

## ELŐHANGOK

### Hogyan védekezzünk a hóleopárdok ellen?

„Ezen a vidéken hóleopárdok is élnek, de elég nagy szerencse kell ahhoz, hogy találkozzunk is velük.” Ezt olvasom az utazási iroda ismertetőjében. Hátha nekem mégis lesz akkora szerencsém?

No, erre vajon hogyan lehet felkészülni? Tréningezzek, hogy erősebb legyek, mint a leopárd? Esetleg egy kábítóinjekciót lövő pisztoly? Nem rossz ötlet.

Mi van, ha békésen kaptatok felfelé a Himalája egyik nevesemtudom hegyén, gondtalanul és magamba fordultan, egyszer csak berobban egy gondolat: hátulról rám vetheti magát egy hóleopárd. És fuccs a meditatív zárándoklásnak! Meggondolhatná a szavait az utazási iroda.

Kaptatok felfelé a közeli meredek hegyen – szándékosan nehezített terepen gyalogolok, edzek a Himalájára – és a leopárdra gondolok. Gyáván félek a félelemtől. Nem most, most csak a játék kedvéért gondolom végig, csak az elmélkedésért. De úgy gondolom, iszonyatos lenne a félelem, ha valóban támadna a vadállat. A halálnembe is bele tudnék törödni, az időbe, a helybe is, mindenbe. De a meghalás átélésébe nemigen. Tétélezzük fel, hogy torkon ragad a felbőszült állat, ledönt, és egyazon pillanatban már át is harapja a torkom. Időm sincs megijedni, ez rendben van, a leopárd jóllakik; részévé válni a táplálékláncnak, kissé szokatlanul, rendszerint nem minket esznek, hanem mi eszünk, no, lehet egyszer-egyszer fordítva is, az arány még mindig igen jó marad.

Ám mi van, ha a leopárd elsőre ínyenc módjára csak a fél lábamat harapja le, a combtól letépvé az izmot, és a combcsontot lecupaszítva otthagyja a testből kimeredve? Az irdatlan sikoly befelé hatol a testembe, szétrepesztí a dobhártyámat, megbénítja a szívemet, míg kifelé csupán a némán remegő szájam és az iszonyat a hatalmasra tágult szemeimben.

A leopárd eszegetné békésen az emberi húst, míg én ülve a földön a fél lábammal, dermedten nézném a véres cafatos combom, ami megmaradt belőle, és a hiányzó lábam helyén meredő lenyúzott csontot, ömlő vérem, és a falatozó leopárdot. Elképzelem, hogy ha elfogyasztja a lábam, akkor választ magának egy következő testrészt. Mondjuk a másik lábam. Ott maradnék ülve, mint egy torzó, a fenekemen, ami még teljesen ép, sőt, formásodó a gyaloglástól, és a teljes felsőtestem a drágán vett pólóval, amely izzadságtűrő, légáteresztő. A kis hátizsák még a hátamon. Benne ivóvíz, meleg holmi, és pár müzli szelet, amit még tartogattam az út végére, de már belátom, hogy hiábavaló lemondás volt, nyugodtan megehettem volna.

Lehet azonban, hogy a leopárd nem a másik lábam, hanem egyik karomat tépné le másodjára. Lehet ugyanaz az oldal, és akkor féloldalasan feküdnék ott a porban és véremnek tócsájában, de lehet az ellentétes oldalon is, és akkor aszimmetrikussá válnék.

Vagy kitépné a gyomrom, és látnám több méter hosszan tekergő kifordult beleimet. És még mindig nem haltam meg, nem vesztettem el a józan eszem sem, sőt el sem ájultam, fene a bátor lelkem, még azt sem, mindezt örjítő józanságban vagyok kénytelen viselni, a menekülés legkisebb esélye nélkül, elképzelve a következő lépést, a leopárd további marcangolását.

Hogy lehet az ilyet kibírni lelkileg? Mielőtt meghal az ember, megtébolyodik?

Persze nem így történik a valóságban. A leopárd valószínű támad, és széttépi áldozatát. Ha részlegesen tépné szét, az elvérzés is gyorsan történik, nem ad módot a hosszas elmélkedésre.

De az a néhány másodperc maga az apokalipszis.

Másfelől a valóság többnyire nem olyan rémes, mint a fantázia. Sokan, akik autóbalesetből, véres támadásból menekültek, elmondják, hogy idejük sem volt megijedni. A verekedőket is rosszabb nézni, mint tagjának lenni a verekedő csapatnak.

Így elmélkedni előre a kalandjaimról pedig szinte szórakoztató.

### **Itt valami titok lappang**

Ezt az utazást nem én álmodtam magamnak. Valami láthatatlan erő terel engem erre az útra, és én csak megilletődötten veszem tudomásul, hogy ismeretlen, gondos kezek intézik sorsomat, és valamiféle megfoghatatlan erő gyengéd sodrásába kerültem. Vannak persze gondolataim, elképzeléseim, vágyaim és félelmeim, mintha ezek a sajátjaim lennének, de mégis, nem lehet nem felismerni a történésben valamiféle különös misztériumot, sorsszerűséget.

### **Gyere velem a Himalájára!**

„Ladakh – a „magas hágók országa”. Az elnevezés önmagáért beszél. A Himalája és a Karakorum hatalmas vonulatai között, a tibeti fennsík nyugati végén megbúvó terület India legészakibb tartománya, a tibeti buddhizmus máig élő hagyományainak utolsó menedéke. A zord, meredek, 5-7 ezer méter magas hegyláncok között zöldellő oázisként rejtőznek az apró falvak fehérre meszelt házaikkal, teraszos kertekkel, és gyönyörű, buddhista kolostorokkal. A vad, nyers szépségű táj és a rendkívüli gazdagságú kulturális, építészeti és vallási emlékek mellett azonban a helyi emberek kedvessége, és tiszta, őszinte életszeretete az, amely szinte minden ide vetődő nyugati utazót elvarázsol, és gyakran a korábban egyedül érvényesnek vélt értékek átértékelésére és alapos szemléletváltásra késztet... Ladakh közel magyarországnyi területén mindössze 150 ezer lakos él, elsődlegesen az Indus termékeny folyó völgyében. A 3505 méter magasan fekvő Leh városa a térség központja. Utazásunk első napjaiban mi is Leh óvárosával és a környékbeli varázslatos kolostorokkal és falvakkal ismerkedünk, amely egyben akklimatizációként is szolgál a rákövetkező napok gyalogtúrája előtt. A buddhista kolostorok színes világa, a szerzetesek mindennapi élete és szertartásai mind-mind egyedüli élményeket garantálnak. Az igazi kihívást és kalandot azonban 8 napos trekking túránk jelenti, amely a Leh-től délre húzódó Stok Kangri hegyvonulatát kerüli körbe, többször 5000 méteres hágókon át vezető gyalogösvényeken, a kopársága ellenére is lélegzetállítóan szép, vad hegyvidéki tájon.

Gyere el. Gyere el velem Tibetbe szeptember 15-én! Két napja forogtom a fejemben, nézem jobbról, balról. Nézd meg, tudom, hogy egy csoda. Pontosan tudom, hogy ide már nagyon régen készülök. Tudom, hogy jó nehéz, hála Istennek. Itt egy kisebb csoport megy, az jó, nagyon. Meg szervezetlen, csak kibírom. Csak kibírjuk.”

Ez a levél jött Kati barátnőmtől.

„Persze, hogy megyek, de meg kell kérdeznem Gyurit, most nincs itthon. De nem szokott visszautasítani!”

„Még nekem is meg kell kérdezni Gábort, ő sincs itthon, de ő sem szokott visszautasítani!”

A férjek megadják az engedélyt, mi pedig elkezdünk túrázni, hogy bírjuk a megpróbáltatásokat. A két hetes út része ugyanis egy nyolc napos nehéz trekking a hegyekben, amely egészen 5000 méterig felmegy. A hegyi betegség ellen nem tudunk tréningezni, de legalább legyünk fittek. A túra nehézsége fontos eleme az egész útnak, mindketten valahogy úgy képzeljük, ez valamiféle zarándokút is egyben, mint a Camino, vagy mint egy lemondásokkal teli remetei elvonulás. Ez nem egy egyszerű turistaút, hanem egy belső utazás is. Kemény, nehéz lecke, de hatásos. Vajon végig tudjuk csinálni? Nóra barátnőnk csoportjának a fele tavalý feladta.

Katitól jön egy sms: „Ne haragudj... napok óta latolgom... nem tudok most mégsem utazni.”

A szemem sem rebben a hírre. Ez még nem jelenti azt, hogy az én utam is meghiúsul. Még a csoport is összejöhet az utazási irodával, de ha nem, akár egyedül is elmehetek. Valamiféle nagy eltökéltség van bennem, magam sem értem. Ennyire fontos nekem ez az út?

A csoport valóban nem jön össze. Megkérdezem a túravezetőt, mit gondol, mehetek-e egyedül is? Nem javasolja, de arra az esetre, ha nagyon eltökélt lennék, megadja egy kontakt személy elérhetőségét Leh-ben, a tartomány fővárosában.

Napokig nem írok neki. Attól tartok ugyanis, hogy válaszol. Aztán rászánom magam: „Nő vagyok, egyedül mennék, szerinte ez lehetséges?” Megkönnyebbülésemre nem kapok választ. Közben elkezdem nézegetni az egyéb lehetőségeket. Találok egy indiai utazást, küldöm Katinak. Válasza: „Csodálatos! Menjünk el! Úgy tíz év múlva.” Puff neki! Gyuri is megütközik: de hát nem erről volt szó, nem egy turistaútról, hanem valamiféle zarándokútról, nagy kihívásról.

Igaz.

Nézelődök tovább. Ez a nyár nem a pihenésről szólt, ha már felmerült az ötlet, hogy elmenjek valahova, most már nem hagyom veszni. Rátalálok a magyar Camino-ra. Egy hónapot nem akarok távol lenni a családtól, de ha fele utat teszem meg, az csak két hét. És nem kell szerveznem, és vízumot intéznem, és repülőjegyek, jaj, de bonyolult, hú, de nem hiányzik! Csak kilépek a kapun a hátizsákkal, és elindulok. Ismerős hazai föld a talpam alatt, és szemet gyönyörködtető táj amerre csak nézek. Kiszakadni a hétköznapiakból, önmagammal lenni, békében, veszélyek és viszontagságok nélkül. Ez való nekem!

*„Életünk egyik alapvető tapasztalata, hogy szüntelenül úton vagyunk, hisz AZ ÉLET ZARÁNDOKÚT, a zarándoklat a megszokott mindennapi étellel való szakítás jelképe és valósága. A zarándok átmenetileg „meghal” a mellékes dolgoknak, és elindul a lényeg felé vezető úton.”*

*„Mint nyári báránýfelhő, mely – éggel és földdel összhangban – a légkör lélegzetének ritmusára szabadon úszik a horizont egyik pontjáról a másikra a kék égen, úgy a zarándok elhagyja önmagát, hogy átadódjon annak a nagyobb életnek, ami lényé mélyéből buzog föl és*

*elvezeti a legtávolabbi horizonton is túlra, ahhoz a célhoz, ami már jelen van benne, igaz még szemei elől rejtve van... ”*

*Lama Anagarika Govina. A Fehér felhő útja.*

Ha a pofa mégis írna, eltüntetem, kitörlöm, és még le is tagadom, hogy válaszolt.

A csudába! Válaszolt! „Ladakh biztonságos hely, nyugodtan jöhetsz!” Meglep a reakció: „Megyek!” – Egy pillanatig sem tétovázom.

Fura, mintha nem lenne választásom. Mintha nem lehetne nemet mondanom a kapcsolattartónak. Eldöntöttem. Valaki eldöntötte helyettem. Nem én voltam, az biztos. Furcsa érzés, megszállt valami erő, eltűnnek a kérdések, csakúgy, mint a félelem, menni kell, és kész.

### **Érzelmek hullámain**

Ez a lelki béke, félelemmentesség kissé változik, amint megrendelem a repülőjegyet az utazási irodától. Az ügyintéző hölgy kétszer is visszatelefonál, hogy pontosítsa, hogyan legyen a csatlakozás Delhiből Leh-be, és vissza, mennyi időt szeretnék eltölteni visszafelé Delhiben, és így tovább. Ettől olyan valóságossá válik az utazás.

Lefutom az előírt távot, majdnem az elvárt időben. Egy ilyen nehézségi fokú trekking feltétele, hogy 2,5 km-t lefussunk 15 perc alatt. Elsőre mindjárt 17 perc alatt megteszem, ez azért nem is rossz, és még van néhány hét.

Csak néhány hét, Jézus Mária! Egyre jobban aggódom. Mitől is? Hogy Delhiben megtaláljam a belföldi repülőteret még időben, odajussak, ne késsem le a lehi járatot. Hogy kiigazodjak mindenben, legyen segítség, taxi, meg tudjam magam értetni, ne vigyenek el ellenkező irányba, ami alatt éppen lekésem a gépet. Hogy ott találjak szállodát, meg tudjam szervezni a trekkinget, találjak egy vezetőt, egy *pony man*-t, és el tudjak indulni az útra, ettől már kevésbé aggódom, bízom abban, hogy a megérkezési nehézségek után majd magától alakul ott minden.

A túrától sem félek, noha tudom, hogy megtörténhet, hogy nem is bírom végigcsinálni. A hegyi betegségtől sem tartok, ugyanis biztos vagyok benne, hogy leteper, itthon is elég elmennem Pomázra, máris akklimatizálódnom kell.

De őszintén szólva, ezek az aggodalmak nem szomorítják az életemet, egyre nagyobb örömmel várom az indulás napját, ahogy közeledik a nagy nap.

Ötször körbefutom a focipályát. Van még három hét az utazásig, remélem, addigra a megfelelő fittségi állapotba kerülök. Mi a megfelelő egy Himalájához?

Olvasok az internetről cikkeket, és egy angol nyelvű trekking könyvből. Megbizonyosodom arról, hogy igen is lehetséges egy hátizsákkal és némi zsebpénzzel elindulni a távoli *Little-Tibet*-be, a fenséges Himalájára, nem lehetetlen vállalkozás. A tibeti „kontakttal” megszakadt a „kontakt”, nem válaszol a kérdéseimre. Nem erőltetem, sőt, már úgy gondolom, nem is akarom elkötelezni magam egyetlen utazási irodának sem. Felszabadult érzés olyan világotudónak lenni, aki csak a repülőjegyet veszi meg, dobant egyet és felszáll egy Indiába tartó járatra.

## Jóslat és készülődés

A vegetáriánus fesztiválon jóslatok magamnak, csak úgy mókából. Nem számítok semmi érdemlegesre. De mit mond a jósnő? Valami egetverően nagy vállalás előtt állok. Ez egy kutya nehéz dolog, de nagy változással is fog járni. El fog válni az ocsú a búzától. Ez után egy teljesen másik személy leszek. Valószínű, hogy valami egészen mást fogok csinálni, mint amit eddig. Mondom neki, hogy a Himalájára készülök, és telibe találtak a jóslatai. Még azt is mondta egy másik kártyáról, hogy ne csak szellemileg készüljek, hanem fizikailag is, ne hanyagoljam el a fizikai felkészülést.

Találkozom Nórával, aki tavaly a férjével volt ugyanott, ahova én készülök. Rengeteg fontos információt mond. A hegyi betegség igen komoly dolog, bele lehet halni. Ezért nagyon fontos az akklimatizációra időt hagyni. Igen nehéz a túra, a csoportból négyen fel is adták, és visszafordultak. Maga a terep sem könnyű, de a ritka levegő miatt a szervezetnek méginkább fárasztó. Az első napon még szóltak egymáshoz, a második napon már csak arra koncentráltak, hogy „lépés, levegővétel, lépés, levegővétel”. Közülük egy nő megbetegedett a hegyi betegségben, őt kórházba kellett vinni. Bár igen durva betegség, fejfájás, szédülés, hasmenés, hányás, jártányi erőnk sincs, de könnyű helyrehozni, ha időben orvoshoz jutunk. A csoporttárs kapott infúziót, és azonnal rendbejött. Elkezdett a város körül kirándulgatni az utazási irodák által szervezett autós utakra, meglátogatott csomó izgalmas helyet, kolostorokat, kis falvakat. Végső esetben tehát ez a lehetőségem marad, ha képtelen lennék akklimatizálódni.

Rebeka barátnőmnek meghatározó élménye volt egy gyönyörű szikh férfivel, ő azzal incselkedik, hogy nem eggyel, de akárhánnyal találkozhatom Indiában, más barátnőm azt reméli, egy jóképű serpa fog kísérni a nyolc napos trekkingen. Angol tanárnőm pedig azt szeretné, ha összegyűlve egy kocsmában, fantasztikus világutazókkal gyakorolhatnám a nyelvet, például egy amerikai milliommossal. Gyurinak nincsenek ilyen ötletei.

Bevásároltam egy jó túraboltban. Sátrat, nagy és kis hátizsákot, teleszkópos túrabotot, esőkabátot, túrabakancsot, elemlámpákat, gleccser napszemüveget, és főleg mínusz 15 fokig komfortos csuda jó hálózsákot. Imádom ránézni a felszerelésre, szinte már a Himaláján érzem magam.

Nagyszerű, végre sikerült a fantáziámnak belopni egy olyan képet is, ami miatt már a trekkingtől is lehet félni. Eddig csak az oda-úttól tartottam, attól sem túlságosan. Az rendben, hogy eső és szélvihar álló sátor vásárlására vettem rá a Tengersizem ifjú eladói, rendben, hogy Grizly hálózsák a létező legmelegebb, így a sátorban át lehet vészelné kemény viharokat is, és az éjszaka várható mínusz 10-15 fokot. Eddig beleképzeltem magam a sátorba vihar esetén, tépi a szél a sátrat, veri a szakadó eső, én meg bent kuporgok, próbálok mindennek ellenére aludni. Ott bent. A vihar azonban nem álldogál ott mellettünk türelmetlenül toporogva, hogy állítsuk már fel a sátrat, hogy kitörhessen végre. Kitör, amikor csak ő akar. Hogyan tudjuk felállítani a sátrat viharban? Filmszerűen látom, ahogyan kísérő serpámmal erőnk megfeszítve küzdünk, a szél újra és újra kitepi a kezünkéből a sátrat, ketten sem bírunk vele. Nem látunk a zuhogó esőtől, és esélyt sem látunk arra, hogy egy ilyen helyzetben felállítsuk a sátrat. Azt sem látjuk azonban, hogyan lehet egy ilyen éjszakát átvészelné farkasordító hidegben, viharban, sátor nélkül.

Kati azt mondja, ne vicceljek, ezeknek a hegyi embereknek ez nem gond, ezek mindent meg tudnak oldani. Ja! Akkor meg minek izgatom itt magam.

„Úgy félek, Soma, jövő pénteken Indulok Tibetbe, teljesen egyedül. Mindenki azt mondja, életükben nem találkoztak olyannal, aki egyedül megy, mindenki lebeszél róla, a túrabolt dolgozói – kőkemény alpinisták – földig hajoltak előttem, és azt mondták, nem mindennap találkoznak ilyen emberrel. No ez szép, én is odavagyok magamtól, hogy milyen fáintos csaj vagyok, de be vagyok azért tojva. Másfelől viszont hajt valami, ellenállhatatlanul, és tudom, hogy a változás, átváltozás éppen ilyen nagy félelmek legyőzésével jön létre. Jósoltak a vege találkozón, és azt mondták, valami gigantikus vállalkozásra készülök, kutya nehéz lesz, de egy teljesen más ember leszek, és egészen mást fogok csinálni utána, mint eddig. Érdekes, nem? Jaj, úgy várom már!”

## Megerősítések

Egyik nap kicsit több volt bennem a félelem. De nem sokáig, mert megerősítéseket kaptam, hármat is.

„Kedves Kati!

*Ma érdekes dolog történt. Három forrásból kaptam megerősítést, mindegyiket fentről küldhették.*

*Olvasgattam ez-azt. Egyik könyv Baktay Ervin A világ tetején című könyve. Beírtam azt a részt, amit nekem szántak, ha elolvasod, meg fogod érteni.*

*A másik, egy kiadás előtt álló csodálatos könyv a női életciklusokról, életkőről. Ebből az Átváltozás című fejezetet olvastam el. Arról ír, hogy miért szükséges az átváltozás, ha életünkben od érünk, ahol már csak veszteglünk, és szükség lenne egy nagy lépésre, egy váltásra. Ez azonban néha hősies elhatározással kell, hogy járjon, és félünk ettől. Ezután ír a félelmekről, hogyan segítenek bennünket. Mellékelem ezt a részt is.*

*Végül egy barátnőmnek írtam este, hogy félek, egyedül megyek. Ő ezt válaszolta: Nem leszel egyedül.*

*Ez utóbbi akkor válik majd igazán érdekessé számodra, ha elolvastad a Baktay részletet. Jaj, annyira szép!”*

Baktay Ervin  
A világ tetején

(Hosszasan írja, hogy milyen képtelen vállalkozás Leh-ből elindulnia tovább a Himaláján Zanszkár felé. Komoly beteg volt, elfogyott a pénze, a lovak gyengék voltak, élelmiszere fogytán stb. stb.)

„Összegezve mindent, tisztára örültségnek látszott az adott körülmények közt erre az útra vállalkozni. Az ám – de éppen ezért nem mondhattam le róla. Mert céloom, amelyet lelkes szándék fűtött, minden értékét és jelentőségét elvesztette volna, ha a józan, köznapi kalkulációk minden szépet és nagyot megsemmisítő ítéletét szóhoz engedtem volna jutni ellenében. Ezen a világon semmi szép és jeles dolog nem jött létre filiszteri számíttatással és elkedvetlenítő körülmények olcsó latolgatásával. Ellenkezőleg: ami érdemeset valaha véghez vittek, mind olyan nekilendülésből, akarásból született, amely méltán kiérdemelhetette a pápaszemes józanok elítélő véleményét. Anélkül, hogy a teljesítményemet a tántoríthatatlanul céljuk felé törő hősökéivel próbálnám összemérni, világosan átérzem, hogy az adott helyzetben a körülményeket figyelembe véve, legalább maga az elhatározás, s az akaraterő, amelyre szükségem volt, épp oly erkölcsi diadalt jelentett, mintha valami világraszóló nagy

tett első lépése lett volna. Mert a dolgok eredménye és jelentősége nem tőlünk függ: a mi dolgunk nem lehet más, mint a döntés pillanatában elhatározni, hogy a nehéz, és talán kockázattal járó utat, vagy a visszavonulás biztonságosabb alternatíváját választjuk-e.

...

Arra kértem a Mindenhatót, hogy elhatározásom ne tekintessék fennhézásnak, egyéni hiúság kielégítésének, amikor ha török, ha szakad, nekivágok a magam elé tűzött feladat keresztülvitelének, de adassék meg nekem a lelkielő fenntartó segítsége, ha célom becsületes és önzetlen. Mikor az ember érzi, hogy a maga ereje elapadt, s nem elegendő többé a tovább törekvésre, leírhatatlanul hatalmas támaszt nyerhet, ha a végtelen erőforráshoz, az Egyetemességnek a mi kicsiny mivoltunkon is átáramló határtalan energiatengeréhez folyamodik. Akinek számára az egyént a Mindenségbe kapcsolódó hit csak ostoba képzelgés, naiv babonát jelent, az sohasem értheti meg, minő mérhetetlen erőről mondott le, s mily nyomorúságos elszigeteltség szűk korlátai közé zárta egyéniségét.

Tökéletes nyugalom és biztonság érzése töltött el, mikor a végleges elhatározást egy nálam nagyobb Erő kezébe ajánlottam. Tudtam, hogy láztól, betegségtől fonnyadt testem képtelen lenne végrehajtani a feladatot, de tudtam, hogyha a Végtelen Erőre bízom magam, mint valami feltartóztathatatlan áramlatra, ez igenis fenntart és elvisz oda, ahová vágytam, hitem és akarásom parancsol.” (

Részlet Elisabeth Davis *Életkör* című könyvéből, erősen kivonatolva:

„Az Átváltoztató szerepe

Az Átváltoztató mindennek a forrása, az élet kerete. Ő jelképezi a létezésünk legalapvetőbb és leglényegesebb alapját, a fejlődésre és átalakulásra irányuló képességünket. Az átalakulás kulcsa bennünk lakozik. Kitérhetjük elménket az életben bekövetkező sarkalatos változások lehetőségének, de a szívünk mondja meg, mikor van itt az ideje. Talán nem értjük az átalakulás misztériumát, de megtanulhatjuk felismerni a jeleit – az unalom érzete, a kreativitás vagy az irányérzék elvesztése, a zsákutca-betegség, amely valósággal ordít a változásért. Amikor a változás ajtaja kinyílik, úgy érezzük, mintha valóban a szív nyílna meg, és mindehhez gyors felismerés és cselekvésre ösztönző belső parancs társul.

