



VIAJO, LUEGO EXISTO

Crónicas de viaje para amar lo nuestro

Hugo Grández Moreno

Viajo, luego existo
Crónicas de viaje para amar lo nuestro



Hugo Grández Moreno

Periodista, docente y viajero. Es autor de *Protagonistas: Pequeñas historias sobre grandes personajes* (2020, Fondo Editorial de la Universidad Continental) y *Crónicas cortas sobre grandes personajes y Protagonistas* (2019, Fondo Editorial de la Universidad Continental), y coautor de *Generación B* (2020, Editorial Artífice), *Es-cupido* (2020, Editorial Autómata) y *El peruano invencible* (2020, Editorial Autómata). Es periodista de la Oficina de Comunicación de la Universidad Continental y colaborador de los suplementos Variedades y Lo Nuestro del diario oficial *El Peruano*.

VIAJO, LUEGO EXISTO

Crónicas de viaje para amar lo nuestro

Hugo Grández Moreno

Contenido

GRÁNDEZ MORENO, Hugo

Viajo, luego existo: Crónicas de viaje para amar lo nuestro / Hugo Grández Moreno. -- Huancayo: Universidad Continental, Fondo Editorial, 2021.

ISBN electrónico: 978-612-4443-34-3

1. Cronistas peruanos 2. Viajes 3. Vida y costumbres sociales
869.56 (SCDD)

Datos de catalogación Universidad Continental

Es una publicación de Universidad Continental

Viajo, luego existo. Crónicas de viaje para amar lo nuestro
Hugo Grández Moreno

Primera edición versión e-book
Huancayo, setiembre de 2021

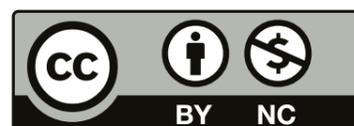
El texto completo está disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/>

© Autor
© Universidad Continental SAC
Av. San Carlos 1980, Huancayo, Perú
Teléfono: (51 64) 481-430 anexo 7863
Correo electrónico: fondoeditorial@continental.edu.pe
www.ucontinental.edu.pe

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N.º 2021-09822
ISBN electrónico: 978-612-4443-34-3

Diseño de cubierta: Luiggi Menéndez
Diagramación: Yesenia Mandujano Gonzales
Cuidado de edición: Jullisa del Pilar Falla Aguirre

El contenido de esta obra es responsabilidad exclusiva de su autor. No refleja necesariamente la opinión de la Universidad Continental.



Viajo, luego existo. Crónicas de viaje para amar lo nuestro se publica bajo Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Perú. Compartir bajo la misma licencia. Se autoriza su reproducción, siempre que se cite la fuente y sin ánimo de lucro.

Presentación	10
Introducción	12
Color y sabor de Belén <i>Fotos: Michell León</i>	15
Catarata Gocta <i>Fotos: Michell León</i>	19
Chontabamba con sabor a selva <i>Fotos: Liliana Abanto</i>	23
Las puertas de Pacaya Samiria <i>Fotos: Michell León</i>	27
Quistococha, el paraíso <i>Fotos: Hugo Grandez</i>	31
Diez cataratas para visitar en ceja de selva <i>Fotos: Liliana Abanto</i>	35
Pucallpa-lQUITOS: travesía en río <i>Fotos: Hugo Grandez</i>	39
Nueva Cajamarca: sierra y selva reunidas <i>Fotos: Katheryn Zavaleta</i>	43
Arte y tradición en Huancas <i>Fotos: Michell León</i>	47
Al encuentro de Sepahua <i>Fotos: Municipalidad distrital de Sepahua</i>	51
Fotografía y destinos turísticos <i>Fotos: Michell León</i>	55
Los encantos de Angasmarca <i>Fotos: Hugo Grández</i>	59
Bosques de Huanipaca <i>Fotos: Yésica Quispe</i>	63
Arte y encanto de Cochas <i>Fotos: Liliana Abanto</i>	67
Huayllay y sus formas <i>Fotos: Leo Otoyá</i>	71
Inmortal Pastoruri <i>Fotos: Hugo Grández</i>	75
La joya de Huancaya <i>Fotos: Melisa Robles</i>	79
Travesía por el valle del Mantaro <i>Fotos: Liliana Abanto</i>	83
Las dos caras de Azpitia <i>Fotos: Liliana Abanto</i>	87

Maravillas de Acobamba	91	Chimbote a todo sabor	173
<i>Fotos: Hugo Grández</i>		<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Formas de Pampachiri	95	Máncora felicidad	177
<i>Fotos: Yésica Quispe</i>		<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Arequipa es cool	99	Huanchaco para todos	181
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Huamanga en mochila	103	Paracas es vida	185
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Los colores de Pucará	107	Los sabores de Huaral	188
<i>Fotos: Milagros Herrera</i>		La ruta de San Pedrito	191
Eterno Marcahuasi	111	<i>Fotos: Proyecto «La ruta de San Pedrito»</i>	
<i>Fotos: Hugo Grández</i>		Nuevo Chimbote: joya de catedral	195
Aventura en Pasaje	115	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
<i>Fotos: Yésica Quispe</i>		Relajo en Aucallama	199
Celendín: cielo azul del edén	119	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
<i>Fotos: Municipalidad provincial de Celendín</i>		Tuquillo: piscina del Pacífico	203
Ruta arqueológica huanca	123	<i>Fotos: Santiago del Castillo</i>	
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		Castillo de Chancay	207
Por los caminos de Arguedas	127	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
<i>Fotos: Yésica Quispe</i>		Chimbote: por una buena causa	211
Cusco en mochila	131	<i>Fotos: Movimiento cultural "Gustar"</i>	
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		Combinado de sabor	215
Aventura en el río Chili	134	<i>Fotos: Movimiento cultural "Gustar"</i>	
Fe y magia en Urubamba	136	Chimbote: la ruta del postre	219
Sabores de Angasmarca	139	<i>Fotos: Movimiento cultural "Gustar"</i>	
<i>Fotos: Hugo Grández</i>		Chimbote: Tradición vitivinícola	223
La ruta del Ampay	143	<i>Fotos: Movimiento cultural "Gustar"</i>	
<i>Fotos: Yésica Quispe</i>		Un paraíso en Punta Sal	227
Desafío Huaytapallana	147	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		Encantos de San Bartolo	231
Sabores del Callejón de Huaylas	151	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>		Chilca, destino saludable	235
Perfecto Ollantaytambo	155	<i>Fotos: Hugo Grández</i>	
<i>Fotos: Michell León</i>	154	Diversión en Cerro Azul	239
El Señor de Torrechayoc	158	<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Tunanmarca, la cima de piedra	161	Noches de Máncora	243
<i>Fotos: Juan Carlos Suárez Revollar</i>		<i>Fotos: Hugo Grández</i>	
La ruta del cambio climático	165	Verano en Puerto Viejo	247
<i>Fotos: Hugo Grández</i>		<i>Fotos: Liliana Abanto</i>	
Arte y sol en Cerro Azul	169		
<i>Fotos: Liliana Abanto</i>			

Presentación

En mayo de 2019, el reconocido artista huancaíno Jade Rivera y la Universidad Continental convocaron a siete reconocidos muralistas nacionales y extranjeros para que estampen su talento en las paredes del distrito de Pucará, en el departamento de Junín. Junto a la comunidad, los artistas de la brocha y el pincel dieron rienda suelta a su creatividad y convirtieron algunas de sus calles en un lienzo lleno de vida y color.

El proyecto se denominó «Despierta Pucará», una iniciativa de nuestra casa de estudios que no solo buscó descentralizar el arte, sino que también daba cuenta de uno de los pilares del ADN de la Universidad Continental: crear impacto positivo y trascender.

Para la Organización Educativa Continental, es una satisfacción encontrar los detalles de este proyecto artístico en las páginas de *Viajo, luego existo, Crónicas de viaje para amar lo nuestro*, última publicación de Hugo Grández Moreno, quien en esta oportunidad nos ofrece un conjunto de crónicas de viaje sobre destinos, experiencias y personajes de costa, sierra y selva de nuestro país.

Entre ellas, también se podrá conocer la historia de Cristian Alfaro, nuestro egresado del Instituto Continental y, quizá, el más destacado artista joven del mate burilado del distrito de Cochabamba, en Junín, cuyo arte se exhibe en diversas partes del Perú y del mundo.

Estoy seguro que *Viajo, luego existo. Crónicas de viaje para amar lo nuestro*, editado por el Fondo Editorial de la Universidad Continental, será un libro de consulta para algunos y un compañero de ruta para otros, que encuentran en la experiencia de viajar, diferentes maneras de encontrarse y conectar.

Patricia Barrios Verand
Gerente de Estrategia e Innovación
Universidad Continental

*A mis hijos,
a mis padres, a mi familia,
y a las amigas y amigos que tengo
el honor de conocer en cada viaje.*

Introducción

Dicen que el corazón y el cerebro funcionan mejor en las personas que viajan, las que, además, gozan de menores niveles de estrés, mejor autoestima y bienestar emocional. En realidad, como periodista no me he detenido a indagar mucho sobre esto, pero como viajero puedo certificar lo dicho en todos sus extremos.

Hasta mis 16 años solo viajaba en mis sueños. Fue cuando terminé la secundaria que mi mamá me acompañó a mi primera subida al interprovincial Turismo Chimbote. Era una mañana de enero cuando las ruedas de ese bus me llevaron hacia mi primer destino en el norte del país.

Desde allí, todos los años han sido viajes. Viajo los fines de semana, en fiestas, en feriados largos y hasta en mi cumpleaños. Hoy llevo siete lustros haciéndolo y la única conclusión a la que llego después de tanto recorrido es que viajar es como amar: te hace bien.

Hacer bien significa, creo, mejorar la calidad de tus días, permitirte ver las cosas con buen humor y hasta poder quitarte algunos años de encima. Viajar te da la oportunidad de conocer a tantas personas buenas, de visitar tantos lugares bonitos, en tantos destinos conocidos y aún por conocer, en medio de tanta riqueza natural y tantos paisajes que terminan rompiéndote el ojo. Viajar —siento yo— te hace amar mucho más lo nuestro.

Y «Lo Nuestro», precisamente, es el suplemento de destinos del diario oficial *El Peruano* que desde el 2015 publica pequeños textos de algunos lugares que me ha tocado visitar. Son algunos de esos textos, los que se entregan en *Viajo, luego existo...*, publicación editada por el Fondo Editorial de la Universidad Continental.

Son sesenta textos viajeros que recorren selva, sierra y costa del país. No están todos los departamentos, pero sí la mayoría. Están las playas y destinos de la costa, las lagunas y nevados de la sierra, y el verde extenso y los interminables ríos de la selva; con su gente, su riqueza natural, sus costumbres, sus ritos, su comida, su bebida, su fiesta.

El libro empieza dando cuenta del barrio de Belén en Iquitos, no solo porque es la tierra de mi padre, José Grández Ramírez, sino también porque siento que cada vez que piso esa tierra mi alma hierve de felicidad; y cierro la publicación escribiendo sobre la playa Puerto Viejo, en el sur de Lima, por la sencilla razón de que es el lugar al que nunca dejo de llegar cada verano para acampar las veces que pueda desde hace quince años; evidentemente, mi playa favorita.

Por cierto, *Viajo, luego existo* no es un manual de viaje. De ninguna manera, pero sí creo que facilita alguna información y datos elementales que pueden ayudarte a pasarla mejor en alguno de estos destinos. Recuerda que se trata de la compilación de un conjunto de historias aparecidas en el diario cada jueves de manera independiente, sin tomar en cuenta el destino que lo precedió o el que le siguió.

Quiero expresar mi agradecimiento a quienes, en cada edición del suplemento, nos cedieron el uso de sus bonitas fotos para acompañar las historias. A Liliana Abanto, Michell León, Melisa Robles, Leo Otoyá, Yésica Quispe, Jhon Rodríguez, Katheryn Zavaleta, Milagros Herrera, Ángel Pacheco, Walter Ventosilla, Santiago del Castillo y Juan Carlos Suárez, así como a los equipos de comunicación de las municipalidades de Huaral, Celendín y Sepahua. Todos ellos son tan autores como el redactor.

Agradezco también a todos los amigos y amigas que me permitieron escribir sobre sus experiencias de viaje, y a aquellas personas que conocí en la ruta y me facilitaron información clave que aparece en cada historia.

Finalmente, expreso mi gratitud a la Universidad Continental por su apoyo incondicional en la publicación de esta, mi tercera entrega editorial. Dos mil gracias.

Magdalena, agosto de 2021

El autor



Color y sabor de Belén*

Iquitos tiene su verde, su sol, su gente y su barrio, el más tradicional de todos: Belén, uno de los principales atractivos turísticos de este ombligo de la selva peruana.

En el barrio de Belén, la pichanga y el chapuzón siempre han sido de ley. Por eso, Roy Panduro solía juntarse con sus tíos, primos y amigos de la primera cuadra de la calle 16 de Julio para salir a jugar un partidito, anotar unos goles en aquel arco construido con palos y lanzarse al río para disfrutar del sol, la alegría y la vida de la selva.

Han pasado varias décadas desde sus palomilladas de niño, y Roy sabe que aunque el río y el barrio ya no son tan seguros y tranquilos como antes, continúa siendo un lugar en el que los de allí y los de fuera suelen pasarla bien.

Efectivamente. A pesar de que el 70 por ciento de sus pobladores vive en condición de pobreza y que cuatro de cada diez niños sufre de desnutrición, el tradicional barrio de Belén, con su gran mercado, sus palafitos y su río Itaya, es considerado uno de los principales atractivos turísticos de la ciudad de Iquitos.

Hombre al agua

Belén se ubica, si decide ir caminando, a solo quince minutos de la plaza de Armas de Iquitos. Puede hacerlo a través del jirón Próspero, una de las principales arterias de la ciudad, y aprovechar en ver lo que aún queda de aquellos edificios arquitectónicos de antaño que forman parte del centro histórico, como la Casa Cohen, Casa Morey y la Casa de Fierro.

Menor es el tiempo si toma un «jumbo». Así le llaman al colorido microbús de madera que recorre la ciudad. No se preocupe si lo ve sin ventanas, porque es lo que permite la ventilación de los pasajeros. Pero también puede trasladarse en uno de los mototaxis que por cientos recorren sus calles, lo que los ha convertido en parte de la vida cotidiana de nuestra colorida selva.

* Crónica publicada en el suplemento Lo Nuestro n.º 301, 30 de mayo de 2019.

Al llegar al barrio de Belén, una de las primeras cosas que le llamará la atención es la forma de las viviendas de los habitantes de la ribera del río. Se llaman «palafitos» o casas que se sostienen con palos, los cuales les permiten mantenerse a flote ante la crecida del río. Esto ha originado, además, que al barrio lo denominen —salvando las distancias— la «Venecia amazónica». Tanto es así que a muchos niños les basta abrir la puerta de su casa para dar un salto y hundirse en las aguas del Itaya, por donde también transitan docenas de pequeñas lanchas llevando personas o mercadería, y aquellas otras que son una especie de «bodegas navegantes», pues pasan por

las calles vendiendo golosinas, frutas y un sinnúmero de objetos.

El barrio se convierte en puerto cuando se trata de zarpar a otras comunidades. Basta pagar cinco o diez soles para salir en lancha al encuentro de centros poblados cercanos. Muchos turistas usan este servicio para un paseo muy corto o también como una especie de «taxi navegante», realizando recorridos particulares por lugares que, a veces, son recomendados por los propios «taxistas» del río. A este puerto llegan a diario docenas de embarcaciones trayendo lo que las comunidades de la selva producen, cazan o pescan, y que de inmediato pasa a ser comercializado en el gran mercado.

Del río a la olla

Miles de personas llegan diariamente al mercado de Belén. Muchos turistas lo hacen por primera vez. Sus caras de sorpresa, provocadas al ver varios de los productos exóticos de la zona, generan sonrisas y hasta carcajadas entre los comerciantes.

Sucede mucho en la zona de venta de pescados. Las pirañas suelen llamar la atención. Quienes las ven de cerca por primera vez las observan con detalle casi médico y con algo de cuidado, así no haya de qué preocuparse. Lo mismo ocurre cuando se tiene al frente al segundo pez más grande de agua dulce del mundo: el paiche, que capta la atención por sus tres metros de largo.

Cuando esté en el barrio, no pierda la oportunidad de visitar el pasaje Paquito. Allí se exponen todo tipo de productos naturales que, según aseguran los comerciantes, curan todo tipo de dolencias. Podrá tener un encuentro cercano con los colores y olores de una infinidad de hierbas, brebajes tan variados como exóticos y docenas de extraños ungüentos reparadores, como la manteca de lagarto o la pomada de culebra. ¿Cómo curan? No hay que imaginarlo, pues casi todo puede probarse allí mismo, como para ayudarlo en su decisión de compra.

Menú multicolor

En el mercado de Belén anímese a probar el plátano maduro o la cecina; frutas como el aguaje, la taperiba, el camu camu y la cocona; y verduras como la chonta, entre otros cientos de productos locales.

Deléitese con la variedad de pescados como la palometa, carachama, dorado, doncella, bagre o el pez gato. Lo más im-

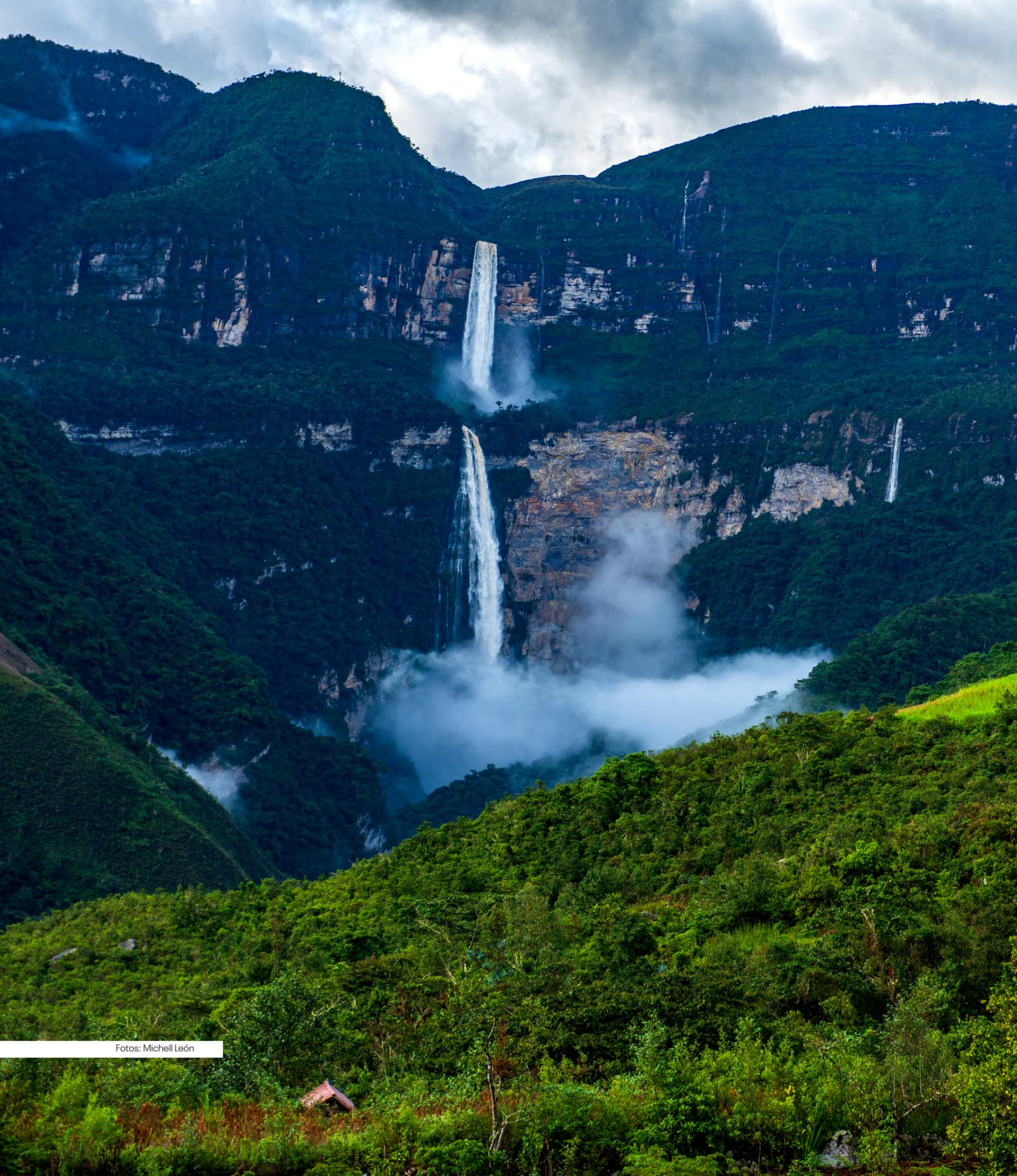
portante, si acaso se le hace agua la boca, es que por unos soles puede comerse cualquiera de estos peces a la parrilla. La otra opción es comer un juane acompañado de aji charapita y un refresco de la selva.

A esta altura del día, Roy sigue recordando su infancia vivida junto a Rice, Jhony, Jorge, Nico, Wisel, Julio, Percy, Elmer y otros tantos chicos de la calle 16 de Julio. Quizá si usted hubiese nacido en ese pedazo de la selva, habría hecho lo mismo; o tal vez aún pueda hacerlo si se animara a programar una salida hacia este pequeño trozo de la Amazonía. Belén y su gente lo esperan.

Tome nota

1. En el barrio de Belén también puede visitar el mirador turístico de Cornejo Portugal, el embarcadero Puerto Santa Rosa y la glorieta del barrio.
2. Más de cien comunidades nativas llegan al mercado de Belén para vender sus productos.
3. El 84 % de los productos que se comercializan en el gran mercado de Belén provienen de las localidades cercanas, todas de la región.
4. En Belén puede alquilar canoas a remo a muy buen precio; son conducidas por gente del lugar.





Catarata Gocta*

Desde el 2006, una de las duchas naturales más grandes del Perú atrae cada día a cientos de turistas. Se trata de Gocta, 771 metros de maravilla natural que se muestra imponente en el corazón del departamento de Amazonas.

Rossana Rimachi y Anita Sandoval habían escuchado buenos comentarios sobre la catarata Gocta; de su imponente caída, la saludable caminata y el bello paisaje. Pero no fue hasta que investigaron un poco más sobre ella, cuando decidieron tomar un vuelo que las acercara a esta celebridad natural ubicada en la provincia de Bongará, departamento de Amazonas, en el nororiente peruano.

Estaban de vacaciones, así que tiempo era lo que había. Ya en la zona, su travesía empezó en el terminal de autos de Chachapoyas; allí tomaron uno que las llevó en dirección a Pedro Ruiz Gallo. El tramo duró una hora. Bajaron en el punto llamado Cocahuayco, subieron a un mototaxi y, diez minutos después, ya estaban en Cocachimba, la puerta de entrada a Gocta.

Su primera mejor elección fue tomar la habitación de un hotel. Dicen que la catarata es tan espectacular que se empieza a disfrutar desde lejos, incluso tres horas antes de llegar a ella. Por eso, sugieren tomar una habitación desde la que se pueda ver la catarata. Despertarán con una vista que nunca más volverá a repetirse.

Camino al paraíso

Les habían dicho que la caminata —de poco más de cinco kilómetros para llegar a la catarata— sería de tres horas en promedio, pero que valía la pena. Y así fue. Salieron a las nueve de la mañana y llegaron al mediodía. Tuvieron obligadas paradas para el descanso y la rehidratación, pero supieron aprovechar la belleza natural que se mostraba ante ellas.

No todo es sol en la selva, así que hay que tener ropa para el frío y la lluvia, por si llegan. Y, además, llevar una buena cámara para capturar la imagen del paisaje, las preciosas orquídeas o el colorido gallito de las rocas, el ave nacional del Perú.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 292, 21 de marzo de 2019

Belleza, metro a metro

Pero, si para Rossana y Anita fue toda una aventura la caminata hacia la catarata, no fue hasta estar frente a ella para sentir el impresionante regalo que la naturaleza les otorgaba. Ante sí tenían 771 metros de una colosal caída de agua; estaban ante, nada menos, que a una de las duchas naturales más altas del mundo: la catarata Gocta.

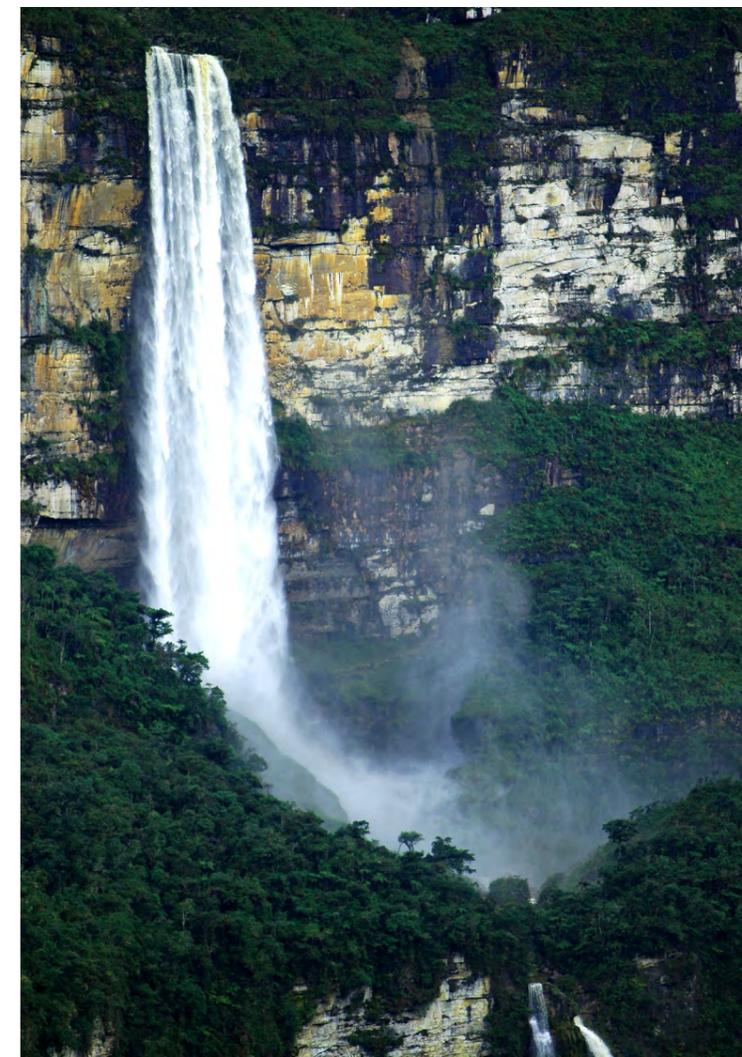
Desde el mirador se puede apreciar las dos partes que componen su caída. La

primera, de 231 metros de altura, cuyas aguas se estrellan contra unas rocas; y la segunda, de 540 metros, que rompen en la laguna natural que nace de ella. Hoy se trata de un atractivo turístico obligado para nacionales y extranjeros.

Y si piensa darse un remojón en esa laguna, tenga en cuenta que el agua está a baja temperatura porque viene de la zona andina y allí todo es frío. Ahora que lo sabe, anímese y procure darse un salto por esta impresionante manifestación natural de Amazonas.

Tome nota

1. El ingreso a la catarata Gocta cuesta 10 soles. Para menores de 18 años es de 5 soles. Puede hacer parte de la caminata en caballo. Su costo es de 40 soles y lo deja como media hora antes de llegar.
2. La catarata fue descubierta en el 2006 por un grupo de exploradores liderados por el alemán Stefan Ziemendorff, quien decidió llegar a ella y tomar las medidas topográficas de la cascada. El resultado: 771 metros de altura en sus dos etapas. Una verdadera maravilla de nuestra tierra.





Chontabamba con sabor a selva*

¿Le provoca un pedazo de queso holandés, un poco de yogur natural, una trucha a la plancha o un sorbo de jugo de caña bajo el paisaje y sol típico de selva baja? Lo invitamos a conocer Chontabamba.

Chontabamba está bañado por el río del mismo nombre. Una trocha en su margen izquierda recorre los principales atractivos turísticos de esta parte verde del país, que no solo son paisajísticos, sino también exquisitos.

Se trata de uno de los ocho distritos de la provincia de Oxapampa, departamento de Pasco, ubicado a 1900 m s. n. m, con un clima privilegiado. Llegar es muy fácil. Los ómnibus arriban a diario desde la costa, sierra o selva por precios que oscilan entre los 30 y 90 soles.

La ruta de Chontabamba empieza solo a muy pocas calles del centro de Oxapampa y no implica mayor correteo. Usted puede recorrerla en moto, auto y hasta caminando si es su costumbre. Si opta por las ruedas, los precios van de 1 a 3 soles.

La primera parada deberá ser La Floralp, la planta lechera más grande de Oxapampa. Está a cinco minutos de la ciudad y en sus instalaciones no solo podrá observar el procesamiento de finísimos quesos y otros derivados lácteos, sino también degustar y comprar todo lo que se produce.

La lista de la Floralp es interminable. Puede elegir entre un queso emmentaler, gruyere, parmesano, raclette, provolone o un queso fresco; también una crema de leche, de queso, mantequilla, un yogur natural o de sabores, o solo leche fresca. Y si usted es un profesional de la gastronomía, también hay productos especialmente preparados para chefs.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 275, 11 de octubre de 2018

Trocha y trucha

Siga la ruta y minutos después se encontrará con el único criadero de truchas de la zona. Se llama La Cumbre y allí podrá observar, de poza en poza, todo el desarrollo de las truchas, desde que son alevinos hasta adultos. Si va con niños, ellos lo disfrutarán más.

Pruebe los platos a base de trucha. El favorito, sin duda será la trucha a la plancha. Si se anima, puede convertirse en pescador de su ejemplar a preparar.

Siga el camino trazado por la trocha de Chontabamba y unos cinco minutos más allá hallará los dominios de la caña. Se trata de El Wharapo, un

rancho de la familia Albengrin Ruffner —creado en 1890— que elabora aguardiente y guarapo, así como miel de caña y chancaca. Allí podrá ver los diversos procesos de producción, desde el trapiche hidráulico, el destilado y cocción, hasta el fermentado.

Platos de fondo

Si su principal propósito es degustar platos típicos, un lugar que no puede dejar de visitar es el rancho Ruffner. Se ubica casi frente a la Floralp, en dirección de regreso a Oxapampa, y ofrece a los visitantes comidas, bebidas y mucho entretenimiento.

Aquí encontrará la mejor pachamanca, caldo de gallina de chacra, picante de cuy, parrillada mixta con chorizo, pollo al cilindro, entre otras delicias. Para tomar, le sugerimos un jugo de quito quito, fruto típico del lugar cuyo sabor tiene de limón y maracuyá. Y mientras almuerza, podrá observar bailes austroalemanes, tradicionales de la zona.

También tiene la opción de hacer turismo vivencial: participar en el ordeño desde

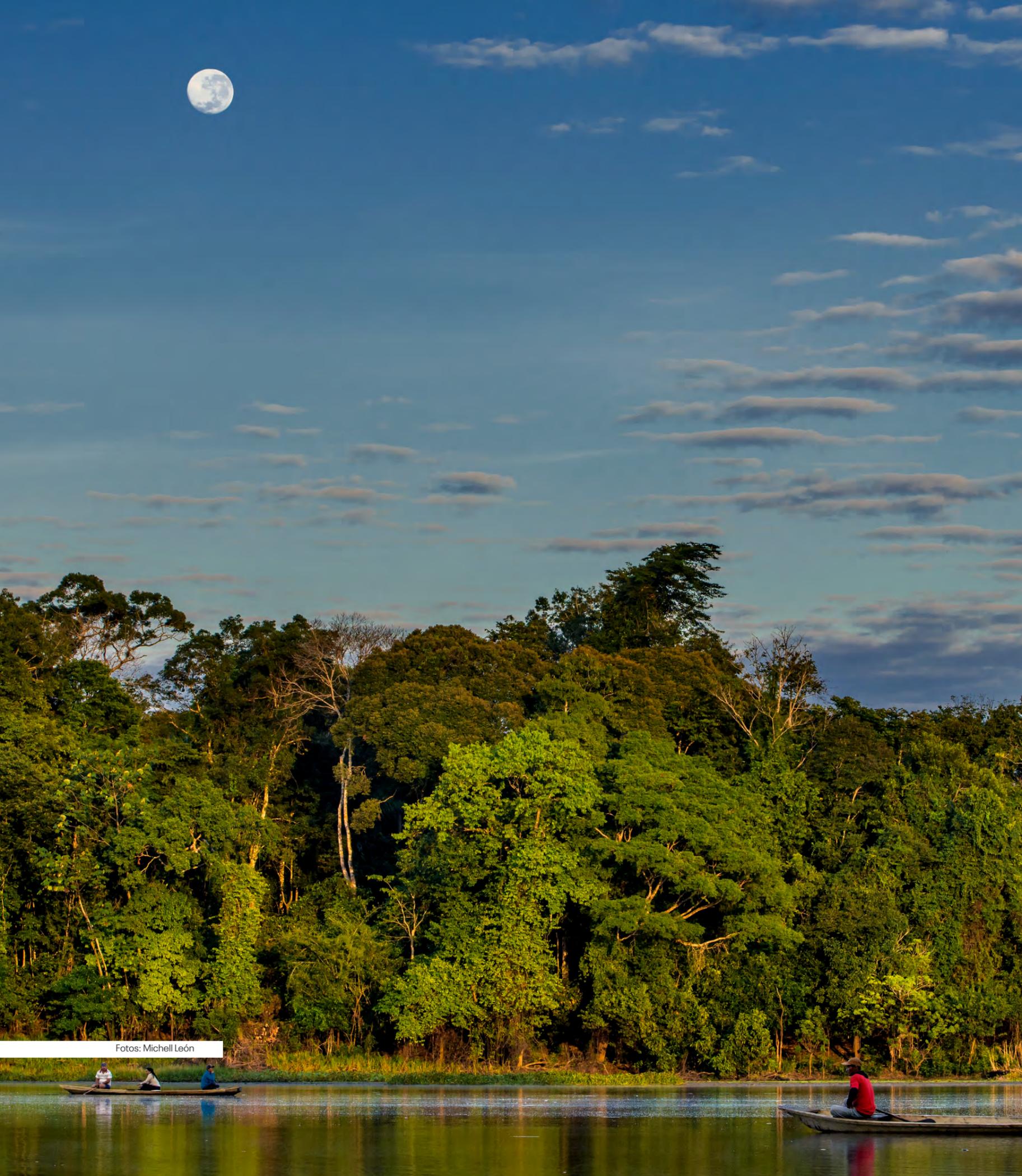
las cuatro de la mañana, limpiar los establos, dar de comer a los animales, bañar a los caballos y, en general, vivir la experiencia de un lugareño.

Así que anímese; vaya por su pasaje, súbase al bus y dese una vuelta por Chontabamba. Aquí, en este pequeño corazón de la ceja de selva, todo está servido.



Tome nota

1. En El Wharapo puede adquirir el litro de aguardiente y miel de caña a 12 soles; el kilo de chancaca cuesta 5 soles. El guarapo es lo más económico: 3 soles el litro.
2. El costo de ingreso al rancho Ruffner es 10 soles. Los días de mayor frecuencia turística son los sábados y domingos.
3. En el rancho Ruffner podrá participar en competencias de corte de troncos con machete o motosierra, subir a un caballo, practicar el «barrileo» y, con las medidas de seguridad del caso, hasta montar un toro de más de 600 kilos de peso.
4. Para toda la ruta, no olvide cargar un paraguas. Una lluvia podría sorprenderlo en medio de la aventura.



Las puertas de Pacaya Samiria*

¿Quisiera navegar por ríos que reflejen como espejos los bosques tropicales, avistar cientos de especies invaluable y protegidas, o conocer el manejo sostenible de la taricaya o el paiche? Pues no se diga más, la Reserva Nacional Pacaya Samiria lo espera.

Así debe ser el paraíso. Un recorrido interminable bajo el cielo azul, a veces celeste, salpicado de nubes por todos lados; un tránsito de absoluta tranquilidad por las aguas del zigzagueante río y el interminable bosque lleno de verde. Bellos atardeceres, a veces amarillos, a veces naranjas, que resaltan aún más la silueta de las nubes, dándole formas caprichosas y hasta sorprendentes.

Un paraíso acompañado por el sonido de la naturaleza en todo momento, de aquella bandada de pájaros que parece saludarlo con su cantar, los monos que nunca se cansan de trepar y saltar, y los delfines rosados con sus llamativas piruetas en el río, como queriendo decirle que están allí, acompañando la travesía.

Ese paraíso que, por donde se mire, siempre cautiva se llama Pacaya Samiria y desde 1972 es reserva nacional. Se encuentra en nuestro país, a solo dos horas y media de la ciudad de Iquitos. Se extiende a través de 2 millones 80 mil hectáreas, lo que la convierte en una de las áreas protegidas más extensas del Perú.

Cuatro puertas

Pacaya Samiria debe su nombre a las dos cuencas del mismo nombre que la componen. Para disfrutar de lo que su riqueza natural ofrece, está organizada en cuatro sectores turísticos.

Antes de viajar, debe saber que todas las visitas se llevan a cabo mediante los 28 operadores turísticos autorizados por el Servicio Nacional de Áreas Naturales Protegidas por el Estado (Sernanp), los únicos que pueden tramitar los ingresos al área. Algunos de ellos son administrados por los pobladores de las comunidades de la reserva.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 294, 4 de abril de 2019

Fotos: Michell León

Para aquellos que disponen de dos o tres días para adentrarse a este nido natural, pueden optar por la ruta llamada Yanayacu Pucate. Es la puerta más cercana y la más utilizada. Se dice que cerca del 80 % de visitantes realiza esta ruta. Para llegar, se debe salir por tierra de Iquitos a Nauta. Allí subirá a un deslizador y en una hora más ya estará en el puesto de vigilancia de Yanayacu.

En el camino encontrará buenos amigos y amigas de las comunidades de Santo Domingo, 20 de Enero, Buenos Aires, Arequipa y Yarina. Se detendrá en algunas de ellas y sus pobladores lo atenderán, ya sea como orientadores, artesanos e incluso les ofrecerán sus casas a precios muy accesibles para descansar. El Sernanp se ha encargado de capacitarlos para que brinden estos servicios de la mejor manera.

Recursos y destrezas

Podrá disfrutar del canto y baile de los lugareños, pero además de diversas muestras del aprovechamiento de sus recursos. Por ejemplo, verá su destreza para hacerse del típico y sabroso aguaje que crece en lo alto de las palmeras, usando tan solo una suerte de arneses artesanales. Y claro, podrá tomarse un refresco de esta riquísima fruta.

La segunda opción de ingreso a la reserva es por el puesto de vigilancia Samiria. Se encuentra siguiendo la misma ruta, pero a cuatro horas de Nauta en deslizador, surcando las aguas del río Marañón. Allí no solo se encontrará con las comunidades de San Martín de Tipishca, Bolívar y Nueva Arica, sino también con abundantes especies animales como guacamayos, garzas, caimanes y, por supuesto, diversas especies de monos. Además, y tal vez lo más esperado, podría ver a los delfines rosados que aquí abundan.

A Samiria también se puede llegar en cruceros, esas lujosas embarcaciones cuyos precios pueden llegar a superar los nueve mil dólares. El crucero solo hará el recorrido por el río, por lo que, para ingresar a las comunidades por estrechos más angostos, deberá utilizar pequeñas embarcaciones. El trasbordo siempre será obligado.

Pacaya y Tibilo

La tercera puerta de ingreso a la reserva es Pacaya. Se encuentra a ocho horas de camino desde Nauta y se llega navegando a través del río Ucayali. No es común que los visitantes lleguen en deslizador, sino más bien en los cruceros.

Uno de sus principales atractivos es la cocha Yarina, tan grande como

espectacular. Y tal vez lo más anecdótico sea participar de la pesca del paiche, el pez más grande de la selva que puede llegar a medir hasta tres metros de largo y pesar más de 250 kilos. Esto solo es posible aquí porque es el único lugar autorizado para el aprovechamiento de este pez, que incluye la demostración de su manejo en la zona.

Y el último sector de ingreso a la Reserva Nacional Pacaya Samiria se denomina Tibilo, la cabecera de cuenca del río Samiria. Eso quiere decir que la ruta comienza en Tarapoto, departamento de San Martín, en un recorrido por tierra hasta Yurimaguas, departamento de Loreto. Allí se empieza la travesía pluvial hasta ingresar por el puesto de vigilancia de Tibilo.

