



lonely planet

China

Mapa
desplegable
de Beijing

Capítulo sobre la Gran Muralla
Recomendaciones de expertos

geoPlaneta



China



EDICIÓN ESCRITA Y DOCUMENTADA POR

Damian Harper,
Piera Chen, Megan Eaves, David Eimer, Helen Elfer, Daisy Harper,
Trent Holden, Stephen Lioy, Shawn Low, Tom Masters,
Emily Matchar, Bradley Mayhew, Rebecca Milner, Kate Morgan,
Christopher Pitts, Tom Spurling, Phillip Tang

PUESTA A PUNTO

| | |
|-----------------------------|----|
| Bienvenidos a China | 6 |
| Mapa de China | 8 |
| Las 30 mejores experiencias | 10 |
| Lo esencial | 26 |
| La primera vez | 28 |
| En busca de | 30 |
| Mes a mes | 34 |
| Itinerarios | 38 |
| Comida y bebida | 47 |
| Crucero por el Yangtsé | 51 |
| De un vistazo | 57 |

EN RUTA

| | |
|-------------------------------|------------|
| BEIJING | 64 |
| Alrededores de Beijing | 122 |
| Tumbas Ming | 122 |
| Chuāndìxià | 124 |
| Ciudad de Wǎnpíng | 125 |
| LA GRAN MURALLA | 127 |
| Historia de la Gran Muralla | 127 |
| Visita a la Muralla | 128 |
| Mùtiányù | 129 |
| Gǔběikǒu | 130 |
| Jiànkǒu | 131 |
| Zhuàngdàokǒu | 132 |
| Jìnshānlíng | 132 |
| Huánguā Chéng | 133 |
| Bādǎlíng | 136 |

TIĀNJĪN Y HÉBĒI ... 137

| | |
|----------------|------------|
| Tiānjīn | 139 |
| Héběi | 146 |
| Shìjiāzhuāng | 146 |
| Zhèngdìng | 149 |
| Yújiācūn | 151 |
| Chéngdé | 152 |
| Shānhǎiguān | 158 |
| Jímíngyì | 160 |

LIÁONÍNG 163

| | |
|-----------|-----|
| Dàlián | 165 |
| Dāndōng | 172 |
| Shěnyáng | 176 |
| Xíngchéng | 180 |

JÍLÍN 182

| | |
|------------------------------|-----|
| Chángbái Shān | 184 |
| Yánjǐ | 187 |
| Jí'ān | 189 |
| Estación de esquí de Běidàhú | 190 |
| Chángchūn | 190 |

HĒILÓNGJIĀNG ... 194

| | |
|-------------|-----|
| Harbin | 196 |
| Mūdǎnjiāng | 203 |
| Lago Jìngpò | 204 |

| | |
|--------------|-----|
| Wǔdàlián Chí | 205 |
| Mòhé | 208 |

SHĀNDŌNG 210

| | |
|----------|-----|
| Jǐ' nán | 212 |
| Zhūjiāyù | 216 |
| Tài'ān | 217 |
| Tài Shān | 220 |
| Qūfū | 224 |
| Zōuchéng | 229 |
| Qīngdǎo | 230 |
| Láo Shān | 240 |
| Yántái | 241 |
| Pénglái | 246 |

JIĀNGSŪ 247

| | |
|------------|-----|
| Nánjīng | 249 |
| Sūzhōu | 262 |
| Mùdú | 270 |
| Tónglǐ | 271 |
| Lùzhí | 272 |
| Zhōuzhuāng | 273 |

ZHÈJIĀNG 275

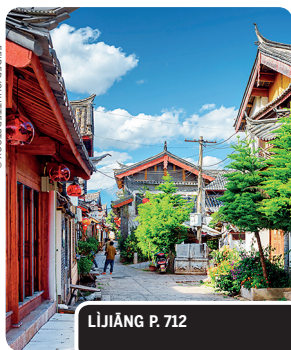
| | |
|-----------|-----|
| Hángzhōu | 277 |
| Mògānshān | 288 |
| Wúzhèn | 290 |
| Nánxún | 292 |
| Xīnyè | 294 |
| Zhūgě | 294 |
| Sípíng | 296 |
| Jīnhuá | 296 |
| Pǔtuóshān | 297 |
| Níngbō | 301 |
| Shàoxíng | 302 |

SHANGHÁI 304

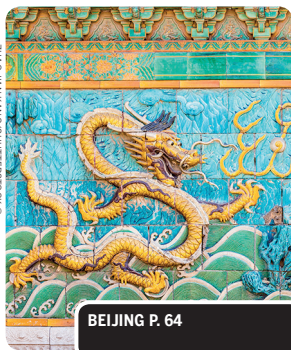
| | |
|--------------------------------|------------|
| Alrededores de Shanghai | 351 |
| Zhūjiājiào | 351 |

FÚJIÀN 353

| | |
|-------------------------|-----|
| Xiàmén | 355 |
| Gǔlàng Yǔ | 360 |
| Tǔlóu de Fújiàn | 363 |
| Quánzhōu | 366 |
| Alrededores de Quánzhōu | 370 |



LIJIANG P. 712



BEIJING P. 64

Sumario

| | | | | | |
|------------------------------|------------|------------------------|------------|-------------------------------|------------|
| Fúzhōu | 371 | Wúdāng Shān | 470 | CháoZhōu..... | 611 |
| Wǔyí Shān | 373 | Shénnóngjià | 472 | Méizhōu | 611 |
| SHĀNXĪ | 375 | Yíchāng | 473 | Dabù | 613 |
| Dàtóng | 377 | JĪANGXĪ..... | 476 | Ciudad vieja de | |
| Alrededores de Dàtóng | 380 | Nánchāng | 478 | Cháyáng..... | 613 |
| Wǔtái Shān | 382 | Alrededores de | | Ciudad vieja de Bǎihóu .. | 613 |
| Tàiyuán..... | 385 | Nánchāng | 481 | Shàntóu | 614 |
| Alrededores de Tàiyuán..... | 389 | Lúshān | 482 | HĀINÁN | 615 |
| Píngyáo | 389 | Jǐngdézhèn | 482 | Hǎikǒu | 617 |
| Alrededores de Píngyáo | 393 | Wǔyuán | 485 | Alrededores de | |
| Qíkǒu | 394 | Sānqīng Shān | 489 | Hǎikǒu | 621 |
| Jīnchéng | 395 | Lóngǔ Shān..... | 491 | Altiplano central..... | 622 |
| Alrededores de | | Lóngnán | 492 | Bǎotīng..... | 623 |
| Jīnchéng | 396 | HÚNÁN..... | 494 | Costa este | 623 |
| SHAANXI..... | 397 | Chángshā..... | 496 | Bó'áo | 623 |
| Xī'ān | 399 | Shǎoshān..... | 499 | Bahías de Shíméi | |
| Alrededores de Xī'ān | 409 | Héng Shān..... | 501 | y Rì Yuè | 626 |
| Huá Shān..... | 413 | Zhāngjiājiè | 504 | Sānyà (Dàdōnghǎi) | 627 |
| Hánchéng | 416 | Déhāng..... | 509 | Xīnglóng..... | 631 |
| Yúlín | 417 | Fēnghuáng..... | 510 | GUǎNGXĪ..... | 632 |
| ĀNHUĪ | 419 | Antigua ciudad | | Guilín | 634 |
| Túnxī | 421 | de Hóngjiāng..... | 513 | Alrededores de Guilín .. | 638 |
| Xīdī | 425 | Fúróng Zhèn | 514 | Zīyuán | 639 |
| Hóngcūn | 427 | HONG KONG | 515 | Bancales de arroz | |
| Píngshān | 428 | MACAO..... | 554 | de Lóngjǐ | 639 |
| Shèxiàn | 429 | GUǎNGDŌNG | 576 | Sānjiāng | 641 |
| Huángshān | 430 | Guǎngzhōu | 578 | Yángshuò | 643 |
| Jiǔhuá Shān | 435 | Alrededores de | | Liúgōng | 649 |
| Héféi | 438 | Guǎngzhōu | 590 | Xīngpíng..... | 649 |
| HÉNÁN..... | 440 | Fóshān | 591 | Huángyáo | 650 |
| Zhèngzhōu..... | 442 | Kǎipíng | 592 | Nǎnníng | 651 |
| Nánjiēcūn..... | 445 | Yángjiāng | 596 | Yángměi | 653 |
| Sōng Shān y Dēngfēng .. | 445 | Zhàoqīng | 597 | Běihǎi | 654 |
| Luòyáng | 449 | Alrededores de | | Isla de Wéizhōu..... | 656 |
| Alrededores de Luòyáng..... | 452 | Zhàoqīng | 598 | Murales rupestres | |
| Guōliàngcūn | 453 | Alrededores de | | de Huāshān..... | 657 |
| Kǎifēng | 455 | Qīngyuǎn | 599 | Píngxiāng..... | 658 |
| Zhūxiàn Zhèn | 460 | Parque Forestal | | Catarata de Dětīān..... | 659 |
| HÚBĚI..... | 461 | Nacional de Nánlíng .. | 600 | Gran Cañón de Tōnglíng .. | 659 |
| Wǔhàn | 463 | Shēnzhèn..... | 601 | Lèyè | 660 |
| Jīngzhōu | 468 | Zhūhǎi | 606 | GUÌZHŌU..... | 661 |
| Alrededores de Jīngzhōu .. | 469 | CháoZhōu..... | 608 | Centro de Guizhōu..... | 663 |
| | | Alrededores de | | Guiyáng | 663 |