Az átalakulás szívében az önfeladás és irányítás ellentmondása áll. Irányítani annyit tesz, hogy rendezni, felépíteni, kikényszeríteni vagy egyes elvárásokhoz alkalmazkodni. A változást meg lehet szabni, az átalakulást nem. Az átalakulás irányíthatatlan, és a legjobb, ha megadással viszonyulunk hozzá. Az irányított változás elszigetelődést és széttöredezést eredményez, de az átalakulás integrál és a tudatosság olyan állapotához segít bennünket, amely egyetemes, időtlen és lehetőség szerint eksztatikus.

A legmélyebbre ható átalakulás kezdetben mindig nagy nehézséggel jár. Ez azért van így, mert ha darabjainkra esünk, és új formában újra összerakjuk magunkat, az élmény sohasem lehet olyan, amilyenre számítottunk. A jól ismert dolgok szétesésének azért kell megtörténnie, hogy az ismeretlen alakot ölthessen. Amint azt Demetra George mondja „Semmi új nem születhet újjá, amíg előtte valami régi meg nem halt.” Néha egy szerettünk halála, egy természeti katasztrófa vagy egyéb jelentős veszteség lök minket az Átváltoztató karjába; máskor visszatáncolunk a szakadék széléről, küzdünk az elkerülhetetlen ugrás ellen. De ha ellenállunk az ismeretlen szavának, nem részesülünk a létezésünk mágiájában és csodájában: az életünk irány és szenvedély nélküli, unalmas lesz. Senki sem írta le szebben a tétovázás tünetrendszerét, mint Clarissa Pinkola Estés *A farkasokkal futó asszonyokban*.

A félelem valójában lényeges szerepet játszik az átalakulásban, hiszen katalizátorként szolgál. A jaki sámán, Don Juan azt tanítja, hogy a félelem az egyik természetes ellenségünk, mert ha nem nézünk vele szembe nyíltan, akkor nem tudunk fejlődni. A félelem beveszi magát a testünkbe, kiforgat magunkból, szórakozottakká válunk.

Ugyanakkor a félelem a szövetségünk, ha azzá tesszük. A félelem folyamata azzal veszi kezdetét, hogy felfedezzük, tapasztalatunk és meggyőződéseink nem tudnak dekódolni egy új helyzetet – a valóságunk elmozdul a helyéről, és elvesztjük az irányítást felette. A félelem a fejlődés szálláscsinálója, annak a szükségét hirdeti, hogy ki kell lépünk annak kötöttségeiből, amit eddig igaznak hittünk. Amikor egy olyan kapcsolat ér véget, amelyről azt hittük, örökké tart majd, minden más kapcsolatunk kontextusa is megváltozik. Amikor egy olyan foglalkozás veszi el a jelentőségét, amelyről azt hittük, élethivatásunk lesz, és valami többre vágyunk, társadalmi identitásunk drasztikusan változik meg.

A félelem a szövetségünk, mivel figyelmeztet minket, energizál minket, éberen tart minket.

A félelem ellentettje a bátorság, amely a szívünkben tör fel. Ha félünk, eufórikus és felszabadító élmény lehet a szívünket kitárni. Még azok a naponta átélte apróbb félelmek is lehetőséget adnak bátorságunk gyakorlására, amelyek alig észrevehető változásokat idéznek elő a testünkben. Luisah Teish megfigyelése szerint a félelmek rendszerint hullámokban vagy halmazokban érkeznek, és mélyen rögzült viselkedés mintákat fejeznek ki. Például amikor egyes kapcsolatunkat blokkoló tényezőket felismerünk és kinyomozzuk azok gyökereit, még több félelmet tapasztalunk, még több visszatartást, míg a helyzet mélyebb megértése bátorságot ad ahhoz, hogy továbblépünk.

Ha ismételten szembenézünk félelmeinkkel, rugalmasabbak leszünk és fesztelenebbül viselkedünk az Átváltoztatóval.

A félelemmel folytatott napi küzdelmeken túl az élet súlyos válságai, mint egy szerettünk halála, egy alapvető kapcsolat hirtelen felbomlása vagy egy végzetes baleset vagy betegség úgy kizökkenhetnek minket, hogy határainkat túlfeszítve kényszerülünk „dupla vagy semmi” helyzetbe. Ezekben az időszakokban az adrenalinnak döntő (noha általánosan el nem ismert) szerepe van. Helen Palmer, az intuíció szakértője az út közepén álló orosz lán szimbólumát használja annak illusztrálására, hogyan segít a sokk és a rettegés abban, hogy a kognitív reakción átvágva a belső erőhöz és világosságához jussunk. Amikor halálos félelmet érzünk, túlélésünk érdekében ezekhez az alapvető erőforrásokhoz folyamodunk.

A félelem megnyitja az utat a világok között, fellebbenti a fátylat egy pillanatra vagy olykor hosszabb időre is a mi dimenziók és más síkok között. Felfedezésük után újra és újra át kell lépünk ezeket a küszöböt, hogy belehaljunk abba, amit már megismertünk, és teljessé tegyük átváltozásunkat.”

## A terv

Egy kora reggel induló géppel Bécsbe repülök, ahol négy óra várakozás után átszállok a Delhibe induló gépre. Nyolc óra repülés után (+3 óra időeltolódás) éjfél után megérkezem Delhi nemzetközi repülőterére. Itt pénzt kell váltanom, mert Leh-ben nem lehetséges. Mivel csak hajnalban indul Leh-be a repülöm, bőven lesz időm megtalálni a belföldi repülőteret. Sajnos ez a repülő bizonytalan, megesik, hogy órákig hitegetnek, hogy később indul, majd megtudjuk, hogy csak a következő napon. Ekkor be kell utaznom nyüzsgő és kaotikus Delhibe, és szállást keresnem. Delhiről pedig minden ismerősöm egyenesen lebeszél. Nem



könnyű az erőszakos koldusoktól, kereskedőktől szabadulni, és mindenféle trükkal igyekeznek majd megszabadítani a pénzemtől, beleértve a taxist és a szállodásokat is. Akárhogy is, egyszer csak megérkezem a céloimhoz: Leh-be, Ladakh tartomány fővárosába, ami India legészakibb csücske, Jammu Kashmir tartomány része. LADAKH (tibetiül *La-dvagsz*) annyit jelent: a „magas hágók földje”. Az Indiai Himalája egyik eldugott területe ez, amely hosszú évszázadokig önálló királyságként létezett. Valójában nem Tibet, noha főként tibetiek lakják, és nevezik *Little Tibet*-nek is. Itt mindenekelőtt keresek egy szállodát. Két-három napot akklimatizálódással töltök, ezalatt ismerkedem a várossal, dzsippel ellátogatok a környező kolostorokba, valamint megszervezem a nyolc napos trekkinget a számtalan kis utazási irodák egyikében. Bérelek magamnak egy vagy két kísérőt, *pony man*-t, ahogy a könyv nevezi, hiszen póni fogja cipelni a felszerelést, én magam csak egy kis hátizsákot viszek, benne egy esőkabát, víz, és meleg ruha. Hazafelé másfél napot Delhiben töltök, hogy némi ízelítőt kapjak India fővárosáról is. Éjjel két órakor indul haza a gépem, ismét Bécsen keresztül.

Ha az akklimatizálódás elhúzódna, akkor még mindig választhatok egy rövidebb, öt napos túrát. Szélsőséges esetben, ha képtelen lennék nagyobb magasságba menni, akkor maradnék a 3500 méteres magasságban fekvő Leh-ben, és kolostortúrákat tennék. Andrea barátnőm szerint, aki két évet töltött ebben a tartományban, úgysem tudok úgy hazajönni, hogy hatástalan maradjon rám az ottani atmoszféra, az ott élő tibeti nép kultúrája. Szerinte, ha csak egy kövön üldögélek két hétig, az is megteszi a magáét.

## A NAGY UTAZÁS

Végre!

2006. szeptember 15. Péntek. Meglepem magam azzal, hogy mennyire nem félek. A hajnali négy óra sötétsége sem riaszt, örömmel készülődöm. A repülőtéren buszjáraton, az éjszakai sötétségű városban áthaladva elhatározom, hogy máris átadom magam az utazás örömeinek és nem azon elmélkedem, hogy mikor érek oda, mennyit kell várakoznom, és hányszor fogok – és főleg, hogyan – átszállni. Ez már maga az út, az utazás, attól a pillanattól kezdve, hogy kilépek házunk kapuján. Felszabadító érzés letenni a felelősséget, a gyerekek, a család felelősségét – lesz, ami lesz, ez már nem rajtam múlik –, és magam mögött hagyni az ágyazással, macskaetetéssel, uzsonnakészítéssel induló mindennapi rutint, és ellazultan hagyni, hogy hatalmába kerítsen a kalandvárási öröme.

Megfigyeltem, hogy jóllétünk sokszor csak döntés kérdése. Eldönthetjük, hogy aggódunk, idegeskedünk, bosszankodunk, mérgekedünk, vagy sem. Sokszor úgy érezzük, ki vagyunk szolgáltatva érzelmeinknek, holott csak egy döntést kellene hoznunk.

A Ferihegy 2B olyan, mintha menekülne az ország népe, ki merre lát. A személyi ellenőrzés folyosói csak korlátozottan működnek, mint megtudom, emberhiány miatt. Egy órába telik, míg átjutok ezen a szakaszon. Én magam türelmesen állok a szoros és egyre szorosabb tömegben, mások azonban szinte bepánikolnak. Egyeseknek van is okuk, mert már az a veszély fenyegeti őket, hogy lekésik a gépüket. És valóban, a gépek nem tudnak felszállni, a későket várják. Én időben átérek, és még így is kerek egy óráig van az indulásig. Ujjongok: „El sem hiszem! Hihetetlen, hogy Tibetbe utazom, hogy itt állok indulásra készen! Ez egészen hihetetlen!”

Bécsig bámulom az alattunk fekvő tájat – olyan tiszta idő van, vagy alacsonyan repülünk –, az ültetvények geometriai mintáit. Bécsben hosszas várakozás, négy és fél óra, de aztán végre ismét repülön, irány India! Véget nem érő az út, nem tudok aludni. Mellettem nem ül senki, talán csak én vagyok így az egy egész várost befogadni képes repülön. Hangsúlyozottan érzem a „szingliségem”, de nem zavar. Jobban tudok így terpeszkedni és még így is elgyötörtnek érzem magam a nyolc órás úton. Eszembe jutnak a marhavagonba zsúfolt deportáltak. Különös, hogy családunk nem zsidó származású, nem vagyunk személyesen érintettek, a Holocaust mégis beleégett a lelkembe, és nehéz helyzetekben eszembe jutnak szenvedéseik. Most is. Próbálom átélni a helyzetüket. Nem férnek el, szinte leülni sem tudnak, nincs WC, egymás előtt kell végezni a dolgukat, majd viselve annak következményeit. Nem nyolc óra az utazás, hanem két nap. Mi kapunk kispárnát, takarót, és folyamatosan ellátnak bennünket. Finom, meleg, indiai ételt szolgálnak fel – nagyon jól esik a hajnal óta úton-levés után, késő délután – kis császárszemléket, forrón. Folyamatosan hoznak valamit, teát, üdítőt, majd vacsorát, és még így is nehéz. Kint korom sötét van. Viharba kerülünk, dobálja a szél a gépet, rázkódunk ide-oda. Nézek körül, nem látom az arcokon a pánikot. Rendben, akkor én sem kezdek sikoltozni.

Megcsap a hőség és a pára, amikor végre kiszállunk, utána viszont folyamatosan fázom a légkondicionáló miatt. Kérdezősködéseim nyomán elkísérnek a *coach*-buszhoz. Éjfél körül van. Várok vagy két órát, egyre többen vagyunk. Egy turista fiú megerősít, hogy jó helyen várok, de azért nem vagyok nyugodt. Jön a busz, bepakolunk, beülünk. Több terminál van, azt képzelem, a sofőr majd megkérdezi, ki, hova utazik. Nem kérdez semmit, a csomagokat csak bedönti a busz gyomrába. Végig aggódok, hogy jó helyre visznek-e? Ez az aggodalom még órák múlva is tart. A terminálon ugyanis – bár azt mondják, jó helyen vagyok –, sehol nincs kiírva Leh. A monitoron sorra jelennek meg a belföldi városok, de Leh nem. Lefekszem egy széksorra, magam alá gyűröm a kishátizsákot és elalszom. Arra ébredem, hogy vagy ötven, terepszínű ruhába csomagolt katona vesz körül. Körém telepedtek sűrűn, éppen csak, hogy rám nem ültek, netán feküdtek. Megyek a monitorhoz, semmi. Ennek fele sem tréfa! Beállok egy jó hosszú sorba. Amikor sorra kerülök, elküldenek a harmincötös ablakhoz, de huszonhétnél vége szakad. Komolyan kezdek attól tartani, nem is jó terminálon vagyok. Valaki megnyugtat, és elküld egészen más irányba. Riasztó elképzelnem, hogy nem indul ma a gépem, és be kell mennem Delhibe, ebbe a tizenötmillió lélekszámú, riasztó fővárosba, és éjszaka szállodát kell keresnem. A repülőtéri épületen kívül rengeteg rossz külsejű csavargó hever fürtökben a földön. Fáradt és megviselt vagyok. Ezúttal bezzeg hiába is próbálok úgy dönteni, hogy az úton levés kalandja is töltsön el örömmel: nyugtalan vagyok.

Most egy olyan sort választok, ahol két-hárman állnak, hogy előbb tudjam meg a nem-et. A férfi vacakol, egyéb papírjaival húzza az időt, és az idegeimet. Ránéz a jegyemre, tanácstalanul nézegeti, odébb tolja. Végül kéri a csomagomat. Nem hiszek neki, mondom: „Sehol nincs kiírva, hogy Leh, ez nem probléma?” „No problem.” – mondja, és ad egy beszállókártyát, majd mutogat egy *executive* helyiségbe vivő ajtóra. Egy VIP helyiségbe érek, kényelmes fotelok, kávé, reggeli, sütemény. Leültetnek, kéri az „*Executive* kártyámat”. Na, most lebukom, félreértés ez az egész! Nem, nem félreértés, van kártyám, máris hozzák a forró kávé. Jó kedvem lesz, bízni kezdek, meg aztán a kávé is finom. Folyton felugrálok, hogy le ne késsem a gépet, de egy *boarding master* – száris, szép indiai hölgy – visszaparancsol, majd ő szólít, ha szükséges. Időről időre szólítja is a megfelelő gép utasait, azonban nem értem és mindig odatülekszem én is, de ő visszaküld. Végül odajön hozzám. Felpattanok, mint egy rugó, majd ugyanolyan gyorsan visszaülök. Leh-t *late*-nek értem – azaz, hogy késik a gépem – de a hölgy nem tágit, unszol, hogy menjek. Igyekszem megtalálni a megfelelő irányt, de itt semmi nem terel úgy, mint más repülőtereken. Egy kis csoporthoz csatlakozom, kérdezem

őket, Leh-be mennek-e, igen, válaszolják, úgyhogy a továbbiakban rájuk tapadok. Ők is tétováznak, végül megállapodnak az egyik busznál. Még akkor is bizalmatlan vagyok, amikor a jegyemet nézik, sőt, még a buszon is. A repülőn továbbra is VIP személy vagyok, az első szék az enyém – és csak az enyém, mellettem senki –, ahol a lábamat a végtelenségig nyújtóztathatom. Végre megnyugszom és ujjongok, hogy már a célegyenesben vagyok. Finom ételt kapunk, csípős indiait persze, azután forró kendőt, amellyel megmosom az arcomat, nyakamat.

Vagy egy óra múlva megérkezünk a Himalája hegyvonulatai fölé. Már ez is megérte, gondolom, mert a látvány minden megpróbáltatásomat feledtetni. Hogy mit idegyűrt-gyömöszölt a tomboló természet! Elképzelem, ahogyan puhán fortyogva valamiféle lávaszerű massa – irdatlan mennyiség – feltüremkedik iszonyatos gigászi erőből hajtva, égig érő magasságokig. Átélem a természet legádázabb erőit, azt, amit csak a földrengés, vagy hurrikán átélője élhet át, ám én félelem nélkül, hiszen nem vagyok fenyegetve, így a túlélés ösztöne nem köt gúzsba. A véget nem érő kopár sziklavonulatokat nézve egyetlen lehetőséget látok a tibeti civilizáció születésének: egy-két embermagocskát odafújta a szél, és mit volt mit tenni az odaszületőknek, hát éltek hazájukban, mit sem sejtve más világokról, mert amúgy, még a repülőgép előtti időkben, képtelenség lehetett ide eljutni – gondolom. Nagy, lapos rétek következnek, zöldellő táj váltja fel a kopár sziklaóriásokat, majd feltűnik egy város, bizonyára Leh. Nicsak, hiszen ez egészen nagy város! A stewardess azonban engem nem enged leszállni a gépről, azt állítja, ez nem Leh, majd a következő „megálló” lesz az. Mintha buszon, vagy vonaton ülnék. Felszállás után ismét csak az óriás sziklák következnek, sokezer, sokszor átszűrva a felhőket csúcsaikkal. A felhőréteg nem összefüggő, ezért látni a fenséges csúcsokat ott is, ahol nem dőfi át. Káprázatos!

Megérkezünk Leh-be. A csomagom is. Konstatálom, hogy sikeresnek tekinthető az ideérkezésem. Óriási tábla fogad a repülőtéren, tele hasznos információkkal. A hegyibetegségekről, a fertőzésveszélyről, a helyi szokásokról, az illemszabályokról már itt mindent megtudhatok. Ballagok kifelé, hogy keressek egy taxit. Egy srác lép hozzám, ajánl taxit és szállodát is egyben, amely tiszta, rendes, és a központban található. Beleegyezem. Odahozza a taxit, ő maga motorral követ, mígnem kifogy a benzinje és leáll a motorja. Beül mellém. A szálloda – a mi fogalmaink szerint inkább motel – egyszerű, puritán, és tiszta valóban. Kis adminisztráció után elfoglalom a szobám, majd máris megyek várost nézni. Pedig vagy 32 órája annak, hogy elindultam otthonról, és aludni nemigen tudtam. De eltűnt a fáradtság, és mit nekem hegyibetegség!

## **Első napok Leh-ben**

Szombat, vasárnap.

Rácsodálkozom erre a tőlem idegen, szokatlan városkára, amely valójában inkább egy nagy és mozgalmas falura emlékeztet, ahol éppen vásár van. Főleg a nagy por és kevés járda okozza a falusiasságot, a keskeny utcák, gyors folyású patakok, kutyák, tehenek, és az autók, amelyek dudálva jelzik jöttüket. Először csak egy sikátor-szerű folyosón haladok, szürke, poros kőből rakott emelvény között. Vajon mi célt szolgál? Majd forgalmas utcára érkezem. Jobbról-balról üzletek sora, apró kis boltok az utcára és az épület falára kiömlő színes áruikkal; kendőkkel, szőnyegekkel, szobrokkal, ékszerekkel. Éttermek és *track*-felszerelések gazdag választéka, turistákra várva. Az utcán a legkülönbözőbb népcsoportok képviseltetik magukat, nem is igazodom ki rajtuk. Csak olvasmányaimból tudom, hogy a többséget a buddhista hitű tibetiek

adják, de élnek itt szép számmal hinduk, sííta muszlimok, szikhek, és gondolom talán a felsoroltak keveredéséből születettek is.

Betérek egy étterembe, ami inkább egy kifőzdére emlékeztet. Sült zöldségeket eszem – csípős fűszeres szaftban – és rizst. A könnyem hullik az ételbe, mert, bár finom, iszonyú erős. Az ablakból nézek le az utcára, és hirtelen mámorítóan eláraszt a szabadság vad kakukkfűszaga, amiről Faludy írt, és amit most felismerem: erről beszélt!

*„mint utas idegen városokban,  
ki első este sétaútra megy,  
ide-oda fut, néz, nem tud betelni,  
megizzad és boldog révületben érzi,  
hogy álmainak városába ért,  
hol minden új: a kirakatok fénye,  
a kávéházi italok színe,  
a sok sétáló - mintha ünnep volna -  
s a szabadság vad kakukkfűszaga  
s vágyik maradni már mindörökké”*

Felfedezem a túloldalon a feliratot: „telefon, internet”. Nosza! Megyek telefonálni Gyurinak gyorsan, de csak az üzenetrögzítőjének tudom ellelkendezni, hogy itt vagyok, és jól vagyok. Ezután Orsikát lepem meg a telefonommal, majd fizetés után az ajtóból visszafordulva az angol tanárnőmet is felhívom, aki ugrándozik a vonal végén. Ő az, akivel nyelvgyakorlás ürügyén a legtöbbet beszélgettünk az utazásról, így ő az, aki talán a legjobban izgul értem. Ezután sokáig lődörgök a városban, báméskodok, vásárolok a tibeti kézműves piacon, majd haza akarok menni, de nem találok a szállodát, így aztán sokkal tovább tart a városnézés, mint amennyi jól esne. Mire visszavánszorgok a szobámba, azonnal leteper a hegyibetegség, és én vacogva megadom magam neki, nem sejtve még, hogy egy másik támadó is lesben áll már, amely a gyomromat célozta meg. Szegény szervezetem így kettős ostrom alatt küzd vitézül, egy kiadós gyomorrontással, és a hegyibetegséggel. Rövidesen hatalmas hányással sikerül az egyik támadótól megszabadulnom, még hányás közben is csípi a számat az erős fűszer. Persze lehet, hogy semmi köze a hányásnak a fűszerhez, lehet, hogy a hegyibetegség része ez is. Innentől alvások és keserves ébredések váltogatják egymást reggelig, majd az azt követő nappalt, és a második éjszakát is. Éjjel egyik percben fázom a mínuszoknak is ellenálló hálósákomban, következő percben megsülök. Nem tudok választani, ezért e kettő váltakozik szakadatlan. Napközben lemegyek ásványvízért, alig tudok visszatámolyogni. A hegyibetegség legjobb gyógyszere a folyadékfogyasztás, igyekszem tehát sokat inni. Amikor ébren vagyok, iszom, és nyüglődöm, majd alvás, újra ivás, szenvedés. A szálloda menedzsere, egy jóképű szikh férfi, kopog az ajtón. Vele akkor találkoztam, amikor megérkeztem. Banánt és almát hoz nekem, tudja, hogy beteg vagyok. Biztosít róla, hogy nyugodtan ehetem, ez nem okoz gondot. A mosolyára és Rebekára való tekintettel elfogadom, de nem merek hozzányúlani. Az útikönyv szerint ugyanis tilos nyers gyümölcsöt és zöldséget enni.

Hétfő.

Következő napon végre kezdek jobban lenni. Amikor lemegyek ásványvízért, beszélgetek a szikh férfival. Határozottan nem ajánlja nekem a nyolc napos trekkinget, azt mondja, túl nehéz egyedül, csoportban más, nagyon hideg is van éjjel, és nagyon meredek a hegyek. Megyek telefonálni, Gyurival is meghányjuk-vetjük a dolgot, vajon melyik túra lenne jó nekem. Hazajövök, ismét egy hatalmasat alszom, aztán lekóválygok és újabb két órát beszélgetek a szikh férfival, aki ezúttal sokkal meggyőzőbben kifejti, miért jó nekem a másik

út. Azt mondja, a testnek, a léleknek, és a szellemnek összhangban kell lenni, és ha a testnek túl nehéz, képtelen vagyok a természetre, magamra, az Istenre figyelni, mert leköt a test. Nem az a jó, ha erőmön felül teljesítek, hiszen a javasolt út is éppen elég nehéz, büszke lehetek, ha megteszem, de, ha beteg lennék, a kis falvakban tudok pihenni. Amiért eljöttem a nyugati kultúrából, azt megkapom itt így is, ne higgyem, hogy csak akkor, ha hatalmas súlyt emelek, sőt, akkor nem marad erőm figyelni másra. Beszélgetünk a nyugati s az itteni kultúra különbségéről sokat. Szerinte túl stresszesen élünk, sokat dolgozunk, és nem adunk meg magunknak mást, amire szükség van. Ő a szezonban sokat dolgozik, de van több hónap, amikor sportol, gyalogol, olvas sokat, medítál. Ezek éppúgy fontosak a fejlődésünkhöz. Elmondja, milyen lehetőségeket kínál nekem az ittlétem során: négy-öt napos trekking, plusz csillagtúrák kolostorokba és tradicionális falvakba.