Este recorrido se inicia en una canoa o bote pequeño a remo. Eso tiene varias ventajas porque al ser el viaje más lento, es posible ver muchas más especies del lugar. Seguramente, coqueteará con los monos, seguirá el recorrido de las aves como el cormorán neotropical o

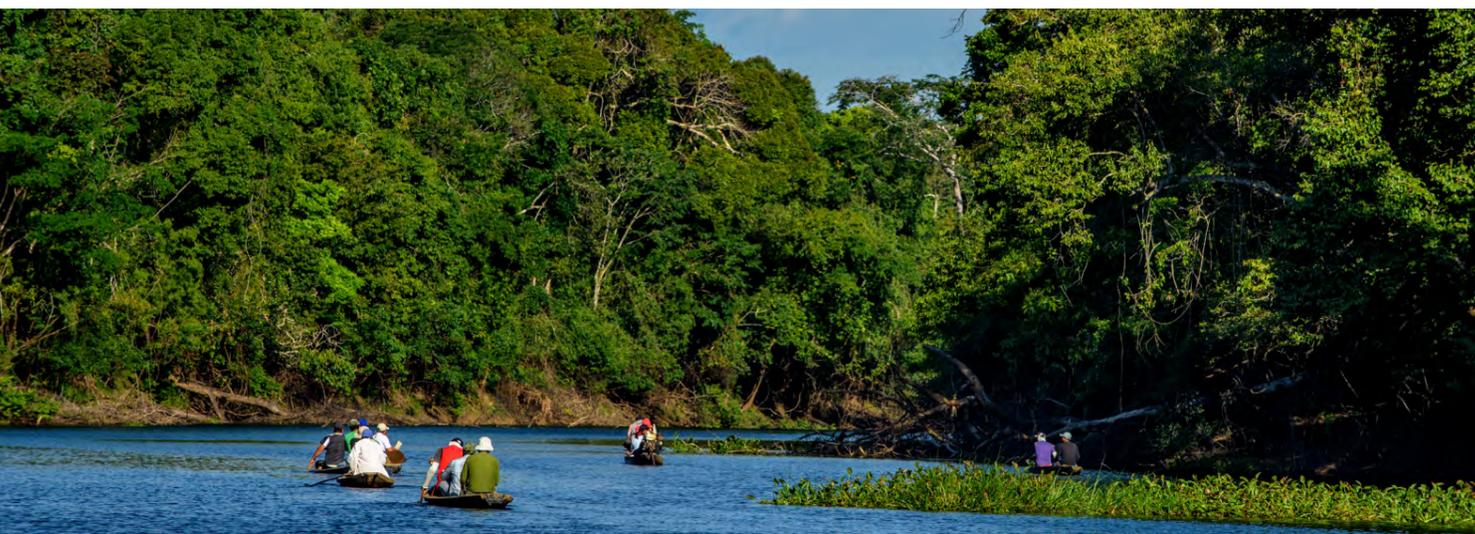
el curioso martín pescador verde; se sorprenderá con los lobos de río, verá al detalle a las taricayas o pequeñas tortugas de la selva. Es una zona ideal para acampar en la ribera del río.

Si llega a mitad de año, podrá participar de la reanidación de los huevos de las taricayas. Los pobladores, integrantes de los grupos de manejo de esta especie, lo harán partícipe de este proceso en las playas artificiales de arena. Tenga cuidado, pues es un proceso laborioso y delicado. Y si su visita es entre octubre o noviembre, podrá participar de la liberación de estas pequeñas tortugas para que disfruten de la vida en su hábitat natural.

¿Quiere más? Pues tome su agenda y decídase a visitar este pedazo de edén ubicado en nuestra Amazonía. Ya sea que tenga un par de días libres o una semana de vacaciones, siempre habrá una ruta a seguir en el espectacular Pacaya Samiria.

Tome nota

1. Los viajes turísticos a Pacaya Samiria pueden encontrarse en paquetes que tienen desde dos hasta siete días de duración.
2. El tiempo en deslizador siempre será más corto en los ríos. Tome esto en cuenta si, para su viaje, toma un bote a motor o peque peque porque el tiempo podría hasta triplicarse.
3. Puede encontrar más información sobre la Reserva Nacional Pacaya Samiria en el Facebook: [Reserva Nacional Pacaya Samiria](#).
4. Si está interesado en más información sobre esta y otras reservas naturales, puede hacerlo mediante la página web del Sernanp: www.turismonaturaleza.pe





Quistococha, el paraíso*

Animales protegidos, cientos de hectáreas de verdor, platos típicos y una playa de arena blanca hacen de Quistococha uno de los atractivos turísticos más importantes de nuestra selva.

Nada tan fácil como tomar el *jumbo* en la esquina de la plaza de Armas de Iquitos. Dos soles es el costo del pasaje. Treinta minutos después, justo en el kilómetro seis de la carretera Iquitos-Nauta, llegará a Quistococha, el más grande parque turístico del departamento de Loreto.

También puede trasladarse en una de las docenas de mototaxis que se ofrecerán a llevarlo, aunque le cobrarán veinte soles por el servicio. Pero, si se anima por el *jumbo*, podrá disfrutar del viaje en este ómnibus tradicional de la selva totalmente construido con madera, ventilado, colorido y, por sí mismo, un atractivo turístico para los visitantes.

Seis soles para adultos y dos soles para niños le permiten el ingreso a las 369 hectáreas del bosque amazónico de Quistococha. Allí disfrutará de un zoológico con 70 especies protegidas, una importante muestra de gastronomía regional y una inmensa playa de arena blanca en el corazón del complejo.

En un recorrido rodeado de verdor, mayoritariamente colmado por inmensas palmeras de aguaje, se puede visitar a los más de 150 animales del complejo. Allí lo esperan otorongos, jaguares y pumas; monos negros, maquisapas y choros que juegan bastante con los visitantes; la correlona nutria; ronsocos, los roedores más grandes de la tierra; sajinos, cerdos salvajes y sachavacas; así como peces, anfibios y coloridas aves.

Sin duda, el mayor atractivo del parque es Huayurín, un delfín rosado de más de cien kilos que fue rescatado de las manos depredadoras del hombre. Cada día ofrece un espectáculo que encanta a todos por igual. Saltos, volteretas, juego con pelotas y mucha interacción con niños es lo que regala este cariñoso animal endémico de esta parte de la selva.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 286, 7 de febrero de 2019

Desde siempre, la playa constituye un atractivo especial para los turistas. En Quistococha, este atractivo no podía ser otro que la llamada Tunchi Playa. Son 56 hectáreas de extensión y ocho metros de profundidad que es atiborrada, principalmente los fines de semana, por cientos de lugareños y visitantes nacionales y extranjeros.

Sus aguas mansas no solo invitan a refrescarse en ellas, sino también a realizar paseos familiares en bote. La arena blanca anima a buscar ese bronceado perfecto, a jugar un partidito de vóley o fulbito, armar castillos de arena o simplemente descansar y desconectarse de los ruidos mundanos.

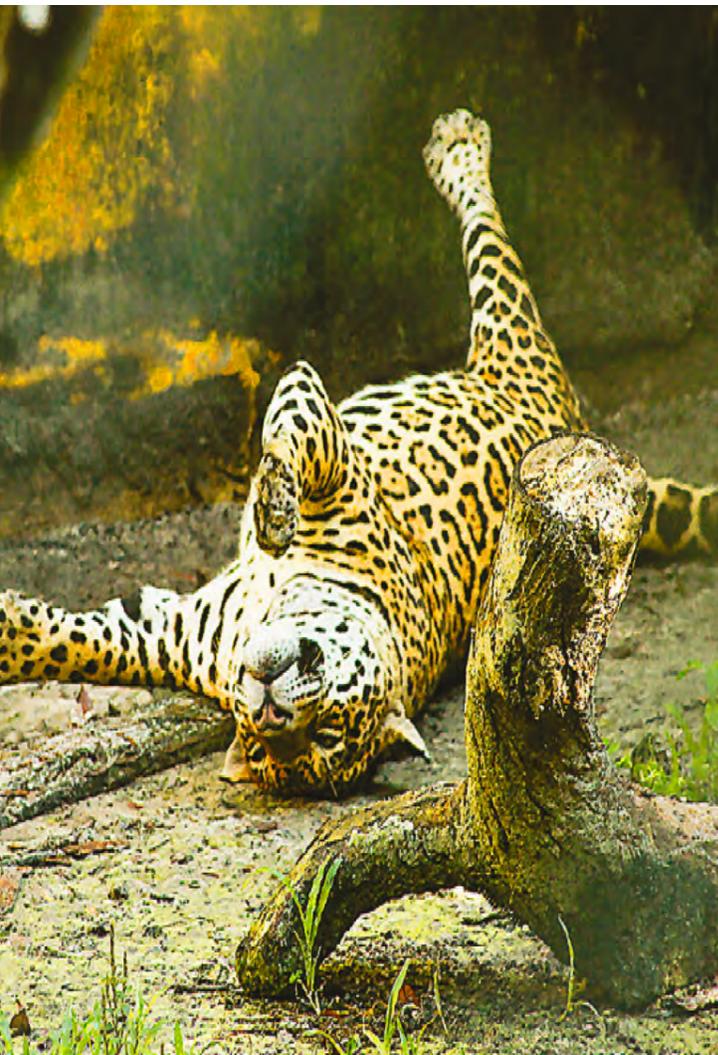
Comer y experimentar

Tanto dentro como fuera del parque, el visitante puede degustar la variada gastronomía de la región. Si busca pescado, encontrará paiches, doncellas o palometas preparados en diversas formas: cocidos, fritos o al horno.

También puede optar por el clásico juane o las distintas preparaciones del tacacho, que puede ser con cecina, con huevo o con chorizo. O puede probar la sopa loretana, ensalada de chonta, arroz chaufa de cecina, motelo con yuca o un chilcano de carachama. Y, si le gusta lo exótico, anímese a probar el suri asado, un gusano que se reproduce en el tallo de los árboles del aguaje.

De ninguna manera puede dejar de probar el refresco de cocona o un marciano de aguaje que siempre caen bien. Si lo desea, pida masato, un trago de la selva preparado a base de yuca fermentada.

Quistococha está abierto todo el año. Con todo lo que nos ofrece este rincón de la selva, no hay motivo para perderselo. Anímese, acomode su ropa de baño y dese una vuelta por este pequeño paraíso verde.



Tome nota

1. El recorrido por Quistococha dura una hora como mínimo. Las presentaciones del delfín rosado Huayrurín se efectúan cada dos horas.
2. Quistococha también ofrece un jardín botánico con especies ornamentales y medicinales de la Amazonía.



Diez cataratas para visitar en ceja de selva*

Son varios los circuitos turísticos que nos acercan a las maravillas naturales de la selva central. Entre Junín y Pasco destacan diez cataratas, una de ellas recientemente explorada.

Tal vez usted no lo sabía, pero a menos de ocho horas de Lima tiene la oportunidad de asombrarse con una serie de atractivos naturales que se forman en lo más alto de nuestras cumbres y terminan convertidas en cataratas.

Son diez. Las tres primeras las encontrará en el departamento de Junín, provincia de Chanchamayo. Se trata de las cataratas El Tirol, Bayoz y Velo de la Novia. Para llegar a ellas solo debe tomar la carretera que lo lleva al distrito de Pichanaki.

El Tirol es una catarata que consta de tres saltos, dos son pequeños, pero en su conjunto suman una caída de 35 metros de alto. Para arribar a este paraje debe tomar una movilidad en La Merced que lo conduzca en treinta minutos al poblado de San Ramón, y después hasta el punto conocido como El Palomar. De allí le bastará caminar 30 minutos más.

Para ir a la catarata Bayoz, debe regresar a la misma carretera. Tome la ruta a Pichanaki y trasládese hasta el anexo Yurinaki. Son 15 minutos más en automóvil. Esta vez la movilidad sí lo dejará en la misma Bayoz, una de las más visitadas, que tiene una caída de 60 metros.

Y, para terminar esta primera parte de su recorrido, continúe en la misma ruta a Pichanaki. Tras unos minutos en auto, se encontrará con la catarata Velo de la Novia. También tiene 60 metros de altura y su nombre se debe a que, al final de su caída, el chorro de agua forma una especie de velo de novia. Esta catarata es ideal para practicar rápel, un deporte de aventura que permite descensos de forma vertical utilizando cuerdas.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 268, 16 de agosto de 2018

En Pasco

Para llegar a la siguiente catarata, tiene que trasladarse de La Merced a Oxapampa, departamento de Pasco.

Quince minutos antes de llegar a la ciudad, debe detenerse en el desvío denominado La Cañera. Desde allí iniciará una caminata de treinta minutos hasta llegar a la catarata del río Tigre. Su caída se aproxima a los 50 metros de altura y al final forma una atractiva lagunilla. Sus aguas son muy frías y la caída es muy fuerte. Tome nota.

Y si caminar para llegar a una catarata le parece difícil, en la ruta que sigue encontrará tres que están al filo de la carretera. La primera la hallará en la ruta de Oxapampa a Pozuzo. Se

denomina Torrebamba, tiene una caída de cerca de treinta metros de altura y se ubica en el distrito de Huancabamba. Esta catarata la puede observar desde la misma carretera, pero, si quiere llegar a ella, debe cruzar el río a pie.

Trescientos metros más allá, se encontrará con la catarata Rayantambo, que tiene una caída de 45 metros de altura. Se ubica a la mitad de un puente, por lo que resulta propicia para hacer puenting, práctica deportiva que cuenta con muchos adeptos en el Perú.

Y ya ingresando en el distrito de Pozuzo, se encontrará con la catarata Yulitunqui; es la que colinda con el parque Yanachaga Chemillén. De las tres que hallará al borde del camino, es la que ofrece una amplia laguna.

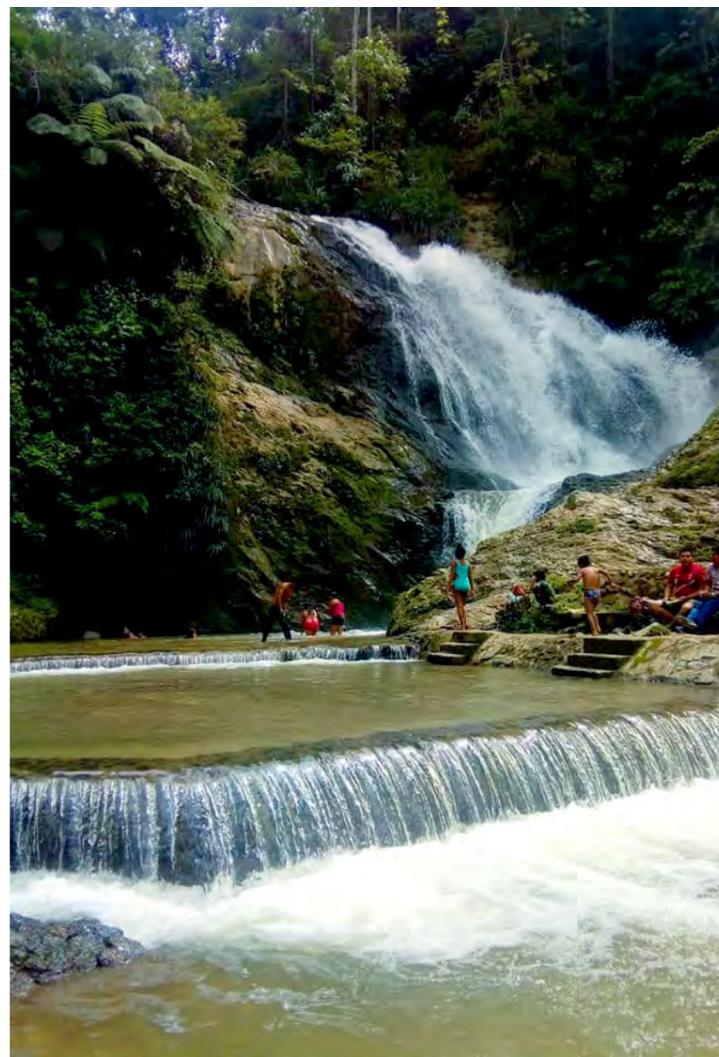
Boca Tigre, la novedad

La más joven de las cataratas exploradas por los visitantes se denomina Boca Tigre. Tiene 10 caídas y está a media hora de La Merced, pasando el distrito de Santa Ana, en camino a Pichanaki. Desde la carretera, debe caminar una media hora para llegar a ella.

Lo llamativo de esta catarata es que uno puede ponerse debajo de una de las caídas y sentir el agua pasar por encima. ¿Se anima? Pero ojo, todos los guías

coinciden en los cuidados que el visitante debe tener por si decide sumergirse en alguna de estas cataratas. Y es que la temperatura de sus aguas puede llegar hasta por debajo de los cero grados. Lo ideal será ingresar siempre y cuando haya sol, y mejor si es a una temperatura algo elevada.

Ya lo sabe. Las cataratas pueden estar lejos o cerca de la carretera, lo importante es que están allí esperando por usted. ¡Anímese a recorrerlas!



Tome nota

1. Para quienes buscan un tour más aventurero, las empresas turísticas de la selva central están explotando la ruta denominada Catarata Borgoña, en Chanchamayo. Se trata de una ruta para hacer trekking o caminata agreste a lo largo del río. Son dos horas de camino ascendente desde el puente Kimiri.
2. Al final de la caminata, puede practicar rápel en la misma catarata Borgoña. El regreso es por una trocha afirmada.

Pucallpa-Iquitos: travesía en río*

Cuando comience a contemplar los bellos paisajes que hallará a lo largo de esta ruta, olvidará todo lo que le pasó para llegar a ellos. Cuatro días recorriendo la selva a través de sus ríos, será una aventura realmente extraordinaria.

Eran las 6:30 de la tarde cuando sonó el pito. Don Enrique Vargas suspira y sonríe porque, después de una larga espera, por fin la lancha-carguero Henry 3 zarpará desde Pucallpa para iniciar su camino hacia la ciudad de Iquitos.

Parece despedirla la luna llena, que poco a poco se va mostrando imponente. Es enorme y coqueta con las ondas que genera el recorrido del Ucayali, el mismo río que conducirá a estos más de 400 viajeros por la mayor parte de la travesía. Luego se encontrará con el Marañón y darán vida al Amazonas, el río más largo y caudaloso del mundo, sobre el que navegarán la última parte del camino.

La lluvia estará presente en los cuatro días de viaje. Caerá la menuda, aquella que invita a una pequeña caminata, a un baño casi infantil; también la indecisa, la que viene y va, que asusta solo por ratitos; y la gran lluvia, esa intensa y que se queda por un buen rato, con la que la huida es inmediata.

De día, su verdor resultará interminable y, de noche, sus siluetas motivarán la imaginación. Son los bosques que enmarcan toda la ruta, inmensos, cada uno más impresionante que el otro, demostrando por qué la selva amazónica es el bosque tropical más extenso del mundo.

Los amaneceres y atardeceres son, para algunos de los viajeros, los espectáculos más bellos del viaje. Por eso, muchos se apuestan en los miradores del Henry 3, sobre todo a la hora en la que el sol empieza a caer. Lo hacen para ver el cielo con unas nubes que rompen el ojo por la intensidad de sus colores y las perfectas siluetas que suelen formar.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 285, 31 de enero de 2019



Fotos: Hugo Grandez

Y al final del día, el centenar de estrellas que titilan bajo el manto oscuro de la noche les hace recordar la extraordinaria belleza que nos perdemos en las grandes ciudades. Son las noches, con el fresco de su brisa, las que invitan a quedarse contemplando el firmamento.

La rutina

En esta travesía, contemplar todos estos regalos de la madre selva demandará de usted una alta dosis de tolerancia y capacidad para adecuarse a una convivencia de varios días con cientos de personas a las que irá conociendo día a día. Al principio le costará, pero, si se lo propone, rápidamente hallará la fórmula mágica.

La hamaca será una especie de zona domiciliaria durante el viaje. Un metro por dos de espacio es lo que le permitirá pernoctar, descansar o sentarse en el momento que quiera. Sin embargo, su hamaca estará al lado de otra y otra, en una suerte de sucesión interminable de camas de tela. Y en torno a ellas, grandes y chicos que transitan apresurados. Así que, comprenderá, su hamaca nunca estará quieta, pero llegará a acostumbrarse a esos «empujoncitos».

A bordo del Henry 3, la rutina tiene horarios casi fijos. Se despierta muy temprano, a eso de las cinco de la

mañana. El tránsito de las personas, el juego de los niños o el llanto de los lactantes le harán saber eso. Vendrá la cola para el aseo personal y, poco después, la cola para el desayuno. Luego habrá unas horas para poner todo en orden, la conversa, escribir, contemplar el paisaje o jugar. Y otra vez, como a las 12:30 del día, la cola para el almuerzo.

Después, el ambiente se calma un poco, pues muchos descansan. Pero la mayor tranquilidad se alcanza después de la cena que termina como a las 8 de la noche. La gente se prepara para dormir, se lavan, se duchan y ordenan sus cosas.

En cada parada suben vendedores. Así, tendrá todos los peces de la selva, fritos y asados; juanes y tacachos; jugos de cocona, camu camu, aguaje y sus refrescantes chupetes.

Su gente

Durante el viaje, conocerá historias de viajeros nacionales y de otras latitudes. Historias como la de los argentinos Lucas y Teresa, quienes se aventuraron a realizar este viaje después de saber que otro amigo, compatriota suyo, lo hizo en años anteriores y les contó las peripecias que vivió.

Se encontrará con personajes como don Enrique, un hombre de 82 años, natural de Iquitos. Es una auténtica enciclopedia

andante sobre la selva. Nunca deja de conversar y tiene información precisa sobre lugares, comidas, horarios, historias y leyendas de cada pueblo que se pasa.

O turistas que buscan aventuras extremas, como los franceses Robert y Bernard, cuya travesía se inició semanas atrás en el puerto del Callao y no se detendrá hasta concluir en el Atlántico brasileño.

Las cosas más apreciadas a veces requieren grandes sacrificios; recorrer el corazón de nuestra Amazonía, también. Pero, señores, para contemplar estas pinturas naturales, disfrutar de las comidas y bebidas que la naturaleza les ofrece, y conocer a gente de varias naciones, cualquier sacrificio vale la pena; realmente, lo vale.

Tome nota

1. El costo del boleto para el viaje sobre hamacas es de 100 soles para adultos y de 50 soles para niños. También hay pequeñas habitaciones privadas cuyo costo es 350 soles para dos personas. Ambos servicios incluyen desayuno, almuerzo y cena. No incluyen las bebidas.
2. Las hamacas corren por cuenta de cada pasajero. Pueden comprarlas allí mismo. Muchos vendedores se las ofrecerán por 30 soles.
3. La flota de lanchas del Henry 3 suele salir tres veces por semana. Lo habitual son los lunes, miércoles y viernes. Aunque dependerá del total de la carga que lleve o del clima.
4. La salida es desde el puerto Henry, muy cerca del centro de Pucallpa.





Fotos: Katheryn Zavaleta

Nueva Cajamarca: sierra y selva reunidas*

Nueva Cajamarca es un lugar donde el visitante puede darse el gusto de bailar un buen huayno y acompañar la celebración con un succulento plato de tacacho con cecina; es el encuentro de sierra y selva en la misma puerta del Alto Mayo.

Su historia no tiene larga data. Se empezó a escribir cuando el gobierno del expresidente Fernando Belaunde impulsó la construcción de la carretera Marginal de la Selva. Era fines de la década de 1960 cuando cientos de personas, procedentes de la sierra, principalmente, se asentaron en esta parte del Alto Mayo.

Si bien el motivo de su llegada fue una oferta de trabajo para la construcción de la vía, la mayoría terminó quedándose en la zona. Se creó entonces el distrito. Su nombre iba a ser Nuevo Piura, una propuesta de los piuranos asentados allí, pero los cajamarquinos eran más numerosos. Así que, por mayoría, se decidió nombrar a la ciudad Nueva Cajamarca.

Se hace llamar el primer distrito andino amazónico del país y puerta del Alto Mayo. Aquí es natural comerse un coco tropical junto a un cuy chactado, típico de la sierra. Sus patronos son san Pedro y san Pablo, y tiene en el cacao, café, arroz, plátano y caña, sus principales productos locales.

Cueva y color

Quien llega a Nueva Cajamarca debe visitar la cueva de Palestina. Se llama así por ubicarse en el caserío del mismo nombre, a unos quince minutos del centro del distrito. Es la tercera cueva más profunda del Perú, con una formación rocosa de 60 millones de años y un largo de 250 metros, aproximadamente.

Para ingresar, será necesario hacerlo con un guía y la comunidad de Palestina está preparada para ello. Allí se le proveerá de botas,

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 285, 31 de enero de 2019

casco, lámpara y la compañía de un especialista para el trayecto.

El casco lo protegerá del sinnúmero de estalactitas y estalagmitas, formaciones rocosas que están en el piso y el techo de la cueva. Si siente la presencia de seres vivos, no se preocupe, se trata de unas movedizas aves ciegas llamadas guácharos.

Muy cerca de la cueva también se ubica otro atractivo turístico. Es el mariposario Morpho Azul, administrado por la comunidad de Palestina, en donde podrá observar el proceso de desarrollo de estos invertebrados.

Al llegar, no se sorprenda si un grupo de niños le da la bienvenida con una canción. Si no se aprende la letra, acompáñelos con las palmas. Luego

ingrese a esta zona de protección y reproducción de mariposas, y sea testigo de cómo las larvas se convierten en pupas y luego en mariposas.

Vamos al Tío Yacu

El Tío Yacu es ideal para darse un chapuzón. Ubicado cerca de la ciudad, ofrece un conjunto de actividades para el relajo: caminar por senderos de bosques, cruzar puentes artesanales, tomarse fotos frente a bullangueras caídas de agua y lanzarse al río.

También aproveche en admirar el señorío del paiche, el más grande de los peces amazónicos, en el criadero del lugar. No deje de contemplar la prestancia de las famosas orquídeas kovachii, un lujo para el ojo humano.

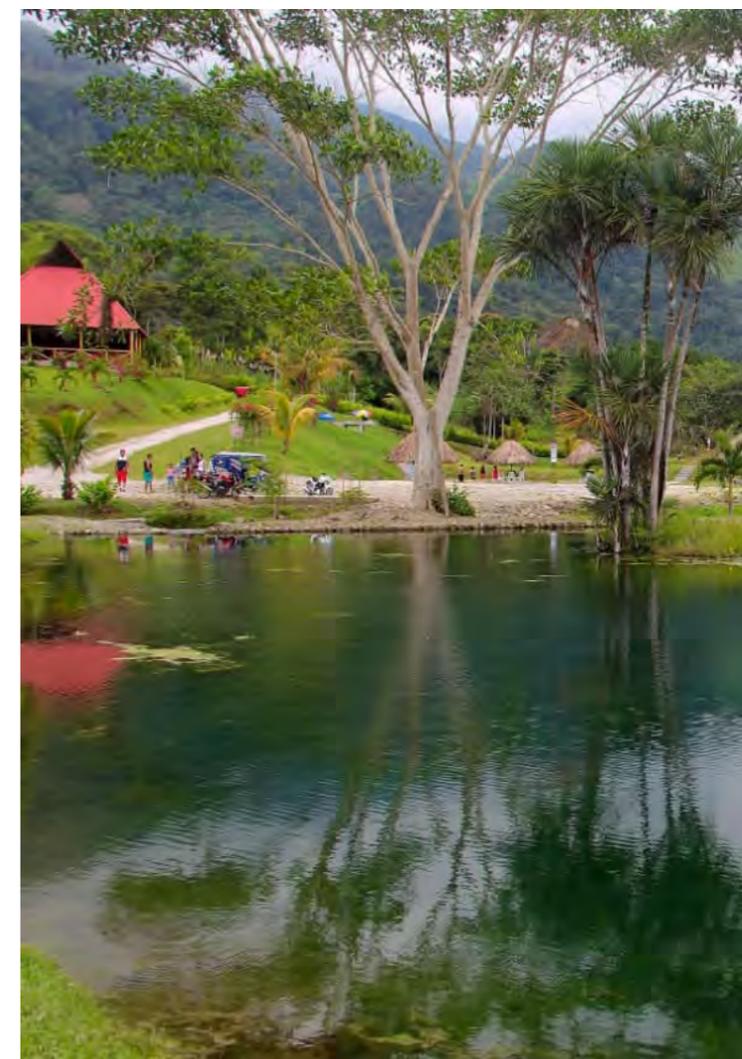
Para comer nada mejor que un juane. Pero ojo, no se trata del tradicional que todos conocemos, sino el preparado por doña Martha Ocampo que acaba de ser declarado plato bandera de Nuevo Cajamarca: el juane de pituca.

Este preparado tiene gallina, un poco de arroz y mucho de pituca, un tubérculo de la zona. Se cocina envuelto en hoja de bijao y se acompaña con mote, plátano frito y su salsa de ají charapita con cocona.

Del refresco, no se preocupe. Puede optar por el refresco de berenjena, la refrescante aguajina o el café de olla (algo así como café pasado, pero al estilo de Nueva Cajamarca). Todo estará para chuparse los dedos.

Tome nota

1. Rioja está a 20 minutos de Nueva Cajamarca. En Chuchu Center expenden tragos exóticos.
2. En el Bosque de Protección del Alto Mayo verá gallitos de las rocas, oso de anteojos, lechucita bigotona y orquídeas.





Arte y tradición en Huancas*

Por la originalidad de sus piezas, la cerámica del distrito amazonense de Huancas, en Chachapoyas, es patrimonio cultural de la nación. Conozca aquí estos valiosos trabajos de arcilla y anímese a visitar el majestuoso cañón del Sonche.

En Huancas, los pobladores despiertan al gallo. Es una forma de decir, claro, porque la gente despierta muy temprano aquí, tal como suele suceder en muchos pueblos de la región natural quechua. Sea para salir a atender los cultivos, alimentar a los animales o para cocinar desde temprano, la vida empieza antes del amanecer.

Pueblo alfarero, de hombres y mujeres expertos en transformar la arcilla en arte, Huancas se mantiene como un lugar detenido en el tiempo a 2600 metros sobre el nivel del mar. Sus cerca de mil habitantes conviven entre calles tranquilas, donde dormir y caminar sin contratiempos es tan natural como el paisaje que los rodea.

Sus casas, que se caracterizan por los techos de doble caída para protegerse de las lluvias, sirven también como talleres de cerámica. Allí, la greda o arcilla recogida de los cerros de la zona se convierte en el insumo principal de lo que luego se transformará en llamativas tazas, platos, floreros y alcancías tipo «chanchito» para el ahorro de moneda en moneda.

Arte con los pies

No hay hotel, hospedaje, restaurante o casa de la zona y alrededores que no tenga una cerámica huanca en alguno de sus ambientes, cuenta José Miguel Molina, especialista en turismo de la localidad.

Todo empieza con el acopio de la greda. Se muele en batán, se moja con agua desde la noche anterior y se mezcla con arena fina para luego empezar a amasar. A esta práctica se le llama «atropello» y se debe aplastar con los pies, nunca con las manos, afirman los artesanos.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 306, 4 de julio de 2019.

Cuando la masa está lista, empieza a dibujarse el arte con las manos. Providos de pedazos de mate, carrizo, cuero de superficie lisa y abundante agua, los artistas huancas empiezan a darle forma a la masa, de la misma manera en que se ha venido haciendo por años, de generación en generación.

Todo comienza en la base, armando la arcilla de abajo hacia arriba, proceso al que llaman *sayachkur*; luego viene el *wikchucur*, que es cuando empiezan a darle forma; y, finalmente, la «tangana», que consiste en ajustar la forma e insertar diseños peculiares en la cerámica. Así, de a pocos, van apareciendo las siluetas de utensilios y adornos de tamaños tan diversos como sus acabados.

Luego, seorean las piezas y quedan listas para la «cusana» o proceso de cocción

en una especie de horno al aire libre preparado con troncos, ramas y hasta estiércol seco de ganado. Unas horas después ya todo está casi terminado.

Casi, porque luego vendrá el proceso de acabado, el pulido, los colores y listo. La venta empieza prácticamente de inmediato, en sus mismas casas, que se convierten en centros artesanales, o en la plaza del pueblo. Estas piezas se ofrecen también en otros lugares turísticos como el mismo Chachapoyas, el ingreso a la catarata Gocta y la ruta hacia la fortaleza de Kuélap. Aquí, el arte se expone por todos lados.

El gran cañón

Huancas no solo es tierra de talentosos artesanos y artesanas, sino también cuna

de una maravilla natural: el gran cañón del Sonche, el cual puede ser admirado en toda su magnitud desde el mirador del pueblo. Llegar a él no le demandará más de 15 minutos de caminata.

Es un cañón de cerca de 1000 metros de profundidad, desde el cual podrá contemplar el trazado del río Sonche, sentir la fuerza del viento y deleitarse con el cielo de un azul intenso. También tendrá la oportunidad de contemplar el verde de las montañas que lo rodean. Por donde se mire, la naturaleza se mostrará plena ante el visitante.

Para quien busca un poco de paz en su aventura, Huancas es ideal. La internet y la televisión por cable son servicios limitados y la telefonía celular todavía es precaria, por lo que tendrá tiempo suficiente para conectarse enteramente con la naturaleza.

La noche es otra invitación. El cielo estrellado, el cantar de los pájaros, el susurro del viento y la misma tranquilidad del pueblo le permitirán salir a caminar sin ninguna preocupación.

Anímese. Escape de lo tradicional y visite esta parte del país que lo hará volver, por unos días, al pasado tradicional, apacible y lleno de arte. Huancas lo espera.

Tome nota

1. Si va a Huancas, no deje de probar el *purtumote*, plato típico elaborado con frejoles, mote y aderezo a base de culantro. Acompáñelo con un refresco de aguaymanto.
2. Desde Chachapoyas puede darse un salto a la fortaleza de Kuélap, mediante el único teleférico del país. Son 15 minutos de viaje por unos 15 soles.
3. Otra opción es la catarata Gocta, una de las más altas del mundo. Hay empresas turísticas que le facilitarán la visita de poco más de medio día, por 50 soles.
4. El patrón de Huancas es el Señor de los Milagros, cuya fiesta central se celebra cada 18 de octubre.





Al encuentro de Sepahua*

El encuentro con diversas etnias de la selva, numerosos atractivos naturales, arte, color y lo mejor de su gastronomía es lo que ofrece al visitante el distrito de Sepahua, ubicado en el departamento de Ucayali.

Para Ruth Castillo, promotora de turismo Sepahua, es muy común despertar con el parloteo de los loros. Junto a grupos de turistas, a los que suele acompañar en esta aventura, se atrinchera en un lugar que le permite contemplar la primera comida de estos pájaros, tomarles fotos y sentir la satisfacción de entrar en contacto con esta bella muestra de la naturaleza.

Esto puede ser posible en la colpa de loros de Mishaua, ubicada a dos horas en bote de Sepahua, uno de los cuatro distritos de la provincia de Atalaya, departamento de Ucayali, en la selva del país.

Por el módico pago de 35 soles, el visitante no solo puede gozar de este espectáculo, sino también de un paquete completo de aventura que se inicia en el puerto del distrito. Un viaje en bote, la llegada y a instalar las carpas. Se hace una fogata, la buena conversa y la noche recién empieza. Un par de horas después, todos se aventurarán a conocer la cueva donde se alimentan animales salvajes. ¿Peligro? No, si está acompañado por don Nazario, guía de la zona, quien le advertirá sobre los cuidados que debe tener para que todo salga bien.

Después vendrá el sueño reparador. Pero a eso de las 5 de la mañana despertarán y se acercarán con mucho cuidado a la colpa para contemplar el piquetear de cientos de loros que no paran de comer la arcilla que les provee. Es una imagen sin igual, llena de color, movimiento y parloteo de estos plumíferos personajes. Una experiencia inolvidable.

Las siete etnias

Para llegar a Sepahua, la aventura debe empezar en Pucallpa, dice Brenny Bravo, jefe encargado de la imagen institucional de

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 326, 30 de enero de 2020

la Municipalidad. Para hacer la ruta fluvial, debe tomar un bote que lo llevará hacia Atalaya en un viaje que le demandará, en promedio, doce horas de camino. Aquí deberá esperar a la mañana siguiente para tomar otro bote que lo traslade a Sepahua en seis horas, aproximadamente. Como debe dormir en Atalaya, puede hacerlo en hospedajes de la zona. Los encuentra desde la módica suma de 15 soles.

Al llegar a Sepahua, el visitante tendrá un único encuentro con siete etnias de esta parte del país que pueblan los 28 barrios del distrito. Al caminar por sus calles, se cruzará con yaminahuas, asháninkas, yines, amahuacas, quechuas o andinos, y, en menor medida, con nahuas y mashiguengas.

Y si quiere conocer las particularidades de cada etnia, se puede acercar a sus barrios. Por ejemplo, en el barrio Centro América moran los yaminahuas. Está a solo tres cuadras de la plaza y junto a ellos podrá ver sus trajes típicos, sus danzas y hasta aprender algunas palabras de su idioma.

Más allá, en el barrio San Francisco, podrá visitar a don Rodolfo, de la etnia de los amahuacas. Él lo recibirá y le enseñará parte del arte de su cultura: coronas, vasijas, telas pintadas

y también algo de su idioma. Claro está, en su visita a los barrios, deberá retribuirles con un pago voluntario por el servicio que ofrecen y que enriquece su experiencia turística.

Ante la inclemencia del calor, podrá disfrutar de la sombra que le proveen los árboles de almendra de la plaza de Armas, caminar por sus jardines cercados por cucardas o sentarse en sus bancas de madera. ¿Quiere tomarse fotos y subirlas a sus redes sociales, pero no tiene internet? No se preocupe, en la plaza de Armas hay wifi gratuito, brindado por el mismo municipio.

En su visita a Sepahua debe ir de todas maneras a la catarata Doncella Katagiru. Es una caída de agua ubicada a dos horas de camino desde la ciudad. Para llegar, debe tomar un motocar que, después de 20 minutos, lo dejará en el barrio Gavilán. De allí hay que caminar dos horas por un trecho en el que encontrará un sin número de plantas y flores, y, si tiene suerte, tal vez hasta pequeños animales silvestres.

La catarata es una ducha natural de la región que rompe en un gran pozo donde los más avezados se lanzan para darse un refrescante baño. Los fines de semana es cuando más se visita y son los jóvenes los que más lo hacen.

Otra buena opción es la quebrada Puletal. Está a una hora de caminata, previo cruce del río Urubamba por un pago de dos soles. Es ideal para bañarse, pasear en bote y pescar.

Sabor y color

En Sepahua, la gastronomía sabe a selva. Pruebe la patarashca o pescado con yuca envuelto en hoja de plátano y llevado al horno hasta que el ahumado esté en su punto; el inchicapi o sopa con carne de monte; el juane con su buena presa de gallina; su tacacho con cecina o su chicharrón de pescado doncella. Para tomar, puede optar por un refresco de cocona, agua de coco o, si desea algo más fuerte, un masato, que es un trago a base de yuca o arroz.

Si desea llevar un recuerdo de su visita, la kushma es una vestimenta para hombres y mujeres elaborada por los pobladores. Va desde el cuello hasta los tobillos y es pintada con tintes naturales o tejida con algodón que los mismos pobladores siembran. Su precio va desde los 100 soles,

dependiendo de la talla y la complejidad del dibujo.

También puede optar por mostacillas. Son las pulseras, collares o llaveros hechos con semillas de la zona, como wayruros, mullitos o rosarios. Sus precios varían, pero cinco soles es el promedio. Baratito, nomás.

El alcalde de Sepahua, Humberto Santillán, asegura que la promoción turística de su distrito es una de las prioridades de su gestión. Por eso, mantiene un convenio con el Ministerio de Transportes y Comunicaciones para mejorar el aeropuerto, así como dinamizar un corredor turístico que llegue hasta Atalaya. Con ese propósito, trabaja arduamente para incentivar la visita a la catarata, la colpa y todo su potencial natural.

Otro de los atractivos para el visitante es acceder a nuevas experiencias, algunas más extremas. Por eso, aseguran que el turista no puede irse de Sepahua sin visitar a don William Pezo, un reconocido poblador que puede ayudarlo a hallar la cura física o espiritual haciendo uso del ayahuasca.



Tome nota

1. Desde Pucallpa, el viaje en bote hasta Atalaya puede costar 150 soles; de Atalaya a Sepahua, 50 soles.
2. El aniversario de Sepahua es el 1.º de junio.



Fotografía y destinos turísticos*

Dotado de modernos equipos fotográficos, Michell León recorre lugares inhóspitos para capturar el instante preciso de la fascinante vida animal. Recorra con él estos parajes y conozca los secretos de su oficio: le servirán cuando viaje.

¿Quién no ha tomado una fotografía en su vida? Sencillo, ¿cierto? Bastará una cámara, una situación, buen ojo y un dedo para presionar el disparador. Pero si aquello que desea fotografiar sólo se aparece un par de segundos al día, es velozmente movedizo o se encuentra en lugares tan fríos que hasta sus huesos se congelan, ¿seguirá siendo fácil el asunto?

Michell León sabe de eso. Fotógrafo naturalista que desde hace más de diez años convirtió este oficio en una pasión, ha ido sumando conocimiento y perfeccionando sus habilidades y reflejos. Como aquella vez que, navegando en peque peque por la Reserva Nacional Pacaya Samiria, observó un inusual «encuentro bélico» por la posesión de la rama de un árbol. El duelo era entre una garza cuca y un pato aguja americano. En plena pelea y antes de que volaran, cogió su cámara, la calibró en instantes y disparó. A esa foto la denominó «Kung Fu Pacaya».