EN RUTA

| | |
|----------------------------------|------------|
| Qīngyán | 666 |
| Este de Guizhōu | 667 |
| Kǎilí | 667 |
| Bāshā | 670 |
| Léishān | 670 |
| Lónglí | 670 |
| Xījiāng | 671 |
| Zhàoxíng | 671 |
| Zhènyuǎn | 672 |
| Alrededores de Zhènyuǎn | 675 |

| | |
|-------------------------------|------------|
| Oeste de Guizhōu | 675 |
| Ānshùn | 675 |
| Alrededores de Ānshùn | 678 |
| Wēining | 680 |
| Norte de Guizhōu | 681 |
| Chìshuǐ | 681 |

YÚNNÁN 684

| | |
|---------------------------------|------------|
| Centro de Yúnnán | 686 |
| Kūnmíng | 687 |
| Alrededores de Kūnmíng | 695 |
| Shílín | 696 |
| Héijǐng | 696 |
| Jiànshuǐ | 697 |

| | |
|--|-----|
| Bancales de arroz de Yuányáng | 698 |
| Xiàguān | 700 |
| Wēishān | 701 |
| Dǎlǐ | 702 |
| Lago Ērhǎi | 707 |
| Cāng Shān | 708 |
| Xìzhōu | 709 |
| Nuòdèng | 709 |
| Shāxī | 711 |

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Noroeste de Yúnnán | 712 |
| Lìjiāng | 712 |
| Báishā | 720 |
| Antigua ciudad de Shùhé | 720 |
| Garganta del Salto del Tigre | 721 |
| Lago Lúgū | 724 |
| Shangrì-la | 725 |
| Alrededores de Shangrì-la | 731 |



HONG KONG P. 515

| | |
|-----------------------------------|------------|
| Déqin y Kawa Karpo | 732 |
| Valle del Nù Jiāng | 734 |
| Liùkù | 734 |
| Fúgòng | 735 |
| Bǐngzhōnglù | 735 |
| Valle de Dúlóng | 736 |
| Región de Bǎoshān | 736 |
| Condado de Téngchōng | 736 |
| Prefectura de Déhóng | 739 |
| Ruǐlì | 740 |
| Alrededores de Ruǐlì | 742 |

| | |
|--|------------|
| Región de Xīshuāngbǎnnà | 743 |
| Jǐnghóng | 744 |
| Alrededores de Jǐnghóng | 748 |

SÌCHUĀN 752

| | |
|---|------------|
| Centro de Sichuān | 756 |
| Chéngdū | 756 |
| Alrededores de Chéngdū | 766 |
| Dūjiāngyàn | 766 |
| Montaña de las Cuatro Hermanas | 767 |
| Éméi Shān | 768 |
| Lè Shān | 773 |
| Liǔjiāng | 776 |
| Yǎ'ān | 776 |
| Sur de Sichuān | 777 |
| Zìgòng | 777 |

| | |
|--|------------|
| Yíbin | 779 |
| Mar de Bambú | 779 |
| Oeste de Sichuān | 780 |
| Kāngdìng | 781 |
| Prefectura de Garzê Norte | 785 |
| Prefectura de Garzê Sur | 792 |
| Norte de Sichuān | 797 |
| Carretera a Gānsù | 797 |
| Sōngpān | 797 |
| Parque Nacional de Jiùzhàigōu | 801 |
| Lángzhōng | 805 |
| Guǎngyuán | 806 |

CHÓNGQÌNG 807

| | |
|----------------------------------|-----|
| Ciudad de Chóngqìng | 809 |
| Cuevas budistas de Dàzú | 821 |
| Láitān | 822 |
| Zhōngshān | 822 |
| Wūlóng | 823 |
| Ciudad antigua de Ānjū | 824 |

XĪNJIĀNG 825

| | |
|---------------------------------|------------|
| Centro de Xīnjiāng | 828 |
| Ūrūmqi | 829 |
| Tiān Chí | 834 |
| Turpan | 834 |
| Alrededores de Turpan | 836 |

Sumario

COMPRENDER

| | |
|---|------------|
| Hāmi | 837 |
| Kuqa | 838 |
| Suroeste de Xīnjiāng-Kashgaria | 841 |
| Kashgar | 841 |
| Carretera del Karakórum | 847 |
| Ruta de la Seda meridional | 850 |
| Yengisar | 850 |
| Charklik | 850 |
| Cherchen | 851 |
| Hotan | 852 |
| Yarkand | 855 |
| Karghilik | 855 |
| Norte de Xīnjiāng | 856 |
| Bù'ěrjīn | 856 |
| Lago Kanas | 858 |
| Yīning | 859 |
| Lago Sayram | 860 |

| | |
|-------------------------------|------------|
| GĀNSÙ | 861 |
| Lánzhōu | 863 |
| Sur de Gānsù | 868 |
| Xiàhé | 868 |
| Alrededores de Xiàhé | 873 |
| Hézuò | 874 |
| Lángmùsī | 875 |
| Corredor de Héxī | 877 |
| Wǔwēi | 878 |
| Alrededores de Wǔwēi | 879 |
| Zhāngyè | 879 |
| Alrededores de Zhāngyè | 881 |
| Jiànyǔguān | 882 |
| Dūnhuáng | 885 |
| Alrededores de Dūnhuáng | 889 |
| Este de Gānsù | 892 |
| Tiānshuǐ | 892 |
| Alrededores de Tiānshuǐ | 893 |
| Píngliáng | 893 |

| | |
|----------------------|------------|
| NÍNGXIÀ | 895 |
| Yínchuān | 897 |
| Hèlán Shān | 901 |
| Zhōngwèi | 901 |
| Gùyuan | 904 |
| Tóngxīn | 906 |

MONGOLIA INTERIOR ..

| | |
|------------------------|-----|
| 907 | |
| Hohhot | 910 |
| Shàngdū | 914 |
| Bāotóu | 915 |
| Mausoleo de Gengis Kan | 916 |
| Hàilǎ'ěr | 917 |
| Ēnhé | 918 |
| Mǎnzhōulǐ | 919 |
| Shì Wěi | 920 |

QĪNGHǎI

| | |
|---|-----|
| 924 | |
| Xīning | 926 |
| Parque Forestal Nacional de Hùzhū Běishān | 934 |
| Tōnggrén | 935 |
| Guidé | 936 |
| Yùshù | 938 |
| Templo de la Princesa Wencheng | 939 |
| Nangchen | 939 |
| Golmud | 940 |
| Mǎduō | 942 |

TÍBET

| | |
|--|------------|
| 943 | |
| Lhasa | 949 |
| Alrededores de Lhasa .. | 957 |
| Monasterio de Drepung | 957 |
| Monasterio de Ganden | 958 |
| Monasterio de Sera | 958 |
| Ü | 958 |
| Monasterio de Samye | 959 |
| Sur de Ngari | 959 |
| Saga | 959 |
| Tsang | 959 |
| Gyantse | 960 |
| Shigatse | 961 |
| Lhatse | 964 |
| Sakya | 964 |
| Campo base del Everest | 965 |
| Tingri | 965 |
| Extremo occidental de Ngari | 966 |
| Darchen y monte Kailash | 966 |
| Lago Manasarovar | 968 |

| | |
|--------------------------------|-------------|
| China hoy | 970 |
| Historia | 972 |
| La sociedad china | 992 |
| Religión y creencias .. | 997 |
| Cocina china | 1005 |
| Arte y arquitectura .. | 1014 |
| Paisajes | 1027 |
| Artes marciales | 1035 |

GUÍA PRÁCTICA

| | |
|-----------------------------------|-------------|
| Datos prácticos A-Z .. | 1040 |
| Transporte | 1053 |
| China en tren | 1060 |
| Salud | 1066 |
| Idioma | 1072 |
| Índice | 1086 |
| Legenda de los mapas | 1103 |

PÁGINAS DESTACADAS

| | |
|--|------------|
| Fuera de ruta | 42 |
| Ciudad Prohibida Circuito a pie | 72 |
| Hútòng Circuito a pie .. | 83 |
| El Bund | 314 |
| China indispensable . I-XIV | |
| Hong Kong Circuito a pie | 534 |

Bienvenidos a China

China incita a hacer las maletas. El país está cambiando, así que hay que subir a bordo, disfrutar del viaje y ver qué rumbo toma.