Meggyőzőek az érvei, de nehezen engedem el a tervbe vett utat. Letesztelem a turbánost, megeszek egy banánt. Ha valóban nem lesz semmi bajom tőle, akkor más téren is hihetek neki.

Este feljön hozzám a másnapi programot megbeszélni. Ismét órákig beszélgetünk nagyon érdekes dolgokról. Amikor a meditációról és a relaxációról beszélgetünk, akkor azt mondja, ad egy jó kis relaxációt. Megmasszírozta a fejem, tarkóm, homlokom, és a vállam. Végre felismerem, hogy ő nem pusztán a társalgás kedvéért van itt. Mivel én a legkisebb jelét sem adtam a közeledésnek, maradt a vég nélküli társalgás, ami nyelvleckének igen jó, de kezdtem unni. A masszírozásnál esik le a tantusz, hirtelen megköszönöm, és alaposan zavarban vagyok. Itt van ez a jóképű, fiatal férfi, és vonzónak talál, bár az anyja lehetnék, és ha ez nem elég, a gyomorrontástól ráadásul olyan foltos az arcom, mint az utcán a szent tehenek háta, ezzel szemben a szemem pont nem olyan szép, mint az övéké, hanem picire szűkült és dagadt, és ha mindez még mindig kevés, akkor érdemes a frizurámra is pillantást vetni, amely a kétnapi fekvés után, hát... Beszélgetünk még pár percet, majd én azt mondom váratlanul: „Oké!” – frappáns elbocsátó üzenetként. Veszi a lapot, végre elmegy, én meg itt maradok töprengve. Kicsit zavar, hogy az elkövetkezendő napokban a hárítás nehéz munkájával kell foglalatostkodnom, míg ő meg, szegény, a nyomulás fáradtságos munkájával lesz elfoglalva. Mit kezdjek ezzel a helyzettel? Legjobb ötletem, hogy becsomagolom a turbánost, és hazaviszem Rebekának. Lefekszem. Kialszik a villany, koromsötét van. Ilyenkor néha félni szoktam, most nem. Zörgetnek az ajtón, egy fiú gyertyát hoz. Kis idő múlva ismét dörömbölnek, a jóképű szikh jön vissza, figyelmeztet, csukjam be éjszakára az ablakot, mert ott be tudnak mászni, és igaz, hogy ez egy biztonságos hely, de azért vannak, akik isznak, és soha nem lehet tudni.

Egy pályaudvar a szobámhoz képest remetelak, akkora itt a forgalom.

Sokáig nem tudok elaludni. Figyelem a zajokat jobbról-balról. Az ajtón a gyenge zárat egy óvodás gyerek is könnyedén benyomhatná, nyomógombos, de nagyon ócska. Az ablakon meg egyenesen létrán lehet feljönni hozzám, a létra készségesen oda van már támasztva. Fúj a szél, zörög az ablak, az ajtó rázkódik, én meg aggodalmaskodom. Szerencse, vagy Isteni gondviselés kell ahhoz, hogy az ember megússza a dolgokat. Ugyan meddig tartana engem itt kirabolni?! Fél Leh tudja, hogy egyedül vagyok ebben a szobában, összebeszélhetnének a férfiak, és hangtalanul elvihetnék mindenemet. Esetleg meg is ölhetnének. „Már két napja halott volt, mikor rátaláltak a holttestére”, mondanák Gyurinak, aki a Vörös keresztrel kerestetne. Megtetszik, úgy látszik, ez a mondat, mert újra és újra visszatér hozzám: „Már két napja halott volt...” Igazán nem félek, inkább egyfajta készültségnek nevezném azt figyelmet, ahogyan a neszeket hallgatom. Végül elalszom. Hasogató nyak, tarkó és fejfájásra ébredek.

Meg vagyok ütközve, hogyhogy, nem vagyok még túl rajta?! Abbahagytam a vízvedelést és máris bűnhődöm? Vagy a sok fekvéstől fáj csak a nyakcsigolyám, attól meg a fejem? Felülök, nekitámasztom a hátam a falnak. Így sem enyhül a fájdalom. Legszívesebben leemelném a fejem, mint egy sisakot, és magam mellé helyezném.

Kedd.

Reggel nem túl frissen ébredek, de legalább nem fáj a fejem. Mosakszom a havas hegyekből érkező jéghideg vízben, rendet teszek, majd lent megiszom egy ginger teát. A turbános takarodót fűjt, kedves, barátságos, de eszébe sincs a meghódításommal bibelődni, így zavartalan az együttlétünk. Nyakamba veszem a várost. Iskolás gyerekek mennek egyenruhában az iskolába, vagy várakoznak az iskolabuszokra. Tiszták, gondosan fésültek, szépek. Anyák, apák teszik fel a buszra a kisebbeket. Érdekes helyeken járok, például a pékek utcájában, amely az ófaluban van. Kis, alacsony, sötét, kormos barlangocskákban, kis kemencékben sütik a lepényeket, a *chapati*-t. Veszek egyet, még meleg. A lepényeket belepik a legyek, próbálok alulról kihúzni egyet, hátha kevesebb légy érte. Elmajszolgatam, nagyon finom. Vajon lesz-e büntetésem érte? Ez a város ugyan tényleg egy biztonságos hely, de ez nem vonatkozik az enni-innivalókra. Óvatosnak kell lennem. Idős tibetiek kedvesen köszönnek, ahogy a mi idős falusiaink. Az utcán mindenütt víz folyik kis patakokban, a hegyekből csorog le. A főutcán a rengeteg üzlet egyike előtt egy férfi ül, útbaigazít, hogy merre van a *Palace*, Leh legfőbb nevezetessége. A XVI. században épült palota a királyi család tulajdona, de Stokba való száműzetésük óta senki sem használja, s ez meg is látszik rajta. Vigasztalan szürke vályogház, egyetlen különlegessége a mérete, amely valóban többszöröse az itt található házaknak. Az épületet ugyan mindenhol látni, hiszen a város fölé tornyosul, hegytetőre épült, csak a feljáratot nehéz megtalálnom oda. Megmászom a sziklás hegyoldalakra épült városrészt, ám a palota közelében megszakad az út. Nézegetem, úgy tűnik, oda be sem lehet menni, hát visszafordulok. Mindenütt szürke, vályogból épült házak, festetlenül, sikátorok, szegényes, kopott, kopár minden. Amikor leérek, lent a férfi, aki útbaigazított, megkérdezi: „Tényleg fent volt? Túl gyorsan jött vissza.” „Miért, be lehet oda jutni?” – kérdezem. „Hát persze!” – feleli.

Újra megmászom a hegyet, majd felismerem, hogy ahol nincs tovább út, és ahol visszafordultam, ott egyszerűen a sziklán kell továbbmászni. Kúszom-mászom, igyekszem nagy lihegve, végül felérek a csúcsra. Van módom átélni, milyen lehet a nyolc napos trekking. Nem csoda, ha üres ez a palota, elmenekült a királyi család, nem bírták nyilván a strapát... A protokoll szerint egy királynak nyilván a legmagasabban kell laknia, aztán szívhat naponta, amiért királynak született. Mindig is tudtam, hogy nem fenéig tejfel egy uralkodó élete. Ez a „palota” is vályogból van, festetlen, belül ablaktalan, sötét sikátorok, labirintus-szerű járatok. A sötétben egy férfi utamat állja, kér száz rúpiát, jegyet nem ad, persze. Haladok beljebb a sötét folyosón, elhaladok egy csapat rossz külsejű férfi mellett, majd egy újabb férfibe botlok, aki ismét kér száz rúpiát. Na, ennek fele sem tréfa! Beszorultam ebbe a labirintusba, ezek közé a gengszterkülsejű férfiak közé. „Nem.” – válaszolom, és visszafordulok. Olyan sötét van, hogy nem látok, és nem merek elhaladni a férfi csapat mellett. Odajön hozzám az első pénzkérő, kedvesen mutatná az utat befelé, de én, bízva lovagiasságában, elmondom, hogy nem megyek tovább, mert félek, kérem, kísérjen vissza, segítsen nekem. Megteszi. Kint a fényben megkönnyebbülten sóhajtok, és megcélzom a közeli kolostort. Csúszós köveken mászom felfelé. Lélegzetelállítóan hatalmas, színesre festett Buddha előtt állok, majd üldögélek. Aztán, ha már itt fent vagyok a Világ tetején, készítek néhány fotót, majd lesétálok. Lesek a férfira, elégedett-e a teljesítményemmel, most ezúttal nem jöttem-e vissza túl gyorsan? Megebédelek egy vendéglőben, majd hazamegyek. Hatalmasat alszom. Élvezem, hogy nem csoporttal vagyok, sőt, hogy teljesen egyedül.

Délután a *Shanti sztúpát* veszem célba. Sajnos – vagy nem sajnós –, előtte megveszem Orsika ágytakaróját, és cipelhetem magammal, fel-fel-fel, az Isten tudja meddig, gyalogolva, át egy falun, és fel egy magas hegyre, véget nem érően. Egy iskolához tévedek, olyan nagy, kocka alakú, mint a mieink, nagy udvarral. Jönnek kifelé az egyenruhás, helyes kislányok, eligazítanak. Csak vonulok, menetelek a hőségben, szemellenzős sapkám árnyékában, nyelvemet lógatva. A karomat sajnós nem, mert cipelem a csomagot. Egyre elhagyatottabb a vidék, sziklák sziklák hátán. „Ne add fel ezt az utat!” – igazít útba egy férfi, és én valóban nem adnám fel, de az út feladja önmagát, és nekem is a leckét. Egy folyó állja utamat, amin ugyan volt korábban egy híd, de leszakadt. Egy másik kis ideiglenes hidat találok ugyan, de az valami mocsárba visz engem. Kavicsos, nagy köveken próbálok egyensúlyozni, a lápos, fákkal benőtt helyen. Túljutva ezen a területen egyre meredekebb lesz az utam, közeledem a sztúpához, ami természetesen az egyik hegycsúcsra épült. Időnként meg kell állnom kilihegni magam. Képtelen vagyok lassan menni, noha nem bírom, ezért gyakran kell megállnom. Mire végre felvászorgok, majd kiköpöm a tüdőt. Ott viszont kárpótol a kilátás. Mielőtt felmegyek a lépcsőkön köszönteni a Buddhát, leülök és nézelődöm. Mintha a Világ tetején csücsülnék. Körben a sziklás hegyek a lenyugvó Nap fényében fürödve, mintha vasból, vagy acélból lennének, a magasabbakon hó, lent a kisváros, és itt-ott zöldellő oázisok. Néhány turista is hasonlóképpen belefeledkezik a látványba, jobbról-balról ülnek mellettem. A turisták már ismerősök, itt-ott belebotlom ugyanazokba jártamban-keltemben. Már nincs szezon, ezért nincsenek sokan, viszont feltűnt, hogy milyen szépek. Főleg fiatal párok, karcsúak, izmosak – de az idősebbje is kisportolt, jó megjelenésű –, hiszen többnyire trekkingezni jönnek. Orsika csomagjával birkóztam egész úton, nevetséges ekkora túrára ilyen csomaggal jönni, most viszont, amikor lépkedek fel a sztúpához, azt gondolom, ez a takaró egy különleges takaróvá válik ezáltal. Nem elég, hogy Tibetből érkezik, de a sztúpánál külön áldást is kérek rá: hozza meg Orsika boldogságát. S még ez mindig semmi, a szerzetesek szentélyéhez is odaviszem, és bár először az ajtóban hagyom csomagjaimat és úgy lépek be – a két szerzetes éneke és dobolása az ajtón kívüliekre is hatással lehet –, de később, biztos, ami biztos, behúszom magam mellé a csomagot. Megbabonázva hallgatom a két szerzetest, akik a szentélyben előttünk térdelnek, egyikük valami legyező-szerű lapokat ütöget össze és énekel, a másik egy nagy üstdobot üt, és szintén énekel. Néhány turistával együtt csendben kuporogunk a háttérben, és hagyjuk, hogy ennek a különleges éneknek és zenének ereje átjárjon bennünket. Most érzem azt az igaz örömet másodszer, hogy eljöttem Tibetbe, a repülőből csodált hegyvonulatok után, hogy nem csak egyszerű turistaút ez. Nem merek sokáig maradni, mert a Nap már igencsak lebukott, félek, hogy rám sötétedik. Lefelé gyorsabban haladok – természetesen – és a forráság sem nehezíti az utamat. Út közben betérek egy kis motel éttermébe. A kertben ülök, sok virág között, amelyek teljesen a mi hazai virágjaink. Csak egy levest kérek, s amíg készül, odatámaszkodik hozzám a recepción dolgozó nő, és beszélgetünk:  
„Már este van, és még mindig dolgozik?” „Igen, miénk a szálloda, így reggeltől estig dolgozom.” „Gyereke nincs?” „De, egy gyermekem van.” „És ki vigyáz rá, amíg dolgozik?” „Hát én, természetesen.”

Ő is kérdezősködik: egyedül jöttem-e, tetszik-e itt, és így tovább. Megérkezik a leves, amely ismét az a sírós-fajta, szörnyen csípős, úgyhogy otthagytam. Pár kanál lett így a vacsorám, de nem is hiányzik itt az evés. Viszont mégis, ha egy csésze meleg leveshez jutok, az rendkívüli örömet okoz.

Már sötét lesz, mire hazaérkezem. Rövidesen ismét kialszik a villany és vissza sem jön soha. Kipróbálom a sátorhoz vett hangulatvilágítást – ici-pici kis elemlámpa –, egész jól működik. Attól tartok ugyanis, hogy elalszom, és a gyertya felgyújtja a házat.

Bár szerdára már készen állok a nyolc napos trekkingre is, mégsem emellett döntök. A turbános – aki egyébként reggel turbántalanul, frissen mosott, derékig érő, fekete göndör hajjal állt lent a napsütésben – által újra és újra elmondottak ugyanis végül meggyőznek. A testnek, léleknek, szellemnek harmóniában kell lennie. Ha a testet túlterheljük, nem vesszük figyelembe a jelzéseit, akkor a test kezd erőteljesebben jelezni, betegek leszünk, vagy csak túl elcsigázottak, és a lényegre nem tudunk már figyelni. A trekking, ha megfelelő erősségű, akkor a test örömén, a mozgás örömén keresztül hat a lélekre is, és ebben az örömben közelebb kerülhetünk a természethez, élvezhetjük, csodálhatjuk azt, közelebb kerülhetünk Istenhez, és önmagunkhoz. Ha túl nehéz a túra, akkor a túlélésre koncentrálunk, a testünk szenvedésére. Meséli, hogy ő egy nap alatt felment a közeli hegyre, de amikor visszajött, hányt, napokig beteg volt. Nem büszke erre, soha többé nem túrázik így. Egy német férfi is megtett valami óriási utat, hasonló módon, de amikor visszatért, sírt, össze volt törve lelkileg, a lába csupa seb volt. Haza is utazott és semmit nem kapott meg abból, amiért jött, nem ment el a kolostorokba, nem látogatott el a tibeti falvakba. Én ellenkezem, hogy a *bungie jumping* rémes volt ugyan, de utólag azért mégis ad egy erőt, hogy képes voltam megtenni. Azt válaszolja: „Persze, de az arányokat kell megtalálni. Hogy jó nagy túra legyen, ok a büszkeségre, de még tudjam csodálni a természetet, és örülni az embereknek a falvakban.”

### Kolostorlátogatások

Szerda.

Ma dzsippel megyek kolostorokat látogatni. Itt ülök, és várok egy teával. A turbánosnak kérdéseket teszek fel a további napokra vonatkozóan, nem szeretném, ha lemaradnék dolgokról. Az árakat is most kérdelem meg. A szállás egy vicc: háromszáz rúpia, azaz ezeröttszáz forint egy éjszaka. Virágillat a kertben. A városban ellenben iszonyatos a szmog, a gépkocsik olyan benzint használnak, hogy ha elmegy mellettem egy autó, megpróbálok percekig nem venni levegőt, becsukom a szám, befogom az orrom és úgy várok, amíg eloszlik a sűrű, sötét, fekete koromfüst. Tegnap is, amikor felgyalogoltam a sztúpához, majd megfulladtam néha a benzinbűztől. Budapest belvárosában tudószanatóriumot lehetne létesíteni, olyan friss levegőjű – legalábbis ehhez viszonyítva. Milyen sokat számít a benzin minősége!

Iszogatom a teát, közben elnézem az itt dolgozó néhány férfit. Annyira különböznek, mintha nem is ugyanannak az országnak a lakói lennének. A város lakossága ugyanis igen vegyes. Bár tibetiek alkotják a zömét, de van itt számos más fajta nép is. Számomra ez a népviseletekben mutatkozik meg legjobban, és ez teszi igazán érdekessé is. Meg kell mondjam, az indiai nők ruhája messze kenterbe ver mindent. Még az elpiszkolódott utcagyerekek is jól mutatnak benne, a nők pedig egyenesen varázslatosak! Persze, mit nevezek indiainak? Hiszen meg sem tudom mondani, hányféle „indiai” él itt. Például más gyerekek is hosszú kendőkkel küzdenek játszás közben, ők vajon kik? Nem igazodok ki itt a népek sokféleségén. Nem szívesen írom le, de a tibetiek öltözete egyenesen otromba. Persze, minden népviselet szép, így ez is. Először csak gyönyörködtet a különlegessége, színe, és főképp az egyöntetűsége. Otrombaságára csak akkor jövök rá, amikor felismerem, nem létezik csinos tibeti nő, hiszen ezt a vastag, ormóttan, zsákszabású ruhát viseli mind, s ha mellette elsétál egy indiai a színes, vékony, rebbenő, légies ruhájában, kendőjét hátravetve,



akkor bizony kénytelen vagyok elismerni elsőbbségét. No, de, mit is jelenthet ez a zsákba bújás? Lehet, hogy semmi jelentősége a testnek – már a funkcionalitásán kívül –, talán nem is ismerik esztétikai szerepét? S ha így van, micsoda tehertől mentesülnek! Nem számít ide egy kiló, oda egy kiló, nincs méricskélés, szomorkodás, aggodás a megereszkedett mellek, rugalmasságát veszített bőr miatt. Vajon mi vonzza egy tibeti férfit a nő felé? Arca szépsége, mosolya, intellektusa, kedvessége? De ha már az arcot említtem: a szárazság, a szél, a sivatagi hőség olyan hamar kicserzi, mély ráncokkal borítja az arcot, hogy egy anya gyermekével, számunkra nagymamát sejtet az unokájával. Tibeti ruhát árulnak a kis boltocskákban, kint lógnak szanaszét, de elfordulok tőlük: mintha daróc vastagságú zsákok lógnának ott.

Megjön a dzsip, elindulunk. Tele vagyok örömmel, mert a kocsiból érdekesebbnél érdekesebb látvány tárul elém: a külvárosi terület, a maga zajló életével, majd a tájak. De ahogy elhagyjuk Leh-t, hirtelen az a benyomásom támad, mintha egy utopisztikus filmet látnék, melynek, sajnálatosan, én vagyok a főszereplője. Egy elpusztult világ túlélői vagyunk, minden kietlen, rideg, embertelen, elidegenedett. Szürke, kopár hegyek, szürke házak, por, kő és sivárság mindenütt. Mindenféle vastelepek, és egyéb, fel nem ismerhető telepek csak erősítik ezt a benyomást. Az alacsony kis házak tapasztott vályogból vannak, lehangoló szürkeség mindenfelé, sehol egy zöld fa, egy színesre festett ház, minden szürke, vigasztalan, és poros. Később elhagyjuk a külvárost, és kissé megszépül a táj. Elvéve olyan házakat is látok, amelyek fehérre vannak festve. Egészen más hatást vált ki. A festék, úgy látszik, luxus kategória. A hegyek persze bámulatba ejtenek, mégis azt gondolom: „Mit nekem, te zordon Himalája gleccserekkel vadregényes tája! Tán csodállak, ámde nem szeretlek, képzeletem hegy-völgyedet nem járja.” Hiszen a mi erdőkkel, fenyvesekkel borított hegyeink, az évszakok változásával az igazán lélekgyönyörködtetőek számomra. Katonai táboron haladok át, nem kelt jó érzéseket. Az Indus folyó völgyében járunk, elvileg a „Zöld-völgy”, de igen szegényes a kis zöld övezet, ami körülveszi.

Az első kolostor teljes neve, amit látogatunk: *Shey Palace-Monastery*. Pár lépcsőfok után már levegőért kapkodok, sehogyan nem értem, nincs ez annyival magasabban. Ennyit jelent pár száz méter? Két emelet magas, arany Buddhában gyönyörködhetek, és persze a csodálatos kilátásban. Elmondom kíséremnek, a dzsip vezetőjének, hogy én olyan kolostort szeretnék látni, ahol élet van, ahol bent vannak a szerzetesek, és a gyerekek tanulnak. A legközelebbi *Thikse Gompa*-ban mindezt meg is kapom. Ide is alig bírom felvonszolni magam. Számtalanszor le-föl vesszük a cipőinket ahogy sorra belépünk a különböző termekbe. Belépek az imahelyre, ahol két sorban nők és férfiak ülnek törökülésben. Meditációhoz készülnek. Színes indiai ruhás nők, turisták, tibetiek. Egy férfi angolul segíti a meditálókat. Engem gyorsan leültet, megmutatja, hogy hogyan tegyem a kezem és kéri, hogy csukjam be a szemem. Épp ekkor kezdi meg a vezetett meditációt. Figyeljük a légzésünket, az energiaáramlást, tartsuk csukva a szemünket, satöbbi. Szerencse, hogy időnként biztat: már csak öt perc, már csak négy, már csak kettő..., különben nehezebben bírnám a szokatlan pózt. Utána kér bennünket, hogy naponta tegyük ezt, meglátjuk, békésebb, boldogabb lesz az életünk. Ezután felszólít bennünket, hogy lassan sétáljunk körbe a teremben és érezzük az energiát, amellyel megtelt a szoba.

Amikor kijövünk, meglátok egy lefelé vezető lépcsősornál egy feliratot: *School*, és izgatottan kérdem kíséremet, mehetünk-e oda is. Megörülök az igenlő válasznak és már bent is vagyok az iskolában. Egy hegyekre néző ablakos folyosóra kerülök. Az egészen kis méretű osztálytermek nyitott ablakai a folyosóra néznek, innen kapják a fényt. Aranyos hét éves forma gyerekek ülnek kis padokban, bordó szerzetesi ruháikban, tanár nélkül. Előttük füzet, könyv, valami feladaton dolgoznak. Kérdezem, lefotózhatom-e őket? Sajnos nem engedik.

Kérdezik, honnan jöttem. Úgy tűnik, ismerik az országomat. Kicsit később valami kántálásba kezdenek. Elbűvölőek! A következő osztályban már nagyobb fiatalemberek ülnek, tanár magyaráz nekik. Odébb, a folyosón a földön is ül egy kis csapat egy tanárral, könyvvel a kezükben. Kijövünk az iskolai részből és egy másik terembe lépünk, ez a meditáló helyük. Sorban a földön a szőnyeggel borított padok, látszik az élet rajtuk: egy-egy személyes holmi, egy kendő, egy pohár, egy füzet. Egy szerzetes van bent, kérdezem, a gyerekek játszhatnak-e néha, vannak-e játékaik. Mosolyog: „Játék? Az nem, az nem.” „Szabadidejük van?” – kérdem reménykedve. – „Igen, szombatonként.” – válaszolja. No, nem irigylésre méltó gyermekkor, bár nem látszottak boldogtalanoknak. Megnézzük az étkezőhelyüket is, majd továbbmegyünk.

