzonti, nonché la curiosità di vedere cosa sarei stata in grado di fare, era più forte di qualsiasi paura o ansia. Per cui zaino in spalla, Lonely Planet alla mano e via, senza ripensamenti, alla scoperta di una parte di me.

Partendo da Roma ci sono voluti ben quattro giorni per arrivare a Chame, il villaggio, nella Regione dell'Annapurna, da cui avrei iniziato il mio trekking. Per assurdo la parte più "veloce" del viaggio è stata proprio arrivare a Kathmandu. Diciamo che in Nepal, il concetto di strade, non è proprio lo stesso che intendiamo noi in Occidente. Per cui, dopo una giornata ferma in una caotica e, per i miei gusti, troppo affollata Kathmandu, ho impiegato rispettivamente 7 ore per fare 180 km in macchina, più altre 5 ore e mezza per farne altri 70 in jeep, unica donna, incastrata in stile tetris, con altre 6 persone.

Dopo tutto questo peregrinare inizio finalmente il trekking.

Si parte da quota 2700m slm, direzione Upper Pisang. Insieme a me Mingmar Sherpa, una guida/portatore che mi avrebbe accompagnata durante i 10 giorni di trekking, aiutandomi con lo zaino e guidandomi lungo il percorso. Unico inconveniente: non parlava inglese, per cui poche parole, gesti e qualche sguardo per capirci e condividere questa esperienza.

Il tragitto per giungere a destinazione è stato denso di emozioni.

Immersa in un ambiente ancora ricchissimo di vegetazione, vedere le prime cime innevate fare capolino tra i rilievi più bassi e le bandierine di preghiera tibetane è stato commovente. Non mi vergogno a dirlo, ho pianto. Un misto di gioia, incredulità, riverenza per quelle vette. Camminare sui quei sentieri e sentirsi parte integrante di quel paesaggio mi ha fatto sentire grata alla Natura per avermi concesso il privilegio di essere lì, e una volta arrivata ad Upper Pisang (3300m slm) ho sentito quasi il desiderio di inchinarmi al cospetto di così tanta bellezza quando Cima II del Massiccio dell'Annapurna si è palesata ai miei occhi. Ma questa era solo l'anteprima.

Banco di prova e tappa fondamentale del mio cammino è stato il villaggio di Manang, a quota 3600m slm. Arrivare lì in buone condizioni fisiche era condizione indispensabile per l'acclimatamento all'aria rarefatta e la prosecuzione del viaggio. Era la prima volta che mi trovavo a quote così elevate e l'incognita della risposta del mio corpo mi spaventava. Non riuscivo a capire se i sintomi legati al mal di montagna mi appartenevano o meno. Cercavo di stare attenta a tutto ciò che provavo, dal fiato corto al mal di testa, dall'inappetenza alla stanchezza, dall'insonnia alle vertigini, dalla nausea ai capogiri. Alcuni sintomi ci stavano, altri no, e non poter esprimere i miei dubbi a qualcuno che potesse rassicurarmi mi terrorizzava. Non volevo rovinare tutto ma, allo stesso tempo, cercavo certezze, e il fatto che la mia guida/portatore non parlasse inglese complicava la situazione. Per fortuna, la telefonata con Roberto, è stata illuminante, in quanto mi ha rassicurato che tutto ciò che provavo era assolutamente normale e che avrei dovuto solo dare il tempo al mio corpo di abituarsi a quella condizione. In quel momento mi sono sentita come se avessi due guide: una fisica lì con me, una a distanza, che avrei potuto contattare per qualsiasi dubbio o necessità e che mi avrebbe saputo consigliare e spiegare come comportarmi e regolarsi in caso non mi fossi sentita bene. Per fortuna il giorno di acclimatamento è andato proprio come mi aveva spiegato Roberto, i sintomi di insonnia, mal di testa e fiato corto sono iniziati a sparire e mi sono sentita pronta per proseguire il cammino e raggiungere quote più elevate.