Antigüedad imponente

La faceta moderna de China, aunque deslumbrante, no es la única. La civilización ininterrumpida más antigua del mundo no es solo cristal ahumado y aluminio pulido; si bien el viajero no se tropezará con antigüedades a cada paso –tres décadas de crecimiento desenfrenado y urbanismo irreflexivo han pasado factura–, le esperan ricos vestigios del pasado. Hay para todos los gustos: fragmentos desmoronados de la Gran Muralla, montañas coronadas por templos, pueblos olvidados en el tiempo, lánguidas ciudades con canales, grutas budistas y antiguos fuertes en el desierto. Hay que llevar un buen par de zapatos y recordar las palabras de Lao Tsé: “un viaje de mil millas comienza con un solo paso”.

Paisajes formidables

Pocos países poseen una naturaleza como la del Reino Medio. Se puede elegir entre los lagos de color azul zafiro del Tíbet o los desiertos de Mongolia Interior, saltar de isla en isla en Hong Kong o montar en bicicleta entre los pináculos kársticos de los alrededores de Yángshuò, pasmarse ante los bancales de arroz del sur, hacerse un *selfie* en los campos de colza de Wūyuán, caminar por la Gran Muralla, perderse en bosques de bambú o tumbarse en una playa remota.

Gastronomía

Los chinos viven para comer. Con 1400 millones de personas amantes de la gastronomía, unidas a la diversidad geográfica y cultural de un país inmenso, cabe esperar todo tipo de tentaciones y desafíos para el paladar. Se puede degustar pato pekinés en Beijing, *fontdue* china en Chóngqìng o un *ròujiāmó* (panecillo con tiras de carne de cerdo condimentada) antes de escalar el Huá Shān. Hay que tomar un humeante cuenco de fideos de Lánzhōu en un mercado de la Ruta de la Seda, subir la temperatura con la abrasadora comida de Húnán o parar un carrito de *dim sum* en el sur. Si el viajero sigue su olfato, querrá que el viaje no termine nunca.

Diversidad

China es un país descomunal que alberga una mezcla fascinante de dialectos diferentes y de extremos climáticos y topográficos. Se puede elegir entre el revoltijo étnico del suroeste, los templos iluminados con manteca de yak de Xiàhé, un viaje por la polvorienta Ruta de la Seda, dormir en el campo base del Everest o arreglarse para una noche de fiesta en Shanghái. Tanto los viajeros urbanos como los senderistas, ciclistas, exploradores, mochileros, gastrónomos y aficionados a los museos encontrarán algo de su gusto.



Por qué me encanta China

Por Damian Harper, autor

En la década de 1990, mi pasión por las artes marciales chinas me llevó a matricularme en un grado de chino de cuatro años en una universidad londinense. Fueron tiempos divertidos, cuando viajar a China era duro y emocionante a partes iguales. Nadie había oído hablar de sitios como Pingyáo y el Pūdōng de Shanghái era una llanura sin cactus. No mentiría si dijera que se trata de la fantástica comida, los increíbles paisajes, la emoción de los viajes en tren, la gente encantadora o llegar a una ciudad pequeña donde nunca había estado; pero es el idioma chino lo que aún amo por encima de todo.

Para más información sobre los autores, véase p. 1104.

China

Carretera del Karakórum

Impresionante carretera a Pakistán (p. 847)

Ruta de la Seda

Camellos, desiertos y ciudades efímeras (p. 848)

Dūnhuáng

Oasis en la Ruta de la Seda (p. 885)

Parque Nacional de Jiùzhàigōn

Senderismo en los paisajes salvajes de Sichuán (p. 801)

Monte Kailash

Montaña sagrada en el Tíbet occidental (p. 966)

Garganta del Salto del Tigre

Imponente escenario de Yúnnán (p. 721)

Bancales de arroz de Lóngjǐ

Impresionantes vistas de los bancales de arroz (p. 639)

ALTITUD



Cuevas de Yúngāng

Asombroso santuario budista (p. 380)

Gran Muralla

Caminar por la reina de todas las murallas (p. 127)

Hútòng de Beijing

Perderser en los callejones de la capital (p. 82)

Zhāngjiājiè

Espectaculares paisajes kársticos (p. 504)

Tài Shān

La montaña taoísta más sagrada de China (p. 220)

Guerreros de Terracota

Abrumador arte de la China antigua (p. 410)

El Bund, Shanghái

Sabrosa comida (p. 305)

Huángshān

Montaña neblinosa (p. 430)

Crucero por el río Yangtsé

El mayor viaje fluvial de China (p. 51)

Fénghuáng

Encantadora y divertida ciudad al lado del río (p. 510)

Yángshuò

Impresionante escenario kárstico (p. 643)

Pedaleando por Hǎinán

Rodear esta isla tropical (p. 624)

Hong Kong

Un país, dos sistemas (p. 515)



Las 30 mejores experiencias



Ciudad Prohibida

1 No es una ciudad y ya no está prohibida. El enorme palacio de Beijing (p. 68) es el *sumum* del esplendor dinástico, con salones inmensos y magníficas puertas. Ningún otro lugar de China está imbuido de tanta historia, leyenda y viejas intrigas imperiales. Es posible que el viajero se pierda completamente, pero siempre hallará algo para contar en la primera postal que escriba. Además, el precio de entrada es de los más atractivos de China; el lugar vale mucho más de lo que cuesta.

Gran Muralla

2 Verla desde el espacio es tan complicado como absurdo: el único lugar donde realmente se puede tener la Gran Muralla (p. 127) bajo los pies es China. Hay tramos para todos los gustos: perfectamente cincelados, desmoronados, sin ladrillos, cubiertos de vegetación, sin ladrillos, cubiertos de vegetación, enroscados de forma espléndida en torno a las colinas o a punto de desintegrarse. La fortificación es digno símbolo de las eternas cualidades chinas: diligencia, mano de obra masiva, ambiciosa visión de futuro y dotes para la ingeniería (además de desconfianza hacia los vecinos). Abajo: Gran Muralla en Badaling (p. 136).



SEAN PAVONE/SHUTTERSTOCK ©



2

FENGZHANGJIE/SHUTTERSTOCK ©





El Bund, Shanghái

3 Shanghái es más que una ciudad: es el modelo iluminado de neón de cambio, oportunidad y modernidad para el país. Con la vista puesta en un futuro no muy lejano, Shanghái ofrece un anticipo de todos los superlativos a los que China se atreve a aspirar, desde la plataforma de observación más alta del mundo hasta el tren comercial más veloz. Tanto si el viajero llega tras un viaje de 44 h en tren desde Xinjiang como si es su primera parada, encontrará muchas cosas de su agrado, comenzando por el Bund (p. 305), el icónico paseo marítimo.

Río Lí y ciclismo por Yángshuò

4 Es difícil exagerar la belleza de Yángshuò (p. 643) y la zona circundante del río Lí, famosa por las imágenes clásicas de picos dentados de piedra caliza cubiertos de musgo que se recortan contra bambúes inclinados sobre arroyos cantarines, búfalos de agua holgazaneando y campesinos sembrando arroz. Al navegar por el río en una balsa de bambú, se comprenderá por qué este impactante paisaje rural ha inspirado a pintores y poetas durante siglos. Otra forma de contemplarlo es un circuito en bicicleta a lo largo del río Yúlóng. Izda.: río Lí, Guilín (p. 634).

Dūnhuáng

5 En el lejano oeste, donde China comienza a transformarse en un paisaje desértico lunar, la bonita ciudad-oasis de Dūnhuáng es una escala natural para los exploradores de la Ruta de la Seda. En las afueras se elevan grandes dunas y hay varios fragmentos de la Gran Muralla azotados por el viento del desierto, pero lo realmente asombroso son las magníficas grutas de Mògāo (p. 889), flor y nata de las cuevas budistas de China. Sus estatuas se cuentan entre los tesoros culturales más valiosos del país. Arriba: lago de la Medialuna (p. 890).





Cocina china

6 Hay que decir *zàijiàn* (adiós) a la mala comida de los restaurantes chinos occidentales y *nǐhǎo* (hola) a un mundo nuevo de alimentos y sabores (p. 1005). Beijing, con pato pekinés y *dumplings* en abundancia, es un buen comienzo, pero no hay que viajar muy lejos para encontrar todo un mundo culinario, desde el fuego líquido de la *fondue* china de Chóngqing hasta el *dim sum* de Hong Kong. El viajero verá y comerá cosas de las que nunca había oído hablar y probará bebidas que resucitarían a un muerto. Arriba izda.: *dim sum*, Hong Kong (p. 540).

Excursionismo por los bancales de arroz de Lóngjǐ

7 Tras el traqueteo de un viaje en autobús hasta el norte de Guǎngxī, deslumbra la visión de uno de los paisajes más arquetípicos y fotografiados de China: los bancales de arroz que llevan el espléndido nombre de Lóngjǐ (Columna del Dragón) (p. 639). La región es un tentador mosaico de aldeas habitadas por minorías étnicas y bancales anegados que trepan en terrazas por las laderas. El vigorizante paseo entre los pueblos de Píng'ān y Dàzhài ofrece las vistas más emocionantes. Después de las lluvias estivales, los arrozales brillan con múltiples reflejos.