Újabb kilométerek a sivatagi tájban. Letérünk a főútról, és a hegyekben felfelé kanyargunk, a hegyek közé, a hegyek belsejébe. Itt meglepően több a zöld növény, az itt legelésző tehének boldogabbak, mint a korábban látott társaik, akik reményvesztetten túrták a sziklás köveket egy-egy növény után kutatva. Felérünk a hegy tetejére, *Hemis Gompá*hoz, ami 49 kilométernyire van Leh-től. Innen gyalog tovább, fel a sok lépcsőn. Hát nem egy leányálom! A levegőm körülbelül annyi, mint mikor légmellel a kórházban kínlódtam. Itt is többemeletes Buddha, körben színes textilek, festmények, gazdag díszítés mindenütt. Hatalmas könyvtár, az értékes iratok két fa lap között, gondosan vászonba tekerve. A legnagyobb, és legfontosabb kolostor Ladakh-ban a XVII. században épült, és kezdettől élvezte a királyi család támogatását. De mit tegyek, engem az élet érdekel, bár, persze, a hely méltósága nem hatástalan. S lám, az élet jön is. Kiérve az udvarra, egyik helyiségben, az ajtó közelében, tülekedő gyerekeket látok meg, kis csajkájukkal a kezükben. Ebédért állnak sorba. A tanárunk és egy másik szerzetes kívül áll az udvaron. A vezetőnk bemutat nekik. Egyikük elmondja, hogy ő tanár, és érdeklődik az én foglalkozásom iránt. Reménykedve kérdezem, hogy csinálhatok-e fotót a gyerekekről? Igen, feleli, talán bent, majd ha esznek már az asztalnál. Meghív engem is ebédre, először udvariasan hárítom, de aztán örömmel megyek be a helyiségbe. Ez egy olyan, konyha-résszel ellátott ebédlő, ahol nagy, fekete, ezeréves vaskályhák vannak. Ezek mögött áll két-három szerzetes és osztja az ételt. Én is kapok, és puszta kézzel kézről-kézre adott főtt tojást is kínál hozzá a tanár nekem. Ezt nem kérem. Jobb is, mert jó nagy tál ételt kapok: fehér rizs, rajta kevés szafttal bíró zöldségekkel, és sült krumpli-darabokkal. Ma még semmit nem ettem, örömmel látok neki, bár az izgalmam nem az ételnek szól. El sem hiszem, milyen szerencsém van, nézem a gyerekeket, eszem az ételüket, és részesévé válok az életüknek.

Némelyik kézzel eszik – a tanár is –, más kanállal. Szerencsére, én kapok kanalat. A gyerekek, miután elfogyasztják az ebédet – ez minden, semmi leves, vagy desszert –, akkor egyenként felállnak, egy közös kondérhoz mennek, beleszórják a maradék pár szem rizst, és kimennek a kis kondérkájukkal az udvari csaphoz, ahol kezet és edényt mosnak. Mások, akik éhesek maradtak, odamennek a tűzhelyhez és kérnek még. Ezután egy óra szünetük van. A tanárt is kérdezem a játszásról, ő azt mondja, több szünet is van egy nap, és délután három órától is szabadidő van. Meghív a cellájába egy teára. Majd' kibújok a bőrömből! A kis szoba nem a puritánság, hanem a szegénység látszatát kelti bennem. Egy ágy, egy asztalka, egy szék, a földön meditációs szőnyeg, kis könyvszekrény könyvekkel, ruhásszekrény nincs, csak valami dobozféle, letakarva, és egy nyomorúságos kis konyharész: polc, csészékkel, egy kis gáztűzhely, és néhány edény. Felteszi főni a teát, közben beszélgetünk. Kiderül, a vezetőm és ő osztálytársak voltak Leh-ben. Gondolom, ezért ért engem ekkora szerencse, hogy itt lehetek. Megkérdezem, itt marad-e élete végéig. – „Nem, csak pár évig, azután másik kolostorba megyek.” – „Igen, de élete végéig kolostorban fog élni?” – „Igen, ez az én életem. A buddhista tanítást tanulmányozni.” – „És mit csinál szabadidejében?” – „Hát, csak úgy elvagyok.” Beszélgetünk a hospice-ról is. Ő sem hallotta ezt a fogalmat, ahogyan a turbános sem, de

amint elmagyarázom, megérti, és mutat egy könyvet, ami épp az ágyán hever: *Szögjal Rinpoche: Tibeti könyv életről és halálról*. Mondom, hogy ez az én kedvenc könyvem. Bejön a másik szerzetes is, ő a földre ül. Mondják neki, hogy a haldoklókkal is dolgozom, mint önkéntes segítő. Beszélgetünk még pár szót ennek fontosságáról, és az eltérő kultúrákról. Elmondom, hogy régebben mi is jobban tudtunk segíteni, de ma már inkább úgy érezzük, a kórházakban vannak biztonságban családtagjaink, és odavisszük meghalni őket.

Felkerekedünk, köszönöm nagyon a meghívást. Mára már elég is lenne lassan a kolostorokból, de újabb hosszú autózás után, vezetőm egy *Mahabodhi International Meditation Center* felé veszi az irányt. A sziklák a lenyugvó Nap fényében már nem az út elején megbírált szürke tömegű hegyek. Az ég kékje, a felhők tükröződnek rajtuk, és a Nap aranyba vonja őket. Minden vonulat más és más, együtt pedig lenyűgöző. Némelyik mögött havas hegyek látszanak, ez már csak „hab a tortán”. Törlöm a „Mit nekem, te zordon Himalája gleccserekkel vadregényes tája” kezdetű mondataimat. A nemzetközi meditációs központba nem mehetünk be, de így is érdekes. Modern, új épület, szépen lefestve is, és virágos kert veszi körül. A körülötte lévő hegyoldal sziklafalaihoz egy-egy magányos kis cellácska van tapasztva, mint megtudom, a meditálók szállásai. Hát, meggondolnám, mernék-e vállalkozni ekkora feladatra!

Már azt hiszem, hazafelé tartunk, de vezetőnk még tesz egy kitérőt, és elvisz a *Stok Palace*-ba, ami a királyi család rezidenciája volt, de innen is távozniuk kellett. Ma már csak múzeum. Itt a legérdekesebbek a régi családi fotók, körben a falon, hiszen ez visszahozza a múltból a családot a maguk hétköznapi valóságában és megkönnyíti, hogy a bútorozott, de üres helyiségeket a képzeletem élettel töltsé meg.

Még 25 km ezen a rossz úton, és otthon vagyunk. Nem lehet gyorsan haladni, különben az agyunk ugrál a koponyánkban. A kormány jobb oldalon van, így elvileg a bal oldalon kell haladnunk, ezt azonban nem veszik olyan vészesen komolyan, és gyakran elvesztem a fonalat, amikor a szembejövő meg a mi sávunkban jön. Lépten-nyomon dudálnak és figyelmeztetik a gyalogost, a másik autóst a kanyarban, de még a szembe jövőnek is túlkölnék; „Nézd, itt jövök!”, mintha az talán aludna a kormány mögött.

### Ünnepség a városban

Hosszan beszélgetek Gyurival az Internet kávézóban, majd hazajövök a szobácskámba. A szoba egyébként nem is olyan kicsi, van benne egy dupla ágy, egy asztalka, egy világsikert befutott műanyag kerti székhöz (lásd: mindenütt itthon nálunk), szekrény nincs, világítás éppen csak. A fürdőszobában angol WC, jéghideg víz mosdáshoz. Kiáll a falból két vastag csap, elvileg az egyik meleg – ha így lenne, vajon hogy keverném, hogy megfelelő hőmérsékletű legyen? Szerencsére ez nem probléma, mert jéghideg a víz, így nem is viszem túlzásba az élvezkedést. Már csak azért sem, mert a víz csak úgy folyik le a semmibe, azaz elárasztja a fürdőszobát, WC-t, mígnem aztán kétségtelen, hogy talál magának az ajtó közelében, a túloldalon egy lefolyót, amin aztán illedelmesen távozik a nagyobb része. Utána mégis napokig csak gumicsizmában lehet megközelíteni a mosdót, vécét. Rajtam kívül csak néhány légy tartózkodik a szobában, pókkal nem találkoztam, és szúnyog még véletlenül sem jön be a nyitott ablakon át.

Honvágy. Első perctől. Már odafelé menet arra gondoltam, de jó lesz hazatérni, és élmények és csodák ide vagy oda, számolom a napokat. Szerencsére ez nem akadályoz az élvezetben.

Holnapután kezdem a trekkinget. Alig várom! Töprengek, és sajnálkozom, hogy nem a nyolc napos, nehéz utat választottam, nem tudom meg, milyen napi öt-hat órát sivatagban, sziklákön menni, sátorban aludni, reggel megfagyni. Nem mondhatom el magamról, hogy „megcsináltam”. Nóra megcsinálta, én nem. Én vendégházaknál szállok meg, nem sátorban, nem fagyoskodva. Ég és föld, még ha a gyaloglás nehéz is lesz. Gondolodom, hogy vajon a könnyebb megoldás választásával nem akadályozom-e a változásom, amit megjósoltak? De, Jesszusom! Nem épp ez a tanítás, hogy elhagyni a „megmutatni magamnak és másoknak is”-t? Megtanulni, hogy úgy is lehet tanulni, fejlődni, változni is, hogy nem mérföldes köveket emelek fel? Háttha azzal tanítanak, hogy utamba igazítják ezt a szikh férfit aki próbálja megmutatni a helyes irányt. (A *Mennyei prófécia*k című könyvben erről szólnak a találkozások.) Hát bízzunk, majd meglátjuk!

Másfelől, ahogy ma elnéztem magam a kolostormászásnál, én alighanem a visszafordulók közt lettem volna Nóráék csapatában, a fájó térdizületeimről nem is szólva.

Azt viszont látom már, hogy nagyon jó döntés volt, hogy egyedül jöttem, hiszen az egyedüli séták, a hosszú esték önmagammal mégiscsak egy belső utazás segítői lettek.

Csütörtök.

A mai nap a fotózás napja, határozom el, és korán útnak indulok, hogy az iskolába induló gyerekeket is elkaphassam. Egy csapat áll a megállóban, várva az iskolabuszt. Kérdezem, lefotózhatom-e őket? Hárman készségesen összeállnak és mosolyognak. „Gyönyörűek vagytok!” – mondom nevetve. Hét-nyolc évesek, aranyosak. Újabb csapat vonul felfelé a dombra, örömmel kattintok a gépre, ám az a mai napot mondja nekem, azaz csütörtököt. A fenébe! Kifogyott az elem a fotózás napján. Az *Old Town*-on keresztül megyek hazafelé, amúgy is ez volt a szándékom, hogy a pékeket újra látogatom. Fogatlan, öreg bácsitól veszem a *chapati*-t – hármat is –, újságpapírba csomagolja a legyektől sűrűn kóstolgatott finomságot. Most jobban megnézem kis sütődéjét. Barlangszerű kis boks. A kályha, úgy tűnik, vasból van, de lehet, hogy csak a koromtól tűnik annak. A kemence befelé, lefelé öblösödik, és a kerek, lapított térszabványokat az oldalára, a tűzhely belső falára ragasztgatják, úgy sül meg.

Hazajövök, kitanulmányozom az áramátalakító fortélyait és csatlakoztatom a fényképező elemét. Majszolom a chatatit. Sajnos, hogy hármat vettem, így nincs megállás, pedig az elmúlt napokban alig ettem, remélem is, hogy fogyok pár kilót. Mivel a csomagom súlya viszont nőtt a szuveníroktól, gondoltam, majd megalkuszom a repülőtéren súlyellenőrzővel: az átlag nem változott.

Töprengek a túrán. Mikor elindultam reggel, légszomjam volt, és nehéz volt a járás. Meglehet, kiderül, hogy éppen a képességeimnek megfelelő túrát választottam és ez is bőven sok lesz nekem, vagy meglehet, hogy szégyenkezni kell majd a kísérőm mellett, mert megállok minden második lépésnél. Hülye dolog, az ember menne, mint a tank, az izmai erősek, de a tüdeje megállásra készíti. No, majd meglátom. A fogatlan tibeti bácsi újságját olvasgatom, hiszen angol nyelvű. *Business Development*, 200. március 10., azaz fél évvel ezelőtti hírek. Szó van benne a madárinfluenzáról, hogy fokozottabb ellenőrzés szükséges; egy három napos *Art Exhibition*-ről, ahol mentális betegségek kezelésére mutatnak be hatásos eszközöket, úgymint rajzolás, festés; a kashmíri eseményekről, valamint egy férfi hirdetés, remélve, hogy megtalált igazolványát visszaadja neki valaki. Mire átböngészem a lapot, elmajszolgom a csapatikat. A töltő még piros, nem áldozhatom a napomat erre, majd visszajövök.

Hatalmas túrát teszek a város külső határán, körbejárom, néha magas kaptatókon fel. Lihegek, de képtelen vagyok lassan menni. Ma jobban megnézem az embereket, a népviseletüket,

próbálom ellesni az életüket. Nézem az anyákat, hogyan vigyáznak kisgyermekükre. Egy tibeti bazárba tévedek, egy anya árul ékszereket, három-négy éves kislánya vele van. Persze elcsatangol, de az anya szeme állandóan rajta. Kérdezem, tibeti-e? „Igen.” – válaszolja, és mondja, melyik faluból jött. Szép, kedves, mosolygós, és sokkal szebb ruha van rajta, ez is népviselet, de csinosabb – akkor hogy is van ez az egész tegnapi eszmefuttatásom? Látszik benne karcsú alakja, és nem is annyira zárt, kissé dekoltált. Vándorolok tovább, és pár óra múlva megállapítom, ez a mai nap is egy trekking már, tulajdonképpen ma kezdtem el. Sokat látok, kezdem megismerni alaposabban a vidéket, a várost, mi több, az emberek is ismerősek már olykor. Az ófalu másik részére keveredek, ahol bosszankodva sajnálom, hogy nincs nálam a fényképezőgép. Szűk sikátor, árusok szedett-vedett bódéi, parányi étkezőhelyek – valóságos kis odúk – fellengzős feliratokkal: *Restaurant*, némelyikben férfiak iddognak. Élő csirkék ketrecben, levágott juhfejek és egyéb testrészek, legyekkel sűrűn belepve. Áthaladva egy hatalmas térre jutok, majdnem kurjantok örömben, mert valami rendezvénybe botlok. Nem is gondoltam volna, hogy Leh-nek van egy ekkora tere. Mint egy hatalmas sportstadion, lelátói is vannak, középen azonban csak a poros föld, körben vályogkerítés, szédítő hűgyszaggal. Rengeteg rendőrségi és katonai dzsip sorakozik a szélén.

Óriási a sokadalom, a színpadon VIP személyek, szalonba való kanapén, fotelekben. A színpadon álomszép ruhában indiai lányok énekelnek és zenélnek, de ez nem kulturális rendezvény, hanem politikai. Hamarosan felszólalások következnek, majd kitüntetések. Jelvény helyett fehér selyemsálát kapnak az ünnepelek. Lenne mit fotóznom: hatalmas, színes, nyüzsgő forgatag, és körben a havasok. Elunom a báméskodást, körbejárom a sátrakat, kiállításokat. India életéről, a nők munkalehetőségeiről, a gyerekek tanulásáról. Egy felirat a következőt mondja: „A számítógép nem kérdezi, tud-e az életről, a tengeralattjáró nem kérdezi, tud-e úszni.” Mi lenne, ha hazamennék a gépért? Útközben találkozom egy turista férfival, aki a legyekkel lepottintott juhfejeket bámulja megbabonázva. Tájékoztatom, hogy nem mesze innen egy politikai rendezvényt, vagy ünnepséget talál. Nagyon örül az információnak, elindul. Egy vérbeli piacon vágok keresztül, itt is elkelve a gép. Zöld, zöld! Feltöltődött az elem! Irány vissza.

Micsoda szerencse! Még javában zajlik az ünnepség. A vicces katonák is ott vannak, nyilván ez az ünnepi öltönyük. Elképesztően cifra, a nadrágjuk szára pedig lábszárközépig ér. Most ülnek éppen és megengedik, hogy lefotózzam őket. Egy gyönyörű férfi szólít meg, kifogástalan angolsággal, de gőzöm sincs, hogy mit akar. Persze, az alapvető kérdéseket megértem, hogy honnan jöttem, hogy tetszik a rendezvény, hogy tetszik Ladakh, de amit folyamatosan magyaráz, azt nem értem, így odébb állok. Énekesek, zenészek lépnek fel, nagyon élvezem a zenét is, de a forgatagot is. Sajnos, rövid idő múlva *lunch-time*-ot jelentenek be, délután négy órakor.

Megyek az elmulasztott helyekre fotózni. Sikerül megtalálnom a pékek utcáját is, és a piacot. Útközben járdaszélen áruló tibeti asszonyokat fényképezek. Megengedik, pénzért. A piacon egy koldusasszonyt kapok le a gyerekeivel, majd adok egy nedves tisztítókendőt az anyának – persze a baksison kívül –, hogy mossa le a babája arcát. Meg is teszi, döngöli, döngöli a ki tudja, hány napja rászáradt koszt, a baba ordít, én elhúzom a csíkot. Na de, ha *lunch-time*, akkor legyen is az! Találok egy csuda teraszt, szép kilátással. Csupa turista, szép fiatal párok, de nem, egy idős pár is ül amott, őszek, jó megjelenésűek. Kérek levest, „no spicy!” – mondom, hangsúlyozom, esedezem, könyörgök, mire édes kukoricalevest ajánl. Rohadt erős, meg is hagyom. A második valami spenótféle, benne sült juhsajt darabkák. Így magában nem az igazi, kérek hozzá csapatit, ami ezúttal is kihúzza a bajból. Csak a fura hadonászásaim lehetnek magyarázatra szorulók azoknak, akik elég távol vannak tőlem ahhoz, hogy a legyek hadseregét is lássák.

Visszamegyek az ünnepségre. Ugyanazok a szereplők, akik kora délután. Üldögélek kényelmesen és ellazultan, hallgatom a zenét, aztán felállok, lödörgök a téren és igyekszem különféle népviseleteket fotózni. Aztán csak állok a hatalmas téren, körülfogva a Himalája hegyvonulataival, a ténfergő emberekkel és az áradó zenével, és csodálkozom, hogy az a valaki, aki itt álldogál, az nem más mint én magam, távol az otthonától, a messzi-messzi Indiában, annak is az északi szegletében, Ladakh tartományban.

Este becsomagolok a nagy hátizsákba, ezerszer meggondolva mindent, hogy mit vigyek, ugyanis magam fogom vinni a hátizsákom, nem póni, viszont nem kell sátor és a rengeteg meleg ruha sem. Kell viszont hálósák, váltóruha, némi gyógyszer – ki tudja, mi lesz alapon – tisztálkodó szerek, fényképezőgép, egy liter ásványvíz, úgyhogy azért ennek is van némi súlya. Az ízületi tapaszok, fájdalomcsökkentő kenőcsök nagyobb része viszont áldozatul esik könnyörtelen válogatásomnak. Nem fog fájni semmim és kész! Már csak azért sem, mert egy kis horgolt angyalka vigyáz majd rám, amit az utazásom előtti napon találtam a postaládámban, egy borítékban. Egy kedves ismerősöm küldte, azzal a feladattal, hogy őrizzen engem. Megfeledkeztem róla, de most a pakolásakor megtaláltam a hátizsákomban, és persze ő velem jön.

Este tízkor megjelenik a turbános egy kis liliputi emberrel. „Ő lesz a kísérod.” – mondja, és megállja nevetés nélkül. Megbeszéljük a tervet: indulás dzsippel a *Likir* kolostorhoz, onnan pedig gyalog tovább. A kis ember kíváncsi a hátizsákomra, remélem, hogy nem próbálja ki, különben elvágódik a padlón, hiszen nagyobb, mint ő. Bizonygatom, hogy könnyű, mert képtelenség ennél kevesebb cuccot vinni. Bólogat, elégedett. Amikor elmennek, ugrálok örömben, hogy végre kezdem a trekkinget.

Nem tudok elaludni. Vajon megfelelő túrát választottam-e magamnak? Hiszen ha csak turistaút lenne, és nem remélnék ettől az úttól egyebet is, akkor nem lenne ez ilyen sarkalatos kérdés: vajon nem bújok át a lécz alatt, és elmarad a belső utazás? Másfelől, ezzel a hátizsákkal a hátamon hogyan fogok felmászni a kolostorokba, magas hegyekre? Szégyenkezhettek a liliputi előtt, minden lépésnél megálllok majd és fűjtatok, mint egy gőzmozdony. Tényleg nem könnyű kiválasztani a megfelelő trekkinget, hiszen nem tapasztaltuk még meg önmagunkat hasonló helyzetben. Nem jó, ha meghaladja az erőnket, de az sem, ha kellemes séta lesz a parkban. Amikor Nóra mesélte, hogy fele társaság feladta és visszafordult, sőt, mindenki ezt akarta tenni, de ő harcolt a továbbhaladásért – elosztotta a lovakat, satöbbi, és néhányan célba értek –, akkor azt gondoltam: ez igen, de jó lenne nekem is azok közé tartozni, akik végigcsinálták! De nem jutott eszembe, hogy elhibázott volt a választás eleve, ha kidőltek az emberek és a kudarc élményével térhettek vissza.

### Hát kezdődik...

Péntek. Dzsippel indulunk, és egy vidám ausztrál lány is jön velünk, de csak *Likir* kolostorig. Engem előre ültetnek, mint rangidóst, a lány a kis emberrel hátra. Mint megtudom, a lány január óta úton van – azaz kilenc hónapja –, bejárta Latin-Amerikát, Európát és India egy részét, Szenegált. Kérdezem, nem rossz-e egyedül. „Nem.” – válaszolja – „De olykor fárasztó.” Bámulom a tájat, még erőfeszítés nélkül tehetem. Egy óra út után rettenetes szakaszra érünk. Felmegyünk kanyargós, szűk és rozoga úton a magas hegyekre. Az út egyik fele szakadék és az út széle málló föld, szikladarabok. A másik oldalon függőlegesen magasodó sziklafal. Halálfélelmem van, kiabálnám, hogy „lassan, lassan!”, de persze, nem

teszem, helyette markolom a fogantyút és nyeldesem sikolyaimat. Kérdezem a lányt, ő nem fél-e. „Nem!” – nevet nagyot, hiszen szörnyű helyeken járt Szenegálban, és Bolíviában is rettenetesekek voltak az utak, mi több, sötétben is ment. Nem múlik a félelmem, és nem tudom, mit tegyek, nem tanultam meg a halálfélelmet legyőzni. Ugrottam le *bungie jumping*ról, de nem győztem le a félelmet, még akkor is rettegtem, amikor a kötélt elkapott és újabb lendülettel felröpített a magas égbe, hogy átélhesem újra az úrból fejest ugrás rettenetét. Azon töprengök, vajon visszafelé is erre kell-e jönnünk, mert én aztán nem!!! Én itt kiszállok, jöjjön ide kérem egy repülőgép értem, megyek haza, a jegyemet megtalálják a szállodában, mehetünk is azonnal, köszönöm, ennyi nekem elég is Tibetből. Ja, hogy itt nincs leszállópálya, csak sziklák? Semmi gond! Egy helikoptert kérek, és már itt sem vagyok. És erről nem is volt szó! Csak hóleopárdról, meg fagyos éjszakákról, kutya nehéz kutyagolásról, de erről nem! Kész átverés! Végre lejjebb érünk, felsóhajtok. Kérdezem, erre jövünk-e vissza? – „Persze, hol máshol?” – A jósnőnek igaza van: „kutya nehéz lesz”. Akkor talán erre gondolt? És akkor én ezzel le is tudtam ezt a feladatot? Remélem! Újabb emelkedőnél gondolom, meg kell oldanom ezt a kérdést, így nem maradhat, talán valami légző gyakorlatba kezdek, vagy fene tudja. S mit ad Isten, már nem félek, bár talán nem is megyünk olyan magasra.

