

Himalajai - ne tik Everestas,

Jei kam nors atrodo, kad į Himalajus važiuoja tik alpinistai, keliautojas Tadas Jeršovas, ten parengę keletą šimtų maršrutų skirtingos patirties keliautojams.

JŪRATĖ MIČIULIENĖ

Sudėjęs keturių kelionių laiką, T.Jeršovas Himalajuose praleido keturis mėnesius. Kiekvieną kartą keliauja vis kitu maršrutu, ir kalnai jam niekada nepabosta. Jis laikosi nuostatos - kuo sunkiau, tuo geriau ir įdomiau. "Mano draugai toms kelionėms net sugalvojo šūkį: "Kentėk - atostogos!" - sakė žygeivis.

Nepaliečiai pasitinka svetingai. Viza atskridus duoda visiems, nes kiekvienas turistai - pinigai. Pasak pašnekovo, nukakti į Katmandu yra įvairių kelių. "Esame važiuavę traukiniu į Minską, o iš ten lėktuvu į Abu Dabį (Jungtiniai Arabų Emyratai), iš ten tiesiai į Katmandu. Galima skristi per Delį, tačiau Delyje trūksta tvarkos ir organizuotumo. Galima skristi ir per Kijevą, Helsinkį", - sakė pašnekovas.

Gausite picą ir sriubos

"Dažnai tenka aiškinti, kad Himalajai - tai ne vien Everestas, į kurį kopia alpinistai, - pasakojo T.Jeršovas. - Čia puikiai sutvarkyta turizmo infrastruktūra, gausu maršrutų, kurie prasideda nuo 700 m virš jūros lygio. Kylant pramintais takais, 4-5 km aukštyje dar yra kaimelių. Juose stovi įvairaus lygio iš akmenų pastatyti viešbutukai. Nakvynės kaina priklauso nuo aukščio - 1-3 eurai. Dviečiuose kambariukuose - čiužiniai ir pagalvės, reikia turėti savo miegmaišį. Kaina tokia maža, jei čia ir valgysi. Maistas, nors ir atneštas į kalnus, nėra labai brangus - už vakarienę, pietus ir pusryčius sumokėsite 10-15 eurų. 4 km aukštyje, snieguotų viršūnių apsuptyje, galima užsisakyti picą, sriubos ar kokį nors kepsnį. Argi neromantiška? Valgai ir grožiesi kalnais. Tačiau jei šiuose viešbutukuose nesimaitinsite, nakvynė kainuos 10 eurų."

Prie Everesto paskutinis kaimelis su penkiais viešbutukais stovi 5150 m aukštyje. Šalia - nuostabus ledynas. Ta-



Laisvalaikiu nenuorama T.Jeršovas laksto ir taip. / Tado Jeršovo nuotraukos

ko viešėti kalnuose šalia Kalifornijos. Turėdamas žemėlapių gali orientuotis, kada užteigė prieisi ir galėsi, tarkim, išgerti imbiero arbatos ar sukirsti česnaku sriubos (sakoma, kad imbiras ir česnakas gerina aklimatizaciją)."

Palapinėse brangiau

Kalnuose galima nakvoti ir palapinėse. Tačiau čia brangiau nei viešbutukuose, nes nešikai neša palapines, virtuvės įrangą. "Tokios nakvynės paprastai būna tuose maršrutuose, kur



Nepaliečiai kalnų aukštybėse jums iškeps karštą kepsnį.

ti, galima užsisakyti vietinį nešiką. Už 10-20 eurų per dieną jis teks dviem žmonių daiktus. "Galima pasisamdyti krovininį jāką, kuris gabentų dalį grupės sunkesnių daiktų, - pasakojo keliautojas. - Daugelis mano, kad kelionė su nešiku labai lengva. Nieko panašaus. Kai eini daugiau kaip 5 km aukštyje, reikia turėti sveikatos."

