

# De resonantie van iets diepers

Bezield landschap in de Himalaya

Hoewel mijn verstand zegt dat de bergen zichzelf zijn, niets meer en niets minder, voel ik een soort verwantschap. Die ongenaakbare giganten kan het daarentegen geen zier schelen dat ik hier ben. De schoonheid die ik in hen zie, laat ze koud en ik kan wel beweren dat ik de bergreuzen in mijn hart meedraag, toch laten zij geen traan als ik ter plekke dood neer zou storten. Onze liefde is eenrichtingsverkeer, maar dat maakt die van mij niet minder intens.

Tekst en beeld Myra de Rooy

Mijn genegenheid omvat ook de bewoners. Het is alsof ik via hen naar mijn geliefde bergwereld kan kijken, als het ware door de ogen van naaste familie; zij leven immers al veel langer in de schoot van de bergen. Maar dat betekent niet dat ik geloof in al het onzichtbare dat zij zien. Het betekent wel dat ik steeds meer de magie kan voelen voor iets wat niet met ratio verklaarbaar is.

## Verborgenen

Tijdens mijn geologiestudie werd ik lid van de Utrechtse Studenten Alpen Club en vanaf dat moment raakte mijn bergliefde in een stroomversnelling: bergen zijn er om te beklimmen. Een bergtop pronkt, lonkt, roept en wenkt. Mijn krachten meten met naakte rotsen, steile ijs- en sneeuwkhellingen en zo veel mogelijk toppen aan willen tikken, leidde tot het besef dat het hoogste punt niet het hoogtepunt hoeft te zijn. Hoewel opgeleid als geoloog, moet ik bekennen dat het soms lijkt of er in steen meer verborgen ligt dan slechts materie. Een steen kan mij, zonder dat hij van zijn plaats komt, raken door een kleurschakering of grillige vorm. Stenen denken niet, voelen niet, maar levenloos als ze zijn kunnen ze beroeren en inspireren.

Tijdens het prosterner  
worden de handen boven  
de kruin gevouwen.



Prosternerer over de bevroren rivier.

### Puja

De eerste maal dat ik me bewust word dat er misschien meer tussen hemel en aarde is, is tijdens de eerste Nederlandse vrouwenexpeditie in Oost-Nepal. Voordat we ons op de flanken van de ruim zeventuizend meter hoge Chamlang mogen begeven, organiseren de sherpa's – zoals bij elke expeditie – een *puja*. Tijdens die gebedsdienst offeren ze voedsel en verbranden wierook om de beschermgodin gunstig te stemmen. Strengen kleurige gebedsvlaggen worden opgehangen om gebeden en wensen te verspreiden voor alle levende wezens. En dan gebeurt het. Dagenlang lag de bergwereld verscholen achter een onstuimige wolkenzee, maar tijdens en na de *puja* lost die grauwe brij op en openen vergezichten, waaronder ons doel. Het ontroert me om te ervaren hoe voor de lokale bevolking bergtoppen godentronen zijn en het begint tot me door te dringen dat ook ik die plaatsen met respect dien te benaderen.

### Kailash

Bij de heiligste berg van Tibet, de Kailash, proef ik hoe een berg in de harten van pelgrims kan leven. Vier godsdiensten – bon, boeddhisme, hindoeïsme en jain, met elk hun eigen goden – zien de Kailash als godheid in fysieke vorm. De omgeving is adem-benemend, alsof kunstenaars hier een fantastisch landschap van onaardse schoonheid creëerden. Door wind en erosie uitgebeitelde rotspilaren, in menselijke en dierlijke vorm geboetseerde keien, ronde en zachte welvingen, geplooid naast scherp gekarteld. Voor hen die het willen zien, hebben deze natuurlijk gevormde rotsformaties een bovennatuurlijke betekenis, maar ik zie in Boeddha's voetafdruk een door een rivier afgeronde, langgerekte kiezel die met andere stenen samenkitte tot een conglomeraat.