Megérkezünk. Elválnak útjaink, a dzsipes és a lány a kolostor felé, mi pedig a Himalája sziklás ösvényei felé. Izgatott vagyok, boldog. Hát akkor kezdődik! Istenem! Süt a Nap, de még kellemesen, a táj pedig szépségesen szép. Baktatunk kényelmesen, hát ez nagyszerű! A hátizsák is elviselhető. Sokarcú sziklák, ha jobbra nézek, egész mást látok, mintha balra. Mintha a Jóisten játékos kedvében gyurmából formálgatott volna változatos formákat és színeket. Az első két órában egyáltalán nem is pihenünk. Egy sebes folyású folyóhoz érünk, konstatáljuk, hogy a híd összetört. Próbálok lemászni a völgyben a folyóhoz, ingó köveken egyensúlyozva, meg-meg csúszva. A kis ember megy előttem, rendületlenül hisz benne, hogy utána tudom csinálni a mutatványt. Néha leugrik a magasról – én követem –, máskor omló falon felmászik. A folyónál csúszós köveken kell lépdelnünk, a hátizsákom elhúz, alig tudok állva maradni. Egy nomád család próbál itt új hidat építeni, mosolyogva néznek engem. A kis ember ekkor egy folyó felett áttett vékony fatörzsön egyensúlyoz át, mosolyogva biztat, tegyem én is. „Elment az eszed!” – gondolom inogva az immár súlyosnak ítélt hátizsákkal, de azért közeledek a bot felé a csúszós köveken, ám, zsupsz, megcsúszom, és a vízben találok magam. A folyó sekély, de hihetetlen erős a sodrása. Kikászálodom, majd leveszem a bakancsom, s úgy próbálok átgázolni a folyón a csúszós köveken. Hátizsákomat a kis emberre bízom, a nomád család kacag rajtam, végre átérek. A combom sajog az eséstől – ráestem a kövekre –, de nevetek, „Nem probléma,” – mondom, – „annál nagyobb kaland!” Leveszem a bakancsomat, felveszek egy száraz zoknit, majd belebújok a csuromvizes bakancsba. Nincs más, ezzel kell beélnem. Öreg tibeti bácsival beszélgetünk. Nyolcvanöt éves, de kétszáznak látszik. Szerinte én viszont jóval fiatalabbnak. Ezt készségesen elismerem, látva az ő asszonyaikat. El sem tudom képzelni az életet itt. Órák óta jövünk a Világ tetején, se emberrel, se állattal nem találkoztunk. Sziklák és kövek, és száraz sivatag kilométerek óta, s egyszer csak itt egy család, akik legeltetik a teheneiket, juhaikat. Tovább menve erről beszélgetünk a kis emberrel. Nehéz élet az övék. „Nehéz, de szabad.” – mondom – és ő helyesel.

És innen kezdődnek a megpróbáltatásaim! Az út felfelé visz. Mit út?! Valamiféle kis jelzésszerű ösvény, tele kövekkel. Alig kapok levegőt, időnként meg kell állnom lihegni. Néha leülünk egy-egy nagy kőre pár percre. Ledobom a hülye nehéz hátizsákom, hogy aztán alig bírjam felvenni, lehorzsolom a karom újra és újra, amint feltornázom. A pihenés viszont

isteni! Figyelem a bizsergő testem, amint tantra csoportban a Tai-Csi gyakorlatok után, és ez a figyelem szintiszta meditáció.

Újra nekigyürkőzünk a szikláknak, nagyon meredek az út. Áttérek az egy lépés, egy levegő módszerre. Magamban csak erre gondolok, ezt mondogatom: „lépés – levegő, lépés – levegő...”. Nem merek felnézni, mi vár még rám, csak, mint akit hipnotizálnak, nézem a következő lépésemet. Már három és fél órája jövünk ebben a földöntúli sivatagban és semmi remény arra, hogy valaha is faluhoz érjük. Ugyan ki is lakna erre? Alig pihenünk, csak megyünk. Amúgy én szabályozom, ha elfáradok, megállok, de nincs kedvem sokat pihengetni. Szóval ez a *soft* és *easy*, ahogy az útikönyv írja? És, hogy nem kell hozzá különösebben fittnek lenni?! Nagyszerű! Számomra ez egy túlélőtábor. „Milyen lehet a *Markha Valley* ehhez képest?” – kérdezem. – „Még meredekebb, nagyon sok meredek van benne.” – válaszolja a kis ember. Hát, isteni szerencse, hogy lebeszéltek róla, ez nekem éppen elég jó, feltéve, ha túlélem egyáltalán. Átjutunk a nehéz részen. Tulajdonképpen nincs miért szégyenkezni, vitézül állom a nehézségeket. Kis emberről szakad a víz, én jól bírom a hőséget, persze nehezíti a mászást, elgyengít, de nem izzadok. Mikor egy örökkévalóság után felérünk, örült szélbe jutunk, fel kell vennünk a polár kardigánjainkat. Ezután könnyebb terepen haladunk, de iszonyat hosszú az út. Ha arra gondolok, mit tettünk meg – elképzelem a hegyvonulatokat, a magas hágókat, ahol átjöttünk –, azt kívánom, inkább ássanak el élve, mintsem vissza kelljen mennem oda. Amúgy a vezető is ugyanazokat mondja: jól kell megválasztani a túrát, a *Markha Valley* nem jó nekem, egyedül meg végképp, úgy érti, vezetővel sem. És ő is azt mondja, élvezni kell az utat, nem heroikus erőfeszítést tenni. Hát ez mi, ha nem az?! – gondolom, mert a könnyebb rész után ismét szörnyű útszakasz következik. Már látni a falut. „Vágjuk le az utat!” – javasolja a kis ember. Igen ám, de ez a „levágás” újabb hegyet és völgyet jelent, és újra és újra ingó köveken, kis szakadékok mellett, a falu meg mintha távolodna. Azért bírom, ez már könnyebb nekem, mint az előző. Most a kis ember roskad le, mondja, fáradt és leteszi maga mellé kis uzsonnatáskáját, mely mindösszesen jelenti számára a csomagot. Én is lehajítom a hátzísákom és relaxálunk pár percet. Ismét összetört híd következik, ezért kerülnünk kell. Majdnem hat órát jöttünk a kis „könnyű, lágy” túránkon, már ahogy azt az utazási iroda elképzelem.

A vendégházba – ahova végül mégiscsak megérkezünk – mint valami tyúkketrebe, tyúklétrán kell felmászni. Iszunk egy teát, majd a kis ember lepihen, én meg nekiállok leírni hősiezen átvészelt, nehéz, de gyönyörű napomat. Egy német lány botlik belém, hosszasan beszélgetünk, ő a párjával van, komoly trekkingezők, megcsinálták a *Markha Valley*-t is. Elmondja, hogy az igen nehéz a komoly kapaszkodók miatt, de meg kell jegyeznie, hogy az erre a trekkre írt *soft* és *easy* egy marhaság, hát nagyon is nehéz, még, hogy nem kell fittnek lenni?! Micsoda butaság! Azt mondja, a német utazási könyvek is alábecsülik a trekkingek nehézségét, hogy „közepes”, meg, hogy „bárki”, és rengeteg német elhiszi és aztán arra kényszerül, hogy feladja.

Amúgy ma még egy árva falatot nem ettem, azt hittem, itt kapok egy kis leveskét csapatival, de nem, mert csak a kislány van itthon és majd akkor lehetséges, ha hazajön az anyja, aki talán a földeken van. Bár nagyon sajnáltam, hogy nem tapasztalom meg a sátras éjszakákat, de mi egy sátrazás ahhoz képest, hogy egy tibeti család labirintusszerű vályogháza tyúklétrás tetején alhatsz! A német lánnyal folyamatosan társalgunk. A tibeti férfival viszont olyan, mintha berezonálna minden szavának minden betűje után valami “drzzz – drzzz”, mintha egy darázs tülekedne a nyelve hegyén szóhoz jutni, így aztán többnyire csak sejtem, hogy angolul beszél.



Kedves Kati, eddig nem tudtam, hogy mit ajánljak neked, de most, hogy visszajöttem a sétáról a faluban, miután a tyúklétrán majd a nyakamat törtem, hát azt mondom: ezt, ezt, ezt! Szép dolog a csillagos ég alatt aludni, de egy tibeti család, otthonában aludni, azt enni, amit ők, velük lenni, ez az igazi kaland!

A tibeti falvakban a házak, amelyek le vannak festve fehérre, szépek, különösen attól szépek, hogy szép faragott ablakokkal díszítik. Többnyire emeletesek, nagyok, mintha jómódú családok laktak. Hanem, amikor belépünk a házba, akkor egy sötét, labirintusszerű folyosón haladva kis vályogszobácskákat látunk – már amennyire látunk egyáltalán, hiszen nincs villany –, és olyan, mint hogy ha egy malomba lépünk, mindenütt a földszinten gabonák száradnak, a betakarított termények, amiket a földekről behordanak. És felfelé, ahogy már mondtam, kis tyúklétrákon tudunk haladni, nagyon meredeken. A következő szinten már lakószobák vannak, ezek is kicsi, sötét szobácskák, bútor nélkül, a földön matracal, ahol alszanak. A következő szint, ahol a túrázók is alhatnak, azok egy kicsit világosabbak már, mivel felül vannak, és jobban besüt a nap. Középen úgy van kialakítva, hogy egy terasz szabadon van hagyva és körbe a szobák, olyan szoba, amiben szintén semmi nincs, csak a földön egy matrac. Ebben a házban az egyik ajtó kitűnik a többi közül a szépen faragott szemöldökfájával. Amikor a nagyapa feljön, és belép a szobába, láthatom, hogy ez egy díszes szentély, imádkozó hely. Az idős férfi térdre borul, majd fűgén feláll. Ezt többször megismétli, ami szép teljesítmény ebben a korban.

A teraszon a kis emberrel várjuk a vacsorát, várjuk, hogy megjöjjön a háziasszony és megfőzze nekünk a leveskét. A háziasszony már régen itthon van, de mi csak várunk, várunk és csak nem kapunk vacsorát. Körülöttünk a teraszon, és a tetőkön mindenütt szalma szárad télire az állatoknak. De bármerre nézünk, mindenütt szárad valami, mindent hasznosítanak. Már lassan besötétedik, de a leveske csak nem készül el. Egyre hidegebb van, nekem pedig alig van meleg holmim. Bebugyolálom magam a hálósákba. A konyhából egy lukon keresztül vezet fel a kályhacső, ott mellettünk, és hallatszik onnan a vidám beszélgetés, csak éppen a levesünk illata nem kúszik felénk. Sokat viccelődünk, hogy bizonyára egy egész lakodalmi ételsor készül, tízfogásos vacsora. Meséli, hogy az ő felesége milyen ügyes és gyors. Ez az emberke még növésben van, még csak 26 éves, de már három gyermeke van. Értem érzett felelősségtől fűtve lemegy a konyhába érdeklődni, mit remélhetünk vacsora ügyben? Még fél óra – biztatnak. Fél órából egy óra lesz, majd végül tényleg behívnak a konyhába bennünket. A többi kis barátságosan fülkéhez képest ez a közösségi helyiség barátságos és jó tágas. A körbe helyezett alacsony lócák egyikén már ott ül a német pár, előttük kis asztalkán tea. A másik fal mellett végig szépen faragott üveges és polcos konyhaszekrény áll, tele gyönyörű porcelán csészékkel, tálkával és mutatós nagy rézedényekkel. Előtte egy nagy, díszes kályha áll, a csöve – ahogy fentről tapasztaltuk is – ki van vezetve a plafonon a szabadba. A kályha ég, nagy kondérban tibeti specialitás fő; tésztaleves. Egy tizenhat éves fiú, közel a kályhához a földön ül, ölében fűzet, könyv, a leckéjét készíti. Itt van valami sivar kis világítás valami generátorról, így félhomály van a helyiségben. A tizenhárom éves kislány a földön térdel, szintén a kályha közelében, és az ölében lévő deszkán tésztát gyúr, az apa kevergeti a fazékban a levest, és időnként a felvagdalt tésztákat belezúdíja a levesbe. Az anya a szomszédos kis helyiségben van, csak később kerül elő. Koromfekete dús copfja a fenekéig ér, mint általában minden tibeti nőnek. Hazajön a harmadik gyerek is, egy tizenéves fiú. Egyedül én kapok egy tálka levest chapatival, még az ebédre megmaradtból, mert a kis ember bizonyára elmondta, hogy én még nem ettem ma semmit. A többiek várják a tésztalevest. Közben beszélgetünk. Az ötvenhét éves apa beszél angolul, így sok mindent megtudunk, például azt, hogy télen három hónapig zárva van az iskola, különben végig tanítás van. Tíz osztály van, aztán a kolostorban lehet

folytatni a tanulást. Télen az alattuk lévő konyhába szorulnak be – az egy kisebb helyiség, mutatja a padlón a lukat, gondolom, a kályhacsőét –, ekkor kézműves munkákat végeznek ott.

Elkészül a leves, az apa és a kislány mindenkinek ad egy csészével. Én is kapok, csak kevesebbet kérek. Igen finom. Hosszan eszegetünk, majd teázunk és beszélgetünk. A német lánnyal megállapítjuk, hogy sátrazással nem lehetne részünk tibeti családok életébe bepillantani.

Mielőtt nyugovóra térünk, meg akarom látogatni a WC-t, de rémülten lépek hátra már az ajtóból. A pottyantós fajta, elviselhetetlen büzzel, hozzá még sötét is van, így nem tudhatom, egyetlen bakancsossal hova lépek. Lefekszem azzal a dilemmával, hogy a délben, egy kő mögött titokban elkövetett pisilés óta elfogyasztott vizeket vajon hogyan őrzöm reggelig? Mindegy, lesz, ami lesz, nincs más választásom.

### Egy nehéz nap éjszakája

Lefekszem, és a konyhában elkezdődött kézfájásom teljes erővel kitör. A bal csuklóm mozdtítani sem bírom, nem tudom az ujjaimat sem használni, ha megmozdítom, feljajdulok. Az ízületek úgy belobbantak, mintha a csuklóm át lenne löve, lóg le bénán és sajgón. A szobában sötét van, nem találok meg a megfelelő kenőcsöt és fáslit, tehetetlen vagyok. A kezem akkora, mint egy elefántnak a lába. Fázom a Grizzly hálósákomban, alvásról szó sem lehet. Hatalmas szélvihar támad, rázza a kis odúm ablakait és az ajtómat, amit nem lehet becsukni sem, a szél nyikorogva terelgeti ki-be. Igen félelmetes és barátságatlan minden. Kétszer is belép valaki hozzám a nagy sötétségbe, majd kiáltásomra, *I'm sorry*-val kihátrál. A továbbiakban tehát hiába tudom, hogy a nyikorgás többnyire a szél, no de azt is tapasztaltam, hogy nem minden esetben. A bal oldalamba a folyóba esés sérülése miatt nem tudok feküdni, de a béna kezem miatt meg úgyszólván semerre. Kínlódom hosszasan és a sötét jövőmet latolgatom. Ezzel a kézzel nem lehet tovább menni, feltehetően reggelre még hatalmasabbra dagad. Annyira fáj, hogy az ujjamat nem tudom használni, például bekötni a cipőfüzőm. Ebben a reményvesztett állapotban, mivel nem férek a gyógyszerekhez, elkezdem gyógyítani én magam a kezem. Elképzelem a hűtésnek mindenféle formáját: jégkásába dugom a kezem, a mélyhűtő változatos tartalmával borogatom, úgymint spenót, tök, zöldborsó. Rövidesen csillapul is a fájdalom és később már azt is elérem, hogy ha megmozdítom, akkor sem nyilallik bele olyan erővel. Nem tudok aludni, hát csak munkálkodom tovább a gyógyulásomon. Telnek az órák. A szél kitartóan rázza az ajtót, ablakot. Bemelegedik a hálósák, végre nem fázom. Nem bánom, hogy nem alszom, hiszen dolgom van, a hűtés, hogy a kezemben lángoló tüzet megfékezzem. Aztán kitisztul az ég, megjelennek a csillagok, bátorítóan néznek le rám, és én velük vigasztalódom dolgozó éjszakámon. Hajnalra már igen fáradt vagyok, és nem értem, hogy lehet ilyen hosszú egy éjszaka. Soha nem lesz hajnal? Igazad van jósnő, „kutya nehéz”, ez sorra beigazolódik, remélem abban sem füllentettél, hogy ez egy nagyszerű változást hoz az életembe.

Végre eljön a hajnal. A kezem fáj, de csak kicsit dagadt, és be tudom kötni a cipőfüzőmet. Bekrémezem és befáslizom. Elmegyek sétálni és pisilni egyben, ami nem könnyű, mert ebben az alig pirkadó fényben máris szorgos emberek dolgoznak a földeken. Gyors mozdulatokkal átvillázzák a szénát, gereblyéznek, és hajtják az állatokat. Mégis megoldom valahogy ezt a tegnap óta halogatott kérdést.

## Egy nehéz éjszaka nappala

Szombat.

A reggelinél a gyerekek mosakodnak, bekenik az arcukat, a fiú bekrémezi a haját és felborzolja. Egy ládából másik nadrágot vesz elő, bele vannak gyűrve a ruhái. Az anyán loncsos, hosszú ruha, vastag, több rétegű, alul buggyos gatyá, és fölötte ujjatlan orkán pufajka, igen piszkos minden egyes ruhadarab rajta. Ő nem kivétel, többnyire ezt látom mindenütt, bizony, önmaguk tisztaságára nem sokat adnak. Nincs fürdőszoba és folyóvíz, ez igaz, de folyó, és kútvíz van, inkább talán az igény hiányzik. A konyhában kíváncsi egérke bújjik elő, szalad át a konyhán. Teázunk, én csak üresen, kísérőm azonban a tibeti teát issza, nagy darab sárga vaját, és sót tesz bele. Én nem érzek hozzá kedvet, már csak azért sem, mert a földön tartott jakvaját előtte egy megtermett szürke macska nyalogatta.

Megkapom az aznapi tisztított vizemet, és indulhatunk.

A Tengerszem túrabolt dolgozói által ajánlott hátizsák hiper-szuper, mérnökök által tervezett, majd újra meg újra tökéletesített alkotás. A vastag heveder a derekán például átveszi a vállról a súly nagyobb részét. Hát ez igaz, cserébe viszont véresre töri mindkét csípőmet. A vállszíja is vastag, párnázott, olyannyira, hogy centiméterekre kidudorodik. Ma, a második napon, annyira nyomja a hátam ez a két bumszli, hogy szinte olyan, mintha valami ideget nyomna folyamatosan. Ez is segítené, hogy a hátizsák súlyából levegyen. De a súly maga a hátizsák, hogy vinné el az ördög! Ami cuccot hozok, azt a kisujjammal elhoznám. A másik ilyen nagyszerű találmány, a teleszkópos bot. Rendeltetése, hogy levegye a súlyt a lábakról. Le is veszi. Helyette a kezemre teszi, nem is akárhogyan, mint azt befáslizott kezeim tanúsítják.

Induláskor egy folyó mellett haladtunk el, itt még minden zöld, fák, bokrok, sőt kis ligetek. Eltűnnek mindezek, és megint csak a hegyek, a sziklák jönnek véget nem érően. Megyünk-menetelünk, kapaszkodunk, vánszorgunk a sivatagi hőségben. Nem hosszasan, ma csak három órát. Három óra semmi otthon, itt azonban óriási sziklahegyeket kell meghágnunk spirálosan haladó úton felfelé. Néha igen nehéz, meredek kaptatón, máskor kevésbé nehéz, de azért nem könnyű emelkedőkön. Mellettünk egy kis csoport halad el egy pár egy pónival és két kísérő. Ez ritka tünemény, órákig nem látunk embert, állatot, házat. Úgy nézek rájuk, mint bolondokra, de hát kinek jó ez a trekking, meg vannak ezek örülve?!

Mászás közben megint csak a két lépésre koncentrálok: lépés-levegő, lépés-levegő, vagy pedig: lépés-túlélés, lépés-túlélés. Tulajdonképpen nekem már ez a két nap is teljesen elegendő, jó lenne már otthon lenni, még egy hét, ez rettenetes! A táj persze gyönyörű, de nem könnyű észrevenni. A kezem befáslizva, lüktet, a csípőm véres és folyamatosan dörzsölődik, a hátizsák nyom és nehéz. A lábaim viszont jól bírják. Tulajdonképpen az a baj, hogy nincsenek nagy pihenők, ami után újult erővel lehetne folytatni. De nincs is erre alkalmas hely – egy vonzó tisztás, például –, csak egy-egy kő csábít pár perces pihenésre. Ilyenkor, ha becsukom a szemem, egy vibráló energiamezőt látok, amelyben az egész testem feloldódik és egy testetlen rezgéssé válok.

A gondolataim siralmasak. Ábrándozás arról, hogy meglátjuk a falut, ábrándozás a hazamenetelről. Nem kerülök közel sem önmagamhoz, sem Istenhez, pedig ebben a magasságban már megmutathatná magát! Szörnyen nehéz ez a nap, nem pihentem ki az éjszaka a tegnapi napot sem, és hozzá ez a hátizsák probléma. Véget nem érő menetelés után elérjük a falut. Amikor visszatekintek a megtett útra, elborzasztóan soknak tűnik, szinte lehetetlen megtenni, és órában mi ez, semmi.

Zúgó folyó, fehérre csiszolt kövek, körben a nyers, rettenthetetlen hegycsúcsok, némelyik havas, és kis oázis is a folyó mellett, néhány ház. Hatszázan laknak ebben a faluban. A ház és szoba hasonló, mint a tegnapi, de jobb, és villany is van. A tetőterazon a házigazdával beszélgetünk. Tanár. Azt mondja, magyar nemigen jön, csak német, francia, olasz, és svájci. Beszélgetünk a tibeti és a nyugati kultúra sajátosságairól, azt mondja, nekik nincs semmijük, szegények, de békések, boldogok. Kérdezem, hogy mi a titok. „A vallás, a buddhizmus. Ez adja az embereknek a lelki békét errefelé.” – Mondom neki: – „A nagylányom nehezen találja ezt a békét, mit javasol neki?” – „Jöjjön el ide, azt tanácsolom.” – „És ez elég?” – kérdezem, és elmesélem, nekem mit jóstoltak, és, hogy megváltozva megyek haza. Hevesen bólogat ő is, és a kísérom is: „Ez így is lesz!”

Finom levest kapunk, ilyet én is fogok otthon csinálni, csíkokra vágott káposzta van benne. Pihenek, írok, üldögélek a terazon és nézem a hegyeket. Aztán sétára indulok, felmegyek, egészen a sztúpákhoz. Itt sem kapok ugyan elég levegőt, de hátizsák nélkül mégis semmiség. Gyönyörködöm a tájban, a nyugalomban, és hogy egyedül vagyok, együtt a természettel. A folyónál nézem a nagy köveket, melyeket a víz gömbölyűre csiszolt. Sötétedéskor ismét a terazon üldögélek, amikor két huszoneves lány érkezik. Később kiülnek ők is a teraszra. Egyikük új-zélandi, másikuk brazil. Jókedvűek, lazák, szépek. Beszélgetünk mindenféléről, például arról, hogy az ausztrálok korán öregednek, mert a nap tönkreteszi az arcot, csakúgy, mint az ittenieknek. Igen meglepődnek a koromon, fiatalabbnak saccoltak. Megmutatom az angol nyelvű, otthon kinyomtatott trekking lehetőségeket nekik. Ők azt járják végig, amit én, még hozzá vezető nélkül, térkép alapján, ami igen nagy merészség, minthogy a térképen igazán nincsenek támpontok, csak szikla, szikla és szikla. Nézik a papírt, majd felnyerítenek, sikoltozva nevetnek és kiabálnak: „Easy! This trekking is easy! Wow!” – és – „Look! Soft!” Meg vannak döbbenve, hogy ez a nehéz út könnyűnek van minősítve. És „Demanding!”, még hogy „demanding!”, mondják egy másik útra. Az új-zélandi – Sarah a neve – eljátssza, hogy hogyan jöttek. Meggörnyedve a hátizsák alatt, mint egy rőzsehordó asszony (mi már csak Munkácsy-tól ismerjük), és lassan, alig mozdítva csoszant egyet előre a lábával, majd a másikkal, mint egy lassított felvétel. Később azt játssza el, amint kapaszkodik fel a hegyre, és nem kap levegőt. Sokat nevetünk, igen jó a hangulat. Vezetőm is közénk ül. A lányok fantasztikusak. Utazásaim során megfigyeltem ezt a típust: kezdetben a nyugati embertípust, szemben keletivel. Például a határnál, útlevel ellenőrzésnél a magamfajta keletinek összeszorult a fenekében az izom, vajon minden rendben van-e? A „hatóság” előtt álltam, ami kis tiszteletet, kis szorongást keltett bennem. A nyugati embertípus, útikönyvébe mélyedve, félvállról, oda sem nézve, két ujja közé fogva nyújtotta az útlevelét. Később még tovább fejlődött a megfigyelésem: vannak az igen lazák, felszabadultak, főként az ausztrálok, új-zélandiak között, bár, igazi kutatás nem előzte meg e kijelentésemet. Tény, hogy létezik az az irigylésre méltó, önmaga lenni tudó, nem másnak látszani akaró emberi lény, mint ezek a lányok, különösen az új-zélandi. Sarah sokat utazott mostanában, főleg Európában. Odavan Spanyolországért, Marokkóért. Nálunk nem járt. Tanár egyébként, angoltanár, és egy évet tanított Koreában – gondolom Észak-Korában –, egyetlen fehér nőként, kiközösítettként élt ott, de nem tetszett az egész kultúrájuk sem, amit ott látott. Hetven gyereket tanított, akik korábban soha nem tanultak angolt, amúgy ott senki nem is beszélt angolul.

