

SOCIEDAD EXCURSIONISTA "MANUEL IRADIER"

N./ZBK. 184 - INVIERNO 2014ko NEGUA

■ LA SOCIEDAD MANUEL IRADIER ABRIÓ EL CAMINO A LAS CARRERAS DE MONTAÑA

- JOKIN ESPILLA UN SOCIO DE MANUEL IRADIER, PRIMER ALAVÉS PREMIADO CON EL TROFEO SHEBE PEÑA
- LAS CURIOSIDADES DE ISIDRO: LOS NOMBRES DEL PAN EN ÁLAVA
- AGUNG. LA MORADA DE LOS DIOS
- ¿EL MONCAYO? Ó ¿LOS MONCAYOS?
- MICOLOGÍA
- MONTAÑAS SINGULARES DE EUROPA, ÁFRICA Y CERCAÑO ORIENTE





CAFÉS: jamaica, colombia tambo, kenia, costa rica, 5 alturas, descafeinado, forza, intenso, suave,

INFUSIONES: negro, verde, rojo, azul, desteinado, rooibos, frutas del bosque, champan fresas, canela, regaliz

Infórmate en: www.cafeslabrasilena.es



CONFITERIA LA VASCA

José M.^a Fernández Frances

C/ Gorbea, 23 - Tel.: 945 225 993 - 01012 VITORIA-GASTEIZ



Celedón de Oro
1998

MANUEL IRADIER TXANGOLARI ELKARTEA

Pintorería, 15 - Teléfono 945 28 65 32
01001-VITORIA-GASTEIZ www.manueliradier.com
INVIERNO 2014ko NEGUA

Gure eskerrak / Nuestro agradecimiento a:

- Fundación CAJA VITAL KUTXA
- Autobuses ALEGRÍA
- Cafés LA BRASILEÑA
- GAIKAR Kirolak
- Confitería LA VASCA
- RUNNING FIZ
- DOITU
- Seguros AXA

argitaratu / Edita

Manuel Iradier Txangolari Elkarteak
Elkartea Excursionista Manuel Iradier
Pintorería 15 - Telf. y Fax 945 28 65 32
01001 VITORIA-GASTEIZ

Lehendakari / Presidente
Bernando Casi

Lehendakariordea / Vicepresidente
Isidro Snz. de Urturi

Idazkari / Secretario
José Luis Velasco

Diruzain / Tesorero
Iñaki Lopez

Ardatzeko arduradunak
responsables de las Secciones
Epa Grajales (Lokalak), Luis M. Iriarte (Mikologia), Angel
Rodríguez (Mendi), Kepa Diaz (korrikalariak), Eva
Loraza (Coro GorbeaMendi), Askoa Ruiz (Jare Dantzak
Taldea) y Aitor Martinez (Trail Running Taldea)

Idizkariko koordinatzaile
coordinador Revista
Ese María Cossio Cristóbal
Ese Antonio Abasolo

Argibiltate Kontratazioa
Contratación Publicidad
Ese María Cossio Cristóbal
Telf. 652 706 449

Argimatu / Imprime
ccgraphics

Argibiltate honetan kolaboratzaileak
colaboran en este número
A. Abásolo, Eloy Corres, Alfonso de Las Heras, César
Longo, Luis María Iriarte, Isidro Sz.de Urturi, Ricardo
Hernani y Pablo Martínez

L. VI - 150/59
Argibiltate honetan argibiltate honetan
la revista se reparte gratuitamente a los asociados
Argibiltate honetan argibiltate honetan
aleko argazkia/Foto portada:
OS CORREDORES AFRONTANDO UNA SUBIDA EN LA
RU HAUNDIAK



2 DE LAS MARCHAS REGULADAS A
LOS TRAILS

14 JOKIN ESPILLA UN SOCIO DE
MANUEL IRADIER, PRIMER ALAVÉS
PREMIADO CON EL TROFEO SHEBE
PEÑA

17 LAS CURIOSIDADES DE ISIDRO:
LOS NOMBRES DEL PAN EN ÁLAVA

24 AGUNG. LA MORADA DE LOS DIOS

26 ¿EL MONCAYO? Ó ¿LOS MONCAYOS?

30 MICOLOGÍA

38 MONTAÑAS SINGULARES DE EUROPA,
ÁFRICA Y CERCANO ORIENTE.
RICARDO HERNANI

de las marchas reguladas a los trails



JOSÉ ANTONIO, KEPA Y EVARISTO



ISAIAS GRAJALES EN PIRINEOS



LA SOCIEDAD MANUEL IRADIER ABRIÓ EL CAMINO A LAS CARRERAS DE MONTAÑA

FUE PIONERA EN ESTA MODALIDAD DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA AL AIRE LIBRE QUE AHORA HA COBRADO UN GRAN AUGE

Autor: José Antonio Abásolo

Fotos: Eloy Corres

La Sociedad Excursionista Manuel Iradier (SEMI) abrió el camino, hace ahora 27 años, dentro de su núcleo de labor societaria; la actividad deportiva en el medio natural, a las carreras de montaña, una modalidad que está cobrando un gran auge en los últimos tiempos. Buena prueba de ello es la creación y entrada en funcionamiento del equipo Manuel Iradier Running Fiz, la formación especializada en trail de la SEMI. La Sociedad ya contó en 2001 un grupo de estas características, que fue, por cierto, el primero de Euskadi. El Manuel Iradier Running supone un nuevo eslabón en un proceso de relación de nuestra sociedad con la montaña que se inició hace más de medio siglo con las Marchas Reguladas. Este artículo explica como se gestó, en el seno de la SEMI, una evolución de las marchas reguladas a los trails que hoy día ha trascendido al conjunto de la sociedad

las marchas reguladas a los trails



El 21 de mayo de mayo de 1950, sólo ocho meses después de su fundación, la Sociedad Excursionista Manuel Iradier (SEMI) culminó con éxito su primera Marcha Regulada. Participaron medio centenar de personas, parte de ellas socias de otros clubes, como el Alpino Alavés y el Goyena. Partieron de la localidad de Hijona para terminar en el pueblo de Ullívarri-Jaúregui tras ascender, y se supone que pasar un control regulatorio allí, a la cima del monte Itxogana. Quienes llegaron antes de un tiempo mínimo preestablecido a esa cumbre tuvieron que detenerse y esperar a que se cumpliera el tiempo predeterminado. El reglamento de estas marchas penalizaba a los mejor dotados con el fin de limitar

la rivalidad entre participantes y favorecer su cohesión y gregarismo. Se marchaba, con ese mismo fin, en patrullas formadas por dos corredores con el mismo dorsal. Así eran las pruebas deportivas de las sociedades de montaña entonces.

El puesto logrado y el tiempo invertido no tenían relevancia en la época de las marchas reguladas. Lo importante era acabar todas las que los clubes establecían cada año, dentro de sus calendarios de actividad, como puntuables para sus campeonatos de montaña. Si el participante demostraba que las había acabado (normalmente a través de la tarjetas que se dejaban en los buzones de las cimas) se incorporaba a la categoría de "Finalista". Todos los finalistas tenían derecho a una distinción; un diploma, una medalla o lo que fuera, y se les entregaban en las fiestas sociales anuales del club organizador. En el caso de la Manuel Iradier, cada verano tenía



ugar esa ceremonia en la ermita de San Vitor, cerca del puerto de Azaceta, al pie del monte Itxogana. Hay veteranos que aún añoran la fraternidad que se respiraba entonces entre los socios. Había más compañerismo; si alguien se quedaba atrás, le esperabas", afirma Kepa Grajales, uno de los socios más antiguos e implicados en el devenir de nuestra Sociedad durante muchos años. Pero según avanzó la década de los sesenta las marchas dejaron de hacerse y sólo quedaron las excursiones domingueras a alguna cima cercana.

uperado el lapsus que supuso para Manuel Iradier todo el período de la transición política son varios korri-



NUEVAS TECNOLOGÍAS DE CONTROL HH 2014





kalaris quienes llevan a la Sociedad a dar un paso más desde las marchas a las carreras. Sin embargo el Grupo Korrikalari, responsable de ese impulsó, se formó fuera de la SEMI. En 1984, un grupode korrikalaris, que se habían conocido en la Maratón de New York en 1983, tras formar el citado Grupo, estaban buscando sede. Y fue entonces cuando acuden a la SEMI, que por aquél entonces estaba prácticamente desmantelada.

Asumen la responsabilidad del Club, intentando mantener todas sus actividades, entre ellas la Montaña, que sigue con su tradicional hacer.

Sin embargo, aunque mantienen las actividades tradicionales, no pueden ocultar que tienen una mentalidad diferente. Ese mismo año hacen corriendo el recorrido desde la plaza de la Virgen Blanca hasta la ermita de San Vitor para asistir a la fiesta social. De hecho, aún hoy, el Grupo Korrikalari realiza sus actividades, de forma totalmente independiente de las de Montaña, aunque algunas las desarrolle en este medio natural. Sin embargo, según explica uno de los socios refundadores, "todos los miembros del grupo korrikolari eramos miembros del equipo de la Sociedad y como tal se acudía a las carreras, aunque a las oficiales sólo íbamos los federados"



1987, el año del gran cambio

Pero por entonces, en los inicios de los años ochenta, ni se había oído hablar de Carreras por Montaña. Fue en 1987 cuando tuvo lugar un hecho trascendente para el inicio y posterior desarrollo de las Carreras por Montaña: Eloy Corres, un miembro korrikalari de la SEMI, asiduo participante en carreras al uso por asfalto (maratones, medias maratones, etc.), pero al mismo tiempo aficionado a correr en solitario por las montañas, tiene la osadía de proponer a la SEMI la organización de la Prueba Pedestre por Montaña Hiru Haundiak, algo sin precedentes que rompía todos los cánones establecidos. No buscaba en absoluto la competición, sino el abrir la posibilidad al público en general para lograr de forma organizada un gran reto personal en el ámbito del pedestrismo, ubicado precisamente en el corazón de la Montaña Vasca. Este rasgo de reto personal, ajeno a las marcas, no sólo atrajo a montañeros, sino a todo tipo de deportistas amantes de las pruebas de gran aliento y retos imposibles. Así, la primera edición de Hiru Haundiak se celebró por patrullas de dos o tres marchadores y de forma taxativamente "no competitiva", sin clasificación.

Fueron los propios aficionados y periodistas quienes elaboraron las clasificaciones extraoficiales, haciéndose eco sin duda del espíritu competitivo que subyace en todo ser humano. Esta inquietud por competir se fue agrandando en las ediciones posteriores, dando lugar a competiciones solapadas que ponían de manifiesto una realidad y unos gustos que no había por qué ocultar. Finalmente, a partir de 2000, se optó por hacerla de forma competitiva, pero manteniendo los tiempos máximos, algo que abría posibilidades sin cerrar la puerta a nadie. Los mismos socios del Grupo Korrikalari competían ya hacía años en otras pruebas. El 6 de octubre de 1990 dos parejas de korrikalaris, un poco al modo de las antiguas patrullas, participan en el Rally Alpino Elecnor en Picos de Europa (una formada por José María Cossio y Patxi Roa, y la otra por José María Iriarte y Eloy Corres). El 7 de junio de 1992 los korrikas completan corriendo por elevos los 180 kilómetros del recorrido del GR 25, que da la vuelta a La Llanada a pie de monte. El 21 de junio de 1998 tres socios korrikas acuden a la maratón del Aneto.