Toch merk ik als ik de 53 kilometer lange *kora*, de heilige rondgang, rond de Kailash loop, dat ook ik word beïnvloed en dat deze plaats gevoelsmatig meer is dan een brok steen. Wie over de 5660 meter hoge Drolma La komt, wordt symbolisch herboren, zo is de gedachte. Drie rondes is populair, dertien is voor de meer serieuzen. Het heilige aantal 108 vormt het ultieme doel, om nog in dit leven verlichting te bereiken. Ik ontmoet een atletische Indiase jongeman die al vanaf het voorjaar bezig is om bijna dagelijks een *kora* te lopen. Hij heeft er nu 101 opzitten. Ik deel een energiereep en hoop voor hem dat het niet tegenvalt als de wereld na de 108ste ronde nog steeds hetzelfde is. Of ziet hij na zijn krachtsinspanning de aarde met nieuwe ogen?

### Stentje

Vele malen keer ik terug naar Tibet en de Himalaya, waar volgens overleveringen door een god of de goden kwistig met heilige bergen is rondgestrooid. Als geoloog en ongelovige weet ik natuurlijk beter. En toch, als ik op dergelijke verheven plekken kom, een steenhoop op een eenzame bergpas passeer, dan draag ik een steentje bij. Ik liet al heel wat gebedsvlaggen wapperen. Er hangt meer in de lucht dan die kleurige lapjes stof die zoveel goeds verspreiden. En ik vraag me af of dat komt omdat ontelbare

## Er hangt meer in de lucht dan kleurige lapjes stof



Karma Tseten Phuntsog bij Tso Moriri.



Hartje winter in Photoksar.

pelgrims eeuwenlang met de beste intenties hun voetstappen achterlieten en hun hart vulden met bewondering, verwondering en mededogen.

Vooral Ladakh voelt als mijn tweede thuis. Ik kom vingers tekort om te tellen hoe vaak ik die hooggebergte woestijn in Noordwest-India bezocht. Alle seizoenen maak ik mee, soms zelfs op één enkele zomerdag, waarop een sneeuwstorm of geselende hagelbui plotsklaps de zonnewarmte verdrijft. Deze zee van bergen is geboren uit een oceaan. Hier vonden oerkrachten plaats, die ieder menselijk voorstellingsvermogen te boven gaan. De botsing van continenten, die zo'n veertig miljoen jaar geleden aanving, wordt hier haast tastbaar. De Indiase continentale plaat bewoog met een snelheid van zestien centimeter per jaar richting het noordelijker gelegen Euraziatische continent. Zesduizend kilometer legde India af voordat de trage botsing volgde. De tussenliggende Tethysoceaan werd dichtgeknepen. Gesteenten plooiden zich en werden opgeheven tot het machtige Himalayagebergte.

### Deelgenoot

Telkens als ik in Ladakh arriveer, gaat mijn hart sneller kloppen. Niet door de hoogte, maar door de uitgestrekte bergwereld én door de mensen die mij in hun leven toelaten. Door hen voel ik

mij steeds minder toeschouwer, maar word ik deelgenoot en ervaar ik nabijheid en respect tijdens ons vaak woordeloze samenzijn. Liters boterthee drink ik met mensen wier gezichten door de elementen zijn getekend als een landschap met rimpels als bergketens en -dalen. De bergtoppen vormen een gigantisch openluchttheater en de bewoners zijn mijn medespelers. Ik volg dalende en stijgende voetpaden, die als linten de afgelegen dorpen verbinden. Daar waar geen pad is, kan ik alle kanten uit. Tijdens trektochten, solo of met een lokale gids, overnacht ik in kloosters of bij mensen thuis. Ervaring leert dat in berggebieden de bevolking gastvrij is. Ook zij komen onderweg in zwaar weer terecht. Een dak boven het hoofd is dan een weldaad. Wanneer bewoning ontbreekt, slaap ik in mijn tent of bivakzak. Soms overnacht ik naast een steenman en dan voel ik een klik. Hier staat meer dan een wegwijzer. Hier staat een beschermer en maatje in de leegte. Een Ladakhi vriendin uit de hoofdstad Leh drukt me telkens als ik haar woning verlaat op het hart om voorzichtig te zijn en veilig terug te komen. Zij geniet van de in de natuur verankerde schoonheid, maar om die schoonheid op te zoeken aan de rand van het leven gaat haar te ver. Volgens haar vind je net zoveel geluk op bergtoppen als je er zelf naartoe brengt. Dus waarom zou je er naartoe gaan?