Pasak prityrusio keliautojo, vadinamojo trekingo lazdos kalnuose būtinos. Jos kitokios nei, tarkim, šiaurietiško vaikščiojimo, stipresnės. Jomis patogų remtis ir kylant į kalną, ir leidžiantis - lengviau sąnariams. "Trejus metus gyvendamas JAV maniau,



Pusryčiai šalia snieguotų viršūnių. Svarbiausia - ne keltuvu pakilai, o užlipai pats.

kad jos skirtos tik pensininkams, bet kai pabandžiau, asilo ausys išdygo. Dabar galiu patarti - būtinos! - sakė pašnekovas. - Per mūsų kelionę jau po pirmų 300 m vertikalaus kilimo visiems buvo aišku, kad jų tikrai reikia. Žemyn nubėgtum be lazdų gal ir greičiau, tačiau sąnarius reikia saugoti nuo pernelyg didelio krūvio."

Rytas "kine"

Paprastai keliautojai per kalnus žingsniuoja 5-6 valandas per dieną, tuomet įsikuria nakvynės ir ilsisi. "Prabundame gana anksti, prieš šešias, nes tuomet teka saulė, "kinas" atsidaro. Susėdam ir spoksom į kalnų viršūnes. Vaizdai nepakartojami. Papsusryčiau 7 val. iškeliaujame. Apie 13-15 val. prieiname nakvynės vietą. Temsta kalnuose gana anksti - 18 valandą. Su saulėlydžiu "kinas" užsidaro, visi po nelengvos dienos gana greitai užmiega. Pasitaiko dienų, kai tenka eiti 8-12 valandų - visko tiksliai nesuplanuosi. Būna, net pietums nelieka laiko. Tada prisimename šūkį: "Kentėk - atostogos", - šypsosi pašnekovas.

Per pastarąjį šių metų žygį po Himalajus T.Jeršovas ir bendraminčiai įveikė nelengvą maršrutą - buvo net trys perėjos, siekiančios daugiau kaip 5 km aukštį. "Buvo ką veikti, - sakė jis. - Palapsniui kylant organizmas pripranta ir iki 4 km visai neblogai jautiesi. Tačiau jei eini į 5 km kalnus, nežinai, kaip bus, nes tokia aukštyje kiekvieno organizmas reaguoja skirtingai. Nuo aukščio ligos neapsaugotas net išvermingiausias keliautojas. Vienus ji užklumpa, kitus - ne. Kokie simptomai? Kaip sako mano draugas, tai yra kaip sunkios pagirios - gali skaudėti galvą, pykinti, dingsta apetitas."

Džiūvėsiai praverčia

Alpinizmo įgūdžių net ir rengiantis žygiuoti 5 km aukštyje nereikia, tačiau bent porą mėnesių prieš kelionę T.Jeršovas pataria sportuoti - bėgioti, laiptuoti laiptais, minti dviratį. Keliautojai žino visokių būdų, kaip save "dopinguoti". Kadangi kylant aukštyje nuo didėjančio slėgio kraujas tirštėja, kasdien galima profilaktiškai išgerti aspirino, o kad širdis nepavartų

Visi kalnuose prabunda anksti - prieš šešias, nes teka saulė ir "kinas" atsidaro.

čia net ir čia, pasak pašnekovo, visas aptarnavimas (maisto produktus vietiniai nešikai tempia ant pečių). "Teko matyti šitaip nešamus šaldytuvus. Žmogus pusantr metro, o gabena apie 2 m aukščio šaldytuvą, - pasakojo T.Jeršovas. - Su vietiniais nepalenkinyčiausi, jie labai išvermingi."

Viešbutukų, kuriuose maitinama, Himalajuose labai daug, gausiau nei Alpėse ar Amerikoje, kur taip pat te-

nėra trobelių, pavyzdžiui, aplink Daulagirį. Ten - sniegynai, ir viską reikia nešiti patiems", - sakė pašnekovas.

Keliautoją stebino, kad kalnuose netrūksta maitinimo įstaigėlių. Tai bene pagrindinis gana skurdaus krašto žmonių pragyvenimo šaltinis. O turistai čia važiuoja iš viso pasaulio. Kai visai kelionei per kalnus nereikia prisidėti maisto į kuprinę, ji daug lengvesnė. O jei nori dar lengviau keliau-



Po žygio kalnais daug kas susigundo ir upėmis.