Hét órakor vacsorázni hívnak bennünket, a később érkezettekkel együtt. Szép, tágas konyha, hasonló a tegnapihoz. Egy osztrák középkorú házaspár, egy német fiatalember, a brazil, és új-zélandi lány, egy indiai vezető, egy magyar, és a tibeti háziak képviseljük a sokszínű világot, és a trekkerek büszke csapatát. Mert igen, büszkék vagyunk, ez egy más élet, más minőség. A merev, színtelen-szagtalan német férfiről például kiderült, hogy dzsippel járja a vidéket.

Később előkerül hatalmas kamerája is. Rá kissé kívülállóként tekintünk. A két lány valóságos show-műsort ad elő, imádnivalóak! Sarah viszi a prímet, elmeséli, hogy ő cipelte végig a közös hátizsákot, megmutatja hogyan lihegett, fújtatott, majd az este folyamán minden alkalmat megragad, hogy beleszúrja a mondanivalójába, magára mutatva, kissé sűgva: „Én, én, én cipeltem a hátizsákot!” Barátnője is élvezi, hatalmasakat kacag. Sorra egyenként felvonulunk a fényképezőgépekért, hogy megörökítsük a vidám estét. Az osztrák pár végig kissé tartózkodó marad, de a német férfi lassan feloldódik és előveszi kifogástalan angol tudását és kérdezőgeti a lányokat. Közben persze jóízűen falatozunk is: fehér rizs, négyféle, szaftos zöldséggel, sárgarépa szaftban, káposzta, bab, és a negyedik, nem tudom, talán valami sütőtök-féle. És persze *chapati*! Végül aludttej is van az asztalon, ami jaktejből készült, és valami isteni! Aztán teázunk, de mintha bort innánk, tetőfokára hág a jókedv. Végig a házigazda szolgál fel és szórakoztat bennünket. Felesége, a kis tibeti öregasszony a háttérben készíti a vacsorát a lányával együtt, jókat kacag ő is egy-egy tréfán. Egyébként a földön guggolva készítik az ételt és a földön kucorogva fogyasztják is el a konyha közepén, minthogy mi lefoglaltuk a lócákat. Amúgy mindig csak megvárva, hogy a vendégek jóllakjanak. Szegény kísérőm is mindig csak akkor kap, kétszer is védelmembe veszem, mire felismerem, hogy ez szándékos. Azt mondja a tanár: „Első a vendég!” – „Hm, rendben, a szabály, az szabály”, – felelem, amire nagy örvendezés a válasz, nyilván ők is ismerik ezt a mondást.

Korán nyugovóra térünk, és végre nagyon jól alszom.

### **Nem bírok leállni, öt óra után még három ráadás**

Vasárnap.

Reggel igen bizakodón állok a naphoz. Lesz, ami lesz, ha öt óra is áll előttem, menni fog! A kezem bár még dagadt, de nem fáj, a csípőm sebeit leragasztom, a hátizsák szíjait megigazítom, úgyhogy derűlátón várom az indulást. A hajnali sétát még gyorsan beiktatom, hogy a pisilés dolgát megoldjam, és e vendégszerető ház toalettjével se kerüljek közelebbi ismeretségbe.

A tibeti tanártól kérek üres papírt, elmondom, hogy naplót írok, de betelt a füzet. Egy notesszel tér vissza és azt mondja, boldog, hogy hozzájárul egy leendő könyvhöz. „Ó, dehogy! Két hétről nem írok könyvet! Viszont, már valóban jelentek meg könyveim.” Tisztelettel meghajol, és szóban is kifejezi elismerését. Igen kedvesen búcsúzik az indulóktól, a dzsipestől, és az osztrák házaspártól. A lányok még maradnak egy napot, csak holnap indulnak. A házigazda tőlem megkülönböztetett szeretettel búcsúzik – gondolom a teraszi beszélgetés eredményeképpen –, végül még visszazalad a névjegyéért, és kér, hogy írjak neki levelet. E-mail címe is van, havonta egyszer beutazik Leh-be, megnézi őket. A szokásos tibeti hajlongással, és a kezem két kezében történő melengetésével búcsúzik, mígnem én le nem támadom egy-egy puszival jobbról-balról, amit nevetve fogad.

Az első fél óra kaptatója, és zöld oázisok után, egy kellemes szakasz következik. De nem túl hosszán, épphogy csak kipihenhetem magam egy kicsit, mielőtt nekivágunk az iszonyatos nagy hegy meghódításának. A hegy megmászása természetesen nem egy egyenes, felfelé vezető út, hanem kanyargós – ettől végtelenül hosszú –, de folyamatosan igen erős emelkedő. Rutinosan veszem elő kidolgozott túlélőtechnikámat: lépés-túlélés, lépés-túlélés... Ezen kívül ami még foglalkoztat, az a levegő kérdése. Hogy hogyan tudnék minél nagyobb zihálással, kapkodó lélegzetvétellel némi levegőt kinyerni a hatalmas levegőégből. Légszomjam miatt

folyton ásítózom is, de ez sem egyszerű, mert ásítás közben is kapkodni vagyok kénytelen a levegőt. Kis *soft* és *easy* trekkingem sarkalatos kérdése a túlélés, amiről, persze tudom, hogy nem kérdés, hiszen minden hegynek van teteje, bármilyen hihetetlen is, és egyszer elérkezik a boldogító pillanat, amikor felérünk. Körülbelül tíz-húsz lépésenként megállok egy-két percre zihálni, sőt, kissé jajongani is. A hegyoldalban kijárt, keskeny kis gyalogösvényen haladunk. Ahol nincs jól kijárva, ott csúszós, ügyelni kell nagyon, hogy meg ne csússzak, és le ne guruljak a mély völgybe a meredek oldalon. Egyszer valóban megcsúszom, de visszanyerem az egyensúlyom, ami hátizsákkal nem is olyan könnyű. Lenézek a mélységbe és elborzadok a gondolatra, mi lenne, ha lezuhannék. Két lehetőségem lenne: vagy meghalok, vagy életben maradok. Ha életben maradok, két lehetőségem lenne: vagy nyílt törés és vérzés, vagy belső törések, zúzódások. Ha nyílt törés és vérzés, két lehetőségem van: vagy el tudom kötni, vagy nem. Ha el tudom kötni, két lehetőségem van...

Amint számba veszem törött csontjaim és sérüléseim, eltöprenghetnek az élet múlandóságán, mert, hogy ide nem fog jönni értem szirénázó mentőautó, az fix! No de, mi lenne? A rémült kis emberke bizonyára sietős léptekkel elindulna a közeli faluba, én addig kedvemre kiabálhatnék, nem úgy, mint a mentőautóban, ahol igyekeznék úrinő módjára viselkedni. Ha elunnám a jajgatást, vagy berekednék, akkor sírhatnék, imádkozhatnék, feladhatnám, vagy reménykedve nézném az ösvényt ott fenn, ahonnan útnak indult a kis ember, esetleg elájulnék, vagy elbóbiskolnék. Várnék. Emberke két óra múlva eljutna a közeli faluba, onnan segítséggel, hipp-hopp – újabb két óra alatt – meg is érkezne. Felraknának valami hordágyra, és röpke két óra alatt – mindösszesen hat óra alatt –, a falu legbölcsebbjéhez kerülnék, aki a maga módján (jóindulatában abszolút nem kételkedve) így-úgy összerakna engem.

Végül eljön a pillanat, és zihálva felkúszom-mászom a tetőre. Lehajítom a hátizsákom és lihegek, ezzel szemben a kis emberke elindul egy kis különálló hegycsúcsot megmászni, így szerencsére van egy kis időm – miután visszanyerem rendes légzésemet – gyönyörködni és élvezkedni, és felismerni ismét elragadtatottan, hogy hol is vagyok valójában. Ez itt a Himalája, nem vitás, Ladakh, a magas hágók országa.

Innen egy nem is remélt hosszúságú, kényelmes út következik, egyszerű turistává válok, és boldogan élvezem a gyaloglást is, és a természetet. A sziklák után zöldebb részre érünk, persze körben a sziklák soha nem maradnak el, egy folyó kíséri hosszan az utunkat, igazán szép vidéken járunk. És végre tudok másra is gondolni, nem csak a „lépés-túlélés” mantrikus mondogatására, na nem mintha az a sok haszontalan gondolat, ami itt jön-megy a fejemben, nagyobb érték lenne, sőt! Meggyőződésem, hogy akár sétáló meditációnak is beillenek az előbbi. No de, azért talán elvétve bekerül a fejem belső térfogatába épeszübb gondolat is – tán eltévedt, vagy mi. Töprengek például azon, hogy lám, ezek szerint nem sikerült meglógnom a nehézségek elől, a kis trekking sem könnyű, ez egyszerű, de hol a változás? Végignézek magamon, kívül, belül. Teljességgel ugyanaz vagyok. Ez sem utolsó, az lenni, aki, ez akár egy életcél is lehet, meg pusztán ezt a sok élményt is boldogan tudom magaménak, mindenféle változás nélkül is. Jó, de a jósnő! Fene a dolgát! Most ezt várom. Sőt, mindenki, akinek elmeséltem. És most jön az a gondolat, ami betévedt, s amit örömmel üdvözöltem: Talán Gharry – a turbános szikh férfi – nem véletlenül került az utamba, talán ez is a láthatatlan igyekezet eredménye, amely terelgetni próbálja sorsomat? Hiszen hát olvassam már el újra a Mennyei próféciákat! Micsoda buta dolog, hogy az ember végre talál egy igaz könyvet a sok hamis, hiteltelen ezoterikus könyv között, megörül, azt hiszi, ez változást hoz az életébe, másképpen fogja ezután tenni a dolgát, máshogyan él, aztán visszateszi a polcra és az élete éppen úgy folytatódik, ahogyan előtte. Ha hazamegyek, újra elolvasom, lehet, hogy ez hozza majd a változást? Ezúttal végre megérték valamit úgy mélyen, igazán?

Próbálom felidézni *Charlie Loren* szép gondolatait a gyaloglásról, ami zarándokúttá válik.

*„A gyaloglás a legtermészetesebb útja a hegyeken való átkelésnek – saját lábunkon, emberi ütemben. Mint minden utazás, akkor lesz a legjobb, ha zarándokúttá válik, valami megpróbáló játékká, amit azért játszunk, hogy testben, érzelmeinkben és olykor lélekben is gazdagodjunk.*

*Ezt a játékot persze otthon is lehet játszani. Vannak azonban helyek, amik segédkezet nyújtanak a zarándoknak. Helyek, ahol könnyebb egyszerűen élni, lelassulva, ahol a táj fájdalmas és tiszteletet követel, ahol az élhető életről alkotott elképzeléseid megkérdőjeleződnek, és fölfrissítő újdonságot kínálnak.*

*Gyalog járni, - a luxust mellőzve, pusztán a legszükségesebbekkel, - fölszabadító élmény. Talán az első napokban nehéz ezt méltányolni, amikor fizikai fájdalmat élsz meg a járástól, kényelmetlenségektől és attól a lelki kínszenvedéstől, amit az jelent, hogy a hatalmas boldogsághullámok és a szomorúság végtelen mélységei sűrűn váltják egymást. De aztán egyszer csak áttörik a gát. A Nappal kelni, egész nap járni, a csillagok alatt aludni a világ legtermészetesebb dolgának tűnik. A tested fürdőzik az újonnan megtalált erőben, míg szellemed, a járás ritmusán elandalodva, megszabadul szokásaitól, és a sürgetéstől. Ez a valódi élet-méregtelenítés.”*

Vagy két óráig tart ez az élvezetes gyaloglás. Vezetőm is élvezi, „Jó nap ez a mai” – mondja –, „nem olyan, mint a tegnapi!” Úgy, szóval a tegnapi neki sem volt egy leányálom! – gondolom elégedetten. Azután kezdek fáradni, amit egyébként kizárólag csak a hátizsákomnak köszönhetek, mert amúgy jól bírom, a hátizsák azonban lépésről-lépésre nehezebb, mintha vezetőm titokban újabb és újabb köveket rakna bele. Arra gondolok, nekem már nem kell többet utaznom, mert nem létezik a világnak ennél eldugottabb, elszigeteltebb országa. Én már itt vagyok a világ végén, hova is mennék még? Két kicsi falu mellett is elhaladunk, ez a hely a folyóval vonzó hely a megtelepedésre. Már négy és negyed órája gyalogolunk, soha nem megállva, csak a kilihegés céljából, amikor elérjük a falut, ahol az éjszakát töltjük.

A falu előtt egy kisfiú csatlakozik hozzánk, aki előtte egy sziklán ült és bámulta a tájat. Egy almát vesz elő, és nekünk adja. A falu meghódítása nem egyszerű, külön fél órába telik, ha nem tovább. Felvándorunk egy magas utca végébe, amikor is kiderül, zárva a vendégház, sőt, hiába folytatjuk utunkat, sehol nem találunk vendégházat. Visszaballagunk a falu központjába, lepakoljuk a zsákokat, és emberke egyedül megy keresgélni tovább. Ez egy nagyobb falu, úgyhogy boltocska is van, ez előtt üldögelek. Nézem a kisfiúkat, akik egy szétesett játékautó megmaradt darabjaival játszanak, próbálják a két kereket az aljjal legurítani a lejtőn. Két szép kislány jön vásárolni, lefotózom őket. Azután visszajön a kis ember, szerencsével járt. Már csak egy nehézség van, a ház lépcsőit megmászni, ami, bármilyen vicces is, megállásra és lihegésre késztet mindkettőnket.

Jegyzetelés után gigantikus elhatározásra jutok: felkeresem a toalettet. Az nem lehet, hogy az összes trekker hatalmas vándorútra indul, ha WC-re kell mennie, nem lehet, hogy megfutamodjak, nem lehet az én toleranciaszintem ilyen alacsony! Végiggondolom, mi mindent legyőztem már az életemben, sorra veszem győzelmeimet, és így, kellően megerősödve önnön nagyszerűségemtől, elindulok a toalett keresésére. Váratlan öröm ér, egy ajtóra ez van írva: *Bathroom*. Ujjé! Itt más van, mint eddig! Benyitok, majd visszaugrok. WC nincs, csak egy koszos mosdókagyló, ellenben mintha egyenként befogdostak volna legyeket és ebbe a helyiségbe zártak volna be, millió és millió repked és zizeg odabent. No, de mire ez a nagy izgalom?! Mi okuk lenne ide jönni, ennyi légynek, ha nem emberi ürülék szaga hozná

ide őket? Kell lennie talán egy luknak a földön. Újra benézek. Nem, itt nincs ilyesmi. Akkor ez nem a WC, máshol kell keresnem. Indulok tovább, de felismerem, ha valódi WC-re bukkanok, ott lesznek aztán igazán legyenek, s míg dolgomat végezném, egész légyhadsereg rohamozna meg és vetné meg rajtam féceses lábait. Hát nem! Megbuktam, ebben a dologban megbuktam.

Sétálni megyek. A falu nem akar véget érni, na nem mintha annyi ház lenne, de rengeteg a kis szántó körben. Kis veteményesek, legelők, ahol mindenütt előfordul egy-két ember. Mosó asszonyok mellett haladok el, igen jókedvűen dörzsölik a ruháikat a kis patakocskában, énekelnek, mosolyognak, mintha nyerték volna a lehetőséget, hogy moshatnak. Lemegyek a folyóhoz, mert annyira szép, olyan természetesen vadregényes, hogy közelről akarom látni és beszippantani az illatát. Több emeleten folyik a víz, alul a legszélesebben, de még két terasszal feljebb egy-egy keskeny patakocská is folyik. Ember itt is akad. Mennyire egyszerű a férfiaknak! Akár a főúton is a fal felé fordulnak és intézik dolgukat, mint ahogy láttam is számtalanszor. A trekkerek is könnyen elintézik, amennyiben férfiak, mármint a kisdolgukat, mert a nagydolog itt válik igazán Nagy Dologgá, ebben a helyzetben. Én a magam részéről egyszerűen lemondok erről az élményről a trekking idejére.

Reggel, induláskor, egy gyönyörű lányt láttam a faluban. A hajnali hideg – vagy talán ő maga – piros rózsákat rajzolt a szív alakú arcára, amelyből kiragyogtak nagy fekete szemei. Hosszú, sötét haját hátrafésülve horda – mint minden nő errefelé – szabadon hagyva szép homlokát. Amint a vizet merte a kútnál, ránk pillantott, és mosolygott. Errefelé nem teremnek szép lányok, gondoltam, de elhamarkodottan, mert ma több is utamba került, a következő faluban. Játzó gyerekeket sem láttam mindeddig, de ma többet is. Sétálok a faluban, mindenkinek köszöngetve az ő nyelvükön: „Jullej, jullej!” (Dzsüléj, dzsüléj) Élvezem ezt a vezető és zsák nélküli sétát, de bevallom, a kaptatókon most is lihegek. Legalább két órát kóborolok felszabadultan ebben a gyönyörű faluban. Hazamegyek kicsit pihenni, írni, de aztán újra felkerekedem, nem bírok már nem menni, mint egy játékautó, amit felhúztak. No és megyek ásványvizet vásárolni, mert a háziak még nincsenek itthon, és mert van bolt ebben a faluban. Szobámból kilépve egy *Toilet* feliratot látok, nyíllal felfelé. Elindulok a rettegett helyszín felé, pusztán kíváncsiságból. Vonz a veszély. A tetőterazon termények száradnak, több szobába benyitok, ugyanezt találok, mindenütt termények kiterítve, csakúgy, mint a földszinti szobákban. Nyitok sorra a szobákba, de mindenütt csak a termények, illetve egyik szoba meditációs szoba. Kanyargós szűk út visz oldalt tovább a vályoglabirintusban, és egyszer csak, hopp, itt van a WC. Semmi ijesztő nincs benne, légy sincs, középen elég terebélyes luk, ide kell célozni, körülötte tiszta, nem járunk nyakig a kakiban, ahogy képzeltem. De mi van, ha leszakad ez a vályogtető és én lent találok magam a... No, ez már valóságos fóbia! Megyek innen, különben sincs rá szükségem, pusztán a kíváncsiság hozott ide.

Újabb egy órát tekergek, a falu másik vége felé indulok, ezúttal hamar kiérek a faluból. Ez egy gazdag falu, két folyója is van, lepődök meg. Egyszerre látom is mindkettőt, jobbról, balról. Annyira szép mindenfelé! A szabadfolyású, szabályozatlan vizek zubogva törnek lefelé, és az éltető víz nyomán itt rengeteg a zöld. Ligetek, zöld ültetvények mindenütt, és persze az egeket ostromló sziklahegyek, sziporkázó színekben, és a magasabbja hósapkát viselve a feje búbján. Az emberek hajtják haza az állatokat. Némelyik kezében imamalom, azt forgatja. Az itt élők életébe beleépül a vallás, jártukban-keltükben megforgatják az óriási imamalmokat is, amelyek az utcán vannak, használják a kicsiket is, az olvasókat, és minden lakásban van egy szentély is. Nincs ideje az imának, illetve mindig ideje van.

Száradó vályogtéglák mellett haladok el, pont, mint otthon némely faluban.



Teherautóval találkozom, tele van áruval, az emberek ott tolonganak körülötte. Lehet vásárolni edényeket, ruhaneműt, ez egy mozgó bolt. Megyek, visznek a lábaim, ezek a drága lábak mit kibírnak, újabb egy óra séta. Alig bírom abbahagyni, de sötétedik, félek továbbmenni. Az állatokkal együtt én is megyek hazafelé. A szikh férfi azt mondja, mi nyugatiak sokat dolgozunk. És ők?! Hajnalban már kihajtják az állatokat a földekre és dolgoznak egész nap. Itt vagyok például étlen ma is, mert a háziasszony még nem jött haza, gondolom, dolgozik. Vagy szomszédolna?

Ma különös nap van, nem vágyom haza, nem gondolok a gyerekekre és Gyurira, az otthonomra.

Teljesen besötétedik, de nem hívnak vacsorázni. Mivel a vezetőmnek fáj a feje, egész délután alszik, és mert nincs tetőterasz sem, mindenki csak a maga szobájában lehet, így nem is tájékoztatnak arról, hogy lesz-e egyáltalán vacsora. Igen sötét van, ez ad támpontot, mivel órám nincs. Az idő telik, a vacsora késik, így szomorú vagyok, mert ha nincs vacsora, akkor viszont a vacsorán kívül le kell mondanom egy illúzióról is, a híres tibeti vendégszeretetről szólóról. De végül késve, de mehetünk. Egy német lány a társaságunk, aki busszal kolostortúrán jár errefelé, egyedül. Ez a vacsora korántsem olyan vidám. A házinéni – ötven éves kis öregasszony – és egyik fia vannak csak itthon, ők pedig nem beszélnek angolul. A férfi szinte morcosnak tűnik, de lehet, hogy csak feszélyezi, hogy egy szót sem tud. A bátyja állítólag tanár, ő jól beszél angolul, de éppen ma Leh-be utazott. A nálam fiatalabb, ám igen megviselt kis öregasszonynak négy gyermeke van. A vezetőm újságolja neki ladakhi nyelven, hogy nekem is. A vacsora ladakhi nemzeti étel: tésztába töltött zöldségek, szaftos zöldségek közt, krumpli, karfiol és szójakocka között. A német lány viszi a szót, igen érdeklődő, a vezetőmet kérdezzeti.

Hamar ágyba bújunk. Az ágyam – egy matrac a földön – épp az ablak alatt van, így sokáig gyönyörködhetek az ezernyi csillaggal borított égbolton, sőt, mivel sokszor ébren vagyok, éjjel ezt újra és újra megtehetem.

## A félelem tetőfoka

Hétfő.

Kihajtom magam hajnalban az állatokkal együtt, szomorú szemű, kedves csacsikkal és egykedvű tehenekkel. Sűrűn forognak az imamalmok, a nagyokat egy-egy ember megforgatja, énekelve körbejárja, a kicsiket kézben forgatják. Háromféle imamalmot figyeltem meg. Az egyik egy nagyobb építmény, nyitott oldalú, oszlopos kis ház, és benne egy nagy, vastag henger, amelyet körbejárnak, míg forgatják; aztán vannak a kisebbek, amelyek azonban sorba vannak fűzve, és a melléte elhaladó mindegyiket meghajtja; és végül vannak a kis kézben forgatható imamalmok, amelyet én is vásároltam a leh-i bazárban.

Ma dzsip jön ide értünk, még Leh-ben szervezték le, amely elvisz *Lamayuru* kolostorához, túl nagy távolság ugyanis innen a következő falu, gyalog nem lehet lejárni. Félek a hegyi kanyargós úttól. Bárcsak gyalogolhatnék, és mondogathatnám a kis mantrámat: lépés-túlélés, lépés-túlélés. Amíg várakozom, nézem a házinénit munka közben. Nyílt tűzön egy hatalmas üstben magvakat pirít. Talán úgy van ez a munka dilemma, hogy dolgoznak ugyan folyamatosan, de megállnak beszélgetni, egyszerűen tevékenyen telik a napjuk, de nem hajszoltan. Talán. Tegnap láttam két nőt a mezőn, szénát hánytak, megálltam és hosszan néztem őket. Ritmikusan mozogtak, egyszerre mindketten, ugyanaz a könnyed lendület újra

és újra, semmi törés benne, a ritmus tökéletes volt, mint egy csodálatos tánc, a munka ünneplésének a tánca. Lenyűgözött a látvány. Lesem a titkukat.

Nem jön a dzsip. A terv az, hogy dzsippel felmegyünk a falu kolostorába, ami igen magasan van, megnézzük, és aztán irány *Lamayuru*. Mivel azonban nem jön a dzsip, azt ajánlom, hogy felsétálok gyalog. Megbeszéljük, hogy fent találkozunk, a dzsippel utánam jön vezetőm.