Door regelmatig terug te keren, worden aanvankelijke vreemden vrienden. Een van hen is de monnik Karma Tseten Phuntsog. Met hem bezoek ik meermaals zijn geboortedorp Lingshed. Om daar te komen, kruisen we bergpassen. Dat voelt als het oversteken van een grens, het betreden van een fonkelnieuwe wereld. De lokale mensen kennen het gebied op hun duimpje. Ik vorm me met behulp van een topografische kaart vooraf een beeld van het terrein. Dat geeft houvast om mijn route te vinden. Karma heeft geen landkaart bij zich; mijn reisgezel draagt een kaart in zijn hoofd. Gevormd door verhalen van voorouders, in vertellingen van lama's over heilige oorden, maar vooral opgeslagen in zijn lichaam door alle stappen die hij zette. De monnik komt hier niet voor het indrukwekkende uitzicht, hij kijkt met een andere blik dan ik. Dit is de streek waar hij geboren werd, dit is zijn wieg.

### Connectie

Ook ik voel een connectie met zijn bergen. Niet iedereen zal dat zo ervaren. Wat bij mij bewondering oproept, kan voor een ander vijandig lijken. Waar ik rijkdom vind, ziet een voorbijganger mogelijk slechts desolaatheid. Behalve de imposante bergpieken zie ik op kleinere schaal wonderen. Een rotsblok bedekt met calcietskristallen, die naar me knipogen als de zon ze beroert. Een brok kalksteen met fossiele schelpen, naast stenen waar mensenhanden aan te pas zijn gekomen en waarin de mantra *Om mani padme hum* is uitgehakt. Kunst uit vervlogen tijden: uitgebeitelde jachttaferelen. Ibexen met gekromde horens, voor eeuwig gevangen in steen. Wanneer ik naar een gigantische rotstoren wijs en Karma vraag of de zuil een lokale naam heeft, zegt hij "Namkha", luchtpilaar, drager van de hemel.

### Kwetsbaarheid

De bergwereld wordt bewoond door bovennatuurlijke wezens, door geesten, goden en demonen, leer ik van Karma. Alles is onderling verweven. De lha leven op open plaatsen, zoals passen en pieken. Deze berggoden controleren de weercyclus, brengen wintersneeuw en de zon die de sneeuw in het voorjaar smelt. Ze geven leven en vruchtbaarheid aan de velden, maar kunnen – als mensen zich misdragen – overstromingen, lawines en aardbevingen



Getekend door  
de elementen.

Ibexen gevangen in steen.

Een bergtop pronkt, lonkt, roept en wenkt.

veroorzaken. De *lu* zijn meer watergeesten, slangachtige wezens geassocieerd met de onderwereld. Die beschermers wonen in bronnen, verstilde meren of een knoestige jeneverbesboom. De hoeders van welzijn, water en geluk reageren boos op aantasting van hun woongebied. De tegenreactie van een *lha* of *lu* is ziekte of droogte. Karma toont me de woonplaats van een *lu*: een verveerd stuk graniet met een gat erin, waar gelovigen doorheen kunnen kruipen. De *lu*-steen is prozaïsch in cement verankerd, zodat het natuurwonder niet kan wankelen. Aan de buitenmuur van een huis hangt een demonenverschrikker, een kleurig draadwerk rond een geitenschedel. In de bergen is de kwetsbaarheid van de mens invoelbaar. Daarom worden offers achtergelaten, alsof een bergtop of sacrale plek een persoonlijkheid bezit. In de bergregioenen, waar de dood vaak dichterbij lijkt dan in het laagland, wordt het kwaad tijdens rituelen verjaagd of verbrand.