Guerreros de Terracota

8 Montando silenciosa guardia sobre su emperador desde hace más de dos milenios, los Guerreros de Terracota (p. 410) constituyen uno de los hallazgos arqueológicos más extraordinarios de la historia. No solo hay miles de figuras de tamaño real alineadas en formación de batalla, sino que no existen dos iguales: cada una muestra una expresión diferente. Al contemplar los rostros diestramente esculpidos, el pasado revive con una intensidad única.

Zhāngjiājì

9 Las místicas torres de roca de Zhāngjiājì (p. 505) parecen salidas de otro planeta. En los brumosos bosques subtropicales del noroeste de Húnán se elevan más de tres mil pináculos kársticos, formando un paisaje surrealista que posiblemente no tenga igual en China. Se puede navegar en balsa por el río, hacer senderismo, caminar por una espeluznante pasarela de cristal o, simplemente, pasar horas haciendo fotos.

Concesión Francesa, Shanghai

10 La Concesión Francesa (p. 313) es la parte soleada de Shanghai, su zona más cool, moderna y atractiva. Antiguo feudo de aventureros, revolucionarios, gánsteres, prostitutas y escritores, la antigua concesión (también llamada Frenchtown) es la parte más elegante de Pùxī. La París del Este despliega aquí sus encantos europeos con el máximo efecto: las calles arboladas y los chalés de los años veinte se combinan con bloques de pisos *art déco*, restaurantes elegantes y bares chic.



LIZPETTY IMAGES ©



LIFT008/RH/SHUTTERSTOCK ©

11

COMEZORA/GETTY IMAGES ©



12

DULWANT SWP/GETTY IMAGES ©



13

Huángshān y pueblos hui

11 Envuelto en neblina y lloviznas más de 200 días al año, Huángshān tiene un atractivo que seduce a millones de visitantes cada año. Quizá sea por el paisaje baldío o el ambiente sobrenatural de la montaña. La niebla viene y se va según su voluntad, y en las escarpadas paredes de granito sobresalen retorcidos pinos. No lejos de la base se hallan varios pueblos hui perfectamente conservados, como Xīdì (p. 425) y Hóngcūn. La Unesco, Ang Lee y Zhang Yimou quedaron cautivados; al viajar le pasará lo mismo. *Neblina en Huángshān* (p. 430).

Navegar por el puerto Victoria

12 Suena la sirena y todos corren hacia la rampa. Se oye un silbato, el barco zarpa. Más allá de las olas se despliega uno de los panoramas más famosos del mundo: los rascacielos de Hong Kong, de acero y neón reluciente, se perfilan contra las montañas. Se trata del legendario Star Ferry (p. 531), que transporta pasajeros entre la isla de Hong Kong y la península de Kowloon desde el s. XIX. Tras 10 min, se echan amarras, suena una campana y los pasajeros desembarcan. A solo 2 HK\$, es posiblemente el crucero con mejor precio del mundo.

Excursionismo en el Parque Nacional de Jiūzhàigōu

13 Explorar los valles boscosos del Parque Nacional de Jiūzhàigōu (p. 801), con sus azulísimos lagos y aldeas tibetanas a la sombra de montañas nevadas, siempre ha sido una de las experiencias más destacadas de la provincia de Sichuān. El excelente proyecto de ecoturismo del valle restringido de Zhārú permite a los viajeros hacer senderismo y acampar por esta impresionante región del suroeste de China. Los guías hablan inglés y se facilita todo el material de acampada.





Fènghuáng

14 Casas encaramadas precariamente sobre pilotes, salas ancestrales, templos desmoronados y puertas con torres entre un laberinto de callejones llenos de tiendas que venden misteriosos alimentos y medicinas; solo por esto, la antigua ciudad de Fènghuáng (p. 510) es una parada imprescindible. Añádase su emplazamiento a orillas del río Tuó y la oportunidad de alojarse en una posada en la misma ribera y se tendrá una de las poblaciones más evocadoras del país.

Ruta de la Seda

15 Existen ciudades de la Ruta de la Seda en países como Uzbekistán y Turkmenistán, pero un tramo considerable del camino histórico atraviesa China, bordeado del patrimonio musulmán que domina el oeste y noroeste del país y de vestigios de civilizaciones budistas anteriores. Probablemente el viajero no parta de Xī'an a lomos de un caballo o camello, pero si sube a un autobús podrá seguir la ruta como lo hacían los antiguos mercaderes. La remota Kashgar (p. 841), una de las ciudades más importantes de la Ruta de la Seda, es aún hoy un crisol de pueblos. Arriba: gran bazar del domingo (p. 841), Kashgar.



Píngyáo

16 Verdadera joya atrapada en el tiempo, Píngyáo (p. 389) es una ciudad amurallada intacta que conserva una sensación de continuidad con la época de la dinastía Qing, cuando conoció su apogeo. Tiene murallas imponentes, callejones evocadores, tiendas antiguas, casas tradicionales con patio, hoteles excelentes y habitantes hospitalarios, todo en una zona compacta. Se puede recorrer China entera y no hallar una ciudad igual. Hay que viajar al pasado y quedarse unos días en este lugar único.

Cuevas de Yúngāng

17 El arte budista alcanza cotas sublimes en estas cuevas del s. v (p. 380), que albergan algunas de las estatuas más extraordinarias de China. Esculpidas en la áspera tierra amarilla de Shānxī y rodeadas de frescos magníficos, las estatuas de las cuevas representan la culminación de la cultura tuoba y presentan influencias de lugares tan lejanos como Grecia y Persia. El pigmento de algunas estatuas ha sobrevivido milagrosamente durante 1500 años y hay que admirar la importancia que siguen teniendo para los budistas.



MARTINHO SMART/SHUTTERSTOCK ©



MATT WU/ONLEY PLANET ©



BEIBAOE/SHUTTERSTOCK ©

Garganta del Salto del Tigre

18 Se elevan montañas coronadas de nieve a ambos lados de una garganta tan profunda que el viajero puede hallarse a 2 km sobre el río que corre entre las rocas de abajo. Varios senderos suben, bajan y atraviesan aldeas campesinas donde se puede descansar y disfrutar de vistas tan gloriosas que no existen adjetivos para describirlas. La garganta del Salto del Tigre (p. 721), que corta el remoto noroeste de Yúnnán durante 16 km, es simplemente una experiencia indispensable. Los excursionistas que regresan de ella siempre hablan maravillas.

‘Hútòngs’ de Beijing

19 Para meterse bajo la piel de la capital, es preciso perderse al menos una vez por sus antiguos y cautivadores callejones (p. 83). Los *hútòng* son el alma de Beijing; en estas callejuelas que se entrecruzan en el centro se descubrirá la vida callejera de la capital. Pese a haber entrado en el s. XXI, los verdaderos encantos de Beijing – edificios con patio, calles estrechas y un fuerte sentimiento de comunidad – no se encuentran en los rascacielos. Es fácil descubrirlo; basta con alojarse en un hotel con patio para tener el verdadero Beijing a la puerta.

Carretera del Karakórum

20 Esta carretera (p. 847), una de las más espectaculares del mundo, une la ciudad de Kashgar, en la antigua Ruta de la Seda, con Pakistán cruzando el paso de Khunjerab. Al recorrerla se pasa junto a montañas elevadas coronadas de nieve, lagos como espejos bordeados de dunas y valles verdes donde pastan yaks y caballos, y algunas yurtas solitarias salpican el horizonte. Aunque no se planee continuar hasta Pakistán, viajar hasta la localidad de Tashkurgan será una de las experiencias más extraordinarias que se vivirán en China.

Monasterio de Labrang

21 Si no se puede ir al Tíbet, hay que visitar la ciudad de Xiàhé (en Gānsù), una parte más accesible de la antigua región tibetana de Amdo. En un instante se pasa de la China han a estar prácticamente en el Tíbet. Allí, el monasterio de Labrang (p. 869) atrae a peregrinos tibetanos que deambulan muy concentrados por el enorme *kora* (camino de peregrinación) flanqueado de ruedas de oración. El monasterio es una fuente de poder espiritual que ejerce un hechizo de largo alcance; un rincón fascinante de China.

Bancales de arroz de Yuányáng

22 Labrados en colinas que se extienden hasta donde alcanza la vista, los bancales de arroz de Yuányáng (p. 698) dan fe de la maravillosa e íntima relación entre el pueblo hani y el sublime paisaje en el que viven. Las intrincadas terrazas suben a modo de escalones gigantes y resultan espectaculares en cualquier época, pero cuando se anegan en invierno y los rayos del sol bailan sobre el agua al amanecer y atardecer, son hipnóticas.