Superato questo banco di prova avevo un nuovo obiettivo da raggiungere: il Lago di Tilicho a quota 4800m slm.

Il sentiero per raggiungerlo è spettacolare. Si attraversa la valle del Marsyangdi con lo sguardo che spazia sulle maestose, austere e impressionanti cime II, IV e III di Annapurna e prosegue verso Gangapurna. In lontananza il Tilicho Peak che si avvicina sempre più, pian piano che ci si muove in direzione del Base Camp, percorrendo un sentiero a mezza costa, con una pendenza quasi verticale, fatto di guglie e pinnacoli scolpiti dal vento.

Raggiungere il lago di Tilicho è un traguardo immenso. Descrivere un posto così è molto difficile; viverlo è meraviglioso; ricordarlo è emozionante. Ammirare queste acque turchesi, circondate da vette innevate, che si riflettono in esse, è uno spettacolo unico al mondo. Sarei voluta rimanere lì per sempre e fermare il tempo per poter continuare a godere di quella vista in eterno.



Il ritorno al Campo Base mi ha permesso di conoscere ulteriormente il mio corpo e ho capito che, a quelle quote, non solo bisogna salire lentamente, ma anche la discesa va affrontata con calma. Per fortuna, il forte mal di testa accusato per la rapida discesa è stato solo temporaneo, ma l'esperienza mi ha permesso di essere pronta per affrontare l'ultima grande meta di questo trekking: Il Thorung La Pass, un passo a quota 5416m slm, che, è anche la porta di accesso al Mustang.

La sera prima di affrontare il passo un misto di timore e agitazione mi ha accompagnata durante la notte. Da un lato mi sentivo elettrizzata al pensiero che mancava poco al traguardo più importante del trekking, dall'altro il timore di non farcela, ad un soffio dalla meta, mi preoccupava, complici anche l'insonnia e il freddo, ho trascorso la notte in bianco in attesa della partenza.

Alle 4 del mattino, quando ancora le tenebre avvolgevano i monti e il gelo penetrava nelle ossa, siamo partiti con torcia frontale su per una ripida salita che mi avrebbe portata al Thorong Phedi High Camp a quota 5100m slm.

Così come mi aveva suggerito Roberto ho iniziato a camminare a passo lentissimo, respiravo solo con il naso e al primo affanno diminuivo ulteriormente la mia andatura. Non si vedeva nulla, se non le tante lucine di tutti gli escursionisti partiti prima di noi che stavano già a metà o a fine salita. Sembrava di essere dentro un presepe. Ricordo il gran freddo, nonostante fossi super coperta. Dopo un'oretta ha iniziato ad albeggiare e noi siamo arrivati al Campo Alto. Le vette iniziavano a tingersi di rosa e i raggi del sole, timidamente, si allungavano sempre di più su di noi. La salita più ripida era finita, ora, mi aspettava una dolce ascesa fino al passo, ma, la difficoltà dell'aria rarefatta, unita al freddo che continuava a penetrare nelle ossa, rendeva tutto

abbastanza difficile. Lungo il sentiero erano pronti dei muli per portare al passo chiunque non ce l'avesse fatta. Non erano per me. Quel passo lo avrei raggiunto a piedi, con molta calma, lentamente, mezzo passo alla volta e, se era necessario, fermandomi più spesso, riprendendo fiato, strisciando un po', ma lo avrei raggiunto con le mie forze, sapevo di potercela fare, ero arrivata fin lì e stavo bene, per cui, dovevo solo andare avanti.

