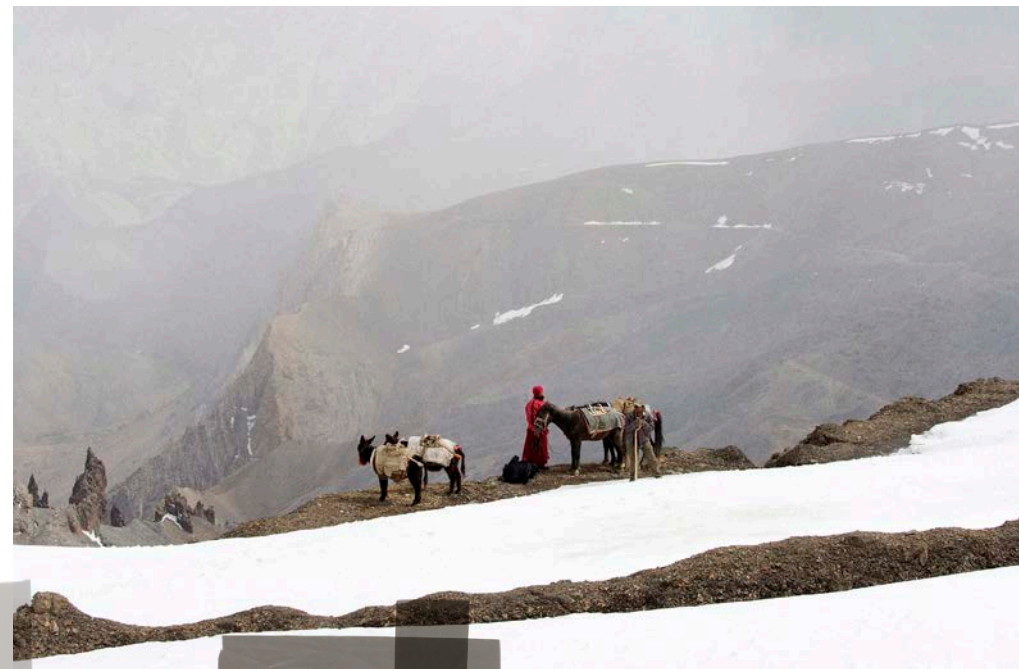


# Thuiskomen in de bergen

Woeste landschappen, natuurkrachten, rust, ruimte: voor Myra de Rooy voelen de bergen als thuis. Met een bevriende monnik en zijn broer trekt ze door het hooggebergte van Ladakh, in het noordwesten van India. 'Waar een ander misschien slechts verlatenheid ziet, vind ik rijkdom.'



Een bergpas  
passeren  
voelt als het  
oversteken  
van een grens,  
het betreden  
van een nieuwe  
wereld



Hoever veel voetstappen heb ik al  
achtergelaten in deze bergen?

Mijn hart gaat sneller  
kloppen, ik kom thuis

**H**et pad naar geluk loopt voor mij via de bergen. Lopen, bewegen, been voor been. Mijn voeten brengen me waar mijn hart is. Deze passie voor de bergen komt niet alleen voort uit een hang naar de schoonheid van vergezichten. Het landschap geeft ruimte aan zelfontwikkeling. Door naar dit woeste gebied te reizen, maak ik me tijdelijk los van de plaaggeesten in het dagelijks bestaan: het moeten, presteren en aan verwachtingen voldoen. Even bijtanken en ruimte maken voor verstillig. Op een bergpiek is plaats voor een innerlijk gesprek, eerbied voelen voor de natuur en dankbaarheid dat je hier mag zijn. Hoewel mijn verstand zegt: 'De bergen zijn zichzelf, niets meer of minder', voel ik een soort verwantschap.

### Trage botsing

Zinderend Delhi lost onder me op. De dichtbevolkte metropool is een noodzakelijk kwaad, een tussenstop om bij mijn geliefde einddoel te komen. Mijn vlucht naar Leh, de hoofdstad van Ladakh, duurt een uur en een kwartier. Hoe vaak heb ik Ladakh al bezocht? Ik kom vingers tekort om te tellen, alle seizoenen heb ik er meegemaakt. Soms zelfs op één enkele zomerdag, waarop de zonnearmte plotsklaps werd verdreven door een sneeuwstorm of een geselende hagelbui. Bij opkomende zon bevind ik me boven een zee van bergen, geboren uit een oceaan. Hier hebben oerkrachten plaatsgevonden die elk menselijk voorstellingsvermogen te boven gaan. De botsing van continenten, die zo'n veertig miljoen jaar geleden begon, wordt er bijna 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 Tethys-oceaan, genoemd naar de Griekse zeegodin, werd dichtgeknepen. Herinneringen aan deze zee liggen tastbaar aan het oppervlak, fossielen in mariene sedimenten. Gesteenten plooiden zich en werden opgeheven tot het machtige Himalaya-gebergte. Ladakh is via twee toegangswegen bereikbaar. Een dagenlange tocht die alleen in de zomer mogelijk is. De rest van het jaar zijn de bergpassen met metershoge sneeuw bedekt en biedt het luchtruim een

