

Ирина Полтева

Вернуться другим

История одного путешествия



Ирина Полтева

**Вернуться другим. История
одного путешествия**

«Livres»

2020

Полтева И.

Вернуться другим. История одного путешествия / И. Полтева —
«Livres», 2020

Еще несколько лет назад я не представляла, что решусь преодолеть 65-километровый горный маршрут по Гималаям. Почему-то думала, что не справлюсь, и даже считала тех, кто в такие путешествия отправляется, сумасшедшими. Но вот я уже побывала там – и теперь делюсь с вами тем, что увидела и осмыслила. В жизни всегда есть место более широким взглядам и устремлениям. Надо лишь не бояться нового и двигаться к нему, не обращая внимания на предостережения близких и на собственные стереотипы. Не стоит концентрироваться на своих страхах – примите их, тогда в определенный момент что-то произойдет, и все ваши опасения трансформируются в радость от достигнутого. Мой маршрут – это тоже преодоление укоренившихся внутри страхов.

© Полтева И., 2020

© Livres, 2020

Содержание

Почему я написала эту книгу?	7
Шесть утра. Под крылом – Катманду	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Ирина Полтева

Вернуться другим. История одного путешествия

11–29 октября 2016 г.

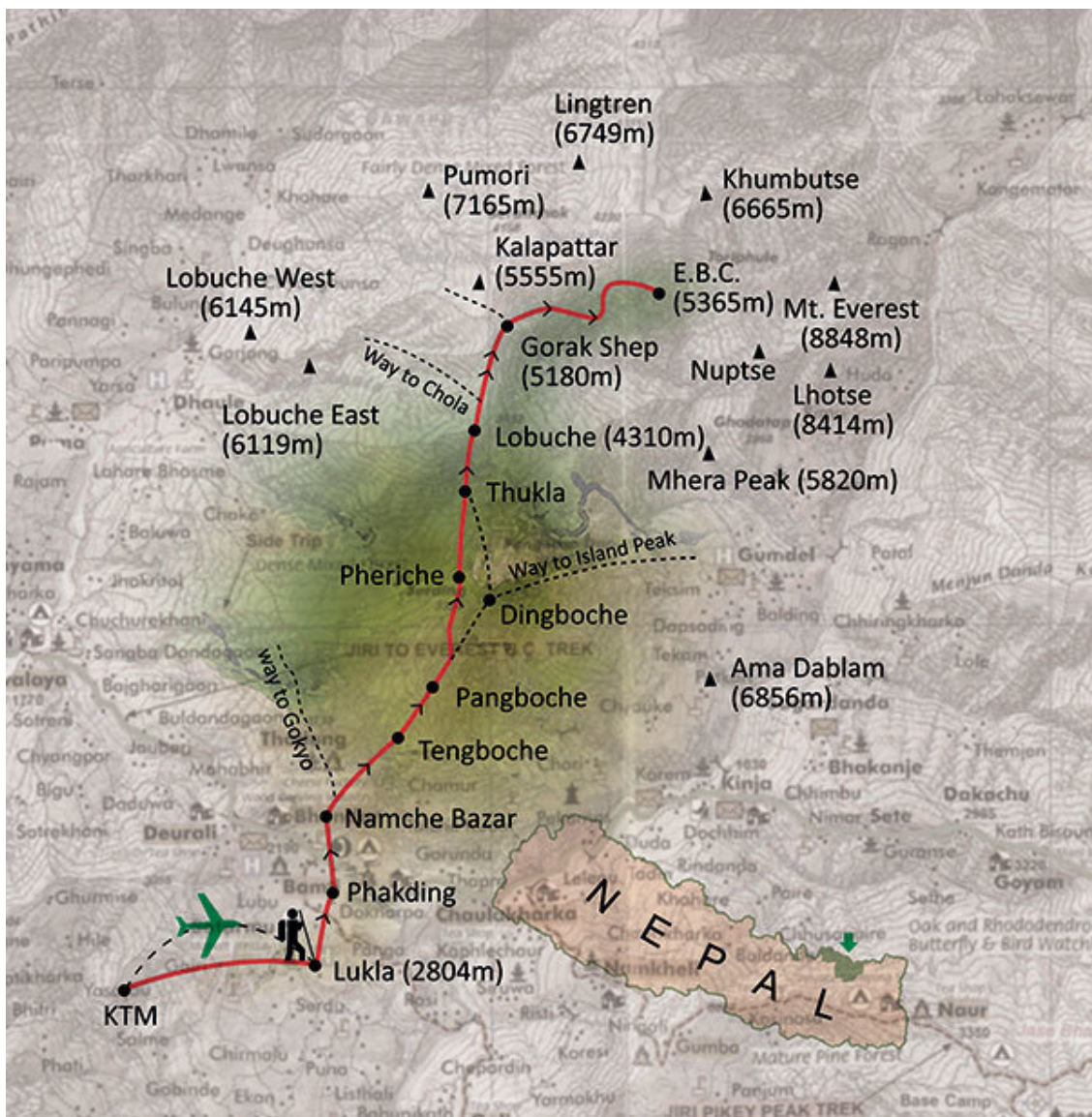
© Ирина Полтева, 2020

© Издание. Проект Livres, 2020

Иллюстрация: *М. Рекубретская*

Фотографии: *И. Полтева, М. Власов, М. Рогожникова, Shutterstock*

* * *



1-й день: 11 октября. Перелет в Катманду. Отель.

2-й день: 12 октября. Сборы, покупка нужного спортивного инвентаря и одежды. Оформление пермитов.

3-й день: 13 октября. Утром перелет в Луклу, переход из Луклы в Пхакдинг (2827 м).