Gran Buda, Lè Shān

23 El viajero puede leer todas las estadísticas del Gran Buda de Lè Shān (p. 773) –isí, las orejas miden 7 m!–, pero hasta que no descienda por la escalera que hay junto a la estatua de Buda más alta del mundo, se plante ante sus pies y vea las uñas al mismo nivel que sus ojos, no comprenderá realmente su magnitud. Por si esto no fuera lo bastante impresionante, hay que pensar que la enorme estatua fue tallada meticulosamente en el acantilado a orillas del río hace más de 1200 años.

‘Tǔlóu’ de Fújiàn

24 Las fabulosas casas redondas *tǔlóu* (p. 363), que forman colonias en las tierras fronterizas de Fújiàn y Guǎngdōng, albergan pueblos enteros, aunque el número de ocupantes va en descenso. Los imponentes y bien defendidos bastiones de madera y barro –no todos son circulares– se hallan con mayor facilidad en los condados de Nánjīng y Yǒngdīng, en Fújiàn. Se aconseja pasar la noche en uno de ellos: se trata de una forma de vida que está desapareciendo, el entorno rural es maravilloso y la arquitectura, única.





25

J.E.M./SHUTTERSTOCK ©



26

SINO IMAGES/GETTY IMAGES ©



27

La mística Tài Shān

25 Ninguna visita a China estaría completa sin escalar una o dos montañas sagradas. Tài Shān (p. 220), en la provincia de Shāndōng, es la abuela de todas. Se dice que quienes asciendan esta montaña taoísta vivirán 100 años, aunque algunos sienten que van a caer muertos de agotamiento en el extenuante Camino de las 18 Curvas (hay un funicular). Las vistas son sobresalientes y, al estar Tài Shān orientada hacia el este, la salida del sol por la cumbre está a la orden del día.

Crucero por el río Yangtsé

26 El deshielo de la nieve del “tercer polo” del mundo –la meseta tibetana de Qīnghǎi– es el origen del poderoso Yangtsé. El río más largo de China atraviesa el país de oeste a este antes de desembocar en el Pacífico. Alcanza su clímax en las Tres Gargantas, excavadas durante milenios por la fuerza del agua. Las gargantas constituyen un espectáculo magnífico y un crucero por el Yangtsé (p. 51) brinda la oportunidad de colgar el sombrero de viaje, tomar asiento y contemplar el paisaje tranquilamente.

‘Diāolóu’ de Kāipíng

27 Si solo da tiempo a ver un punto de interés en Guǎngdōng, que sean los *diāolóu* (p. 596) de Kāipíng. Unas 1800 torres de vigilancia y residencias fortificadas de extravagante diseño se reparten desordenadamente por las tierras de cultivo de la ciudad de Kāipíng, no lejos de Guǎngzhōu. Estos robustos bastiones, construidos a principios del s. xx, quizá no sean lo que uno espera ver en el Reino Medio, pero inspiran asombro con su excéntrica fusión de estilos arquitectónicos autóctonos y extranjeros: griegos, romanos, góticos, bizantinos, barrocos...



Monte Kailash, Tíbet occidental

28 Venerada por más de mil millones de budistas e hindúes, la montaña más sagrada de Asia (p. 966) se eleva en la llanura de Barkha como un gigantesco *chörten* (*stupa*) de cuatro lados y 6714 m de altura. Junto con el cercano e impresionante lago Manasarovar y una cuenca de la que nacen cuatro de los mayores ríos de Asia, se trata de un lugar indudablemente especial. Viajar a este rincón, uno de los más bellos y remotos del mundo, tiene premio: la peregrinación de tres días alrededor de la montaña limpia los pecados de toda la vida.

Lhasa

29 La ciudad sagrada de Lhasa (p. 949) es la introducción perfecta al Tíbet; solo llegar ya pone la piel de gallina. Las espectaculares salas de oración del palacio de Potala, el templo medieval de Jokhang y las ciudades monásticas de Drepung y Sera son los principales reclamos, pero no hay que perderse las capillas y caminos de peregrinación menos visitados. Las callejuelas enclavadas del casco antiguo albergan la verdadera alma del barrio tibetano; se podrían pasar horas entre talleres artesanos, templos ocultos y salones de té. Arriba dcha.: palacio de Potala (p. 949).

Practicar ciclismo en Hǎinán

30 Gracias a sus cielos azules y tiempo agradable, la única isla tropical de China (p. 624) es ideal para pasar unas vacaciones sin hacer nada, pero también para explorarla en bicicleta. Al este se encontrarán pintorescos valles con arrozales, bahías espectaculares y las mejores playas de China. Las tierras altas centrales, escasamente pobladas, son una región boscosa ocupada por los primeros habitantes de la isla, los li y los miao. Allí, incluso la carretera más transitada tiene poco tráfico. Abajo dcha.: Sānyà (p. 627), Hǎinán.



Lo esencial

Para más información, véase 'Guía práctica' (p. 1039).

Moneda

Yuán (元; CNY)

Idioma

Mandarín, cantonés

Visados

Necesarios para todas las visitas a China, salvo Hong Kong, Macao y estancias de hasta 72 h en Shanghái, Beijing, Chángshā, Chéngdū, Chóngqing, Dàlián, Guǎngzhōu, Guilín, Harbin, Kùnmíng, Qíngdǎo, Shěnyáng, Tiānjīn, Wúhàn, Xiàmén y Xī'ān.

Moneda

Cajeros automáticos en las poblaciones grandes. Las tarjetas de crédito se usan menos; hay que llevar efectivo siempre.

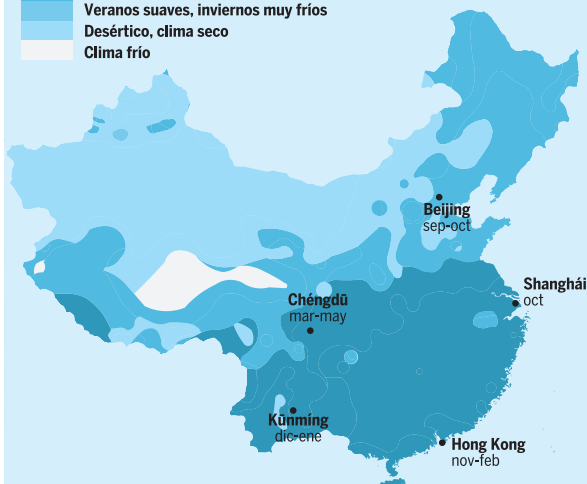
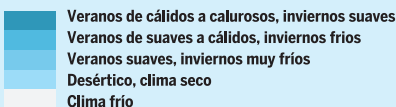
Teléfonos móviles

Deberían ser la primera opción para llamar. Si se lleva un móvil desde otro país, hay que asegurarse de que esté liberado para su uso en China. Se venden tarjetas SIM en las zonas de llegadas de los principales aeropuertos.

Hora local

GMT/UTC + 8 h

Cuándo ir



Temporada alta (may-ago)

- ➔ Chaparrones de verano y aglomeraciones en los lugares turísticos.
- ➔ El precio del alojamiento se dispara durante la primera semana de las vacaciones de mayo.

Temporada media (feb-abr, sep y oct)

- ➔ Días templados en primavera y frescos en otoño.
- ➔ Temporada óptima en el norte, con buen tiempo y cielos despejados.
- ➔ El precio del alojamiento se dispara en las vacaciones de octubre.

Temporada baja (nov-feb)

- ➔ Poco turismo interno, pero aglomeraciones y precios altos en el Año Nuevo chino.
- ➔ Mucho frío en el norte y zonas altas; tiempo cálido solo en el sur.

Webs

Lonely Planet (lonelyplanet.es)

Información sobre el país, reserva de hoteles y foro de viajeros.

Ctrip (www.es.ctrip.com)

Reservas hoteleras, billetes de avión y tren.

Instituto Confucio (www.confucius-institute-magazine.com) Revista digital sobre China.

Popupchinese (www.popupchinese.com) Excelentes podcasts (ideales para aprender chino).

Far West China (www.farwestchina.com) Recurso indispensable para la Ruta de la Seda.

Teléfonos útiles

| | |
|--------------------------------------|-------------|
| Ambulancia | ☎120 |
| Bomberos | ☎119 |
| Policía | ☎110 |
| Prefijo país (China/Hong Kong/Macao) | ☎86/852/853 |
| Prefijo de acceso internacional | ☎00 |
| Información telefónica | ☎114 |

Tipos de cambio

| | | |
|-----------|---------|----------|
| Argentina | 1 ARS | 0,44 CNY |
| Chile | 100 CLP | 1,02 CNY |
| Colombia | 100 COP | 0,23 CNY |
| EE UU | 1 US\$ | 6,90 CNY |
| Hong Kong | 1 HK\$ | 0,88 CNY |
| Japón | 100 ¥ | 6,06 CNY |
| México | 10 MXN | 3,66 CNY |
| Zona euro | 1 € | 7,50 CNY |

Tipos de cambio actualizados en www.xe.com.

