

# /AMA DABLAM



*Om mijn 20ste uitstap naar de Himalaya waarvan toch 15 maal naar Nepal om daar te klimmen en trekkings te doen, wat meer glans te geven, nam ik een klein jaar geleden de beslissing om een expeditie naar de Ama Dablam te organiseren. Na een mailtje naar enkele kandidaat mede-klimmers liet Stefaan me weten ook naar de Ama Dablam te willen gaan. Stefaan is ook Instructor Alpine Climbing en organiseert of begeleidt ook voor onze club enkele stages per jaar.*

### A DREAM COMES TRUE

Voor de kenners is de Ama Dablam (6812 meter) een monument. Naast enkele heilige bergen zoals de Machapuchare, die je niet mag beklimmen, wordt de Ama Dablam omschreven als de Matterhorn of "de mooiste berg van de Himalaya." Niet alleen de schoonheid van de berg, ook de technische moeilijkheid (quotatie "difficile") maken de reis de moeite waard.

Wat de voorbereiding betreft was het vooral een kwestie van de juiste materiaalkeuze, voornamelijk om je te beschermen tegen de koude. Wat het klimmen betreft: na zoveel klimervaring in de Alpen in alle seizoenen weet je ondertussen wel wat je kan en wat niet. We moesten voorbereid zijn om een 5C-passage te klimmen op 6000 meter hoogte, en sneeuw en ijs tot 70 graden op nog grotere hoogte. Naast de koude, zou de hoogte wel eens de grootste uitdaging van deze beklimming kunnen zijn. En daar kun je thuis moeilijk op oefenen... Om ons toch enigszins aan te passen aan de extreme hoogte, hebben we eerst een acclimatisatietocht van een tiental dagen gedaan in het Everestgebied met als hoogtepunten de Kala Patar en de Kongma La, beiden hoger dan 5500 meter.

Van zodra we na twee dagen trekking het sherpastadje Namche Bazar hadden verlaten, staat de Ama Dablam in al zijn pracht en praal naar je te kijken. Moeten wij daar op geraken? En vooral hoé? Zou het onbegonnen werk zijn? "Als anderen het voor hebben gedaan, dan zal het ons ook wel lukken!", is onze klimmerslogica. Hoe we ook gaan of staan tijdens de trekking, de Ama Dablam zal ons – met uitzondering van de klim naar Kala Patar – steeds één van zijn zijden laten zien. En ja, ze zijn allemaal even indrukwekkend.

Samen met onze klimgids Geshman doen we de trekking met een stevige rugzak aan, zo zijn we ook beter voorbereid als we op grote hoogte met een zware rugzak moeten klimmen. Zeker op de hogere stukken, zoals de laatste honderd meter naar Kongma La (een 5 528 meter hoge pas), is het voor mij al afzien. Mijn tempo daalt serieus en af en toe is een rustpauze niet overbodig. Het uitzicht, alweer op Ama Dablam en zijn burens, is echt imposant en doet meteen het zwoegen en hijgen vergeten. We weten dat we flink naar beneden moeten en dat het nog een heel eind stappen is voor we onze lodge in Dengboche zullen bereiken.

De dag nadien wordt het menens. Een mooi, weinig belopen pad brengt ons naar het basiskamp van de Ama Dablam. Veel vragen dringen zich op en we laten de impressies op gepaste tijd binnen komen. Hoe is het leven in een basiskamp? Wie zijn de andere klimmers in ons basiskamp? Wat met de timing voor de volgende dagen? Veel zal ook afhangen van hoe we ons op dat ogenblik zullen voelen.

Het is tamelijk stil wanneer we aankomen in het basiskamp. Meestal is deze plek bezaaid met een zevental basiskampen van verschillende organisaties die elk hun eigen keuken- en eettent hebben, een aantal tentjes voor de klimmers en op de hoogtekampen enkele tenten hebben staan. Enkele uren later verschijnen er 2 x 2 Polen en nog een Sloveens koppel, meteen klikt het goed tussen ons, dus we zullen hier wel een fijne tijd hebben.