En peque peque

Recuerda aquella otra oportunidad en que le tomó dos días capturar la imagen de un colibrí cola de espátula, preciosa especie de unos 15 centímetros de tamaño y de cresta violeta. Fue en Leimebamba, distrito de Chachapoyas, a donde llegó para encontrar esta ave endémica no solo del Perú, sino de esta parte del Amazonas. Puede ser fácil verla, pero difícil fotografiarla, por lo que le tomó un día conocer su rutina al detalle y otro día tomar la foto.

Hacer fotografía naturalista, dice Michell, no solo requiere de conocimiento del manejo del equipo. Supone también tomar conocimiento del ecosistema que se visitará, la población animal que la habita, sus hábitos y sus rutinas.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 245, 7 de marzo de 2018.

«Tan fino debe ser el conocimiento que hay que llegar a conocer hasta dónde comen y cómo cantan los pájaros, por ejemplo. A veces conseguimos buenas fotografías porque simulamos esos sonidos y llamamos su atención. Lo siguiente es tomar la foto».

Camuflaje

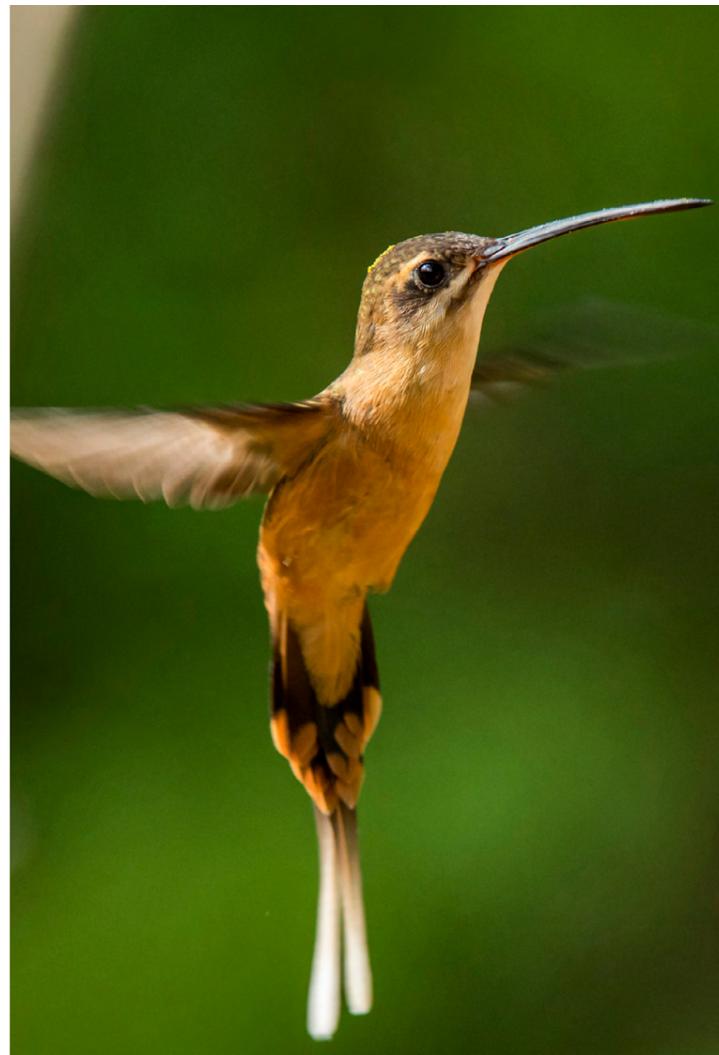
Requiere también de un buen estado físico y mental, el arte de mimetizarse con la naturaleza o camuflarse. Pero sobre todo la desconexión, desenchufarse de todo, porque deberá alejarse de las personas y de las modernas tecnologías por varios días y sumergirse en lugares inhóspitos.

Como cuando Michel tuvo que llegar al corazón del Santuario Nacional Cordillera de Colán, en el departamento de Amazonas. Fueron tres días de caminata ascendente, con una lluvia interminable y con condiciones mínimas para hacer fotografía.

O cuando se encontró con el pato de los torrentes, en pleno río Utcubamba, en Chachapoyas; un ave que, ante el peligro, suele lanzarse al río. Michell lo sabía, por eso le sorprendió cuando el ave que tenía al frente no lo hiciera y más bien echara vuelo. Al vuelo él también cogió su cámara y disparó. «Hay miles de fotos del pato de los torrentes en el río o sobre las piedras, pero difícil encontrar uno en pleno vuelo», precisa.

De las fotografías, le encanta hablar de aquella que le tomó a un joven caimán blanco que descansaba en los ríos de Pacaya Samiria o de aquel inalcanzable cuy silvestre del valle de Huaylla Belén, en Amazonas; orgulloso también por cómo retrató al ermitaño de Koepcke en el cerro Escalera de Tarapoto, al zorro silvestre en el Bosque Seco de Amotape, en Tumbes, o al mono aullador en el bosque de Alto Purús de Ucayali.

Pero lo que lo hace sentirse más orgulloso, dice, es que sus fotografías hayan sido parte de evaluaciones biológicas para determinar áreas de conservación, utilizadas como evidencia para proteger la vida de las especies de un territorio determinado. «Nadie pondrá el pecho por algo que no conoce. Que la gente lo vea, es mi trabajo».



Tome nota

1. El equipo mínimo de un fotógrafo naturalista es una cámara fotográfica de la más alta resolución.
2. En el Perú, la selva de Tambopata, las reservas naturales protegidas y las zonas marino costeras del extenso litoral son ideales para hacer fotos de naturaleza y de fauna.
3. Si está en una zona de estas, hay que tener en cuenta que no se debe afectar el hábitat de los animales y, más bien, ser muy respetuoso con la naturaleza.
4. Es importante que los colores de las prendas que llevemos puestas tengan las tonalidades del entorno.



Los encantos de Angasmarca*

A seis horas de Trujillo, el distrito de Angasmarca ofrece no solo sus atractivos turísticos y culinarios al visitante, sino también el espacio ideal para descansar del estrés urbano y sintonizar con ese mundo rural, apacible, que nos conecta con el paisaje y las vivencias del lugar.

Ronal Llaure tenía diez años cuando, junto a sus amigos Francisco, Leoncio, Hugo, Valerio y César, subía a la cima del cerro Pirámide de las Siete Caras, el atractivo natural más llamativo de Angasmarca, uno de los ocho distritos de Santiago de Chuco, en el departamento de la Libertad.

Han pasado más de veinte años, y el cerro Pirámide sigue llamando la atención de los juguetones niños del pueblo. También es punto de ascenso obligado de los que visitan este distrito ubicado a tres mil metros de altura y a seis horas de la ciudad de Trujillo.

La subida puede hacerse con la ayuda de una movilidad que lo dejará a mitad de camino y de allí seguir el recorrido más sencillo a pie; o caminar desde el inicio por la ruta más empinada, pasando por cada una de las cinco «mesas» o zonas de descanso hasta llegar a la cima.

Desde la primera «mesa» ya se pueden ver las imágenes de postal del distrito, la trayectoria del río y el natural encuentro con el azul del cielo y el campo lleno de verde. Pero si alcanza la cima y el cielo está despejado, puede sentarse a contemplar el blanco del Huascarán, visto a lo lejos y en todo su esplendor.

Otros encantos

Dice Ronal que cuando llegaba el verano, los chicos del barrio se ponían el *short* y se iban derecho al río. Un salto y a refrescarse. Ahora sigue siendo así. Niños que buscan diversión y familias enteras que se reúnen para pasar un bonito día en medio de las aguas y la corriente ideal del Angasmarca, río que le proporciona vida al pueblo y a su gente.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 319, 14 de noviembre de 2019.

Fotos: Hugo Grández

Otro de los atractivos del distrito es su iglesia matriz. Se trata de una obra arquitectónica que data del siglo XVIII. En esta se pueden ver pequeñas capillas, figuras de santos y hasta un museo en el que llaman la atención los delicados trabajos del arte colonial. Tanto la casa hacienda como la iglesia han sido declaradas como Patrimonio Cultural de la Nación.

Angamarca puede darse el lujo de decir que tiene entre sus dominios a la Casa Hacienda que, en sus mejores tiempos, se le consideró la más importante, próspera y productiva del departamento de La Libertad. Es la misma donde —cuentan los cronistas— se alojaron Andrés Avelino Cáceres, Antonio Raimondi y el mismísimo libertador Simón Bolívar.

Muy cerca de la plaza también se puede visitar el portal de Belén. Aunque se trata de un pequeño centro religioso, es bastante frecuentado por lugareños y visitantes, sobre todo en la época de Navidad.

El Ingenio es otro de los lugares que debe visitar. Se encuentra a 15 minutos de camino y evidencia aquella zona donde se fundía el mineral. En su época de oro contaba con molinos de piedra accionados hidráulicamente. Hoy aún mantiene erguida su gran torre, así como algunas de sus paredes de adobe.

Tradiciones

Si el visitante quiere llegar en tiempos de fiesta, debe hacerlo en días cercanos al 30 de agosto, festividad de su patrona, Santa Rosa de Lima. Aunque en ese caso, es posible que el pueblo pierda la tranquilidad que se le atribuye como atractivo.

El distrito se prepara para esta festividad durante el año. Desde el mayordomo o encargado de que todas las actividades funcionen como un reloj, hasta los vecinos que participan en las misas, procesiones y en el paseo de vacas por el pueblo.

Mención aparte son los pasacalles con sus bailes típicos, como los que protagonizan las pallas con sus varas de caña en las manos o los loros, que son sujetos vestidos completamente de verde que suelen quitar las pertenencias de otros para no devolverlas. Es un juego del que nadie se queja.

Otra celebración es la del 1.º de mayo. La tradición dice que la noche anterior el pueblo se organiza para subir en procesión al cerro Pirámide y realizar el «floreamiento», que consiste en pernoctar junto a la cruz allí levantada y amanecer junto a esta, mientras se reza y se canta.

El mismo día, la cruz es llevada al pueblo para ser adornada con flores. Las encargadas organizan los ramos y las hojas, una por una. Se considera cada detalle, pues se trata de adornar casi al mismo Cristo. Cuando la cruz ya está preparada, vuelve a la cima, igualmente, en procesión.

Lunes de shámbar

Cuando Ronal, sus amigos de la infancia o los turistas llegan a Angamarca suelen pedir el plato más tradicional de los lunes: el shámbar de minga. Es el potaje representativo de todo el departamento, pero, claro, aquí tiene un gusto especial porque una parte de sus ingredientes se producen en la misma zona.

Otro plato representativo del lugar y que no puede perderse es la patasca. Ronal asegura que su sabor es de otro mundo, más aún si se toma muy de mañana. Es un plato reponedor y de un sabor espectacular.

En el pueblo también se puede encontrar chicharrón crocante con mote, sopa de chochoca, cuyo frito o un preparado de chocho con limón, cebolla y ají limo. Para tomar, puede optar por una chicha de jora.

Lugar de paz

Doña Naty despierta con el canto del gallo, como casi todos lo hacen en el pueblo. Angamarca es un lugar tranquilo, alejado de la bulla y las angustias que padecen las ciudades. Aquí la gente se saluda y camina por las calles con tranquilidad o se sienta en el parque a tomar el sol. Sin dudar, se trata de un destino ideal para los que buscan una mirada relajada del valle, del cielo, del río.

El distrito es lindo todo el año, pero suele ser más visitado entre mayo y setiembre. Ronald dice que en esos meses todo está verde y el cielo azul con sus nubes blancas se muestra en todo su esplendor. Así que no se hable más y prepare sus maletas; Angamarca, sus atractivos, sus platos y su buena gente lo esperan.

Tome nota

1. Desde Trujillo, son tres las empresas de transporte con ruta hasta Angamarca: Señor de los Milagros y Jimar, con salidas a las 9 de la mañana y 6 de la tarde. La empresa Carmencita sale cada dos horas desde las 5 de la mañana.
2. Angamarca es un lugar ideal para practicar *trekking* y ciclismo de aventura.
3. De Trujillo hasta Santiago de Chuco la carretera es asfaltada. De allí hasta Angamarca (2 horas) la vía está solo afirmada.
4. Desde Angamarca, puede darse un salto a Cachicadán (40 minutos) para disfrutar de sus aguas termales. Un hotel del lugar le cobrará 30 soles por el hospedaje.
5. Otra opción es ir a Santiago de Chuco para visitar la casa del poeta César Vallejo, ahora convertida en un atractivo museo.





Bosques de Huanipaca*

Si eres de aquellos viajeros que busca salir de lo tradicional y reencontrarse con la naturaleza originaria y poco explorada de nuestro país, tal vez te animes a dar un salto por los bosques nativos de Huanipaca, en Apurímac.

Con motivo del Global Big Day, el más grande certamen mundial de avistamiento de aves, Yésica, Viviana, Jaime y David cogieron sus mochilas y se sumaron a los cientos de aficionados que salieron a fotografiar aves. Para ello, escogieron una zona natural que aún se mantiene en estado nativo: los bosques de Tacmara de Huanipaca, provincia de Abancay, en el norte del departamento de Apurímac.

Portando binoculares, cámaras fotográficas y la *Guía de Aves del Perú*, documento obligado para realizar esta actividad a campo abierto, partieron desde Abancay antes del amanecer. Su movilidad se enrumbó por la carretera a Karkatera y pasaron muy temprano por sus tres túneles, aquellos que se ubican debajo del mismísimo nevado de Ampay, apu de la provincia de Abancay.

El viaje tardó poco menos de dos horas y, en todo ese tiempo, el grupo estuvo acompañado del majestuoso amanecer andino. Cielo azul intenso, el río Pachachaca al lado y unas nubes coquetas que parecían dejar la modorra de a pocos y ascender lentamente a las alturas. Y de a pocos también, el frío dio paso al fresco y al sol. Así, abrigados por el clima, arribaron al bosque.

Naturaleza plena

Aún no habían llegado al punto donde iniciarían el avistamiento de aves, cuando estas ya les daban la bienvenida. Allí estaban, volando, zigzagueando por los aires de la carretera; quizá jugando, quizá buscando alimento, pero allí estaban, mostrándose libres ante los visitantes. Como lo sabrían después, llegaron a una hora propicia para el avistamiento, por ello la cantidad y variedad de especies que alcanzaron a ver a su llegada.

El auto se detuvo y el bosque se mostraba pleno ante ellos. Verde por todos lados, inmenso, imponente, acogiendo el cantar de las

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 298, 16 de mayo de 2019.

aves que lo habitan. Un bosque en estado nativo, tanto así que el visitante debe recorrerlo con todos los sentidos en alerta porque no existen senderos. Y es que el hombre aún no alcanza a explorar gran parte de las mil hectáreas de este pequeño pulmón de la sierra sur del país.

Tan nativo es el bosque que encontraron docenas de ejemplares de la unka, un árbol antiguo como los orígenes del bosque y que en otras zonas prácticamente ha desaparecido debido a la explotación desmedida que sufre. Y es que se trata de una de las pocas especies de madera dura que es de fácil combustión, por lo que ha sido bastante utilizada para preparar leña.

Con suerte, el turista o expedicionario tiene la oportunidad de encontrarse cara a cara con el oso andino o de anteojos, pues este es su hábitat natural. Su alimentación tiene como base diversos vegetales de modo que no hay nada que temer.

Debe saber que los meses cercanos a mayo son propicios para visitar este destino. Huanipaca se encuentra sobre los 3150 metros de altura y en este tiempo casi no llueve; el clima es ideal para recorrerlo, incluso con la posibilidad de acampar en la zona sin ningún inconveniente. ¿Provisiones? El pueblo está cerca, por lo que podrá saborear un choclo

con queso o papita con huevo allí mismo, o tal vez comprar otras delicias para llevarlas a su campamento.

Multicolor andino

En el viaje a este paraíso verde, Yésica, Viviana, Jaime y David lograron avistar más de cuarenta especies. Eso, claro, cotejando la información con su guía de aves.

De ellas, les llamó la atención la tangara ventriescarlata de pecho rojo que abunda en la zona. Tampoco dejaron de asombrarse con el singular colibrí picoespina, llamado así porque su pico es más largo que su cuerpo.

Junto con ellos, lograron fotografiar al birro ahumado (*Myiotheretes fumigatus*), un pajarillo marronzuelo de pico oscuro; el pinchaflor enmascarado (*Diglossa cyanea*), hermosa especie azul con pequeñas manchas negras en la cabeza que asemejan a una máscara; y la candelita de anteojos (*Myioborus melanocephalus*), avecilla de pecho amarillo y lomo oscuro que alcanza a bordear sus ojos, y otras movedizas aves.

Si se quedaban hasta la noche, seguramente habrían sentido el ulular de los búhos y lo fuerte de su mirada, pero ya no había mucho tiempo.

Para Yésica, esta visita a los bosques de Huanipaca la condujo al origen mismo de la historia de Apurímac, territorio donde aún se conserva una zona en estado original y cuya experiencia no solo quedará impregnada en su mente, sino también en su corazón.

Asegura que el avistamiento de aves es un ejercicio bueno para la salud, porque no solo exige afinar el oído, la vista y el tacto, sino también tener concentración y paciencia, cosa que no son fáciles de alcanzar.

Ahora que ya conoce este mágico lugar, anímese a escapar y contemplar una de las pocas zonas del Perú que no han sido totalmente exploradas. De paso, súmese a la práctica del avistamiento de aves, un nicho del turismo con millones de seguidores en el mundo, que encuentra en el Perú una exquisita vitrina natural debido a la biodiversidad de su geografía y climas. ¿Se animó? Es una experiencia nueva, sin duda, pero llena de satisfacciones.

Tome nota

1. Para llegar al bosque de Huanipaca, tome el servicio de combis en el centro de Abancay. No olvide llevar los accesorios de rigor y ropa para calor, frío y lluvia.
2. Las mejores horas para el avistamiento de aves empiezan al amanecer, muy temprano, hasta las 10 de la mañana, y después de las tres de la tarde, tiempo que estas emplean para alimentarse.





Arte y encanto de Cochas*

Si estás en Huancayo, no puedes dejar de visitar Cochas, un distrito pintoresco, apacible y nutrido de reconocidos artistas del peruanísimo mate burilado, expresión local que forma parte del Patrimonio Cultural de la Nación.

A 30 minutos de Huancayo, recorriendo la misma ruta que conduce al apu Huaytapallana, se encuentra Cochas (3200 m s. n. m.), uno de los quince distritos que conforman la provincia de Concepción, en el departamento de Junín.

Cochas llama la atención no solo por lo majestuoso de su paisaje y sus platos típicos, sino también por sus talleres artesanales y artesanos ilustres que se encuentran en calles y parques de la comunidad.

Es una tierra de artistas. Se trata de hombres y mujeres, cuyo don es «escribir» historias usando un buril o punzón como lapicero y un mate como lienzo. El resultado es conocido internacionalmente como mate burilado, un arte que fue declarado Patrimonio Cultural de la Nación en 2012.

En un taller de Cochas podrá encontrar ejemplares pequeños de mates burilados que pueden ser usados como cofres; más allá lo sorprenderán unas paneras y cestas, y si camina un poco más, podrá adquirir modelos que llamarán la atención de quienes lo visiten en su hogar u oficina.

Burilar la historia

La elaboración de los mates burilados es ancestral. Esto se demostró con el descubrimiento de dos pequeñas calabazas grabadas de 3500 años de antigüedad. Esta técnica es heredada de generación en generación por los artesanos peruanos. En Cochas, los exponentes del arte del mate burilado tienen nombre propio: Eulogio Medina, Leoncio Velis, Alejandro Osore, Ponciano Canto o Apolonia

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 271, 13 de septiembre de 2018.

Dorregaray, una de las forjadoras de este arte, quien incluso recibió elogios del propio José María Arguedas.

Sin embargo, Cristian Alfaro, tal vez uno de los más jóvenes vecinos de Cochas, se ha convertido en embajador del mate burilado. No solo por haber logrado premios y reconocimientos dentro y fuera del país, sino porque también ha internacionalizado su producción, cuyos precios pueden superar los cuatro dígitos en soles.

Su taller, que también es su casa, se ubica en las afueras de Cochas. Allí el visitante puede llegar y ver la calidad y fineza de su arte; pero también puede convertirse, por un momento, en un

artista del mate porque podrá vivir la experiencia de manipular el buril y tallar una historia personalizada.

En torno al mate burilado, Cristian ha construido un negocio familiar conocido como el Taller Alfaro Núñez. Egresado de las aulas del Instituto Continental, recientemente participó en la muestra de arte internacional en Santiago de Chile y ahora prepara una producción para presentarla en Ecuador.

Cristian nació y creció en el campo, en medio de muchas limitaciones, pero siempre destacó por sus ganas de superarse. Después de terminar el colegio, se sumó al oficio de artesano heredado por sus cinco hermanos y,

junto a ellos, se convirtió en un experto en el diseño de historias que burilaba sobre los mates.

Actualmente, sus trabajos se exponen en ruedas de negocios y ferias internacionales, y se pueden encontrar en América Latina, Estados Unidos, Canadá, Francia, Suiza, Italia, Alemania, Japón, Singapur y más. Literalmente, un arte de Cochas para el mundo.

Tome nota

1. Para ir a Cochas, tome una combi en el centro de Huancaayo. Cuesta un sol y el viaje tarda 30 minutos. ¿Taxi? Le costará unos 15 soles.
2. Además de trucha y chicharrón, deguste el puchero, otongo de oca (una especie de minpao andino) o una mazamorra de calabaza.
3. Mire las artesanías de Cristian Alfaro en Facebook: Arte Alfaro Núñez.





Huayllay y sus formas*

En sus más de 6000 hectáreas, el bosque de piedras de Huayllay (Pasco) nos muestra cientos de formas pétreas de animales, plantas y objetos diversos. Un gran número de figuras que parecen haber sido extraídas de la imaginación.

Un reencuentro con los muchachos de la promoción o la llegada de amigas estudiantes del extranjero son motivos suficientes para coger la mochila, subir al auto y darse una vuelta por los paisajes que la sierra del Perú ofrece a los visitantes.

Así sucedió con Mariana, Gloria, Leo y Roberto, quienes salieron muy temprano desde la incontrastable ciudad de Huancayo y se enrumbaron hacia una de las principales maravillas naturales de nuestro país: el bosque de piedras de Huayllay, en el departamento de Pasco.

Cinco horas después, ya estaban en la entrada de este imponente espacio de más de 6000 hectáreas de formas rocosas capaces de estimular la imaginación del más apático de los mortales.

Todo es pista, dice Leo; un viaje tranquilo, acompañado en todo momento de un paisaje de sierra espectacular y el correr o pastar de animales propios de la zona.

Maravilla natural

El bosque de piedras de Huayllay está ubicado a 4310 metros de altura, en el distrito del mismo nombre. Son 40 los kilómetros que lo distancian de Cerro de Pasco y es considerado un santuario nacional.

En realidad, son diversas las explicaciones de cómo se formó este inmenso complejo pétreo. Una de ellas dice que hace millones de años, Huayllay era parte del fondo marino y que una explosión volcánica originó que las rocas, al caer en el mar de lava, se enfriaran y quedaran empotradas como las vemos hoy.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 321, 28 de noviembre de 2019.

Lo que jamás se ha alcanzado a comprender es cómo se fueron modelando las formas que se observa o qué fuerza poderosa contienen, pues muchas personas dicen sentir la energía que transmiten.

Leo dice que a lo largo de toda la caminata por el bosque se encuentra ichu. Precisamente Huayllay es un vocablo quechua que se refiere al ichu, aquel pasto duro y reseco que crece solamente en las alturas y que es una de las pocas especies de vida vegetal capaz de crecer en medio del frío y la altura de la cordillera.

Lo llamativo de este «bosque» es que no hay árboles ni arbustos, y jamás se alcanza a escuchar el sonido de las hojas; aquí solo se puede percibir el sonido del viento, que sopla entre las rocas de gigantesco tamaño.

Ingresar al santuario es supersencillo, pues todas las movi­lidades llegan a la zona de ingreso más turística o tradicional. Lo cierto es que existen once rutas que la actividad turística local ha señalado. Hay las que toman tres o cuatro horas de recorrido, hasta aquellas que pueden demandar todo un día de visita.

Algunos dicen que la ruta 2 es bastante buena, así sea un día de lluvia; que se respira una energía misteriosa, digna de una película de fantasía; y que es un lugar que hay que visitar, aunque sea una vez en la vida.

Purita imaginación

Aunque las miles de rocas apostadas allí le provocarán nombrarlas según su punto de vista, los lugareños han bautizado a unas 500 de ellas, a las que son fáciles de llegar y reconocer si un guía lo acompaña.

Basta ubicarse en la posición correcta y echar a andar la imaginación para encontrarse con un grupo de gigantes en formas de frailes o monjes humanos. Más allá, se mostrarán ante usted una tortuga, una alpaca pasteando, el cóndor y un imponente elefante prehistórico.

Siguiendo el camino, seguramente tendrá al frente al caminante, al pensador, la alpaca, la ce­bra, los pingüinos, el perro o el caracol. La forma pétrea conocida como el puente le provocará detenerse para hacerse una completa sesión de fotos.

Y no solo eso. En su recorrido también podrá contemplar la riqueza natural de la zona. Venados, vicuñas, gatos monteses, zorrillos, gavilanes y perdices pueden toparse con usted en medio de la ruta.

Caminar por el bosque le permitirá contemplar uno de los paisajes más hermosos y únicos que la naturaleza ha ido creando con el paso de los años, enriquecido por varias lagunas y fuentes de aguas termales.

Si le da hambre, en la misma carretera, cuando se va entrando a Huayllay, hay una especie de feria apostada a lo largo de la pista. Son caseras que ofrecen suculentas pachamanca que no pasan de los 20 soles y que obligan a chuparse todos los dedos.

Dice Leo que se trata de un paisaje cercano a lo mitológico, que le hace percibir al visitante algo mágico, nada común; que las formas de las rocas son espectaculares y dignas de contemplar; y los colores y las texturas son parte de la vista que, seguramente, le romperán el ojo.

¿Ya lo tiene claro? Entonces no hay más que decir. Llame a sus amigos o planifique la salida con quienes llegan del extranjero y visite el bosque de Huayllay. Las cientos de curiosas formas moldeadas en la piedra lo dejarán atónito.

Tome nota

1. Desde Lima se puede ir por la carretera Central. También se pueden tomar las rutas de ingreso por Huaral o por Canta.
2. Si decide quedarse a dormir en la zona, tiene cerca los *bungalows* de Canchacucho. Son muy económicos y, de paso, apoyará a la comunidad.
3. La zona es un escenario perfecto para practicar deportes de aventura. El *trekking*, el ciclismo de montaña y la escalada de rocas son los que más se ajustan a la geografía.
4. Recorrer el bosque supone un esfuerzo físico mayor, por lo que es bueno aclimatarse y llevar algo para el mal de altura. Una buena respiración lo ayudará en este proceso.
5. Siempre será necesario una casaca a prueba de lluvia y frío. También gorro y bloqueador de alta protección solar. Nunca estará demás tener guantes y chalina a la mano, así como un calzado apropiado para la caminata y la humedad.





Inmortal Pastoruri*

Aun cuando sufre las consecuencias del cambio climático, Pastoruri sigue mostrándose espectacular. Ubicado a más de 5000 metros de altura, este nevado del departamento de Huaraz recibe a diario la visita de cientos de turistas de todo el mundo.

Tal vez usted se muestre cansado, le falte el aire o sienta que su cabeza está a punto de explotar, pero llegar a los 5240 m s. n. m. del nevado de Pastoruri es una experiencia simplemente espectacular.

Dicen que llegar allí es para valientes. Algunos, incluso, solo pueden lograrlo ayudados por caballos; otros hasta tienen en mente detenerse y retornar a mitad de camino; pero el blanco del glaciar allá arriba, el cielo azul y la laguna que chispea con el brillo del sol es el mejor pago a tanto esfuerzo.

Cierto es que el nevado no es el mismo de hace 20 o 30 años. Si bien el inmenso Pastoruri es víctima del deshielo que el calentamiento global impone, este apu del departamento de Huaraz sigue vigente.

Si toma uno de los servicios turísticos, estos suelen empezar sus recorridos a las 9 de la mañana. El ascenso será con algunas paradas, muy útiles para la aclimatación. La primera será en una pequeña fuente de aguas gasificadas. Le llamará la atención su imparable burbujear producto de los minerales que contiene.

Minutos después llegará a la Lagunilla de Colores. Tal vez su extensión no sea tanta, pero el turquesa de sus aguas le romperá el ojo. Para disfrutar de esta postal, hágalo desde su mirador.

Camino al cielo

Luego de las lagunas, se encontrará con una especie de hisopo vegetal. Es la puya de Raimondi, que fue encontrada por el naturalista italiano Antonio Raimondi en la zona de Chavín de Huántar durante sus viajes por el Perú.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 282, 13 de diciembre de 2018.

Fotos: Hugo Grández

Treinta minutos después empezará el reto. El ómnibus lo dejará en una zona desde donde iniciará una caminata de treinta minutos, aunque allí podrá contratar servicio de caballos por siete soles. Lo dejarán más o menos a mitad del trayecto, así que deberá continuar unos 15 minutos más a paso lento para llegar al cielo.

El guía o los primeros minutos de caminata le demostrarán que el truco

para el ascenso es ir lento, dosificar el aire y proponerse llegar a la meta. Lo demás ya es puro disfrute.

Allá arriba, a 5240 metros más cerca del cielo, se deslumbrará con el fulgurante blanco del nevado, sus caprichosas formas, su pequeña cueva, el mirador y la inmensa laguna. La vista es espectacular.

Tome nota

1. El paseo a Pastoruri cuesta en promedio 50 soles por persona. Se puede encontrar hasta por 30. Salen a las 9 de la mañana y el retorno es a las 7 de la noche.
2. En la plaza de Armas de Huaraz encontrará una surtida feria artesanal todo el año con precios módicos.
3. Otras rutas en Huaraz son la laguna de Llanganuco, Chavín de Huántar, laguna 69, baños termales de Monterrey, laguna de Wilcacocha y más.
4. Para su ascenso a Pastoruri, no olvide llevar gorro, guantes, chalina, zapatos para la caminata. Las pastillas para el soroche son vitales. Se sugiere un día de aclimatación.
5. La cena de la noche anterior al ascenso y el desayuno de esa mañana deberán ser ligeros.





La joya de Huancaya*

Siete horas bastan para dejar atrás el fierro y el cemento de la ciudad, y encontrarse con una verdadera joya de la naturaleza. Anímese a respirar y celebrar la vida en los parajes mágicos de Huancaya.

Melisa, Johana, Jhony y Paulo no se cansan de conocer el Perú. Cada cierto tiempo planean una nueva aventura viajera y esta vez decidieron llegar a un lugar que, según supieron, es una auténtica joya de la naturaleza.

Recorrieron la Panamericana Sur hasta llegar a Cañete. Viraron a la izquierda y siguieron su marcha rumbo a la sierra de Lima. 320 kilómetros de buena pista y siete horas de camino valieron la pena. Habían arribado a uno de los atractivos turísticos más hermosos del país.

Se trata de Huancaya, pueblo pintoresco y capital turística de la provincia de Yauyos, en la región Lima. Se ubica a 3500 metros de altura y forma parte de la Reserva Paisajística Nor Yauyos, en las serranías de los departamentos de Lima y Junín.

Llegaron al pueblo muy temprano y se instalaron en uno de los varios hospedajes existentes. También hay la opción de instalar una carpa y acampar en zonas especialmente habilitadas para ello. Pero, ojo, debe abrigarse bien porque la noche es bastante fría.

Belleza líquida

Descansaron, tomaron un desayuno ligero y emprendieron la marcha. Diez minutos de recorrido en ómnibus bastaron para ser cautivados por la principal atracción del pueblo: las docenas de caídas y pequeñas cataratas que se forman en el recorrido del río Cañete. Se trata de una maravilla natural, un paisaje que pareciera haber salido de un lienzo o pintura, a los pies del gran cerro Huallahuacrán.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 278, 15 de noviembre de 2018.

Este cuadro natural lleva los colores azul, verde y turquesa de sus aguas, que en su cauce dan lugar a una serie de lagunas. La principal es Huallhua, ubicada a unos 15 minutos del pueblo. Allí no solo disfrutaron del verde del paisaje y el azul de su cielo, sino que también realizaron algunas actividades lúdicas.

Y es que el visitante puede realizar aquí pequeños recorridos en botes que no hacen ruido ni dañan la naturaleza. También puede practicar kayak manipulado a remo y no hay que ser necesariamente un experto. Otra opción es navegar sobre una especie de tabla, también con remo, pescar o, si se es más avezado, darse un chapuzón en sus aguas. Tenga en cuenta que el agua es bastante fría.

Ya por la noche se sumaron a una salida que incluía un paseo por las calles del pueblo, la plaza, visita a pinturas rupestres existentes en la zona y más, todo bajo el espectacular cielo estrellado. Aunque claro, bien abrigados, porque de noche todo se convierte en una especie de refrigeradora natural.

Escápate a Vilca

Otra opción para llegar a Huancaya es por la carretera Central. Debe pasar por La Oroya y seguir la ruta que lleva a Huancayo hasta Pachacayllo, donde termina el tramo pavimentado. Pasará por Vilca. Deténgase allí.

Se trata de otro poblado de Yauyos con atractivos turísticos pintorescos. Está a una hora de Huancaya. Desde su mirador podrá apreciar la belleza de su laguna Papacocha, donde nace el río Cañete, adornada por pequeñas cascadas que se forman a lo largo de su recorrido.

Huancaya es una fiesta donde la naturaleza se viste de gala. Anímese y participe de esta celebración junto a la madre tierra, a pocas horas de Lima.

Tome nota

1. En Huancaya y Vilca disfrute de su gastronomía. Siempre encontrará trucha o pachamanca.
2. Desde Lima, un paseo a Huancaya cuesta 400 soles. Salen viernes en la noche y llegan a Lima domingo al acabar el día. Incluye traslado, alimentación, hospedaje y visita a los lugares turísticos.
3. Lleve abrigo y un cortaviento. Que no le falte gorro, lentes, bloqueador y agua.





Travesía por el valle del Mantaro*

Apreciar la elaboración de ponchos de lana de alpaca y joyas de plata, darle de comer a finas vacas holstein, pasear por una laguna y, por supuesto, comer una rica trucha es posible en un recorrido por el valle del Mantaro.

Brayan Alfaro termina de subir al ómnibus, cierra la puerta y se asegura de que el grupo esté completo. Algunos son peruanos y otros vienen de países lejanos para conocer las maravillas del valle del Mantaro de la mano de este infatigable guía.

La movilidad empieza el recorrido y 30 minutos después de deleitarnos con el paisaje huanca, Brayan nos dice que hemos llegado al distrito de Hualhuas, una comunidad reconocida por la producción textil a base de lana de alpaca. Allí, los visitantes no solo pueden apreciar prendas de vestir de colores vivos, sino también adornos y diversos souvenirs que se venden a buen precio. En uno de ellos, incluso, podrá encontrarse con Víctor Hugo Ingaroca Túpac Yupanqui, quien dice ser descendiente de Inca Roca, el sexto soberano del imperio del Cusco.

No hay mucho tiempo, pues aún hay mucho por visitar. La movilidad arranca y 20 minutos después llega al distrito de San Jerónimo de Tunán, reconocida tierra de plateros. Lo más simpático de esta visita es que los visitantes son recibidos por un artesano vestido de Avelino, un personaje que forma parte del protagonismo huanca en la Guerra del Pacífico.

Con el mismo atuendo de guerrero, el Avelino coge los instrumentos propios de la platería, derrite el metal, le da forma y lo convierte en joya. Aquí hay sortijas, cadenas, e ingeniosos y elaborados adornos de colección cuyos precios se pueden negociar.

Helados y truchas

Ataviados con los mejores textiles y joyas de la zona, Brayan invita a ajustarse los cinturones para enrumbar hacia Jauja. En el ca-

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 283, 17 de enero de 2018.

mino, una parada se hace obligatoria. Es la planta lechera Bonanza, ubicada en la provincia de Concepción. Allí podrá probar y comprar los productos que esta planta produce.

Hay helados de diversos sabores y presentaciones, yogures naturales y frutados, leche, quesos y harto manjarblanco. Mientras compra, los niños pueden acercarse a las vacas, darles de comer y acariciarlas.

Al llegar a esta parte de la visita, donde el cansancio amenaza con doblegar hasta al más aventurero, la posibilidad de llegar a la laguna de Paca, inmensa,

de 21 kilómetros cuadrados, reanima nuestro espíritu. Aquí, por solo tres soles, podrá pasear 30 minutos en lancha, y disfrutar del paisaje y las aves que lo acompañarán en su travesía.

Sabores jaujinos

Jauja es el lugar ideal para disfrutar de la nutrida gastronomía típica, principalmente a base de trucha.

Brayan tiene muchos recursos para complacer el paladar del visitante, pero preferirá que sea el propio turista el que elija las truchas para su merienda en

una de las pequeñas piscigranjas del lugar. Aquí también se puede encontrar buenas presentaciones de pachamanca (de todos los sabores), chicharrones, cuy, chanco a la caja china.

No dude en acompañar su almuerzo con una chicha de jora dulce; es

espectacular. Y para bajarla, un anisado de cortesía siempre estará en la mesa.

El valle del Mantaro tiene todo. Súmele a eso su gente buena y su espectacular paisaje. Aquí solo falta usted, así que haga la maleta y disfrute lo que la cultura huanca le ofrece.





Fotos: Liliana Abanto

Las dos caras de Azpitia*

Si el cansancio de la capital le produce estrés y la solución pasa por escaparse un par de días, le proponemos visitar Azpitia. Aquí, todos se saludan, se duerme arrullado por el sonido del río y se come bien. Ya lo sabe, prepare su mochila y dese un salto.

A noventa minutos de Lima, aún es posible encontrar un lugar lleno de tranquilidad, donde los visitantes pueden caminar sin temor, sin policías ni serenos, y dejar abierta la puerta de casa sin que pase nada, salvo la brisa que refresca. Ese lugar se encuentra en la provincia de Cañete y se llama San Vicente de Azpitia, el balcón del cielo.

Llegar es muy sencillo. Si es en bus, la ruta se inicia en el jirón Leticia, en el Centro de Lima. Allí pueden abordar las unidades que van a Mala. La más recomendable—según los lugareños— es la empresa Huapaya. El pasaje cuesta cinco soles y el viaje dura una hora.

Hay que bajarse en el terminal del distrito de Mala. Allí mismo encontrarán las combis que realizan el servicio hasta Azpitia, pasando por el distrito de Santa Cruz de Flores. La tarifa es de tres soles y el recorrido no supera los 25 minutos.

Abran paso

Y si quiere hacer la ruta en moto, hay un camino corto. Puede viajar hasta el kilómetro 75 de la carretera Panamericana Sur y virar hacia el este por el puente que indica el retorno a Lima. Allí mismo se inicia la entrada a San Vicente. Todo el camino es trocha e incluye subidas y bajadas. Si es ducho sobre las dos ruedas, puede tomar esta ruta. Si no, sugerimos hacer la ruta hasta Mala.

Pasar un par de días en Azpitia será una experiencia que le dejará buenos recuerdos. Pero, para hacerlo, necesitará alojarse en un lugar cómodo. Los hay varios en el pueblo y sus costos van de los 40 hasta los 250 soles. Una buena opción es «La Bella Vista de Azpitia», un pequeño fundo con jardín y una gran vista del valle.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 224, 23 de agosto de 2017.

Ya instalados, el visitante tienen varias opciones para pasarla bien. Puede hacer *trekking* siguiendo la ruta del río Mala o subiendo los verdes cerros. O, si quiere mayor emoción, puede montar una bicicleta o una cuatrimoto y echarse a rodar. El alquiler de una bici cuesta ocho soles; el de una cuatrimoto, veinte soles.

Pero, tal vez, una de las prácticas más emocionantes en este pequeño caserío sea el *canopy*. Se trata de deslizarse por el aire a través de un cable que recorre 1400 metros del cielo de Azpitia, cruzando el río y parte de sus chacras. Esta actividad la promueve Deporte de Aventura Perú y el viaje cuesta 60 soles.

El hambre siempre gana. Si eres mochilero, te recomendamos abastecerte

de provisiones en el mercado de Santa Cruz de Flores. Está a mitad de camino entre Mala y Azpitia. La combi pasa por allí mismo. Si estás en moto, llegarás en diez minutos. Nutre la mochila con lo que te provoque.

En las noches todo es tranquilidad y acaso la única amenaza posible es que caiga una estrella. Azpitia es lo máximo y el río siempre arrulla

Comer y beber bien

En los restaurantes de Azpitia se lucen los platos a base de camarones que los pobladores capturan en el mismo río Mala y transforman en succulentos cocidos. Su plato típico y tradicional es

la sopa bruta, una variante de la sopa seca —tradicional de los pueblos del sur de Lima—, cuyo secreto es prepararla en olla de barro y cocina a leña.

Para bajar la comida, puede proveerse de un buen vino producido allí mismo. En las calles del pueblo puede comprar algunas variedades de los viñedos «Sarcay» o «El Máximo de Aurora». Así como la uva, en Azpitia encontrará mucha producción de frutas como manzana, durazno, pera, paca o lúcuma. Y si quiere ver esta fruta transformada en un rico dulce, anímese a probar una buena

cremolada en «La Casa de la Cremolada», ubicada en la calle principal.