Ci ho messo 4 ore per coprire 5 km a piedi per circa 900 metri di dislivello positivo ma, ce l'ho fatta! Sono arrivata al Thorung La Pass a quota 5416m. Tutte le mie ansie e le mie paure sono scomparse e hanno lasciato il posto a gioia ed emozione. Quando ho realizzato che ce l'avevo fatta per davvero, che ero lì e che tutto era andato perfettamente, ho provato lacrime di gioia, di gratitudine, di incredulità e di ammirazione per me stessa, per quello che ero riuscita a fare ma soprattutto per lo spettacolo naturale che mi circondava e che mi stava donando così tante soddisfazioni contemporaneamente. Quella era la mia vetta e il sentiero che mi aveva condotto lì non solo lo avevo percorso fisicamente, ma, era stato anche un cammino spirituale, un cammino introspettivo che mi aveva messo alla prova in capacità di adattamento fisico, morale e mentale. Ora che ero arrivata fin lì avevo colmato quella sensazione di ricerca interiore che mi aveva spinto ad intraprendere quel viaggio e provavo un forte senso di serenità, appagamento, felicità, benessere interiore.



Dopo aver risistemato il caos di emozioni esplose dentro di me, abbiamo iniziato una lunga, anzi lunghissima, interminabile discesa (1600m di dislivello) verso Muktinath.

Il paesaggio cambiava completamente ai miei occhi e le vette innevate cedevano il passo alle aride, desolate e polverose terre della Valle del Kali Gandaki. Nella mia mente ripercorrevo tutti gli attimi, le immagini e le emozioni provate durante i giorni passati. Cercavo di imprimerli bene e renderli indelebili alla memoria, e nel frattempo rivivevo tutti quei momenti.

Ma come tutte le cose anche questo viaggio era giunto al termine e ritornare a valle, in mezzo alla civiltà, mi portava ad apprezzare ancora di più tutto quello che avevo vissuto e a custodirlo gelosamente dentro di me. Arricchita da questa esperienza mi sono sentita in pace con me stessa e tutto intorno mi trasmetteva un'immensa sensazione di benessere.

Arrivata a Pokhara ho trascorso due giorni in completo relax, godendomi la calma e la tranquillità di quella deliziosa cittadina. Ripensando ai giorni trascorsi su quei monti, non c'è stato un attimo in cui mi sia pentita della mia decisione. È valsa la pena tutto, dal freddo che ogni sera provavo in camera prima di infilarmi nel sacco a pelo, alle “docce” a -4°C con acqua fredda; dall'insonnia per l'altitudine al timore di non farcela; dalle serate trascorse ad ascoltare il silenzio alle volte in cui ricevevo i messaggi di amici e familiari, che, nel chiedermi aggiornamenti e vedere qualche foto, non mi hanno mai fatto sentire completamente sola e sono riuscita, in un certo modo, a condividere comunque questo viaggio con le persone a me care.



Questa esperienza è stata per me altamente formativa, da tutti i punti di vista. Avevo iniziato a programmare questo viaggio in una condizione completamente diversa della mia vita, con altre certezze e prospettive. Mi sono ritrovata a compierlo in una fase di completo cambiamento della mia esistenza, che mai avrei immaginato di vivere. A maggior ragione è stato un viaggio ancora più sentito, ancora più voluto e desiderato; un viaggio che mi ha messo alla prova regalandomi una varietà infinita di emozioni e sensazioni che mi hanno fatto crescere e maturare come donna e come escursionista. Mi ha donato la consapevolezza di essere in grado di affrontare gli ostacoli e le difficoltà che la vita ci pone durante il cammino, senza aver paura dei cambiamenti, perché, con il giusto spirito di adattamento, da qualsiasi situazione, si può cogliere il meglio. Ho desiderato questo viaggio, ci ho creduto e pian piano la fiducia nelle mie possibilità si è svelata ai miei occhi permettendomi di arrivare alla fine e poter dire con soddisfazione di avercela fatta.

Ogni volta che scaliamo una vetta il paesaggio che si svela in cima è sorprendente e meraviglioso, la stessa cosa lo è con la vita, la strada è in salita, ma alla fine il panorama sarà grandioso.

In cammino verso il Mera Peak

Chi voglia incamminarsi per raggiungere il campo base dell'Everest, solitamente prende l'aereo a Kathmandu e atterra a Lukla, un villaggio nella regione del Solo Kumbu, sperando che non ci siano nuvole che impediscono l'atterraggio. Si vola infatti a vista e l'aereo deve atterrare su una pista posizionata al bordo di un baratro roccioso. È assolutamente fondamentale non sbagliare l'altezza del punto di contatto.

