

**resor** Från Kathmandu till molnen, fem dagar i världens högsta bergskedja. När ansikten och hus skiftar från dalgång till dalgång, när det möter ett nytt språk bak varje pass känns myten om shangri-la ganska rimlig. Följ med Correns utsände Mikael Persson på en light-trekking i **Himalaya**.



Vilobänk på världens tak. En vandring i Nepal bjuder på magnifika vyer. Här utsikten mot Panch Pokhari och höga Himalaya.

# Fem dagar på världens tak

Kanske är det någon primitiv drift som alltid drabbar mig i Kathmandu. För så fort jag vant mig vid de medeltida grändernas vimmel vill jag till Himalaya. Förr eller senare landar blicken alltid där. På den vita isranden som svävar ovanför huvudstadens tempeltak.

Men hur gör man om tiden är kort? Om det bara finns en vecka i potten. Lösningen heter Helambu, dalgången bortom Kathmandu som ligger gömd bland Himalayas skuggor.

Turen har många fördelar. Lagom ansträngande. Minimal risk för höjdsjuka. Bra värdshus. Plus alla klassiska ingredienser som förväntas av en vandring i Nepal: terrassodlingar, buddistiska kloster, rhododendron och na-

turligtvis svindlande vyer. Dessutom kan man ta lokalbussen till byn Sundarijal och vandringens startpunkt på drygt 1300 meters höjd.

Bussbiljetten kostar tre kronor. Ur det buckliga fordonet kliver guiden Ram och så Hari som bär på min ryggsäck. Arrangemanget kan tyckas suspekt. Men guide och bärare gör vandringen till en njutning i stället för ett uthållighetstest. Uppgifterna står dessutom för livsviktiga och eftertraktade arbetstillfällen.

Luften i Sundarijal doftar landsbygd. Kor och höns strövar fritt. I basaren säljs blomkål och potatis som vägs på vågar med rostiga järnvikter. Via trappsteg mot himlen lämnar vandringsleden Kathmandudalen. Andfådd, med svetten rinnande, stannar

**"Andfådd, med svetten rinnande, stannar jag ofta och tittar tillbaka mot huvudstaden. Njutningen är total."**

jag ofta och tittar tillbaka mot huvudstaden. Njutningen är total. Jag älskar vyerna. Men också att få fylla lungorna med luft och rensa huvudet från allt annat än en dominerande känsla av "här och nu". Tillsammans med landskapet ger det en berusande frihetskänsla.

I Mulkharka, på nästan 2000 meters höjd, stannar vi på en liten servering och dricker morgonte. Medan de svenska fjällen ligger öde, är Himalayas sluttningar befolkade. Byarna ligger tätt, utslängda över dramatiska sluttningar.

Smågrupper av människor möter ständigt längs stigen. Det här är väglöst land. Barn tågar mot skolan. Kvinnor bär gigantiska vedlass på ryggen. Getter vallas av herdar.

Nepal har många ansikten och nästan lika många folkslag eller kast. Högstastiga braminer och chetrier. Tamanger och magarer med indiansvart hår och sydostasiatiska drag. Inte sällan skiftar språk, kultur och byggnadsstilar bak nästa backkrön. Ibland också religion och alfabet.

I tidig kvällning når vi Chisopani. Mild sol strömmar över en glittrande rand av vita toppar och det är dags för middag, dal bhat, curry och ris hos värdshusvärderna som är newar.

I Himalaya växlar vädret, för att inte säga årstiderna, från timme till timme. När vi ätit färdigt rullar fuktig dimma in över byn. Sikten blir plötsligt minimal och kylan tvingar oss inomhus.

Fortsätter på nästa sida ▶



Langtangmassivet. Isranden som bildar gräns mellan Nepal och Tibet utgör ett storslaget blickfång.



Sherpabarn i Helambu. Sherpas är en stolt folkgrupp som bor i stora, vackra hus.



Framför spisen i Tsermatang. Typiskt sherpakök i Helambu.



Busen upp till vandringens startpunkt på drygt 1 300 meters höjd kostar tre kronor.



Inför morgonens vandring. Mina vänner Ram, Hari och en trekkingkarta.

## ”Nepal påstås enbart ha uppförsbackar. På vandringens tredje dag känns det verkligen så.”

### ► Fortsättning

**Vi vaknar till jublande morgonsol.** Bortom byn Pati Bhanjang störtar stigen brant nerför mot en avlägsen floddal. Längst ner i djupet ligger byn Talamarang. Vi äter lunch på värdshusets tak, där en stund i solen, stärker oss med te och buffelmjolk och börjar sedan vandra på nytt.

Klimatet är helt annat nu. Hett och fuktigt. Som bevis på hur långt vi färdats i höjded mot bananer och apelsiner. Bryter loss en bit sockerrör och tuggar det söta, saftiga innanmätet.