Pero tal vez, uno de los momentos más inolvidables de la visita sea la noche. Desconectado de la modernidad (algunas señales telefónicas y de internet no llegan a la zona), tendrá la oportunidad de caminar por sus calles y ser saludado espontáneamente por los vecinos; sentarse a contemplar las estrellas que parecieran estar engrapadas en el cielo e irse a descansar arrullado por el susurro del río Mala. Es lo máximo.



Tome nota

1. Si va en moto, puede ir por la ruta León Dormido-Mala. El tramo está asfaltado y, si bien le toma unos 20 minutos más que ingresar por el km 75, es más seguro.
2. En este tramo no hay grifos ni talleres, así que cualquier carga o servicio deberá hacerlo previamente.
3. En Bella Vista, pregunte por Miguel y Patricia; son excelentes anfitriones



Maravillas de Acobamba*

Paisajes de postal, arquitectura preíncá, tradiciones que pasan de generación en generación y buena comida esperan al viajero en Acobamba, pintoresca provincia del departamento de Huancavelica.

Esta historia empieza en un paradero de autos de Huancavelica, muy cerca de su plaza de Armas. El pasaje cuesta 25 soles, una buena acomodada de las maletas y tres horas de placentero viaje están por comenzar.

El recorrido en sí ya es parte de la aventura. En principio, porque será a través una de las carreteras más altas del Perú, a 4850 m s. n. m. Después, a través de las ventanas del auto, se podrá maravillarse con el espectacular cielo azul, siempre acompañado de caprichosas nubes.

Cerros y cumbres lo escoltarán en todo el viaje. El blanco gélido de los nevados estará esperando por el clic de sus fotos, igual que docenas de caídas de agua, lagunas y ríos; verdes y coloridas flores, y animales por aquí y por allá. Será todo un espectáculo natural a lo largo del camino, tanto que se hará necesario pedirle al conductor que se detenga unos minutitos y aprovechar para tomarse una selfi.

Tres horas después ya estará a las puertas de Acobamba, una de las siete provincias del departamento de Huancavelica. Su capital lleva el mismo nombre y es harta conocida por su fiesta de Navidad, la que se prepara, literalmente, durante todo el año.

Belleza de altura

La primera parada obligada se encuentra a solo dos cuadras de la plaza de Armas. Se trata del mirador de Acobamba, coronado por el Cristo Blanco. Lo separan de la cima 242 peldaños, pero a lo largo del ascenso se encontrará con una serie de detalles icónicos que describen parte del distrito y su historia: la iglesia de Pueblo Viejo, las danzas típicas y la fiesta de Navidad, entre otras.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 305, 27 de junio de 2019.

Otra parada es el bosque de piedras. Rocas inmensas, como caídas del cielo y de formas diversas, que se ubican a lo largo de una gran extensión de territorio. Llegar allí no le tomará más de diez minutos en movilidad, y puede empezar a recorrer el área por cualquiera de sus varios accesos, pues no hay puerta ni se paga para ingresar.

Otro atractivo turístico que le permitirá conocer parte de los orígenes de esta parte del país son las Ventanas de Allpas, un cementerio preíncas. Está compuesto por más de 700 ventanillas que se mantienen conservadas después de varios siglos de historia. Llegar allí tampoco le será complicado, pues se ubica a unos veinte minutos del centro. Igualmente, no hay que pagar por el ingreso.

Obligada es la visita a Pueblo Viejo. Así se le llama al primer asentamiento de los pobladores de Acobamba. Se ubica en la parte baja de la ciudad y allí encontrará la iglesia colonial San Juan Bautista, construida en 1632.

Después de la visita al templo, debe subir al mirador de Mollccos, un morro natural de 500 metros de alto ubicado al costado de la iglesia. Se dice que en tiempos preíncas sirvió como centro ceremonial y que allí se realizaban pagos a la tierra, saludo a los apus y lectura de astros en días despejados.

Al caminar por las calles de Pueblo Viejo, no puede dejar de visitar los baños del Inca. Es una zona con pequeños manantiales que se ubica a unas cuantas cuadras de la plaza, en la zona de Huillcapuquio.

Fiesta de Navidad

Una de las fiestas más populares de Acobamba es, sin duda, la fiesta de Navidad. Pero, no se trata de una festividad como la conocemos en la costa, sino de una especial, para la cual el pueblo se prepara durante todo el año.

Es una especie de competencia entre los bandos de Pueblo Viejo y Santos, que vendría a ser el pueblo nuevo. Aunque siempre hay un mayordomo encargado de que todo marche como un reloj, la comunidad entera colabora. Por ejemplo, lo hacen con el *lantacuy* o rajado de leña, en que los comuneros donan árboles de su chacra para las fogatas que se encenderán durante los días que dura la fiesta.

También se colabora con carneros, vacas, papas y más. Y es que en el mundo andino el trueque, como colaboración mutua, es toda una costumbre. Así que aquí cae perfecto eso de «hoy por ti, mañana por mí».

Cuando llega el 24 de diciembre, cada bando realiza su propia fiesta de Navidad. En ambos lugares se pulen para tener la mejor banda, la mejor orquesta, la mejor fiesta. Y, por supuesto, el mejor espectáculo de fuegos artificiales.

El 25 de diciembre se realizan coloridos e interminables pasacalles. Los danzantes presentan su mejor performance, ganándose el aplauso permanente de propios y visitantes. Ellos saben que solo algunos serán elegidos para la competencia del día siguiente, cuando se elegirá al ganador del año.

Llegado el 26 de diciembre, la plaza de Armas de Acobamba se convierte en un hervidero de gente. Un escenario especialmente levantado para la ocasión se transforma en epicentro de lo mejor de las danzas que entran en competencia. Por su tablادillo desfilan ritmos como el huaylarsh, la saya, el tincu, la morenada y varios otros. Al final de la jornada será elegido el ganador y con ello, uno de los dos bandos conservará con orgullo los lauros por todo un año, hasta la siguiente celebración de Navidad.

Así es Acobamba, un pueblo lleno de historia, tradiciones y fiesta. Y, claro, de gastronomía. Por ello, si se anima a viajar, no deje de comer una buena pachamanca o tal vez chicharrones o cuyes. También puede animarse a probar sopas o segundos preparados a base de arveja, producto típico de la zona.



Tome nota

1. Si está en Huancayo, el viaje a Acobamba le demandará poco más de tres horas. Los autos puede tomarlos entre las calles Tarapacá y Moquegua.
2. No hay circuitos turísticos establecidos, por lo que la fundación Ayuda en Acción, el Instituto Redes y la Municipalidad de Acobamba están preparando el primer circuito turístico para atraer más visitantes a la zona.
3. Igualmente, están capacitando a la población para proteger los lugares turísticos, mejorar los negocios que ofrecen servicios al viajero y facilitar la orientación de quienes los visiten.



Formas de Pampachiri *

A cuatro horas de Andahuaylas, el bosque de piedras de Pampachiri ofrece al visitante miles de formas pétreas que harán volar su imaginación. Son cerca de 60 hectáreas de inmensas rocas, todas acompañadas por el inigualable paisaje de Apurímac

Recorrer el bosque de piedras de Pampachiri es como caminar sobre la superficie lunar. Al menos, esa es la impresión de Yésica, Ameline y de otras docenas de visitantes que llegan a diario a esta curiosa y extensa forma pétrea ubicada en el departamento de Apurímac.

Cuentan los entendidos que su espectacular paisaje se formó hace tres millones de años debido a la acumulación de material volcánico, y que el viento, la lluvia y la erosión han decantado en las curiosas y caprichosas formas de las rocas que la componen.

Se ubica a 3600 metros de altura y en sus cerca de 60 hectáreas de terreno el visitante podrá sortear cientos de rocas que alcanzan hasta los diez metros de altura, algunas puntiagudas y otras en forma de hongos, pero que le darán, en perspectiva, harto trabajo a su imaginación.

Imaginación como la de la apurimeña Yésica Quispe y la francesa Ameline Vallet. Ambas han llegado a esta parte de Apurímac, y las formas que se les han quedado en la retina son la de un gran paisaje lunar, un inmenso coliseo y esa especie de Casa de los Pitufos, que se ha convertido en una de las principales atracciones.

Tres años después

El bosque de piedras de Pampachiri se dio a conocer hace unos tres años y, desde entonces, el turismo ha crecido rápidamente. Los guías aseguran que hay días en que el paisaje, dependiendo de la ubicación del sol y la hora, cambia del color claro natural de siempre a un naranja rojizo.

Para llegar, se puede salir desde Abancay o Andahuaylas. Son cuatro horas de viaje hasta el distrito de Pampachiri. Y desde allí, otra hora hasta el bosque. Es un largo viaje, pero se compensa con la hermosura de la naturaleza.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 274, 4 de octubre de 2018.

Entre las diversas formas que pueden sugerirle estas enormes formaciones, hay una que es la más pintoresca: la casa de los Pitufos, que mezcla la forma en punta de las rocas que la hacen parecer a la casa de estos pequeños personajes del cine y la televisión.

Se recomienda recorrer esta ruta en un día completo, a pie o a caballo. Su costo es de veinte soles. Durante la ruta puede darse un gustito probando un charqui de alpaca con cancha y queso que venden las señoras del lugar a dos soles.

Lo acompañarán docenas de alpacas que pastorean en pastizales rodeados de tola, un arbusto que cubre de verde el paisaje.

Opción Larcay

Otro lugar para visitar es el ayacuchano distrito de Larcay. Se ubica a solo una hora de camino, y podrá disfrutar de sus aguas termales, ya sea en piscina o en pozas individuales.

Yésica y Ameline llegaron de noche, y aun cuando se sentía el frío, no dudaron en dejarse abrazar por sus aguas calientes. El costo es de tres soles en la piscina y cinco soles en las pozas individuales. Luego del baño, disfrutaron del cielo estrellado, el susurro del río, un pan con queso y mate, y el descanso en carpas instaladas en su ribera. Toda una experiencia que usted no puede perderse.

Tome nota

1. Lleve agua, fruta y bloqueador. No hay variedad de alimentos en el camino y menos en el bosque. La señal de telefonía es baja.
2. Un servicio turístico especializado al bosque es Pampachiri Tours. Contacto: Leo Amable al 967 801 337
3. Desde Pampachiri podrá realizar una ruta de *trekking* hacia la lagunilla de Roqrosqa, ubicada en la localidad de Cabra Wasi.





Arequipa es *cool*

Ha sido considerada la tercera ciudad más *cool* del planeta y razones no le faltan. Arequipa tiene tradición, encanto y orgullo, motivos suficientes para ser una de las más atractivas del país.

Debe ser por sus encantos naturales, su belleza arquitectónica, su rica gastronomía o la simpatía de su gente. Debe ser por todo eso y por mucho más que la prestigiosa revista Forbes consideró a Arequipa como la tercera ciudad más *cool* del planeta, solo superada por León (Nicaragua), y por Medellín (Colombia).

Así que, si antes solo tenía ganas de darse una vuelta por la Ciudad Blanca, ahora tiene un motivo de fuerza para obligarse a visitar la única ciudad con pasaporte propio.

Como siempre, nuestra primera sugerencia para empezar a recorrer Arequipa es darse el gusto con un caldo caliente. Una buena variedad podrá encontrarla en el puesto 26 del mercado San Camilo, ubicado a pocas calles de la plaza de Armas. Allí, Karina le contará al detalle sobre las bondades de sus caldos de lomo, cordero, gallina, cabeza y el exquisito caldo blanco con chuño.

En este centro de abastos también puede comprar pan andino, carnes, artesanías o un buen queso. Doña Martha, experta en lácteos, asegura que el queso paria es el más consumido; su precio es 14 soles el kilo.

Cargado por el buen caldo, empiece a descubrir la belleza arquitectónica de la ciudad. Puede hacerlo primero por la plaza de Armas, una de las más bellas del país. Aproveche para contemplarla desde los balcones de la plaza, en donde también puede sentarse a comer un postre o tomar un café.

Unas cuadras más allá, visite el histórico Monasterio de Santa Catalina, el más importante monumento religioso colonial del Perú fundado en 1580. Su recorrido demanda, en promedio, una hora y media.

Y si quiere maravillarse con la arquitectura en base a la piedra sillar, debe visitar los templos de la ciudad. Puede empezar en la

Fotos: xxxxxxxx

Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 251, 18 de abril de 2018

Basílica Catedral de Arequipa, Iglesia de la Compañía de Jesús, Iglesia de San Francisco y la Iglesia de Santo Domingo, entre otras.

Vuelta a la campiña

El centro no lo es todo. Salga a conocer lugares tradicionales de la campiña arequipeña como el histórico Mirador de Yanahuara, uno de los más turísticos de la ciudad. Desde sus arcos tendrá las mejores estampas del imponente volcán Misti.

Otro lugar obligado es el cerrito de Carmen Alto, que le regalará la majestuosa vista de la ciudad de Arequipa. No se pierda la Mansión del Fundador, construida por García de Carvajal, fundador de Arequipa.

Le proponemos visitar el Molino de Sabandía y conocer las técnicas utilizadas para el procesamiento del trigo, que se realiza con enormes ruedas de piedra. Aproveche también en visitar Incalpaca, la mayor fábrica de ropa de lana de alpaca del sur del país.

Los sabores del sur

No puede dejar de saborear las delicias de la gastronomía arequipeña. Tal vez, mientras realiza el tour por la ciudad, puede aprovechar en disfrutar del tradicional queso helado. Ojo, no se trata de un queso congelado, sino de un helado real hecho a base de leche, coco y vainilla, bañado con canela al servir. Una delicia, ideal para la media mañana.

Dos horas después, llegada la hora del almuerzo, salga decidido a saborear el plato más típico de la ciudad: el rocoto relleno. No hay restaurante que se respete en la ciudad que no le ofrezca este orgullo de Arequipa. También puede optar por una ocopa o un chupe de camarones.

Así que ya lo sabe. Arequipa no es solo un buen destino turístico, sino que ahora es la ciudad más *cool* del país y la tercera en el mundo. Pecado sería no visitarla con tan buenos carteles.



Tome nota

1. El tour por la campiña arequipeña dura 4 horas. Hay hasta tres salidas por día. Costo: 30 soles.
2. El paseo más retador es el que llega al cañón del Colca, a más de 4000 metros de altura. Hay rutas de un día y de una semana.
3. Desde el Mirador de Carmen Alto se aprecian los tres volcanes tutelares que rodean la ciudad y terrazas preíncas. El guía explica detalles de la agricultura arequipeña.



Huamanga en mochila*

Si tiene ganas de escaparse de Lima, tiempo escaso o poco dinero, aquí le facilitamos una ruta muy económica que lo llevará hacia una de las ciudades más tradicionales de nuestra sierra: Huamanga. Vamos, coja su mochila y a disfrutar.

El viaje debe empezar obligadamente por seleccionar una agencia de transportes que lo lleve a Ayacucho con comodidad, seguridad y economía. Eso no es tan complicado. Nuestro dato es esperar las llamadas «ofertas insuperables» que ofrecen algunas empresas por los últimos cupos disponibles. Eso lo encuentra fácilmente en internet. Así, puede viajar cómodamente en servicio exclusivo con cena a bordo, calefacción y televisión personalizada hasta por 40 soles el servicio.

Tras las nueve horas de viaje que demanda recorrer los 560 kilómetros que hay hasta Huamanga, es importante seleccionar un hospedaje cómodo y seguro. Hay varios en el centro de la capital ayacuchana, pero si quiere ir por lo seguro, le sugerimos ir a Luna Azul, sobre la tercera calle del jirón Sol. Hay habitaciones individuales desde 30 soles y matrimoniales desde 50.

Tras instalarse y previo duchazo, la primera parada debe ser el mercado Santa Clara. Está en la tercera cuadra de la calle 28 de Julio, a dos cuadras de la plaza de Armas. Allí puede ir a la sección comidas y elegir cualquiera de los puestos: el comensal no tiene pierde. Le proponemos preguntar por la señora Mary, del puesto 40, para pedir un humeante caldo de mondongo. Su valor es de siete soles, pero su sabor es inigualable. También puede optar por un caldo de gallina, de ojo, de pata o de lengua. Todos son espectaculares.

City tour

Apenas salga del mercado, inicie el tour por la ciudad, pues a solo 50 metros encontrará el Arco de San Francisco. Es un pintoresco atractivo construido inicialmente en piedra y barro en 1896, y remodelado con motivo del centenario de la Batalla de Ayacucho.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 213, 10 de mayo de 2017.

Luego de tomarse las fotos que corresponden, puede seguir tres calles más, por la misma 28 de Julio, para encontrarse con el primer templo católico de Huamanga. Se trata de la iglesia San Cristóbal, un pequeño recinto religioso construido el mismo año de la fundación de la ciudad, en 1540, a base de piedra de cantería, con una sola torre y campanario.

El centro de la ciudad tiene otras 36 iglesias católicas, así como céntricos atractivos turísticos. Como buen mochilero, podrá visitar todos o gran parte de ellos sin tener que requerir movilidad alguna.

Y para terminar su paseo por la ciudad, puede subir a la línea 12, pagar 80 céntimos y, 15 minutos después, bajar en el pórtico del distrito de Carmen Alto. Camine dos cuadras y se encontrará con el

mirador natural de Acuchimay, ubicado a 3150 m s. n. m., en la cima de lo que fue antes un volcán. Sería ideal que lo haga al final de la tarde porque tendrá una preciosa vista de la ciudad y su destellante cielo azul.

Fuera de Huamanga

Ayacucho ofrece varias posibilidades para hacer turismo fuera de la ciudad; desde salidas cortas hasta otras que incluyen tramos de aventura, caminatas y más de un día de viaje. Aquí le proponemos la más corta e inolvidable.

Tome la línea 13 en la avenida Miguel Grau, a espaldas del mercado Santa Clara. Pague 80 céntimos y baje en el óvalo Huanta. Encontrará movildades

que por 4 soles lo llevan hasta la entrada del Complejo Arqueológico Wari, ubicado a 30 minutos.

El ingreso a las ruinas cuesta 3 soles. Si es estudiante, pague un sol. Su extensión bordea las 20 hectáreas, pero la ruta se puede hacer en una hora. Accederá a sus 16 petroglifos, su producción en piedra y orfebrería, construcciones impresionantes y un pequeño museo de sitio. Hay guías o puede comprar un folleto a 2 soles, en el que se reseña todo lo que verá en la visita.

En la Pampa de la Quinua

Después de salir del complejo arqueológico Wari, en la misma carretera, tome un colectivo que por 3 soles lo llevará hasta el distrito de Quinua, donde está el santuario histórico de la pampa de la Quinua.

Es como encontrarse con parte de la historia. Su imponente obelisco es un homenaje a los soldados que participaron en la Batalla de Ayacucho, el último gran enfrentamiento dentro de las campañas terrestres de las guerras de independencia y con la que se selló la gesta libertadora de América del Sur.

Y si ya le dio hambre, puede tomar sus alimentos en la misma pampa o en el mercado de comidas del distrito. Encontrará medio cuy a 13 soles o un chicharrón con mote a 10. Saliendo del centro de abastos lo estarán esperando los colectivos para regresarlo a Huamanga por 4 soles en unos 45 minutos.

Y si está por terminar su viaje, no olvide probar el espectacular helado Muyuchi, hecho a base de leche, ajonjolí, canela y vainilla, por un sol cincuenta; o tal vez, despedirse probando un «calientito» entre las calles Cusco con Tres Máscaras por tan solo un sol el vaso.



Tome nota

Huamanga es una de las once provincias del departamento de Ayacucho. Se encuentra a 2746 m s. n. m y fue fundada bajo el nombre de San Juan de la Frontera de Huamanga.



Los colores de Pucará*

Al calor de su gente y el color de su valle, el distrito huancaíno de Pucará le ha sumado el colorido de unos murales que, desde hace unas semanas, dan un nuevo realce a lo bello de su paisaje. Sin duda, una razón más para visitarla.

Desde la ciudad de Huancayo, el viaje no dura más de 45 minutos. Una combi puede llevarlo por no más de dos soles hasta Pucará, uno de los 28 distritos que conforman la provincia de Huancayo.

¿La de los toritos? No. No se trata de la puneña provincia donde se elaboran los tradicionales toritos de Pucará, sino del distrito huanca que dio vida al festivo huaylash y a su más insigne cantante: Flor Pucarina; la misma tierra en la que ofrendaron su vida más de un centenar de patriotas peruanos en la batalla de Pucará, allá por 1882.

Hasta este distrito llegaron hace unas semanas siete renombrados pintores de arte urbano con el objetivo de poner su sello artístico en varias de sus calles. El resultado: diez espectaculares y coloridos murales al aire libre que ahora se suman al natural atractivo turístico de la zona.

Todo es posible

A cinco calles de la plaza de Armas, en la parte alta de Pucará, se ubica la cancha deportiva. Es el lugar de la pichanga obligada de chicos y grandes del pueblo, de la reunión de las barras para alentar, del encuentro de los enamorados, del patio de juegos y, en fin, paso obligado para casi todos.

Fue allí donde, invitados por la Universidad Continental como parte del proyecto Despierta Pucará, los artistas Elliot Túpac, «Jade», Luis Fubu, Edwin «Pésimo» Higuchi, Jesús «Xomatoc» Camarena y el dominicano Elio Mercado dieron rienda suelta a su magia, y llenaron de dibujos y color las calles aledañas al campo deportivo.

La faena no solo implicó pinceles, aerosoles y varios tonos de color, sino también la participación de los pobladores. Los niños y niñas eran los más entusiastas, aunque algunos adultos no dudaban en dar algunas

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 304, 20 de junio de 2019.

ideas para el acabado. Los más osados pedían brochas o pinceles y dejaban registrado el sello icónico de su talento innato en las paredes de la comunidad.

Imagen mejorada

Y ahora, cuando los turistas llegan a Pucará, ya no solo tendrán un encuentro cercano con su rica historia y su tradición, sino también con la variopinta imagen de una mamá cargando a su pequeña sobre la espalda, un comunero recostado que disfruta de su descanso en medio del campo, y una joven que cierra los ojos bajo el sol huanca, en completa armonía con la madre naturaleza.

Más allá, otra pared resalta la figura de una mujer del campo llevando lo mejor

de las flores del lugar, y otra, más acá, muestra a un niño con mirada de sorpresa, quizá por las bonitas imágenes recién pintadas. Y para que el lugareño o visitante termine de romperse el ojo, todo este arte es sellado con el multicolor mensaje «Todo es posible», trazado por el mismito Elliot Túpac con su particular arte gráfico popular.

Pucará típico

Ahora que ya se tomó las respectivas fotos en la novedosa zona pictórica del pueblo, puede continuar su visita con lo mejor de la gastronomía huanca. Asegúrese con una sopa de mondongo o tal vez le apetezca una trucha, chicharrón o el muy pedido cuy chactado.

Anímese a acompañarlo con una chicha de jora o un anís para bajar la grasa. Después del disfrute culinario, anímese a caminar por el centro de la plaza donde podrá ver el monumento erigido en homenaje a Leonor Chávez Rojas o simplemente Flor Pucarina, intérprete de reconocidos huainos de la sierra central e ícono en la comunidad.

Al costado de la plaza, el mirador de Pucará es el lugar ideal para disfrutar de lo espectacular del valle, sus montañas, el verde de su naturaleza y el azul de su cielo andino.

Si lo que busca es mayor aventura, le proponemos visitar el Bosque de Piedras que se ubica a 11 kilómetros al sur. Allí encontrará formaciones rocosas impresionantes, por ejemplo, la Portada del Sol (que se parece mucho a la original), la viuda, el cóndor, la rana, el ratón, la iguana, el felino y docenas de otras formas que su imaginación le permita crear.

Histórica celebración

Debe saber que esta zona fue escenario de la batalla de Pucará, liderada por Andrés Avelino Cáceres. Si su visita se da el 9 de julio, siéntase ganador, pues podrá participar de la escenificación de esta gesta épica. Esta se realiza con la participación de más de 2000 actores, muchos de los cuales son los mismos pobladores, y con una gran fiesta en el pueblo.

Para darle otra dimensión a la travesía, la laguna Yauricocha (4200 m s. n. m) lo estará esperando. No será para que se dé un baño, debido a que sus aguas son bastante frías, sino que podrá pescar unas truchas gigantes. Tal vez alguna de ellas sea su almuerzo del día y ese recuerdo quede impreso en su paladar.

Las coordenadas ya las tiene. Si viaja a Huancayo, no deje de visitar Pucará. A su valor histórico y cultural, ahora se ha sumado una nueva cuota de magia, color y arte. Que tenga una pintoresca estadía.



Tome nota

1. En Huancayo hay servicios de *tour* que hacen este recorrido a Pucará: plaza principal, su hermosa iglesia matriz, el Gran Miravalle con sus 10 arcos, desde donde se aprecia la zona sur del valle del Mantaro.
2. Con el proyecto Despierta Pucará, la Universidad Continental buscar llevar arte y color a comunidades alejadas de Junín.
3. El distrito de Pucará fue creado en 1918 y es cuna del huaylash huanca. Además, sirvió de cuartel general al mariscal Andrés Avelino Cáceres durante la guerra con Chile.



Eterno Marcahuasi*

Aunque los jóvenes son los que registran la mayor cantidad de visitas en el año, Marcahuasi siempre está abierto a la imaginación. Allí los esperan inmensas formaciones rocosas con aspectos humanos y de animales, además de un espectacular paisaje.

No daban las nueve de la noche cuando Nicole Medina salió de su carpa y se puso a mirar el cielo. Era una especie de inmenso toldo oscuro, muy oscuro, pero ideal para percibir el titilar de las estrellas y verlas en su exacta dimensión. Más allá, elegante y redonda, la luna. Era perfecta. Se sentía como a la altura de los dedos e iluminaba la silueta de aquellas inmensas y numerosas rocas que se mostraban alrededor, las mismas que la protegerían del viento de la noche.

Solo cuando se sintió complacida de contemplar ese espectacular cielo serrano, decidió que era hora de encender la fogata. Unas bebidas y junto a su guitarra cerró la noche a 4000 metros de altura, en el imponente Marcahuasi.

Sueño de altura

Hace mucho que Nicole había querido realizar esta visita. Nunca había podido. Recién la última vez que lo pensó terminó por decidirse. Averiguó la ruta, las movi­lidades, los horarios, los lugares y el presupuesto promedio que necesitaría. Sumó, restó y un buen día tomó su mochila y se apareció por Chosica.

Sabía que arriba el frío podía llegar a niveles por debajo de cero, así que lo principal que tuvo en cuenta fue proveerse de abrigo. Por ello, cargó consigo un buen edredón, al que después agradecería desde el fondo de su corazón por haberle evitado convertirse en un adoquín humano.

Tres horas de viaje hacia la localidad de San Pedro de Casta, veinte minutos más de subida en auto, y otros diez minutos de camino a caballo le permitieron llegar a este atractivo turístico de la provincia de Huarochirí, en el departamento de Lima.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 317, 31 de octubre de 2019.

De otro planeta

Aun cuando ya tenía una idea de las formas rocosas que encontraría, dice que lo que no sabía era lo energético del lugar, la buena vibra que se siente al llegar, caminar y pernoctar en este paraje cuya traducción del quechua significa «casa del protector».

Apenas bajó del caballo, Nicole instaló su carpa muy cerca de una de las más grandes rocas del anfiteatro. Así evitaría ser el centro de los vientos que golpean por la noche y que se mezclan con el frío propiciando una temperatura de terror.

Se puso el gorro, tomó una botella de agua y empezó la visita por los principales lugares que indicaba la hoja in-

formativa que le entregaron en la oficina de turismo de San Pedro de Casta. El principal, claro, el Monumento a la Humanidad, aquella formación rocosa de 25 metros de alto que, dependiendo de donde se mire, muestra un rostro diferente.

El recorrido no es corto, por el contrario, cada ruta toma un par de horas como mínimo. Así, poco a poco, el visitante irá encontrando las tradicionales figuras del profeta, el indio, el alquimista, la rana o las focas. Aunque, en realidad, mucho depende del ángulo en que se mire combinado con la imaginación de cada visitante, dice Nicole.

Arriba el aire siempre falta, más aún cuando se hacen los recorridos. El se-

creto es saber respirar y caminar a un paso que se acomode a su físico. Pero lo que no falta es la alimentación, pues si no llevó lo suficiente, siempre hay una tienda-carpa que le proveerá de bebidas, comida, útiles de aseo y otras urgencias, además de nuevos amigos, que ciertamente los hay: los conversadores, los bromistas, los que llegan solo a ver el paisaje y a nutrirse de esa energía telúri-

ca, o los que se arropan al lado de una fogata, como Nicole.

Como siempre, después del disfrute viene la partida. A veces será a caballo y otras veces caminando. Esta vez, Nicole tomó un auto para bajar a San Pedro de Casta. En el camino, saboreando un vasito de helado para matar el calor, pensaba en cuál sería el destino de su siguiente viaje.



Tome nota

1. El pasaje de Chosica a San Pedro de Casta cuesta 15 soles. Un auto de San Pedro de Casta hasta Marcahuasi cuesta 10 soles. Y un caballo desde allí hasta la fortaleza, 15 soles.
2. El costo de ingreso a Marcahuasi es 10 soles. Hay que registrarse en la oficina de turismo de San Pedro de Casta.
3. Consejo clave: llegar un día antes a San Pedro de Casta (3300 m s. n. m.) para aclimatarse.
4. Es importante llevar bloqueador, repelente, lentes, gorro y un buen abrigo.



Aventura en Pasaje*

El Global Big Day, evento mundial de observación de aves, suele movilizar a aventureros de todas las latitudes. En Perú, un grupo guiado por la intuición vivió la experiencia en la zona más baja de Apurímac.

El canto de las aves despertó a Yésica. Junto con sus amigos de viaje, llegó la noche anterior desde Abancay, la capital de Apurímac. A las 5 de la mañana, todos salieron de sus carpas, desayunaron avena, pan con queso y ordenaron los implementos para la aventura.

Habían recorrido unas ocho horas en automóvil hasta el valle de Pasaje, la zona más baja del departamento de Apurímac. Se ubica en el encuentro de los ríos Apurímac y Pachachaca, una de las puertas de ingreso al departamento de Cusco. Lo mejor es que, por el horario del viaje, pudieron observar el majestuoso azul del cielo, confundido con el blanco espectacular de la cordillera del Vilcanota.

Bañados en repelente, con los binoculares y las cámaras fotográficas en mano, el grupo salió al encuentro de las aves que forman parte de este bosque seco de valle interandino, ubicado a 1020 metros de altura, para sumarse así a la fiesta del avistamiento de aves.

Nada fácil

Michell León, fotógrafo de paisajes, ya había adelantado en Lo Nuestro n.º 245 que tomar fotografías de aves no era fácil. Había que tener mucha paciencia y seleccionar bien el entorno natural.

Por eso, la bióloga Yésica Quispe, el ornitólogo Jaime Valenzuela, el estudiante de ingeniería ambiental David Pillco y la voluntaria austríaca Miriam Priewasser seleccionaron el bosque seco de Pasaje, que se convirtió junto con otras zonas naturales y áreas protegidas del país, en algo así como minisedes del Global Big Day.

Trabajando en equipo, avistaron y reconocieron 35 tipos de aves. La primera en ser ubicada fue el tordo del matorral, una pequeña ave oscura que se mimetiza con mucha facilidad en la naturaleza. El

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 255, 16 de mayo de 2018.

ornitólogo Jaime Valenzuela la identificó de inmediato y se verificó el registro en la *Guía de Aves del Perú*, una especie de biblia del avistamiento de aves. Dos de ellas, incluso, fueron atraídas con la técnica del *play back*, es decir, el uso de un parlante para reproducir el canto de las aves.

Magia mundial

Fueron cerca de diez horas de convivencia con la naturaleza; de encuentro con el pequeño pichinku, la inquieta tuya, el ave de cola larga o guarda caballo, los coloridos loros, así como el autillo de Koepcke y el buco de oreja blanca, entre otras aves.

También fue un encuentro con los bosques de Apurímac y Cusco; con sus huarangos, cocos, plátanos, cactáceas y el imponente Pat'y, ese maravilloso árbol que es capaz de sobrevivir al inclemente sol en época seca, gracias a sus raíces que almacenan agua.

Y es que el Global Big Day es una experiencia que convoca a muchos en el mundo para convivir con lo más puro de la naturaleza, inventariar su riqueza biológica, aportar de manera voluntaria a su preservación, y celebrar la vida en unión con la pachamama. Un día simplemente inolvidable. Y usted ¿no se anima a hacer lo mismo?

Tome nota

1. Para llegar al valle de Pasaje se pueden tomar autos en el centro de Abancay. Salen tres veces por semana y el costo promedio es de 30 soles.
2. Puede acampar o alquilar una habitación en el único hospedaje de la comunidad. Su costo es diez soles. Allí también encontrará un buen restaurante.
3. En el río Apurímac, la aventura y la adrenalina se resume en la práctica de canotaje, con rápidos de categoría II, III y IV.





Celendín: cielo azul del edén*

A dos horas de Cajamarca se encuentra la provincia de Celendín, conocida como el cielo azul del edén. Es un territorio ideal para hacer turismo por sus múltiples atractivos y por sus pobladores afables y de espíritu festivo, a quienes llaman cariñosamente 'shilicos'. El carnaval es solo un pretexto para visitarla.

Si bien, Celendín celebra a lo grande los carnavales en febrero, «la fiesta más importante de esta provincia cajamarquina, sin lugar a dudas, es la que se ofrece a nuestra santa patrona, la Virgen del Carmen», sostiene Arnulfo Muñoz, responsable de promoción económica de la Municipalidad de Celendín.

«Son tres semanas de fiesta en toda la provincia», que se inician el 15 de julio y se cierran el 8 de agosto. Las celebraciones incluyen novenas, desfiles y actividades que están a cargo de los 'mayordomos'. Los días centrales son el 28 y 29 de julio, y esa primera noche, que incluye fiesta en honor a la Virgen, hay bombardas y quema de castillos a la medianoche.

Del 30 de julio al 8 de agosto se dan las corridas de toros. Para ello, en la plaza Sevilla, a unas diez calles de la plaza de Armas, se construye un coso temporal. Allí se encontrarán toreros y toros durante cada faena, con tribunas de hasta cuatro pisos que suelen estar abarrotadas por familias completas.

Tablero perfecto

Para el visitante, es obligatorio darse una vuelta por la siempre pintoresca plaza de Armas, fundada en 1802. Pero si quiere ver la perfecta arquitectura del centro de la ciudad, que se asemeja a un bien delineado tablero de ajedrez, debe subir al mirador. Unos 20 minutos de caminata o cinco minutos en mototaxi serán suficientes para alcanzar la cima y la capilla de San Isidro Labrador. Desde allí

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 243, 21 de febrero de 2018.

contemplará no solo la majestuosidad del Cristo de diez metros de alto, sino también la belleza de esta ventanita al cielo. Cerca de la plaza de Armas también podrá encontrar el parque que le rinde tributo a quien trazó el diseño matriz de Celendín como ciudad.

Se trata del parque La Alameda, ubicado a diez calles del centro. Aquí se alza la estatua de Juan Bacilio Ortegana, ilustre ciudadano de la provincia, coronel del ejército peruano, vencedor en Junín y Ayacucho, prócer de la Independencia del Perú y, más tarde, diputado y gran historiador.

El cañazo cura

Si llegó a Celendín y no probó la emblemática papa picante con cuy, entonces no habrá mucho que aportar a la historia que contará al regreso de su viaje. Se trata de un plato tradicional, emblemático en las celebraciones y festividades. No hay fiesta importante sin que el dueño de casa no lo sirva de fondo. Se puede encontrar a la carta en los restau-

rantes o también en el mercado Modelo, entre las calles José Gálvez y Cáceres.

Si llega temprano a este centro de abastos, podrá saborear un caldo bien caliente. Los hay de menudencia, patasca, mote y la recomendada sopa de habas. El té piteado es otra de las tradiciones de Celendín. Se prepara con higo hervido en agua y mezclado con cañazo. Dependerá de su tolerancia al alcohol para calcular el porcentaje del aguardiente. El cálculo ideal para una jarra de té piteado es usar un cuarto de jarra de cañazo. Don Arnulfo Muñoz agrega que es ideal para el resfrío, casi un remedio.

Si es dulcero, no se pierda los chocolates artesanales hechos a base de puro cacao. Se llaman 'shilicolates' o chocolates shilicos, y son un boom en Cajamarca.

Otra de las actividades que se realiza en Celendín es la confección de los famosos sombreros de paja. Desde tiempos antiguos, se convirtió en una de las estrategias de comercio más utilizadas por los artesanos, ya que, por ser una ciudad turística, ofrece excelentes resultados para estos artistas locales.

Las cataratas

Una de las rutas más atractivas que ofrece Celendín es el circuito norte. Este se inicia en cerro de Jelig y termina en la catarata de las Trece Caídas de Sarauz. La aventura comienza a solo 30 minutos del centro, donde se encuentra el cerro de Jelig, el segundo más impresionante mirador del lugar.

No solo eso. Desde allí se puede apreciar la Serpiente de Oro, como se le conoce al río Marañón. Solo podrá verlo, porque si desea descender hasta él, le tomará una hora de camino aproximadamente. Si decide hacerlo, le sugerimos tomar un tour con gente que conozca la zona. El costo es de 20 soles.

Siguiendo por la misma ruta norte, podrá llegar a los baños termales de Llangud. El clima es ideal porque se ubica a unos 1000 metros de altura. Llegar allí le costará no más de 6 soles y puede ser trasladado por su administrador, don Misael Alcántara. Él lo espera todas las mañanas en la plaza de Celendín. También lo puede regresar al final de la tarde.

Si continúa la ruta y hace una caminata de 15 minutos más, se encontrará con el Papayal, una caverna muy oscura de 300 metros de profundidad. Esta ruta turística termina justo cuando se encuentra con la catarata de Sarauz, cuyo principal atractivo son las 13 caídas de agua que dan forma a la caída principal.

Llegar aquí es otra pequeña aventura, pues luego de trasladarse por unos 30 minutos en movilidad desde el Papayal, debe iniciar una caminata de otros 45 minutos. Pero, señores, esta travesía vale la pena.

Tome nota

1. Si viaja en bus, las empresas recomendadas para viajar de Cajamarca a Celendín son Atahualpa, Díaz y Móvil Tours. El costo del pasaje es 15 soles en promedio.
2. También hay autos por 20 soles. Hoteles cómodos y seguros son Hotel Villa Madrid (calle 2 de Mayo, cruce con Pardo) o el Hostal Celendín (calle 2 de Mayo, cruce con Unión). El costo promedio es 40 soles.
3. Celendín tiene un territorio que se presta para la práctica del turismo vivencial.
4. Sus alojamientos dan la posibilidad de compartir las actividades cotidianas de los lugareños. Así, se podrán realizar labores artesanales, conocer con los maestros curanderos la medicina tradicional, acudir a rituales andinos como las ceremonias de la tierra, entre otras.





Ruta arqueológica huanca*

Entre los diversos servicios turísticos que se ofrecen en la Incontrastable, destaca uno que le permitirá visitar algunos complejos arqueológicos huancas. Y no solo eso, también tendrá la posibilidad de disfrutar de aventura y diversión.

La ruta arqueológica huanca se inicia en Chupaca, una de las nueve provincias del departamento de Junín, ubicada a veinte minutos de Huancayo. Allí podrá apreciar su plaza, su mirador, su gente y, claro, podrá aprovisionarse de agua, frutas, bloqueador o alguna prenda que le falte. En los lugares que visitará será difícil obtenerlos.

Bien abastecido, emprenderá el camino hacia el primer centro histórico huanca. Se encuentra en el distrito de Ahuac, a diez minutos del centro de Chupaca. Allí figuran los restos arqueológicos de Arwaturu, un complejo integrado por 17 colcas levantadas totalmente en piedras.

Recuerde que está a más de 3200 metros de altura, así que deberá dosificar el aire mientras camina y aprecia las múltiples apachetas del camino. Al llegar, lo recibirá don Hilarión, maestro de escuela, quien cuenta que este complejo era una especie de almacén que servía para que los huancas conservaran lo que sus tierras producían. Dice además que como todas las edificaciones preíncas, las colcas estaban edificadas en la parte alta para protegerse de las inundaciones.

Luego de despedirse de don Hilarión, bajará de las colcas hasta encontrarse con la laguna de Ñahuimpuquio. Allí, y por solo tres soles, podrá disfrutar de un paseo en lancha de veinte minutos, mientras el guía le cuenta las historias de la laguna.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 280, 29 de noviembre de 2018

Chongos Bajo

Luego de este pequeño gusto, se trasladará al distrito de Chongos Bajo. Allí visitará la iglesia Matriz y la Cani Cruz. La primera data de 1565 y es uno de los primeros templos católicos en construirse en el Perú.

La Cani Cruz se ubica a la derecha de la iglesia Matriz. Está construida con piedra caliza y en ella se pueden apreciar imágenes de Jesucristo y la Virgen del Rosario. Es una de las tres cruces de su tipo en el mundo. Las otras dos están en España y México.