ELOY CORRES, EN PLENA BAJADA



PRESUROSA SALIDA NOCTURNA EN LA HH 2014

e las marchas reguladas a los trails



Todo ello había ido generando una experiencia de la SEMI, y de sus socios korrikalaris, que pronto fue reconocida a nivel federativo. Corres precisa que el equipo de carreras por montaña de la Sociedad, que se formó en 2001, fue el primero de Euskadi, y que durante mucho tiempo fue el equipo oficial de la comunidad autónoma en esa modalidad. Estaba integrado por Eloy Corres, Ismael Montserrat, Marcelino Serrano, Raúl Perea y Enrique López de Lapuente. Asesoró al Comité de Carreras por Montaña de la federación vasca en la organización de la primera Copa de Euskadi de Carreras por Montaña. Los miembros del equipo, todos ellos socios de la SEMI, participaron en esa primera Copa, y con los mejores clasificados en esta prueba se formó la primera selección vasca de carreras por montaña, en la cual entraron los cinco miembros del equipo de la Manuel Iradier. El 9 de febrero de 2002 Eloy Corres recibe el premio de Mejor Corredor de Montaña de 2001 por "su colaboración al fomento, práctica y difusión de las carreras de montaña", según indica el jurado que concedió tal distinción.

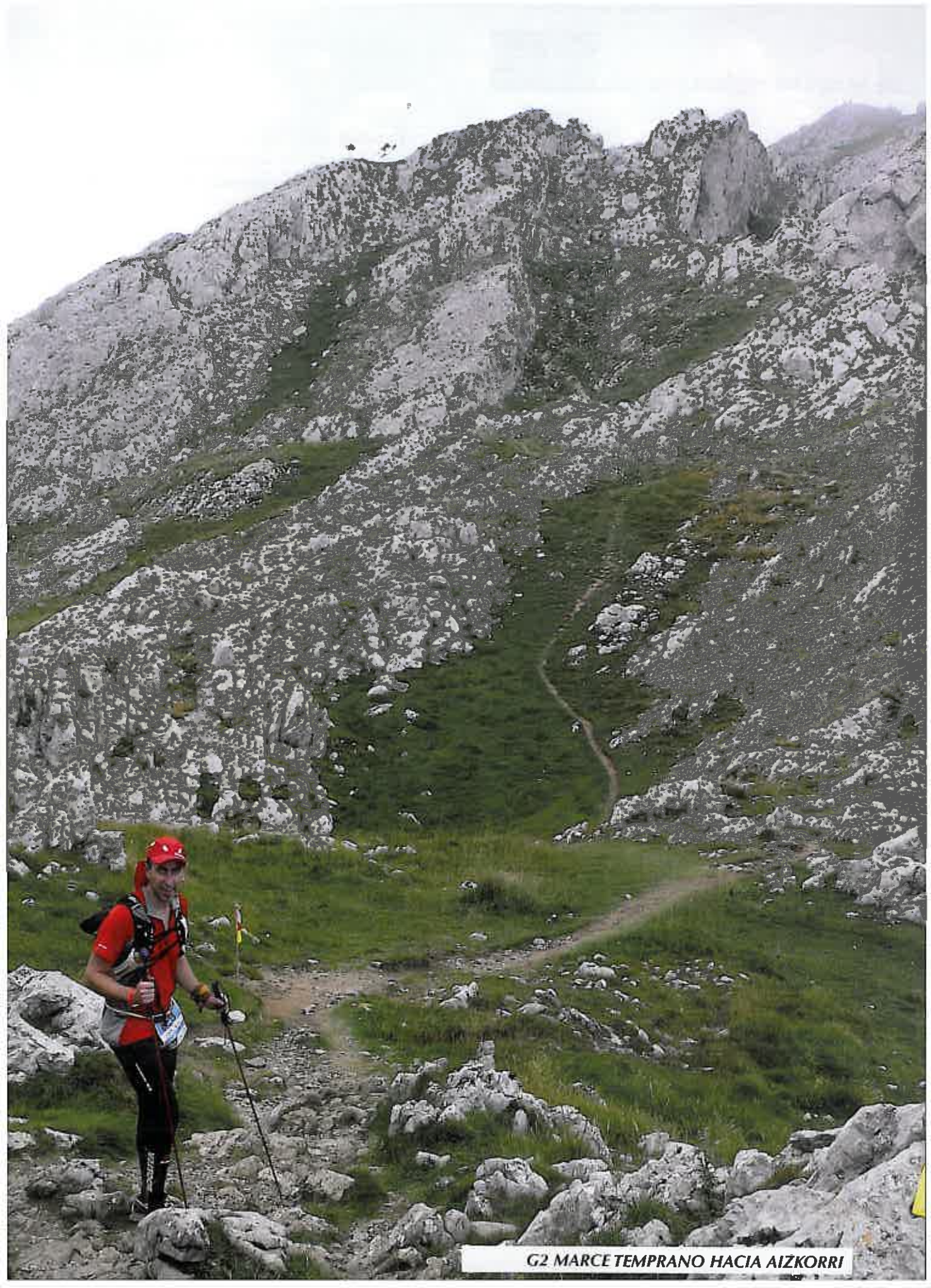
En definitiva, según resume Corres, "a partir de los años 90 fue a remolque de nuestra gran experiencia cuando se fueron organizando innumerables pruebas de larga duración, que a nivel organizativo han colocado el listón muy alto, aunque algunas carezcan de "alma montañera."

De las abarcas a las Nike

La mejor preparación física, la mejora del material deportivo, y la llegada a la montaña de gente procedente de las carreras de fondo del atletismo estaban cambiando a fondo en los años noventa el contexto de las antiguas marchas reguladas. Pero entre los antiguos montañeros había personas que no querían cambios. José Mari Iriarte, un veterano socio de la SEMI, recuerda la forma recelosa con que les miraban, hace ya más de veinte años, los organizadores y otros participantes de una prueba de 24 horas en el duranguesado, cuando llegaban a los controles de paso antes de que estuvieran abiertos, y en algunos casos instalados.

Los miembros del nuevo equipo de trail de la Excursionista, según explica su portavoz en otro artículo de esta revista, estiman que a día de hoy esos recelos están superados. Sin embargo, César Monge, un socio que procede de las marchas de montaña y que también realiza carreras de montaña, comenta que "en las marchas de montaña, que han sido el embrión del ultratrail, conviven diversas filosofías: Los 'martzales' de siempre, algunos aún con abarcas, pantalón de loneta y 'makila', los 'martzales' que alternan andar y correr, y los 'finisher' de ultra-





G2 MARCE TEMPRANO HACIA AIZKORRI



trails como la del Mont Blanc (UTMB) o Hiru Haundiak, que utilizan estas pruebas de montaña como entrenamiento". Pero dentro de esta coexistencia, añade Monge, "también existen algunos 'martzales' puristas, y algunos clubes, que rechazan la competitividad y no te mirán muy bien si corres".

La competitividad era inevitable, aunque los estatutos de la prueba trataran de evitarla, como ocurrió en la Hiru Haundiak. Marce Serrano, otro veterano korrikolari de la SEMI, revela que en esos años finales del pasado siglo no era infrecuente que tuviera que estar esperando hasta hora y media en algún control de la Hiru Haundiak porque había llegado demasiado pronto. "Nosotros no teníamos problemas en esperar, pues estábamos decididos a amoldarnos a la normativa -explica-, pero si el tiempo no acompañaba y veíamos que nos quedábamos fríos decidíamos seguir por nuestra cuenta".

Estas retenciones y esperas acabaron convirtiéndose en un problema para los organizadores, según admite Kepa Grajales. "Entonces no teníamos los medios de control de ahora -dice-, así que nos encontramos con decenas de marchistas retenidos a los que había que dejar salir, cuando se abría el control, en el mismo orden en que habían llegado, algo que resultaba muy engorroso". Todo esto fue influyendo para que en la edición de la Hiru

Haundiak de 2000 se permitiera correr con las dos modalidades. En las ediciones siguientes se anulaban los tiempos mínimos y sólo se mantuvieron los máximos.

César Monge cree que esta era una evolución inevitable. "Llega un momento -explica- en el que ves que te eternizas, y piensas que si elevas el ritmo puedes hacer en 8 horas lo que, de no avivar el ritmo, te a a costar 12... y entonces decides comenzar a trotar en las bajadas en lugar de andar reteniendo, algo que, además, te castiga más los músculos y articulaciones. Al final -añade- acabas corriendo, incluso en las subidas, aunque en las cuestas, a veces, es mejor volver a andar, porque ves que avanzas más que corriendo". Es así como se llega al actual fenómeno del alza de las carreras de montaña. Es decir, por un lado hay personas que, habiéndose movido siempre en el monte, dedican trotar o correr por sus senderos y subidas habituales, y otros, que siendo su mundo habitual el atletismo y las carreras en pista y asfalto descubren un día el atractivo añadido del medio natural que proporciona correr por lugares poco urbanizados. "El mundo de las carreras de montaña es un híbrido entre atletismo y montañismo", resume Monge. Y se puede añadir que se trata de una simbiosis muy potente, pues está formando tendencia entre muchos corredores de fondo.



JAVI TXAPELDUNA HH 2014



LA SEMI ESTRENA UN NUEVO EQUIPO DE TRAIL

El Trail Running Manuel Iradier cierra su primera temporada con un podium en Madeira y un segundo puesto por equipos en Lagos de Covagonda

Autor: Pablo Martínez

Fotos: Equipo Running Manuel Iradier

La Sociedad Excursionista Manuel Iradier (SEMI) no podía quedar al margen de la reciente evolución de las marchas en el medio natural y de las pruebas de fondo en ambientes urbanos hacia una confluencia mutua en carreras de montaña. Una parte de los miembros de su sección korrikalari ya vienen practicando ambas modalidades atléticas por separado hace más de quince años, pero ahora pueden integrarse en un grupo especializado en los trails; El equipo Trail Running Manuel Iradier, que inició su actividad en enero pasado. La agrupación, actualmente con 15 miembros, ya ha competido en treinta pruebas logrando clasificarse en tercero y séptimo puesto por equipos en tres de ellas. El portavoz del equipo, Pablo Martínez, hace balance de la temporada en esta crónica.



Este año 2014, en enero, un grupo de amigos que coincidíamos en carreras de montaña, parte de ellos socios de la Manuel Iradier, hemos formado el equipo de Trail Running Manuel Iradier-Runningfíz Mendi Taldea. El equipo esta formado por 15 personas (14 chicos y 1 chica). Entre todos los integrantes aportamos una mezcla de veteranía y juventud. Nuestro corredor mas veterano, Juanjo, tiene 51 años, y el mas joven, Iñaki, 28.

Somos un equipo integrado en la Manuel Iradier, pues los quince integrantes actuales somos socios de esta Sociedad. Nosotros mismo hemos establecido que para entrar en el equipo es condición indispensable asociarse a este club. Pero tenemos nuestros propios estatutos y nos autogestionamos. Sin embargo, estamos abiertos a todo tipo de colaboración con la Excursionista.

El equipo quiere seguir y mantener la tradición korrikolari de la Manuel Iradier, un club que ha sido pionero en este deporte, que tanto auge tiene ahora. Hay que recordar a los Eloy Corres, Marcelino Serrano, Enrique Lapuente, Raúl Perea, Ismael Montserrat, Joseba Cubillo, Ángel Perez, Aramayona, y otros muchos más, que empezaron a disfrutar de la montaña de una manera diferente. Lo hicieron ante la atónita mirada del resto de los 'mendizales', pero hoy en día, 'mendizales' y corredores de montaña comparten el mismo espacio, siendo los propios 'mendizales' los grandes expectadores de las carreras de montaña.

Entre esas personas que abrieron camino hay ganadores de la Hiru Haundiak, la Galarleiz, el Maraton Alpino Madrileño, y otras carreras /marchas, que ahora son referencia. Ellos abrieron el camino, que este equipo quiere seguir y mantener.

“NOS GUIAMOS POR SENSACIONES”

Somos autodidactas, no tenemos entrenador, entrenamos por sensaciones. Por el momento el equipo es el resultado del esfuerzo de un grupo de amigos que disfrutamos corriendo por el monte. Entrenamos en los Montes de Vitoria, sobre todo en Zaldiarán, en la zona de Gorbea y participando en marchas de montaña.