Da qui, proseguendo verso est, ad un certo punto si cominciano a intravedere i colossi himalayani quali l'Everest, l'Ama Dablan, il Lotse, il Pumori, il Cho Oyu. Appena a sud dell'Everest, poco visibile da qui, s'innalza la bellissima piramide del Makalu e poco più indietro il Barun coperto dai ghiacci.

Proprio all'interno del "Makalu-Barun National Park" ha camminato il gruppo dei nostri amici.

Si tratta di un trekking, pur se frequentato, piuttosto impegnativo e che è soggetto spesso a condizioni meteorologiche difficili, condizionate soprattutto dalla quota.

So, per esperienza, cosa significhi preparare un viaggio di questo tipo. La necessità di contenere il peso è una costante imprescindibile. C'è sempre qualcosa di troppo che ritenevi indispensabile e che poi non adopererai mai, e c'è sempre qualcosa di assolutamente necessario che hai dimenticato! Ma l'adattabilità è fondamentale per non farsi travolgere dall'ansia di non avere tutto.

E poi la possibilità di vivere l'avventura con serenità o con ansia dipende sempre da cosa cerchi.

Se cerchi la prestazione rimarrai certamente deluso dall'eventuale mancato raggiungimento della meta prefissata, se vuoi solo fare un'esperienza diversa, qualsiasi risultato ti soddisferà, se cerchi qualcosa dentro di te che potrebbe essere il limite che riesci o non riesci a valicare, il silenzio di quei luoghi così lontani dalle nostre iperchiassose città, il buio assoluto della notte che ti permette di guardare il cielo sorpreso di quanti mondi esistono e che ci fanno considerare ridicola la nostra superbia, allora un viaggio in Nepal su una montagna come il Mera Peak può essere una possibilità da considerare e che può dare più di quanto eri disposto a sperare.

Il racconto, le riflessioni e le emozioni che hanno provato Roberto, Walter, Mariano e Romano e che leggerete di seguito, sono un ottimo viatico per una futura esperienza.

Trekking in Nepal con salita del Mera Peak (6476 m)

Roberto

Si è sempre sentito parlare del mal d'Africa, e senza nulla togliere al fascino di quel continente, anche chi, come tanti di noi, ama la montagna, non può che sentire un'attrazione irresistibile di anima e corpo per le meraviglie che offre il Nepal, non può che lasciarsi travolgere dal grande desiderio che ogni montanaro vorrebbe soddisfare!

Per la quarta volta mi reco in Nepal, e non riesco mai a dire che sia l'ultima, ed eccomi di nuovo a organizzare il mio viaggio.

Durante la cena del capodanno scorso, tra un bicchiere di vino e l'altro, mi trovo a condividere il mio sogno di tornare nuovamente in Nepal alla volta del Mera Peak con un gruppetto di amici con cui condivido la passione per la montagna.

Vedo i loro occhi illuminarsi, accesi all'idea. Anche loro avrebbero il desiderio di fare questa esperienza. Uno di loro, forse sotto l'influsso dei fumi dell'alcol, dice subito "Vengo anch'io"! Nei giorni a seguire la notizia inizia a girare tra di noi, amici della montagna, così arrivano altre 2 adesioni.

Iniziano i primi incontri per pianificare il trekking. Con chi? Mariano, Roberto, Romano e Walter.

Illustro loro il trekking, che nel frattempo avevo messo a punto con il mio amico nepalese Nima Lama che conosco ormai da 37 anni e che pure verrà con noi. Parlo di abbigliamento necessario, medicinali da portare per qualsiasi evenienza e tutto quello che può servire per un trek di 23 giorni in Nepal, ma soprattutto della nostra meta che sarà il Mera Peak a 6476 metri.

Dopo tanto arriva il fatidico giorno. SI PARTE!