Llega la hora de degustar algunos de los platos tradicionales del lugar. Pueda que sea en Los Girasoles, un gran patio del sabor ubicado en el distrito de

Chilca, acompañado por la danza de la tunantada. Allí podrá optar por un cuy chactado, un chicharrón colorado o una pachamanca de varias carnes. De entrada recibirá una chicha de jora dulce y, para bajarla, un buen sorbo de anisado.

Cuando llegue a Huari tal vez sea el final de la tarde. Se trata de un pequeño centro poblado. Aquí se encontrará con el complejo arqueológico de Huarivilca, su museo y el manantial de la fidelidad.

El complejo arqueológico era el lugar de adoración del dios Wanka y donde se realizaban diferentes sacrificios. También mantiene vivo un manantial, del cual, se dice, emergió la primera pareja que dio origen al pueblo huanca.

En el complejo se mantienen dos árboles de molle de 450 años de antigüedad que, según dicen, representan al varón y a la mujer. Los visitantes suelen terminar abrazándolos en busca de obtener buenas vibras.

Finalmente, visite la laguna de la Fidelidad. Está cerca del complejo arqueológico. La leyenda dice que las parejas fieles, al tomar de sus aguas, sellan el amor eterno. Por el contrario, los que han sacado los pies del plato podrían sufrir una desgracia. ¿Será por eso que muy pocos se atreven?

Tome nota

1. American Travel ofrece paquetes turísticos. Los hay para la zona arqueológica, el valle, los nevados o la selva de la región. Más informes: Sandra Alfaro al 964 602 647
2. Si quiere probar algo diferente, pero con la esencia huanca, deguste makis de trucha en Daruma Restaurant Café, una delicia gastronómica que la ubica en Calmell del Solar 482, Huancayo.





Por los caminos de Arguedas

Literatos, historiadores y personas vinculadas con la cultura y el turismo han organizado una serie de rutas para que los turistas conozcan aquellos lugares de nuestro país mencionados en las novelas de José María Arguedas.

Eliana, Evelin, Yésica y Javier decidieron develar algunos secretos que Abancay guarda entre sus calles y su cálido valle. Y fue de la mano de *Los ríos profundos*, de José María Arguedas, que pudieron conocer algunos de los lugares que el autor menciona en los once capítulos de esta novela publicada en 1958.

Para ello, siguieron el relato del protagonista. Su nombre era Ernesto, un niño que llegó a Abancay junto a su padre, abogado, y que se identificó rápidamente con las costumbres y el idioma del pueblo abanquino.

Esta ruta se denomina «Los ríos profundos» y se inicia en la Escuela Superior de Formación Artística Pública Chabuca Granda de Abancay, ubicada en la tercera cuadra del jirón Cusco, a media cuadra de la plaza principal. Fue en sus instalaciones donde antes funcionó el internado dirigido por el padre Linares, donde José María Arguedas realizó parte de su secundaria.

En este mismo lugar ocurren las peripecias de los niños Añuco, Lleras y Palacitos, este último el más sensible del colegio, según refiere Arguedas en la novela.

Hacienda Patibamba

Patibamba es una de las haciendas que menciona Arguedas, dice Yésica. Y, efectivamente, es referida en *Los ríos profundos* como uno de los lugares donde se produjo «la rebelión de las chicheras», mujeres productoras de chicha que se levantaron contra el acaparamiento de la sal.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 262, 5 de julio de 2018.

Parte de esta hacienda se encuentra muy cerca del centro de Abancay. A los jóvenes amantes de Arguedas solo les basta caminar unos quince minutos por la avenida Juan Pablo Castro hasta llegar a lo que hoy es el Colegio Nacional de varones César Vallejo, ubicado en la calle Pachacútec. Dentro de esta institución educativa se puede apreciar algo de la historia de este lugar.

El patio principal de esta hacienda era más grande que la actual plaza de Abancay. Una de sus principales construcciones, aún en pie, es el trapiche. Se trata de un molino que, gracias a la fuerza del agua, movía una gran rueda que molía la caña para producir chicha de caña y cañazo.



Illanya y Pachachaca

Otro de los lugares de la novela es la hacienda Illanya. Para llegar a ella, se puede realizar un recorrido de 40 minutos a pie. Así, tras salir de Patibamba, los chicos caminan por la avenida Circunvalación hasta encontrar un camino de herradura, que fue el antiguo ingreso a Abancay.

Este camino los lleva a la hacienda Illanlla, que se ubica en la rivera del río Chinchichaca. Esta ruta también se puede realizar en movilidad, tomando un taxi que lo llevará por diez soles, aproximadamente. «Pero se pierde la oportunidad de contemplar la naturaleza, recorrerla con tranquilidad y tomar buenas fotos», anota Eliana.

En Illanya se encuentran un museo y dos iglesias. El primero alberga parte de la historia del periodo formativo de Apurímac. Hay fardos funerarios, herramientas, vestimentas, zapatos hechos con cuero de llama, cerámica; además, objetos de la república como fotografías y biografías de personajes de la historia local, dice Javier. El ingreso al museo cuesta tres soles.

También, se puede visitar la capilla antigua que formaba parte de la hacienda, una muy vistosa imitación de la catedral francesa de Versalles. Pero si quiere participar de una misa, podrá hacerlo en la denominada Iglesia nueva de Illanya, al lado de la antigua.

Pachachaca

El puente Pachachaca o «Puente sobre el Mundo», construido en 1654, es otro de los lugares mencionados por Arguedas en su novela y último destino de esta ruta. Se trata de la imagen de la

conquista española, sostenida por una estructura de cal y canto, y que a pesar del tiempo transcurrido aún soporta la furia del río que pasa bajo su estructura.

Para llegar allí, Eliana, Yésica y Javier salen caminando de Illanya hasta llegar a la carretera. Allí toman una movilidad que los deja a la entrada del puente. Son unos 10 minutos de viaje. Llegada a la entrada hay que caminar unos 30 minutos hasta encontrarse con el puente colonial.

Este puente está presente en el capítulo cinco de *Los ríos profundos*, como aquel que era necesario cruzar para entrar a Abancay. Por allí transitaban personas, caballos y asnos con carga. Tiene unos 36 metros de largo y cinco metros de ancho, y su estructura es íntegramente a base de piedras. Fue declarado patrimonio cultural de la nación en 1974.

Y así concluye esta ruta, precisamente en la parte más baja del valle, que divide a las provincias de Abancay y Andahuaylas. Una ruta marcada por los ríos profundos de nuestro indigenista José María Arguedas y que usted no puede dejar de visitar.

Tome nota

1. Al ingreso del puente Pachachaca, usted puede disfrutar de una pachamanca o unos chicharrones. El precio promedio es 20 soles.
2. También puede degustar el cambay o chicha de caña. La jarra está a 4 soles. Si gusta, puede comprar diversas presentaciones de caña envasada.
3. El 70 % de la narración de *Los ríos profundos* transcurre en la ciudad de Abancay. La obra fue publicada en 1958; obtuvo el Premio Nacional de Fomento a la Cultura Ricardo Palma (1958), y fue finalista del premio norteamericano William Faulkner (1963).





Cusco en mochila*

Sea porque está de paso o porque el trabajo terminó y le queda un día libre, en Cusco tiene la oportunidad de recorrer lugares históricos y pintorescos en la misma ciudad. ¿El precio? No se preocupe. Hay rutas hasta para los bolsillos más apretados.

Cusco es mágico. El solo estar en la capital del imperio incaico ya le da al visitante la sensación de transitar por un pasado que nos llena de orgullo. Allí está su imponente plaza de Armas, los extraordinarios muros de piedra, el centro histórico de calles estrechas, pero también la pluralidad de culturas que conviven a diario y que le dan sentido a llamarla «ombligo del mundo».

Como todo mochilero, seguramente ha llegado a la plaza de Armas. Listo, empecemos allí. Es de mañana y debe nutrirse con un suculento caldo. El mejor siempre lo encontrará en el mercado. Se llama San Pedro y está a cuatro cuadras subiendo por la calle Marqués. Hallará hasta diez tipos de caldos. Le recomendamos el caldo de lengua (de res). Espectacular, a solo ocho soles y acompañado por turistas de diversos lugares del mundo. Si prefiere un típico desayuno-almuerzo, los hay a cinco soles y contiene una sopa (la de chayro es muy buena), un segundo y un mate.

A caminar

Bien alimentado, ahora le bastará salir del mercado para encontrarse con el templo de San Pedro, ubicado en la plaza del mismo nombre. Una calle más allá está el arco de Santa Clara, construido en 1835, inspirado en los arcos romanos.

Unos pasos más y está la plaza de San Francisco, rodeada no solo por el templo de los padres franciscanos, sino también por la institución educativa más tradicional del Cusco, el Colegio Nacional de Ciencias y Artes de Cusco, fundado por Simón Bolívar en 1825. Tal vez usted pueda pasar desapercibido este nombre, pero no será así cuando sepa que este colegio fue cuna del único club deportivo peruano que ha ganado una Copa Sudamericana en el 2003 y una Recopa Sudamericana en el 2004: el Cienciano del Cusco.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 229, 4 de diciembre de 2017.

Después de llenarse de orgullo, regrese de nuevo a la plaza de Armas. Podrá visitar allí mismo no solo la Catedral, sino también el templo del Triunfo, la capilla de Nuestra Señora de Loreto, el templo de la Compañía de Jesús, la capilla de San Ignacio de Loyola y el antiguo convento de los Jesuitas, hoy convertido en el paraninfo de la Universidad San Antonio Abad del Cusco.

En la esquina del templo del Triunfo se encontrará con la calle Choquechaca. Suba dos calles y contemplará una de las maravillas de la arquitectura inca: la piedra de los doce ángulos. Tendrá que esperar un par de minutos antes de tomarse una foto porque suele ser visitada por docenas de turistas.

Unas calles más y ya estará caminando por la cuesta de San Blas. Avanzando recto hallará el templo de San Blas, el más antiguo del Cusco. Fue construido en 1563 y el detalle más resaltante es el hermoso púlpito tallado en cedro. Si su visita se da en viernes o sábado, se encontrará con la feria en donde los mismos artesanos preparan sus coloridas artesanías.

Ahora descienda unas calles y la avenida El Sol aparece. Es la principal y se inicia a solo una cuadra de la plaza. Camine cuatro calles y se encontrará con el templo del Korikancha, una joya arquitectónica inca, sobre la que se erigió el templo de Santo Domingo durante la colonia.

Busque a Dionisia

Siguiendo la ruta mochilera, ahora toca ir por un buen almuerzo. Esta vez le damos la opción de un buen chicharrón frito con mote y papa, cuyo precio va desde los doce soles. Pero si quiere guardar pan para mayo, la señora Dionisia le ofrece su espectacular chanfainita de cinco sabores. Incluye tallarín, ceviche, mote y papa a la huancaína. Todo por cinco soles en el puesto 912. Si desea un buen postre, puede elegir la gelatina de pata de res a un sol el vaso.

Ahora, toca subir a Sacsayhuamán. Saliendo del mercado, puede tomar el bus llamado Cristo Blanco y por ochenta

céntimos estará en quince minutos en la misma entrada de la ciudadela. Si prefiere hacer la experiencia de subir caminando, dele. En menos de treinta minutos estará contemplando la fortaleza.

Un *tour* dentro de Sacsayhuamán le demandará no menos de una hora, así que, si está con el tiempo ajustado, puede tomarse unas fotos en el frontis y luego subir a la estatua del Cristo Blanco. Desde allí podrá contemplar no solo Sacsayhuamán, sino también la totalidad de la ciudad del Cusco. Es una vista espectacular y no le cuesta nada.



Tome nota

1. Otra opción es el paseo a caballo por Sacsayhuamán. En la entrada se ofrece el servicio por 15 soles.
2. En una hora podrá visitar la Huaca del Sol y la Luna, y el «Cusilluchayoc» o templo de los monos.

Aventura en el río Chili*

Si lo suyo es vivir la naturaleza al máximo y no solo contemplar lugares históricos, entonces debe empuñar sus remos y sumergirse en las aguas del río Chili. A solo treinta minutos del centro de Arequipa, aventura, diversión y adrenalina pura lo esperan.

Del otro lado del teléfono, Lucelia comunica las indicaciones preliminares. Ser puntual, llevar toalla y una muda de ropa completa. Igualmente, evitar objetos de valor o que puedan dañarse al contacto con el agua.

A las dos de la tarde, la movilidad de Hanna Travel recoge a los turistas. Hace una parada para entregarles los implementos necesarios para la travesía. Cada uno se viste con ropa acuática, chaleco y casco de seguridad, así como zapatos impermeables. Vuelven a la combi y se inicia el traslado hacia Charcani, específicamente a la gruta de la Virgen de Chapi, a unos 25 minutos de la ciudad.

Ante la atenta mirada de los volcanes Misti, Chachani y Pichu Pichu, y ya al pie del río, los turistas reciben instrucciones antes de iniciar la práctica del canotaje: el lugar que les corresponde ocupar dentro del bote, ya sea por el tamaño o el peso, así como los códigos a respetar a la voz del guía, sea que se deba remar hacia adelante o hacia atrás, o simplemente «levantar remos» cuando hay rocas a los lados y el peligro de lastimarse se haga evidente.

Deporte extremo

Melissa, Liliana, Víctor y Anderson se acomodan en el bote. Los hombres adelante, las mujeres al centro, y Elmer, el guía, atrás para darle dirección a la travesía. La nave abandona la orilla y noventa minutos de aventura se inician.

La corriente del río Chili se encarga del primer impulso y los remos empiezan a darle dirección a la ruta. Al principio, se nota la falta de práctica de algunos, pero la necesidad de mantener el curso obliga a un rápido aprendizaje.

A lo largo de toda la travesía, Elmer va indicando si se debe remar hacia adelante o hacia atrás. A veces avanzan lento y a veces rápido; eso sí, esquivando religiosamente los obstáculos que se presentan aquí y allá.

Todos hacen caso a las órdenes de Elmer. Debe ser así para que el bote mantenga una ruta segura. «Dejen de remar», indica ahora, y en instantes el bote se zambulle en una de las docenas de caídas menores que hay en la ruta. Un chapuzón obligado y permanente a lo largo del camino, pero también una pequeña cuota de la aventura, un

Tome nota

1. Para el canotaje se recomienda llevar una muda de ropa, bloqueador y repelente. Las salidas son a las 8 y 11 de la mañana y a las 2 de la tarde.
2. Un paseo por la ciudad, que incluye la campiña arequipeña, tarda cuatro horas y su precio es de 30 soles. Si quiere ir al cañón del Colca para fotografiar cóndores, el costo es de 60 soles por día.
3. Frente al Monasterio de Santa Catalina está Terramística, un nuevo hotel que reúne las tres B: calle Zela 401B, Cercado (Arequipa).

susto menor que poco a poco se va superando, y la adrenalina que no falta entre los novatos.

Una roca a la derecha y otra a la izquierda, el tramo se torna peligroso. «Remos arriba», indica Elmer, y todos obedecen sin pestañear. Es solo uno entre los muchos riesgos de la ruta; por eso, seguir las órdenes del guía es muy importante.

Para valientes

Poco antes de llegar al final de la ruta, es casi una obligación vivir otra pequeña aventura. Una inmensa roca en forma de corazón invita a los turistas a lanzarse desde la superficie hacia el fondo del río que se encuentra a muy

baja temperatura. Es un rito solo para valientes.

No todos lo hacen, pero nunca faltan los voluntarios. Siempre bajo las indicaciones de Elmer, sube uno, sube otro y al agua. Hay aplausos y vivas por el friolento acto. Luego regresan al bote, toman sus remos e inician el último tramo del paseo. Minutos después, se orillan al lado izquierdo del río. Es la señal de que la aventura ha terminado, aunque las ganas de continuar permanezcan. Nadie quiere bajar del bote.

Y mientras cada uno se cambia de ropa, no solo dejan aquello que los protegió durante el recorrido, sino también la experiencia de haberse divertido en este pedacito de la naturaleza que les regaló Arequipa.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 252, 25 de abril de 2018.

Fe y magia en Urubamba

Es uno de los pocos lugares del país en donde la Semana Santa se celebra los siete días completos. Con sus procesiones, sus doce platos o sus atractivos turísticos, Urubamba recibe a visitantes de todo el mundo.

Once de la mañana del domingo y Jesús de Nazareth inicia su ingreso a la ciudad. Va montado sobre un burrito, tal como lo había anunciado el profeta Zacarías. Una multitud de gente acompaña el recorrido, elevando sus ramos y lanzando vivas al hijo de Dios.

Ha partido muy temprano desde el santuario del Señor de Torrechayoc, en la zona de Pintacha, y va pasando por calles y plazas rumbo a la catedral de san Pedro Apóstol, en el centro de la ciudad. Son unas tres horas de camino bajo el sol andino.

Así se inicia la Semana Santa en la provincia de Urubamba, en el Cusco, gracias a los actores pertenecientes a los grupos culturales de la zona, los cuales hacen posible la escenificación del ingreso victorioso de Jesús a la ciudad. Es Domingo de Ramos.

A paso lento

Y es que —como sucede en pocas ciudades— la Semana Santa de Urubamba se vive los siete días de la semana, de domingo a domingo y sin descanso. De esto se ufana su alcalde provincial, Alberto Valcárcel Villegas, uno de los más entusiastas organizadores de esta actividad especial.

Después del Domingo de Ramos, tanto lugareños como visitantes peruanos y extranjeros acompañan por las noches

cada una de las cuatro procesiones que recorren las calles de la ciudad.

La primera es la del Señor de los Temblores. Sale el lunes de la catedral de Urubamba, justo cuando empieza a caer la tarde. Va en hombros de la Hermandad del Señor de los Temblores y acompañado por la música de una banda, sahumadoras, rezadoras y una procesión de feligreses que hacen el recorrido hasta cuando regresa a guardarse.

Fuegos artificiales, música procesional y diversos platos típicos también acompañan a la multitud; típicas también son las alfombras multicolores y con diseños religiosos, preparadas desde muy temprano por vecinos, instituciones y empresas.

El martes por la noche sale la procesión del Señor de la Misericordia, y el miércoles, la plaza de Armas es escenario del encuentro entre la Virgen Dolorosa y el Cristo Nazareno. Aunque la postal de este encuentro es muy bonita, todos saben que se trata del preludio del sacrificio y la muerte de Jesús.

El jueves santo, Urubamba se mantiene en vigilia. Su catedral de San Pedro Apóstol mantiene abiertas sus puertas para que estudiantes, trabajadores, amas de casa y devotos contemplan al Santísimo. Y el viernes, día de la crucifixión y muerte de Jesús, en la plaza se produce el encuentro de la Virgen Dolo-

Tome nota

1. Urubamba promueve una novedosa ruta turística que incluirá el palacio del inca Huayna Cápac, con mejoras en su estructura.
2. Urubamba es el segundo centro receptor de turismo después del centro del Cusco, por lo que la oferta hotelera y la de otros servicios son bastante requeridas todo el año.
3. La municipalidad de Urubamba ha dispuesto que las alfombras procesionales se preparen solo con material reciclado, sin el uso de pétalos de flores como ha sido tradicional, resalta el alcalde Alberto Valcárcel.

rosa, la Virgen de la Soledad y el Señor del Santo Sepulcro. Es la procesión más concurrida de todas las que se realizan en la semana.

Los doce platos

En Semana Santa, Urubamba y el Cusco, en general, celebran la tradición de los 12 platos, particularmente el viernes. La idea es que los feligreses y los visitantes de la localidad degusten tres entradas, tres chupes, tres segundos y tres postres. Todos típicos de esta parte del país.

Edwin Pizarro, jefe de turismo de la municipalidad provincial de Urubamba, asegura que por esta tradición, los platos más consumidos en la zona son la sopa de machas, empanadas, mazamoras, guiso de durazno, crema de maíz, tamal andino, choclo con queso, entre otros.

Dice también que muchos turistas aprovechan la estancia por estos días en la provincia para visitar algunos de sus atractivos turísticos. El principal, dicen, es Machu Picchu, pues se halla a solo dos horas de allí. Pero los turistas también tienen otras opciones, como las ruinas de Ollantaytambo y Chinchero, los andenes circulares de Moray o de Yucay, las salineras de Maras y las colcas de Huayllabamba.

Para el alcalde Alberto Valcárcel, es casi una obligación la visita al palacio del

inca Huayna Cápac, complejo arquitectónico del antiguo imperio incaico completamente mejorado, y ubicado a solo cinco minutos del centro de la ciudad.

La Resurrección

El sábado, una fogata encendida en la plaza de Armas llamará su atención. El alumbrado público será suspendido y todo estará a oscuras, por lo que la llama del fuego se observará intensa. El párroco encenderá un primer cirio y lo pasará para que todos los congregados allí también enciendan los suyos. Así lo harán y, literalmente, se hará la luz en Urubamba. De esta manera, se irá anunciando la próxima resurrección de Jesús.

Hasta que llega el domingo, con sus misas de celebración por la resurrección del Señor. Las hay desde muy temprano hasta casi el mediodía. Y claro, este día ya es posible comer carne, por lo que es propio del Domingo de Resurrección que las familias se reúnan y disfruten de un lechón al horno con moraya, pan de trigo y tamal, o de una «merienda», compuesta por crema de olluco con cuy y gallina asada, ensalada de cochayuyo y torreja de maíz.

Así se vive la Semana Santa en uno de los parajes andinos más atractivos del sur andino. Con su religiosidad popular, su gastronomía, sus tradiciones y su historia, Urubamba los espera para vivir esta fecha de una manera diferente.



Sabores de Angamarca*

Shámbar de minga, mazamorra de chiclayo y refresco de marame son algunas de las delicias que podrán acompañarlo en su visita a los atractivos e historia del pintoresco distrito de Angamarca, en La Libertad.

Angamarca, conocida también como tierra de tradiciones, es uno de los ocho distritos de la provincia de Santiago de Chuco, ubicada a 3000 metros de altura y a seis horas de Trujillo. Si bien entre sus principales atractivos está el cerro Pirámide de las Siete Caras, también se le conoce como una tierra de sabor e historia.

En esta oportunidad, el detalle del sabor está a cargo de Katty Galarreta, afanosa cocinera del restaurante de comidas típicas Doña Naty, ubicado a solo dos calles de la plaza principal. Para ella, como para toda amante de la cocina regional de esta parte de la sierra norte del país, el primer plato emblemático de la zona es el shámbar de minga.

El shámbar tradicional norteño es una nutrida sopa que suele servirse los lunes en Trujillo. Pero en Angamarca se prepara el shámbar de minga, una variante del plato costeño que en su preparación tiene como ingrediente al trigo partido y no entero, como en la costa; además, lleva garbanzos, pallares, arvejas, jamón y pellejón de chanco.

Pero, ojo, una segunda particularidad de esta sopa es que debe ser lo suficientemente espesa como para que una cuchara se pare sola en medio del plato; si no se para es que no quedó bien hecha», dice Katty. Se acompaña con cancha tostada y una ensalada de cebolla bien picante.

Aunque es un plato típico digno de ocasiones especiales, Katty refiere que antiguamente era servido a los comuneros antes de que salgan a realizar la faena en la chacra, «porque es un plato muy contundente».

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 325 del 23 de enero de 2020.

Platos divinos

Otros platos propios de las principales celebraciones religiosas de Angasmarca son la patasca, el caldo de cabeza y el caldo de cordero. Su preparación supone varias horas de hervido. Si es a leña, mucho mejor dicen, pues su olor y sabor es de otro mundo. Suelen estar acompañados de unas gotas de limón y su respectivo ají.

Dice Katty que, en las primeras horas de la madrugada de las celebraciones religiosas del 1 de mayo, cuando se preparan para el florecimiento de la cruz ubicada en la cima del cerro Pirámide, los devotos hacen sus oraciones acompañados de un

café; pero a eso de las cuatro de la mañana se sirven los caldos típicos. «Son reponedores, necesarios para acompañar la celebración religiosa hasta el amanecer», dice.

Los postres también son algo divinos. Son los casos de la mazamorra de Chiclayo y el dulce de trigo, de obligada preparación para los velorios del pueblo y degustados entre oración y oración. Es una tradición de la zona, recuerda Katty.

La mazamorra de Chiclayo o calabaza es muy sencilla de preparar. Basta pelar la calabaza, trozarla y echarla, con pepas, en una olla para que se vaya cocinando a fuego lento. ¿Agua? En la receta de Angasmarca, no —dice

Katty—, ni una gota. «Solito va botando su agüita y unas tres horas después ya está a punto». Se agrega canela, clavo de olor y cáscaras de piña y naranja. Para darle color, se le agrega un poquito de azúcar quemada.

El dulce de trigo es mucho más fácil, pero debe hacerse con trigo pelado. Se cocina en una olla con agua por media hora, aproximadamente, hasta que tenga una textura cremosa. También se le puede agregar canela, clavo de olor y un poquito de azúcar quemada para darle color.

Para la sed, no debe dejar de tomar un refresco a base de tuna de maramba. Es un fruto que crece por todas partes en Angasmarca. La gente la desprende de la penca, la pela y se la come en el camino o bajo la sombra de un árbol.

Para preparar este refresco, solo es necesario pelar la tuna, trozarla y llevarla a la licuadora, luego se cuela. El sabor es ácido y dulce, algo así como el maracuyá, dice Katty. Agrega que es una fruta muy buena para cuidar el hígado. Anímese a probarla.





La ruta del Ampay*

Uno de los atractivos naturales más importantes de Apurímac es el nevado Ampay. Ascender a sus encantos no es imposible; por el contrario, ofrece varias alternativas a los que deseen conocer este mágico escalón al cielo.

El nevado Ampay es el apu de Abancay, una de las siete provincias del departamento de Apurímac. Su altura supera los 5200 m s. n. m. y es considerado el guardián de la ciudad.

Su extensión supera las 3600 hectáreas protegidas por el Estado, ya que desde 1987 tiene la condición de santuario nacional. Y no todo está cubierto de hielo. Sus faldas albergan una vasta riqueza natural, animal y vegetal.

Para ascender hay varias formas de hacerlo. Una de ellas es realizar toda la ruta caminando. Esta se inicia en el centro de la ciudad. Sube por la avenida Cusco hasta llegar a la curva donde se ubica El Arco; luego hay que cruzar los sectores de Maucacalle y Sahuanay, del distrito de Tamburco. Son cuarenta minutos de caminata hasta llegar a la estación de visitantes, la zona de ingreso al Santuario de Ampay.

La otra opción es tomar un taxi que cobra 15 soles. Una vez en la «estación», el turista nacional pagará 11 soles para ingresar y el extranjero, 30 soles.

Flora y fauna

En el ascenso hay un solo sendero y la subida la hará a través del bosque de intipas o «árbol del sol», considerado lo más valioso del santuario, en tanto que son 600 hectáreas de bosque puro. Caminará 90 minutos y llegará a la primera laguna, Angasq'ocha, conocida también como laguna pequeña.

Si decide seguir con el ascenso, debe hacerlo tomando la margen derecha. Será una caminata de dos horas más antes de llegar a

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 254, 9 de mayo de 2018.

la laguna Uspaq'ocha (laguna grande), ubicada sobre los 3830 metros de altura.

Llegar a la segunda laguna le permite ver la majestuosidad del Ampay. El blanco del nevado lo asombrará, pero también la flora y la fauna del lugar, como refiere la bióloga apurimeña Yésica Quispe.

«El Santuario Nacional de Ampay alberga venados de cola blanca, zorros andinos, vizcachas, tarucas y 170 especies de aves. El visitante podrá identificar hasta 24 especies de picaflores; además, los bosques de árboles enanos de Chuyllur y Chachacomo lo sorprenderán», recalca.

Para valientes

Pero si desea llegar más alto, una tercera ruta lo llevará hasta la zona de Karkatera. Puede llegar en una movilidad por unos 50 soles. De ahí empezará la caminata de subida hasta el abra del nevado. Justo antes de llegar al abra contemplará la laguna Wilcaq'ocha. Serán unas ocho horas de ascenso hasta llegar a los 4630 m s. n. m. La vista simplemente será espectacular. Y para bajar, bastará seguir la ruta hasta la laguna grande y seguir el sendero de descenso hasta el mismo ingreso al Santuario. Unas cuatro horas.

¿Camping? Claro. En cada una de las lagunas hay zonas afirmadas para descansar, contemplar la naturaleza y alimentarse. Pero debe llevar consigo lo que vaya a consumir, pues no hay expendio de comidas. Recomiendan agua, frutas, pan o conservas. No hay basureros, así que debe regresar con todo lo que subió. También puede acampar, pero no se permiten fogatas; tampoco pelotas o mascotas. Una cocinilla lo ayudará a abrigarse y calentar algún alimento.

Como ve, la aventura lo espera en la capital de Apurímac. Decídase y tómese un tiempo para disfrutar de una de las maravillas naturales del Perú. El Santuario Nacional de Ampay lo espera.

Tome nota

1. La Asociación Apu Ampay ofrece servicio de guiado al Santuario Nacional de Ampay. 40 soles hasta la primera laguna y 70 hasta la segunda. Guía: Martha Contreras; teléfono: 978 093 391.
2. En Abancay, visite la casa hacienda Illanya, herencia colonial muy bien conservada. Otra opción es el puente colonial Pachachaca.
3. Visite también la fábrica de Caña, cerca al puente Pachachaca.





Desafío Huaytapallana*

A poco más de hora y media del centro de Huancayo se encuentra el nevado Huaytapallana, uno de los parajes turísticos más imponentes del Perú. Llegar a él supone mucho esfuerzo, concentración y voluntad, pero todo ello vale la pena.

No es nada fácil. Llegar a los 5200 m s. n. m. y contemplar lo maravillosa que es la naturaleza en las alturas del nevado Huaytapallana, implica superar una serie de dificultades para no desfallecer en el intento.

Alcanzar a rasguñar la nieve cercana a la cima, mezclada con el espectacular azul del cielo huanca, implica tres horas de caminata ascendente en medio del frío, el cansancio y la paulatina falta de oxígeno.

Por ello, una primera recomendación para el visitante es subir al nevado como parte de un *tour*, con un guía que lo acompañe en toda la travesía. Hay varios servicios turísticos que el viajero puede contratar en la misma plaza Constitución (centro de Huancayo) todos los días. Ojo que todos parten antes de las nueve de la mañana.

Voluntad y belleza

En hora y media, el bus lo trasladará hasta Vilcacoto. Son 32 kilómetros, una parte sobre asfalto y otra en trocha. Mientras recorre el camino, aproveche el tiempo para contemplar lo bello del paisaje de las comunidades de San Carlos, San Antonio y Palián, todas ellas bañadas por el río Shullcas.

Desde Vilcacoto se inicia la caminata. Antes, el guía lo instruirá acerca de la mejor forma de respirar durante el recorrido. Hágale caso, pues le será muy útil. Cada paso a esta altura supone no solamente fuerza, sino también mucho control y voluntad.

Huaytapallana significa lugar donde se recolectan flores, y es precisamente eso lo que el visitante encuentra a largo del recorrido. Una de las flores que más llama la atención es, seguramente, la lima-lima, cuyos botones adornan los sombreros de los danzantes en la fiesta del Santiago.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro N.º 264 del 19 de julio de 2018.

Si tiene su cámara lista y aire suficiente para controlar sus movimientos, podrá tomar algunas fotos de las escurridizas vizcachas o roedores andinos, llamas, alpacas, carneros y una gran variedad de insectos.

Maravillas

Una hora después de iniciada la caminata estará en la zona donde se realiza el *pagapu* o pago a la tierra. El guía lo invitará a participar en esta ceremonia para agradecer a la pachamama y pedirle protección para todo el camino. Utilizará para ello hojas de coca, cigarrillos, velas y licor, el cual deberá beber cada uno de los visitantes para brindar con la tierra.

Desde esta zona, ubicada a 4500 m s. n. m., ya podrá apreciar dos maravillas de la naturaleza: una buena parte del inmenso nevado y la primera de las tres lagunas que adornan el Huaytapallana: la laguna grande o Condorcocha, que llama la atención principalmente por su agua color turquesa.

Al continuar el recorrido, podrá contemplar las otras dos lagunas: Carhuacocha y Yanahucsha, ambas de color verde intenso. Es posible que la belleza de estos dos espejos de agua le provoque darse un chapuzón, pero ni siquiera se le ocurra meter los dedos pues podrían terminar congelados.

En la ruta encontrará también pequeñas torres construidas con piedras por los

visitantes. Les llaman apachetas y las hay por todos lados. Entre los lugareños hay quienes dicen que las apachetas forman parte de un ritual en busca de buenas vibras; y otros prefieren tomarlas como una forma de entretenerse en medio de la dureza del camino.

Meta cumplida

Algunos de los que empezaron el ascenso se irán quedando en el camino. Los mareos, la falta de aire o el cansancio, les harán tomar un descanso prolongado o iniciar el retorno porque ya no dan más. Pero si usted es de los que logran alcanzar la meta, siéntase bendecido.

Han sido tres horas de recorrido, y seguramente ha llegado con el corazón en la mano y las piernas a punto de quebrarse, pero todo habrá valido la pena. El espectáculo frente a sus ojos será sencillamente inolvidable.

No se cansará de contemplar la majestuosidad del apu Huaytapallana a 5200 m s. n. m., dar algunos pasos sobre la nieve o jugar con ella, y tomarse docenas de fotos. Claro, todo será maravilloso hasta el preciso momento en que el guía eleve nuevamente la voz: «¡Señores, es hora de empezar el retorno!».



Tome nota

1. No se aventure a realizar el ascenso solo. Contrate un servicio de turismo. El costo promedio es 35 soles.
2. Use zapatillas, gorro, chalina, guantes y una casaca impermeable. Lleve bloqueador. No está demás una pastilla para el soroche.
3. Tenga a mano agua y frutas. Siempre serán buenos unos caramelos de limón. No olvide llevar una bolsa para los desperdicios. Encontrará todo limpio y así deberá dejarlo.
4. El viaje de Lima a Huancayo dura 7 horas en bus. En avión, una hora hasta Jauja, desde donde un taxi lo llevará en 30 minutos. Lo ideal es tomar un día para la aclimatación. A la mañana siguiente, suba al nevado.



Sabores del Callejón de Huaylas*

Saborear los más exquisitos helados naturales de Carhuaz, dulces a base del manjar blanco de Caraz, una raspadilla en Yungay con el hielo del nevado Huandoy o navegar en las aguas de Llanganuco, solo es posible si se aventura a recorrer el Callejón de Huaylas.

Karina y Raúl acaban de casarse. Es el día más feliz de sus vidas y quieren estamparlo en fotos y videos. El lugar tiene que ser el mejor, así que han escogido el más bello paraje natural de su natal Huaraz. Una lancha los espera. Suben, se acomodan, y empiezan a destellar los flashes en la misma laguna de Llanganuco, una joya de color turquesa que se muestra a los pies del nevado Huascarán.

Ubicada dentro del Parque Nacional Huascarán, a 3850 m s. n. m., la laguna de Llanganuco recibe a diario a centenares de visitantes nacionales y extranjeros, quienes no solo la contemplan, sino que pasean sobre sus aguas gracias a las lanchas que hacen el servicio por solo cinco soles, y se retratan en sus orillas y pequeños muelles.

Se ubica a 84 kilómetros de Huaraz y sus aguas nacen de los nevados Huascarán, Huandoy, Pisco y Yanapaccha. Al visitarla, lo sorprenderá el bosque de queñual, árboles y arbustos de tronco retorcido de color naranja intenso. Están por todos lados y siempre invitan a tomarse una foto del recuerdo.

A diferencia de otros parajes naturales, llegar a las orillas de Llanganuco no supone mayor caminata, pues las movildades lo dejarán a pocos minutos de esta maravilla. El costo de ingreso es de 5 soles y, muy importante, no deje ningún desperdicio suyo; todo lo que descarte regréselo con usted, porque está en un área protegida.

Helados y raspadillas

Lo ideal para llegar a Llanganuco es tomar un *tour*. Si lo hace, entonces visitará las ciudades más turísticas del Callejón de Huaylas,

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 288, 21 de febrero de 2019.

ese extenso corredor flanqueado por la Cordillera Blanca y la Cordillera Negra, en el corazón del departamento de Huaraz.

El primer lugar para visitar será Carhuaz y la primera atracción la encontrará en la plaza de Armas. Son los helados naturales de sabores curiosos. Están el de rocoto, coca, cerveza, palta, pisco sour, cushuro, kiwicha, maní, borgoña, tuna, entre otros. Los encuentra en las heladerías de la plaza y su costo va desde los 5 soles.

Una hora después llegará a Yungay. Allí encontrará el registro real de una comunidad que se reconstruyó después del aluvión que sepultó prácticamente todo el pueblo en 1970. Un guía o los lugareños podrán contarle la historia del estadio de Yungay y el circo que realizó

una función allí en la misma tarde de la tragedia. El aluvión no cayó sobre ese estadio, por lo que los niños que fueron al circo se salvaron.

Una curiosidad de la visita es que allí se encontrará con vendedores de raspadilla, quienes aseguran que este refrescante dulce es elaborado a base del mismo hielo del nevado Huandoy. Así que tiene que darse el trabajo de corroborarlo. El precio es dos nuevos soles.

Dulces y arte

La ruta continuará con una visita a Caraz. Una de sus especialidades son los dulces, por lo que encontrará una variedad de manjarblancos. La sensación siempre son los alfajores, pero también puede llevarse leche, yogur, manjarblanco o queso.

Y la ruta por el Callejón de Huaylas no puede terminar sin visitar a los artesanos del distrito de Taricá. Se encuentran a media hora de Huaraz y en sus talleres encontrará variedad de cerámicas a base de arcilla. Puede llevar para recuerdos. Los más pedidos son el Lanzón de Chavín y las cabezas clavadas, en versiones llaveros o también los grandes que llegan a medir más de dos metros.

Ya tiene un destino más. Deje la rutina y anímese a vivir nuevas emociones en la impresionante laguna de Llanganuco y los atractivos que el Callejón de Huaylas le ofrece.

Tome nota

1. Para Llanganuco, lleve abrigo. Corre viento y hace frío. Le sugerimos tomar mate de coca para el soroche.
2. No olvide visitar la Catedral de Huaraz, declarada Patrimonio Cultural de la Nación.
3. Visite el Museo Arqueológico de Huaraz. Cuesta cinco soles y verá restos de las culturas de la región y la réplica del Lanzón de Chavín.





Perfecto Ollantayambo*

Ubicado a 60 kilómetros de Cusco, la zona arqueológica de Ollantayambo se constituye en una joya arquitectónica inca, llena de historia, de misterio y como punto de partida para recorrer el siempre retador Camino Inca.

La experiencia monumental llamada zona arqueológica de Ollantayambo puede iniciarse tomando el tren o subiéndose a un bus en la calle Tecte, en el centro del Cusco. Allí, y por solo ocho soles, una movilidad lo llevará hacia una de las construcciones arquitectónicas más perfectas del incario cusqueño.

Después de un par de horas y tras pasar por otros atractivos turísticos como Písac, Calca y Urubamba, estará arribando a Ollantayambo, lugar privilegiado por sus 2700 m s. n. m. Es un lugar que suele vestirse de fiesta los miércoles y viernes, cuando llegan hasta allí los comerciantes de todas las comunidades campesinas aledañas, a la muy nutrida feria de Ollantayambo.

La feria es tradicional y todo un espectáculo lleno de color. Tejidos por aquí, cerámicas más allá, esculturas incas, lo mejor de la comida regional y hasta venta de animales menores y no tan menores, como vacas, carneros o caballos. Todo se puede ver y comprar a lo largo del día.

Las ruinas

Lo que capta la atención de los turistas son las construcciones incas, que, a pesar de los siglos, siguen mostrándose imponentes y, algunas de ellas, difíciles de explicar por quienes las aprecian por vez primera. Es cierto. Cientos de turistas preguntan a los guías sobre cómo aquellas piedras monolíticas de gran altura pudieron ser trasladadas desde canteras lejanas hasta allí en tiempos en que no existía la rueda; o quiénes y cómo pudieron dar forma y corte a inmensos monolitos que, al ser juntados uno a uno, no permiten mayores ranuras en toda su estructura.

Esto ha llevado a diversas interpretaciones. Algunos hasta han vertido explicaciones referidas a que fueron seres de otras dimensiones

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 323, 12 de diciembre de 2019.

Fotos: Michell León

los que desarrollaron este tipo de arquitectura. Lo cierto es que desde hace siglos las ruinas de Ollantaytambo llaman la atención de propios y extraños.

Estamos hablando del Templo del Sol, un impresionante monolito formado por seis inmensas rocas, que se constituye en el principal atractivo de Ollantaytambo. Son rocas que acomodadas se acomodan con extraña e increíble exactitud formando una inmensa pared.

Llegar al templo no es una tarea fácil. Se debe subir una interminable fila de escalones en una agotadora pero compensada jornada por el espectacular paisaje de la zona.

Desde allí también, y entre un conjunto de formas rocosas, se podrá ver el rostro de quien, según dicen, es el dios Viracocha.

Junto a él, se podrán apreciar unos enormes almacenes incas o tambos que se utilizaban como depósitos para conservar la comida, pues la temperatura a esta altura era ideal para mantener los alimentos en buen estado durante varios días. Dicen que eran utilizados por los chasquis cuando pasaban, cansados y hambrientos, llevando los mensajes al inca.