#### ACCLIMATISEREN

Na een dagje "rommelen" in het basiskamp trekken we voor de eerste keer naar kamp 1. 1200 meter hoger dan het basiskamp en 900 meter hoger dan we al geslapen hebben. We overtreden hier duidelijk de regel dat je slechts 300 à 500 meter hoger mag slapen, maar als er geen andere mogelijkheid is, dan nemen we het zo. De immer goedgezinde Purna, leider van ons kamp, zegt dat we de tocht in 5 uur kunnen klaren. Ikzelf vermoed eerder 6 uur, wat het ook zal worden. De eerste 1000 hoogtemeters gaan langzaam, meestal over brede morenen omhoog. Als Nestor van ons drietal mag ik voorop gaan en de snelheid (lees: traagheid) bepalen want met een flinke rugzak op deze hoogte is de regel "langzaam maar zeker, maar zeker langzaam."

Het laatste stuk wordt blokken lopen, blokken springen en vooral buiten adem geraken. Ik laat Stefaan rustig zijn tempo gaan en probeer in de achtergrond stilaan vooruit te geraken tot het punt dat de "Grey Tower" genoemd wordt: een 50-tal hoogtemeters over derdegraads terrein tot je kamp 1 bereikt. Onze gids Geshman vindt de tent die voor ons bestemd is, we zetten ons neer terwijl hij nog propere sneeuw gaat zoeken voor het kookwerk.

*OP DEZE HOOGTE IS DE REGEL:  
"LANGZAAM MAAR ZEKER, MAAR ZEKER LANGZAAM".*

Het wordt drinken, veel drinken en weinig eten en dan proberen te slapen. Geshman heeft nog nooit aan de lijve ondervonden wat hoogteziekte is, dus slaapt als een roosje. Stefaan valt als een blok in slaap, maar wordt vaak in zijn slaap opgeschrikt door ademtekort (in slaapmodus adem je trager en krijg je dus minder zuurstof binnen). Ikzelf val moeilijk in slaap, zal af en toe wel een minislaapje doen, maar voel me de volgende ochtend toch beter dan Stefaan. De zuurstofsaturatiemeter kan dit zwart op wit bevestigen. We laten het grootste deel dat we naar boven hebben gedragen ter plaatse en zijn blij als we terug naar beneden kunnen. Contacten met onze dokter Dries in België kunnen de problemen van Stefaan medisch bevestigen.







## TE SNEL...

Na twee rustdagen in het basiskamp trekken we definitief omhoog voor de top. De weersvooruitzichten zijn ook positief. De andere teams uit ons basiskamp zijn al eerder omhoog getrokken en van sommigen krijgen we goed nieuws, anderen moeten ook terugkeren (te weinig acclimatisatie). Het laatste stuk voor kamp 1 is een déjà vue, afzien en dolblij kamp 1 bereiken. Ook de daaropvolgende nacht wordt een herhaling van ons vorige verblijf in kamp 1. Stefaan wordt vaak wakker met zuurstoftekort en bij het opstaan na een moeilijke nacht - zijn zuurstofwaarden bevestigen dit opnieuw - beslist hij naar beneden te gaan. "Henk", zegt hij, "ga jij naar de top en gebruik gerust mijn Everest-boots, je tenen zullen die kunnen gebruiken." We nemen afscheid van elkaar, maar ik beslis om toch nog een dag op 5800 meter te blijven om de daaropvolgende dag naar kamp 2 te trekken. In de namiddag passeren ons de twee Slovenen die de top hebben gehaald. Achteraf zou blijken dat beiden zware bevrozingen hadden opgelopen en meteen naar Kathmandu zijn overgevlogen. Vanaf kamp 1 tot de top hangen er vaste touwen: vanaf hier gebruik je een 'jumar', een stijgklem dat je aan het vaste touw bevestigd zodat je steeds gezekerd omhoog kan klimmen. Vanaf kamp 1 is het een graatbeklimming, korte verticale stukken, dan weer stukken door sneeuw, alleszins zeer gevarieerd.