uitkomst. Gletsjers en gekartelde toppen schuiven onder me door. Beneden doemen de bergen van Zanskar op. Vele voetstappen heb ik hier al achtergelaten, en dat ga ik weer doen, samen met de bevriende monnik Karma, die hier vandaan komt. Mijn vliegtuig nadert zijn doel. Ik zie huizen omringd door felgroene gerstvelden, een rivier als glinsterend lint, het uitdijende Leh. Mijn hart gaat sneller kloppen, niet door de hoogte, maar door de uitgestrekte bergwereld. Ik kom thuis.

Via mijn ouders kwam ik als peuter met de bergen in aanraking. Zelfs vóór die tijd was ik er al. Mijn moeder was zwanger van mij toen ze de Wildspitze, de op een na hoogste berg van Oostenrijk, beklom. Bergliefde met de paplepel ingegoten.

### Liefde op het eerste gezicht

Ik ging geologie studeren, en tijdens geologisch veldwerk in Noorwegen leerde ik het landschap te ontrafelen. Toen ik beter naar die dode wereld keek, bleek deze bewoond door bloemen, struiken en bomen, door kruipers, insecten en grotere dieren. Ik ervoer dat stilte niet beangstigend is en leerde dat tijd zonder anderen doorbrengen niet hetzelfde is als eenzaam zijn. Daarnaast groeide het besef dat, om echt te leven, menselijk contact voedend en essentieel is. Geen mens kan zonder anderen. De bergen leerden me dat contact leggen slechts mogelijk is als je je innerlijk toont en je gedachten deelt. Zo begon ik banden aan te knopen met lokale bergbewoners. Na de afronding van mijn studie werd ik gevraagd als tweede chauffeur om een toeristenbusje van Nederland naar Nepal te rijden. Dat tijdelijke baantje bracht me oog in oog met Himalaya-reuzen. Het was liefde op het eerste gezicht. Als klimster, als reisbegeleidster en met vrienden keerde ik er terug - én met mijn geliefde Hans. Sinds zijn dood in 2000 maak ik vooral soloreizen. Daarbij kom ik in contact met de bergbevolking en breng ik tijd door bij mensen met wie ik de taal slechts gebrekkig deel. >



Delek en Karma hebben  
geen landkaart nodig om de weg  
te weten, zij dragen de kaart  
van dit gebied in hun lichaam

> Toch voel ik verbondenheid en respect tijdens ons vaak woordeloze samenzijn. En lachen is een taal die iedereen spreekt. Door regelmatig terug te keren, zijn vreemden vrienden geworden.

### Innerlijke landkaart

Buiten de aankomsthal staat een in rood geklede figuur. Wanneer Karma mij ziet, verschijnt een brede lach op zijn gezicht. Nadat hij een *kata*, een witte ceremoniële sjaal, om mijn nek heeft gelegd, voel ik zijn armen om me heen. Ik ben gearriveerd, thuisgekomen.

Om te acclimatiseren en aan de hoogte te wennen, breng ik de eerste periode rond Leh door. Op de ochtend waarop we richting Karma's wortels trekken, dalen sneeuwvlokken neer uit de lucht. De omgeving wordt van kleur ontdaan. Naast een gapende afgrond schudt ons voertuig over de kuilenweg alsof het een vaartuig is. Niet voor niets rijden er afbeeldingen van lama's mee. De modderige sneeuw laat de autowielen af en toe zinloos rondtollen. Geen grip betekent stilstand, en ik help duwen om de auto te verlossen. Vlak voor de besneeuwde Senge La, de Leeuwenpas, zet de chauffeur ons af op ruim vijfduizend meter hoogte. Vanaf hier wordt het de benenwagen. Karma's broer Delek wacht met ezels en paarden, om de bagage te dragen tijdens onze meerdaagse trektocht. Een bergpas passeren voelt als het oversteken van een grens, het betreden van een nieuwe wereld. De broers kennen het gebied op hun duimpje. Ik vorm me met behulp van een topografische kaart vooraf een beeld van het terrein. Dat geeft, vooral als ik alleen loop, houvast om mijn route te vinden. Deze mannen hebben geen landkaart. Zij dragen een kaart in hun hoofd. Verankerd in verhalen van voorouders, in vertellingen van lama's over heilige plekken, maar vooral opgeslagen in hun lichaam door alle stappen die ze hier zetten. Karma en Delek komen hier niet voor het indrukwekkende uitzicht. Dit is de streek waar ze geboren zijn, dit is hun wieg.

