

Nepal

Tybet i China



Na Dachy Świata

Byłe nie patrzeć do góry, nie patrzeć do góry – powtarzałam sobie w myślach, robiąc kolejny krok. I jeszcze jeden. I następny. Chciałam zamienić się w maszynę, która nie czuje zmęczenia i nie ma świadomości tego, co ją czeka.

Strumyk potu spłynął mi po plecach. Gorąco. Mimo że byłam na wysokości prawie trzech tysięcy metrów nad poziomem morza. Im bliżej nieba, tym zimniej jest w nocy i o świcie, a w ciągu dnia słońce pali jak ogień.

Zrobiłam następny krok i jeszcze jeden. A potem niespodziewanie podniosłam głowę i zanim zorientowałam się, że robię właśnie to, czego absolutnie nie chciałam zrobić, spojrzałam do góry przed siebie.



Przedemną
w nieskończoność
ciągły się schody
ze skalnych płyt



Masakra! – jęknęło we mnie wszystko.

Po ośmiu godzinach wspinania się po skalnych stromych stopniach, przede mną w nieskończoność ciągnęły się następne identyczne, szare schody ułożone ze skalnych płyt. Czułam się jak robot skonstruowany z ruchomych elementów, które siłą woli zginają się w odpowiednich miejscach, przenosząc mnie coraz wyżej. Wyobraźcie sobie milion skalnych stopni tworzących jedyną drogę prowadzącą naprzód. Dokąd? Kto to wie. Wiadomo tylko tyle, że nie ma innego szlaku, a my krążymy gdzieś w okolicach Annapurny w Nepalu.

I znowu zgięcie kolana, umieszczenie stopy na stopniu powyżej, napięcie mięśni, przeniesienie ciężaru całego ciała, z jednoczesnym uniesieniem drugiej nogi, która za chwilę stanie na wyższym stopniu, i znowu ugięcie kolana, napięcie mięśni i przeniesienie ciężaru całego ciała... I tak bez końca. Coraz wyżej i wyżej, coraz dalej i dalej, dlatego że te potworne schody ciągną się jak krówka mordoklejka i wydają się sięgać nieba.

Annapurna to dziesiąta co do wielkości góra świata. Właściwie nie jest to pojedyncza góra, tylko cały masyw z kilkoma wierzchołkami, z których najwyższy to Annapurna I o wysokości 8091 m n.p.m. Jej nazwa w sanskrycie



Annapurna w sanskrycie
oznacza "pełną pożywności"



oznacza „pełna pożywienia”, czyli Bogini Dobrych Zbiorów. Annapurna jest też wcieleniem bogini Durgi, niezwycięzonej wojowniczką, która pokonała wszystkie złe demony atakujące ziemię. Prawdę mówiąc, Durga ratowała honor bogów, którzy nie mogli sobie dać z nimi rady. Jak tylko udało się część demonów ujarzmić, natychmiast pojawiały się następne. I dlatego właśnie ostatecznie bogowie, uznając swoją bezradność, powołali do życia Durgę, wysyłając ją na wojnę. Wojowniczka dosiadła lwa i ruszyła na odsiecz. Demony były podstępne i kiedy udało się jednemu odrąbać głowę, natychmiast wyrastała mu następna. W końcu jednak Durga pokonała wszystkich przeciwników i dlatego właśnie jest nazywana niezwyciężoną.

Znów zadarłam głowę. Wierzchołek Annapurny błyskał w oddali między chmurami. Ciekawe czy niezwyciężona wojowniczka dałaby radę wejść pieszo po kamiennych stopniach, dokądkolwiek one prowadzą. Spojrzałam na zegarek. Szłam już ponad osiem godzin, a końca nie było widać. Popatrzyłam jeszcze raz na szczyt Annapurny. Odetchnęłam głęboko. I znów: kolano do góry, podciągnąć ciało, wspiąć się na stopień, odrywając jednocześnie drugą stopę i przenosząc ją na stopień wyżej. Jak maszyna, jak robot, bez zastanawiania się ile jeszcze drogi zostało.



Bogini Durga -
nieumyśliona wojowniczką,
pokonała złe demony
atakujące ziemię



Trasa trekkingowa dookoła Annapurny jest uważana za najpiękniejszą na świecie. Prowadzi przez wioski, góry i doliny, wzgórza porośnięte lasem rododendronów, nad wzburzonymi górskimi rzekami, obok pól obsianych złotą pszenicą i ludzkich osiedli. Codziennie krajobraz jest inny. Jedno tylko się nie zmienia: wspinaczka stromo do góry albo stromo w dół po stopniach ułożonych z odłupanych skalnych płyt.