Mensen benoemen de berggiganten, en de bergen op hun beurt vormen de mensenlevens. De bergen hebben ook mij gevormd en werden metgezellen. Maar maak ze niet boos; een fout kan nog steeds fataal zijn. Klimvrienden kwamen tijdens hun passie om het leven en ik ondervond aan den lijve dat de dood op de loer kan liggen, door weersomslag, een vallende steen of sneeuwlawine.

### Devotie

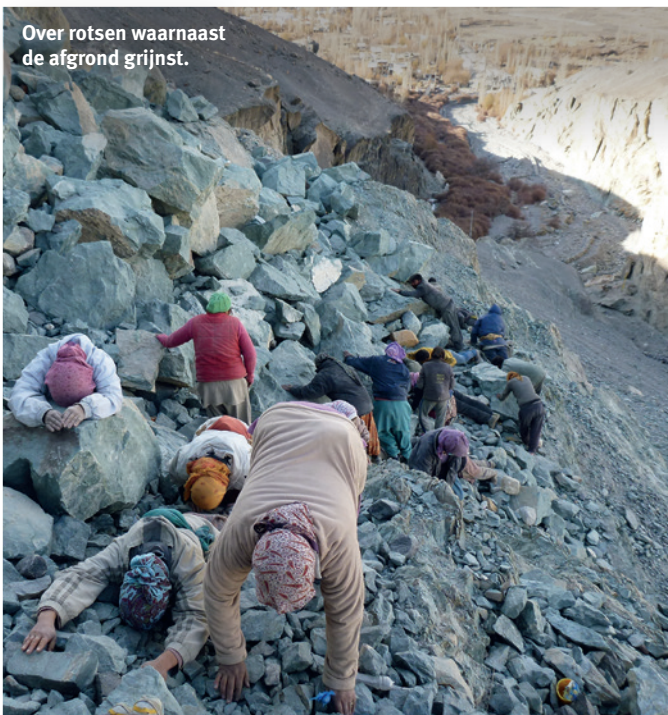
Hartje winter ben ik in het aan Ladakh grenzende Nubra getuige van een eeuwenoud ritueel. De dorpelingen houden een leken-dienst in de heilige maand, de eerste kalendermaand van het Tibetaanse jaar. Dagenlang klinken in de tempel Boeddha's woorden en verzamelen de aanwezigen 'verdiensten' door te bidden. Een half uur klinkt een vrijwel geruisloos gemompel, innerlijk gebed en contemplatie, daarna breekt de tijd voor prosterneren aan. De ter-aarde-werping komt in godsdienstige gebruiken en wereldlijke ceremonies voor als onderwerping aan een godheid of heerser. In het boeddhisme is het een middel om een gunstige wedergeboorte te verwerven en eer te bewijzen aan de 'Drie Juwelen': Boeddha, zijn leer en de geloofsgemeenschap. Keer op keer liggen de gelovigen uitgestrekt op een vloer die al veel kousenvoeten en handpalmen heeft gezien. Ik doe om de kou te verdrijven een half uur mee. Conclusie: vermoeiend! Na de devotie krijg ik thee. Liefdevol wordt er een extra boterklont in mijn theekop gemikt. Na negen uur eindigt de gebedsdag. Mijn buurvrouw wrijft over pijnlijke knieën. Misschien toch niet zo goed, zeventien dagen prosterneren en in kleermakerszit bidden?

Bij het dorp Diskit maak ik een ultieme vorm van prosterneren mee: steil tegen de berghelling op, soms via een weg, vaker over scherpe rotsbodems. Veel handen zijn onbeschermd en zonder kniebescherming onder hun broeken. Verzorgers dragen met voedsel en drank bij aan het driedaagse ritueel. Het is gekoppeld aan miraculeuze Boeddhaverschijningen die ooit in dezelfde periode plaatsvonden en deze maand extra gunstig maken voor gebeden en neerbuigingen. De inspanning zou heilzaam zijn voor de fysieke én spirituele conditie. Onderzoekers vermoeden dat de voorste hersenlobben beter doorbloeden, waardoor hogere hersenfuncties zoals geheugen en geweten beter functioneren: een mystieke ervaring, 'high' zonder drugsgebruik.