Nuestro objetivo no es otro que disfrutar y difundir los valores del montañismo y el respeto al medio ambiente a través de las carreras de montaña.



BALANCE DE UN AÑO

Hemos tenido presencia en más de 30 carreras a lo largo del año, de las cuales 20 han sido en Euskadi y alrededores.

Queremos destacar que aunque la filosofía del equipo es formar un grupo de amigos amantes de la montaña y del deporte, nuestro fin también es competir en pruebas organizadas por la sociedad a la que pertenecemos y otras. Así, en nuestra primera temporada se han logrado algunos resultados dignos de mencionar:

Podium de Juanjo Oquillas en UltraTrailMadeira y Lagos de Covadonga, en la categoría de Veteranos.

3º por equipos en maratón Lagos Covadonga

7º por equipos en campeonato Euskadi de clubs.

Aloña.

5º puesto de DaniCaro en EH Mendi Erronka.

Entre los treinta lugares en los que hemos competido, las carreras mas importantes en las que ha estado representado el Equipo de la Manuellradier, han sido:

- **UltraTrailde Madeira. 85 Km**
- **EH MendiErronka, Leitza. 65 Kms, D+3000 m**
- **Hiru Haundiak. 100 kms. D+5000 m**
- **Goierriko BI Haundiak. 88 Km, D+6000**
- **Maraton Montaña Montseny. 42 Km, D+2700 m**
- **Maraton Xtrem Lagos de Covadonga, 42 Km, D+2800 m**
- **Marcha Alpina Puentevedey**
- **LaPiconCastro. 52 Km, D+1976**
- **Subida a SanMillán (La Rioja). 30Kms, D+2000**
- **Carrera de Montaña de Salinas de Añana. 21 Km, D+1300**

**Número
uno en
Running**



RUNNINGFIZ

**Team Manuel Iradier Runningfiz
Mendi Taldea**

**www.runningfiz.com
Tlf: 945 064 657**



SOCIEDAD
EXCURSIONISTA
MANUEL
IRADIER

Jokin Espilla, un socio de Manuel Iradier, primer alavés premiado con el trofeo Shebe Peña

Fue distinguido en 2013 y este año es de nuevo finalista junto a otros siete socios de la SEMI

Autor: César Monge
Fotos: Jokin Espilla

El Circuito de Marchas de Largo Recorrido (Zirkuitua) se viene realizando desde el año 2002 con el objetivo de fomentar la regularidad, el esfuerzo y el compañerismo de las personas participantes. Para optar a esta distinción, con el trofeo Shebe Peña, es necesario ser finalista del circuito y para ello com-

pletar, al menos, ocho recorridos de los programados cada año por Zirkuitoa. La participación no es competitiva, pues el principal objetivo del circuito es fomentar el deporte de montaña, y propiciar el conocimiento de la geografía y patrimonio de Euzkadi Herria. Está organizado por los clubes de Araba, Bizkaia, Gipuzkoa, Nafarroa e Iparralde y por el Comité de Marchas de la Federación Vasca de Montaña (Euskal Mendizale Federazioa).

La Euskal Mendizale Federazioa reconoce como finalistas a todos los participantes federados, de ambos sexos, que completen al menos ocho Marchas; una por cada territorio más otras tres a elegir en el calendario que publica cada año Zirkuitua. Este año, por ejemplo, se han reconocido ya 108 finalistas, según los nombres ya publicados como tales. Ocho de ellos, incluido entre ellos el galardonado del año pasado, Jokin Espilla, son miembros

Jokin Espilla Berruetabeña, socio de la Sociedad Excursionista Manuel Iradier (SEMI), es el primer alavés de adopción (nació en Vizcaya, en un caserío de Berriatua) distinguido con el trofeo Shebe Peña, un premio de la Fed. Vasca de Montaña, en su circuito de marchas de largo recorrido. Ganó el galardón correspondiente a 2013, que le fue entregado el pasado 3 de marzo en la localidad guipuzkoana de Elgeta y este año es de nuevo finalista con otros siete socios de la SEMI. La Sociedad Excursionista Manuel Iradier es el club de montaña que tiene más finalistas en este año 2014.

de la Manuel Iradier. Nuestro club es el que mayor número de finalistas cuenta en la presente edición. Y podrían haber sido aun más finalistas, ya que Severino De Pedro histórico martzale, finalista habitual de Zirkuitua no ha podido finalizar este año al encontrarse recuperando de una

intervención quirúrgica. Los ocho finalistas, con el número de marchas finalizadas, son los siguientes:

- José Mari Sainz Calvo (11)
- Ángel Benigno Rodríguez (10)
- Fermín Azkarate (10). César Monge (10)
- Iñaki Izaga (9)
- Jaime Álvarez (9)
- Miguel Ayala (8)
- Jokin Espilla (8)

Este premio otorga un importante reconocimiento deportivo y humano. Su importancia radica en que el premiado es elegido entre todos los finalistas anuales de Zirkuitua valorando su trayectoria deportiva y humana. La elección es realizada por Mendizales asiduos a las marchas de largo recorrido mediante votación a través de la página web de Zirkuitua.



Nota sobre SHEBE PEÑA

Severiano Peña Albizu (1907-1999), la persona que da nombre a esta galardón, era un andarín considerado como uno de los fundadores del montañismo vasco. Fue el primero que practicó las marchas por montaña en el País Vasco, por lo que la Federación Vasca decidió dar su nombre al Circuito de Marchas de Largo Recorrido que creo hace catorce años.

Peña Albizu (Shebe) comenzó a practicar atletismo desde muy joven en el estadio Berazubi de Tolosa. En 1925 se inicia en el montañismo al surgir en el Tolosa F. C. una sección de montaña. En 1926 toma parte en la segunda Marcha de las XIV Horas, que une Tolosa con el santuario de San Miguel de Aralar, una prueba en la que repetirá año tras año. Incluso en la de 1992, cuando tenía 85 años. Antes de la guerra civil recorre las montañas vascas y el Pirineo. En 1943, con cuarenta años, comienza a conocer los Alpes. Una de sus pruebas más conocida es la de Las Cuatro Catedrales. La realizó en 1953, y consistió en visitar las catedrales de las tres capitales vascas y la de Pamplona en cuatro días, y con la obligación de oír misa en cada una de ellas.

En 1964, con sesenta años, asciende al Cervino y al Mont Blanc. Y repite ascensiones a estos montes en varias ocasiones. La última en 1989, con 82 años. En 1968 asciende al Kilimanjaro, ascensión que también repetirá. En este caso la última ascensión fue en 1995, con 88 años de edad.

RELACIÓN DE DISTINGUIDOS DESDE 2002

- Año 2013: **JOKIN ESPILLA BERRUETABEÑA** - VITORIA-GASTEIZ (ARABA)-
S.E.MANUEL IRADIER
- Año 2012: **MARIE LOUISE DURQUET HARAMBURU** - BAIONA (LAPURDI) - AUÑAMENDI
ELKARTEA
- Año 2011: **MARIJO AIZPURUA URKOLA** - ZUMAIA (GIPUZKOA) -INDAMENDÍ MENDI
BAZKUNA.
- Año 2010: **ZEZILIO LAURENDI ALONSO** - ERRENTERIA (GIPUZKOA) -DANTZALEKU
SAKANA
- Año 2009: **AINZANE FERNANDEZ ELEJALDE** - BILBO (BIZKAIA) - BILBAO ALPINO CLUB
- Año 2008: **KONTXI EIZMENDI EIZAGUIRRE** - VILLABONA (GIPUZKOA) - AIZKARDI
MENDIZALE ELKARTEA
- Año 2007: **JACINTO LAJAS VAZQUEZ** - IRURA (GIPUZKOA) - OIARGI MENDI ELKARTEA.
- Año 2006: **ARANTZA LAZURTEGI MATEOS** - SOPELANA (BIZKAIA) - ALDATZ GORA
MENDI TALDEA
- Año 2005: **VIDAL OLABARRIA SOLAUN** - BILBO (BIZKAIA) - CLUB DEPORTIVO BILBAO
- Año 2004: **MANUEL VELEZ ELORDI** - BILBO (BIZKAIA) - ALDATZ GORA MENDI TALDEA
- Año 2003: **GONZALO FERNANDEZ FERNANDEZ** - BILBO (BIZKAIA) - DEUSTUKO
MENDITARRAK
- Año 2002: **JUAN JOSE ARAMBURU ARAMBURU** - ZUMARRAGA (GIPUZKOA) - OSTADAR
MENDI TALDEA



LOS NOMBRES DEL PAN EN ÁLAVA

Texto y fotos: Isidro Saenz de Urturi

El pan, por el hecho de ser consumido en muchas partes del mundo, tiene nombres muy diferentes según el idioma en el que uno se refiera a este alimento básico. También influye en el apelativo que se le da la composición, el tamaño de la pieza y el fin al que está destinado; pues hay panes ceremoniales cuyo principal fin no es alimentar, sino servir de ofrenda. Álava es uno de los territorios con mayor variedad léxica para designar al pan. Isidro Saenz de Urturi explica el significado y el origen de las denominaciones más usuales. Muchas de ellas, sobre todo las de origen rural, han caído hoy día en desuso en la medida en que los panes a los que daban nombre, han dejado de elaborarse hace tiempo.

En los pueblos el pan se elaboraba en las casas hasta hace no tanto tiempo, por lo menos hasta 1963. Eso es desconocido para la mayoría de las personas de 50 años o menos. Sin embargo, si vas a un pueblo y preguntas, sí recuerdan donde estaba el horno que se tiró hace décadas para reformar la casa. Los hornos de las casas rurales duraron hasta fechas tan tardías porque en la postguerra, a causa del racionamiento, se convirtieron en la mejor alternativa para asegurarse el abastecimiento. Aunque las harinas empleadas no eran de la mejor calidad, pues los agricultores tenían que entregar los mejores trigos al Servicio Nacional de Cereales, muchos aldeanos se las ingenieron para hacer pan en aquellos hornos caseros con mezclas de harinas de trigo y maíz, o de centeno y trigo, que tras la cocción proporcionaban el llamado **pan moreno**. O mezclando harinas de cebada y trigo, que daban origen al **pan negro**. O incluso añadiendo patatas a la harina de trigo, a causa de la escasez de grano. Las patatas, después de asadas, se mezclaban con harina, agua y levadura y de esa masa salía un pan aceptable, pero tenía el inconveniente de que había que cocerlo más de lo