Imponente andenería

Ollantaytambo fue declarado Parque Arqueológico en el 2002 y tiene una extensión de cerca de 35 mil hectáreas. Entre otros de sus atractivos destacan los andenes. Son una muestra de la perfección en las construcciones incas y el cuidado extremo que le ponían al desarrollo agrario. Los andenes son tan llamativos que pueden ser vistos desde muy lejos.

Otra de las zonas que capturarán su atención es el Baño de la Nusta, una fuente con tres caídas de agua esculpida en su interior. Dicen que se les conoce como fuentes litúrgicas y que se les podía encontrar en las principales fortalezas del imperio de los incas.

Camino inca

Tras recorrer el sitio, puede aventurarse a hacer algo de ciclismo y *trekking*. Los conocedores de la zona lo llevarán al abra Málaga, ubicada a 4200 metros de altura. De hecho, el lugar es perfecto para practicar esos deportes. Sentirá una buena carga de adrenalina que nunca está demás tomar.

La otra opción es realizar los 98 kilómetros del Camino Inca hacia Machu Picchu. Justo en Ollantaytambo se encontrará con los llamados «porteadores», que son los comuneros autorizados para conducirlo durante los tres o cuatro días que dura la aventura hasta llegar a Machu Picchu.

Con ellos no hay pierda, dice Julio Oviedo, cusqueño amante de su tierra. Los porteadores son de la zona, refiere; son conocedores de la ruta y están acreditados. Nadie como ellos conoce el lugar: por dónde ir, en qué lugares pernoctar y dónde comer algo rico.

Tome nota

1. El tipo arquitectónico y la calidad de cada piedra trabajada individualmente hacen de Ollantaytambo una de las obras de arte más sorprendente de los antiguos peruanos.
2. Algunos investigadores no dudan en manifestar que Ollantaytambo está alineado geográficamente con otros importantes sitios arqueológicos del mundo: Machu Picchu, la Isla de Pascua (Chile), las pirámides de Giza (Egipto), entre otros.
3. Los buses de Cusco a Ollantaytambo salen a toda hora. El tiempo mínimo para apreciar sus atractivos es de dos horas.
4. No deje de probar un adobo de chancho por las mañanas. El mercado de Cusco le ofrece uno de los mejores.



El Señor de Torrechayoc

Junio es el mes de los homenajes al Señor de Torrechayoc, patrón de Urubamba y una de las principales expresiones religiosas del Valle Sagrado de los Incas.

En junio, Urubamba se convierte en la capital de la religiosidad andina. Lugareños y visitantes invaden calles y plazas para rendir culto al gran Cristo de los Andes y patrón de Urubamba: el señor de Torrechayoc. Se trata de una celebración clave en la vida de los urubambinos, tan importante que, en cualquier parte de la provincia, se pueden ver imágenes de este Cristo que siempre está con los ojos cerrados, tal vez triste, tal vez pensando.

Uno de sus devotos es Luis Alberto Valcárcel, alcalde de Urubamba. Él cuenta que los orígenes de esta fiesta se remontan a 1860, cuando se colocó una enorme cruz en las alturas, rodeada de nieve, y se celebró la misa de inauguración de un tramo de la carretera Urubamba-Lares.

Tradicionalidad

Comenta también que, según la tradición oral, fueron muchos los viajeros que, al pasar por esa ruta, tuvieron diferentes sueños y revelaciones en las que el Señor de la Cruz les hablaba del frío intenso y las heladas que tenía que soportar debido a que se hallaba en me-

dio de la nieve. Estos rumores llegaron a oídos del párroco del lugar, quien dispuso su traslado a Urubamba.

Fue así que la gran cruz pasó a ocupar el lugar de su aposento actual, el santuario del Santísimo Señor de Torrechayoc de Urubamba, que hoy se constituye no solo en la principal imagen de Urubamba, sino también en la más importante fiesta del valle.

El día en que se inicia la fiesta del Señor de Torrechayoc, miles de devotos y cientos de turistas colman el estadio Hortensia Lorena, más conocido como Nogalpampa, donde se oficia una misa desde las nueve de la mañana.

El porqué se hace la misa en un estadio y no en su santuario, es por dos razones. La primera, porque es tal la cantidad de gente que participa en el oficio religioso que no cabría en el templo; pero, además, porque después de la ceremonia litúrgica se inicia el homenaje en el que cientos de danzantes llegan desde distintos lugares del Cusco y del Perú para rendir homenaje.

El alcalde Luis Valcárcel asegura que son aproximadamente cincuenta comparsas de danzantes las que se preparan buena

Tome nota

1. En Urubamba, aproveche para visitar las ruinas de Chinchero, Maras, Moray y Ollantaytambo.
2. Podrá hacer *trekking* por la famosa montaña Arcoíris.
3. Puede optar por un *tour* a Machu Picchu. Si es más aventurero, le recomendamos hacer la caminata de cuatro días; es un gran desafío para los amantes del *trekking*.

parte del año para esta presentación. La fiesta concluye por la noche, justo antes de que se enciendan los fuegos artificiales y el gran castillo. Con ello recién se puede dar por terminado el primer día de festejos al patrón de Urubamba.

Procesión del domingo

Al día siguiente, desde muy temprano, continuarán los homenajes. La plaza de Urubamba se llenará de sahumadoras, cantoras, cargadores y devotos; todos se entremezclarán para iniciar la procesión del Señor de Torrechayoc.

Debe sentirse bien el Cristo al ver a tanta gente rindiéndole culto. Una banda tras otra se turnará para que la música nunca esté ausente. Y la danza se

transforma en pasacalle por las calles de Urubamba, convirtiendo a la procesión en una experiencia sonora y colorida que cautiva a los visitantes y a los mismos lugareños.

Los días posteriores, lejos de atenuar los festejos, estos cobran mayor intensidad con las competencias que forman parte de la tradición. Son las peleas de gallos navajeros, las corridas de toros, la doma de caballos y muchas otras actividades.

La fiesta está en Urubamba. Ya lo sabe. Si se anima a participar de esta experiencia religiosa, coja su mochila y enrumbé hacia este rincón del Cusco, la puerta de ingreso al Valle Sagrado de los Incas, en nuestro ombligo del mundo.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 302, 6 de junio de 2019



Tunanmarca, la cima de piedra*

El complejo arqueológico de Tunanmarca no solo fue declarado Patrimonio Monumental de la Nación, sino que forma parte de la exclusiva colección numismática del Banco Central de Reserva del Perú.

Eran las cuatro de la mañana. Yovana, Jullisa, Mirella y Juan Carlos subieron al auto en Huancayo y enrumbaron hacia el complejo arqueológico de Tunanmarca, ubicado en las alturas del distrito de Jauja, departamento de Junín.

Yovana tenía claro que era la hora ideal para partir, pues durante el viaje se «ganarían» con el amanecer andino, la salida del sol y las caprichosas formas de las nubes. Era un espectáculo que no se podían perder.

Mientras contemplaban la maravilla natural que se mostraba ante ellos durante el recorrido, llegaron a las faldas del cerro Tunun. Allí empezarían una hora de caminata para llegar a la cima. El complejo se encuentra a 3800 metros de altura, así que había que dosificar sabiamente el aire y poner a prueba mucha fuerza de voluntad.

En la punta

En el departamento de Junín se encuentran importantes complejos arqueológicos como los de Huarivilca, Tarmatambo y Arwaturu. Entre ellos, destaca el de Tunanmarca a, ubicado a 20 kilómetros de la ciudad de Jauja.

En quechua, tunan significa punta, y marca, pueblo; por eso es que se le conoce como la ciudad en la punta del cerro. Y es literal. El complejo se ubica en la cima de un cerro de difícil acceso. Fue habitado por unos 20 mil pobladores de la cultura wanka hasta mediados del siglo XV cuando, después de dar larga y dura pelea, fueron vencidos por los incas en tiempos de Túpac Inca Yupanqui.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 332, 12 de marzo de 2020.

La ciudadela tiene cuatro entradas y varias rutas para conocerla. En sus 32 hectáreas de extensión se pueden contar más de tres mil edificaciones circulares de piedra de 3 a 5 metros de diámetro por dos de alto, que se usaban como casa-habitación, depósito y cocina a la vez.

Para su construcción, se utilizaron piedras medianas y pequeñas que se les unía con un barro enriquecido con un material inorgánico para asegurar la cohesión. Sus techos eran armados con ramas de árboles nativos para sostener el ichu, un tipo de paja que solo crece a esta altura sobre el nivel del mar.

Junto a estas edificaciones, también se encuentra un templo en honor al dios wanka Huallallo Carhuanchu, así como una casa principal que habría servido de palacio al líder de los wankas. Igualmente, se puede encontrar 350 tumbas ceremoniales, una plazuela, así como la Piedra del Sacrificio, donde se realizaban sacrificios para los dioses Sol y Luna.

Razones de altura

Algunos turistas se preguntan por qué los antepasados wankas tuvieron que

construir una ciudadela en un lugar tan alto y de complicado acceso. Pues, los expertos tienen hasta tres razones para responder a esta inquietud.

El arqueólogo Danna Aramburú Venegas dice que la primera y principal razón para que la ciudadela se ubique en las alturas era para darse protección. Los antiguos pobladores buscaban los cerros más altos, con más pendiente, casi inaccesibles, para repeler un posible ataque enemigo.

Una segunda razón es que el lugar debía ser posible de fortificar, aumentando aún más la seguridad de sus pobladores. Es por ello que Tunanmarca se encuentra cercada por tres grandes muros que protegían a la ciudad.

Y tercero, la zona debía contar con los recursos necesarios para sobrevivir. Por esa razón se pueden observar fuentes de agua que se ubican a los extremos del complejo, así como terrenos de cultivo y pastizales con los que alimentaban a los animales que criaban.

Según el antropólogo Luis Lumbreras, por ser Tunanmarca la capital de los wankas antes que los incas llegaran al Valle del Mantaro, se constituye en uno de los monumentos arqueológicos más importantes de la sierra central del país.

Orgullo huanca

Tan importante es para el Perú el complejo arqueológico de Tunanmarca, que fue el motivo principal de la 15.ª moneda de la serie numismática "Riqueza y orgullo del Perú" que emitió Banco Central de Reserva en noviembre de 2013. Una de sus construcciones aparece en la imagen de las monedas de un sol, tal como sucedió con otros lugares arqueológicos emblemáticos del país como Machu Picchu, el Templo de Kotosh, las Chullpas de Sillustani, los Sarcófagos de Karajía, entre otros.

Esta visita les dejó a Yovana, Jullisa, Mirrella y Juan Carlos el gusto de conocer una zona arqueológica de importancia histórica para el país y desde donde pudieron ver al Huaytapallana en su máximo esplendor.

Dicen que también fue bueno también llegar hasta allí para saborear algunos platillos que se ofrecen en la plaza del distrito de Tunanmarca. Estaba el chupe verde, que es una sopa de papa con huevo, queso, huacatay y yerba buena; y el chicharrón colorado, cuyo dorado y chactado, ponche de maní, una variedad de sopas, y bebidas como la muña y el emoliente.

Pero, sobre todo, coinciden en lo orgullosos que se sienten de haber recorrido el mismo suelo en donde los pobladores de la cultura wanka no se dejaron amilanar fácilmente por los invasores; el mismo orgullo que hoy recorre las venas de todos los huancas, estén donde estén.

Tome nota

1. Es necesario llevar abrigo para el frío e impermeables para la lluvia. Ideal usar zapatillas para *trekking*.
2. El complejo arqueológico se encuentra a 20 minutos en auto desde el mismo distrito. El ingreso cuesta 2 soles y puede hacerse el recorrido con o sin guía.
3. Desde Huancayo, puede ir en bus hasta Jauja. De allí, tomar un colectivo hasta el distrito de Tunanmarca. Finalmente, un taxi lo dejará en las faldas del cerro.
4. Bloqueador, repelente, gorros, lentes de sol y agua son básicos.
5. Si llega en febrero, podrá participar de los coloridos carnavales del distrito de Tunanmarca.





La ruta del cambio climático*

Lo que antes se conocía como un viaje de aventura hacia uno de los principales nevados del país, hoy es una ruta educativa cuyo propósito es reconocer el daño que el hombre le ha causado a la naturaleza. El monumental Pastoruri sufre una lenta agonía.

Cuando en julio de 1988, Juana Alva llegó a las faldas del nevado Pastoruri, veía desde lejos que los turistas caminaban sobre el hielo, jugaban lanzándose pequeños copos de nieve y disfrutaban desliziéndose apoyados en bolsas de plástico.

De esta postal registrada a fines de los ochenta, no queda mucho. Las faldas del Pastoruri se han alejado varios kilómetros; caminar sobre el hielo no es más que un bonito recuerdo, y jugar o deslizarse sobre aquella alfombra gélida natural es tan solo una ilusión.

Hoy, este nevado de Huaraz sigue siendo un destino de interés, pero presenta ciertos matices distintos en la oferta. De hecho, se le denomina «La ruta del cambio climático» y constituye una invitación para que el visitante sea testigo del impacto irreversible que causa el calentamiento global y de la lenta agonía del Pastoruri que puede llevarlo hacia la desaparición del glaciar.

Prohibido pasar

Una soga que rodea el filo del hielo del nevado indica el límite del recorrido para el visitante. Solo hasta allí puede llegar. En otros tiempos no había sogas ni delimitación alguna para disfrutar del glaciar, pero ahora se hace necesario. Aun así, algunos irresponsables se aventuran a traspasar ese límite establecido por el Sernanp, duplicando el trabajo de los guardaparques que buscan poner orden en el lugar.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 314, 10 de octubre de 2019.

La irresponsabilidad va más allá y sin duda afecta al turismo de la región. En los años noventa, Pastoruri era un paraíso invernal que atraía a unos 100 mil turistas al año. Pero el calentamiento global ha impactado de tal manera que en tres décadas el número de visitantes se ha reducido a menos de 30 mil por año.

Hoy se escucha con más frecuencia aquello de «para qué vas a ir si ya no hay hielo». Eso no es cierto, pero no está lejos de serlo. Los expertos en glaciología afirman que, en no más de una década, Pastoruri solo será parte de la historia de la región y del país.

Cada vez llegan menos turistas y de eso da cuenta doña María. Ella espera a sus visitantes en un claro de la zona

de Pumapampa, acompañada por sus alpacas y chivitos. Mientras ellos adornan las fotos de los turistas, ella se genera un ingreso diario. Doña María dice que turistas siempre hay, pero se nota que no son tantos como antaño. Además, dice que las fotos salían más bonitas antes, cuando los cerros estaban blanquitos. Ahora todo es gris. Y lo seguirá estando.

Pero la ruta del cambio climático no solo permite ver cómo este fenómeno afecta al turismo, sino también tiene que ver con el manejo del agua. Y es que la reducción de las masas glaciares significa también la reducción de la disponibilidad de agua para las poblaciones de la región que dependen de ella.

Camino al cielo

A diferencia de la ruta que hizo Juana Alva a fines de los años ochenta, hoy la ruta del bus es más larga. Claro, es que el punto de llegada está más lejos. Aunque, al igual que antes, unos caballos esperan a los turistas para ayudarlos a subir parte del camino. Es una opción porque la verdadera aventura es realizar la caminata de unos veinte minutos si todo va bien.

Todo el día es un ir y venir hasta la soga que limita la vereda empedrada del hielo del nevado. Niños, jóvenes, adultos, nacionales y extranjeros, suben y bajan. Típico también es ver a promociones de colegios cuando se acercan los últimos meses del año. Todos con ganas de llegar a lo más alto de la ruta, satisfechos de haber superado los 5000 metros y tomarse docenas de fotos para evidenciar la hazaña.

Quien llega por vez primera a esta parte cercana al cielo, descubre que se trata de una de las maravillas naturales del Perú. El blanco del nevado, el azul del cielo, una laguna formada por las gotas que se desprenden del glaciar. Todo un espectáculo gratuito para quien llega.

Pero para quienes vinieron antes, el espectáculo es para reflexionar. Todo lo que era inmensamente albo, ahora se ha reducido a su mínima expresión. Y aquella laguna de al lado solo es evidencia de los túneles de hielo que se fueron derritiendo poco a poco.

Sirva esta ruta del cambio climático para preservar lo que aún nos queda en esta parte de la sierra peruana; y también para entender que lo mismo puede estar sucediendo en otros lugares del país que podrían pasar a la historia por no haber sido cuidadosos con nuestro planeta. Estamos notificados.



Tome nota

1. La ruta del cambio climático fue una iniciativa del Sernanp, la municipalidad de Cátac y el Gobierno Regional de Áncash.
2. Se calcula que en el Parque Nacional Huascarán, 700 glaciares continúan reduciéndose a ritmos diferenciados.
3. Se recomienda aclimatarse antes de subir al Pastoruri. Llegar un día antes es lo más conveniente.
4. Abrigo, bloqueador, agua y ropa impermeable son indispensables para soportar el clima.



Fotos: Liliana Abanto

Arte y sol en Cerro Azul

¿Quién no ha construido castillos de arena en la playa? Ellos también, solo que han perfeccionado su técnica. Ahora construyen esculturas de varios metros de alto con arena, agua, creatividad y harto talento. Cerro Azul es testigo de ello.

Nunca deja de enseñar. Como docente, Luis Ormeño tiene ese bichito del maestro que siempre anda en busca de mil y una maneras de enseñar de la forma más sencilla y bonita posible. Como hoy, que se ha propuesto dar a conocer uno de los atractivos turísticos de su Cerro Azul, y lo hace bañado en arena.

Es la arena de esta playa de Cañete con la que, desde el amanecer, empezó a dar forma a la imagen de la fortaleza de la cultura Huarco. Sobre ella, el inca Túpac Yupanqui, dice el profesor, tomó posesión de esta zona por el 1250 d. C.

Su materia prima no es más que agua, arena y sus más de 15 años de experiencia en el arte de la escultura en arena. Esto le permite dominar al detalle todo el proceso de creación: desde la técnica de compactar la arena con agua hasta el último retoque de la obra, antes de bañarla con un pegamento para mantenerla fija por varios días.

Buena mano

Las esculturas en arena se empiezan a esculpir de arriba hacia abajo, dice Harlen Ormeño, quien forma parte del grupo de jóvenes de Lima, Piura y Arequipa que llegó a Cerro Azul para dar forma a la figura del pescador de la cultura moche sentado en su caballito de totora.

Juntos llevan más de diez años y han deleitado con su trabajo a miles de bañistas en diferentes playas del país. Para realizar su escultura requieren palas, espátulas, brochas, sorbetes y un par de días para la proeza.

Pero, además, aquí la gente no ve la escultura acabada, sino que participa en la construcción desde el inicio. «En todo momento están

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 246, 14 de marzo de 2018.

preguntado por cada paso, sugiriendo ajustes, son parte del resultado», dice Harlen.

Más allá, Luis Flores aplica lo que aprendió desde aquel verano de secundaria, cuando se maravilló mirando a los capos de las artes en arena, en su natal Arequipa. Hoy tiene 29 años y no se cansa de rociar agua al rostro de la Virgen María, mientras da forma a su creación, que se convertirá en La Piedad de Miguel Ángel.

«El agua es clave para mantener compacta la obra y evitar que se desmorone», dice Luis. Así que esculpe con cuidado cada detalle, da volumen, textura, juega con las luces y las sombras, retira la arena soplando con un sorbete y limpia con una pluma. Listo.

Un arte efímero

No solo es un experimentado escultor de arena. Su habilidad lo ha llevado por torneos y exhibiciones de su arte dentro y fuera del país. La habilidosa mano de Rubén Rebatta se nota de lejos. Su escultura es bien cuidada, limpia, casi perfecta. Dice que empezó como jugando.

Solo se dio cuenta de que destacaba cuando las cámaras de televisión lo buscaron para hacerle reportajes. Perfeccionó su técnica junto al artista mexicano Calixto Molina, cuarto en el mundo. Así, ha llegado a representar al Perú en América, Asia y Europa.

Hoy ha terminado de construir la Mamaquilla, que en la mitología inca era la hermana y esposa del dios sol, repre-

sentada por la luna. Está de lujo. Pero él sabe que, aunque es una obra de arte, esta no durará muchos días porque la escultura en arena es un arte efímero.

Para estos talentos, la mayor satisfacción es crear algo que «rompa el ojo» del visitante y escuchar esos aplausos y las felicitaciones que, por supuesto, nunca faltan.

Tome nota

1. Si va para Cerro Azul, recorra el muelle. Tiene una fabulosa vista de los acantilados.
2. Podrá pescar con un cordel alquilado, si no tiene uno. También podrá tomar fotos, avistar aves y practicar clavados.





Chimbote a todo sabor*

Emprendimiento e ingenio se juntaron en Nuevo Chimbote (Áncash) para dar luz a Flavor Marino, platillo preparado con succulentas cabrillas. Su presentación da cuenta de una de las más importantes actividades en esta parte norte del país: la pesca.

Don José coge el mejor pescado. Le retira las vísceras y el espinazo. Hace un corte en la parte superior, lo sumerge enterito en una salsa marinada y luego le esparce harina de pescado. Ahora introduce un molde circular en el centro del pescado y ya está listo. Más allá, en una sartén vierte el aceite y deja hervir. Hunde la cabrilla, le da una vuelta, y una más y listo. Ya está.

Casi paralelamente, coloca dos sartenes más al fuego. En una prepara el arroz con mariscos y, en la otra, una salsa que combina con leche. Un par de minutos más de cocción y listo. Corresponde emplatar. Retira el molde de metal que le permitió formar una especie de bodega al centro del pescado, la rellena con el arroz con mariscos y vierte encima la humeante salsa. Adorna y acompaña con picante y sarsa.

Señoras y señores, con ustedes Pescado Flavor Marino, plato creado por el chimbotano José Luis Cárdenas Vílchez y que se ha convertido en el «buque insignia» de quienes gustan de la buena sazón de esta parte norte del país.

«Este plato representa a nuestra ciudad, pues la faena de la pesca es propia de aquí. La forma cómo armo la cabrilla representa a las embarcaciones pesqueras con sus grandes bodegas; y el arroz con mariscos simboliza la carga que traen luego del trabajo diario, nuestra riqueza marina», dice don José.

Cinco para empezar

Su historia es bastante similar a la de miles de emprendedores. Empezó como pescador o «marinero de pesca calificado» como corresponde decirlo. No sabía de horas o días de descanso. Tampoco sabía en qué lugar iba a pescar. Si no había pescado en

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 236, 13 de diciembre de 2017

Chimbote, se trasladaba al Callao, Ilo, Pisco, o más al norte. Ocho años vivió así, bastante alejado de su familia.

Dejó la pesca y se puso a estudiar gastronomía. A la par de sus clases, empezó a practicar en algunos restaurantes, hasta que un buen día decidió hacer algo para convertirse en su propio jefe.

En el 2011 inició su propia historia. Fue con medio kilo de pescado para los ceviches, un cuarto de mistura de mariscos y dos pescados enteros. Su clientela estaba conformada por cinco personas y, su local, un pequeño espacio en su casa de Nuevo Chimbote.

Han pasado seis años y hoy don José debe abastecerse a diario con no menos de 15 kilos de pescado para los

ceviches, 8 kilos de mistura de mariscos y una docena de pescados enteros para preparar otros platos. Su local lo ocupa el primer y segundo piso de su casa, la clientela no baja de las cien personas al día y, cuando llegan más, deben hacer una colita de espera en su vereda del local hasta el momento en que haya mesa disponible.

En su emprendimiento están comprometidos todos los de casa. Allí se le ve a su esposa y a sus tres hijos, uno de los cuales es el chef principal; claro, cuando él está ausente.

La larga experiencia acumulada por José Luis Cárdenas en los terrenos de la cocina, entre ollas y menjunjes, lo animó a compartir estos conocimientos entre las nuevas generaciones de cocineros.

neros. Adolescentes, jóvenes, adultos, todos con ganas de aprender.

Este chimbotano de raza que ama el mar, jamás duda en enseñar, capacitar o asistir a cocineros o aquellos que sueñan con serlo. Le gusta enseñar y así lo confiesa. Con los años se dio cuenta que esa era su segunda pasión: ser maestro de cocina y de cocineros.

El sabor de la historia

Llegar a su restaurante es encontrarse también con parte de la historia de esta parte norte del país. Mientras la clientela degusta de exquisitos platos, tienen la oportunidad encontrarse con la mítica agrupación nuevaolera Los Pasteles Verdes, el histórico equipo de fútbol José Gálvez o con lo que fue la primera estructura de la avenida Bolognesi, una de las más importantes de la ciudad.

Se trata de docenas de fotos con imágenes de la historia chimbotana, muchas de las cuales ha tenido que comprar porque eran únicas. «Estoy orgulloso de mi tierra y esta es una forma de contar su historia a quienes nos visitan», destaca.

Si usted está de vacaciones, haciendo turismo por esta parte norte del país y quiere probar el desbordante Pescado Flavor Marino o tal vez un jugoso (versión del sudado); o una causa norteña (diferente a la causa limeña, pues se prepara a base de pescado salado), no dude en visitar este rincón de Nuevo Chimbote, a 400 kilómetros al norte de Lima.

Don José, su familia, una parte de la historia gráfica de esta tierra, y la fraternidad propia de los norteños, lo estarán esperando. Buen provecho.



Tome nota

1. En Nuevo Chimbote, la Plaza Mayor luce la escultura de una estilizada garza, que describe el espíritu ecológico del lugar.
2. Su catedral es una de las más bellas del Perú.



Máncora felicidad*

Kilómetros de arena blanca y extenso mar lo esperan para alcanzar el máximo relax. Este paraíso marino del norte peruano es un destino perfecto para huir del ruido citadino. Para engrair su paladar, la gastronomía del lugar ofrece sus mejores credenciales.

Máncora debe ser uno de los destinos de playa más concurridos del litoral peruano. Su historia se remonta a fines de los años 70, cuando los amantes de la tabla fueron llegando uno a uno e instalaron su nuevo hogar en este pedazo de paraíso marino del norte peruano.

Máncora también es sinónimo de felicidad. Una de las razones debe ser que siempre hay sol y calor, pero además porque sus aguas tienen la temperatura ideal para un chapuzón en cualquier estación del año. Ello se explica porque allí tienen su encuentro la corriente marina del sur o Humboldt y la corriente del norte o Ecuatorial. Juntas hacen que sus aguas sean refrescantes.

Ir a su encuentro es muy sencillo. Basta detenerse en el kilómetro 1170 de la Panamericana Norte, casi en el límite de Piura con Tumbes. De allí, basta caminar un par de calles, saludar a los turistas venidos de diferentes partes del mundo y contemplar los kilómetros de arena blanca y extenso mar que la naturaleza muestra en pleno.

Casi 40 años después, Máncora es tan turístico que las agencias de transporte han tenido que instalar sus terminales en la principal vía del distrito. Por ello, a diario se ven desfilando a mochileros, extranjeros, nacionales, grandes, chicos y, claro, docenas de promociones de colegio que escogieron esta playa como el destino perfecto para el recuerdo de cierre de su ciclo escolar.

En esta bella parte de la costa del Pacífico podrá instalarse en un hotel con auténtica vista al mar. Los hay desde los más simples y cómodos hasta los más ostentosos, con piscina, palmeras, hamacas y mucho espacio para pasarla súper bien.

Llegar allí supone unas 18 horas de viaje en ómnibus desde Lima o de un par de horas desde los aeropuertos de Piura o Tumbes. Dicen que entre sus más asiduos visitantes están nuestros hermanos de Chile, pues salen del sur en busca de aguas cálidas y llegan a nuestro norte para disfrutar de ellas.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 313, 3 de octubre de 2019.

Tal vez su principal atractivo sea la tabla y el espectáculo de los surfistas en su búsqueda de domar las olas. Andan corriendo y dribleando el mar a toda hora. Cualquier momento es ideal para hacerlo y se ven a corredores de todas las edades.

No está demás reiterar que Máncora ha sido cuna de muchos de los mejores exponentes de la tabla en el Perú. A ellos se deben sumar tantas medallas de oro, plata y bronce conquistados en los mares del mundo y que hoy brillan en vitrinas de diversas instituciones y hogares peruanos.

Y si a algunos les fascina ver a los expertos en la tabla, hay otros que quieren vivir la experiencia. Por ello, es típico ver a nacionales y extranjeros aprender sobre la arena los principales trucos del *surf* que luego aplicarán en el mar. Academias y profesores se ven a lo largo de la playa, todos prestos a dar el empujoncito que necesita aquel que no termina de convencerse.

Broncearse en la playa o darse un chapuzón en el mar será lo ideal. Puede hacerlo sumergiéndose directamente en la arena o tomar una de las perezosas con sombrillas que se ofrecen en el lugar. A

esto puede sumarle algunos extras de diversión que se ofrecen en Máncora. Allí lo esperan el *kitesurfing* o la tabla combinada con el parapente como para aprovechar los vientos del norte que acelerarán su marcha y lo elevarán en el camino.

Allí también estarán los bananos, botes en forma de plátanos que son remolcados velozmente por una moto acuática. Asegúrese no solo de ponerse un chaleco salvavidas, sino también de sacarle el jugo al acelerado paseo.

Y si prefiere algo más calmo, en la misma playa encontrará cuatrimotos de baja velocidad o caballos para dar un paseo. También puede divertirse con muy poco: una pelota le permitirá jugarse una pichanga o un partidito de vóley.

A comer

Bajo el sol norteño, una de las primeras cosas que le agrada probar es la cremolada de fruta. De varios sabores y colores estará allí, bien helada para darle la contra al calor y disfrutar mejor del día.

En su gastronomía, Máncora podrá ofrecerle una elegante y deliciosa langosta o un tacu tacu de mariscos.

También puede optar por un pulpo a la parrilla o saborear unos curiosos *shots* de cebiche.

Si prefiere lo sencillo, un pescado frito siempre estará en los huariques del balneario. Un buen cebiche también, y si es con chicha de jora, mucho mejor.

Ya por la tarde, el atardecer parecerá de otro mundo. Cielo naranja, la redondez de un perfecto sol y la silueta de docenas de yates y lanchas en lontananza. ¿Qué más le puede pedir a la madre naturaleza? Esto sí que es paz interior.

Una fogata es la cereza que coronará el pastel de la noche norteña. Si está hospedado en un hotel, seguramente le avisarán a qué hora empieza la fiesta de las llamas. O tal vez pueda hacer una más individual. Si fuese así, aproveche la buena compañía. Si mira el cielo, verá que estará espectacular.

La otra opción es caminar por el balneario. Siempre encontrará un buen lugar para escuchar buena música, comer un piqueo y tomar alguna bebida

que acompañe la ocasión. Si gusta algo más movido, las discotecas o *pubs* estarán esperando por usted.

Un buen recuerdo

No puede dejar Máncora sin llevarse un recuerdo de allí. Siempre encontrará polos, blusas, *shorts*, bolsos u otra prenda con una frase referida a Máncora. También puede optar por pulseras o collares trenzados. Si prefiere un recuerdo de la naturaleza local, encontrará artesanía elaborada con lo que el mar ofrece.

Tenga en cuenta que todo es bonito aquí y es así como debe dejarlo. Por ello, siempre lleve una bolsita para colocar sus residuos. Una playa limpia recibirá al siguiente visitante de la mejor manera.

Así que si antes había escuchado sobre los atractivos de Máncora, ahora le toca visitarla. Pase la voz a la gente, programe su viaje y escápese a este inmenso paraíso que el mar del norte peruano le ofrece.

Tome nota

1. Desde Máncora puede visitar también las playas de Punta Sal, Órganos o Vichayito. La experiencia en cualquiera de ellas será inolvidable.
2. Puede ser visitada todo el año, pues hasta en invierno el sol es buenazo.
3. Encontrará hoteles desde 50 soles en cama individual. Una perezosa con sombrilla a 40 soles aproximadamente, y una clase para aprender a surfear, 80 soles.
4. Hay un sinfín de restaurantes. Muchos de ellos ofrecen menús desde los 12 soles. Hay también menú marino desde 20 soles.
5. Desde Máncora, también puede optar por escaparse a Tumbes. Si lo hace, puede llegar hasta el puerto de Zorritos o darse una vuelta por la frontera con el Ecuador. Todo está muy cerca y los costos son bastante bajos.





Huanchaco para todos*

Huanchaco se encuentra entre las cincuenta playas más atractivas de Sudamérica. Tiene los ingredientes necesarios para que el visitante disfrute con intensidad todo lo que el mar puede ofrecer. La oferta de servicios y hoteles es de lo mejor

Docenas de niños construyen castillos de arena y juegan con el romper de las olas. Más allá, unos caballitos de totora pasean a los turistas, mientras gente de varias partes del mundo trepa sus tablas para surfear. Todos ellos le sacan el jugo a este día de sol; todos en las aguas de Huanchaco, la playa más turística de la Ciudad de la Eterna Primavera.

Se encuentra a treinta minutos de Trujillo y se puede llegar a ella hasta en ómnibus. Un taxi lo lleva por treinta soles y un microbús solo por dos. Si lo hace en transporte público, anímese a subir al Huanchaco, tradicional movilidad de color naranja con amarillo que hasta hace una década era la única que conectaba a los visitantes con este balneario.

Huanchaco es tranquilo, de gente amable, muy vinculada con el mar. Muchos son pescadores, artesanos y comerciantes que le deben la vida a sus aguas. Otros no nacieron allí, pero han hecho suyo este lugar. Vinieron de visita desde Europa u otras partes de América, y les gustó tanto el balneario que terminaron por quedarse a vivir allí.

Si el muelle hablara

Punto obligado para quien visite Huanchaco es su muelle. Fue construido hace 125 años, tiene 110 metros de largo y permite una mirada espectacular de toda la playa. Desde allí también se puede practicar la pesca. ¿No tiene implementos? Allí mismo encontrará las herramientas e insumos necesarios para la faena a un costo de tres soles. Si tiene paciencia y suerte, podrá hacerse de alguna chita o cabrilla.

El muelle de Huanchaco también ha sido escenario de grandes historias, sobre todo de amor. Se suele decir que «si el muelle hablara, cuántas historias contaría». Y sí. Aquí se han producido un sinnúmero de declaraciones de amor, propuestas de matrimonio,

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 284, 24 de enero de 2019

reconciliaciones, reencuentros, anuncios de maternidad u otras buenas noticias que los amantes o amigos decidieron darse solo en este lugar.

Pero, sin duda, la misma playa es la atracción central. Olas chicas y mar tranquilo han convertido a Huanchaco en una de las cincuenta mejores playas de Sudamérica, según la agencia de viajes canadiense Flight Network, que la destaca como «un destino de *surf* internacional o un destino encantador por sí solo».

¿Mucho sol? Debe haberlo porque se encuentra en la ciudad donde todo el año es primavera. Pero no se preocupe. En Huanchaco hay sombrillas y sillas de playa en alquiler para pasar el día protegidos bajo la sombra. Su precio es quince soles.

Aproveche este servicio para descansar, leer o escribir. Será un buen ejercicio.

Para matar el hambre, hay una gran cantidad de cafeterías y restaurantes. Tanto en el desayuno como en el almuerzo, usted podrá degustar de la riqueza marina en un sinfín de platos. Los costos están al alcance de todos.

Todo diversión

La playa de Huanchaco no solo le permite un reconfortante baño marino. También encontrará la posibilidad de subirse a un caballito de totora, embarcación tradicional norteña, que viene de nuestros ancestros mochicas y chimúes. Acomódese el chaleco y súbase a uno. Su costo es de apenas diez soles para

un paseo que se prolonga por quince minutos.

Más al fondo, la formación de las olas lo invitarán a surfear. Si no sabe, no se preocupe. Aquí hay numerosas academias rodantes que, luego de unos minutos de nociones básicas, le posibilitarán treparse a una tabla y hacer sus primeras piruetas. La clase de dos horas le costará 70 soles. No se lo puede perder.

Y si después de todo esto decide regresar de su viaje llevando consigo una marca especial de lo vivido en Huanchaco, tal vez se anime a estamparse en la piel un tatuaje temporal (superficial y sin agujas) o hacerse unas trenzas tipo rasta. Locazo. Se las hacen por diez soles y no le demanda mucho tiempo.

¿Le gustó tanto el balneario que quiere pasar la noche? Buena decisión. La oferta hotelera es bondadosa. En Huanchaco

podrá encontrar desde hoteles 5 estrellas hasta hospedajes para mochileros. Si se da su tiempo para buscar, quizá alcance a encontrar algunos de 50 soles, frente al mar, con buenos servicios y, sobre todo, seguridad.

Aproveche la noche para caminar bajo la luna y las estrellas. Sí, porque aquí las podrá ver en todo su esplendor. Si quiere divertirse, el malecón de Huanchaco se vuelve bastante festivo como para bailar, comer o tener una buena y larga conversa. Pero si lo que usted quiere es sentir la brisa del mar en la tranquilidad de una buena caminata, las calles interiores del balneario le serán propicias.

En verano el cuerpo pide playa. Deje la ciudad y aproveche en darse un salto por esta parte del norte peruano. Huanchaco, sus atractivos, tradición y su gente buena lo están esperando.



Tome nota

1. Huanchaco es sede de competencias internacionales de *surf*, como el Mundial de Longboard, que se realiza cada año en las temporadas de verano.
2. Visite el Santuario Virgen del Socorro ubicado en la parte alta de Huanchaco. Se le considera el primer Santuario Mariano en América Latina. Su mirador regala una panorámica del balneario.
3. Junto a Huanchaco está Huanchaquito, otra playa privilegiada por la naturaleza para gozar de un día de mar.



Paracas es vida*

Admirar el comportamiento de otras especies que habitan nuestro planeta es una experiencia inolvidable que se puede disfrutar frente al litoral iqueño, en la acogedora localidad de Paracas, a la par que disfruta del clima y de sus extensas playas.

Los lobos marinos suelen ser los que más atención reciben por parte de los visitantes. Están recostados sobre las rocas, descansando o desperezándose bajo el sol. Dice Washington, el guía del grupo, que tienden a dormir de día y que salen a buscar su alimento cuando empieza a oscurecer.

Afirma también que una de las particularidades de estos simpáticos mamíferos es que llegan a tener hasta 15 hembras cada uno, todas siempre a su lado, como lo están sus crías a las que se les ve refrescarse en el mar de vez en cuando.

Diferente es el pingüino de Humboldt. De porte y traje elegante, dicen que cuando tiene pareja vive con ella hasta que la muerte los separe. Es una especie que vive en monogamia y suele vérselo erguido sobre las rocas, oteando el horizonte.

A los pingüinos no se les ve en gran número, pero siempre están acompañados por otras aves como los pelícanos, piqueros y zarcillos, los que se muestran por cientos a lo largo de la Reserva Nacional de Islas, Islotes y Puntas Guaneras de Paracas o popularmente conocida como las islas Ballestas.

Esta es solo una pequeña muestra de la maravilla natural que halla el visitante en este paraíso del sur, pues se estima que existen 216 especies de aves, 36 de mamíferos, 10 de reptiles, 168 de peces y un gran número de invertebrados.

Azarpar

Elizabeth Santiago, operadora de turismo de Paracas, apoya la logística de la visita de hoy. 30 soles el paseo en lancha, 17 más para el ingreso a la reserva y cinco adicionales por el uso del muelle es el costo de esta aventura para ir al encuentro con la vida marina de esta parte de Pisco, una de las cinco provincias del departamento de Ica.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 318, 7 de noviembre de 2019.

El embarque está adornado por cientos de lanchas artesanales apostadas en la playa. Las hay por aquí y por allá, todas coloridas y movedizas por efecto de las ondas del mar. Sobre ellas, los pescadores se hacen a diario de mariscos y pescados que comercializan en el mismo puerto.

Abordar la lancha es toda una fiesta, sobre todo para los niños. Puesta de chalecos y algunas sugerencias para la travesía son de carácter obligatorio para empezar la marcha a uno de los destinos turísticos marinos con mayor número de visitantes al año.

La velocidad, el fuerte viento y las gotas del mar que salpican a lo largo del camino son solo el inicio de la aventura. De allí en adelante, la naturaleza se muestra en su máximo esplendor. El

inmenso mar y las aves que atraviesan el cielo obligan a mantener las cámaras listas para cientos de disparos. Todo el camino es digno de fotografiar.

La primera parada es para apreciar El Candelabro, un inmenso geoglifo cuyo origen, antigüedad y significado han sido siempre un misterio. Es una figura que solo puede verse desde el mar, puesto que el acceso por tierra está prohibido.

Minutos después, casi de yapa, se muestra una formación rocosa entre los islotes que, vista desde una posición específica de la lancha, permite observar una silueta casi perfecta del rostro de Cristo.

Lo que sigue es una hora de espectáculo natural. El encuentro con un hábitat privilegiado, nutrido de curiosos lobos

marinos y aves diversas que surcan el cielo o descansan sobre las rocas. Es sabido que, por esto último, las islas Ballestas son visitadas con frecuencia por los amantes de la observación de aves.