### Te vriend houden

Ook ik voel verwantschap met de bergen. Ondanks dat er vrienden tijdens beklimmingen om het leven kwamen en ook ik aan den lijve heb ondervonden dat

de dood op de loer kan liggen, door weersomslag, een vallende steen of een sneeuwlawine. Hoewel een misstap onomkeerbaar kan zijn, voelt het hier vertrouwd. Niet iedereen zal dat zo ervaren. Wat bij mij bewondering oproept, kan voor een ander vijandig lijken. Waar ik rijkdom vind, ziet een voorbijganger misschien slechts verlatenheid. Behalve de imposante bergtoppen zie ik op kleinere schaal wonderen. Al heb ik de wereld van de geologie inmiddels verlaten, toch laten gesteenten, mineralen en fossielen me niet meer los. Een steen kan mij, zonder dat hij van zijn plaats komt, raken door een opvallende kleurschakering of grillige vorm. Stenen denken niet, voelen niet, maar levenloos als ze zijn kunnen ze beroeren en inspireren. In de boeddhistische wereld kunnen ze zelfs bewoond worden door *lu*, lokale geesten. Ik zie een rotsblok bedekt met calcietkristallen, die naar me lijken te knipogen als de zon erop schijnt. 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 een ver verleden: uitgebeitelde jachttafereelen. 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. Mensen geven de berggiganten een naam, en de bergen op hun beurt vormen de mensenlevens. De bergen hebben ook mij gevormd, en het werden vrienden. Maar je moet ze niet boos maken; een fout kan nog steeds fataal zijn.

### Rijkdom

Na onze eerste kampeernacht wekt de zon de verweerde berggiganten. Karma was al eerder wakker: toen de toppen om ons heen nog in blauwe schemertinten gehuld waren, maakte hij zijn prosternaties - neerbuigingen - op de koude grond. Nu maakt hij klapgeluiden, alsof hij applaudisseert voor Boeddha's leer of voor het natuurschoon. >





Lachen is een taal die iedereen spreekt en die van vreemden vrienden maakt



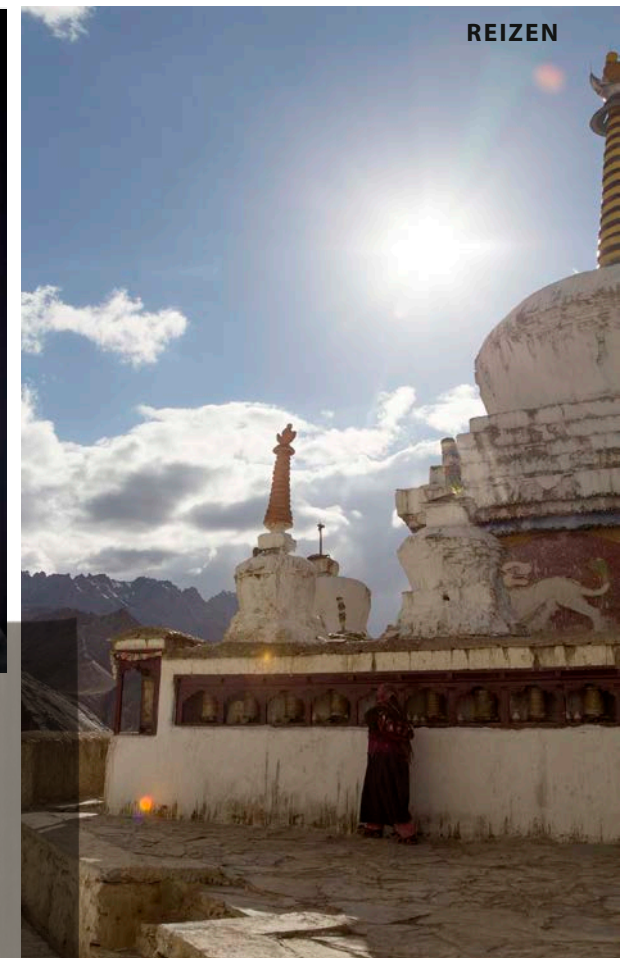
Waarschijnlijk zijn er  
maar weinig westerse mensen  
die dit landschap  
echt begrijpen