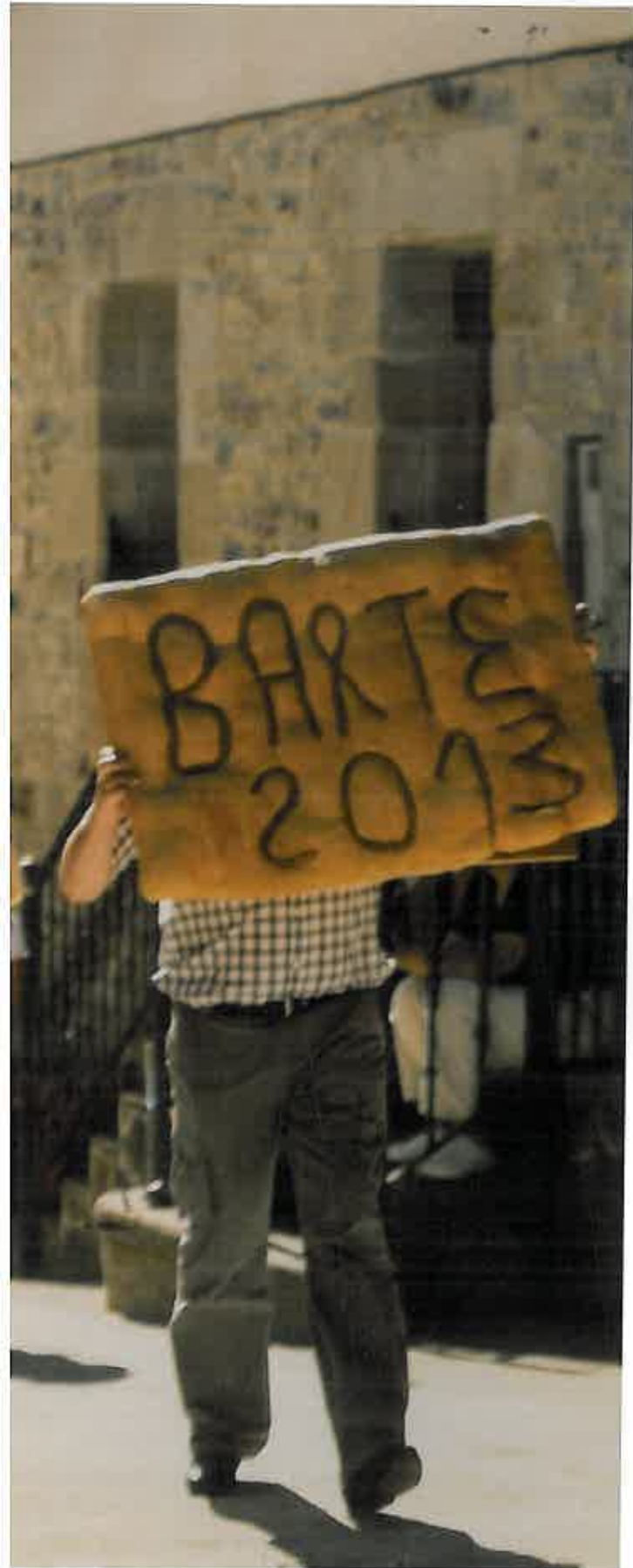
normal, lo que originaba más consumo de leña, y que debía consumirse pronto, pues si se tardaba unos días en ser consumido, se avinagraba.

Los vecinos de los pueblos que eran agricultores tenían derecho a quedarse con un cupo de grano para procurarse su propio pan, en vez de recibir el **pan de ración**, que era el que se entregaba a los vecinos de la ciudad, o a los residentes en pequeñas localidades que no eran labradores. Algunos agricultores entregaban el grano del cupo a panaderos a cambio de que les suministrara pan, o la harina con la molienda de ese grano retenido con el mismo fin. Estos acuerdos originaban mucha picaresca para lograr pan por vías diferentes al de las panaderías que hacían pan de ración, las únicas autorizadas a cocer en los pueblos. Las autoridades llegaron a precintar las piedras de moler de los molinos, pero el precinto se ponía en las ruedas de piedra blanca, no en las de piedra negra. Estas eran peores, pues machacaban el grano, como ocurre en los molinos de aceitunas, en vez de triturarlo. Sin embargo mucha gente las usaba a escondidas y molían lo



que podían como he explicado antes. Por eso se recurría al maíz, que quedaba fuera de los controles de racionamiento. Sin embargo, salvo en las zonas cantábricas, como Aramaio, donde se hacía **artua**, o Ayala, donde se cocía **artapan**, ambos panes cien por cien de maíz, este grano era escaso, pues sólo se cultivaba para dar de comer a las gallinas. Uno de los panes de baja calidad hechos con harina de trigo era la **comuña**. Se trataba de un pan negro, con gran contenido de salvado, que se daba a los pobres que pedían por las casas en toda la Llanada.

Las **otanas** y las **hogazas**, los nombres del castellano de uso común, también en Álava, para referirse a los panes grandes, de dos o más kilos de peso, y redondos, tenían variantes en algunas partes del territorio provincial. Por ejemplo, en Barrundia, las llamaban **barte**, y en Aramaio, **ogi**, siempre que fueran de pan blanco, según Patxi Aizpurua y Garbiñe Insausti, que recogieron estos nombres en 1986. Las otanas tenían cuatro **corruscos**. El **corrusco** es una parte del pan más tostado que el resto de la pieza. En las barras actuales se encuentra en los dos extremos. Como conocen bien los que vivieron en los duros años de la postguerra, las piezas de pan de racionamiento eran pequeñas. Más o menos de la dimensión de un bollo, equivalente al **chusco**, que era un pan moreno que se utilizaba como pan de ración para los soldados que cumplían el servicio militar. En Lagrán llaman **bollo** a un pan pequeño hecho con masa sin sobar, según constató en su día Gerardo López de Guereñu. Y en la zona de foronda y Legutiano llamaban bollos y **bollicos** a unos panes pequeños de unos quince centímetros que se hacían con la masa sobrante tras la elaboración de panes grandes. Pero hay piezas muy parecidas al bollo que en Álava se llaman de otra forma. Por ejemplo el **richi**, un pan largo sin sobar, con dos puntas llamadas tetillas. O el **laurenki**, una pieza elaborada en Zigoitia y la zona de Gamboa, que tiene tres puntas en forma de "Y" griega, y que cuando se parte da lugar a cuatro trozos.





Para ofrendas, funerales y fiestas

Además de para la alimentación el pan tenía uso importante en algunas ceremonias. Estas eran muchas, pero las más importantes giraban en torno a las ofrendas en las iglesias, y los consumos ceremoniales que se hacían en las fiestas y los funerales. Las piezas de pan destinadas a estos usos tenían nombres diferenciados de las hechas con el fin de alimentarse. En los funerales, después del entierro, se daba la caridad a los asistentes. Esta ceremonia consistía en la entrega de un trozo de pan, llamado **cacho**, y un vaso de vino. Inicialmente se hacía delante de la iglesia, pero acabó trasladándose a la casa del fallecido por los abusos en que incurrieron algunos invitados en el consumo de vino. Existía, asimismo, el llamado **pan de ánimas**, que las mujeres llevaban a misa los festivos. Parte de ese pan, entregado al celebrante en el ofertorio por una mujer de la casa soltera o viuda, se repartía a los feligreses en el

pórtico de la iglesia. En los festivos siguientes al funeral, una señora de la casa, viuda o soltera, llevaba un cestillo con tres panes. Al llegar a la iglesia lo colocaba encima de la sepultura de la casa. En el ofertorio llevaba el cesto al altar y el cura le daba a besar la estola mientras recogía el pan. Tras rezar un responso recogía un pan para la ofrenda y apartaba otros dos para rífarlos o subastarlos en el pórtico.

El llamado **pan bendito** se repartía, hasta la reforma litúrgica del concilio Vaticano II, tras el ofertorio de la misa mayor de los días festivos. En muchos pueblos de la Montaña le llamaban **oblada**, aunque el común en toda la provincia era bollo, rosco o torta. Después del ofertorio, el sacristán o monaguillo, lo partía en trozos pequeños y lo repartía a los feligreses en el momento de dar la paz. Cuando la misa era de funeral, al pan empleado en estas ofrendas se le daba algún nombre especial. En Amurrio se llamaba **aurroki**, según afirma José Madinaveitia, o también **difuntera**, según Gerardo López de Guereñu. Y en otros sitios hortajo.

pan destinado a celebraciones festivas que más conocía era el de Pascua. En Samaniego se ve realizando un rito que consiste en cubrir con anillos de rosquillas la estatua de un Cristo crucificado que colocan en la plaza. A continuación leen la sentencia de Judas y llevan en procesión al Cristo, por camino diferente al que sigue el monigote que representa a Judas, hasta la puerta de la iglesia. Allí queman al apóstol y el pan y después de la misa cada cual retira sus rosquillas de la imagen del Cristo. Hasta los años

ochenta se mantenía aún en algunos pueblos de Llanada y Valdegovía la costumbre de elaborar un **rosco**, que es un pan redondo y delgado con muchos adornos hechos con el tenedor y que solía llevar huevos y chorizo. En Narvaja lo llamaban **rozapil**. Estos panes de Pascua eran regalados por las madrinas a sus ahijados, y en algunos pueblos, como Bóveda, Gurendes y Tuesta, los niños y jovencuelos que recibían el regalo iban a consumirlo en alguna pradera cercana al pueblo.



EL PAN SELLADO

En muchos pueblos de la montaña cada casa tenía el sello del pan. Cuando se hacía la amasada, después de fermentar la masa se cortaba en trozos y se pesaba en una romana de dos platos que estaba colgada al lado de la artesa y el cilindro. La mayoría que he visto pesaban en libras, lo que prueba la antigüedad de esta operación. Una vez pesada, la masa se pasaba por el rodillo o cilindro varias veces. La madre o señora de la casa amasaba el trozo y le daba forma. Si se trataba de una botana, marcaba los cuatro corriscos con un cuchillo, y en el centro de la pieza ponía, hundiendo el sello en la masa, la marca de la casa. La casa que no tenía sello lo marcaba con un tenedor o cuchillo. Cada casa tenía su marca. El sello era pequeño, pero marcaba bien la masa, y después de la cocción era muy visible. El sello solía tener las dos letras de la casa. Había casos en que ya no correspondía a la familia que habitaba la casa, pero aún así los nuevos residentes lo mantenían. En la Monaña era de madera de boj.

En la época de siega y trilla muchas veces por apremiar el tiempo o no tener harina se pedía un par de panes al vecino que esa semana había amasado. Gracias a los sellos, cuando los niños llevaban a casa el pan prestado, los padres podían comprobar de que casa procedía el pan.

LISTA DE NOMBRES DEL PAN EN ÁLAVA

COMUNES EN TODA LA PROVINCIA

- Aceitosa*:** Torta con la corteza muy untada de aceite Lagrán
- Arronzobi:** Torta de harina de trigo amasada con huevos, azúcar, algo de canela y un poco de agua en la cual se deslíe la levadura. Se cuece en el horno
- Bollo*:** Pan pequeño hecho con masa sin sobar en Lagrán.
- Bollos, bollico:** Pan pequeño de unos 15 cm. que se hacía del sobrante de la masa para los peques en Zigoitia, Gamboa, Legutiano y la zona de Foronda.
- Cocho*:** Pan poco cocido Lagrán.
- Comuña:** Pan de salvado, pan negro. A las onduas de la artesa se le añadía unos puños de salvado y se amasaba un pan o dos como de un kilo o menos. Se hacía para dárselos a los pobres que pedían por las casas, en Alegria, Zigoitia, y en toda la llanada
- Barte:** Pan grande en Barrundia.
- Chosne:** Pan de anís que se hacía en Lagrán. A la masa se le echaba unos granos de anís.
- Chusco:** Pan moreno en forma de bollo pequeño; pan de ración de la mili
- Harinada*:** Clase de pan de San Vicente Arana
- Hogaza:** Pan grande redondo o alargado de 2 a 4 kg, en toda la provincia
- Ranchopil*:** Ronzapil (Deformación de Arrautzopil?) - Pan llevaba huevos entre la masa y solía amasarse por Pascua Resurrección Vitoria
- Ríchi:** Pan largo sin sobar con dos puntas llamadas tetillas, que era lo primero que desaparecía del ríchi
- Rosco:** Pan redondo delgado, apenas se sobaba.
- Rozapil:** Pan en Salinas de Añana. También llevaba ese nombre el pan que se hacía en pascuas en Narvaja y otros pueblos de La Llanada, que llevaba dentro chorizo y y en el exterior se incrustaban en la masa varios huevos.
- Otanás:** Pan grande blanco de cuatro corruscos en muchos pueblos se pasada la masa por el cilindro. Dedo kilos o mas de peso.
- Sobadillas:** Tortas de manteca y harina y espolvoreado de azúcar Viñaspre
- Soma*:** Pan hueco, en San Vicente de Arana
- Soma:** Pan negro mezcla de harina de centeno, en Laminoria
- Sopil:** Pan sin sal, en Contrasta. También llevaba ese nombre un pan delgado y largo de mucha corteza que se usaba para sopas en en Apellaniz y zona de Maesta.
- Torjo o Torso:** Nombre de un pan en Salinas de Añana
- Torta:** Pan muy delgado sin sobar la masa. en la llanada y montaña
- Tortas:** Pan redondo de masa sobada. Eran pequeñas redondas y delgadas. Común en toda la provincia. Se hacían con la masa que no daba para un pan grande. Había Tortas de sartén, que era un pan pequeño delgado. La masa se cocía en la sartén. Y de manteca, que se hacían en todos los pueblos de Alava después de la matanza.
- Tortos:** Panes cocidos con chorizo Artziniiega