Arrivati a Kathmandu e dopo aver superato tutti i controlli doganali usciamo dall'aeroporto dove ci aspetta Nima. L'emozione sale dentro di noi, ci troviamo nel Paese che avevamo sempre sognato e ci assale ancor di più quando Nima, salutandoci uno ad uno, ci mette al collo una collana di fiori come benvenuto e di buon augurio.



Kathmandu non è più la città mistica degli anni 70/80 dove incontravi personaggi come i Sadhu Indù che con le loro barbe bianche e lunghi capelli ti sorridevano e alzavano la mano in segno di saluto, Monaci buddisti che con le loro vesti davano colore alle stradine della città, incensi che profumavano le vie del centro, risciò e tante biciclette.

Ora? Ti circondano il caos più totale, macchine che sfrecciano senza regole, cacofonia di clacson incessante, motociclette di ogni tipo e tanto smog. Rimane, malgrado ciò, una città dal grande fascino spirituale tutta da scoprire.



Nima ci mette subito al corrente che i voli per Lukla non partono più da Kathmandu ma da un paese che dista circa 150 km.

La mattina dopo il nostro arrivo partiamo alle 03:00 per poter essere alle 08:00 all'aeroporto dove ci aspetta il volo per Lukla.

Arriviamo intorno alle 07:30 e ci accorgiamo che ci sono centinaia di Trekkers assiepati a ridosso delle reti dell'aeroporto. Nima capisce subito che ci sono dei problemi, infatti veniamo a sapere che i voli per Lukla sono fermi da circa 3 giorni per le pessime condizioni atmosferiche. Questi piccoli aerei volano a vista e naturalmente non lo possono fare se ci sono nuvole e la visibilità non è sufficiente.



Gli addetti delle compagnie aeree danno la notizia che in tarda mattinata forse il meteo migliora e che i voli potranno riprendere regolarmente. Così non sarà, ci confrontiamo con Nima e decidiamo che se l'indomani non si potrà ancora volare faremo un cambiamento sul programma.

Nima si mette alla ricerca di una sistemazione per la notte e non trovando lodge o alberghetti che ci possano ospitare, la trova presso l'abitazione di una famiglia del posto che ci concederà le proprie camere.

La mattina mi sveglio presto, esco dalla stanza e vedo che il cielo è completamente nuvoloso. Cavolo, neanche oggi si vola! Prima di rientrare in camera vado in bagno che si trova all'esterno della casa e mi ritrovo a fare i miei bisogni con lo sguardo fisso di una capra che mi guarda attraverso una piccola finestra. Avrò pensato: "Ma chi è questo?".

Per non perdere un altro giorno in attesa del volo, decidiamo di prendere una jeep per raggiungere Rhakiola dove ci avrebbe raggiunti Rita Sherpa, la guida che ci accompagnerà per tutto il trekking con i nostri portatori.

Questo cambiamento ci porterà a perdere altri 2 giorni rispetto al programma, ma è meglio muoversi che aspettare il meteo che migliori.

Per percorrere circa 80 km impieghiamo circa 7 ore, percorrendo strade impossibili: il viaggio della speranza! Arriviamo nel pomeriggio, la nostra guida con i portatori è lì ad attenderci, scarichiamo velocemente i nostri zaini e borsoni e mentre loro iniziano ad organizzarsi per il trasporto, noi insieme a Rita Sherpa partiamo verso il nostro lodge.



Dopo poco iniziamo ad addentrarci nella foresta e con il calare del buio, un po' di pioggia e tanta umidità, alcuni di noi fanno la conoscenza delle sanguisughe.

La mattina dopo e per i prossimi due giorni percorriamo un sentiero completamente all'interno della foresta composta da alberi di rododendro, in Nepal ci sono circa 108 specie, bambù di tutte le dimensioni, felci e abeti himalayani alti 25-30 metri. L'umidità, i colori, i profumi, il suono continuo dei grilli e lo scroscio dei ruscelli che scendono dalle vette sopra di noi, ci accompagnano fino a Kothe a 3600 m. Qui la foresta finisce, si iniziano a scoprire le prime montagne che corrono lungo la valle dell'Hinku, che con i loro mantelli bianchi e creste affilate ci sovrastano. Bellissimo!