Presupuesto diario

Económico: hasta 200 CNY

- ➔ Dormitorio colectivo: 40-60 CNY
- ➔ Mercados, comida callejera: 40 CNY
- ➔ Alquiler de bicicletas u otro transporte: 20 CNY
- ➔ Museos gratuitos

Medio: 200-1000 cny

- ➔ Habitación doble en hotel de categoría media: 200-600 CNY
- ➔ Almuerzo y cena en restaurantes de barrio: 80-100 CNY
- ➔ Bebidas en bar: 60 CNY
- ➔ Taxis: 60 CNY

Alto: desde 1000 CNY

- ➔ Habitación doble en hotel de categoría alta: desde 600 CNY
- ➔ Almuerzo y cena en restaurantes excelentes de barrio o de hotel: 300 CNY
- ➔ Compras en tiendas de gama alta: 300 CNY
- ➔ Dos entradas para la ópera china: 300 CNY

Horario comercial

Oficialmente la semana laboral es de 5 días; el sábado y domingo son festivos.

Bancos Abren lu-vi de 9.00 a 17.00 (o 18.00); pueden cerrar 2 h por la tarde. Muchos abren el sábado y quizá el domingo. Lo mismo las oficinas y organismos oficiales.

Bares Abren por la tarde y cierran a las 24.00 o más tarde.

Oficinas de correos Suelen abrir a diario.

Restaurantes Aprox. de 10.30 a 23.00; algunos cierran hacia las 14.00 y reabren a las 17.00 o 18.00.

Tiendas Diario de 10.00 a 22.00. Lo mismo los centros comerciales y grandes almacenes.

Cómo llegar

Aeropuerto Capital (Beijing; p. 1053) Trenes de Airport Express cada 10 min. Autobuses al centro de Beijing cada 10-20 min. Un taxi cuesta 90-120 CNY.

Aeropuerto Internacional de Púddōng (Shanghái; p. 1053) Trenes Maglev cada 20 min. La línea 2 del metro conecta con el aeropuerto de Hóngqíáo. Autobuses del aeropuerto cada 15-30 min. Un taxi al centro de Shanghái cuesta 160 CNY.

Aeropuerto Internacional de Hong Kong (p. 1053) Trenes de Airport Express cada 10 min. Un taxi a Central cuesta aprox. 300 HK\$.

Cómo desplazarse

Pese a ser un país de distancias enormes, es bastante sencillo desplazarse usando el tren y el autobús si se dispone de tiempo. El transporte requiere de planificación previa, debido a las distancias y a la escasez periódica de billetes.

Avión Asequible y excelente para distancias largas, pero con retrasos frecuentes.

Autobús Más barato y lento que el tren, pero crucial para destinos remotos.

Automóvil No es viable, debido al tamaño del país y a las numerosas restricciones.

Tren Muy eficaz y a precios razonables, excepto el de alta velocidad, más caro.

Para más información sobre **cómo desplazarse**, véase p. 1056



La primera vez

Para más información, véase 'Guía práctica' (p. 1039).

Imprescindible

- Comprobar caducidad del pasaporte.
- Hacer las reservas (alojamiento y viajes).
- Tramitar visado y permisos adicionales.
- Averiguar qué ropa se necesitará.
- Consultar las restricciones de equipaje de la aerolínea.
- Contratar seguro de viaje.
- Comprobar si se podrá usar el teléfono móvil.
- Informar a la compañía de la tarjeta de crédito.

Qué llevar

- Pasaporte.
- Tarjeta de crédito.
- Guía de conversación.
- Adaptador de enchufe.
- Botiquín.
- Repelente de insectos.
- Cargador de móvil.
- Filtro solar.
- Sombrero.
- Ropa impermeable.
- Linterna.
- Navaja.
- Tapones para los oídos.

Consejos de viaje

- ➔ Tener paciencia y comprender que muchas cosas que quizá se den por supuestas –colas ordenadas, nivel aceptable de inglés, espacio personal– pueden no existir.
- ➔ Aunque no son tan fáciles de usar, si el viajero toma autobuses urbanos en vez de taxis, es posible que sea el único extranjero a bordo y quizá algún lugareño entable conversación.
- ➔ Tratar China como una aventura y un proceso de aprendizaje, no como unas simples vacaciones.
- ➔ Comer en mercados callejeros es una forma fantástica de salir de la zona de confort y descubrir la variedad de la cocina china.

Qué vestir

Se puede vestir ropa informal prácticamente por toda China, salvo en los restaurantes elegantes de Shanghái, Beijing y Hong Kong. En general, los pantalones, camisas o camisetas, vestidos y faldas servirán en todo el país; en verano no hay problema en ponerse pantalón y manga corta, excepto a última hora de la tarde, cuando conviene llevarlos largos para protegerse de los mosquitos. Un sombrero de ala ancha para el sol es fundamental. Conviene llevar impermeable y zapatos resistentes para hacer senderismo y visitar puntos de interés. En invierno en el norte, se necesitarán camisas gruesas, jerséis y abrigos cálidos, chaquetas, guantes, calcetines y gorro.

Dónde dormir

Es buena idea reservar el alojamiento con antelación, en especial en temporada alta o si se va a ir en fin de semana a destinos muy visitados, como Hángzhōu. Más información sobre alojamiento en la p. 1040.

Hoteles Desde dos estrellas, con inglés limitado y habitaciones sencillas, hasta hoteles clásicos y de cinco estrellas de calidad internacional.

Albergues Cada vez hay más en toda China. Suelen ofrecer dormitorios colectivos, habitaciones dobles y consejos para viajeros.

Casas particulares En zonas rurales, a menudo hay casas reformadas que ofrecen habitaciones dobles y comidas.

Dinero

Tarjetas de crédito Se aceptan cada vez más en poblaciones turísticas y ciudades grandes, sobre todo Visa y MasterCard. En bares y restaurantes, conviene preguntar antes de pedir.

Cajeros automáticos Hay cajeros 24 h en las sucursales del Bank of China y el Industrial and Commercial Bank of China (ICBC).

Cambiar dinero Se puede cambiar en hoteles, sucursales grandes del Bank of China, algunos centros comerciales y aeropuertos internacionales. No todas las poblaciones tienen oficinas de cambio, por lo que conviene llevar suficiente efectivo.

Regateo

Es habitual en los mercados y tiendas (excepto centros comerciales y grandes almacenes) donde los precios no estén claramente indicados. No pasa nada por empezar muy a la baja, pero hay que comportarse con educación en todo momento. En los mercados turísticos de Shanghái y Beijing, los vendedores pueden rebajar hasta un 25% del precio original.

Propinas

Nunca se dejan en los restaurantes baratos de la China continental. Los restaurantes internacionales elegantes instan a dejar propina, pero no es obligatorio y no está claro que los camareros la reciban al final.

Los restaurantes de los hoteles y algunos de categoría alta añaden automáticamente un 15% en concepto de servicio.

Protocolo

Es un país bastante relajado en cuanto a protocolo, pero hay cosas que tener en cuenta:

Saludar Se puede dar un apretón de manos, pero nunca besar las mejillas. Dígase *Nihǎo* para "hola" y *Zàijìàn* (o, cada vez más, *bye bye*) para "adiós".

Pedir ayuda Para pedir indicaciones, hay que comenzar con *Qǐng wèn...* ("¿puedo preguntar...?"). Para disculparse, dígase *Duìbuqǐ* ("perdón").

Religión Conviene vestir de forma respetuosa en templos budistas (sobre todo en el Tíbet) y taoístas, iglesias y mezquitas.

Comer y beber En la mesa hay que ayudar a servirse al vecino, brindar por el anfitrión y los demás y, al principio de la comida, no beber nada hasta que no empiece el brindis. Ofrecer cigarrillos a los otros si se fuma y, en los bares, proponer pagar las bebidas, pero no discutir por la cuenta si otra persona quiere invitar (aunque hay que ofrecerse al menos una vez).

Gestos No gesticular demasiado con las manos ni usar un lenguaje corporal excesivo.

Reserva de alojamiento

Reservar habitación, aunque solo sea para la primera noche, es la mejor forma de empezar el viaje sin problemas. Estas frases ayudarán a realizar la llamada en caso de que el interlocutor no hable inglés.

| | | |
|--|-----------|--------------------------------------|
| Hola | 你好 | <i>Nihǎo</i> |
| Quisiera reservar una habitación | 我想订房间 | <i>Wǒ xiǎng dìng fángjiān</i> |
| una habitación individual | 单人间 | <i>dānrén jiān</i> |
| una habitación doble | 双人间 | <i>shuāng rén jiān</i> |
| Mi nombre es... | 我叫... | <i>Wǒ jiào...</i> |
| desde... hasta... (fechas) | 从...到... | <i>cóng... dào...</i> |
| ¿Cuánto cuesta por noche/persona? | 每天/个人多少钱? | <i>Měi tiān/gè rén duōshǎo qián?</i> |
| Gracias | 谢谢你 | <i>Xièxie nǐ</i> |

Idioma

Es posible viajar por toda China sin apenas oír inglés. Los empleados del sector turístico son los que con mayor probabilidad lo hablarán; en grandes ciudades como Shanghái, Beijing y, por supuesto, Hong Kong, el inglés se habla y se entiende más, pero generalmente solo entre personas con estudios. En poblaciones pequeñas y zonas rurales, el inglés sirve de poco o nada: la gran mayoría de los chinos no lo hablan.