Vidáman kapaszkodok felfelé a sziklás, meredek hegyen, szinte futok, igaz, néha megállok lihegni, fújtatni, fuldokolni, de aztán megint csak gyors tempóban haladok. Ennyit számítana a hátizsák? Egyre magasabbra jutok, egyre szebb lesz a kilátás, de az ösvény meg egyre veszélyesebbé válik. Egyszer csak olyan szakaszhoz érek, ahol semmi pénzért nem mennék át. A hegy oldalába taposott keskeny ösvény mellett túl rémisztő a mélység és az út sem látszik biztonságosnak, csúszós, porló, málló. Kapaszkodásra nincs lehetőség. Üdvözlöm újonnan termett tériszonyomat, majd félig hasmánt kúszva áthatolok a veszélyes szakaszon. Szerencsére rövid és több nem követi. A kolostoruk azonban zárva van, akárhonnan is környékezem. Na nem baj, van mit nézni, hiszen a kilátás innen fentről ad báméskodnivalót bőven. Próbálok meditálni itt egyedül a Világ tetején, de aztán a türelmetlen várakozás megakadályoz ebben. Vajon nem értettük egymást félre, tényleg feljön ide a dzsip? Mért nem jön már? A kolostor túloldalán találok az autót, én a másik oldalon másztam fel, és rémülten látom, micsoda veszélyes szerpentin. Nem tudom eldönteni, mi jobb: kocsival lemenni, vagy ismét átkúszni a rémisztő szakaszon? Ezek közül egyik sem választható, nincs valami egyéb? Gondolkodom, hogy ússzam meg a lejutást. Eltervezem, hogy hátul ülök, nem a szakadékos oldalon. Végre megjön a dzsip, kérem, hogy hátra ülhessek. A vezetőm nekilát előkotorni a senki által soha nem használt biztonsági övet, hogy megnyugtasson. Micsoda félreértés! Ez akár megmentheti az életemet, de nem ment meg a félelemtől. Halálfélelemnek nevezik, miközben többnyire az ember nem is a haláltól fél, hanem az oda vezető úttól, a zuhanás rettenetétől, a test zúzódásától, roncsolódásától. Én magam régóta tudom, hogy én a félelemtől félek. A félelem rosszabb sokszor, mint maga a dolog, amitől félünk. Elindulunk. Mereven a meredek sziklafal felé fordulok, hogy még véletlenül se pillanthassam meg a nevetséges utat és a mélységet. A szívem majd' kiugrik a helyéről, szünni nem akaróan rettegek.

Lejutunk végül, majd, amint elhagyjuk a falut, ismét felfelé kezdünk menni, majd hasonlóan csak kalandorok számára elképzelhető, teljesen lehetetlen helyen haladunk. Iszonyú keskeny, sziklába vájt, kanyargós út, váratlan, derékszögű kanyarokkal, ahol nem látszik, ha szembejön valamilyen autó, egyik oldalon mélységes szakadék, omló, málló peremmel, a másik oldalon pedig a hegy, amely szintén omló kövekkel borított. És láss csodát, öt-tíz percet bírok csak rettegésben élni, mert úgy eltűnik a félelmem, hogy még inkább lefelé tekintetek, mert ott folyik az Indus, és szinte felajz a szépsége a helynek. Azt mondják, az ember mindent meg tud szokni. Igaz lehet, ezek szerint. Olvastam, hogy Mao idejében a kínaiak az általuk elfoglalt területeken minden hónapban pellengérré állították a falu tibeti lakóit, és nyilvánosan megverték őket. A testüket sebek borították, a hajuk csomókban kitépve, és mégis, azt mondták, hogy egy idő után megszokták ezt!

A kis emberke csudaszép hindu zenét tesz fel. Innentől az utazás olyanná válik, mint egy álom. Istenem, ha félelemben maradok, miből maradok ki! Attól tartok, képtelen vagyok még csak halvány benyomást sem adni arról, mit láttam, miben volt részem. Mélységes szurdokok, mint a Grand Kanyonban, varázslatosan gazdag színekben és formákban, a mélyben az Indus, amely itt szélesebb, nagyobb, sebesebb, fölé tornyosulva az égig érő hegyek, áthatolhatatlan hágók. Lent a mélyben, a víz mellett zöld ligetek olykor. A zene, és a Himalájának ez a

belülről való megtapasztalása álomutazássá teszi a magasba, a hegy oldalába vágott szűk kis autóúton való haladást.

Egy ötezer lakosú városba érünk, ahol nagyobb a nyüzsgés színtje, mint Leh-ben, Khalsi a neve. Teázunk, majd továbbindulunk. Katonai ellenőrzőponthoz érünk, ahol nekem igazolnom kell magam, de nem az ellenőr jön oda, hanem nekem kell felsétálnom a kis dombra, ahol egy szigorú katona üldögél, a már ismert kerti garnitúra mellett, és hellyel kínál. Komótosan beadminisztrál rólam mindent, megkérdezi hova megyek, majd elbocsát. Itt egy szerzetes kéredezkedik be a dzsipbe, ami még inkább hozzátesz elvarázsoltságomhoz. Egy olyan szakaszhoz érünk, ahol sárgás agyagszerűvé válnak bizonyos gigantikus hegyvonulatok, és gyűrt hullámok, kidudorodások, megfolyások keletkeztek. Egyszer csak váratlanul megállunk és kiszállunk. A kis ember lelkesen mutogat a hegy tetejére. Egy vidám mongúzcsapat játszadozik fent, majd bámul le ránk. A kis ember egy hangot ad, ők válaszolnak. Örülünk, mint a gyerekek. Elindulunk, ám amikor a sofőr még mindig tekergeti a fejét a mongúzok felé, akkor ismét előjön az aggodalmam, és figyelmeztetem: „A sofőr nem néz, hanem vezet!”

Az útiterv szerint Lamayuruban megnézzük a kolostort, és innen visszamegyünk dzsippel, de ez csak négy nap lenne, és én kezdettől öt napot kértem, sőt, ez a dzsipes közjáték is váratlanul ért, így kialakusom még másnapra is egy túrát.

Lamayuru csodálatos! A kutyafáját, hogy nincs ilyen szavakból tízezer, hogy ne csépelődjenek el, vagy miért nem vagyok én olyan leíró, hogy az olvasónak éppúgy akadjon el a lélegzete, ahogy az enyém, ahogy utunk koronájához értünk. A hegytetőn ott a híres kolostor, mi azonban szállást keresünk. Egy igazi motelt kerít ma nekem a kis emberke, ahol angol WC és fürdőszoba is van, nincs viszont esti családi vacsora, másfelől viszont csinálnak nekem estére meleg vizet. Tizenkét napja nem fürödtem, tizenkét napja nem mostam hajam, mi több, a trekking alatt nemcsak nem fürödtem, de nem is mosakodtam. Nedves kis törlőkendőim adtak némi illúziót valamelyest a tisztálkodásra. A hajamat még nem volt módomban megtapasztalni, hogy milyen majd két hét után mosatlanul. Az úton nem volt tükör, ezért elképzelésem sincs róla, hogyan is festek? No, itt van tükör. Nagy kár! Ez én lennék?! Napcserezett arc, a tetején pedig egy pamacs, apukám elnyűtt borotvaecsetére emlékeztet.

A vezetőmnek elmondom, sehogy sem értem, hogyha ekkora a szárazság – gyakorlatilag nulla eső –, hogyhogyan ennyi a folyó és patak. Elmagyarázza, hogy a magas hegyek tetején megolvad a hó és ellátja az embereket vízzel. Ó, én pedig azért utasítottam vissza a zuhany lehetőségét először, mert olvastam az útikönyvemben, hogy nincs víz, és nem szabad a turistáknak visszaélni a helybeliek vendégszeretetével. Azt válaszolja, szó sincs erről, bár Leh kétségtelenül rosszabb helyzetben van. Egy virágos kis oázis a szálloda kertje, itt fogyasztom el levesemet. A virágok itt éppen azok a fajták, mint otthon: fáklyaliliom magasodik ki az alacsonyabb őszirózsák és bűdösvirágok közül. Leh-ben is megfigyeltem az azonosságokat. A zöldegek is, amiket termelnek és fogyasztottam, és a virágok is hasonlóak. Ezen a világvégi helyen éppen azok, mint otthon.

A kis emberke egész úton lelkes és izgatott volt, és most megérkezve is boldogan nézi a panorámát. Kérdezem, élvezi-e ő is az utat. „Igen, mindig, újra és újra. Nem tudom megenni!” – válaszolja. – „Az jó, ha olyan a munkád, amit szeretsz.” – mondom neki. – „Igen, az nagyon fontos, a legfontosabb!” – helyesel buzgón.

Egy óra pihenő, én írok, ő pedig – gondolom – alszik. Ebben a *guest housban* egy férfit látok csak, három gyerekkel, egész délután. Két-három-négy évesek, pátyolgatja őket folyamatosan. Tündérik, ám igen piszkosak. Kérdezem: „Három gyereke van?” – „Nem, a legnagyobb a nővéremé.” – válaszolja. Hoz nekünk teát, levest. Gondolom a nő bent mos, vagy főz, vagy ki tudja. Amúgy a kicsik gyakran a szüleikkel vannak, akik dolgoznak. Ez általában kedves látvány, ám az útépitők látványa megrázó. Idefelé jövet a sziklákba vajt úton időnként a kis kiszögellésekben megbújt néhány ember. Nők, férfiak, pici babák. Ennél kítaszítottabb, kegyetlenebb munkát el sem tudok képzelni. Se előre, se hátra semmi, semmi az égvilágon csak kilométereken keresztül sziklák, a keskeny kanyargó út, sem egy fa, sem egy fűszál, csak kövek és sziklák. Itt vigyázni a gyerekekre, egyáltalán lenni, egy kúszó-mászó kicsit visszatarítani, nyugtatgatni, szórakoztatni, hogy ellegyen?! Ó, Istenem, az ember mire képes? Egy lakatlan, holdbéli tájon is elvan, ha nincs más lehetősége. „Ők útépitők?” – kérdeztem. – „Igen, azok.” Hogy hogyan építik az utat, azt nem tudom, tán rakosgatják a köveket, mert gép egy szál sincs, na de hol is férne el?

Dorjej-el (Dzsördzivel) – most már elárulom, ez a kis ember neve –, felkerekedünk, hogy megnézzük a Lamayuru kolostort. Ez egy kellemes séta, mert annak ellenére, hogy a hegy tetején van, nem túl meredek a felfelé vezető út. Már túl késő van, „Zárva.” – mondják a hancúrozó kis szerzetes tanulók. Azért így is sok látnivaló van. Mintha egy kazamata-rendszer lenne alatta, ott bújócskáznak. És persze, persze, a panoráma, amiből bármennyit is kapunk, nem tudunk betelni vele. Visszasétálunk, útközben veszek sampont, majd repesve várom a pillanatot, amikor lezuhanyozhatok. Na várhatok, mert az a forró víz csak nem akar elkészülni. Reklamálok. „Ja, nem szólt senki, hogy már kezdeni kell a fűtést! Jó, akkor egy óra múlva elkészül.” Közben bejön Dorjej hozzám, beszélgetünk. Kérdezem: „Ezek a ladakh-i emberek tényleg egész nap dolgoznak, jól látom?” – „Ó, igen, egész nap. Mást se csinálnak, csak folyamatosan tevékenykednek. Rengeteg a munka az állatokkal, a földműveléssel, a ház körül. És esznek.” – mondja, sójt, szerinte sokat. – „Hát ez nem látszik rajtuk!” – felelem. – „Nem, ledolgozzák. Télen pihennek. Három hónapig sokat van sötét, kevés a fény. Ekkor az egész család együtt van a konyhában, esznek, és jól érzik magukat.” – „Hát dehogyis!” – mondom én, a messziről jött. – „Télen, amikor beszorulnak, kézműves munkát végeznek.” – „No igen, azt valóban.” – válaszolja. Érdekelnek ezek az emberek, hát kérdezősködöm. Tegnap például a német lánytól kérdezem: olvastam, hogy fesztivál idején szabad szerelem van. Áh, szerinte nem, legfeljebb régen volt ez a szokás, ma már nem. A kis emberke is rázza a fejét. „Válás van?” – kérdezem. – „Nincs.” – bizonygatja a kis ember. „És hol szülnék az asszonyok? – „Hát itthon.” – felelik mindketten. Én pedig azt olvastam az újonnan vett Ladakh könyvben, hogy újabban már előnyben részesítik a kórházat. Megjegyzem, ebben a könyvben olvastam a szabad szerelemről is. Kérdezem a kis embert: „Csak a férfit látom itt dolgozni – épp az előbb rohant be egy veteményesből szedett karfiollal, hogy nekünk vacsora legyen –, hol az asszony?” „A feleség, és a nővére egy másik helyen dolgoznak, most csak a férfi van itthon.” Jön az emlegetett férfi, jelenti, hogy elkészült a forró víz. Kérdezem, ha túl forró, hogyan keverhetem. Megmutatja. Férfiak elvonulnak, én pedig eszemet vesztve rohanok zuhanyozni. Nos, a forró víz éppen csak langyoska, és a szobában már így is reszkettem a hidegtől. Azt reméltem, a forró víz felmelegít. Becsületemre legyen mondva, ha már ekkora hűhót csaptak értem, egyszeri vendégért, hát megmosom a hajam és megmosdom. Reszketek egész testemben, még a lábam is remeg, a fogaim vacognak. Rohanvást kapkodom magamra az összes ruhát, ami viszont nem sok, hiszen nem akartam cipelni a hátizsákban. Akárhogy is, jóleső érzés megfürödni lenni. Percek múlva hozzák a vacsorát is, hm, csudaszép a világ! Mint megtudom, itt nincs lakókonyha, ahol ehetnénk, a kerti garnitúránál meg hideg van már. A család háza nem itt van, így itt csak a vendégek számára egy főzőkonyha van. Alaposan bevacsorázom, minden ízlik. Gondolom, itthon is lehetne ilyen, de

rövidesen belátom, hogy ez nem elégítené ki a család igényét, főleg nap, mint nap, és azt is belátom, hogy otthon még én is elégedetlenkednék. Egész napos trekking és nem evés után persze tökéletes számomra. Ma rizs volt valami currys szósszal és vegyes zöldség szósszal, mondjuk úgy, zöldségpörkölt. Megindító és elgondolkodtató, ahogyan mindent hasznosítanak: a lehullott gyümölcsöket kiszárítják, a szénát a tetőn szárítják télire az állatoknak, a gabonaneműek is a tetőn száradnak, le sincs takarva, így a madarakat megkímélik a szemezgetés fáradtságos munkájától, azt sejtem, talán szándékos, ők is Isten teremtményei. A tehéntrágyát is szárítják, tüzelőnek. Sárból, vízből takaros vályogkockákat készítenek, ezzel toldanak újabb részeket és emeleteket a házukra. Nekem egészen megható így közel kerülni ahhoz, hogy a szükségleteinkről magunk is gondoskodhatunk. Másképpen néztem arra a karfiolra, amelyet a házigazda leszakított a kertből a kedvemért, mint a zöldségesnél nagy mennyiségben sorakozó zöldségekre otthon. Újra és újra eszembe jut ez a karfiol, mint az emberi élethez áldozatot hozó szép virág – hiszen az angolok többet tudhatnak erről, *cauliflower*-nek nevezik.

Kedd.

Már csak négy nap, és az ötödiken otthon leszek, de jó, de jó!!! Ha ilyen élménybálákkal tölti magát az ember lánya nap, mint nap, nem úgy érzékelődik az idő, mint máskor. Olyan, mintha nem tizenkét napja jöttem volna el otthonról, hanem réges-régen, hónapokkal ezelőtt. Minden otthoni dolog eltávolodott, és a távoli messzeségben tűnik fel az indulásom napja is.

Hajnalba indulunk az utolsó trekkingünkre, hogy időben indulhassunk a dzsippel haza, Lebbe. Ez az én kívánságom, mert annyira azért nem fejlődtem bátorságban, hogy éjszaka is vállalkoznék az autózásra a lélekveszejtő utakon.

Katonai állomások mellett haladunk. Nem ismerem fel először. Ki a fenének jut eszébe ide felköltözni egyedül, kérdezem egy elhagyatott házra mutatva a szemközti hegyen. A kis ember nevet, ó, hát a katonáknak jut eszébe, ezek katonai bázisok. Mesél a katonákról, azt mondja, különböző helyekről jönnek Indiából, durva lelkűek, isznak, cigarettáznak, ittasan vezetnek. Ő is így veszítette el egyik szeme világát, barátjával a kocsijuknak ment egy részeg sofőr által vezetett katonai autó. „Nem félsz azóta jobban?” – kérdezem. „De igen, de Isten kezében vagyunk.” Igen, de milyen hosszú az út, amíg a kezéből az ölébe jutunk, gondolom, de, mivel az „öl” szót nem ismerem, ezt válaszolom: „Oké, de hosszú az út a halálig. A rémület, a fájdalom, amíg meghalunk.” – „Hát igen, igen, ez az!” – válaszolja. – „Kár, hogy India felismerte Ladakh stratégiai fontosságát, ez nem jó nektek.” – folytatom a társalgást. „Igen, pontosan ez történt, és ez valóban nem jó nekünk” – helyesel a vezetőm.

Hegyoldalba taposott talpszélességű ösvényen haladunk, és úgy látom, erre nem sokan járnak, mert valahogy nincs kitaposva eléggé az út. Mély völgyek mellett egyensúlyozom, szerencsére elég fagyott a talaj, így nem csúszik annyira. Egy nehéz szakaszhoz érünk, itt szinte semmi vízszintes rész nincs, talpnyi sem. Megtorpanok, nézek lefelé, nincs bátorságom lépni. Emberke nyújtja a kezét, ami csak szimbolikus segítség, ha megcsúszom, rántom őt is. De odalent már nem lesz szimbolikus, hiszen ha lezuhanunk, akkor egy érző ember kezét fogva történik meg az átlényegülésem. Arra figyelek, hogy uralkodjam magamon, ne adjam át magam a félelemnek, mert ha lépegetés közben pánikba esek, akkor vége, nincs mit tenni, senki nem tud segíteni rajtam. Pár perc, és túl is jutunk ezen a szakaszon.

Egy nagy állat fagyott lábnyomaiban lépdelünk, hálás vagyok neki a segítségért. Medvének tűnik, de nem tudom, van-e errefelé egyáltalán? Később egy rém udvariatlan bölénnyel találkozunk. Dorjej köszön neki az állat hangján, a bölény azonban nemcsak nem köszön

vissza, de hátat fordít, majd elballag. Irdatlan mennyiségű sárgás agyag gigantikus hegyekké gyúrva mindenütt, le sem veszem a szemem róluk. A kis ember fáradt ma – pedig most hátizsákok nélkül lehetünk – többször leül, de az agyaghegyek őt is elbűvölik. Pici vályogkalyibához érünk a hegytetőn. A szerzetestanulóké, mondja Dorje. Döbbenet kérdezem: „Mindenkinek kötelező idejönni, vagy csak aki gyorsan akar fejlődni?” „Nem, nem mindenkinek, azt hiszem, csak aki akar.”

Pár órás sétánk után a kolostorhoz érünk, ezúttal nyitva találjuk, és köszönhetjük a számtalan szobor-buddhát és bódhiszattvát, amelyek a fő imateremben, a főoltárnál sorakoznak. Az udvaron haladva kísérom a létező összes imamalmot megforgatja, recitálva hozzá a megfelelő szent szöveget. Állítólag ebben a kolostorban meditált évekig a híres szerzetes is: Narópa.

A motelben indulás előtt *chapati*-t fogyasztunk dzsemmel és teával. A vendéglátó is velünk jön a kisvárosig. Vajon milyen lesz a visszaút? Remélem, nem találkozunk a részeg katonai autókkal! A dzsipünkbe két gázpalack is kerül, arra az esetre, ha a katonai dzsip nem a szakadékba lökne, hanem a sziklához nyomna bennünket, nehogy véletlenül életben maradjunk. Eleinte kicsit szorongok, feszes derékmal ülök a kocsiban, de azt gondolom, ennyi tiszteletet meg is érdemelnek ezek a félelmetes hegyek. Mert félelmetesek monumentalitásukban, felfelé nyújtózó, és végtelen hosszan elterülő vonulataikban. Sajnos nem lett gazdagabb a kifejezőerőm, mit is mondhatnék? Fenséges látvány vége végig! Sárga agyag, ezek a gyurma-hegyek a kedvenceim. De a színpompás sziklák, az állandóan változó képet mutató hegycsúcsok és lent az Indus folyó is a kedvenceim. Elérünk a kisvárosba. Vezetőm itt marad, mert meglátogatja szüleit a közeli faluban. Hosszasan köszöngetve mindent, elbúcsúznak. Azt mondja, hiányozni fogok neki. Hangosan elnevetem magam, ekkora hazugság! De én szeretem az ilyen kedves lódításokat. A házigazda is kiszáll, kikerülnek a gázpalackok, ám újabb gyilkos eszköz kerül a kocsiba: vöröshagyma, kissé rothadó is talán, mert beborít a bűze. Kísérom bátyja ül be mellénk, de néhány kilométer után kiszáll, így kettesben folytatjuk utunkat a szinte kölyök, huszonegy éves fiúval, a sofőrrel.

A táj továbbra is lenyűgöző és a gyönyörű zene folyamatosan szól. Órákig megyünk, de képtelen vagyok levenni szememet a tájról. Egyszer csak előnt egy érzés, a hála és boldogság érzése, hogy milyen csodálatos az én egész életem, és most itt ez a hihetetlen dolog, itt vagyok a Himalája magas hágói között, közel az éghez, és letekintek az iszonyú mélységbe a vadul áradó folyóra, zöld ligetekre. A napszemüveg mögött titkon kibuggyan a könny is a szememből és ott a sírás a torkomban a meghatottságtól. Katonai teherautók tűnnek fel szemből, félrehúzódnak egy kis ficakba, megvárjuk, míg feldörögnek. Előmerészkedünk, de alig megyünk pár száz métert, újabb katonai autók közelednek, de mit sem számít ekkor már nekem bármi is! Ülök nyugodtan, mint egy köcsög aludt tej, meg aztán, különben is, ezek bizonyára más ország katonái, mert karcolás sem esik az autókon. Hosszan tart ez az utazás a hajmeresztő utakon. Egy tériszonnal küzdő embernek órákon át itt haladni, elviselhetetlen lehet. Én azonban, már nem is emlékezve, hogy valaha kétségbeesve lógtam a kapaszkodón, mérhetetlenül élvezem az utat.

Kitérünk *Alchi* kolostorához, amely nem is kolostor csak, hanem egy falu, nyüzsgő, vásári. Ez az egyik legrégebbi kolostor a több száz közül, és a falfestményeiről híres, amely egyetlen emlékeként maradt meg a kashmíri buddhista kolostordíszítésnek. Most egy ünnepségbe csöppentünk, a főláma beszédet intéz az összesereglett emberekhez, akik erre az alkalomra felvették tradicionális tibeti kalapjukat. Csuda érdekes látvány, persze kattogtatom a fényképezőgépet. Jó lenne maradni talán, belehallgatni a szónoklatba, de nem tehetem, vár még ránk hosszú út és egy másik kolostor is.

Egy pár jön oda hozzám, kérdezik, „jöhetnek-e velem Leh-be?” „Ó, persze, természetesen”, felelem, de azért kérdezem a sofőrt is, lehet-e. „Persze, persze!” – válaszolja. Amúgy ők is mindig megkérdeztek, ha valaki betársult hozzánk: szerzetes, a házigazda, vagy a báty. Igaz, a gázpalackról és az *onion* nevű vegyifegyverről nem kérdeztek. A pár egy fiatal, ausztráliai nő, és a partnere – így mondta – egy kissé idősebb francia férfi. Ők egy tizenkét napos trekkingen voltak, ami hosszabb, de könnyebb, mint a *Markha Valley*, nincs benne annyi meredek, ugyanakkor elég nagy magasságba megy fel. Egy nagy csoporttal voltak, lovakkal, *pony-man*-ekkel, sátorral. Folyamatosan beszélek velük angolul, ám néha mégis belegabalyodok a ragok és toldalékok rejtelseibe. Ígérem, ha jövőre találkozunk, tökéletes lesz az angolom. „És, hol találkozunk?” – kérdi a lány – „Hát, mondjuk a Matchu Pitchu-nál.” – „Mi már voltunk ott egy három hetes trekkingen, igen nehéz volt, a dzsungelben.” Kiderül, ők gyakorlott trekkingezők, sűrűn járnak hasonló kalandtúrákra.

A kolostortól kikeveredve egy katonai konvoj közé kerülünk. Ezúttal velünk egy irányban haladnak, előttünk öt-hat teherautó, mögöttünk végeláthatatlan sor. Ahogy oldalt felpillantok a hegyre, különös látvány a több emeleten keresztül sorjázó katonai autók sora. Majd ezután szemből katonai dzsipek jönnek. Hát, Istenem, hiába akarsz megrézfálni! Reggel jössz ezekkel a rémtörténetekkel: szegény vezetőm szeme világával, ittas örültekkkel, de mindhiába, én már csak nevetek ezen, s csak ülök higgadtan, mint valami tibeti szerzetes. Lejjebb ereszkedve sík területre érünk, ahol egyre-másra hagyjuk el a katonai bázisokat. Rengeteg sátor, épületek, teherautók, helikopterek, és persze katonák. Azután szünet, majd újra és újra felbukkannak hasonló állomások. Barátságatlan látvány. Újabb kolostorhoz kanyarodunk, *Likir* a neve. Vagy tíz méter magas, óriási arany Buddha fogad, ezúttal a szabad téren, és milyen jól teszi, hiszen zárva találjuk a kolostort, így legalább benne gyönyörködhetünk!