UTILIZADOS EN ARAMAIO

- Artopil:** Tortas de maíz Aramaio
- Amokaza:** Torta de pan que se depositaba en la sepultura de la iglesia y en la misa se le entregaba al cura Aramayona
- Artorotza:** Pan que se hacía en Mondragón y lo compraban los de Aramayona
- Artua:** Pan de maíz
- Karapaixue:** (pastel de pascua)
- Ogi:** Pan blanco
- Opiltxuak:** bollos (a veces con chorizo)

Tremesa: Pan integral

Tostaire*: Rebanadas de pan de aldea que se ponen a tostar y cuando están bien calientes se preparan con vino en una cazuela, añadiéndoles azúcar. Se comen por Nochebuena y Noche vieja - Olaeta

DE MAÍZ

Artapan: pan de maíz Ayala, Amurrio y Lezama

Barte*: Pan grande de Maíz. Barrundia

Bolla*: Pan de maíz en Quintana y San Román de Campezo

Borona: Pan de maíz

Morrokil*: Sopa de talo con leche Zuya

Morquin*: Harina de maíz mezclada con agua que se tomaba con leche Ullibarri Gamboa

Suco o Zuco*: Sopas de leche con pan de maíz Ondategui

PARA OFRENDAS

Aurroki: Pan que se llevaba en el ofertorio en los funerales de Amurrio. Fuente: Libro de Amurrio, José Madinabeitia.

Bollo* - Pan alargado: Pan de cabo de año Galarreta. Los nombres de Bollo, Rosco y Torta eran corrientes en todos los pueblos de Alava para designar al pan que se ofrecía en el ofertorio de la misa. El Rosco era redondo, de unos 15 o 20 cm de diámetro por 4 cm de grosor, con la corteza lisa. En algunas pueblos le llaman Torta de ánimas

Difunteras*: Ración de pan para sufragios en Amurrio

Hortajo o Hortejo: Pan redondo y muy adornado que se llevaba en el funeral a la iglesia, como ofrenda el día de todos los santos en Lagran y Cripán. Y en general en Montaña y Rioja.

Laurenki: Pan de tres puntas en forma de y griega que al partir se hace cuatro trozos en Zigoitia y zona de Gamboa.

Mollete: Pan pequeño redondo hecho con masa sin sobar, en Zigoitia y Antiguo ayuntamiento de Foronda.

Obladas: Torta redonda hecha con masa sin sobar en Apellaniz y en muchos pueblos de la Montaña

Pan bendito: Pan que se ofrecía en el ofertorio en la misa mayor los días festivos. Después de bendecido el sacristán o monaguillo lo partían en trocitos pequeños y lo ponían en un canastillo. En el momento de la misa destinado a dar la paz el monaguillo recorría la iglesia dando a besar el Paxtecun. En ese momento el feligrés recogía un trocito de pan, y lo besaba antes de comerlo. Esto era corriente en todos los pueblos hasta la reforma litúrgica.

Olatil: Pan de ofrenda -Olaeta



AGUNG

LA MORADA DE LOS DIOSES

Autor: Ricardo Hernani

Fotos: Ricardo Hernani y Lodewij Biemond


El Agung es el monte más alto de Bali, la isla indonesia famosa por sus playas en todo el mundo. Los balineses creen que su isla es propiedad de los dioses, y que su mayor montaña es la morada de tales divinidades. Ricardo Hernani, un curtido viajero y montañero, nos ha enviado el relato de la ascensión al volcán Agung



Quizás constituya este nuestro único motivo de sobresalto. Resulta laborioso reconocer que el lugar natural más sagrado para los balineses lo compon-

ga un volcán, aún activo, todavía amenazante, morada de dioses y de las almas de quienes se fueron. Tal vez solo así se pueda entender, bajo el terrible trance que supone el tránsito al final de la vida hacia una dimensión desconocida. Una bella leyenda engalana el origen mismo de la montaña, surgida por el dios hindú Pasupati que quiso separar el sagrado monte Maha Meru en dos, haciendo brotar de esta forma el Agung y su próximo y más modesto vecino, el Batur.

Pero el proceso de creación debió quedarle incompleto y así, tras siglos de sueño que la población local pretendía prolongar mediante el sacrificio de algún que otro pobre búfalo o cordero desde el mismo cráter, en una mezcla de hinduismo y remanentes de animismo procedentes de la cercana Java, el infierno se desató en 1963, justo el año en que debía celebrarse precisamente la más sagrada de las ceremonias, la Purificación del Universo, que tiene lugar una vez cada cien años. El 18 de febrero, la montaña comenzó a dar síntomas de cólera, mientras los sacerdotes eran presionados por el poder político para iniciar las procesiones. Un mes más tarde, cerca de 2.000 personas perderían la vida a causa de las explosiones, el mar de lava y las ácidas precipitaciones que se desataron sobre el edén. Prácticamente, toda la isla quedó cubierta de ceniza y poblaciones enteras se vieron forzadas a desplazarse o emigrar. En un quiebro prodigioso los ríos de veneno evitaron al oeste Besakih, el más sagrado de los templos, venerado como el templo madre, desde el que parten los más sagrados ritos de respeto; vedados, o al menos desaconsejados, para los foráneos.



Han sido muchos los perseguidores de sueños, los exploradores de utopías, que creyeron encontrar en Bali el paraíso terrenal. No podía ser de otra manera en esta isla, oasis espiritual en medio de la permanente zozobra del archipiélago indonesio. Cada morada nos presenta junto a la puerta su particular templo. Mientras nos envuelven los relajantes sonidos del xilófono, juntamos nuestras palmas para el aludo y orientamos nuestra mirada en la lejanía hacia la más elevada de sus tierras, las laderas del volcán Agung.

Dos de la madrugada; ² comienza la ascensión

Nos encontramos así al otro lado de la montaña, al sur, en el templo de Pura Pasar, a 1575 m. Desde Ubud, refugio de artistas, nos hemos acercado tras dos horas de conducción y cabezadas, entre arrozales y palmeras cuya silueta creemos entrever bajo las sombras de la cerrada noche. En un pequeño aparcadero se recogen del frescor de la misma varios guías locales. Wayan, nombre de primogénito en Bali, nos acompaña los últimos y dolorosos 350 peldaños

“...Escuchamos a los monos, los intuimos, pero no será hasta el regreso cuando logremos descubrirlos...”



que dan acceso a la edificación religiosa. Nos llega un momento de recogimiento previo a la ascensión, enciende varias tiras de papel, junta sus palmas, reza, esperamos. La luna luce menguante, no nos ayudará. Encendemos las frontales a las dos de la mañana en la esperanza de que armonizaremos nuestra llegada con las primeras luces del día.

Evitamos a la izquierda el templo, por un estrecho sendero en el que una montañera occidental anuncia, con las botas en la mano, su pronta retirada. Nos preceden dos grupos de visitantes cuando nos internamos en el pasillo que forma la vegetación. No hay margen para la pérdida;

los helechos, la menta, el eucalipto, la selva... no permiten otra salida a lo largo de la embarrada trocha que asciende en prolongada pendiente y sin descanso alguno. El barro nos hace resbalar pero resulta relativamente fácil proseguir con el sustento de las robustas ramas de los árboles. Escuchamos a los monos, los intuimos, pero no será hasta el regreso cuando logremos descubrirlos. Una tubería doble, último reducto humano, nos guía hasta la recogida de aguas que los religiosos aprovechan de la lluvia. Cada día, las nubes provenientes del oeste, de Java, se acercan durante las primeras horas al volcán hasta cegar por completo su cima. En contraprestación, sus laderas agradecen el agua de las nubes.

A unos 2300 m de altitud hemos logrado ya salir del bosque, pero no de la prolongada cuesta que se mantendrá inflexible con nosotros hasta el final. Da comienzo la roca. A pesar de la oscuridad, el camino resulta sencillo. Nos detenemos a descansar y de esta forma a regular en la medida de lo posible nuestra llegada. El cielo clarea lo suficiente para distinguir las luces de algún pequeño pueblo. El mar de nubes progresa lentamente cubriendo un inacabable manto vegetal a simple vista impenetrable.

Adelantamos a una pareja de turistas, él y ella, en pantalones cortos y sandalias abiertas. Les supongo en viaje de novios y acierto con las penalidades que sufrirán en los más fríos instan-



tes del día, los que anteceden al amanecer. La pendiente se endurece aún más obligándonos a extremar la precaución y soportarnos ligeramente con las manos. Hemos mantenido desde el inicio una dirección norte constante, pero ahora nos desviamos ligeramente al oeste. Dos cordales nos escoltan a ambos lados mientras su dibujo nos anticipa el cercano cráter. Sobre el mismo se recorta una gran roca en cuyas inmediaciones descubrimos la pequeña cima. Varias personas se ocultan entre los pedruscos en espera de los primeros rayos. Hemos llegado demasiado temprano en apenas tres horas de marcha y aún deberemos de esperar hasta las seis de la mañana. Wayan nos dice que estamos a 3007 m de altitud, aunque diversas y recientes mediciones rebajan significativamente tanto esta cota como la de la cima principal, a causa esencialmente del estallido de 1963. Fue la primera de las erupciones que permitió atestiguar la influencia en el clima de las mismas. La docena de montañeros que nos agolpamos tras la piedra, protegiéndonos del viento, nos colocamos toda la ropa disponible y nos ayudamos a entrar en calor a base de té o café.

A somados al cráter

Despeja, el cielo se nos muestra estrellado. Al este, se torna ya anaranjado, ofreciendo la mejor panorámica; sobre el tupido manto de nubes, la isla de Lombok nos revela el Rinjani, probablemente el más bello de los innumerables volcanes que castigan periódicamente el anillo de fuego indonesio. Dibujamos imaginariamente la fina línea que cruza su lago superior y sigue su silueta en tres días de travesía. A medida que el sol trepa, se abre bajo nuestros pies la profunda depresión que forma el cráter del Agung. Una caída resultaría irreparable. A lo largo del contorno del cráter, al este, se alza otra prominencia hacia la que se encamina un grupo de montañeros. Al norte, la cima principal, a 3142 m, precipitándose de forma vertical sobre el vacío. No es posible acceder a ella desde nuestra posición salvo con una escalada III en un terreno que se



“Un traspiés resultaría irreparable... te convertiría en ofrenda a los dioses”

halla muy descompuesto y donde el perímetro se rompe en hendiduras infranqueables.

Los guías locales se rompen la cabeza en encontrar una ruta que ascienda a la cima más alta desde el sur, desde el tempo de Pura Pasar, y que sea transitable en la oscuridad. No nos importa. Respetamos la espiritualidad que rodea la montaña, y que desde nuestro mirador nos devuelve también un dilatado panorama así como una inmejorable vista sobre el fondo del cráter. Dice el proverbio balinés que “Dios grita y el diablo susurra”. Tal vez por ello y por su carácter sagra-



o, fueron muchos los que salieron en 1963 al encuentro de las erupciones.