Nepal påstås enbart ha uppförsbackar. På vandringens tredje dag känns det verkligen så. Varje avlägset back-

krön följs av ett nytt lika avlägset backkrön. Snart sluter sig skogskringstigen. Färggranna fåglar rinner fram mellan bambu och rhododendron. Minlor, yuhinor, solfåglar och fnittertrastar. Grönskan följer oss i timmar tills vi kliner rakt ut från mossor och hänglav till tre frostnupna potatisårkar.

**Helambu börjar här.** Trakten är känd för sin starka sherpakultur. Folket som ända sedan Sir Edmund Hillarys dagar felaktigt fått stå etikett för all världens bärare och önskat grovgöra.

I själva verket är sherpas en stolt folkgrupp. Språket, eller snarare dialekter, är tibetansk. Övriga nepaleser hyser ofta ett slags beundrande avundsjuka. Sherpas påstås omöjliga på

**”Dagen som börjat med leopardspår i snö, slutar med internet-uppkoppling och pizza”**

■ **Corren.se**

Har du varit i Nepal? Skicka in bilder och restips!

affärer. De bor i stora, vackra hus. De har enorma kök där väggarna är fyllda av kopparkärl och mässing. Och de har världens vackraste kvinnor.

1800-talets despotiska regenter gjorde särskilda resor hit för att plocka med sig flickor till hovet i Kathmandu. I utbyte gav de bort floddalarnas bördigaste mark.

Någon sådan syns inte i Tarkegheyang på 2600 meters höjd. Inför mörker och kyla ligger den stora vita byn öde. Själva värmen vi oss framför en öppen eld på Mount View Hotel. Trots blott två nätter i fält uppskattar jag lyxen över att ha en toalett inomhus, att slippa smyga ut i mörkret med en ficklampa.

Nästa morgon är vacker, men hot-

full. Vita toppar. Men också aggressivt mörka moln. En kamp om herraväldet över himlen pågår. Tills det börjar snöa. Flingorna blir allt större och blötare. Redan efter någon timmes vandring ger vi upp och slår läger.

Byn heter Tsermatang och förbereder sig inför losar, det tibetanska nyåret som infaller någon gång mellan januari och mars. Över värdshusets vedeldade spis friteras något som påminner om klenetter. Samtidigt skäller hundarna som besatta. Värdparet påstår att leoparden är tillbaka, den som härommatten knyckte en get.

**I gryningen växlar vädret** på nytt. Vaknar till en gigantisk reflex. Inser att det åter är sol över Himalaya. Åter fru-

kost. Tibetansk bröd. Te och omelett. Sedan går kängorna av sig självt. Förbi buddistiska böneflaggor, nerför ett nytt skogsparti och så småningom ut på öppen mark till brännande sol.

Byn Dubachaur möter med frukt-träd och hinduiska tempel. I djupet nedanför väntar Indrawatifloden och Melamchhis mangolundar. Där väntar också bussen tillbaka mot Kathmandu. När huvudstaden sent på kvällen. Dagen som börjat med leopardspår i snö, slutar med internetuppkoppling och pizza. En kombination som förmodligen bara är möjlig i Nepal. Landet på världens tak.

Text och bild: MIKAEL PERSSON/RESPRESS

Redigering: Åke Alvin

## 10 frågor och svar om Nepal

### 1 Vad kostar resan?

► **Skandinavien–Kathmandu** kostar cirka 10 000 kronor tur och retur. Ibland billigare via New Delhi i Indien, som trafikeras av långt fler flygbolag.

### 2 Behöver jag visum?

► **Visum** giltigt i 60 dagar kostar 30 US-dollar. Du löser sådant på flygplatsen i Kathmandu.

### 3 Behöver jag vandrings-tillstånd?

► **Nepal har** av och till krävt olika former av tillstånd för vandringar. 2006 tilläts enbart trekking i sällskap av licensierad guide. Regeln är i skrivande stund slopad, men mycket talar för att den kommer att återinföras. I så fall måste du arrangera din vandring genom en resebyrå eller guide som är godkänd av de nepalesiska turistmyndigheterna.

### 4 Hur hittar jag en guide?

► **I Kathmandu** finns hundratals resebyråer. Många är seriösa, andra står för motsatsen, dumpar de anställdas löner och rättigheter, struntar i ekologiskt tänkande och överger i värsta fall sina kunder under själva vandringen eller hotar att göra så efter krav på mer pengar.

### Två seriösa firmor är:

Mountain Delights Treks, Thamel, Kathmandu, tel +977-1-470 0190, 470 0183, www.gotomountain.com  
Highlander Trekking, Thamel, Kathmandu, tel 977-1-470 0563, 425 9435, www.highlandernepal.com

### 5 Varför vandra med guide?

► **Du får** ut så mycket mer om land, levnadsvillkor och historia. Guiden översätter åt dig vid möten med människor. En kunnig guide är dessutom ovärderlig om du drabbas av höjdsjuka eller andra hälsoproblem.