Lassan megérkezünk Leh-be – tényleg lassan –, már elfáradtam a hosszú úton. A sofőrömnek elmondom, hogy nagyszerűen vezet, köszönöm, hogy vigyázott rám, amúgy meg kérem, kérem, kérem szépen a kazettát, amit egész úton hallgattunk! Megkapom, persze előtte nem feledkeztem meg a borraivalóról. Aztán beszéldelek a jó kis itt hagyott, hideg vizes, ám angolvécés szobámba. Lepakolok, és máris szaladok telefonálni Gyurinak. Próbálom valahogy megfogalmazni az érzéseimet, de nemigen tudom átadni, végül elsírom magam az élményeim hatása alatt. Hívom az összes gyereket, de csak Orsikát érem el. Megjelent a második könyve, ez a legnagyobb örömhír nekem! A vele való beszélgetéskor jövök arra rá, milyen csalódás is lehet, hogy valaki egy nagy elvárással jön ide. Kezdetben az ember csak egy turista, sokszor túl fáradt, és máris hazavágyik. Keresi a titkot, a mindenki által emlegetett atmoszférát, és sehol nincs. Azért jól elvan, mert érdekes és lenyűgöző ez a másféle világ. Lassan gyűlnek csak az élmények, közte ismét sok nehézség, kellemetlenség, fáradtság, igazi, nagy kényelmetlenségek, amikhez nincs hozzászokva. Le kell mondania minden otthoni kényelemről, majd a legalapvetőbb dolgokról is, úgymint mosakodás, vagy világítás a szobában. És mégis, mégis, lassan gyűlik valami, az átélt élmény egyre több, kezd valamit lassan megérezni, figyelni az embereket a mezőn, az utcán, a saját konyhájukban, beszélget velük, látja az életüket. Eközben pedig folyamatosan a magas hegycsúcsok, amik megkövetelik az áhítatot, a természetközelség, a csend, az egyedüllét. Benne van folyamatosan egy idegen világban, és nem tudja kivonni magát a hatása alól. És kezd lassan összeállni valami nagy-nagy érték, és érzi, és boldog, miközben, igen!, vágyik haza, folyamatosan vágyik a tele kád víz után és az otthoni kényelem után, és legfőképpen a család után.

Telefonálás után kóborolok a sötétedő városban. Hihetetlenül zsúfoltnak tűnik a trekking után. Valamit nagyon bámulva álldogálok, amikor egy tolató autó lassan nekem jön, meglök, el kell ugranom. „Ez igen!” – gondolom, túléltem a hegyeket, itt meg simán elűt egy autó. Jobb lesz hazamenni gyorsan, mert ha meghalnék, elvesznének az élményeim is, potyára gyűjtöttem.

Szerda.

A csuklóm már nem olyan, mint egy elefántláb, de még dagadt és fáj. Az itt hagyott gyógyszerek és egyebek közt találok egy gyulladáscsökkentő tapaszt, ráteszem, majd befáslizom. Most van időm magammal törődni. Már hajnalban nekilátok a csomagolásnak, aztán kószálok három-négy órát a városban. Mindennapi trekkem nélkül azonban, úgy látszik, már nem létezhetem. Felmegyek ismét a sztúpához, de most egy rövidebb utat találok, ám amint a hegy aljához érek, egy iszonyú meredek lépcsősorral találom magam szembe. Amikor először mentem, kanyargós út vitt fel a másik oldalán. Olyan ez, mintha egy felhőkarcolót kellene megmásznom, mert elromlott a lift. Minden húsz lépésnél le kell ülnöm a lépcsőre. A mellettem elhaladó helybeliek is fújtanak és panaszkodnak, hogy nem túl könnyű, ezzel szemben megfigyeltem egy fiatal párt, akik több mint a feléig felmentek megállás nélkül, igaz, nagyon lassan lépkedtek. Talán, ha valaki eljön ide Ladakhba, és hasonlóan nem fogja tudni eldönteni, hogy melyik túrát válassza, ajánlani fogom, sétáljon fel a sztúpához és döntsön ezután. Körülbelül ilyen a *Markha völgye* trekking is. Ha ezt bírja folyamatosan és napokig, akkor uzgyi, indulás! Fent ismét örvendezek a fenséges kilátásban, majd a Buddhához lépkedek a lépcsőkön. Azt mondják, ha körbesétálunk ott fent, akkor kívánhatunk valamit. Szerintem, aki ide felküzd magát, ez a legkevesebb, amit érdemel. Sétálok körbe, de annyira elégedett vagyok mindennel, hogy telhetetlenségnek érzek kívánni bármit is, inkább megköszönöm, hogy itt lehetek ebben a különös országban. Azután eszembe jut egy három éve kómában fekvő ismerősöm, és azt kívánom a Buddhától és minden Istentől, hogy ha él még az agya, akkor ébredjen fel, és éljen boldogan szerető családja körében, ám, ha megszűntek az agyi funkciók, akkor vegyék magukhoz a lelkét és hagyják a testét is meghalni. Erről jut eszembe, egyik nap váratlan gondolatként a kómás betegek jutottak eszembe, az, hogy talán küzdeni kellene értük, talán megtanulni elküldeni őket, talán a tibetiektől tanulni kellene erről is. Lehet, hogy ezt kellene csinálnom?

Még sokáig kódorgok a városban, nem túl nagy meggyőződéssel, inkább csak az időm elütése céljából. Várom a holnapi repülést, és kíváncsi vagyok Delhire. Délben alszom egyet, olvasgatom az új könyvet, amit vettem Ladakh-ról, majd újra csavarogni indulok. Veszek az ófaluban *chapati*-t, de ezúttal egy másik helyen, ahol lángos szerűt készítenek. A pék az előttem állónak a lángosára pakolja az összes visszajáró aprópénzt, mint egy tálcára. Gyorsan mondom, hogy nem kérek vissza. Majszolgotom az utcán a meleg finomságot, és búcsúzom a várostól, az ismerőssé vált kis boltoktól és az előttük ülő, mosolygó boltosoktól, a tibeti bazártól, a piactól, a húsbódéban a rengeteg légytől, a dudálásoktól, a sok kóbor kutyától, és legfőképpen az emberektől: az iskolás gyerekektől, a fonott kosarukat hátukon cipelő tibeti asszonyoktól, a turbános szíkh férfiaktól, és az indiai ruhás nőktől.

Ülök a szállodában, várom, hogy este legyen és alhassak, hogy jöjjön a holnap, amikor elrepülök Delhibe. Ez már a hazafelé vezető út, bár Delhiben is töltök másfél napot. Egy kád forró vízben elmerülni, a család körülöttem, saját ágyamban aludni!

Gharry ezen az utolsó estén bejön a szobámba, mert kérem, hogy előbb számoljunk el. Megtudom, hogy harminchárom éves, neki van a legszebb étterme Leh-ben – valóban, láttam is – aminek szép nagy forgalma van. Azt mondja, nagyon szerencsés ember, meg aztán jó a karmája. „Mi a célod az életben?” – kérdezem. Egy pillanatig eltöpreng, majd válaszolja:



„Egyszerű élet. Ez a célom.” Nyolc órakor bejön egy kőműves és nekiáll egy beázást rendbe hozni a fürdőszobaaajtónál. Hangosan kacagok, mondom Gharry-nek, ez nagyon vicces, tiszta örült dolog, *bedtime* van, különben meg holnap reggel elutazom, a szálloda üres, bőven lenne idő megcsinálni, miért olyan fontos ez, most este nyolckor?! „Ó, bocsánat, ez csak öt perc, és a másik szobában is most csinálta a mester, tehát most van itt, és még nincs is annyira késő.” – próbál megnyugtatni. Az öt percből fél óra lesz, vagy még több is.

Csütörtök.

A repülőtéren én vagyok az első fecske. Nyolc óra múlt, a gép tíz óra harminckor indul.

Amint bejutok, látom, hogy késni fog a gép, tizenegy óra negyvenöt perc van kiírva. Na, jól nézek ki, délig itt gunnyaszthatok! Elkezdenek lassan áramolni az emberek, főleg turisták, feltűnik a stoppos pár is, ők is most utaznak Delhibe. Na, legalább lesz kivel beszélgetnem! Előveszem a térképet, kérem, mutassák meg, hol trekkingeztek.

Elájulok a döbbenettől. Busszal és dzsippel érkeztek Delhiből, délről, Kashmírba, és onnan három hét alatt észteszejtő távolságot jártak be, fel, fel, Leh felé a hegyekben. El sem tudom képzelni, hogy lehet három hétig gyalogolni ezekben a hegyekben, bár elmondásuk szerint nem voltak olyan magas kaptatók. Később egy különös csapat érkezik, hatalmas, piros csomagbáláik vannak *World Expedition* felirattal. Sportos és jóképű férfiak, és két nő, akik, bár ötvenen is túl járhatnak, szintén sportosak és helyesek. Ausztráliai társam később megtudja róluk, hogy egy három hetes túrán voltak, a *Mount Everest*-et járták körbe, saját felszerelésük, sátraik, egyebek vannak a zsákokban, és több serpa vezető, szakács, ki tudja, még kik kísérték őket.

Beljebb jutunk. Mindenkitől elkobozzák a fényképezőgép elemeit, külön felcímkézik őket, gondolom, utunk végén megkapjuk. Váratlanul reggelit osztanak ki mindenkinek.

Papírdobozokban szendvics, kalács, tésztában sült zöldség, és forró tea. Na, eddig nem ittam tejes teát a fertőzésveszély miatt, most az út végén betegedjek meg? Mindenki issza gondtalanul, hát én is.

Körülnézek a napcserezett arcokon, a sportos, vonzó, és a túrázók nemzetközi öltözékét viselő embereken – Goretex túracipők, túrabakancs, túrázónadrág, polar pulóverek, teleszkópos túrabot a hátizsák mellett –, és, amikor a kiürült papírdobozommal a szemetes felé ballagok negyvenegyes Goretex bakancsomban, túranadrágomban és polar kardigánomban, érzem az együvé tartozás élményét, méghozzá egy nem is akármilyen csapathoz, a trekkingezőök nemzetközi táborához.

Magyar szóra leszek figyelmes. Két férfi áll mellettem, inkább középkorúak, mint fiatalok. Rájuk köszönök. Két hete nem ejtettem ki a számon magyar szót. Meglepődnek, örülünk egymásnak. Mivel további késést jelentenek be, van időnk beszélgetni. Ők öt hétre jöttek Indiába, terveik szerint ezalatt bejárják egész Indiát, busszal, vonattal, belföldi légitársasággal. Leh-ben négy napot töltöttek.

Végre beszállhatunk a gépbe és én újra az ablaküvegre tapadok, hogy láthassam azt, ami idefelé úgy megbabonázott, és ami most már szinte kedves ismerősömmé vált.

## Delhi

Megragadom a csomagjaimat, és aggódva megyek a kijáráshoz, vajon a Gharry által szervezett szállodai taxis fog-e várni engem ennyi késés után. Sorra átböngésem a várakozók

kezében tartott táblát – némelyik egészen kis betűkkel, kézírással van felírva –, az utolsónál megtalálom: Magdolna. Kölcsönös öröm után irány a taxi. A kiskocsihoz csatlakozik egy hindi férfi, az utolsó métereket együtt tolják a taxissal. A férfi aztán erőszakosan pénzt követel tőlem, már bent ülök a kocsiban, amikor behajol, szinte beül mellém, és követeli a közreműködéséért a pénzt. Kérem a taxist, segítsen, aki aztán elparancsolja a tolakodót. Már jócskán elhagyjuk a repülőteret, amikor eszembe jut az elem. Jaj, ott hagytam! Szerintem mások is. A két magyar fiatalembertől is úgy búcsúztam, hogy éppen azon gondolkodtak, hogyan érik el a buszcsatlakozásukat, szó sem esett elemekről. Forduljak vissza? Szólok a sofőrnek, kétségbeesik: a forgalom, a parkolás... Nekem sincs kedvem visszamenni, de a szállodáig szomorkodom, most nem lesz Delhiről képem, hacsak nem tudok valahol elemet vásárolni.

A szálloda gyönyörű, csupa márvány, csillog-villog. Mindez a „Harlem” közepén. Amint kiszállok, egy kolduló anya, gyermekével a karján, szintén nem tágít mellőlem. Nincs aprópénzem, sőt, lassan semmilyen, hiszen már utam utolsó állomása és eddig túl bőkezűen bántam a borraivalókkal és az adakozással. A szobámba érve látom, hogy az is csupa márvány, nagyon takaros, nincs viszont ablak, és ettől nagyon fullasztó, mintha egy dobozba lennék zárva. A légkondicionáló dübörögve ontja a hideget és – gondolom –, a bacilusokat is. A plafonon egy ventilátor is zúgva pörög, ezt sikerül leállítanom, de a légkondit lehetetlenség kikapcsolni. TV és hűtőszekrény is van, ez utóbbi üres. Fürdőszoba szokásos: a falból két csap és egy zuhanyrózsa is, a víz szabad lefolyású. És van meleg víz! Mindez nyolcszáz rúpiáért, azaz négyezer forintért.

Lepakolok, és máris indulok egy kis városnézésre. Aggódok az erőszakos kérincselőktől, és a ki tudja még mivel próbálkozóktól, de megyek. A portán kérek térképet. Örömöm hamar elszáll, amint rájövök, hogy nem tudom elolvasni az apró betűs utcaneveket. Csak a szálloda körül lődörgök. Ezren ugranak rám, kínálgatják riksájukat, igen kitartóan, számomra igen kellemetlenül. Nem érzem jól magam ebben a közegben, iszonyatos zaj, lárma, bűz, a gépkocsiforgalom soha nem látott méretű, kocsik, teherautók, kisbuszok, riksák tébolyult igyekezete céljuk felé. Mindenütt vásári zűrzavar, és folyamatosan meg kell védenem magam a zaklatásoktól. A közeli központi tér felé tartok, a Connaught a neve. Riksák hada kínálja szolgáltatását, hamarosan nagyon tájékozott leszek, mert mindenki felsorolja, mi minden található ezen a téren: itt a kormány-negyed, a turistahivatal, üzletek és áruházak sora, értékes műtárgyak vásárlási lehetősége és így tovább. Próbálok átmenni egy óriási útkereszteződésnél, gyalogos átkelőhely sehol, végtelenül tanácstalan vagyok. Egy srác lép oda hozzám, látva elkeseredettséget. Azt mondja, ő tanuló, a tér felé lakik, szívesen elkísér, csak úgy, nem pénzért. Kérdem, hol a gyalogosátkelő. „Sehol.” – mondja. – „De hogy lehet itt átmenni?” – „Így.” – mondja, és feltartja a kezét, de még neki is hosszas várakozásba telik, mire le mer lépni. Itt több sáv cikázó autójával külön meg kell küzdeni, és szó szerint az életünkkel játszunk, mire átérünk. A tér felé haladva kérdezget: mióta vagyok itt, merre jártam, hogy tetszik Delhi, és mit szeretnék vásárolni. „Ó, hát semmit, igazán, csak két fiamnak még valamit keresgélek.” Elérkezünk egy nagy áruházhoz, a srác azt mondja, itt mindent megtalálok, ez egy öt emeletes áruház. Igen elegáns épület, a bejárat előtti kertben és két sorfalban csodálatos indiai szobrok, hatalmas méretűek. Elöttem egy fekete bőrű, igen elegáns csoport lépdél befelé, a gazellatermetű, gyönyörű nőkön pazar sötétkék kosztüm, a férfiakon öltöny. Az ajtóban egy elegáns ajtónálló meghajol előttük. Rögtön utánuk én csattogok a koszos bakancsomban, mintha egy eltévedt tehén igyekezne befelé a pompás épületbe az utcáról. Bent engem is szívélyesen fogadnak, végtére is a bankkártyámat nem látják, és ugye a látszat néha csal. Kelet minden kincse fel van itt halmozva. Ékszerek, szobrok, drága textilek, szárik és egyebek. Kimenekülök, futtomban még megkérdezem egy

babán lévő szárinak az árát. Húszezer forint. Nem is olyan vészes ahhoz képest, milyen gyönyörű. „Hat méter anyag van benne.” – próbálkozik meggyőzni az eladó. A srác kint vár, mondom neki, hogy félreértett engem, én csak valami kis szuvenírt... Azonnal átcipel egy másik boltba, ami ugyanolyan, mint az előző, csak némileg olcsóbb. Innen is hamar kijövök. A fiú, persze kint vár. El akarok búcsúzni már tőle, de ő még készségeskedik. Mondom neki, hogy játék kellene a tizenegy éves fiannak. Akkor elvisz egy kis bódéhoz, ahol ócska, vásári műanyagjátékok vannak. Nekem semmi sem jó, mit tehetek. Végre felismerem, mi a srác készségességének az oka: tőlem valóban nem vár pénzt, de, mint kerítő, számíthat az üzlet dotációjára. Most már határozottan mondom, hogy köszönöm, sajnálom, de hazamegyek.

Nem egyszerű egyedül átkelnem három útkereszteződésen, de az ember hamar tanul. Feltartom a kezem, ugrálok, mint egy gazella a kocsik közt. Ismét a szálloda körüli utcákban ténfergek, és van mit bámulnom, mondhatom. A házak előtt folyik az élet. Gyékénnyel borított faágyak vannak kitéve mindenütt, vagy fekszik rajta valaki, vagy három ágyat összetolva asszonyok pucolják a zöldséget, vagy anya játszik rajta kisgyerekével. A földszinti lakásokba bepillantva elhülök a nyomorúságos körülményeken. Az utca egyébként tele van étellel: emberek százai, tehenek jobbra-balra, kézműves műhelyek, ahol dolgos munka folyik; bádogos szerelők, varroda, satöbbi. A rengeteg boltocska és étterem mellett pedig számtalan utcai kifőzde is van, ahol a legkülönbözőbb ételeket sütik-főzik az utcán, például van, aki rántottát süt egy egyszerű kis gáz sütőlapon. Különösen érdekesnek találom a hatalmas üstökben fortyogó tejet, amit nyílt tűzön kevergetnek, mellette rengeteg kanná, öntőgetik, merik egyikből a másikba. Valamiféle turmix-szerű ital készül belőle talán, banános, ananászos, itták sokan boldogan, de én, legnagyobb sajnálatomra nem éreztem elég bátorságot a kóstolásához. A nagy báméskodásban valami puhára lépek, majd elmerülök lágyan, ringatón benne. A bal bakancsom tehéntrágyába burkoltan találok, amint lenézek. Félreállok és nekiállok a tisztogatásnak papírsebkezőkkel. Amikor előjövök a kocsik mögül, egy modell szépségű fiatalember kérdezi: „Mi történt?” – „Beleléptem a tehénszarba.” – felelem. – „Ja, Indiában ez normális.” – feleli elbűvölő mosollyal.

Hőség, pára, izzadás, piszok. Felmegyek a szobámba és lezuhanyozok, örülve ennek a fényűzésnek. Vacakolok még a légkondival, hátha ki tudom kapcsolni, de lehetetlen. Bámulom a tévét, csupa indiai műsor, kivéve a nyugati reklámokat, amelyek nevetségesen ide nem illőek. Korán elalszom, abban a boldogító tudatban, hogy ez az utolsó éjszakám Indiában.

Péntek.

Négykor kelek. Ebben a dobozban nem tudni, mikor van éjjel és mikor nappal. Este a tévéről beállítottam a telefonom óráját, hogy tudjam, hány óra van, ha hajnalban felébredek. Lemosom a *cowshit*-et kitűnő Goretex bakancsomról. A szemközti étteremben már kontinentális reggelit választok, ez már a hazavágyódás, meg aztán elég a csípősségből! Ezután több órás séta következik, ami közben kipróbálom a bicajos riksát is. Sajnálom szegény vézna férfit, busásan megjutalmazom értem tett erőfeszítése miatt. Sétám során örökösen mellém szegődnek, mindenki az áruházba akar vonszolni, de én már résen vagyok. Lakótelepek, lepusztult házak mellett haladok el, amelyeket tisztán tartott udvar, kis kert vesz körül. Az emberek sokfélék, szeretem nézni őket. Nem is volt más tervem Delhiben, mint elvegyülni az emberek között, és szembetűnő különbözőségeink ellenére felismerni, vagy inkább csak megérezni a bennünk lévő azonosságot. A hosszú fehér szakállas szent ember külsejében, a gyönyörű, színes szárikban könnyedén lépkedő szép lányokban éppúgy, mint a teljesen lerongyolódott és elpiszkolódott ruhájú nőkben, férfiakban, koldusokban.

Sajnos nem sokáig bírom a nézelődést. Folyton majdnem elütnek, ez nem túlzás, ez a „majdnem”; óriási a tülekedés, zsvvaj, láрма, tülkölés, a büdös, hőség. Érdekes és szeretnivaló emberek ide, vagy oda, szinte elviselhetetlen ez az egész. Komolyan azt érzem, megviseli a szervezetemet az orromon a tudómba zúduló szmog, a fülemben harsogó zaj, a szememen keresztül beáramló kaotikus látvány, az emberek, állatok, járművek tömege. Egyszerűen képtelen vagyok hosszasan kitenni magam ennek. Ugyanakkor meggyőződésem, hogy ha megkapná ez a város a türelmet és időt tőlem a megismerésre, éppúgy képes lennék felfedezni értékeit, mint egy idegen embernek, akit egy meghitt beszélgetés után szívembe zárok.

Hazajövök, zuhany, alszom. Délután ráveszem magam a sétára. A szépfiú megkérdezi, hogy vagyok ma. „Várom már, hogy hazamehessek a férjemhez, a gyerekeimhez.” Leültet maga mellé a székre, beszélgetünk pár szót, aztán odébbálllok. Az utcán sem bírom, de a dobozban sem jó. Hazamenni jó.

Bármilyen nehezen is, de eljön az éjszaka, amikor végre elindulhatok a repülőtérre. Ebben a késői időpontban – 11 óra – sem csökken a forgalom, és a hosszú úton ámulva csodálom taxisofőröm vezetői képességeit, a többi úton haladóét nemkülönben. Legalább három-négy sávú úton haladunk, de ez csak hivatalosan annyi, a jelölések szerint, hiszen olyan szorosan haladnak egymás mellett az autók, amennyi csak elfér, kihasználják minden talpalatnyi helyet. Persze mindez nem szép türelmesen, hanem ügyeskedés, egymás kerülgetése és nagy dudálások közepette, számomra követhetetlenül és veszélyesen.

Az óriási forgalmat lebonyolító nemzetközi repülőtérén már az épületen kívül kezdődik a sorban állás, ami elborzaszt, de nincs ok az aggodalomra, mert szervezeten és gördülékenyen haladunk egyre beljebb, áthaladva a különböző ellenőrző pontokon. Érdekes azonban időben érkezni, mert nem kis időt vesz igénybe mindez.

Éjjel 1 óra 50 perckor felszáll velem az egy egész falu lakosságát befogadni képes monumentális repülőgép, és – átszállással, várakozással együtt – már csak 14 órát kell kibírnom, hogy az ismerős hazai repülőteret megpillantsam, majd még valamennyit, hogy a családomat is.

*Charlie Loran* már emlegetett idézetében azt írja, minden utazás akkor lesz a legjobb, ha zarándokúttá válik, valami megpróbáló játékká, amit azért játszunk, hogy testben, érzelmeinkben és olykor lélekben is gazdagodjunk. Gyarapodásom ugyan nem volt mérhető a repülőtéri súlyellenőrzéskor, ám ebben mégsem kételkedem. A kérdés sokkal inkább az, hogyan lehet ezt megőrizni, és átmenteni a hétköznapiakra? Amilyen kíváncsian indultam útnak, olyan izgatott kutakodással nézek az elkövetkező napok, hetek, évek elé; mit hoz a jövőm?

Hiszen hát, ha nem én akartam ezt az utat, valaki, valami csak akart tőlem valamit? És mi mást, mint hogy előremozdítson sorsom kiteljesedése felé?

Csak nem okozhatok csalódást!