En nuestro lado, Wayan realiza su ofrenda en torno a una pequeña estatuilla blanca a cuyo alrededor quedan restos de pequeñas ofrendas. A los 29 años está esperando su segundo hijo y desea fervientemente que en esta ocasión sea un varón, a fin de evitar que el día de mañana la herencia pase a sus yernos. Distinguimos las calles de Ubud y el tono amarillento de las nubes sobre la capital Denpasar. Al oeste, varias elevaciones emergen sobre la propia Bali antece-

diendo a la vecina isla de Java. Mi imaginación bosqueja el rosario de islas volcánicas que componen Indonesia. Varias veinteañeras, alemanas y holandesas acompañadas de una guía local, acceden a la modesta cumbre y una de ellas rompe a llorar entre síntomas de mareo. Un traspies y está a punto de convertirse en ofrenda a los dioses. Es hora de regresar emprendiendo un descenso que conllevará mayor atención que el ascenso.

EL MONCAYO

¿EL MONCAYO? Ó ¿LOS MONCAYOS?

Texto y fotos: Alfonso de Las Heras

El Moncayo. ¡El gran Moncayo! Meta, camino y fin, de sorianos, aragoneses y muchísimos montañeros de toda la Península Ibérica. Es ascendido hasta la saciedad durante todas las épocas del año.

La primera vez que alcancé su cima tenía sólo 10 años, desde entonces he perdido la cuenta. He de confesar que mi madre y su familia eran maños y eso siempre tira.

Para los aragoneses en particular es mucho más que un monte, es el MONTE con mayúsculas. La Pilarica les protege desde la cima y, desde el frío aragonés hasta las promesas y los exvotos pasan por la cima del Moncayo.

Cuentan que el marqués de Ayerbe, Grande de España, fue destinado a San Petersburgo como Embajador plenipotenciario. Este maño de "pro" se fue con su fiel sirviente a vivir a las orillas del golfo de Finlandia. Con el mar Báltico por un lado y del lago Ladoga por el otro. Estos mares y lagos permanecen helados gran parte del año. Se deduce por ello que hace un frío de "bigotes"

El Marqués le preguntaba, inexorablemente, todos los días a su fiel mayordomo. – Fermín, ¿Qué tiempo hace hoy? A lo contestaba, también inexorablemente todos los días. – Sopla un "airico" del Moncayo que pela. Señor Marqués.

Este monte de 2.318 metros de altura es la cúspide de todo el Sistema Ibérico así como la cima de las provincias de Zaragoza y Soria. Es un gran maza-cote visible desde muy lejos. Una espectacular silueta vista desde la depresión del río Ebro. Una



prominencia sin parangón, Una isla gigantesca en medio de las llanuras aragonesa y castellana. Atesora cuatro cimas por encima de los dos mil metros. De Este a Oeste: La Lobera de 2.226 metros, El Corralejo de 2.238 metros, El Moncayo de 2.318 metros y Peña Negrilla o el Moncayo de Castilla de 2.118 metros.

Históricamente fue bautizado por los romanos con el nombre de "Mons Caunus" (Monte cano) debido a la nieve que cubre gran parte del año sus cimas superiores y del que deriva el nombre actual. Ha sido límite de reinos y vigía perpetuo de, aragoneses, sorianos y navarros. De moros y de cristianos. Siempre se ha dicho de él que es más que un monte, ¡Y es verdad!

"Hace unos años ascendía al Moncayo en compañía de unos amigos y, cerca de la cima, adelanté a una pareja que, lentamente, se acercaba al vérti-

EL MONCAYO



TRAMO FINAL DEL MONCAYO



CIMA DEL MONCAYO



A DEL CABEZO DEL CAIZ



EL MONCAYO DE CASTILLA - PEÑA NEGRILLA

ce. Al pasar junto ellos me percaté de su edad. Les esperé junto a la imagen de la Virgen del Pilar. Llegaron y pausadamente recitaron unas plegarias, después se percataron de mi presencia y entonces iniciamos una amena conversación. Era un matrimonio de 83 y 81 años y todos los años ascendían al monte y daban gracias por poderlo hacer"

¡Me dejaron impresionado!

La subida normal se hace desde el Santuario del Moncayo situado a 1.620 metros de altura. O desde la zona de aparcamiento que te dejen llegar, ya que hay "números clausus" y a medida que se van llenando los huecos destinados a aparcamiento, ponen una cadena en el aparcamiento inmediatamente inferior hasta que se llena y así sucesivamente. Servidumbres de ser Parque Natural desde 1978. Además es lógico, ya que siempre hay montones de visitantes y en verano es la "repanocha en verso", miles de personas se hacinan en sus faldas. Y no es para menos ya que la dehesa del Moncayo es para pasear, ver y perderse entre una exuberante vegetación digna de ser visitada aunque no se suba a ninguna cima.

La ascensión por ese lado no reviste dificultad alguna en condiciones normales, ni el desnivel es mucho, ni excesivamente pronunciado. José Mari Cossio lo describió perfectamente en el número 178 de nuestra revista.

Pero desde la cara Sur la cosa cambia radicalmente.

Cueva de Ágreda es un bonito pueblo soriano situado a 1.290 metros de altitud. Justo pasar la última casa con dirección a Beratón hay un aparcamiento y un mapa de la zona. Es el lugar donde dejaremos un vehículo y nos trasladaremos con otro

hasta el próximo, unos 8 kilómetros, pequeño pueblo agrícola de Beratón. Recomendamos buscar la fuente del pueblo, está difícil pero merece la pena y, como fin de excursión dar un largo trago de esa agua cristalina.

Junto a la última casa del pueblo sale, con dirección Norte, un ancho camino. En este punto dejaremos las cuatro ruedas y comenzaremos nuestro caminar.

La excursión la hacemos con dos coches por la única razón de evitar volver por carretera de un pueblo a otro. Son sólo ocho kilómetros pero a última hora del día y tras estar andando un montón de horas hacer esos kilómetros por carretera son un petardazo.

Al poco de andar por la pista llegamos a un balcón natural con una gran roca a la derecha del camino. Nos adentraremos por estrecho sendero, dejando la cómoda pista, llevaremos, a nuestra derecha, un profundo valle y un espectacular roquedal al otro lado, es la meseta de La Muela. El sendero asciende y llega un precioso vallecito de hierba y tras un repecho alcanzamos una ancha pista. A nuestra derecha, tras perder un poco de altura tenemos el inicio de la ascensión al Morrón de 1.731 metros. Es un roquedal calizo impresionante. Desde su cima vemos todo el macizo del Moncayo y al Sur La sierra de Tablado. Volvemos al camino y con dirección Oeste ascenderemos suavemente hasta llegar a la cara Este del Cabezo del Caiz. Sin sendero pero por terreno bastante limpio, bordeando un pinar, llegamos a su cima, 1.822 metros de altura. Mirando hacia el lugar de donde venimos veremos dibujado en el horizonte el roquedal del Morrón, y hacia el Norte la pelada silueta de



CASCADAS Y ARROYOS DEL ARROYO TRASMONCAYO

EL MONCAYO

Perdemos, por el Norte, altura hasta el collado del Muerto en donde volvemos a encontrar la pista. Siguiremos ascendiendo por ella hasta los 1.900 metros, cuando el camino inicia la bajada lo abandonaremos y por la ocre tierra y piedra del Moncayo descendemos, con dirección Nor-Oeste, a lo largo de una interminable lomada, hasta la cima y vértice odésico de La Lobera de 2.226 metros de altura.

Lo peor ya está hecho. Un breve repecho nos lleva al Corralejo y pasando por imperceptibles collados y tras un postrer, pero suave, esfuerzo llegamos a la cima del Moncayo presidida por la Virgen de El Pilar. Estamos en la cúspide de Soria, Aragón y de todo el Sistema Ibérico. Al Norte podemos ver toda la depresión del Ebro y en los días muy claros hasta los lejanos Pirineos. Hacia el Sur vemos las cimas recién ascendidas que, por la diferencia de altura, semejan pequeñas tachuelas.

Ahora tomamos dirección Oeste y descendemos casi 400 metros de empinada bajada, por una molesta pedriza, hasta el Collado de Castilla de 1.840 metros de altura. Nos reencontramos con la hierba y la vegetación. Siguiendo con la misma dirección iniciamos una fuerte subida entre matorrales hasta la cima del denominado Moncayo de Castilla coronado por una desvencijada cruz. Nos llamamos a 2.118 metros.

Las vistas del collado de Castilla y de su hermano mayor, el Moncayo, son impresionantes.

Volvemos al collado y con dirección Sur, campo abierto, bajaremos a encontrarnos al valle Colladillo y al arroyo Trasmoncayo. El verde se adueña de

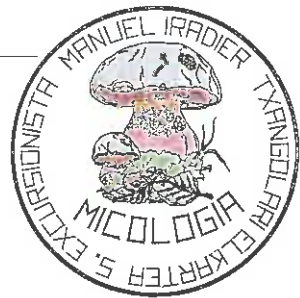
todo el paisaje, el río canta a nuestro lado, todo el cansancio se ha desvanecido. Paramos y ponemos los pies a refrescar entre las cascadas de agua, sentados en una piedra. ¡Un fugaz descanso y de nuevo a caminar!

En un momento determinado encontramos los restos de un pequeño avión. Aquí trozos del motor, una estrella, un poco más allá un pedazo del fuselaje, más arriba algo que se asemeja a un ala. A lo largo de varios cientos de metros se extienden restos del infortunado aparato.

El sendero junto al arroyo desciende con dirección Sur girando poco a poco hacia el Oeste mientras se introduce en un bosquecillo. En poco rato llegamos a un camino ancho que directamente nos llevará a nuestra deseada meta. Ya de vuelta a Cueva de Ágreda, volveremos la vista atrás y miraremos a los dos Moncayos. Bueno, al Moncayo y a su hermano pequeño el Peña Negrilla. Ya sólo nos queda recoger el vehículo dejado en Beratón.

¡¡¡Se me olvidaba!!! El Moncayo tiene otro nombre, y este lo sabe relativamente poca gente. Su otro nombre es San Miguel. (No tengo nada contra el Arcángel, pero no me gusta nada esa denominación para este monte)

Yo, particularmente, me quedo con los nombres de siempre El Moncayo, (Que sólo hay, y debe haber uno. ¡El aragonés!) Al de Castilla le llamaremos para siempre Peña Negrilla.



Micología

Autor: Luis María Iriarte

Agaricus xanthoderma

Sinónimos: *Psalliota xanthoderma* (Gen.) Richon et Roze, *Pratella campestris* var. *sylvicola* Vill. S. Gillet.



NOMBRES VULGARES: Castellano: "Champiñón amarilleante". Euskera: "Azpibeltz tinta usain-argia".

ETIMOLOGÍA (origen de las palabras): *Agáricus*, del griego agaricón = *campestre*, del campo y de *xanthoderma*, del griego *xantos* = *amarillo* y *derma* = *piel*. Por el amarilleamiento de su cutícula (membrana o piel que cubre el sombrero y pie de las setas).

Caracteres macroscópicos (Los caracteres que se aprecian a simple vista):

Sombrero: De hasta 15 cm de diámetro, al principio globoso (con forma de globo), acampanado-trapezoidal (con forma de campana o trapecio) y en ocasiones con pliegues lobulados (que presenta salientes circulares en sus bordes), luego convexo (que presenta una curvatura algo más aplanada que la hemisférica) y finalmente más o menos extendido y con el centro plano. Margen desbordante (el borde del sombrero), de convoluto (enrollado en espiral) a incurvado (curvado hacia la base del pie) en los ejemplares jóvenes y plano en la madurez. Cutícula de lisa a sedosa (similar a la seda), de color blanco o crema-grisáceo pálido, sobre todo en la zona discal, adquiriendo rápidamente un tono amarillo-cromo en cuanto se la somete al frotamiento o por el simple

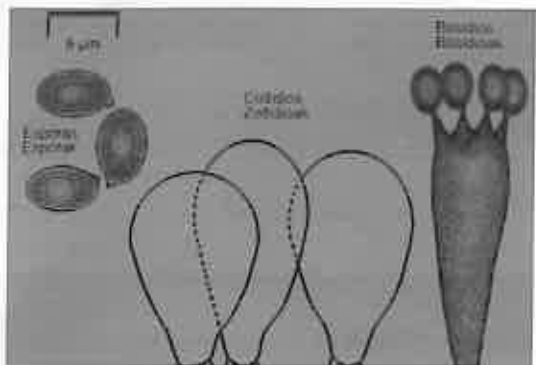
roce; este tono amarillo, posteriormente va virando (que cambia de color) al color ocre-grisáceo.