We komen onze Poolse vrienden Szimon en Scouby tegen, zij hebben heelhuids de top gehaald zonder gids (chapeau voor hen). Vlak voor kamp 2 op 6000 meter ligt de 'Yellow Tower', 30 meter verticale rots, 5C, weliswaar met behulp van een vast touw is het hard werken om boven te geraken en ik ben blij dat mijn rugzak apart omhoog wordt getakeld. Kamp 2 is een echt arendsnest met amper 10 tentjes die her en der verspreid over de rotswand hangen.

Het is middag en rond middernacht zouden we vertrekken, veel echt slapen komt er niet bij kijken, wel rusten, heel veel drinken, weeral weinig eten en alles klaarmaken voor de ultieme klim.

Rond 1:00 uur vertrekken we: we worden direct geconfronteerd met het echte klimwerk, tweemaal een volledige touwlengte op erg steil, mixed (rots + sneeuw ertussen) terrein, enkele touwlengtes met passages tot 70 graden ijs en één stukje overhangend ijs. De piolet die we beneden hebben gelaten, is nu wel een gemis, maar met behulp van Geshman geraak ik er wel door. Kort daarna bereiken we kamp 3. Dit kamp wordt niet meer gebruikt om te slapen wegens lawinerisico van een hanggletsjer die quasi boven het kamp hangt. Ik ben volledig uitgeput en denk er weer aan om terug te keren... tot enkele touwgroepen ons passeren en we weer verder klimmen achter de laatste. Die hadden duidelijk een trager tempo, dus vermoedelijk zijn we te snel (maar hoe anders?) door de verticale stukken geklommen.



## LANGZAAM MAAR ZEKER... NAAR BOVEN, EN NAAR BENEDEN

Nog 550 meter zijn we van de top verwijderd en alweer onder het motte "langzaam maar zeker, maar zeker langzaam" klimmen we omhoog. Het wordt weer dag, dus het koudste moment is gepasseerd. Al moet je constant op je hoede blijven om je vingers niet te laten bevriezen, zeker aan je hand dat de jumar vasthoudt (te weinig vingerbeweging, druk van de jumar en constant tegen de ijskoude ondergrond). Af en toe zien we al mensen omlaag komen, een extra moment om te pauzeren en om ze te laten passeren. Al heeft bijhijgen weinig zin want je zit toch, gezien de lage zuurstofconcentratie, constant aan je maximale hartslag. De top nadert, de helling gaat wat liggen maar tot het laatste moment blijft het hijgen, hijgen en nog eens hijgen.

Rond 10 uur, dus na 9 uur klimmen, bereiken we de top: geen euforisch gevoel, wel blij dat we het gehaald hebben, maar goed beseffend dat we nog veilig beneden moeten geraken. We genieten van dit unieke uitzicht, proberen enkele toppen bij naam te noemen, leggen een volledige reeks gebedsvlaggetjes bij de reeds aanwezige vlaggetjes en beginnen aan een korte fotosessie. Achteraf stel ik zelfs vast dat het er niet zo koud was, want ik sta met de BAC Antwerpen T-shirt te pronken zonder handschoenen aan. We hadden dus de weergoden zeker aan onze kant: -20° Celsius maar relatief windstil.









De afdaling wordt lang, nog 1 kilometer rapellen naar kamp 2. Zelfs het afdalen was erg adembenemend (letterlijk dan) want op regelde tijdstippen moest ik stoppen om alweer wat bij te krijgen. Op kamp 3 zitten er twee Spanjaarden, hoogtezieke, en de sherpa is naar beneden gegaan om hulp te halen. Alweer mensen die denken dat een helikopter in mistige omstandigheden naar 6300 meter gaat of kan vliegen... Afdalen en drinken is dan de enige remedie. Ondertussen is het beginnen sneeuwen, niet de ideale plek om daar uit te zieken. Achteraf zou blijken dat enkele sherpa's ze 's avonds nog zijn gaan halen.