En busca de...

La Gran Muralla

La parte famosa pertenece a Beijing, pero sus fragmentos componen una franja intermitente que atraviesa gran parte del norte de China, desde la frontera con Corea del Norte hasta los ventosos desiertos del agreste noroeste.

Jiànkòu El principal fragmento de ruina de Beijing es una imagen de ladrillos que se desintegran, cubiertos de vegetación e inmersos en un paisaje de montaña. (p. 131)

Gǔbèikǒu Muchas posibilidades de senderismo en este cruce de la Gran Muralla, al que se puede acceder desde Beijing. (p. 130)

Zhuàngdàokǒu Un tramo poco visitado cerca de Beijing, repleto de vistas maravillosas y excursiones. (p. 132)

Huánghuā Chéng Excelentes excursiones a lo largo de algunos de los sectores más auténticos alrededor de Beijing. (p. 133)

Fuerte de Jiǎyùguān Eslóganes erosionados de la Revolución Cultural de Mao azotados por los vientos del desierto de Gǎnsù. (p. 882)

Bā Tǎizi La ruina de un campanario gótico junto a un tramo igual de desmoronado, en las afueras de Dàtóng. (p. 381)

La buena mesa

China es una verdadera aventura culinaria llena de sabores novedosos y aromas inesperados. Desde picantes en el oeste, salados y sustanciosos en el norte, hasta marisco fresco de sabor suave en el este y *dim sum* en el sur.

Pato a la pequinesa Basta con un bocado para enamorarse. Solo se hace como es debido en Beijing. (p. 104)

'Fondue' china de Chóngqing La creación culinaria más volcánica de China hace sudar como en una sauna. (p. 815)

Xiǎolóngbǎo El bocado típico de Shanghai es muy sabroso (pero cuidado con el abrasador jugo de la carne). (p. 332)

'Dim sum' En Hong Kong se encontrará lo mejor de este pequeño manjar. (p. 540)

Senderismo

Pese a la invasión urbana, China es uno de los países más variados geográficamente y ofrece magníficas posibilidades de senderismo entre paisajes impresionantes.

Garganta del Salto del Tigre La excursión más conocida y atractiva de Yúnnán no es apta para pusilánimes. (p. 721)

Bancales de arroz de la Columna del Dragón De Dàzhài a Píng'ān por algunos de los paisajes más hipnóticos de China. (p. 639)

Wùyuan Seguir antiguas rutas postales de pueblo en pueblo por la campiña de Jiāngxī. (p. 488)

Lángmùsì Excelentes opciones en casi todas las direcciones desde esta población monástica en la frontera Gǎnsù-Sichuán. (p. 875)

Reserva Natural Yǎding Seguir una ruta de peregrinación tibetana por caminos de entre 2 y 8 días alrededor de cumbres magníficas. (p. 794)

De Ganden a Samye Expedición de 80 km y 4-5 días a gran altitud, entre dos monasterios tibetanos. (p. v)

Extremos

China alberga suficientes extremos para satisfacer tanto a los buscadores de emociones como a los curiosos. Desde la montaña más alta del mundo hasta los trenes más veloces y la ciudad más alejada del mar, hay mucho donde elegir.

Běihóngcūn El pueblo más septentrional de China, en Hēilóngjiāng, tiene temperaturas gélidas en invierno. (p. 208)

Turpan El lugar más caluroso de China y la segunda depresión



Arriba: mujer con el traje típico miao.



Abajo: palacio de Verano (p. 94), Beijing.

más baja del mundo, donde se han alcanzado los 48°C. (p. 834)

Maglev El tren Maglev comercial más rápido del mundo alcanza una velocidad de servicio de hasta 431 km/h. (p. 349)

Campo base del Everest

Levantarse temprano para ver la montaña más alta del mundo bajo el sol de la mañana. (p. 965)

Ürümqi Viajar por la Ruta de la Seda y parar en la ciudad más alejada del mar que existe en el mundo. (p. 829)

Arquitectura imperial

Las sucesivas dinastías depositaron un imponente reguero de antigüedad por el norte de China, desde vastos palacios imperiales hasta las ruinas de la Gran Muralla y altares reservados para el emperador.

Ciudad Prohibida La residencia imperial más destacada de China, en Beijing, albergó a dos dinastías de emperadores y sus concubinas. (p. 68)

Palacio de Verano Muestrario de estética tradicional china con los ingredientes cruciales: colinas, lagos, puentes, pabellones, templos y puestas de sol. (p. 94)

Palacio Imperial Esplendor manchú en Shěnyáng, en el antiguo núcleo manchú de la provincia de Liáoníng. (p. 176)

Xi'an En Shaanxi, alberga los Guerreros de Terracota, una imponente muralla Ming y vestigios del apogeo Tang. (p. 399)

Chéngdé Refugio veraniego de los emperadores Qing, con restos de palacios y templos de estilo tibetano. (p. 152)

Poblaciones antiguas

Es posible vislumbrar la China tradicional en los pintorescos pueblos y ciudades antiguos. Arquitectura de las dinastías Ming y Qing, callejuelas y un *feng shui* excepcional se combinan para crear una estética bucólica complementada por un ritmo rural tranquilo.

Píngyáo La ciudad amurallada más bonita y mejor conservada de China garantiza una exploración exhaustiva. (p. 389)

Fènghuáng Hacer noche en esta fantástica ciudad histórica a orillas del río Tuó para ver las luces del atardecer. (p. 510)

Wùyuan Tomarse tiempo para visitar los pueblos de la preciosa campiña de Jiāngxī y soñar con abandonar la China urbana para siempre. (p. 485)

Tūlóu de Fújiàn Explorar las "casas redondas" de barro de Fújiàn, semejantes a fortalezas de tamaño imponente. (p. 363)

Xīnyè Un pueblo encantador diseñado con atención a la armonía y el equilibrio tradicionales de China. (p. 294)

La China sagrada

Desde los misterios esotéricos del budismo tibetano hasta la magia palpable de las montañas sagradas taoístas y la dispar colección de iglesias cristianas, mezquitas y santuarios, el ámbito religioso de China es el punto en el que convergen lo natural y lo sobrenatural.

Templo de Pūníng, Chéngdé Pasmarse ante la estatua de madera más grande de China, efigie de la diosa budista de la compasión. (p. 153)

Monasterio de Labrang

Acceder a los ritmos inefables del lugar al que peregrinan legiones de tibetanos en el sur de Gansù. (p. 869)

Gyantse Kumbum La *chörten* de nueve gradas es la *stupa* más grande del Tíbet, una imagen espectacular y una experiencia monumental. (p. 960)

Dà Zhào El colosal templo budista tibetano de Hohhot, en el corazón de la capital de Mongolia Interior. (p. 910)

Wūdāng Shān Entrar en contacto con el espíritu de las artes marciales taoístas en la cuna del taichí. (p. 470)

Museos

El desarrollo urbanístico hace que las colecciones de los museos sean el escaparate más claro al pasado de China. Son ubicuos y abarcan desde vestimentas étnicas hasta relojes, objetos budistas y civilizaciones desaparecidas.

Museo del Palacio Prosaico nombre oficial de la Ciudad Prohibida. Es el vínculo supremo de China con su pasado imperial. (p. 68)

Museo de Shanghái Impresionante colección de cerámica, pintura, caligrafía y otros en el corazón de Shanghái. (p. 308)

Museo Alashan Espléndido museo y colección de objetos relacionados con Ālāshān y la cultura mongola. (p. 921)

Museo de Historia de Hong Kong Entretenido, ingenioso e instructivo. (p. 529)

Museo de Nánjīng Suntuosa celebración de los pesos pesados de la cultura china, con exposiciones maravillosas. (p. 250)

Paisajes increíbles

Uno no experimenta China hasta que no contempla sus maravillas paisajísticas. El esplendor urbano da un caché llamativo a ciudades como Shanghái, pero la naturaleza es aún más atractiva.

Yángshuò El viajero probablemente habrá visto la topografía kárstica en muchas fotos antes de contemplarla al natural. (p. 643)

Huángshān Cuando está cubierta de una neblina espectral, la Montaña Amarilla entra en una nueva dimensión de belleza. (p. 430)

Parque Nacional de Jiūzhàigōu Lagos de color turquesa, cascadas, montañas nevadas, bosques verdes y mucho más. (p. 801)

Chishuǐ Excursiones por cascadas y bosques primigenios que se remontan al Jurásico. (p. 681)

Bancales de arroz de Yuányáng Una fascinante y deslumbrante exhibición de luz y agua. (p. 698)

Urbes espectaculares

Una de las ciudades más dinámicas de China es Shanghái, con relucientes rascacielos que se elevan sobre trenes Maglev y consumidores acaudalados que compran en centros comerciales chic, beben en coctelerías elegantes y cenan en restaurantes de moda.