Il mattino seguente iniziamo a risalire il sentiero. Il nostro sguardo viene rapito dalle montagne che ci circondano con le loro cime imbiancate, illuminate dal sole alle loro spalle, dai piccoli laghetti glaciali di color turchese e da alcuni monasteri buddisti dove sventolano bandierine di preghiere tibetane. Così ammirati dalla natura che esplode attorno, senza accorgercene arriviamo a Tagnang a 4600 m.



Da qui per la prima volta scorgiamo la nostra meta: il MERA PEAK.

Alloggiamo in un lodge dove facciamo subito conoscenza con le due donne che lo custodiscono: Pasang di etnia Sherpa e Rosika di etnia Rai, sua aiutante. Dopo la cena intorno alla stufa che è alimentata con legna e sterco di dzu, incontro tra uno yak e una mucca, iniziamo a raccontarci ognuno le proprie storie.

Ho dimenticato di dirvi che per acclimatarci meglio, arrivati ai punti tappa, ci facevamo altri 300-350 metri di dislivello in salita e dopo una sosta di una trentina di minuti riscendevamo molto lentamente.

Il mattino seguente, accompagnati da un cielo libero dalle nuvole, dalle decine di cascate che scendevano dai ghiacciai che ci circondavano e dal profumo sempre più intenso dalla pianta dell'incenso, arriviamo a Kare a quota 5000, campo base per il Mera Peak.

Da qualche giorno controllavamo il meteo con i nostri potenti mezzi di informazione, e purtroppo, la previsione per il 18, giorno della nostra salita, erano di tempo molto brutto. Visto però che ci sentivamo bene fisicamente, abbiamo deciso di partire il giorno successivo per il campo alto e di provare a salire in vetta il giorno 17 in cui era previsto un tempo leggermente migliore.

Il giorno dopo partiamo verso le 09:30 per il campo alto. Iniziamo a toccare il ghiaccio a quota 5300 e, con pendenze non eccessive e la mancanza di nuvole saliamo lentamente anche per godere del panorama attorno a noi.



Sembrava andasse tutto bene, ma arrivati al campo alto a quota 5800, uno di noi inizia ad avere mal di testa. Ci consultiamo con le nostre guide e decidiamo di aspettare per vedere se il malessere è passeggero.



La guida Rita Sherpa e Minga Sherpa, guida climbing, che ci accompagneranno verso la vetta, ci dicono che la partenza per la vetta è per 02:30.

Dopo aver mangiato un po' di zuppa e tanto tè caldo, andiamo a riposarci nelle nostre tende con la speranza che tutti saremmo riusciti a salire l'indomani. Nella notte il meteo cambia, si alza il vento e le nuvole basse rendono la visuale scarsa. Decidiamo comunque di partire.

Il nostro compagno che aveva il mal di testa duratogli tutta la notte, prende la decisione di scendere al campo base per non peggiorare le cose accompagnato da Rita Sherpa.

Si parte verso il nulla. Migma Sherpa, che conosce molto bene la montagna, ci guida con



sicurezza, tra un crepaccio e l'altro. La quota inizia a farsi sentire, arriviamo a 6100 metri e, prima di affrontare un tratto più verticale, facciamo un primo confronto tra noi se proseguire o tornare indietro. Decidiamo di proseguire sperando che il meteo migliori e pensando dentro di noi: "ma non era previsto domani il brutto tempo?".



Il passo rallenta sempre di più, la respirazione è sempre più corta e le soste sempre più frequenti. Arriviamo sotto un muretto di ghiaccio alto una cinquantina di metri, lo affrontiamo e dopo averlo superato con non poca fatica, qualcuno di noi dice di avere molto freddo alle mani e su tutto il corpo. Decidiamo ancora di continuare. Arriviamo su di un piccolo pianoro a quota 6400, ormai ci separano solo 76 metri dalla vetta, circa 45 minuti di salita.