> Zijn handen maken *chapati's* voor het ontbijt, voordat hij samen met Delek de paarden en ezels gaat halen, die hoger op de hellingen naar schaars groen hebben gezocht. Ondertussen daalt het zonlicht in het dal af tot het ons kampement verwarmt. De lokale bevolking slaapt niet in tenten, dat doen alleen de nomaden in Oost-Ladakh. Hier in Karma's wereld wonen de mensen in huizenclusters. Witgepleisterde woningen met platte daken, waar de gebeden op de gebedsvlaggen door de wind verspreid worden als zegening voor alle levende wezens. Ook op andere manieren word ik welkom geheten. Een kop zoute thee met een klodder boter in keukens waar een mestvuur brandt. In het dorp Skiumpata toont een vrouw haar rijkdommen. Ze laat haar feestkleding zien en haar *perak*, het traditionele hoofddeksel bestikt met ontelbare turkooizen. Daarna mag dochter Stanzin de sieraden omhangen en de zware perak passen. De volgende keer zal tijdens haar huwelijk zijn, als ze het kostbare erfstuk krijgt dat van moeder op oudste dochter wordt doorgegeven. Haar broer erft het bouwland en de boerderij. Stanzin zal elders haar geluk beproeven. Aan de zijde van een toekomstige man - en het is niet zeker of die, zoals vroeger, door haar ouders wordt uitgezocht. Wat ze wel weet, is dat ze niet het voorbeeld van haar moeder wil volgen. Hier zit geen boerin, maar een jonge vrouw die in Leh naar school gaat. Haar droom is sportlerares worden, maar voorlopig helpt ze haar familie en hoedt ze in de vakantie het vee. Ik loop een *kora* om het dorpsklooster. Boeddhisten maken een rondgang, met de wijzers van de klok mee, om heilige objecten zoals kloosters en *chörten*, de Tibetaans boeddhistische variant van de stoepa. Niet alleen mensgemaakte heiligdommen worden vereerd, ook natuurlijke fenomenen. Een opvallende berg, een oeroude boom, een peilloos diep bergmeer of een bijzonder gevormde steen kan een thuis bieden aan wezens die de aarde en mensen beschermen.

Een plek om voorspoed en geluk te verzoeken, in dit of een volgend leven. Stanzin wijst me de dorpsbron waar helder water uit de rotsbodem opwelt, drinkbaar zonder dat het gezuiverd hoeft te worden. Ze vertelt dat er een lu leeft.

### Het landschap doorgronden

De bergwereld wordt bewoond door bovennatuurlijke wezens, door geesten, goden en demonen. Is het Westen bezig met geesteswetenschappen, hier telt de geestenwereld. Alles is onderling verweven. De *lu* 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 veroorzaken. De *lu* zijn meer watergeesten, slangachtige wezens geassocieerd met de onderwereld. Die beschermers wonen in waterbronnen, stille meren of jeneverbesbomen. De hoeders van welzijn, water en geluk reageren boos op aantasting van hun woongebied, het omhakken van een heilige boom, het plaatsen van een bouwwerk zonder eerst de aarde toestemming te vragen of vervuilende mijnbouw. De tegenreactie van een *lu* is ziekte of droogte. 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. Waarschijnlijk zijn er maar weinig westerse mensen die dit landschap echt begrijpen. Pas wanneer je je in een landschap 'ingraaft', door er een langere periode door te brengen, kan het thuisgevoel groeien. Mijn verblijf is ook te kort om het volledig te ervaren; dan zou ik er moeten wonen. Regelmatig trek ik een periode met bergvolken op en ik voel sympathie voor hun manier van leven. 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.



De bergwereld  
wordt bewoond  
door boven-  
natuurlijke  
wezens, door  
goden, geesten  
en demonen





Uren later daalt  
een geel stipje af, onze redder.  
Het hoort bij de bergwereld,  
mensen helpen elkaar

> Hun geestelijk landschap wordt gevoed door een natuurlijk landschap met heilige plaatsen, bewaarplaatsen van zowel mythen als waargebeurde historie.

