

# Lecciones de mochilear

Season 8, episode 16

Me gusta mucho pasar tiempo en las montañas. Me gustan los paseos largos y difíciles. En el pasado, yo creía que no valía la pena pasar la noche en un lugar que yo podría visitar en una excursión de día.

Pues, por fin decidí hacer mi primera excursión de mochilear. Fui al lago Capital que está al pie del pico Capital. Solo pasé una noche allá, pero aprendí mucho y voy a compartir mi experiencia y lecciones con ustedes.

La primera cosa que aprendí fue ir con alguien que ha mochileado antes. Fui con mi amiga Lindsay. Ella tiene mucha experiencia y sabe lo que hace. Otro beneficio de ir con alguien experimentado es que él o ella tendrá todo el equipaje necesario. Lindsay tenía la tienda, la estufa, cosas para cocinar, el filtro de agua y las mochilas. Yo solo tenía que llevar ropa, un saco de dormir, agua y comida.

Además de tener todo el equipaje, otro beneficio de ir con Lindsay fue que ella conocía el área. Había subido el pico Capital y pasado la noche al lado del lago. Conocía la ruta y por su experiencia tuvimos el sitio de acampar más hermoso del área.

La segunda cosa que aprendí en ese viaje fue planear bien tu excursión. Puedes caminar más rápido e ir más lejos cuando no tienes un extra treinta y cinco libras (35lbs) o 16 kilogramos (16 kg) en tu espalda. Vas a caminar más lentamente, entonces una distancia más corta es preferible.

También hay que considerar la altitud. El cuerpo se cansa cuando no tiene suficiente oxígeno. Además, hay que expender energía cuando estás subiendo.

Llegar al lago Capital es una excursión de seis punto cinco millas (6.5 mi), o diez punto cuatro kilómetros (10.4 km), y el sendero sube dos mil cuatrocientos pies (2,400 ft) o setecientos treinta metros (730 m). No es un sendero necesariamente fácil. Descansamos dos veces en el viaje y los dos descansos eran muy necesitados.

Es una buena idea leer sitios de senderos para checar el estado del sendero que vas a usar. Muchas veces estos sitios tienen fotos de las condiciones.

Cuando llegamos al sendero, estaba muy emocionada. Puedes ver el pico Capital por la mayoría del paseo y es divertido tener un objetivo visible cuando estás caminando. Por los primeros dos millas, yo pensé que mochilear fue fácil, pero entonces llegamos al arroyo. Tuve que cruzar once (11) arroyos. Por cruzar los arroyos yo aprendí otra lección: llevar una mochila grande y pesada cambia el centro de gravedad. Me sentía desequilibrada. Fue más difícil mover de roca a roca porque estaba tratando de balancear todo el peso adicional. El agua estaba muy fría y tenía miedo de caerme.

Cruzar el agua fue difícil, especialmente porque los arroyos estaban llenos de nieve recién derretida. Entrar al agua fue como entrar a un baño de hielo. Cruzamos

unos arroyos en troncos de árboles. Cruzamos otros arroyos por brincar de roca a roca. Pero tuvimos que cruzar un arroyo en el agua. Nos quitamos las botas y calcetines. Las rocas eran duras y el agua frígida. Después, descansamos en un campo de flores para calentarnos y secarnos.

La lección más difícil fue que las montañas a veces todavía tienen nieve en julio. Habíamos caminado más o menos cuatro (4) millas cuando perdimos el sendero debido a la nieve. Sin embargo, seguimos adelante. Buscamos señales del sendero y Lindsay conocía el área entonces no nos perdimos por completo.

La nieve era media derretida. Una vez pisé y me hundí hasta el muslo. De vez en cuando vimos agua corriendo por debajo de la nieve. Fue un recuerdo del peligro de viajar en nieve. Avanzamos con mucho cuidado.

Después de cruzar varios arroyos y mucha nieve, llegamos al lago y preparamos el sitio de acampar. En el sitio, aprendí otra lección: ¡ten cuidado con los animales! En las montañas de Colorado, hay un roedor grande que se llama la marmota. Hay muchas marmotas y mientras son lindas, son traviesas. He visto y oído de marmotas que comen ropa, mochilas, platos y chanclas. Es importante guardar tu comida y tus pertenencias.

Hablando de comida, aprendí que hay muchas posibilidades de comida en una excursión de mochilear. La lección más importante de comida es que no puedes dejar nada de comida en tu sitio de acampar. Todo lo que llevas tiene que salir contigo. Además, estábamos en un área con osos, entonces tomamos la precaución de poner toda la comida en un recipiente especial.

En la excursión, bebimos mucha agua. Como caminábamos al lado de agua, no llevamos todo el agua para la excursión. Lindsay tenía un filtro de agua. Cuando necesitábamos más agua, paramos al lado de un arroyo y descansamos mientras pasamos el agua por el filtro. En la mañana cuando bajé al lago para conseguir agua, el lago estaba helado. Tuve que romper el hielo para conseguir el agua.

Aprendí mucho en mi primera excursión de mochilear, pero mi lección favorita fue pausar y disfrutar. Yo casi siempre estoy ocupada y haciendo múltiples cosas a la vez. Cuando estoy en las montañas, me desconecto y tengo tiempo para simplemente respirar.

En la mañana, mi amiga y yo pasamos tiempo junto al lago. Escuchamos la canción de los pájaros y miramos los juegos de las marmotas. Sentimos el calor del sol y el frío de la nieve. Ella pintaba y yo tomaba muchísimas fotos.

Me encantó pasar la noche lejos de la civilización. Me gustó el reto de llevar todo lo que necesitas en una mochila grande. Sentí orgullosa de mi perseverancia y fuerza. Y aunque estaba exhausta cuando volví a mi coche, mi primera excursión de mochilear no fue mi última.



You can find this and more stories at [smalltownspanishteacher.com](http://smalltownspanishteacher.com) This story is an original work by Camilla Given. Any resemblance to stories by other authors is purely coincidental, unless otherwise noted.