### 6 Varför vandra med bärare?

► **Himalaya** är påfrestande nog utan packning på ryggen. Bärarjobb, om de sköts rätt, är dessutom eftertraktade och välbetalda bisysslor. För många bönder innebär de livsviktiga extrainkomster.

### 7 Vad kostar det?

► **Organiserade vandringar** kostar 300–400 kronor per dag. Priset inkluderar guide, bärare, kost och logi (i tält eller värdshus), transporter och tillstånd.

### 8 Vad behöver jag?

► **Kängor, ryggsäck, flaskka, vattenreningsdroppar** och pannlampa. Sövsäck och dunjacka finns att hyra i Kathmandu.

### 9 Hur ska jag förbereda mig?

► **Jogga, gå** i trappor och utmana uppförsbackar.

### 10 När ska jag åka?

► **Oktober–november** och februari–början april.

## Lågpriskryssning till grekiska öar

**Kanske blir 2007** lågpriskryssningarnas år. Brittiska Easycruise tror i alla fall så. I maj börjar företaget trafikera Grekland. Rutten omfattar bland annat Aten, Mykonos, Paros, Ios, Amorgos, Naxos och Folegandros. Resenärer erbjuds alltifrån en komplett odyssey med elva öar till veckoslutskryssningar eller särskilda partyturer som under fyra dagar avverkar nöjesöar och stränder. Trenätters weekendkryssningar erbjuds från 665 kronor per person.

Läs mer: [www.easycruise.com](http://www.easycruise.com).

ARKIVBILD: TIM GHRING/AP/SCANPIX



## Taxichaufförer på charmskola

**Du har kanske** upplevt dem. Atens turistbortskämda taxichaufförer. Den buttra oviljan att köra dig enligt taxameter eller rimligt pris. Besökarnas irritation förstör stans rykte. Nu satsar de grekiska turistmyndigheterna miljonbelopp på att lära ut vett och etikett. Charmkursen är ett led i att göra Aten mer attraktivt och besöksvänligt.

## Bästa staden, bästa maten

**Rumäniska Sibiu** är årets europeiska kulturhuvudstad. Stan vilar mot en fond av Transsylvaniens högsta berg. Epitetet vackrast i Rumänien känns knappast överdrivet. Kärnan är medeltida och förbluffande intakt med vindlande gränder, morotsfärgade tegeltak och pampiga torgplatser. Trakten har alltid varit

mötesplats för olika kulturer. Ungrare, tyskar, rumäner, zigenare. Dess historia ekar också genom kvarteren. Dracula-förebilden Vlad Tepes och morddåden på stans torg och ligger begravd i den evangeliska kyrkan. Den ortodoxa katedralen är byggd med Hagia Sofia som förebild. Här finns Rumäniens äldsta hotell, det pompösa Imparatul Romanilor. Här finns zigenarkungens palats. Ett livligt student- och nöjesliv. Men också den värsta maten.

Pizza nutella är ungefär som det låter. Rund, tjockbottad, med lätt vikta kanter. Garneringen består av chokladkräm som smakar nöt plus fyra stora klickar vispad grädde.

## Direktcharter till Kerala

**Nu börjar** researrangören Solresor med direktcharter Kerala i sydvästra In-

dien. Arrangörens försäljningsargument är att Kerala påminner om Thailand för 15 år sedan. Förutom sola och bada kan man åka på utflykt till ögruppen Laccadiverna, som i första hand lockar med i det närmaste orörda dykvatten. En annan utflykt är den till Kerala Backwaters, som är ett nät av mangroveträsk, laguner och sjöar. Här kan man övernatta på en husbåt. Solresors första plan till Kerala lyfter från Arlanda den 5 november.

## Tågchartern blev en succé

**För några** veckor sedan lanserade Fritidsresor i samarbete med SJ tågcharter till de italienska orterna Garda och Bardolino. Intresset var stort och resorna tog snabbt slut. Därför släpps nu ytterligare 450 tågresor till norra Italien. Destinationen är den här gången Riva del Garda. (Respress)



### SPA-weekend i Tranås

Boka din SPA-weekend inklusive behandling!

Kom med tåg eller bil och njut av en weekend Du sent skall glömma. Drick eftermiddagskaffe i salongen med nybakat kaffebröd och koppla av i vårt SPA med bad, bastu, gym och relax och njut av den behandling ni valt. Åt en 3-rätters middag i matsalen och efter en god natts sömn avslutar ni helgen med en generös frukostbuffé. Pris från 1.490 kr per person.

Vi sätter guldkant på tillvaron.

**BADHOTELLET**  
KURHOTELL MED KONFERENS OCH SPA  
[www.badhotellet.com](http://www.badhotellet.com)

Ring 0140-462 00 för bokning och mer information