– Specjalnie miejscowi to zrobili – wyjaśnił mi Rajan, przewodnik. – Żeby było łatwiej iść.

– Łatwiej?! – jęknęłam, dźwigając plecak.
– Jak to łatwiej?!

– Łatwiej niż gdyby trzeba było iść pod górkę – odrzekł rezolutnie. – Nie ma błota ani kamieni, na których można się poślizgnąć. Są tylko eleganckie schody.

– *Thank you very much!* – odrzekłam zgryźliwie.

Te „eleganckie schody” to przekleństwo. Łatwiej byłoby iść nawet po stromym pochyłym zboczach, bo można wtedy stawiać mniejsze kroki i nie trzeba co chwilę dźwigać całego swojego ciężaru na jednej nodze. Zresztą wędrowałam wcześniej w Himalajach w okolicach Mount Everestu i tam trekking wyglądał zupełnie inaczej.

– Beee! – usłyszałam nagle za plecami.



Trasa trekkingowa
wokół Annapurny
jest uważana za
najpiękniejszą na świecie



Ktoś wyraźnie zgadzał się ze mną w kwestii schodów. Za mną stała koza o bystrym spojrzeniu. A za nią Nepalczyk z wiklinowym koszem. Wyraźnie stanowili parę.

– Idź, idź – ponaglił mężczyzna łagodnym tonem. – Dalej, idź.

Koza przekrzywiła głowę.

– No idź, idź – powtórzył, wyciągając z kosza zieloną gałązkę.

Koza zamrugała, a jej wyraz pyska zdawał się pytać:

– To dla mnie?

– To dla ciebie – odrzekł Nepalczyk. – No idź, idź.

– To fajnie – mruknęła koza i ruszyła na przód, stukając kopytami o skały.

A ja pośpieszyłam za nią, starając się nie patrzeć do góry i nie liczyć kolejnych stopni. Wyruszyłam o świcie z Tatopani, małej wioski nad rzeką w dolinie między dwiema górami. Nazwa Tatopani oznacza „gorącą wodę”, bo są tam naturalne źródła, w których można się kąpać. „Kąpiel” to duże słowo. Uśmiechnęłam się, wspominając ten widok. Tuż za wioską przy drodze zbudowano dwie betonowe okrągłe studnie, w których można się zanurzyć w towarzystwie wielu innych chętnych. Niedaleko jest też Tadapani, czyli „daleka woda” i Ghorepani – „dom wody”.



Za mną stała koza
o bytnym spojnieniu.
I Nepalczyk
z wiktynowym koszem



Pani, czyli woda, jest ważna w Himalajach. Szczególnie kiedy jej brak. Ludzie mieszkający wysoko w górach mają ten sam problem, co mieszkańcy pustyni. Trzeba codziennie wyruszać na dalekie wyprawy w poszukiwaniu źródła czystej wody. Nie ma mowy o codziennej kąpieli, bo nawet jeśli w pobliżu płynie rzeka, to woda w niej jest lodowato zimna. Tubylcy robią sobie coś na podobieństwo prysznica, polewając się z dużego naczynia. Podczas trekkingu w rejonie Mount Everestu w bardzo nielicznych schroniskach istniała możliwość kupienia gorącego prysznica. Wyglądało to tak, że człowiek wchodził do lodowatej chatki skleconej z kilku kawałków drewna i blachy, rozbierał się, dygocząc z zimna i stojąc nagi mi stopami na przeraźliwie zimnej kamiennej podłodze, po czym wykrzykiwał magiczne słowo: Już!

Wtedy człowiek siedzący na dachu z wiadrem gorącej wody wylewał je do lejka, z którego rurka wystawała nad moją głowę. Boski to był prysznic, daję słowo, szczególnie po tygodniu wędrówki pozbawionym nawet najmniejszej ilości gorącej wody.

Znowu stanęłam, opierając plecak o kamień. Schody zwęziły się, znajdując odrobinę miejsca na skraju przepaści. Znajoma koza też staje i rozgląda się błyszczącymi oczami.



Tatopani macay
"gorąca woda", bo
w mosce są naturalne
źródła, w których można
się kąpać



– Chodź, chodź – zachęca ją Nepalczyk, machając gałązką z zielonymi liśćmi.

– A tak, jasne – przypomina sobie koza i rusza dalej pod górę.

Kopytka stukają, ptaki śpiewają, bzyczy przelatująca mucha, a ja...