We hebben veilig kamp 2 gehaald, het is ondertussen 15 uur en we beslissen om hier op dit arendsnest nog een nachtje door te brengen. De afdaling de daaropvolgende dag verloopt vlot, al is het ganse traject volledig ondergesneeuwd. Soms zie je 'klimmers' die totaal niets kennen van touw- en afdalstechnieken en constant moeten geholpen worden door hun gids. Zijn zij daar wel op de juiste plaats? In kamp 1 drinken we ons laatste soepje, ikzelf draag een normale rugzak, Geshman daalt af met zeker 30 kilogram op zijn rug. Ook zijn Everest-boots hangen aan de rugzak, want op zo'n terrein ga je als Nepalees toch omlaag (en ook omhoog) op goedkope sportsloefjes. Straffe gasten toch, die Nepalezen! Eens we vaste grond onder de voeten hebben, wordt het genieten. Alleen maar naar beneden en met altijd meer zuurstof! Een uurtje voor het basiskamp ontmoeten we mensen: "Are you Henk?", vragen ze. Het zijn enkele Oost-Europeaanen die in ons kamp zitten en ook de Ama Dablam gaan beklimmen. Ze dragen mijn rugzak, Geshman is te trots om de zijne af te geven, en in de namiddag wordt het tijd om me naast de tent neer te ploffen.

**Foto pagina 44:** Ama Dablam met in het midden zicht op de graat die zal beklommen worden

**Foto pagina 45:**

Boven: basiskamp Ama Dablam (4600 m)  
Midden: Pudje in het basiskamp, op de dag van de definitieve beklimming  
Onder: feestmoment in het basiskamp na een geslaagde beklimming

**Foto pagina 46:** traversée tijdens de klim van kamp 1 naar kamp 2

**Foto pagina 47:**

Boven: afdaling tussen kamp 3 en kamp 2

Onder: beklimming yellow Tower (5c) vlak onder kamp 2 (6000 m)

**Foto pagina 48:** kamp 2, een smalle rotsrichel waar op enkele tentjes vastgesnoerd staan

**Foto pagina 49:** v.l.n.r. Henk, Stefaan en Geshman op de Kongma la (6550 m) tijdens de acclimatisatietocht

## VEILIG THUIS

Stefaan, die drie nachten beneden is geweest, heeft massa's verhalen van bevroren handen en voeten, van een Italiaanse gids die we beter hadden leren kennen in het Everestgebied maar nu met appendicitis is afgevoerd, van een overledene,... kortom massa's horrorverhalen en dat allemaal in enkele dagen op 1 berg. Het was blijkbaar een constant op- en afvliegen van reddingshelikopters.

's Avonds wordt er nog een feestje gebouwd met onze Poolse vrienden, met de nieuwkomers in het kamp en als het donker werd, kwam ook het Poolse koppel terug aan de eettent: een derde poging naar de top heeft hen voor kamp 1 doen beslissen om terug te keren. Spijtig, maar soms is het gezond verstand je beste redding.

*"WE HEBBEN VEILIG KAMP 2 GEHAALD, HET IS ONDERTUSSEN 15 UUR EN WE BESLISSEN OM HIER OP DIT ARENSNEST NOG EEN NACHTJE DOOR TE BRENGEN..."*

We beslissen de terugvlucht naar Kathmandu niet te nemen en proberen in 5 lange wandeldagen de eerste autoweg te bereiken om zo met de jeep naar Kathmandu te hobbelen. We stappen nog door het authentieke Nepal, slapen in groezelige maar toch fijne huisjes, ook zij krijgen van ons de BAC Antwerpen sticker als kwaliteitsmerk (we gaven dit enkel aan de voor ons toch betere lodges). De vermoeidheid zit duidelijk nog in mijn lijf en benen want tegen de avond, geraakte ik nog moeizaam vooruit.

Ondanks de zware luchtbevuiling, de drukte langs alle kanten, het getoeter van wagens, bussen en bromfietsen, waren we toch blij wanneer we Kathmandu bereikten en ditmaal niet op de hoogste verdieping in het hotel sliepen... 🏔️