### Spiegelglad

Na een aantal dagen in Karma's 'goddelijke bergen' gaan we terug naar Leh. Op de Senge La ligt minder sneeuw en bulldozers zijn bezig de pas schoon te vegen. Onze landcruiser staat volgens afspraak klaar. De chauffeur heeft haast. Lager in het dal stroomt een smeltwaterrievier en later op de dag stijgt het water. Bij de rivieroversteek is een onfortuinlijke voorganger gestrand. Het lukt niet om de auto uit de stroom te trekken. Onze chauffeur probeert hem te passeren en komt eveneens vast te staan. Het kolkende water rijst. We vestigen onze hoop op de bulldozer, en een man gaat hulp halen. Uren later daalt een geel stipje af, onze redder. Het hoort bij de bergwereld, mensen helpen elkaar. Niets is permanent, de wereld verandert, wegen worden aangelegd, zonne-energie geeft in verafgelegen gebieden licht, geld neemt de ruleconomie over. Toch blijft de kerneigenschap van het boeddhisme gelden: mededogen. Bij moeilijkheden help je elkaar. Dat voorkomt nu dat gulzige waterdemonen ons voertuig opschrokken.

Vrediger water met de kleur van het turkoois van de perak van Stanzins moeder zie ik terug bij Pangong Tso, een gigantisch, surrealistisch meer op de grens met Tibet. Tijdens storm kan het een zee lijken. Nu spiegelt het water de hemel. Bij aankomst moet ik slikken van de mensenmassa, vooral Indiase motor-toeristen, die de oever van het langgerekte meer bevolken. Ze drommen samen bij tentrestaurants. Een van de uitspanningen heet '3 idiots', wat meteen de drukte verklaart. Deze Bollywood-kaskraker werd hier opgenomen en daarom lijken de motorrijders op z'n minst een selfie te moeten maken. De weg voert verder voorbij toeristententenkampen. Waar het asfalt ophoudt, verdwijnt de drukte. Twee dorpen verder, het laatste punt waar ik met mijn *permit* mag komen, heerst rust. Ik overnacht bij een *amchi*, een traditionele dokter, en zie hoe hij een patiënt behandelt met zelfgemaakte kruidenzalf. Die avond praat Karma met de arts over oude wijsheid en wonderbaarlijke zaken. In de knoestige jeneverbesbomen verderop woont een geest, net als in de nabijgelegen

bron die een watergebedsmolen aandrijft. Er woont zelfs een lu in een steen die ik de volgende dag zie naast een klooster. Het is een verweerd stuk graniet met een rond gat erin. Karma laat me zien hoe ik erdoorheen kan kruipen. De lu-steen is prozaïsch in cement verankerd, zodat het natuurwonder niet kan wankelen. Gelukkig is dat niet gebeurd bij de steenmannen langs de waterkant. Ik stapelde daar jaren eerder stenen, een balancerende toren voor mijn overleden Hans. Inmiddels is er een woud van steenmannen verrezen, met als achtergrond het onwerkelijke blauw van Pangong Tso. Het meer is een spiegel voor de ziel. Een plaats waar de zon op het wateroppervlak reflecteert en waar ik kan reflecteren op mijn leven. Stilstaan op een plek waar een bries golfjes en waterstromen baart, terwijl ik mijn eigen gedachtestroom kan laten gaan zonder dat anderen die onderbreken. Het turkooizen meer is omringd door kale bergen in pasteltinten. Ik zit daar en denk aan een citaat van de schrijver en natuurbeschermer John Muir: 'De bergen roepen en ik moet gaan.' 🌿

TEKST MYRA DE ROOY FOTOGRAFIE CHANTAL ARIËNS

### MOEDIGE VROUWEN

Myra de Rooy is schrijfster van het boek 'Dochters van de bergen' (uitgeverij Dato, 2015). Ze vertelt hierin het verhaal van vier sterke vrouwen uit Iran, Ladakh, Oost-Turkestan en Tibet, die zich inzetten voor anderen. Onze boekrecensent Susan Smit schreef over dit boek: 'De gevoelens en drijfveren van de vier vrouwen zijn universeel. Het ontlokt veel bewondering en empathie en doet je beseffen dat vrijheid om je eigen keuzes te maken het grootste goed is. Wie tegen de klippen op vecht om dit mogelijk te maken, is zeer moedig.'

