

Långa dagsmarscher i hetta ger ömma fötter och minnen för livet

I sydvästra Namibia, i en nationalpark stor som Schweiz, ligger en av Afrikas tuffaste vandringsleder. Åtta dagar och tolv mil i ökenklimat genom bergsmassivet Naukluff kräver stadiga kängor och god planering.

EN ANLEDNING TILL ATT UTSÄTTA SIG för den branta terrängen i det extrema klimatet, med kalla nätter och heta dagar, är naturligtvis utmaningen, att känna att man lever.

En annan är naturupplevelsorna. Att gå i bergen på omkring 2 000 meters höjd, med många miles utsikt ger storslagna vyer. Klimatet ändrar sig flera gånger per dag när vi vandrar upp och nerför berg, på slätter, bergsplatåer och nere i flodraviner.

Av de tolv milen tar man sig till stor del nedför eller uppför med hjälp av fastsatta kedjor som kan vara upp till 20 meter långa

I slutet av september går Namibia mot sin varmaste period. När vi startar vandringen har ingen gått leden på en månad och

förmodligen kommer ingen förrän nästa säsong. Åtta dagar i bergen utan andra människor alltså.

Vid stugan där man registrerar sig kräver personalen ett hälsointyg från en läkare. Vandrare får därefter skriva på ett papper där de medger att de går leden på egen risk. Om man exempelvis bryter foten efter fyra dagar får man väldiga problem, eftersom det kan ta fyra dagar att ta sig till en väg eller till bebyggelse för att få hjälp. Av säkerhetsskäl finns därför också ett minimiantal för tre vandrare per grupp. Vi hittade ingen tredje kompanjon och lyckades tjata oss igenom, men det är att rekommendera att vara minst tre.

Avgiften för den kända vandringsleden är väldigt låg i jämförelse med andra berömda leder, 100 kronor för åtta dagar.

DÄR VANDRINGEN BÖRJAR finns Hikers Haven att övernatta i. I huset finns rinnande vatten, annars är det lite förfallet. Det som slår en när man öppnar dörren är att väggarna är fullklottade med minnen från tidigare vandrare. Det här stället används också som övernattningsstuga i slutet av vandringen, eftersom vandringsleden går i en cirkel. Det är tydligt att de åtta dagarna gjort intryck på många, då man ser bilder och långa berättelser utmed väggarna. Många är de som donerat sina utslitna kängor eller byxor till huset, allt hänger i taket som bevis på den tuffa vandringen.

Att vandringen räknas som en av Afrikas tuffaste märktes efter ett par dagar. På en karta som alla vandrare får står det hur många timmars vandring som behövs per dag. Vissa dagar stod det fem timmar, ibland sex eller sju. Förmodligen var det riktiga proffs som vandrat när de mätte upp tiden, för varje dag fick vi gå mellan åtta och elva timmar för att nå fram till nästa vindskydd. Kartan vi fick vid starten var gjord någon gång på 70-talet, och på ett ställe där det skulle finnas vatten stod vattenspumpen och rostade sönder sedan ett par decennier tillbaka.

En skylt hälsar välkommen, annars helt öde.

Foto: Johannes Berndalen/Kristian Larsson

Den sjätte dagen kommer raststället Nummer Ett. En naturlig swimmingpool i öknen!

Foto: Johannes Berndalen/Kristian Larsson







Att fira sig ned 20 meter i en kedja med tung packning kan fresta på.

Foto: Johannes Berndalen

Flera gånger när vi nådde fram till ett övernattningsställe efter tio timmar i 40-gradig värme började solen gå ned, och det var inte alltid vi hittade vattenkällan i mörkret. Ibland hade skyltarna ramlat ned, och en gång fick vi gå och lägga oss törstiga. Vi drömde om vatten och undrade hur det skulle bli om vi inte hittade vattnet på morgonen heller. Att börja en tio timmars vandring igen utan att dricka kändes som ett jobbigt alternativ, och när vi till slut hittade vatten tidigt nästa morgon kändes det som en skänk från ovan.

Och det var inte heller fel att efter fyra dagar komma fram till matskäpet med torkad frukt och enkel hajmat och öppna en flaska juice, en påse chips och äta färsk frukt. Innan vandringen kan man nämligen, om man vill, köra drygt två timmar till vindskyddet för dag fyra och lämna förnödenheter.

NÅGRA AV DE STÖRRE UPPLEVELSERNA var scener ur den storslagna naturen. Att se rovfåglar segla mellan klipporna och en stor grotta vid en klippvägg som fått namnet Cathedral Fountain, var några av höjdpunkterna.

Ibland går stigen högt uppe på en bergskam precis vid branten. Inget för den höjdrädde. Andra upplevelser som sitter kvar i minnet är att hissa ned sig tio meter i en kedja med en tung rygsäck på ryggen. Det är fyrtio grader varmt och kroppen är helt slut. Orkar de darrande händerna hålla i kedjan ända ner? Eller vandring på en stig som består av lös sand som nästan rasar ner i en femtio meter djup ravin. Ett litet misstag och en vrickad fot så blir det betydligt jobbigare att ta sig till vindskyddet innan mörkret.

Några tips till intresserade vandrare: ta med riktiga vandringskängor och vandringsstavar. Den som ger sig ut bland stennarna med vanliga joggingskor blir trött i fotlederna efter ett par dagar, och måste linda vristerna hårt med bandage för att ta sig fram. Vandringsstavar avlastar ben, fötter och rygg och gör vandringen mer uthärdlig. Den som inte vill köpa dyra stavar kan ta ett par smala rundstavar och fästa snören eller remmar i ena ändan, precis som skidstavar. Ett par längdskidstavar fungerar förmodligen lika bra.

Ett annat tips är att lämna mat i skåpet på halva vägen. Både för själva njutningen och att det blir lättare att gå desto lättare rygsäcken är. Andra små detaljer som kan vara jobbiga att vara utan är en halsduk och mössa för att skydda sig mot sol. Den namibiska solen känns som en svetslåga bara efter någon timme, och den mest hårdhudade vandrare kan lätt få problem utan skydd för solen.

PÅ 70-TALSKARTAN STÅR DET att det kan vara bra att ta med sig två liter vatten från lägret på morgonen för dagens vandring. Vi hade alltid tre eller fyra liter och det tog alltid slut. Vi gick den varmaste perioden, och det kan också spela in, men det är inte fel med ett par extra liter vatten om någon skulle halka och slå sig mitt i värmen och det inte finns någon skyddande skugga att svalka sig i.

Trots de många ansträngningarna och de hårda väderförhållandena är vandringen i Naukluft en stor upplevelse. Den som vandrar behöver inte vara atlet, men måste vara beredd på stora ansträngningar varje dag.

I området är det lätt att hitta många ovanliga djur och insekter, bland annat de små bergszebrorna som inte finns någon annanstans i världen och som följer vandrarna på betryggande avstånd.

**JOHANNES BERDALEN
KRISTIAN LARSSON**