4-й день: 14 октября. Пхакдинг – Намче-Базар (3440 м).

5-й день: 15 октября. День отдыха или акклиматизационный трек.

6-й день: 16 октября. Намче-Базар – Тенгбоचे (3867 м).

7-й день: 17 октября. День отдыха или акклиматизационный трек.

8-й день: 18 октября. Тенгбоче – Фериче (4240 м).

9-й день: 19 октября. День отдыха или акклиматизационный трек.

10-й день: 20 октября. Фериче – Дугла (4620 м).

11-й день: 21 октября. Дугла – Лобуче (4930 м).

12-й день: 22 октября. Лобуче – Кала-Паттар (5545 м) – Горакшеп (5160 м).

13-й день: 23 октября. Горакшеп – Базовый лагерь Эвереста (5364 м) – Лобуче (4930 м).

14-й день: 24 октября. Лобуче – Тенгбоче (3867 м).

15-й день: 25 октября. Тенгбоче – Намче-Базар (3440 м).

16-й день: 26 октября. Намче-Базар – Лукла (2860 м).

17-й день: 27 октября. Перелет из Луклы в Катманду.

18-й день: 28 октября. Катманду – запасной день (на случай нелетной погоды в Лукле).

19-й день: 29 октября. Катманду. Вылет домой.

Почему я написала эту книгу?

Еще несколько лет назад я не представляла, что решусь преодолеть 65-километровый горный маршрут по Гималаям. Почему-то думала, что не справлюсь, и даже считала тех, кто в такие путешествия отправляется, сумасшедшими. Но вот я уже побывала там – и теперь делюсь с вами тем, что увидела и осмыслила.

Для кого-то подъем к базовому лагерю Эвереста является подвигом. А для тех, кто решили двигаться выше и взойти на вершину, это лишь полпути. Что для одних – тренировка, для других – свершение!

В жизни всегда есть место более широким взглядам и устремлениям. Надо лишь не бояться нового и двигаться к нему, не обращая внимания на предостережения близких и на собственные стереотипы. Не стоит концентрироваться на своих страхах – примите их, тогда в определенный момент что-то произойдет, и все ваши опасения трансформируются в радость от достигнутого. Мой маршрут – это тоже преодоление укоренившихся внутри страхов.

Так и получается. Силы, которые вы сами приводите в действие, помогают постепенно изгнать ваши страхи. Откажись на время от своих привычек и откройся безграничности, а потом следуй за ней!

Когда я вернулась из путешествия, мой отец спросил:

– Значит, и я смогу пройти маршрут?

– Да, ты сможешь это сделать! – улыбнувшись, ответила я.

И тут я подумала про своих друзей: «Почему вы думаете, что не справитесь? Вы тоже сможете. Главное – не бойтесь! А еще... вы вернетесь другими».

*С любовью и благодарностью,
Ирина Полтева*



Какою жизнью веет новой
Мне с этой снежной вышины,
Из этой чистой, бирюзовой
И света полной глубины!

Там, знаю, ужас обитает,
И нет людского там следа, —
Но сердце точно отвечает
На чей-то зов: «Туда! Туда!»

А. Н. Майков



* * *



Человеку, живущему в мегаполисе, среди бетонных зданий и асфальтированных улиц, продуваемых вездесущими информационными ветрами, порой становится так неуютно и тесно, что просто необходимо вырваться из привычной жизни и окунуться в совершенно иную реальность.

Именно такую «перезагрузку», или «ретрит», я решила совершить, отправившись в путешествие по Гималаям вместе с проектом «Вернись другим». Мне предстояло вместе с другими членами команды пройти духовное и физическое очищение вдали от родного города и знакомых людей, отключив все имеющиеся гаджеты и отказавшись от потребления мяса.

Шесть утра. Под крылом – Катманду



Идем на посадку. Восходящее солнце встречает нас. Таинственные величественные горы на горизонте. Где-то среди них Эверест – как он выглядит, мне еще только предстоит узнать. Сердце предчувствует встречу с чем-то неизведанным, невиданным, чудесным...

Перелет из Дубая прошел легко. А из Москвы в Дубай, где была пересадка, самолет летел полупустым – я даже смогла выспаться, заняв три кресла. Наша команда должна была собраться уже в Катманду: все участники путешествия прибывали из разных мест. В аэропорту нас встречал Миша, один из организаторов проекта.



Катманду: ворота Непала



При взгляде на карту кажется, что Непал – страна крошечная, государство-лилипут вроде Андорры. Но такое впечатление складывается лишь оттого, что он «зажат» двумя настоящими гигантами: Китаем и Индией. На самом же деле Непал по территории не сильно уступает, скажем, нашей соседней Белоруссии, а по количеству населения и вовсе превосходит ее в три раза.

То же самое относится и к столице этой высокогорной республики, **Катманду**: да, не Москва, конечно, но и не маленький городишко. Все-таки больше миллиона жителей – как в Самаре или Ростове-на-Дону. А если считать примыкающие города-спутники, расположенные в той же чашеобразной горной долине и примыкающие к Катманду, то и вовсе 1 млн 700 тысяч. Долина, кстати, носит то же самое имя – Катманду – и находится на высоте более 1300 метров над уровнем моря. Хотя для Непала, страны пиков-восьмитысячников, это, конечно, совсем немного.

По легенде, на месте Катманду раньше было большое озеро, но боги выпустили из него воду. По версии геологов, озеро действительно существовало, но в результате землетрясения вода из него ушла. Даже если и так, было это очень давно, в доисторические времена, так как город существует здесь уже как минимум 2 тысячи лет. Это подтверждают археологические раскопки: некоторые найденные учеными артефакты относятся ко временам около 0 года н. э. и даже более ранним.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.