Parliamo tra di noi nuovamente e vedendo che il meteo non migliora, con il fisico messo a dura prova dalla quota, dal freddo e con il vento che aumenta la percezione dei già -18° e dai 1700 metri di discesa da affrontare, prendiamo la decisione di scendere.



Rinunciare a pochi metri dalla vetta non è una sconfitta, noi la nostra vetta l'abbiamo comunque conquistata. La consapevolezza che è meglio riportare gli scarponi a casa con le proprie gambe è una vittoria che vale la rinuncia.

La discesa per alcuni di noi è stata forse più dura della salita. Arriviamo nel pomeriggio di nuovo al campo base, ci abbracciamo per quello che comunque siamo riusciti a fare. Bravi tutti.

Dopo tanti giorni di astinenza da alcol, la sera ci concediamo una grossa bevuta di birra.

Prima di raggiungere Lukla, ultima tappa del nostro trekking, passiamo altri 6 giorni a scoprire angoli di questa terra a noi estranea, ma che ci ha messo a contatto con un popolo che, nonostante le sue tantissime difficoltà, è sempre sorridente e cordiale verso di noi, turisti diversi.



Arrivati a Lukla la sera facciamo una cena di festa tutti insieme, con guide e portatori, concedendoci boccali di birra e non solo, prima di salutarci in un clima di festa, dove ognuno di noi ha regalato qualcosa, oltre una lauta mancia, ad ognuno di loro. Un grande GRAZIE a Nima Lama che ci ha organizzato questo Trekking, un grazie a Rita Sherpa che con la sua professionalità, ma soprattutto con il suo sorriso, ci ha supportato nei momenti più difficili, un grazie ai nostri portatori. È anche per merito loro se abbiamo potuto realizzare questo bellissimo sogno.



La mattina successiva prendiamo il volo per Kathamandu dove passiamo gli ultimi giorni tra negozietti per gli ultimi acquisti e bevendo la birra che tanto ci è mancata, raccontando le impressioni ed emozioni che abbiamo vissuto in questo viaggio.

Grazie a DOTTO (Mariano), Grazie al SERGENTE DI FERRO (Roberto), Grazie a PISOLO (Romano) e Grazie a BRONTOLO (Walter).

Al prossimo viaggio!



Foto: Walter Cacciatori

Su una salita al Mera Peak

Mariano

Riassumere in poche righe un'esperienza così totalizzante come quella nepalese, è veramente un compito improbo ma soprattutto improbabile. Ancora la mente non è riuscita a sedimentare la miriade di impressioni, eventi, odori e sensazioni che ogni giorno il Nepal ci ha riservato. Infatti, questa nostra esperienza non è stata soltanto alpinistica, anzi semmai questo aspetto è stato uno dei tanti, bensì è stata innanzitutto un'immersione totalizzante in un contesto socio-antropologico del tutto lontano da quello occidentale a cui siamo abituati. Un esempio per tutti è la forte presenza della religione, vuoi buddista oppure induista o mussulmana che pervade ogni aspetto della vita dell'uomo comune nepalese e che noi abbiamo vissuto ascoltando la preghiera che la nostra guida pronunciava all'inizio di ogni tappa, o per passare alla ritualità in comune in un tempio a 4500 metri o sentendo i canti ed i ritmi e vedendo i colori vividi rosso-arancioni che hanno accompagnato le tante manifestazioni presso i templi di Kathmandu nei giorni della festa del Dashain. Questa forte spiritualità la ritroviamo anche nelle valli che abbiamo percorso, circondate da alte guglie di 6-7000 metri scintillanti di ghiacci sullo sfondo di un cielo azzurro metallico, ricche dell'essenza emanata dalla pianta della "foglia d'oro" utilizzata come incenso dai Nepalesi, che quasi ci stordisce nel nostro avanzare. In questa cornice, forte è il contrasto tra il silenzioso e