Sobre ruedas

Si está en islas Ballestas, anímese a recorrer parte de las 335 mil hectáreas de la Reserva Nacional de Paracas. Y para hacerlo, una buena recomendación es treparse a un carro tubular. Colóquese el casco, asegúrese el cinturón y póngase en marcha detrás de la cuatrimoto del guía. Es una acelerada experiencia.

Recorriendo una extensa trocha de piso salitroso, la primera parada será en las turrítelas o fósiles de caracoles marinos de hace 36 millones de años que se hallan empotrados en el piso de la reserva. Más allá, en la playa Yumaque, tendrá la posibilidad no solo de recoger esas piedrillas ovaladas de textura suave y colores diversos que quedan bien en adornos del hogar, sino que también podrá contemplar un paisaje sin igual.

Una panorámica

Y si pisa más el acelerador, llegará al mirador, un lugar excepcional desde el cual se puede disfrutar de un panorama formidable. A un lado, el puerto de Paracas mostrado en todo su esplendor y, al otro, las playas La Mina, Raspón, Roja y Chaco, esta última con docenas de lanchas artesanales bamboleándose al ritmo de las olas.

Más allá, Washington muestra lo que queda de la desaparecida Catedral, patrimonio de la humanidad que colapsó durante el terremoto del 2007. De ella, solo puede apreciarse una parte de la base y una cuota, la de su historia.

Después de esta aventura, no puede terminar el día sin apreciar la postal del puerto que se muestra desde el monumento al libertador don José de San Martín. Está a unos pasos de la carretera. Y si lo hace al final de la tarde, mientras el sol se pone, la imagen será como para un cuadro. No se la puede perder.



Tome nota

1. De Lima hasta Pisco el viaje es de 4 horas, aproximadamente. En el mismo terminal se puede tomar un taxi hasta el puerto de Paracas por 20 soles. Otra opción es un colectivo hasta la plaza de Pisco por dos soles y otro a Paracas por 3.
2. Si está en Ica, puede tomar un *tour* para sobrevolar las líneas de Nasca. Hay paquetes desde 85 dólares por 30 minutos de vuelo y una vista de 12 de las líneas. Puede visitar también la laguna Huacachina, un oasis en pleno desierto.
3. El mejor servicio en Paracas es el que ofrece Elizabeth Santiago y la agencia de viajes Paracas Kory Tours. Llámelos al 939 109 906.

Los sabores de Huaral*

En una parte del norte chico, a dos horas de Lima, se puede disfrutar de un lugar que ofrece mucho para pasarla bien. Y es que la provincia de Huaral tiene playas de ensueño, tradición culinaria, aire campestre y más.

Huaral, provincia de Lima ubicada a 80 kilómetros al norte de la capital, no solo se enorgullece de tener las seis mejores playas del norte chico; su propia ciudadela inca llamada Rúpac, complejo arqueológico que es comparado con Machu Picchu; y hasta su propio castillo, el Castillo de Chancay.

Se enorgullece también de tener su propio, emblemático e histórico equipo de fútbol, el Unión Huaral, y a uno de sus más connotados y queridos peloteros, Pedrito Ruiz.

Pero, además, tiene el privilegio de contar con una variada oferta gastronómica que tiene en sus sopas, platos de fondo, postres y tragos a sus mejores exponentes.

Sopa García

Al llegar a Huaral no puede dejar de probar la sopa García, un plato «bien taipá», preparado a base de caldo de gallina. Suele servirse acompañado de trozos de gallina, chancho asado, wantán frito, fideos, tortilla de huevos y huevos de codorniz.

El nombre de este plato hace honor a don Nicéforo García, vecino de Huaral que un 19 de octubre de 1959 llegó tarde al chifa de la familia Tang y, al no haber atención, se metió a la cocina, tomó los insumos que había y preparó una sopa tan contundente, que, sin saberlo, se convertiría en una tradición culinaria de esta parte del país.

Otra de las delicias típicas de Huaral es el pato en ají o pato a la huaralina, plato declarado Patrimonio Gastronómico y refrendado como producto turístico por el Ministerio de Comercio Exterior y Turismo.

Con más de dos siglos dándole sabor al paladar, su preparación se basa en una mezcla de ajíes panca, limo y amarillo con cebolla picada. Dicen que en la fusión de especias y aderezos naturales está el secreto de su sabor. Clásico es servirlo con frejoles, arroz graneado y yuca.

Pero también puede optar por un cebiche de pato. No tiene nada que ver con la preparación del cebiche de pescado. Al contrario, este plato requiere macerar

Tome nota

1. A diez minutos de Huaral se encuentra Huando, una de las haciendas que antes de la reforma agraria se ubicaba a la vanguardia del desarrollo agrícola. Nuestro paladar aún recuerda la riquísima naranja Huando sin pepa.
2. Huaral también es conocida por su tradición de crianza y competencias de gallos a navaja, afición que siempre formó parte de las festividades de esta provincia.
3. Para llegar a Huaral, puede hacerlo en bus. Su costo no excede los 8 soles. Si lo hace en auto particular, hay un peaje en la variante de Pasamayo.

las presas y freírlas. Se adereza con una mezcla de ajíes amarillos y, antes de bajar del fuego, unas gotas de limón. Hay que servirlo con yuca, huevo sancochado, lechuga y aceitunas.

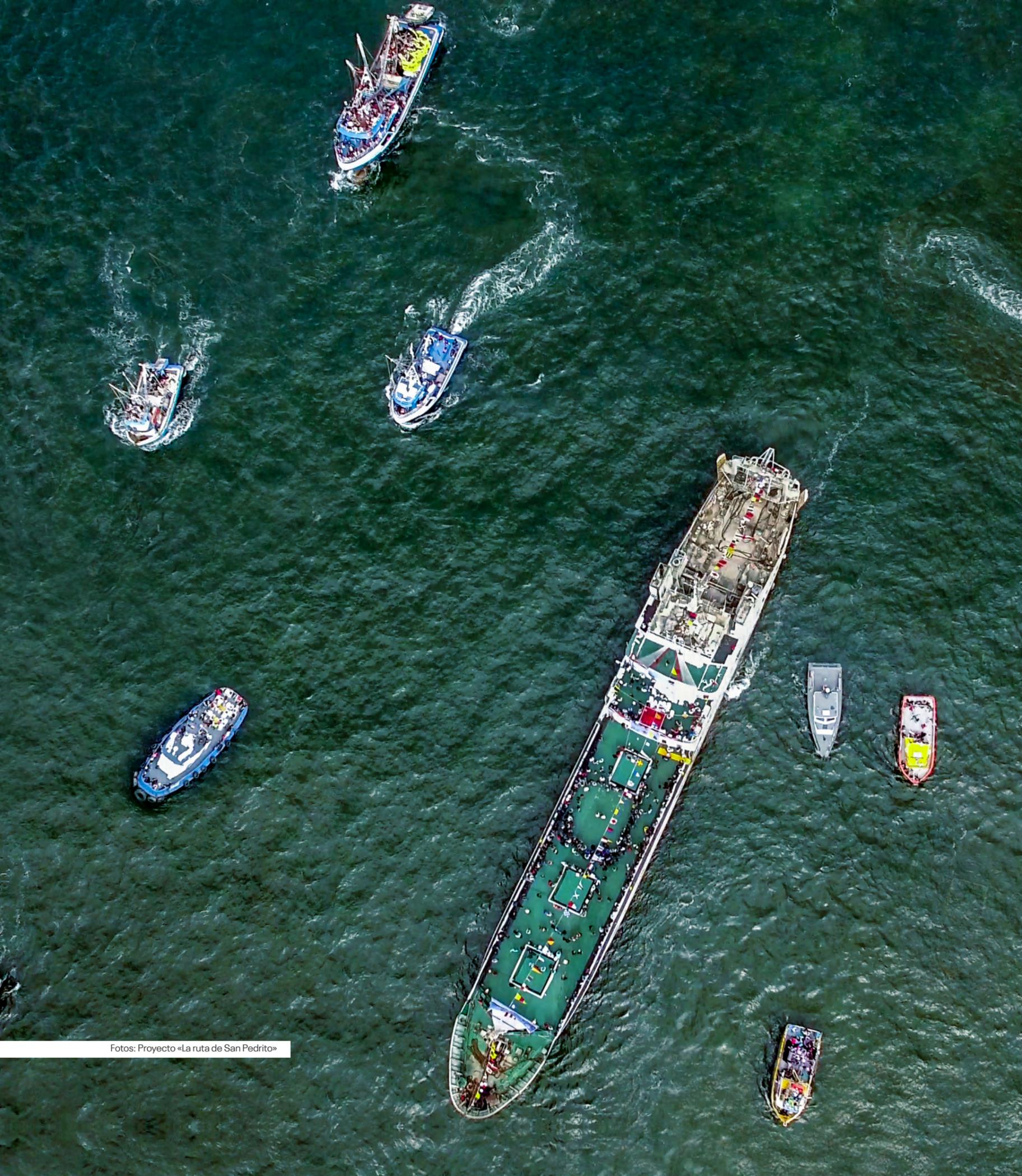
¿Conejo o cuy?

Dos opciones adicionales son el chicharrón de cuy o el de conejo. Son platos de gran demanda en los restaurantes campestres de Huaral. Esto se da no solo por la crianza de estos animales, sino también por la sazón que le ponen los chefs locales a estos potajes cocinados con leña. No tenemos duda, estos platos harán vibrar su paladar.

Si busca un aperitivo que le permita acompañar estas delicias, en Huaral encontrará el viñedo Alvanor. Este lugar es el único en la jurisdicción que produce pisco con denominación de origen. Y no solo tiene un exquisito sabor y definición, sino que ha sido ganador de la medalla de plata en el Festival de Vino y Pisco realizado en Cañete en el 2015.

En Huaral también hay una larga tradición con los dulces. Si le apetece alguno, opte por las pecanas, fruto seco que se produce en esta localidad. Le recomendamos probar las pecanas confitadas o quizá se anime por la chancaquita de pecana. Cualquiera que elija, será una delicia.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 253, 2 de mayo de 2018



La ruta de San Pedrito*

La principal celebración religiosa de Chimbote, tiene ahora una ruta que combina el ecoturismo, la recreación y el fervor al patrono San Pedrito. Todo en la provincia del Santa, departamento de Ancash.

Todo chimbotano que se respeta celebra la fiesta de San Pedrito. Por ello, la última semana de junio de cada año, los chimbotanos que viven en este distrito de la provincia del Santa y aquellos que están en el interior del país o en algún lugar del mundo suelen darse un salto para, junto a la familia y los amigos de siempre, participar de la procesión de San Pedrito que se realiza en las aguas del puerto.

Y para el turista que llega a Chimbote por esta fecha, ahora tiene una serie de actividades en las que puede participar y que van desde lo religioso, hasta lo ecoturístico y recreativo. A toda esta experiencia de varios días de duración se le ha dado en llamar «La ruta de San Pedrito».

Procesión

La procesión en el mar es la actividad más importante del 29 de junio. Desde muy temprano, docenas de barcos, lanchas y botes se van llenando de feligreses y turistas que acompañarán a San Pedro por las aguas de la bahía de Chimbote.

El patrón de la ciudad va en el barco principal que zarpará muy temprano. Son casi cuatro horas de marcha por las aguas de este distrito norteño, en el que recibirá los cánticos, vivas y oraciones de quienes lo acompañan en las embarcaciones procesionales.

Es una actividad religiosa tradicional, en la que hasta hace poco solo podían participar las autoridades oficiales y algunos invitados o suertudos que lograban conseguir un espacio para subirse a un bote. Pero eso ya es historia, pues los organizadores de la ruta de San Pedrito han posibilitado que el turista que quiera participar y que adquiera su boleto pueda acompañar al santo en su camino procesional.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 322, 5 de diciembre de 2019.

Ecoturismo

Junto a las ceremonias religiosas, están las actividades ecoturísticas incluidas en la ruta. Por ejemplo, la visita a la Isla Blanca, uno de los principales atractivos ubicados frente a la bahía de Chimbote. Llegar a ella supone media hora de viaje por sus aguas y, de yapa, hay la oportunidad de contemplar el paisaje apostado en la playa Las Conchuelas, llamada así porque su arena está mezclada con conchitas molidas.

También está la subida al cerro de la Juventud. Se trata de un mirador ubicado muy cerca de la carretera Panamericana Norte y cuya gran cruz, que se ve desde muy lejos, fue colocada allí en 1986.

Si bien se trata de un mirador desde el que se puede observar toda la ciudad, la ruta de San Pedrito le ofrece al turista

un festival gastronómico para conocer las bondades culinarias de la región. Todo en un solo lugar.

Allí se puede encontrar la causa chimbotana, plato auténticamente regional a base de pescado cuyo bastión se localiza en Vinzos y en otros lugares de la provincia: o el combinado, ese encuentro del tallarín, el ceviche y la papa a la huancaína en un solo plato. Es una preparación contundente, muy consumida en el lugar. También hay una nutrida muestra de cocteles y postres producidos con productos de la región. Todo un espectáculo del sabor en las alturas de Chimbote.

En el marco de la festividad, la ruta también contempla un festival de danzas ancashinas declaradas patrimonio de la humanidad, en la que grupos de

diferentes partes de la región presentan los bailes más representativos de esta parte del país. Se realiza en los exteriores de la parroquia San Pedro, la primera catedral de Chimbote.

El turista no puede dejar de visitar las loberas, tal vez el atractivo turístico más llamativo por estas fechas. Se trata de un hábitat natural en la bahía El Ferrol donde viven tres familias de lobos marinos. Son unos 5 kilómetros de extensión ubicada a unos 40 minutos de Chimbote.

Y si está allí, no puede dejar de bañarse en las aguas de la playa La Caleta, unos 20 minutos después de las loberas. Una playa muy turística, caracterizada por tener aguas muy apacibles, sin olas que asusten.

Allí mismo podrá disfrutar de la feria, en donde artesanos venidos de toda la región mostrarán lo mejor de su arte manual, gastronomía y música.

Por esos días, una competencia de chalanas o botes artesanales realizada en la playa La Caleta llamará su atención. Son docenas de competidores, pescadores todos, que remarán y remarán buscando hacerse de la Chalana de Oro, trofeo ofrecido por la Municipalidad de Chimbote.

Por la noche, el balneario de La Caleta le ofrecerá el espectáculo de fuegos artificiales que coronarán con luces la fiesta del patrón San Pedro.

Un pasacalle por la ciudad, el concurso de marinera con fuga de huayno y, claro, la serenata a San Pedrito en el estadio de la ciudad serán otras muestras recreativas que no se puede perder.

Ahora que ya lo sabe, no demore en adquirir su boleto para participar de todas las actividades de la Ruta de San Pedrito. Chimbote, su causa de pescado y su santo patrón, lo esperan.



Recreación

Para el disfrute, la ruta de San Pedrito contempla la visita obligada al Vivero Forestal de Chimbote, un extenso parque que incluye juegos, paseos en lancha y un largo rato de caminata entre árboles y lagunas.

Tome nota

1. La fiesta de San Pedro contempla doscientas actividades, aproximadamente, a lo largo de una semana de celebración. La Ruta de San Pedrito incluye 18 de ellas.
2. Las actividades religiosas están a cargo de la parroquia San Pedro de Chimbote. Desde hace ocho años lo hace directamente su párroco, el sacerdote dominico Juan Anguerry Preciado.
3. La producción de la ruta de San Pedrito está a cargo del colectivo Chimboteros, presidido por el chimbotano David Aguedo Roncal.



Nuevo Chimbote: joya de catedral*

Si está de paso por Nuevo Chimbote, distrito norteño de la provincia del Santa, no puede dejar de visitar una de las expresiones arquitectónicas más bellas de la Iglesia católica peruana: la Catedral Nuestra Señora del Carmen y San Pedro Apóstol.

En el Perú hay 46 iglesias católicas que tienen la condición de catedrales, pero solo una de ellas ha recibido la visita de la segunda autoridad del Vaticano después del Papa. Tiene los trazos magistrales del mismo pintor que hizo maravillas en el Kremlin ruso y fue construida en tiempo récord por nada más que ocho personas.

Se trata de la Catedral Nuestra Señora del Carmen y San Pedro Apóstol, ubicada en la plaza de Armas de Nuevo Chimbote, uno de los nueve distritos de la provincia del Santa, en Áncash. Es la única catedral del país que tiene dos advocaciones: Nuestra Señora del Carmen, por ser patrona de la diócesis de Chimbote; y San Pedro Apóstol, patrón de la ciudad de Chimbote.

Cuando visite este templo, estará tal vez, frente a la única construcción de 2000 metros cuadrados de extensión y 40 metros de altura que fue levantada por solo ocho vecinos del distrito de Nuevo Chimbote. Y no solo eso, sino que tuvo la supervisión al detalle del arquitecto italiano Angelo Ripamonti, quien vivió en la zona durante todos los años de construcción de esta estructura sin cobrar un sol por sus servicios.

Sello mundial

Una vez en el interior de la catedral, deberá saber que para su construcción se necesitaron 90 mil bolsas de cemento, por las cuales no se pagó absolutamente nada. Y que la pintura principal del templo, aquella que se encuentra detrás del altar con escenas de la vida de San Pedro, fue supervisada desde su boceto por la pintora italiana Daniela Bogani.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 250, 11 de abril de 2018.

Fotos: Liliana Abanto

Cuando se deslumbre por el acabado de sus trabajos en madera, no se sorprenda al saber que fueron hechos por jóvenes del distrito de Chacas (Áncash); y cuando le pase lo mismo al contemplar las cornisas de las columnas talladas en yeso sin molde alguno, ha de saber que lo hicieron artistas de Andahuaylas, todos ellos jóvenes formados en los proyectos educativos impulsados por el padre salesiano Ugo de Censi.

Cuando los dibujos de la Capilla del Santísimo le hagan pensar en lo hermosa que es la vida, deberá saber que fueron pintados por siete artistas europeos que solo brindaban sus servicios a multimillonarios jeques árabes, «pero esta vez decidieron

retribuir gratuitamente todo lo que Dios les había dado», recuerda el padre Juan Róger, rector de la catedral.

En la misma Capilla del Santísimo, cuando encuentre unas pinturas de estilo muy particular, no creará que las hizo el artista que pintó muchas obras en el Kremlin, la principal sede de Gobierno de Rusia.

Visitantes ilustres

La Catedral Nuestra Señora del Carmen y San Pedro Apóstol empezó a construirse el 22 de marzo del 2002 y se inauguró el 25 de agosto del 2007. Está diseñada para recibir a 2000 fieles, todos sentados.

Su estilo es único en el Perú y ha sido considerada por los arquitectos como una de las más bellas del país. La cúpula está inspirada en la de la Basílica papal de San Pedro, y las piletas y bautisterio, ubicadas al ingreso, son réplicas de las existentes en la Basílica de San Marcos de Venecia, Italia.

Un acontecimiento que se conserva claramente del lugar es la visita de Tarcisio Bertone, secretario de Estado del Vaticano (el segundo después del Papa), y la del cardenal Rodríguez Madariaga,

asesor papal. Además, ha sido sede de la vigilia previa a la beatificación de los sacerdotes mártires polacos Miguel Tomaszek y Zbigniew Strzalkowski, en diciembre del 2015.

Así que ya lo sabe. Si viaja a Nuevo Chimbote, incluya en su agenda a la catedral del obispado de Chimbote, pues no solo es una de las más bellas del país, sino que fue construida por las manos creyentes de solo ocho dedicados vecinos de este pujante distrito del norte del país.



Tome nota

1. Nuevo Chimbote es conocido como distrito ecológico, por sus grandes parques y sus modernas urbanizaciones.
2. Otro atractivo del distrito es la lobera ubicada a 45 minutos de la playa Caleta Colorada. Es hábitat de una colonia de lobos marinos.
3. Hay buena oferta de hoteles y restaurantes.



Relajo en Aucallama*

¿Cansado de la agitación de la ciudad? ¿Vive al extremo y necesita con urgencia un escape? ¿Busca un clima ideal para descansar y relajarse? Entonces, es hora de preparar la mochila y dirigirse al norte chico. El distrito de Aucallama lo espera.

Llegar al distrito de Aucallama es fácil. Hay que viajar poco más de una hora por la Panamericana Norte hasta llegar al kilómetro 65 y listo. Atraviese los distritos de San Martín de Porres, Los Olivos, Puente Piedra y Ancón. Cruce la variante de Pasamayo hasta que esta vía se encuentre con el llamado Serpentín. Vire a la izquierda y habrá llegado.

Cuando lo haga, seguramente lo primero que le llamará la atención será una playa rodeada de áreas de cultivo. Es cierto. Mientras descansa sobre la arena y escucha el romper de las olas, verá animales pastando a pocos metros de usted. Es la playa Chacra y Mar, una de las más visitadas por los lugareños y los visitantes de Lima.

Después de disfrutar de su refrescante playa, podrá visitar la plaza de Armas construida a fines del siglo XIX y considerada una de las más bellas del país. Anímese a conocer más de la historia de este parte del norte chico visitando Las Shicras, el centro ceremonial que data de los 4500 a. C. Pero si la idea es dejar la agitación y el estrés de la capital, lo ideal es tomar un descanso en el Eco Truly Park.

Paz interior

Diggory Frampton es australiano y llegó al Truly recién. Ha programado una estadía de fin de semana o el paquete completo. En sus dos días de permanencia, convivirá con la naturaleza, se alimentará sano y participará en ejercicios que, según dice, le llenarán el alma.

*Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 249, 4 de abril de 2018.

Diggory no solo despertará con el cantar de los pájaros, sino que también participará en ejercicios de yoga, mantraterapia, alineación de chakras, aromaterapia, sesiones de filosofía, mandalaterapia y música de meditación. «Todo con el propósito de alcanzar la paz interior».

Tal vez la variedad de ejercicios espirituales sea una de las principales características del Eco Truly Park, pero hay más. Esta finca, cuyo modelo se replica en diferentes lugares del mundo, es una comunidad ecológica, artística y autosostenible, cuya vida se basa en principios de no violencia. «Aquí, los visitantes pueden experimentar y aprender que es posible vivir felizmente en armonía con la naturaleza y con los demás», dice Premananda, nombre

krishna del administrador, argentino de nacimiento.

Todo sano

La base de la arquitectura de la finca son los trulys, construcciones de inspiración india y con forma de huevo de pascua. Es una construcción energética de barro, ideal para el descanso y la reposición. «Una habitación viva, que respira a través de sus paredes».

La entrada cuesta diez soles. Al ingresar, súmese a la visita guiada por toda la finca para conocer experiencias de cuidado de la naturaleza. Verá las bondades del uso de abono natural, la importancia de los biohuertos, el cuidado de los animales, y lo bueno que es optar por la energía solar.

¿Tiene hambre? Coma sano. La alimentación en el «Truly» es completamente vegetariana. Pero no crea que todo está lleno de hierbas. Usted podrá pedir un lomo saltado, un arroz chaufa o un estofado, tan igual como lo encuentra en cualquier restaurante. Pero, eso sí, la carne reemplazada por gluten. Los jugos y postres, igualmente, vegetarianos.

Otra de las atracciones de la finca son los mismos «trulys». De formas cónicas y coloridas, siempre llaman la atención.

Están por todos lados. Usted no hizo una vista completa aquí si no regresa con unas fotos delante de estas originales estructuras.

Si se anima, puede hacer una visita de un día de duración o *full day*. Su costo es 85 soles e incluye el traslado desde Lima. Pero si quiere tomar un paquete completo de relajación, su costo es 230 soles: incluye el hospedaje, alimentación y ejercicios de relajación. Anímese y procure encontrar su paz interior.



Tome nota

1. Si va en bus, el viaje puede costarle 7 soles. Al bajar, tome una mototaxi e indique que lo traslade al Eco Truly Park. Pague 3 soles y en medio de diez minutos llegará a la finca.
2. Aucallama es uno de los doce distritos de la provincia de Huaral. Fue fundado el 21 de marzo de 1551. Puede visitar también la laguna Santa Rosa, que contiene agua natural debido a las filtraciones de agua que salen del subsuelo.
3. El Centro Ceremonial Las Shicras está abierto de 9 a. m. a 4 p. m. El ingreso es libre.



Tuquillo: piscina del Pacífico*

Es una de las playas más bonitas del norte chico y la más visitada de la provincia de Huarney. Sea por sus aguas turquesas, su extensa franja de arena o sus prácticas amigables con la naturaleza, Tuquillo es una buena opción para pasar el día o quedarse a acampar.

Era el primer campamento de su vida, así que debía ser inolvidable. Se hizo de carpa, sombrilla, sillas, linterna y varias cosas más; las acomodó en su camioneta y partió de madrugada rumbo al kilómetro 303 de la carretera Panamericana Norte.

Junto a su esposo, Ruth Pacheco manejó poco más de cuatro horas. Se detuvieron en un grifo para comprar el desayuno, vieron juntos el amanecer y terminaron estacionando su camioneta en las arenas de Tuquillo, una de las playas más visitadas de la provincia de Huarney.

Llegaron, instalaron sus cosas y los primeros en disfrutar del lugar fueron sus hijos Enzo y el pequeño Ariel. Corrieron sobre la arena, jugaron con las aguas frías del mar, armaron castillos, pelotearon imaginándose ser los mejores jugadores de los compadres del fútbol peruano y, por supuesto, se bañaron y remojaron hasta que el hambre y el sueño terminaron por vencerlos.

Cuidar la playa

Tuquillo es una playa bonita. Está ubicada a solo diez minutos del centro de Huarney y se caracteriza por tener aguas limpias, transparentes, de color cercano al turquesa y mansas; tan mansas, que se le conoce como la Piscina del Pacífico.

Esto es resultado de una complicidad entre las características propias de su territorio y un ecosistema generoso que la convierte en destino ideal para llegar en familia y disfrutar de todo lo que esta maravilla natural ofrece. Agua, sol y arena se juntan con formaciones rocosas,

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 327, 6 de febrero de 2020.

arrecifes, aves, peces, crustáceos, luna y estrellas, haciendo de su visita una experiencia inolvidable.

No solo eso. También se pueden realizar varias actividades que entran en perfecto equilibrio con el cuidado de este destino. Uno de sus promotores es Santiago del Castillo, administrador de Huarmey Playas. Por ejemplo, pasear en los milenarios caballitos de totora o remar sobre un *paddle surf*. ¿No sabe hacerlo? No se preocupe, Santiago o alguien de su equipo le enseñará en minutos y podrá vivir esta relajante experiencia.

Dice Santiago que otra opción ecológica y silenciosa es montar bicicleta y explorar las playas; también lo es practicar *trekking* de naturaleza en rutas de 5 o 10 kilómetros. Sea cual sea su opción, vale hacerlo solo, en pareja, en familia o en mancha. No solo por el buen momento que vivirá, sino porque se divertirá sin dañar el ecosistema local.

¿Y si quiere pescar? Es otra buena opción. Puede hacerlo casi en las orillas del mar o subidos en un bote, pues mucho dependerá del tipo de pez que quiera hacer suyo. Está asegurado que será una experiencia muy relajante. Y si está con niños, no se pierda sus caras de satisfacción cada vez que pesque un ejemplar.

Y, tal vez, lo más extremo pueda ser ingresar al mar para realizar buceo *esnórquel*. Es una actividad que promueve Santiago con todas las medidas de seguridad y que permite explorar la diversidad marina de los arrecifes. ¿Experiencia? Ninguna, solo las ganas de observar la riqueza marina.

Opción La Pocita

Habiendo disfrutado un día de la maravilla de Tuquillo, Ruth y su familia decidieron mudarse, a la mañana siguiente, a la playa contigua. Se llama La Pocita, una playa que recibió ese nombre precisamente porque sus formaciones rocosas han dado lugar a pequeñas pozas o piscinas naturales, ideales para el disfrute de los niños.

Tal vez, la principal diferencia con Tuquillo es que se trata de una playa pequeña y, sobre todo, tranquila, dice Carlos Pérez, administrador de la Pozita Lodge, un alojamiento con *bungalows* de diseño rústico, muy cómodos, con zona parillera y vista al mar.

La Pocita es ideal para los niños, las personas adultas mayores, personas con discapacidad y la familia en general. Sus pequeñas pozas se asemejan a la tranquilidad de una piscina, solo que

acompañada de algunos pececillos que suelen transitar por sus aguas.

También tiene formaciones rocosas que lo invitarán a treparse en algunas de ellas y tomarse algunas fotografías que estamparán este buen recuerdo. Aquí, a veces, los visitantes cogen conchitas de varios tamaños y forman apachetas, ese tipo de estructuras verticales que suelen construir los viajeros con piedritas en la sierra.

Y si quiere ver el total del majestuoso paisaje o ganarse con una espectacular puesta de sol, puede subir a uno de los cerritos de la playa. El mejor es el que se ubica justo entre Tuquillo y La Pocita. Será, tal vez, uno de los momentos más espirituales de la visita.

No puede dejar de conocer otras bonitas playas de Huarmey. Puede hacerlo con las bicicletas o el *trekking* que ofrece Santiago del Castillo o subirse a las cuatrimotos que se alquilan en ambas playas. Su costo es 25 soles cada media hora y con ellas podrá recorrer las playas Maracaná, Cocinita, Princesa, Médanos, Perú Patillos y otras. Todas son muy bonitas.

A Ruth le habían contado que Tuquillo era una buena playa para acampar. Pero no fue hasta que vio a su familia disfrutar de todo lo que la naturaleza marina le ofrecía, las llamas de la fogata de la noche, el despertar con el romper de las olas y el volar de las bandadas de pájaros, que estuvo segura que su primer campamento fue como lo había esperado. Al final, levantó sus cosas, dejó todo limpio y, mientras manejaba de regreso por la carretera, pensaba en cuál sería el destino de su siguiente aventura.

Tome nota

1. A pesar de que de día el sol es fuerte, dice Ruth que si va a acampar, lleve abrigo para protegerse por la noche. El viento y el frío suelen ser traicioneros.
2. Si va en bus, el costo de los pasajes Lima - Huarmey está entre los 20 y 50 soles. De allí tome un colectivo hasta Tuquillo por 4 soles. Salen desde el cruce de la av. Olivar con Quilipe, a media cuadra de la plaza de Armas.
3. Para las aventuras con Santiago del Castillo lo pueden contactar al WhatsApp 980 832 115. En Facebook lo encuentran como Huarmey Tours o Huarmey Playas. También ofrece *bungalows* con desayuno incluido.
4. Para los servicios de la Pozita Lodge, pueden ubicar a Carlos Pérez en los teléfonos 900 962 930 y 983 335 133.
5. En Tuquillo ofrecen alquiler de carpas desde 25 soles; toldos más sillas por 40. También hay una nutrida oferta para la alimentación, así como servicios de duchas y baños.





Castillo de Chancay*

Tener una cita con el pasado, recorrer importantes lugares del mundo, visitar peligrosos animales y estar en el escenario de uno de los más grandes triunfos navales del Perú, todo junto está muy cerca de Lima.

A poco más de una hora de Lima se ubica Chancay, uno de los doce distritos de la provincia de Huaral. Tierra de trece centros arqueológicos, tres hermosas playas e ilustres deportistas nos ofrece uno de los mayores atractivos de esta entrada al norte del país: el Castillo de Chancay.

Son más de 2000 metros llenos de fantasía y diversión. Basta detenerse en la entrada que da a la calle Primero de Mayo para darse cuenta que el recorrido lo llevará por diferentes continentes y etapas de la historia. En un momento estará admirando los puentes colgantes de Babilonia y minutos después podrá tomarse una selfi en un castillo maya.

Tal vez quiera darse una idea de cómo era el Templo de Ramsés, acercarse al Foro Romano, animarse a visitar la Fontana de Trevi o llegar a Camelot, la fortaleza y reino del legendario rey Arturo.

Cultura y naturaleza

Luego de tomarse mil y una fotos de este primer recorrido, debe subir al segundo nivel para visitar la zona de museos. Podrá llegar a la Sala de Caza, una impresionante colección de animales de diferentes zonas geográficas. La mayoría han sido disecados, y unos pocos son una simulación. Caminará entre leones, rinocerontes, jirafas, gorilas y más. Luego, dese el gusto de conocer parte de la historia local en el Museo de la Cultura Chancay. Contiene más de 2000 ejemplares de cerámicos y momias muy bien conservadas. Este museo ha sido declarado Recurso Turístico del Perú en junio del 2002.

Y si quiere conocer los muebles y enseres de inicios del siglo pasado, acceda al museo familiar del castillo. Una cuna de bebé o una caja registradora de la época lo hará recordar los años maravillosos

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 248, 28 de marzo de 2018.

Fotos: Liliana Abanto

y, a los pequeños, los pondrá a pensar cómo funcionaban esos objetos.

Satisfecho de haber recorrido parte de la historia y grandes escenarios, ahora tiene la oportunidad de disfrutar de espacios para el relax. ¿Mucho sol? Póngase el traje de baño y salte a una de las dos piscinas con vista al mar. O tal vez opte por convertirse en un *sir* o caballero. Coja un disfraz, una espada y que se dispare la cámara.

Tal vez quiera reírse de usted mismo. La sala de los espejos es la voz. Diez espejos lo convertirán en el más alto, más flaco, más bajo o, tal vez, el más guapo. O si desea vaya al Castillo del Terror; serán largos minutos de terrorífica experiencia en realidad virtual.

Si quiere ser testigo del mismo lugar donde se hundió la goleta chilena la Covadonga durante la Guerra del Pacífico, entonces acomódese en la réplica de este buque ubicado en la zona del castillo que da a la playa y regala la mejor puesta de sol.

Servicios de lujo a buen precio

En este inolvidable lugar hay siete restaurantes que lo están esperando. Tiene mucho por elegir. ¿Le provoca un chanchito al palo? Le proponemos visitar Brujitas del Norte. Y si quiere disfrutar de un espectáculo para toda la familia, vaya a la plaza principal. Danzas, teatro, exhibiciones y hasta una ceremonia de pago a la tierra lo sorprenderán.

Encontrará también artesanía para llevar como recuerdo. Y si le gustó la experiencia y no quiere dejar el Castillo, no se preocupe. El hotel Madre Perla le brinda habitaciones de lujo al alcance de todos.

Después de las 6 de la tarde, el castillo se reserva solo para los huéspedes. Cene y disfrute el borgoña de la casa.

Anímese a salir este fin de semana con la familia. Visite el Castillo de Chancay, un lugar que combina entretenimiento y cultura en el norte de Lima.



Tome nota

1. El Castillo de Chancay fue construido en 1922 por Consuelo Amat y León, bisnieta del Virrey Amat y Juniet. A mediados del siglo pasado fue preparado para abrirse al público por su nieto, Juan Barreto Boggio.
2. Le entrada cuesta 15 soles. Abre sus puertas a las 9 de la mañana y cierra a las 6 de la tarde.
3. En Chancay, no olvide visitar la plaza de Armas. En ella encontrará un cañón y el ancla del buque chileno Covadonga, hundido frente a lo que ahora es el castillo.
4. En la misma plaza encontrará la Glorieta de Chancay, declarada Monumento integrante del Patrimonio Cultural de la Nación.



Chimbote: por una buena causa*

Declarado plato típico de la provincia del Santa, es uno de los más representativos de nuestra gastronomía. Su insumo básico es el pescado que se preserva en sal como lo hicieron los antiguos peruanos. Sí, es la causa de pescado cuya presentación depende de dónde se consuma.

Desde tiempos preíncas, el pescado se «salaba» en el norte del país. Se sacaba del mar y se le untaban varias capas de sal, para así conservarlo en buen estado, almacenarlo o trasladarlo a otros lugares, lo que suponía varios días. Fresco no duraba, así que era necesario salarlo.

Por esta razón, pescado salado siempre había entre las familias del norte. La yuca también era propia de la zona, así como la hoja del plátano. La necesidad y el toque del sabor de los lugareños hicieron que juntaran estos tres insumos básicos para, junto a un encebollado, elaborar uno de los platos más exquisitos de la provincia ancashina del Santa: la causa de pescado.

Uno de los lugares más representativos de este potaje es Vinzos, poblado en el que, desde 1876, se detenía el tren que iba de Chimbote a Huallanca. Los viajeros disponían de poco tiempo para abastecerse de alimentos, así que compraban la causa, que se entregaba envuelta en hoja de plátano.

Para preparar la causa de pescado, primero se deben cocinar la yuca y el pescado, por separado y, para sacarle un mejor sabor al ají amarillo, se sugiere molerlo en batán.

Los expertos nos brindan dos claves para la preparación. La primera es que se logrará un mejor sabor si se cocina con leña. Y la segunda, que se debe envolver o servir la causa en hoja de plátano.

Si bien el pescado y el encebollado son obligados en su presentación, la causa puede presentar algunas variantes, eso depende de los lugares donde se sirva. No siempre será con yuca, también se

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 279, 22 de noviembre de 2018.

puede acompañar de papa o camote. En otros, el encebollado incluirá tomate.

La ruta

Para David Roncal, impulsor del proyecto Gustar de Chimbote, no se puede empezar la ruta de la causa del pescado, sin referirse al centro poblado de Vinzos, ubicado a 40 minutos de Chimbote. Allí, justo en la zona conocida como La Pampa, se encuentra a las señoras Julia Acero y Suli Alva, las principales exponentes de este plato.

En Chimbote, parece ser que el barrio de 2 de Junio es una especie de capital de la causa de la ciudad. Allí, la señora Rosa Bazán, a sus 85 años, sigue satisfaciendo el paladar de muchos comensales.

En el mismo barrio se puede visitar la cevichería Casa Blanca, de don César Aquino. Su presentación es más contundente, el precio también, pero es un plato que fácilmente satisface el hambre de dos personas. También del lugar, doña Alicia Alejos prepara una causa de pulpo, que es una innovación y puede degustarse por quince soles.

En Coischo, la causa de Julisa Acero tiene una presentación *gourmet*. La variante aquí es que se acompaña de camote, y no de yuca. Se le ubica en el jirón Los Incas, cerca de la municipalidad del distrito.

En otros lugares como San Jacinto, la causa se sirve con papa y el encebollado incorpora tomate. El detalle está en la cebolla: se cocina al dente. Aquí, los dos

lugares más visitados son el restaurante de doña Rocío Pérez y La Olla de Barro, de Lidia Villanueva.

La causa de pescado fue declarada plato típico de la provincia del Santa en 2015, y a partir de ese año se ha institucionalizado el cuarto domingo de junio como el «Día de la Causa de Pescado», gracias a la gestión del subgerente de Turismo y Mype de ese entonces, Augusto Riera Rodríguez.

Así que ya está advertido. Si llega a Chimbote, no puede dejar de detenerse en el camino para disfrutar de la causa de pescado, una expresión gastronómica de esta parte del país llena de gusto, historia y tradición.

Tome nota

1. El 6 de junio de 2015 se preparó en Chimbote la causa más grande del mundo. Para ello, se utilizaron 100 kilos de caballa y jurel, 80 kilos de yuca y 50 de cebolla, ajíes y todos los condimentos que se requerían.



- del - Combinado

FESTIVAL DE
INNOVACIÓN CULINARIA



Combinado de sabor*

Es rico, baratito y suele disfrutarse al paso. El combinado de tallarín, ceviche y papa a la huancaína muestra sus mejores cartas en la tierra norteña donde se le ha creado una ruta para saborearlo: Chimbote.

Era típico que los hijos y nietos de doña Dora Ramírez, vecina del 208 del jirón Estudiantes en Miramar Bajo, compren un combinado en la tiendita de doña Genara, ubicada en su misma calle.

Era mediados de los años 90 y para muchos chimbotanos se trataba de un plato tan común en el barrio como típico de esta parte norte del país. Tres décadas después, un entusiasta grupo de promotores culinarios le ha creado un circuito propio: la ruta del combinado chimbotano.

Los curiosos de la historia dicen que este platillo puede haber nacido en pleno *boom* de la pesca, por los años 70, cuando un personaje con mucha hambre llegó hasta el puesto de comida de la señora Francisca Flores ubicado en la cuarta cuadra del jr. Manuel Ruíz, en el centro de Chimbote. Al no tener mucha plata, pidió un tallarín rojo sin presa. Pero tenía tanta hambre que no resistió ver los fideos solos, así que preguntó si le podían agregar un poquitín de pescado, que era muy barato en ese tiempo. Para sorpresa suya, no solo le cayó una pequeña porción de ceviche, sino también una cremita de huancaína.

Así como esta historia, varias otras especulan sobre dónde se creó este plato tricolor; si fue en Chimbote, en Lima o en algún otro lugar del país. Pero aún nadie tiene una respuesta contundente a ello. Lo mismo sucede con el cuándo y quién fue su creador o creadora. Lo cierto es que en Chimbote se consume todo el año, de día y de noche, y hasta tiene su presentación *gourmet*.

Buena ruta

Para David Aguedo Roncal, director del movimiento cultural Gustar, la ruta de esta reunión de tallarín rojo, ceviche y papa a la huancaína, puede empezar en El Pescadito. Es un negocio ubicado en el distrito

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 328, 13 de febrero de 2020.

Fotos: Movimiento cultural "Gustar"

de Nuevo Chimbote, a donde incluso llegan comensales de otras zonas porque el sabor es espectacular. Ah, pero aclara, aquí se come solo de noche, por lo que le llaman el «combinosche».

