



Según Miquel Silvestre, la Moyale Road es "una atroz pista de barro y piedras".

RUTA DE LOS EXPLORADORES OLVIDADOS (III)

DE KENIA A NEPAL

La Basílica del Buen Jesús en Goa (India).



Miquel Silvestre nos narra su periplo desde Nairobi, previo paso por la insufrible Moyale Road, hasta el país del Himalaya, donde visitó Katmandú y el templo hinduista de Pashupatinath.

Alcanzar Nairobi desde la frontera con Etiopía no es sencillo: 700 kilómetros a través de la Moyale Road, el último gran desafío africano. Pero estar allí significa ver, sentir, oler y tocar la verdadera África: habitaciones sórdidas, gallinas escualidas, agua turbia y, sobre todo, la adrenalina que supone atravesar un territorio próximo a Somalia.

Crucé la Línea Ecuatorial, rodeé el Monte Kenia y arribé en Nairobi, donde el recuerdo bohemio de la baronesa Blixen se funde con la fetidez de los barrios de chabolas y el fulgor de los rascacielos. Después, mi siguiente objetivo estaba al otro lado del Océano Índico.

INDIA Y UN SANTO NAVARRO

Al sur de Bombay, recorriendo el litoral del mar Árabe, estamos en la India de los mangos, las palmeras y los cocoteros. Puestos de frutas, *tuk tuk*s petardeantes y coloridos saris femeninos dan al horizonte un alegre aire de exotismo.

En Goa, desemboqué en una avenida de palmeras con dos enormes iglesias: Sé Catedral y la Basílica del Buen Jesús. Dos joyas arquitectónicas del legado portugués, fruto del afán exploratorio de la Época de los Descubrimientos propiciado por la búsqueda de las codiciadas especias.

En 1498, Vasco de Gama alcanzaría la India. En 1510, Portugal conquistaría Goa y la convertiría en su principal base en Asia. En el siglo XVI, el rey Juan II pide curas al Pontífice. Uno fue Francisco de Jasso. Enviado a París a estudiar, conocerá a Ignacio de Loyola. Fundarían la Compañía de Jesús en

1534. Desde ese instante, los soldados de Cristo se ofrecen voluntarios para ir a las misiones más peligrosas y lejanas.

En 1541 zarparía desde Lisboa. Pasaré tres años recorriendo el sur de India y Ceilán. Llegaría a Malaca y más allá, hasta las Islas Molucas. En 1549 parte hacia Japón. Tras siete semanas infernales, atracan en la bahía de Kagoshima. Allí comenzaría uno de los viajes por tierra más legendarios de la historia de las exploraciones a lo largo de más de mil kilómetros.

NEPAL, PARAÍSO HECHO MONTAÑAS

El país del Himalaya surgió como un paraíso. Ascendí las montañas y descendí hasta Katmandú. Visité la plaza Durbar, donde hay un templo de madera, reconstrucción del que diera nombre a la ciudad, y la residencia de esa desgraciada niña diosa, la Kumari. También subí al templo hinduista de Pashupatinath, a orillas del río Bagmati. Declarado Patrimonio de la Humanidad. Centro de peregrinación y crematorio de cadáveres. Interminables escaleras llevan hasta la cima, tomada por monjes que aprovechan las ofrendas alimenticias mejor que los dioses. ■

Nuestro aventurero a su paso por la reserva natural de Masai Mara (Kenia).



En forma

Juan Hurtado



Durante el viaje

El mes pasado hablamos de cómo prepararnos antes de comenzar un viaje largo. En esta ocasión veremos algunas cosas que podemos hacer para que el trayecto sea menos cansado, más seguro, y para que no nos aparezcan molestias o para atenuarlas en el caso de que surjan.

El tipo de moto en la que viajemos condicionará el número de paradas necesarias y las actuaciones recomendadas. En una moto con postura exigente deberíamos parar cada hora; y en una motocicleta *touring*, si el depósito lo permite, podríamos parar cada dos horas. Aprovecharemos los repostajes de tal forma que, si sólo queremos parar cinco minutos, estemos listos para continuar.

Las recomendaciones más importantes son: orinar (ayuda a la termorregulación, sobre todo si hace frío); hidratarse con agua o bebidas isotónicas (sobre todo en verano), bebidas cafeinadas suaves, zumos, etc.; dar un pequeño paseo para desentumecerse y movilizarse en general, y, finalmente, estirar de forma mantenida y suave (unos diez segundos) los músculos que notemos más tensos (como cuádriceps, isquiotibiales, lumbares, pectorales, del cuello, antebrazos y manos).

Recordad que si viajáis con pasajero, estas recomendaciones son incluso más importantes para él o ella, porque a veces su postura es más exigente y forzada que la del conductor.