grigio operare dei portatori, uomini invisibili, persone tra le più povere nella società nepalese e l'essenzialità del loro ruolo, imprescindibile per la riuscita della nostra impresa, così come per qualsiasi altra degli "uomini stranieri". Tutto questo è stato la cornice del nostro camminare verso la nostra meta. La montagna ci guarda da diversi giorni ormai, talvolta con la cima scoperta ed aguzza nel cielo, altre volte con la cima che appare e scompare dietro le nuvole. Arriva il momento del confronto, comincia la salita. Per me è la prima esperienza a questa quota, ho qualche 4000, ma basterà? La quota, la progressione sul ghiacciaio, al buio, con il vento e la neve che assorbono molta della luce delle frontali, rendono questa salita assolutamente diversa da qualsiasi altra mia precedente esperienza. Sono quasi sospeso in questo scenario, la fatica è forte, la mia parte razionale cerca di gestire la situazione al meglio, si procede come si può, sino al momento in cui, cielo e terra decidono di incontrarsi diventando indistinguibili e bloccandoci in un limbo ceruleo: a 6400 metri siamo vittime del whiteout: si torna. Illusione? Disillusione? È innegabile, un pizzico di amaro in bocca c'è, tuttavia mi accompagna anche la consapevolezza di aver avuto il privilegio di comprendere come esistano luoghi sulla terra dove veramente l'uomo è più che mai ospite.

Possiamo raccontare il Nepal?

Romano



Che mondo a parte il Nepal, con le sue contraddizioni!

Si comincia dalle sue alte vette innevate e silenziose, dalle sue verdi foreste bagnate dal suono delle cascate di acqua azzurra e cristallina, per finire nello speciale "caos" di vita che ti trovi davanti quando sei a Kathmandu: razze ed etnie che si fondono nelle loro diversità religiose, il frenetico muoversi di mezzi nel centro città come un mantra che si ripete all'infinito e i sorrisi dei bambini ai bordi delle strade che fermano il tempo, E allora mi chiedo perché non sono venuto prima.

Ma chiedo a voi di andare, perché il Nepal lo si vive e non lo si può raccontare.

Si concludono con questo Numero Speciale, le pubblicazioni de “Il Ginepro” per quest’anno.

Ma certamente non smetteremo di stimolarvi, di incuriosirvi, di darvi informazioni sulla attività della nostra Sezione e sul mondo della montagna e del nostro territorio. Né smetteremo di chiedere la vostra collaborazione, sempre preziosa.

Avete un argomento che conoscete, una esperienza che vi ha segnato, avete visitato un luogo particolarmente affascinante, volete semplicemente mettervi in gioco?

Scriveteci, telefonateci, venite in Sezione, vediamoci ad una escursione. Assieme si possono ottenere degli ottimi risultati. Che sono poi quelli di conoscere la montagna e il modo migliore di conservarla e viverla!

Al pranzo di Natale, al quale speriamo partecipiate numerosi, avrete la possibilità di visionare il nuovo programma escursionistico. Ci sono attività interessanti per ciascuno e per svariate discipline.

Naturalmente vi spettiamo, il prossimo anno, per le prime ciaspolate, per perdersi nei meandri della storia nel Parco di Veio, per imparare ad affrontare un percorso innevato.

Altri attori istituzionali si aggiungeranno con lo scopo di favorire un arricchimento nella conoscenza e sensibilità di tutti: dal Gruppo di Alpinismo giovanile, al Comitato Scientifico, al già presente Gruppo Cicloescursionistico, oltre a quelli a voi tutti già noti quali il Gruppo Segnatura Sentieri, quello di coloro che accompagnano con la joelette chi non può camminare (Gruppo Montagnaterapia).

Sarà un anno interessante e ricco di novità. Far parte del Cai vuol dire anche collaborare, integrarsi, superando inevitabili diversità di opinioni e di visione della realtà associativa. Essenziale è mirare allo scopo di far amare e salvare la montagna e il suo ambiente!

Giunga quindi a voi e alle vostre famiglie il saluto di tutta la Redazione e l’augurio di un nuovo anno sereno, che, malgrado tutto, possa far guardare con speranza al futuro.