El local se ubica en el cruce de las avenidas Anchoveta con Brasil, y entre el ceviche, la causa chimbotana, la chanfainita y otros preparados de doña Lola Pumarica, destaca el combinado. Se le puede acompañar con una chicha morada o de jora dulce, así como con una crema de rocoto o algún ají del gusto del cliente.

Otro «combinosche» se encuentra en el barrio El Progreso. Allí, doña Nora y su hija Johana Velásquez sirven porciones «bien taypá». Dicen que, al encontrarse muy cerca al centro y a un par de calles

de la Panamericana Norte, suelen recibir la visita incluso de extranjeros.

Un tercer combinado de noche se puede encontrar en la urbanización 21 de abril, a dos calles de la comisaría. Allí, con 25 años de experiencia en la preparación, los espera Combinosches Raquel, de la señora Raquel Morí Martínez.

Pero si quiere un combinado de día, Combinados Don Segundo es una buena opción. Allí, don Segundo Campos lo atenderá en su puesto del mercado de la urbanización Buenos Aires, en Nuevo Chimbote.

El Cangrejito también es una excelente elección. Se ubica en la zona de San Luis, también en Nuevo Chimbote, a una cuadra del polideportivo de Bruces.

Allí, don Lizardo Manrique y su hijo Neil, tienen especial cuidado en ofrecer una presentación *gourmet*. ¿Será caro? Ni hablar. Por cinco o siete soles puede tener un combinado con buena pinta y coronado con su cangrejito, como haciendo honor al nombre del negocio.

Y si busca en el centro de Chimbote, El Huequito es la voz. Se ubica en la cuarta cuadra de Manuel Villavicencio, a solo media cuadra de la plaza de Armas. Doña Diana es quien atiende personalmente, en un servicio que se caracteriza por su rapidez.

La opción plus es La Paisita, que ofrece el combinado chimbotano en la segunda

calle de la Elías Aguirre, a una cuadra de la plaza. Allí los atiende la piurana, doña María Ramos y su hija Julia Quispe. El plus es que, de cortesía, ofrecen un «clarito», que es una chicha de jora dulce y suave al paladar, que hace buen maridaje con el plato.

La mesa está servida. Así que haga como Daniel Alva, nieto de doña Dora Ramírez, quien, siguiendo la tradición familiar, no duda en tomar su colectivo en Chimbote y trasladarse hasta el sureño distrito de Nuevo Chimbote para satisfacer el hambre nocturno con los sabores del combinado que ofrece doña Lola en El Pescadito. Provecho.



Tome nota

1. El periodista chimbotano Dan Ruíz Castillo hace un detallado relato de los orígenes del combinado y algunas de sus particularidades en el sitio web Operación Fishland: <https://bit.ly/2RRmCFd>
2. La ruta del combinado, así como otras rutas culinarias de Chimbote se pueden seguir en Facebook de Gustar.



Chimbote: la ruta del postre*

Hace unos meses (Lo Nuestro n.º 279) dábamos cuenta de la ruta de la causa de pescado en la provincia del Santa, Áncash. Hoy le ofrecemos un nuevo recorrido, pero esta vez con sabor a manjar blanco, caña de azúcar, leche y maracuyá.

Todos saben que en Chimbote no se puede dejar de probar un buen ceviche de pescado, o que en el distrito de Vinzos resulta de ley saborear el saladito de una provocadora causa de pescado. Pero lo que muchos no saben es que, a lo largo de la provincia del Santa, en el departamento de Áncash, se puede hacer un nuevo y delicioso recorrido del sabor: la ruta del postre.

¿Y qué hace a Santa un epicentro del dulce? David Roncal, un incansable impulsor de la gastronomía de esta parte del país, dice que eso se debe a que esta provincia tiene una larga tradición con la caña y la producción de azúcar en la Hacienda San Jacinto, ubicada a 45 minutos de Chimbote.

Señala también que esta región es la principal productora de maracuyá de todo el país, con más de mil hectáreas cultivadas y una importante producción lechera y de sus derivados.

Alfajores y panes

Una tradición dulcera que tiene más de un siglo de vigencia se encuentra en Moro, a poco menos de una hora de Chimbote. Se trata de los espectaculares alfajores de doña Nidia Sotelo o «Doña Cholita», cuya familia ha hecho de este postre un emblema. Aquí, la masa se cocina en un horno artesanal y el relleno combina manjar blanco con frejol colado. Una delicia.

¿Gusta de un buen pan? Puede encontrarlo en el distrito de Moro, en una comunidad campesina donde la mayoría de los predios tiene hornos de barro, por lo que se hace llamar Hornillos.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 289, 28 de febrero de 2019.

Uno de los principales panaderos de la zona es don Felipe Flores. Cada mañana, él y su familia mantienen la tradición de moler el trigo de forma artesanal, preparar la masa, darle forma y llevarla al horno. El resultado es cuatro tipos de panes cuyas presentaciones son únicas. Se trata del pan de agua, pan de maíz, pan de manteca natural y pan de trigo.

Refrescante propuesta

Para cerrar los ojos con el sabor, una sabrosura dulcera a base de maracuyá lo espera en el 491 de la calle Espinar, muy cerca de la plaza de Armas. Allí está la pastelería Rebachinni, donde lo atenderá Miguel Ángel Rebaza, trujillano de nacimiento y chimbotano por la magia del dulce. Su especialidad son los

cheesecake, y los hay de lúcuma, fresa y demás sabores. Pero el obligado es el de maracuyá. Disfrute el crujir acidito de sus pepitas al morder el pastel.

Y para el intenso calor, la ruta del dulce no podría dejar de ofrecer los refrescantes helados. Estos provienen del establo Montoro, ubicado en el valle El Progreso. Allí, a base de leche que producen sus vacas holstein, se preparan helados, chupetes y yogures.

Dudará al momento de elegir el sabor, porque la innovación es otra de las características de quienes la producen. Los más requeridos son los de arándano y maracuyá. Ah, y no debe trasladarse hasta el establo para adquirirlos, porque los encuentra en la heladería Minnelly, ubicada en la segunda cuadra de la

calle Enrique Palacios, en el centro de Chimbote.

Ya lo sabe. Si lo suyo es el puntito del dulce, entonces dese una vuelta por los alrededores de la provincia del Santa.

Nidia, Felipe, Miguel y muchos otros maestros del sabor lo esperan con una innovación, siempre.

Tome nota

1. Chimbote fue sede de la primera edición del Festival del Dulce de la provincia del Santa que se realizó en el Vivero Forestal de la ciudad.
2. Si visita Chimbote, no deje de probar la causa de pescado. Es elaborada a base de pescado salado. Una delicia.
3. Otras posibilidades son los ceviches, chupes y otros platillos a base de pescado y mariscos.





Chimbote: Tradición vitivinícola*

Desde los distritos ancashinos de Moro, Nepeña, Coishco y San Jacinto, les presentamos los sabores más exquisitos de una muy antigua e inagotable producción de la región.

En 1528, un grupo de españoles al mando de Francisco Pizarro desembarcó en lo que hoy es la costera provincia del Santa, departamento de Áncash, llamándola por aquel entonces Santa María de la Parrilla.

Con su llegada no solo trajeron su lengua y su cultura, sino también su gastronomía. Y, claro, siendo de España, también arribaron con sus fórmulas para la preparación del vino, tan típico de sus tierras.

Un trapiche en desuso, que aún yace cerca al puerto de Santa, es la evidencia no solo de la presencia española en esta parte norte del país, sino también de la necesidad de prolongar su tradición vitivinícola.

Vamos para Moro

¿Y el insumo principal? Fue en estas circunstancias que se iniciaron las primeras plantaciones de vid en lugares como lo que ahora es el distrito de Moro por su buena tierra y por el clima propicio, lo que permitía asegurar buenas cosechas, cuenta el director del proyecto gastronómico regional Gustar, David Roncal.

Así se inicia la pasión por los derivados fermentados de la vid en esta parte del país, que empezó desde el cultivo mismo, el procesamiento, hasta el producto final. Por ello, desde inicios del siglo XVII se registra el funcionamiento de haciendas productoras de vino en varios distritos del sur de la provincia, que se sumarán a los derivados de la caña y la jora.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 293, 28 de marzo de 2019.

Quizá la más conocida y turística sea Motocachi, el centro de procesamiento de vid más antiguo, ubicado en el distrito de Moro. Otra, en el mismo distrito, es Santa Gertrudis, donde aún se conservan las herramientas en las que se procesaba la uva de forma artesanal, evidencia de esa actividad en los años 1600.

Otro centro productor de vino es Gastelumendi, ubicado justo al ingreso a Moro. Es muy turístico y sus visitantes pueden degustar sus preparados, además de participar del tradicional pisado de la uva. No podemos dejar de mencionar los Viñedos Bonelli de Marco Bonilla.

Hora de degustar

Esta historia y tradición de preparación de buenos tragos permite saborear algunos cócteles que combinan sabor e ingenio. Uno, por ejemplo, lleva por nombre Recuerdo Morino (por su origen en Moro), un cóctel con aguardiente de uva al que se le incorpora una cucharadita de frejol colado, postre bandera de la zona preparado por las manos de doña Cholita, la más famosa productora de este postre.

Otro preparado es el Chimbote Tropic, un cóctel con aguardiente de uva que lleva además maracuyá, fruto del que Chimbote es el mayor productor a escala nacional. Una tercera delicia se

llama Perú Profundo, preparado que lleva aguardiente de uva y chicha de jora. Lo encuentra en la Fontana, un conocido establecimiento de Chimbote. Pero si se anima por un trago a base de caña, pida un cóctel de jugo de caña, que rescata este insumo y la tradición de la hacienda San Jacinto.

Jora y cebada

Si lo suyo es lo tradicional y quiere refrescarse con una buena chicha de jora, aquí también hay una buena oferta. Puede optar por la chicha tradicional que mantiene el sabor norteño, propio de esta bebida; o puede inclinarse por la novedosa chicha afrutada, una inno-

vación de Noemí y Flor, que solo se encuentra en su local ubicado en el distrito de Coishco.

¿Cerveza artesanal? También encuentra. En Moro puede elegir entre una variedad de presentaciones en la fábrica Malaspina, cervecería que le da un toque de receta italiana, pero con insumos peruanos. Y en Nuevo Chimbote puede encontrar una variedad de sabores en la cervecería Muelle Viejo, con una presentación espectacular de arándano.

Si le provocó saborear algunos de estos preparados, no olvide que todo se encuentra a siete horas de Lima. Escápese.





Un paraíso en Punta Sal*

Es como un oasis situado entre los límites de los departamentos de Tumbes y Piura. Sol, arena, mar y tranquilidad total, eso es Punta Sal, una de las playas más hermosas del norte del país.

En Punta Sal, la bienvenida está a cargo de los algarrobos, esos árboles de frondosa copa que crecen y crecen por toda esta parte norte del país. Son los mismos que proveen de necesaria sombra a los caminantes y de uno de los más deliciosos manjares del país: la algarrobina.

Ni bien se detenga en el kilómetro 1200 de la carretera Panamericana Norte, se encontrará con ellos. A la derecha, a la izquierda, más adelante, siempre estarán allí. Lo acompañarán en su tránsito a la playa, sea caminando o de repente montado en una bien ventilada mototaxi.

Cinco minutos después y previo pago de tres soles al motorizado, un balneario ordenado y tranquilo será el indicio de la historia que está por empezar. Una portada natural de verdes hojas le dará la bienvenida a sus 6,5 kilómetros de extensa playa.

Para romperse el ojo

Algunos tienen su playa favorita. Tal vez desde la infancia la tuvieron. Se encuentran al sur o al norte, en su misma zona o en otra cercana o lejana. Pero, señores, muchas de ellas quedarán relegadas en su historia personal cuando vivan la experiencia de Punta Sal, una de las playas más exclusivas del país y donde «romperse el ojo» suele ser una rutina turística.

Completamente limpia. Toda su extensión de arena puede ser disfrutada descansando sobre ella, caminando o jugando. Sea por los hoteles del lugar o por la misma comunidad, la playa está siempre bien cuidada y los turistas más que satisfechos por ser así.

El sol está presente todo el año y no es nada clemente. Todo un privilegio. Sus rayos penetran hasta el tuétano, así que es obligado

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 311, 25 de setiembre de 2019.

protegerse con bloqueadores o bajo una holgada sombrilla. Y no tiene por qué llevarla, pues aquí ya están instaladas y se pueden alquilar por un precio de treinta soles todo el día.

El chapuzón es protocolo obligado. Sus turquesas y mansas aguas lo invitarán a sumergirse y refrescarse. ¿No sabe nadar? No se preocupe. El mar de Punta Sal tiene varias zonas en donde pareciera que estuviera viviendo la aventura en una piscina.

Mientras se divierte, seguramente le dará por imaginarse trepado en uno de los varios yates que desfilarán frente a usted. Los hay ostentosos e impresionantes, y también otros más prácticos y deportivos. O podrá sentir la alucinación de zigza-

gear sobre sus aguas montado en una moto acuática que verá recorrer la playa de aquí para allá.

Si se aventura a caminar, tal vez sienta que lo hace por alguna playa del Caribe, pues verá palmeras a lo largo del camino, altas, coloridas, simpaticonas, regalando sombra y un viento fresco que vale la pena disfrutar. En su trayecto se encontrará con una zona de piedras, grandes y pequeñas, forradas de vegetación. Y claro, donde hay piedras, hay animales. Así que podrá encontrar variedad de pequeños peces correteando uno tras de otro. Por allí, trepando, andarán cangrejos y carruiteros. Así que, si va con niños, será toda una aventura para ellos.

La caída del sol es un espectáculo diario, genial y gratuito que no se puede perder. Y si opta por pasar la noche en uno de los hoteles u hospedajes con salida a la playa, estos suelen organizar fogatas a las que no pueden dejar de sumarse. Acopie alimentos y bebidas que le permitan pasar varias horas disfrutando este momento bajo el manto estrellado de su cielo.

Delfines y ballenas

Si viaja entre julio y agosto, tal vez pueda ser de los privilegiados que alcanzan a observar a delfines, ballenas jorobadas y una nutrida fauna marina. Y es que se trata de la época en la que este espectáculo natural se aprecia con toda plenitud.

En Punta Sal también es posible realizar muchos deportes acuáticos como *stand up paddle*, *kite surfing*, *kayak*, por mencionar solo algunos deportes de mar. Y lo más importante es que no será necesario tener experiencia previa, porque se pueden practicar de la mano de un guía profesional que podrá ubicar en la misma playa.

Y si piensa que esta maravilla de nuestro mar es inaccesible, está equivocado. Todos pueden llegar hasta allí muy fácilmente. Sea por avión u ómnibus, solo necesita desembarcar en Tumbes o Piura. Desde cualquiera de estos dos puntos, bastará un par de horas de camino para empezar el disfrute.

El sabor no tiene precio

Accesible también es la alimentación, pues hay precios para todos. Los platos principales serán a base de pescado y mariscos. Puede animarse por un cebiche con sarandaja o una causa de tiradito. De fondo puede optar por una parihuela, un arroz con mariscos o tal vez un filete de pescado. Si quiere una bebida local, puede pedir una chicha de jora. Todo estará buenazo.

No hay mucho que pensar. Sol todo el año, una playa para disfrutarla completita, un relajo necesario frente al estrés de la ciudad. Agende su buena vida y dese una oportunidad para disfrutarla plenamente. Punta Sal lo espera.



Tome nota

1. Si tiene unos días para ampliar su recorrido y su experiencia por tierras norteñas, la sugerencia es que visite el complejo arqueológico Cabeza de Vaca. Se ubica a 5 kilómetros al suroeste de la ciudad de Tumbes, a 10 minutos en auto. Es un conjunto arqueológico de adobe y piedra.
2. Otra sugerencia es el Santuario Nacional Los Manglares de Tumbes (Zarumilla). Su ecosistema es rico en fauna silvestre y es refugio de especies como el osito manglero, 148 especies de aves, 135 especies de peces y mucho más.
3. Finalmente, recorra el Parque Nacional Cerros de Amotape. Se ubica a 36 kilómetros de la ciudad de Tumbes (1 hora y 20 minutos de viaje). Su suelo combina el bosque tropical seco con las colinas de la cordillera norperuana.



Encantos de San Bartolo*

A poco más de treinta minutos de Lima, el balneario de San Bartolo ofrece a sus visitantes la tranquilidad de sus calles, una playa de mansas olas, sol, *surf* y exquisitos platos marinos. Un día de placer lo espera.

Diez minutos después de empezar a freírlos, doña Leandra retira los chicharrones de la sartén y los troza. Corta el pan francés, acomoda los camotes, los pedazos de cerdo y la sarsa criolla. Coloca en un plato y sirve. Suele acompañar con un buen café pasado, pero también lo piden con un jugo de piña, papaya o fresa con leche.

Desde muy niña, doña Leandra ayudaba a su padre, un reconocido chicharronero del lugar. Así que, de grande, le resultó fácil ampliar este negocio. Los años de trabajo en el puesto 18 del mercado Municipal de San Bartolo le permiten asegurar que el pan con chicharrón es casi obligado en el desayuno de los que despiertan o llegan muy temprano a este distrito creado en 1946.

Varios de ellos amanecen en el 800, tal vez el hospedaje más conocido del lugar. A lo largo del verano, en Año Nuevo o en Semana Santa, sus instalaciones son abarrotadas por familias, jóvenes y extranjeros. Y no es para menos, esté donde esté descansando, en el 800 siempre tendrá la mejor vista al mar; aunque hay otras opciones en el malecón.

Paseos y veraneo

Una buena forma de empezar el día es llegar al mirador Cerro de la Cruz, lugar en el que se realizó la primera celebración eucarística tras la creación del balneario y donde ahora se erige una cruz blanca. Desde allí se puede ver todo el balneario.

Si el mar lo llama, tiene varias opciones. Si solo quiere darse un baño, San Bartolo le ofrece una parte de su playa para jugar, nadar, broncearse o armar castillos con los niños: completamente mansa. Pero si quiere «surfear», coja su tabla y vaya derecho a la zona de playa donde se realizan, incluso, campeonatos internacionales.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 241, 7 de febrero de 2018.

En San Bartolo hay numerosas escuelas que enseñan los secretos básicos del deporte de la tabla en un par de horas. Puede hacerlo con los chicos de Olas Perú, Kalani o JAH Surf. El costo promedia los cien soles por hora y media de clase. Incluye la tabla y los accesorios necesarios para vivir una experiencia llena de adrenalina. Tome en cuenta que las mejores horas para correr olas son las 6 de la mañana y las 4 de la tarde.

Ceviche de maracuyá

Para degustar la riqueza del mar en esta parte del sur chico, le proponemos almorzar en El Señor del Ceviche de la avenida Mar Pacífico. Puede disfrutar de un innovador cebiche de maracuyá o el de huancaína, a 30 soles cada delicia.

Otra opción es El Rincón del Gordo, donde encontrará su espectacular trío, que incluye ceviche, chicharrón de pescado y arroz con mariscos por cincuenta soles. También pueden visitar el Oasis, Fondo Marino o El Tiburón.

Si no quiere dejar la arena, la Terraza Azul, ubicado al ladito del mar, le ofrece un «Dúo marino», que incluye ceviche y chicharrón de pescado. El Triumpht le lleva el ceviche hasta donde esté instalado por 20 soles.

Para la noche hay muchas opciones no marinas, pero recuerde darse una vuelta por el malecón, contemplar el romper de las olas sentado sobre la arena y relajarse hasta más no poder.

Tome nota

1. La playa está limpia. Los serenos vigilan que los visitantes no ingresen con licor, ollas de comida o mascotas.
2. En el lugar alquilan sombrillas y sillas de playa a 10 soles la unidad. También encontrará tablas para los niños a 6 soles la hora.
3. Si le incomoda la arena gruesa, puede usar sandalias o zapatillas para ingresar al mar. Como sea, es seguro el disfrute.
4. En cuanto a actividades marinas, puede optar por paseos en tubulares y pesca submarina.





Chilca, destino saludable*

A 65 kilómetros de Lima, el balneario de Chilca no solo ofrece sus playas, sino también lagunas medicinales, la infaltable sopa seca, el vino de higo y sus historias pintorescas de encuentros cercanos con personajes de otros mundos.

Carmen Cárdenas, Laura Ortega, María Chacón y Luisa Solórzano son vecinas del populoso distrito de San Martín de Porres, pero hoy son hermanas en la salud. Han viajado dos horas en bus para tener la oportunidad de untarse un barro medicinal que, dicen, mejorará sus problemas óseos y las hará verse mucho más bellas.

Lo hacen en La Milagrosa, una de las tres lagunas curativas del balneario de Chilca, ubicado en la provincia de Cañete. Después de esta jornada, ellas aseguran que volverán «curadas de su bendito dolor de huesos y con el cuerpo 'ok', listas para buscar novio», soltando una carcajada.

Un par de calles más allá, Gina Guadalupe busca el milagro en la laguna La Mellicera. Ha llegado desde el distrito de Comas acompañada por Denis, su esposo, «para buscar la parejita». Bañada en barro, dice que no es importante si da a luz varón y mujer, aunque a su esposo sí le encantaría.

Junto a La Encantada, estas son las tres lagunas milagrosas que a diario reciben cientos de visitantes de la zona y de otras partes del país. Y es que, a decir de los lugareños, «son lagunas llenas de energía de otra galaxia».

Los marcianos

Chilca es conocida por las historias sobre avistamientos de naves y personajes extraterrestres. Elena de Paz, vecina del balneario, asegura haberlos visto hace dos años. «Era de noche. Caminábamos por la playa Yaya cuando al fondo del mar vimos aparecer dos

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 242, 14 de febrero de 2018.

lucos, bien fuertes, flotaron un rato y, de pronto, desaparecieron». Eran extraterrestres, asegura.

Hasta Chilca llegan cientos de personas, especialistas y curiosos de la vida extraterrestre. Hay grupos que pernoctan en sus playas con el único propósito de lograr algún tipo de contacto. Por ello, se realizan con frecuencia certámenes vinculados a la vida de otros mundos, como el Primer Encuentro Internacional de Ovnilogía en Chilca, que recientemente reunió a ufólogos nacionales e internacionales.

Chilca no solo está lleno de historias fantásticas vinculadas a extraños visitantes, sino también a personajes que lo investigan en serio. De hecho, una de sus hijas

predilectas es Rosa Ávalos Chumpitazi, chilcana de 26 años que se convirtió en la primera ingeniera aeroespacial latinoamericana en trabajar en la NASA, en Houston, Estados Unidos. Allí labora en el área de evaluaciones de misiones espaciales, visualización de las estaciones y el diseño de motores.

Delicias

En Chilca, la sopa seca es un plato obligado. Es una delicia a base de fideos, especias y carne, acompañado por una buena carapulca. El plato es la especialidad de las hermanas Espichán Castro, quienes desde hace 20 años lo ofrecen en la esquina de Virrey Amat con Cipreses, a una cuadra de la laguna La Mila-

grosa. Cada domingo, su esquina está abarrotada de gente. Sus comensales, que a veces son familias completas, llegan no solo por la sopa seca, sino también por sus chicharrones y su espectacular arroz con pato.

Si desea bajar el almuerzo con una bebida local, pida el vino de higo que ya se exporta a Francia y España. Una

sugerencia es el higo sour. ¿Un postre? Dulce de higo. Y para llevar: mermelada de higo.

Y si va a Chilca, no deje de probar los helados artesanales. Los más populares son los E. T. y se venden a la entrada del distrito y en las heladerías de la plaza de Armas. Pruébelos, será una experiencia de otro mundo.



Tome nota

1. Quienes van en ómnibus, pueden embarcar en el puente Atocongo. 5 soles es el precio promedio del pasaje. El ingreso a las lagunas vale un sol.
2. Un plato de sopa seca de las hermanas Espichán Castro cuesta 10 soles y está tan bien servido que no tiene que repetir.
3. No olvide visitar la Iglesia Nuestra Señora de la Asunción, en la plaza de Armas.



Diversión en Cerro Azul*

A solo dos horas de Lima, usted puede desconectarse del estrés, encontrarse con parte del pasado del sur chico, degustar los más innovadores platos marinos y conocer personas que tejen la historia de su pueblo. Bienvenidos al Puerto de los Ensueños.

En el kilómetro 131 de la Panamericana Sur se encuentra Cerro Azul. Es uno de los ocho distritos de Cañete que guarda, entre sus principales atractivos, uno que seguramente usted aún no conoce: un tramo costero del Qhapac Ñam, aquella misma red de caminos que integraba a los pueblos en tiempos del Tahuantinsuyo.

Su máxima expresión son las ruinas y vestigios de la cultura Huarco que se pueden observar en la cima del cerro del mismo nombre y que divide a otros dos atractivos del lugar: las playas Cerro Azul y La Costa.

La más concurrida es la de Cerro Azul. Playa ideal para correr tabla, darse un buen baño, pescar y acampar. En los primeros meses del año, los veraneantes no se cansan de visitarla. Toldos, sombrillas y carpas la convierten en una alfombra multicolor permanente.

El muelle es otro de sus atractivos. Desde allí no solo disfrutará del majestuoso paisaje de la bahía, sino que también podrá ejercitarse en el oficio de la pesca. ¿No llevó el equipo necesario? No hay problema. Allí mismo y por 5 soles podrá agenciarse de unos cien metros de hilo de pescar con su anzuelo respectivo. Para la carnada, puede hacerse de una bolsita de muy-muy a tres soles.

¿Quiere aprender de los que saben? Fácil. En el mismo muelle podrá encontrar a pescadores como don Ricardo Gutiérrez, vecino de Cerro Azul que llega en busca de «peces grandes, nomás», como el lenguado. «Y cuando el mar está tranquilo, nos metemos al fondo a pescar pericos».

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 244, 28 de febrero de 2018.

Sopa atómica

En el mismo muelle podrá encontrar, comprar o probar todo lo que allí mismo se pesca. Doña María, comerciante del pequeño terminal pesquero, puede incluso filetearle el pescado a su gusto. A ella la encontramos cortando «un tremendo perico de 15 kilos, que debe estar por los 200 soles todo», afirma.

Si se da un paseo por el balneario, podrá degustar de algunos platos típicos. Allí encontrará el más emblemático de todos, el charquicán, preparado con pescado seco y papa amarilla, acompañado de arroz y sarsa.

También puede optar por una sopa atómica. Un plato creado por don Saturni-

no Francia, vecino ilustre de Cerro Azul, preparado con muy-muy, papa amarilla y leche. Es absolutamente revitalizante, aseguran. O pueden pedirse una sopa hidráulica, preparada con concentrado de médula de toyo, papa amarilla y fideos. Pero si quiere algo más tradicional, puede pedir un cebiche, parihuela o pescado a lo macho.

El guardacosta

Mario Vallejo es periodista, rockero, vecino de Cerro Azul y protector de sus playas. Junto a los vecinos, comerciantes y artesanos, lidera una campaña permanente de protección y limpieza. Hace un par de semanas, con sus propias manos y sin ningún tipo de apoyo

más que el liderazgo de Rafaela Ramos y Óscar Padilla, dejaron como nuevos los pasamanos del muelle.

«Próximamente tendremos la quinta jornada de limpieza. Esta vez sí la empresa privada nos apoyará. Treinta brigadistas, junto a igual número de vecinos, limpiaremos la playa La Costa, bastante maltratada por los residuos que trae el río Cañete», dice Mario.

Se trata de una playa prácticamente virgen, con una zona de arena, ideal para descansar y pescar. «La mejor corvina, lenguado y robalo se pesca en La Costa», asegura.

Mario dice que si se animan a visitar esta parte del sur chico, no dejen de visitar su plaza de Armas que data de la segunda década del siglo XX, contemplar la espectacular formación rocosa conocida como El Fraile, disfrutar de las piruetas de los delfines, y no regresar sin haberse paseado en una cuatrimoto.

Como verá, este destino no tiene pierde. Así que encienda el auto, acelere su moto o tome el bus y diríjase a disfrutar de Cerro Azul. Historia, distracción y buena comida están esperando por usted.



Tome nota

1. Playa La Costa está a solo cinco minutos de la de Cerro Azul. Puede llegar hasta caminando. Le tomará no más de diez minutos, bordeando el cerro Huarco.
2. El muelle de Cerro Azul tiene una extensión de 400 metros de largo y fue construido en 1924; la vista es espectacular.



Noches de Máncora*

Cuando empieza a caer el sol, muchos bañistas emprenden la retirada; otros, más bien, se preparan para disfrutar de las noches de Máncora, el balneario norteño que todo el año está de moda.

Un suave viento empieza a soplar en Máncora después de las cinco de la tarde. Para muchos, es la hora de partir. Acomodan las mochilas, dejan limpio el lugar y empiezan la caminata por aquella larga calle peatonal que los lleva a la misma Panamericana Norte. Autos, combis y motos los esperan para trasladarlos, pues para ellos el día de playa ha concluido.

Para otros, el atardecer es solo una invitación para iniciar el disfrute de lo que Máncora ofrece. Y es que el mismo cielo, que a esta hora se torna colorado, es ya una invitación a contemplar el paisaje de esta parte norte del país. Una caminata sobre la arena o tan solo apostarse sobre ella le permitirá contemplar la caída del sol que suele ser espectacular.

La postal se completará con el sonido del romper de las olas, el brillo de sus aguas, el paso de las aves, la silueta de los bañistas que aún disfrutan de un chapuzón en sus aguas o la de los surfistas que aprovechan la marea de la tarde para hacer sus mejores piruetas. Es todo un espectáculo.

De fotografía

La hora en la que el sol empieza a ocultarse es muy esperada por muchos. Se puede ver a varios con cámaras fotográficas y teléfonos celulares buscando el mejor ángulo para llevarse una buena imagen de este momento. Otros optan por la selfi que, obligado, debe tener una sonrisa, un abrazo o un buen beso para que el recuerdo sea más personal.

Pasear a caballo es otra buena opción. El servicio está disponible todo el día en la misma playa, pero es a esta hora cuando muchos optan por montar un equino. Debe ser por el fresco de la hora o porque el paisaje invita, pero suelen ser las parejas de enamorados

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 324, 16 de enero de 2020.

y los papás con hijos los que más aprovechan este servicio.

Si está hospedado en el balneario, nadar de noche en la piscina siempre ha de ser una buena opción. Y si se encuentra en compañía de la familia o amigos, la experiencia seguramente será inolvidable. Si lo prefiere, coja un libro y siéntese en una silla perezosa alrededor de la piscina; pida música suave y échese a leer.

En su mismo hospedaje puede sumarse a las fogatas que suelen programarse. Aunque siempre hay personal del hotel encargado de encender el fuego, no dude en sumarse a la magia de generar las llamas con tan solo un poco de leña. Siempre será bienvenida su iniciativa para acomodar los palos.

La fogata suele ser una invitación para la tertulia, las anécdotas y hasta para generar nuevas amistades. ¿Sabe tocar guitarra? Siempre hay una a la mano, así que súmele una buena melodía a la experiencia. Los suyos, los otros y la magia de la noche se lo agradecerán.

A comer

Es de noche y se hace necesario buscar dónde comer. La misma Panamericana

Norte ofrece una buena oferta de restaurantes para todos los gustos. Caminando por allí o por las calles aledañas encontrará pizzas, pastas, carnes, pollos, chifas y hasta comida internacional. Siempre habrá algo que satisfaga su paladar.

Debe tener en cuenta que los negocios suelen cerrar temprano, así que no deje para más tarde lo que puede hacer temprano. Pero si se le pasa la hora, no se preocupe. La calle peatonal principal, aquella misma que lo lleva a la playa, siempre tiene pequeños negocios de comida que funcionan hasta la madrugada. Son los que esperan la salida de los trasnochadores de pubs y discotecas. Allí encontrará hamburguesas, anticuchos, pollos, tacos y hasta los populares mostritos.

Tal vez pueda comprar algo para comer e ir picando a lo largo del camino. Si fuera así, anímese a visitar las pequeñas plazas que hay a cada lado de la carretera. Siempre encontrará cantores, malabaristas y hasta danzantes ofreciendo números, literalmente, en el aire.

Si está entre la plazuela Grau y la Iglesia Virgen del Carmen, dese una vuelta por el pasaje Paita 152 y aproveche en visitar la Isla Bonita. Es un snack donde no solo

degustará de una serie de postres que le acelerarán el buen ánimo, sino que también podrá aprovechar en encargarse un polo pintado a mano por el artista piurano Mario Navarro.

Allí mismo, aproveche en visitar a los artesanos. Encontrará textiles, trabajos en madera y en totora, hamacas tejidas a mano y harta bisutería. También podrá hacerse trenzas de varios tipos, aunque la más pedida suele ser la rasta.

Unas copas

Seguramente, cuando pregunte por un lugar para salir a bailar en las noches de Máncora, le dirán que el punto es el Loki. Y sí, este aposento de la diversión es uno de los lugares más frecuentados por quienes buscan movimiento asegurado.

Ubicado en la misma carretera, el Loki es un hotel que ofrece una serie de atracciones para hospedados y visitantes. Y para mover el esqueleto, aquí podrá encontrar, dependiendo de las fechas, hasta música en vivo. Las bebidas tienen presentaciones tan variadas como las nacionalidades de donde proceden los visitantes.

Otro Mundo también es una buena opción. Es un hotel y bar con un tono más

cultural. También se ubica sobre la misma carretera y suelen programarse tocadas de rock, trova y otros géneros. Los viernes son los días clave para visitarlo. El ambiente es muy relajado y está bastante cerca del bulevar.

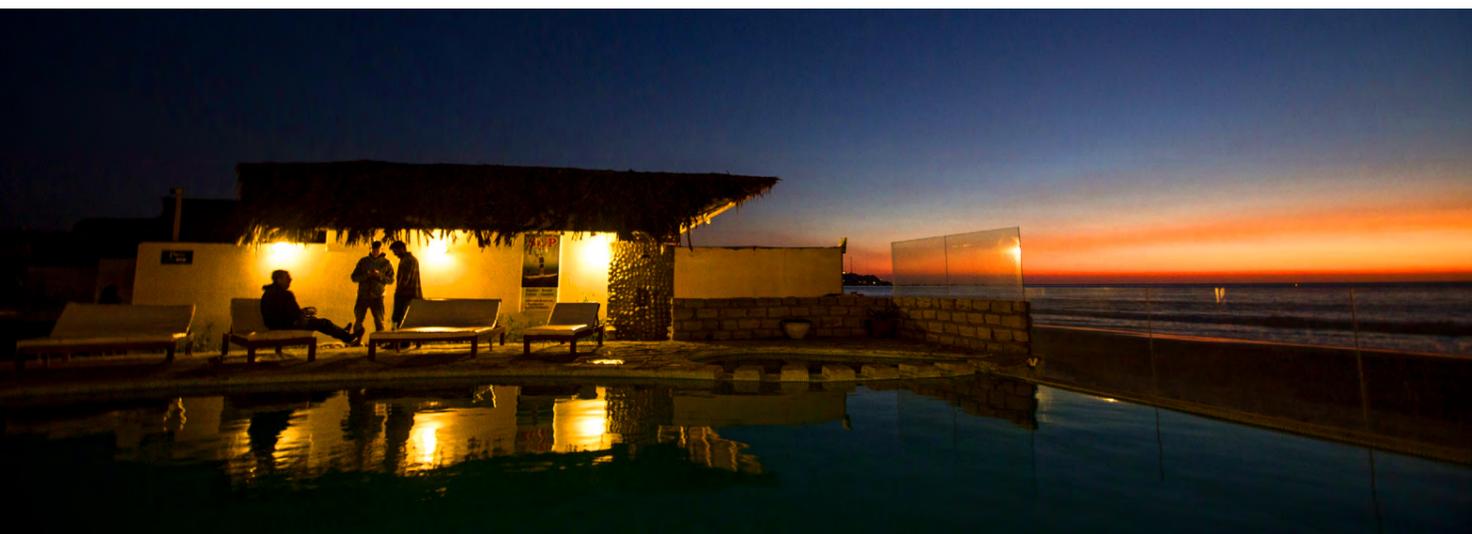
Tanto el Loki como el Otro Mundo son dos de varios lugares que siempre llaman la atención de quienes quieren unas horas de diversión. Hay otros casi temáticos como para salseros, ochenteros, que gustan de la cumbia y otros géneros. En fin, siempre hay opciones para la rumba.

¿Algo más tranquilo y hasta romántico? Vaya a la misma playa. Docenas de mecheros alumbran las mesas de los visitantes. Allí, frente al mar, podrá picar una fuente de tequeños o chicharrón de pescado junto a alguna bebida de su preferencia. La brisa del mar lo invitará a una buena conversa, que puede durar hasta las primeras horas de la madrugada.

También puede optar por sentarse o caminar por la playa. Quién sabe, allí pueda nacer una buena idea, una eterna amistad o, tal vez, el amor de sus vidas. Bienvenidos a Máncora.

Tome nota

1. En Máncora hay hospedajes donde se puede acampar. Algunos de ellos son De Raúl, Mancorita Beach, Tito y el Wayki. Puede llevar su carpa o allí mismo alquilar una. Pasar la noche le cuesta no más de 10 soles.
2. Si prefiere estar en paz con Dios, asista a la misa de la parroquia Nuestra Señora Virgen del Carmen de Máncora. Se encuentra en la misma Panamericana Norte y hay misas a las 7 de la noche.





Verano en Puerto Viejo*

El verano siempre nos propone la búsqueda de lugares donde pasarla bien. La playa es una buena opción, siempre y cuando no se encuentre lejos, sea limpia y, sobre todo, segura. Puerto Viejo es una buena alternativa.

Ubicada en el kilómetro 72,5 de la Panamericana Sur, Puerto Viejo es una playa de fácil acceso. En auto toma unos 45 minutos de viaje; si opta por viajar en ómnibus, deberá bajarse en la entrada a Puerto Viejo y de allí tomar una combi o mototaxi que lo llevará hasta la misma playa en menos de 10 minutos. Caminar es una opción que le tomará una media hora.

Al llegar, podrá disfrutar de cinco kilómetros de playa e instalarse cómodamente. Si algo le falta, no se preocupe, hay servicio de alquiler de sombrillas, toldos, mesas y sillas.

Playa y más

Mientras disfruta de la arena y el mar, bañándose, construyendo castillos con los niños o jugando una 'pichanga', puede darse un tiempo para hacer otras actividades en la misma playa.

Una primera opción es subir al mirador de Puerto Viejo. Una caminata de no más de diez minutos le permitirá ver la majestuosidad que la naturaleza nos regala en esta parte del sur de Lima.

También puede optar por seguir la caminata en dirección a las peñas para observar a pescadores como don Antonio Flores, que cada día llega desde Chilca para demostrar sus habilidades en la pesca.

Otra posibilidad es manejar una cuatrimoto. Las alquilan y hay harto espacio para andar, subir, bajar y vivir la adrenalina de montarla.

Puerto Viejo es el encuentro de tres playas. Una de ellas es de olas altas y atrae desde muy temprano a los surfistas. De hecho, este escenario es sede de varias competencias nacionales e internacionales de *surf*.

* Publicado en el suplemento Lo Nuestro n.º 239, 24 de enero de 2018.

Pero también hay otras dos playas que son separadas por pequeños islotes. Y es el encuentro de estas dos entradas de mar el que configura una especie de lagunilla o piscina que resulta ideal para los más pequeños. En ella el descanso está asegurado.

Hora de acampar

Si el plan inicial era acampar en Puerto Viejo, ha hecho una buena elección. Y si usted solo fue por un día de playa y le gustó tanto que decidió al final quedarse, puede alquilar los implementos y hasta la leña a 10 soles «el montón».

La noche es siempre tranquila en Puerto Viejo. Si hay luna, anímese por tocar la

guitarra, cantar, jugar con la familia o los amigos; o disfrute de las estrellas.

Al llegar la mañana, despertará con el romper de las olas. Depende de donde se haya instalado, al abrir su carpa se encontrará una legión de surfistas realizando sus piruetas o a los niños saltando en las orillas del mar. Usted haga lo mismo, salga y disfrute hasta el cansancio.

Y si ya llegó el momento de partir, no olvide su contribución con la naturaleza. Todos sus desperdicios a una bolsita. Usted encontró una playa limpia. Procure que el siguiente visitante la encuentre igual para que la disfrute tanto como usted lo hizo.

Tome nota

1. Si va a acampar, le recomendamos que no le falte agua, linterna, fósforos, guitarra y un buen libro.
2. A partir de las 5 de la tarde, hay vientos fuertes. Si no quiere que su camping se arruine, asegure bien su carpa y toldo.
3. Antes de partir, no olvide su contribución con la naturaleza y deje limpia la playa.



¿Quieres empezar a viajar por el Perú, estás a punto de hacerlo o eres viajero incansable? Entonces, este libro es para ti. El Fondo Editorial de la Universidad Continental se complace en presentar «Viajo, luego existo», una nueva entrega de Hugo Grández Moreno en la que nos relata sus recorridos por playas, bosques, ríos y nevados. No solo eso, también es una invitación para conocer platos, bebidas, costumbres y a la gente de los lugares que le tocó visitar. Son relatos breves pero suficientes para acceder a datos de destinos, rutas, precios y hasta los contactos que necesitas para hacer de tu viaje una aventura inolvidable. Sin duda, un libro obligado para quienes encuentran en los viajes una manera de ser felices.