Nagle uświadomiłam sobie, że wchodzenie po schodach przestało być męczące. Odbywało się samo, mechanicznie, podczas gdy ja... Ha! Sapnęłam ze zdumienia, uzmysławiając sobie, że znów odkryłam tę samą niesamowitą rzecz, która towarzyszyła mi wcześniej w peruwiańskich Andach i podczas wchodzenia na sześćtysięcznik w Himalajach. To bardzo proste, a jednocześnie wymagające pewnego rodzaju skupienia i samoświadomości.

Kiedy chodzi się po górach, trzeba znaleźć swój rytm. Wiedziałam o tym już wcześniej, ale zapomniałam sobie o tym przypomnieć. Kiedy wyruszyliśmy o świcie z Tatopani i rozpoczęła się mozolna wspinaczka po skalnych schodach, skoncentrowałam się na tym, że dzieje się coś niespodziewanego, co jest trudne i nie wiadomo jak długo potrwa. Myślałam o tym, kto i po co ułożył te schody, ile ich jest i jak wysoko będziemy musieli się wspiąć. Zaprzęłam moje myśli do świadomego kontrolowania każdego kolejnego kroku, a w konsekwencji byłam w stanie dokładnie opisać

wysiłek, ciężar plecaka, gorące wysokie buty obejmujące mi stopy i kostki, i ślizganie się strumyków potu po moich plecach. Śledziłam wszystko co się dzieje, zapominając zupełnie o tym, że powinnam zrobić coś dokładnie odwrotnego. Rozpuścić myśli swobodnie, niech biegną gdzie chcą i same poprowadzą mnie za sobą. Dzięki temu umysł znajdzie się na wyższym poziomie świadomości, gdzie nie trzeba nieustannie określać swojego stanowiska wobec sytuacji, w jakiej człowiek się aktualnie znajduje, tylko poddać się medytacji.

Myślenie o tym, że jest gorąco, sprawia, że człowiek bardziej się poci. Przejmowanie się tym, że boli noga prowadzi tylko do tego, że ból staje się nie do zniesienia. Liczenie kamiennych schodów daje poczucie przytłaczającego ogromu wysiłku, jakiemu muszę się poddać.

Dlatego czasem lepiej jest wyłączyć mózg i dać się unieść w zupełnie nowe rejony podświadomości, która sama znajdzie idealny dla siebie rytm. Taki stan uwalnia ciało i pozwala mu w najlepszy możliwy sposób używać swojej siły i energii. Dzięki temu wysiłek staje się niedostrzegalny i odbywa się jakby sam, bez udziału woli.



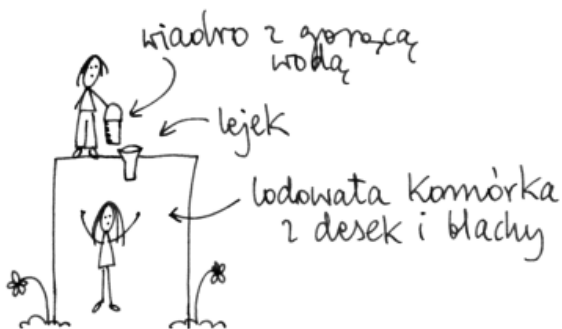
"Pani" po nepalsku
znaczy "woda":

Tatapani = gorąca woda

Tadapani = daleka woda

Ghorepani = dom wody





Himalajski prysznic



Zatrzymałam się na stopniach i odkryłam, że przestałam ciężko dyszeć, serce mi nie wali, a wspinanie się po schodach przestało męczyć. W głowie miałam tylko cztery sylaby, które rozbrzmiewały przy każdym kroku, podporządkowując sobie wszystkie ruchy ciała. Czułam się tak, jakby moje nogi i ramiona dźwigające ciężki plecak zostały podwieszono do myśli wystukujących jednostajny rytm: *Om mani padme hum...*

Najpierw szłam w rytmie na cztery. Kiedy pozwoliłam sobie przestać myśleć i kontrolować każdy kolejny mozolny krok, czyli kiedy odłączyłam świadome postrzeganie tego co robię i zastanawianie się czy dam radę dojść na szczyt, moje myśli same zaczęły odliczać: raz, dwa, trzy, cztery... A moje stopy w trekkingowych butach posłusznie podążyły za tym rytmem. Na „raz, dwa, trzy” stawiałam trzy niewielkie kroki, a na „cztery” dostawiałam tylko lewą nogę do poziomu prawej. Nagle w ogóle przestałam się męczyć. Mogłabym tak iść i iść aż do końca świata.

Raz, dwa, trzy – niewielkimi krokami, a potem jeszcze jeden krok po płaskim. Nie myślałam o niczym konkretnym. Ani o tym, że idę, ani o schodach, ani o górach, ani o zmęczeniu czy upale. W pewien sposób całkowicie uwolniłam się od miejsca, w którym jestem,