Himenio: (La parte fértil de la seta, donde se sitúan los basidios con células estériles entremezcladas "paráfisis", "cistidios") Está formado por láminas apretadas, libres (láminas que no tocan el pie), finas y no muy anchas (láminas no muy altas). Al principio de color blancuzco, pasando enseguida al color rosa-carne y finalmente al color pardo-púrpura o marrón-negruzco.

Pie: De hasta 15 cm de alto x hasta 1,5 cm de grueso, fistuloso (hueco en su interior), cilíndrico y flexuoso hacia la base (irregularmente ondulado), bulboso (engrosado en su base, con forma de cebolla) y a menudo provisto de cordones miceliarios (restos gruesos de micelio) de color blanco. Con anillo apical (anillo situado en la parte superior del pie) consistente (firme) y doble, con su cara superior membranosa (que está constituido por membranas o láminas muy finas) y la inferior frágil e irregularmente retraída y a veces en forma de rueda dentada. Superficie lisa, de color blancuzco, pero algo amarillento hacia su base.

Carne: Blanca o ligeramente rosada, pero amarilla-cromo en la base del pie, virando (que cambia) al pardo-rosáceo y después al pardo-grisáceo. Olor fuerte a fenol o tinta, que se acentúa por medio del frotamiento o la cocción y que va cambiando a un olor odorado según se seca. Reacciona rápidamente a un fuerte tono amarillo-cromo, al contacto con el alcohol.

Caracteres microscópicos: (Los caracteres que solamente se aprecian con el microscopio):



Esporas: De ovoides (con forma de huevo) a anchamente elipsoidales (con forma de elipse u óvalo), lisas y guttuladas (con una gotita de aspecto aceitoso en su interior). De 5-6,5 x 3,5-4 micras (un milímetro equivale o es un a 1.000 micras).

Basidios: Claviformes (con forma de clavo) y tetraspóricos (que contiene cuatro esporas). De 20-30 x 6-8 micras.

Cistidios (células estériles del himenio): Son queilocistios (cistidios situados en la arista de las láminas) de anchamente claviformes a globosos, de (10)15-20(25) x 15(18) micras.

Hábitat (Lugar donde vive o habita): se trata de una especie nitrófila (que habita en lugares ricos en nitrógeno) y común en el País Vasco. Crece desde la primavera hasta el otoño, apareciendo en grupos en los prados abonados, parques, jardines y bordes de bosques.

Observaciones: Especie no comestible e incluso generalmente tóxica por el desagradable olor que desprende al cocinarla. Existen diversas variedades con el sombrero más o menos coloreado, escamoso (cubierto de escamas) o figurado como la var. *griseus* o la var. *biotoides*, todas ellas bastante parecidas y que solamente se diferencian por sus caracteres microscópicos. *Agaricus praeclaresquamosus* = *Agaricus meleagris* es bastante parecida y algunos autores la consideran como simple variedad de *Agaricus xanthoderma*, diferenciándose de esta última por la cutícula negra de su sombrero que se disocia (descompone) en finas escamas. Debemos tener cuidado de no confundirla con las comestibles *Agaricus essettei* y *Agaricus macrosporus* que también viran al amarillo pero muy ligeramente.

Algunas curiosidades sobre la "*Agaricus xanthoderma*"

Es posible que en nuestro País Vasco, si viene un buen año de lluvia, humedad y temperatura, combinación necesaria para que aparezcan las setas, se pueden encontrar algunas variedades de *Agaricus* con las que hacer sabrosos platos. Si el año es bueno crecen en cualquier parte y muchas de las especies son comestibles. Solamente son tóxicas las que pertenecen a la familia de las xanthoderma (*Agaricus xanthoderma*) que son fácilmente reconocibles porque amarillean en la base del pie y además huelen mal.

Esta seta es una especie que para algunas personas resulta tóxica y su intoxicación se manifiesta con diarreas y fuertes vómitos, sin embargo es bien tolerada por otras personas a las que no causa ningún tipo de molestia.

La *Agaricus xanthoderma* es una de las pocas *Agaricus* que se la considera tóxica.

Se trata de una *Agaricus* que posee un gran parecido con la *Agaricus arvensis* "Bola de nieve" y la *Agaricus campestris* "Champiñón silvestre" que son comestibles bastante apreciadas por muchos aficionados. *A. arvensis* posee un olor fino a anís y un sabor a nuez fresca en la recolección, que luego desaparece y *A. campestris* posee un sabor y un olor siempre agradable. Por otra parte la cutícula del sombrero de *A. arvensis* también se pone amarilla al frotarla pero ese color amarillo es mucho menos intenso.

Es muy difícil intoxicarse con ella, pues realmente aunque su toxicidad no es muy grande, al cocinarla aumenta considerablemente su desagradable olor a fenol que la detecta y también se nos presenta todo el guiso de color amarillo, un solo ejemplar nos estropearía un plato de champiñones.

Si bien no es peligrosamente tóxica, como la *Amanita phalloides*; la *Agaricus xanthoderma* puede llegar a ocasionar, en algunas personas, dolor y malestar con trastornos respiratorios y digestivos, que se manifiestan por sudoración fría y dolor de estómago, al poco tiempo de ingerir las setas.

Agaricus xanthoderma, al igual que otras *Agaricus* pueden ser confundidas con *Amanitas* blancas que comparten el hábitat, como *Amanita verna*, *Amanita virosa* y *Amanita phalloides* variedad alba que son muy tóxicas, frecuentemente mortales, pero estas tienen sus láminas de color blanco, además poseen volva y nunca amarillean.



Agaricus xanthoderma.



Agaricus xanthoderma var. griseus.



Agaricus xanthoderma var. lepiotoides.



Agaricus meleagris.



Agaricus essettei.



Agaricus macrosporus.



Desde que buscar setas se ha convertido en una acción tan popular estamos poniendo en peligro este desconocido y frágil mundo. Hay seteros que arraman con todo destruyendo los ejemplares que no conocen con el pretexto de que si no son comestibles no tienen derecho a estar ahí. Yo soy de los que se pasean por el campo disfrutando con solo mirar, oler y sentir la naturaleza. Apenas voy ya a buscar setas,

pero si lo hago llevo siempre una cesta de mimbre o similar, jamás una bolsa de plástico; procuro recoger sólo lo que voy a comer y respeto lo que no conozco porque todo cumple con su función en la naturaleza, aunque yo ignore cual pueda ser. Y por último, si alguien piensa que solo soy un enteradillo en esta materia ha dado en el clavo, aunque puede que para el que todo lo ignora sea un enteradillo aventajado.

MICOLOGÍA, UN DEPORTE DE RIESGO:

Estoy flipando con la suerte que tiene la gente que cree en ciertos rumores populares sobre la comestibilidad de las setas. No entiendo ¿cómo puede ser que la mayoría de ellos sigan vivos? Supongo que será fruto de la estadística ya que el número de especies venenosas es escaso si lo comparamos con la increíble variedad de hongos existentes. Veamos el decálogo de los que practican la recolección de setas como deporte de riesgo:

LAS SETAS QUE CRECEN SOBRE MADERA SE COMEN TODAS: se trata de una de las frases que más a menudo se escucha, además los seguidores de este proverbio tienen sus propios argumentos: claro, si la madera no es tóxica de dónde va a sacar el veneno la seta. Que se lo pregunten a *Galerina marginata* o a *Hypoholoma fasciculare*, ambas "setas que crecen en la madera" y que sobre todo la primera de ellas es terriblemente tóxicas pudiendo llegar a ser mortales.

LAS SETAS VENENOSAS HUELEN MAL: Si olieran mal no se intoxicaría nadie con *Amanita phalloides*, pues huele a manzana, ¿No?, Otro ejemplo es la *Entoloma lividum* = *Entoloma sinuatum* que huele a harina igual que los "Perretxikos".

LAS SETAS VENENOSAS ENNEGRECEN LA PLATA DURANTE LA COCCIÓN: este rumor es uno de los más extendidos y como todos falso. La mortal *Amanita phalloides* no lo hace y sin embargo lo hace la *Cantharellus cibarius* que es una comestible excelente. Lo cierto es que si las setas se cocinan con una moneda de plata y esta toma el color negro se debe a que la seta contiene azufre entre sus tejidos y forma con la plata el sulfuro de plata que es de color negro.

LAS SETAS VENENOSAS SON AQUELLAS QUE POSEEN VOLVA: también es mentira, hay muchas setas que no la tienen y son tóxicas, al menos estos equivalen a la temida *Amanita phalloides*, pues que sigan así y nos dejen para nosotros todas las *Amanita caesarea*.

SI LAS SETAS ESTÁN COMIDAS POR UN BICHO, YO LAS COMO TAMBIÉN: esto se extiende desde

las larvas a los perros, pues aliméntate tú de comida para gatos a ver qué tal te sienta.

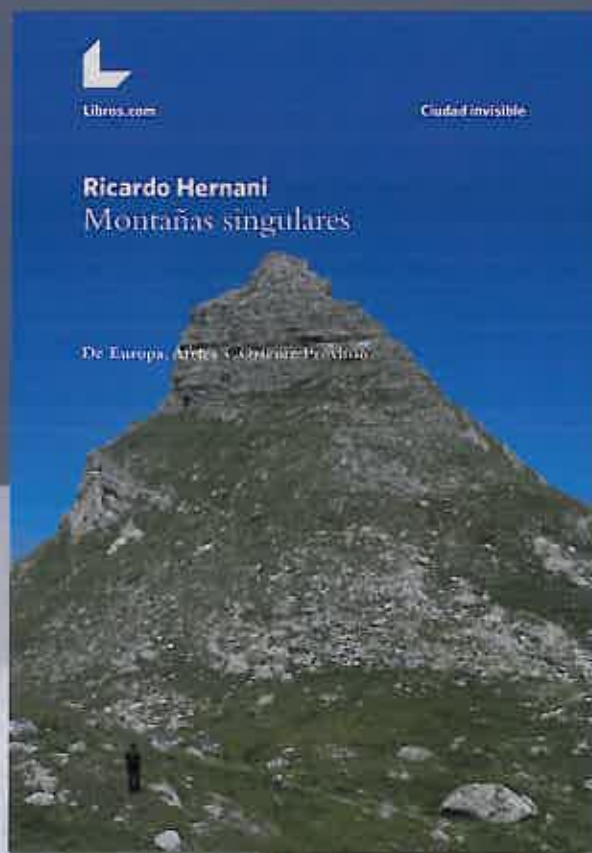
- **LAS SETAS QUE CRECEN EN CORRO DE BRUJAS SON COMESTIBLES:** típica afirmación de los que piensan que sólo hay una seta de corro de brujas, la *Marasmius oreades* = "Senderuela", pues no, la *Clitocybe rivulosa* también crece en corro de brujas y es tóxica.
- **TODAS LAS BOLETUS SE COMEN:** pues no, ya que la *Boletus satanas* es bastante tóxica al igual que lo son, pero en menor medida, *Boletus rhodoxanthus*, *B. torosus*, *B. rhodopurpureus*, *B. lupinus* y otros más, existen otras especies que solamente son comestibles previa cocción como *Boletus queletii*, *B. erythropus*, *B. luridus*, etc. Se aconseja desechar todos los *Boletus* que se oxiden al contacto con el oxígeno atmosférico (Las *Boletus* que al cortar su carne ésta cambia lenta o rápidamente al color azul).
- **TODOS LOS CHAPIÑONES SE COMEN:** esto está tan extendido que me consta que hay gente que se pone morada a *Agaricus xanthoderma*... luego dicen que las setas son indigestas (que lo son, pero algunas aún más).
- **SI DESECHAS EL PRIMER AGUA DE LA COCCIÓN, LAS SETAS, AUNQUE SEAN TÓXICAS, SE PUEDEN COMER:** tampoco es cierto, esto sólo es válido para especies poseedoras de toxinas termolábiles, es decir, toxinas que se destruyen con el calor como todas las *Morchelas* y también la *Amanita rubescens*, entre otras. Ojo no intentéis hacer esto con setas que contengan otro tipo de toxina.
- **LAS SETAS VENENOSAS SON DE COLORES VIVOS:** sólo algunas, si bien es verdad que la naturaleza tiende a avisar de sus peligros (animales venenosos como insectos, serpientes o ranas avisan con sus colores, esto supone una ventaja evolutiva ya que otros animales pueden aprender la señal de peligro y no volver a comerse algo que les sienta mal, con lo cual mejor para el animal cantoso), esto no ocurre con todas las setas. Especies tan temibles como *Paxillus involutus* o las *Amanita verna* y *Amanita virosa* que son muy tóxicas y frecuentemente mortales, son de lo más discreto.