Een menselijke rups trekt door de bergen – de handen gevouwen boven de kruin, voor het voorhoofd, keel en borst, om zich op de bevroren ondergrond uit te strekken. De hele dag trek ik met de groep op. Ik maak geen neerbuigingen. Tijdens bergbeklimmen



De dood dichtbij  
om het kwaad te  
verjagen.



Over rotsen waarnaast  
de afgrond grijnst.



'Een steentje bijdragen' op een bergpas.

heb ik afzien ervaren, maar hoe langer deze bovenmenselijke inspanning duurt, hoe ongemakkelijker ik me voel. Dit gaat alle perken te buiten en is op de hellingen niet zonder gevaar. Het ego onderwerpen en levende wezens bevrijden van tegenslag en lijden, oké – maar is dit nog gezond? Bij het klooster staan dampende pannen rijst en groente. Daarna volgt een rondgang om het klooster, gedeeltelijk via trappen. Zijn de treden breed en lang, dan wordt er per traptree een prosternatie gemaakt. Is dat niet het geval, dan plooiën de prosterneers zich in bochten om zich uit te strekken. Goedgemutst duikt het gezelschap prosternerend de diepte in over puinhellingen met hoekige keien, over rotsen waarnaast de afgrond grijnst. Ik ben opgelucht als iedereen veilig de dalbodem bereikt. Daar wordt, lang uitgestrekt, zelfs een bevroren rivier overgestoken. Na tien uur lichamelijke inspanning is de klus geklaard: stoffig maar voldaan huiswaarts. Morgen weer een dag.

### Krachtplek

Misschien moet je in een vaak mensonvriendelijke omgeving bezwerings uitvoeren om kwade schimmen te verjagen en geloven in beschermgeesten die zich in rotspelonken en waterbronnen schuilhouden? Waarschijnlijk zijn er maar weinig

westerlingen die dit terrein en zijn bewoners echt begrijpen. Pas wanneer je je in een landschap 'ingraaft', door er een langere periode door te brengen, kan het thuisgevoel groeien. Regelmatig trek ik een periode met bergvolken op en ik voel sympathie voor hun manier van leven. Mijn verblijf is te vluchtig om het volledig te ervaren; dan zou ik er moeten wonen. In mijn thuiswereld is de verbintenis met de natuur meestal verbroken. Bij natuurvolken is die relatie evenmin idyllisch. Het is vaak te koud of te droog, te heet of te nat. Het leven is keihard, balanceren op de rand van het bestaan. Toch lijkt er bij de bergbewoners meer intimiteit met de aarde te zijn. Hun geestelijk landschap wordt gevoed door de natuurlijke omgeving met heilige locaties, bewaarplaatsen van zowel mythen als waargebeurde historie. Bergen doen niet alleen wat met wie er woont, maar ook met de passanten, met wandelaars en klimmers, met mij. Ik begin het een beetje te begrijpen, al hoeft ik niet alles te geloven, het begint voor mij wel te leven. En bestaat er een bezielde landschap? In elk geval wordt de mens in de schaduw van bergreuzen nietig. Zij houden de regie in handen en ik ben slechts gast. Hoewel ik nog steeds graag klim en wandel, ondergaan de bergen voor mij een metamorfose van prachtplek naar krachtplek. Hier klinkt de resonantie van iets diepers: de hartenklop van de aarde. ◀

Myra de Rooy  
(myraderooy.nl)  
reist regelmatig in  
de Himalaya en schreef  
onder andere *Dochters  
van de bergen* en  
*Chamlang*, over de  
eerste Nederlandse  
vrouwenexpeditie.