Montañas singulares de Europa, África y cercano Oriente

Este mes de diciembre ve la luz un nuevo libro –*Montañas singulares de Europa, África y cercano Oriente*– del montañero vasco Ricardo Hernani (Bilbao, 1968), colaborador habitual de la revista federativa *Pyrenaica*, autor del artículo “Ermitas y cruces cimeras de Álava” publicado en esta revista, y coautor con Juan Carlos Abascal del libro “Valdegovía-Gaubea, 46 pequeños, medianos, largos recorridos (Ediciones Sua).

El libro recoge en sus páginas el descubrimiento personal de 14 geografías olvidadas, caracterizadas en su mayoría por ser zonas poco conocidas, originales, con itinerarios de gran belleza y diversidad entre sí. Son zonas de montaña al alcance de cualquier buen caminante abierto a explorar paisajes y gentes, cansado de las rutas que repiten revistas y medios de difusión del ramo.

En Islandia surcamos el glaciar más grande de Europa, en Albania nos convertimos en el tercer grupo extranjero en cinco décadas en ascender su montaña (el primero sin problemas reseñables ya que “antes habían sido tiroteados” –nos contaron en la aldea–), en Bosnia restregaremos las heridas de la guerra, en Armenia nos encontramos con los pastores yezidíes adoradores del sol, en Kosovo y Montenegro visitamos los montes que la propia población local llama “malditos” acompañados del que fuera un contrabandista de armas durante la guerra, en Omán conoceremos la montaña del sol y uno de los cañones más profundos del planeta, en Jordania buscamos su modesto y apartado techo en los límites de las arenas rojas de Wadi Rum con Arabia Saudí, en Irán sudamos entre cánticos religiosos y amputados de la guerra de Iraq, en los desiertos de Turk-



menistán apenas recuerdan viajeros apareciendo entre las arenas, en Lesoto surcaremos los montes Drakensberg entre los no siempre amistosos pastores Basotho, en Cabo Verde descubriremos volcanes emergiendo del azul del Atlántico, en Tanzania y Marruecos tras coronar las cimas más conocidas explicamos sus cimas aledañas generalmente ignoradas, finalmente en Camerún nos reconciliaremos con algunos de los paisajes más significativos de África: sabana, selva y lava.

Uno de los aspectos más llamativos del libro es que la editorial que lo publica, libros.com, funciona mediante un sistema de crowdfunding que se encargará de financiar y lanzar la primera edición, un modelo de interés para montañeros que quieran animarse a escribir.

A continuación reproducimos una breve entrevista que se la ha hecho al autor y en el que detalla la obra:

– ¿De dónde surgió la idea de escribir “Montañas singulares”?

A lo largo de las dos últimas décadas he practicado diferentes modalidades de montaña en unos 40 países; aproximadamente la mitad de los 85 que por una razón u otra he tenido la fortuna de visitar. Por lo general suelo escribir artículos de montaña en las páginas de la revista *Pyrenaica* y siempre había albergado el deseo de publicar un libro con las más originales y con un cierto criterio homogéneo. Así, he visto que ha sido en estas 3 áreas geográficas, Europa, África y cercano Oriente, donde he desarrollado mayor actividad y por ello he circunscrito la obra a este vasto territorio descartando otros continentes.

- **A qué público te diriges con tu obra: ¿a aficionados al senderismo o cualquiera puede leerlo y no perderse?**

os aficionados a la montaña, al senderismo, al trekking, a los mapas, a los pueblos originarios, a los viajes, a los lugares off-the-beaten-path... sin duda disfrutarán. Pero el libro tiene para cualquiera, sin duda, un mensaje tras él: cualquiera puede señalar y desear un punto en el mapa e ir un buen día a su encuentro.

- **En el capítulo de muestra cuentas que acompañasteis a un pastor en la subida a la montaña ¿qué suelen pensar los locales de esta afición? ¿Lo entienden?**

o sabría responderte, aunque -por lo general- se ven bastante orgullosos de su entorno ambiental. Salvo en las montañas Drakensberg donde nos sentimos protagonistas de otro planeta en nuestro encuentro con los pastores basotho (desnudos y tan solo cubiertos con una manta), en el resto diría que la población local agradece las visitas extrañas, en especial en las zonas más castigadas como Irán, Bosnia, Armenia o Nepal.

- **De todos los países de los que hablas en el libro, en dónde te sentiste mejor acogido?**

única tuvimos un problema de acogida pero obligada a elegir, destacaría la simpatía y la apertura de las gentes de Omán, Cabo Verde, Turkmenistán e Irán.

- **En Albania tú y tu grupo fuisteis el tercer grupo extranjero en cinco décadas en ascender la montaña, con el mérito añadido de no ser tiroteados como los anteriores, ¿Qué sentiste al alcanzar la cima?**

ff... era una montaña con la que había soñado desde niño, presente en todos los Atlas, una montaña y un país cautivador desde que eras un crío y en tu pasaporte decía "Válido para todos los países del mundo salvo Albania". Me habían invitado varias veces a ascenderlo por su vertiente macedonia en setiembre día de su fiesta nacional escoltados por su ejército, pero estaba empeñado en conocer su secreta vertiente albanesa. Supimos de un inglés que lo había hecho aunque le habían disparado por un malentendido, pero hablaron de otro extranjero... finalmente dimos con un incipiente emprendedor albanés que quería comenzar un negocio de ecoturismo en el país. No pensamos, aunque él no conocía la zona, tenía también interés. La clave era la recepción que nos harían en la última aldea. Reunido el Consejo

de ancianos bajo un árbol decidieron acogernos. No solo eso, nos vallamos de las coces de sus asnos para defendernos de los mastines en los pastos de verano. Realmente estábamos en un lugar único.

- **¿Cuál es el momento más duro de las ascensiones?**

Para quien disfruta de la montaña y el entorno natural no hay momento duro, ya que al final se convierte en una especie de droga necesaria. Quizás, al margen de las travesías lo pasamos realmente mal en las inundaciones del Atlas donde nos salvamos porque decidimos arrojarlos desde el balcón del hotel y, tras el golpe, corrimos monte arriba. La riada mató a más de dos mil personas en nuestro valle y el contiguo. Nos costó recuperarnos y recuperar la ilusión. También en Camerún, cuando estalló una violenta huelga por el precio de los carburantes nosotros desafiábamos sin saberlo la movilización circulando con nuestro vehículo. En un determinado momento, en una aldea, un hombre con una Biblia se plantó frente al coche mientras una decena de manifestantes lo rodeaban armados de machetes y piedras. Encendimos la luz para hacerles ver que éramos extranjeros. Uno solo que hubiera comenzado a arrojar piedras y...

Pero cómo hablar de momentos duros tras caminar junto a un amputado de ambas piernas en el Damavand de Irán, por la guerra Irán-Iraq, que iniciaba la ascensión de este cinco mil reptando por el suelo. Fue la única ocasión en la que nos saltaron las lágrimas.

- **Pero supongo que merecerá la pena... ¿qué es lo más gratificante de todo?**

Los amaneceres en una tienda de campaña, los atardeceres tras una montaña, las confidencias en dicho entorno, el encuentro con culturas que aún subsisten sin alterarse, la bondad con el extraño desaparecida casi por completo en nuestra sociedad, descubrir lo parecidos que somos los seres humanos en lo más profundo a pesar de las diferencias culturales o religiosas...

- **¿Qué le dirías al que nos esté leyendo para que compre tu libro?**

Que si es un montañero le permitirá soñar con unas cordilleras o montañas de las que a buen seguro habrá oído hablar en algún momento constituyendo una buena guía montañera a tal efecto.

Y que si no lo es, este libro le invitará a soñar. Sea viajero, pintor, o escultor, o le gusten las motos, o la música... que los sueños está ahí fuera para cumplirlos. En mi humilde caso, tan solo, descubrir primero puntos del globo terráqueo y acudir más tarde a su encuentro.



AUTOBUSES
ALEGRIA HNOS., S.A.



c/. La Peña, 6

☎ **25 19 00/11**

Fax: 26 94 63

01013 VITORIA-GASTEIZ

c/. Gran Vía, 64 - 3 Ctro.

☎ **427 38 49**

Fax: 427 38 49

48011 BILBAO

CONDICIONES Y TRATO ESPECIAL PARA LOS SOCIOS Y SOCIAS DE S.E.M.I.

- Pasa por nuestra oficina y pregúntanos por tus pólizas de Seguro:
 - Auto, Hogar, Vida, Dependencia, Accidentes, Salud, Ahorro, Pensiones, Comercio y Oficinas, Comunidades, etc.
- Comprueba que te ofrecemos todo tipo de garantías al mejor precio.



SUSAETA SEGUROS ASEGURAOAK

Avda Juan Carlos I, nº 7 Bajo.

01002 Vitoria-Gasteiz

Tfno. 945 06 07 69

susaeta@agencia.axa-seguros.es



COPIADORAS COLOR
COPIADORAS B/N
IMPRESORAS/FAX
MANTENIMIENTO
VENTA Y ALQUILER

SERVICIO OFICIAL:

DEVELOP

TOSHIBA
Leading Innovation >>>

RISO

SAMSUNG



Pedro Asua, 33 Bajo Derecha · 01008 Vitoria-Gasteiz · Tel.: 945 011 490/Fax 945 068 820 · info@doituofimatika.com · www.doituofimatika.com

A row of six grey silhouettes of runners in various stages of a running stride, set against a bright yellow background.

GaikaR Kirolak

especialistas en running

C/ Bernal Díaz de Lugo 1
Tel./Fax: 945 26 11 23
www.gaikaR.com

ANALIZAMOS TU PISADA



**Ekarri zure plana
BASKEPENSIONESera
eta lor ezazu
bere zenbatekoaren**

%6 raino*



**aindu zure
torkizuna.**

BASKEPENSIONES.
e.p.s.v.

UTB: %1,01. Baskepensiones 15, Baskepensiones 30, Baskepensiones 60
Baskepensiones Burtza Globala: 6.000 eurotik gorako lekualdaketa eta %6ko
aria urteko sei ordainketatan, haietariko lehenengoa lekualdaketa hartuko den
inean bertan egindakoa eta 6 urtez bertan geratzeko konpromisoa barne,
txabankek aipatutako zenbatekoa kontuan ordainduko du eta atxikipenari lotutako
pital higigarriaren etekintzat joko da.
mpainaren azken eguna: 2015/01/31.

kutxabank **k**