Shanghái La ciudad de la que habla todo el mundo: arquitectos, seguidores de la moda, entendidos en cócteles y gastronomía, viajeros urbanos, diseñadores de interiores... (p. 304)



Bancales de arroz de Yuányáng (p. 698).

Hong Kong Entre China y Occidente, la excolonia británica continúa labrando su propio camino. (p. 515)

Beijing La ciudad principal de China es una mezcla fascinante de capital antigua y metrópolis moderna. (p. 64)

Hángzhōu Es una de las ciudades más atractivas de China y alberga el romántico lago Occidental. (p. 277)

Minorías étnicas

En las lejanas tierras fronterizas, la China han da paso a un mosaico de minorías étnicas que conservan culturas, lenguas, estilos arquitectónicos y costumbres propias.

Tíbet Explorar esta vasta región o planear un itinerario por las

regiones periféricas, de más fácil acceso. (p. 943)

Déhāng Un pueblo miao de Húnán enclavado entre paisajes impresionantes. (p. 509)

Lijiāng El famoso hogar en Yúnnán del pueblo naxi, que viste de azul. (p. 712)

Kashgar Es un enclave polvoriento de Asia Central y la ciudad uigur más famosa de China, en el otro extremo del desierto de Taklamakán. (p. 841)

Bayanhōt Se puede llegar fácilmente a esta ciudad cruzando la frontera desde Níngxià. Constituye una introducción fascinante al oeste de Mongolia Interior y sus desiertos. (p. 921)

Travesías en barco

China está atravesada por varios ríos espectaculares,

entre ellos el Yangtsé. Hay que subir a un barco para vivir los paisajes de una forma totalmente distinta.

Tres Gargantas El panorama fluvial más espectacular de China. (p. 53)

Río Lí Los hipnóticos paisajes kársticos del noreste de Guǎngxī. (p. 638)

Star Ferry, Hong Kong Breve pero emblemático trayecto en ferri que cruza el puerto Victoria desde Tsim Sha Tsui. (p. 531)

Crucero fluvial nocturno, Chóngqing Contemplar el espectáculo nocturno de neón de Chóngqing antes de internarse en las brumas del Yangtsé. (p. 814)

Travesía en barco desde Qīngyuǎn, Guǎngdōng Flotar por el río Bèi, pasando junto al templo de Fēilái y el monasterio de Fēixiá. (p. 599)

Mes a mes

PROPUESTAS DESTACADAS

Fiesta de la Primavera, enero, febrero o marzo

Monlam o Gran Festival de la Oración, febrero o marzo

Festival Literario Internacional Bookworm en Beijing, marzo

Festival de la Peonía de Luòyáng, abril

Naadam, julio

Enero

El norte está helado, pero el sur es menos glacial. Los preparativos para el Año Nuevo Lunar comienzan mucho antes de la fiesta en sí, que se celebra entre finales de enero y marzo.

Fiesta de la Primavera

El Año Nuevo Lunar es una celebración familiar en la que se cenán *dumplings* y se regalan *hóngbāo* (sobres rojos llenos de dinero). Las familias se reúnen la última noche del año, a la que sucede una semana de vacaciones. Hay fuegos artificiales, desfiles, ferias en templos y mucho colorido.

Festival de Hielo y Nieve de Harbin

Harbin, la capital de Hēilóngjiāng, reluce con los colores del arcoíris refractados a través de fantásticos edificios y esculturas tallados en bloques de hielo. Es temporada alta y el frío es extremo.

Bancales de arroz de Yuányáng

El invierno es la estación óptima para la combinación de agua y luz de los bancales de arroz. No hay que olvidar la cámara ni la capacidad de asombro.

Febrero

El tiempo sigue siendo gélido y seco en el norte, pero comienza a caldearse lentamente en Hong Kong y Macao. Puede que el Año Nuevo Lunar ya haya comenzado y conviene reservar los billetes con mucha antelación.

Monlam o la Gran Festival de la Oración

Dura dos semanas a partir del tercer día del Año Nuevo tibetano y se celebra con procesiones (excepto en Lhasa o la Región Autónoma del Tíbet). Se descubren

enormes *thankas* (arte sacro) de seda y, el último día, se saca en procesión una estatua del Buda Maitreya.

Fiesta de los farolillos

Tiene lugar 15 días después de la Fiesta de la Primavera y es un festival en el que tradicionalmente los chinos colgaban farolillos profusamente decorados. Píngyáo, en Shānxī, es un lugar bonito para vivirlo (a veces se celebra en marzo).

Marzo

China revive tras el largo invierno, aunque a gran altitud las temperaturas siguen siendo glaciales. El mercurio sube en Hong Kong y las tormentas de polvo abrasivo azotan Beijing. Aún es temporada baja.

Literatura en Beijing

Hay que acomodarse con un buen libro en el café Bookworm durante el festival literario internacional de Beijing y escuchar conferencias de escritores nacionales e internacionales en una de las mejores librerías de China. (p. 107)

Campos amarillos

Los campos del sur presentan espectaculares paisajes teñidos del amarillo de la colza. En algunas zonas, como Whyuán, en la provincia de Jiāngxī, son un verdadero reclamo turístico.

Abril

Las temperaturas son cálidas en casi toda China y es buena época para viajar. Los chinos se toman varios días libres durante el Qīngmíng, una festividad tradicional para honrar a los antepasados, hoy declarada festivo oficial.

Un buen remojón

Hay que deshacerse de la suciedad, los demonios y las penas del año que se va y recibir al entrante en el Año Nuevo daì, que se celebra empapándose de agua en Xīshuāngbǎnnà. Es inútil llevar paraguas.

Festival de la Peonía

El parque Wángchéng, en Luòyáng, se llena de flores coloridas. Hay que ponerse una corona de flores y unirse a la diversión.

Fiesta de la Tercera Luna

Este festival de la etnia bai es otra razón excelente para visitar la bonita ciudad de Dàlǐ, en el norte de Yúnnán. Es una semana de carreras de caballos, cantos y festividades desde el día 15 del tercer mes lunar (generalmente abril) hasta el 21.

Fórmula 1

Los aficionados a la velocidad acuden a Shanghái



Arriba: Festival de Hielo y Nieve de Harbin (p. 196).

Abajo: decoración para la Fiesta de la Primavera, Tàiyuán (p. 385).

para ver carreras de coches en el circuito cercano a Āntíng. Hay que reservar hotel con tiempo: es uno de los eventos más glamurosos del calendario de Shanghai.

Mayo

Las regiones de montaña, como el Parque Nacional de Jiūzhàigōu en Sichuān, se hallan en plena floración. Los primeros cuatro días de mayo, China está de vacaciones (Día del Trabajo). El cumpleaños de Buda cae el 8º día del 4º mes lunar, normalmente mayo.

Cumpleaños de Buda en Xiàhé

Es un período fascinante para disfrutar de los encantos tibetanos de Xiàhé, en la provincia de Gānsù. Los monjes budistas dan limosna a los mendigos y las calles rebosan de peregrinos.

Festival de la Montaña Rodeada

En el Pāomǎ Shān, el famoso festival de Kāngdīng celebra el cumpleaños de Sakyamuni, el Buda histórico, con un despliegue de carreras de caballos, lucha libre y una feria callejera.

Maratón de la Gran Muralla

No apto para personas débiles o en mala forma. Véase www.great-wall-marathon.com.

Junio

Las temperaturas son calurosas y van en aumento en casi toda China. Se puede acceder a lugares antes helados,

como el lago del Cielo en Jílín, y la naturaleza se llena de vida. Arranca la temporada alta turística.

Festival de la Aurora Boreal

A veces se ve la aurora boreal desde Mòhé, en Hēilóngjiāng, en el extremo norte de China no lejos de la frontera rusa. Aunque no se vean estas luces multicolores (con frecuencia escurridizas), el sol de medianoche es una experiencia memorable.

Fiesta de las barcas dragón

Hay que ir a Zhènyuǎn o al río importante más cercano y ver el espectáculo de las carreras de barcas dragón, homenaje a uno de los poetas más famosos de China. Tradicionalmente se comen zòngzi (*dumplings* triangulares de arroz glutinoso envueltos en hojas de junco).

Festival Dhama

Festival de 3 días en Gyantse (Tíbet). Comienza el 20 de junio e incluye carreras de caballos y yaks, lucha libre, tiro con arco, etc.

Festival de carreras de caballos de Shangri-la

De mediados a finales de junio, la ciudad de Shangri-la (Zhōngdiàn), en el norte de Yúnnán, celebra carreras de caballos acompañadas de música, bailes y diversión en el borde sures-te del Tíbet.

Festival ecuestre de Tǎgōng

En fechas diferentes según el calendario tibetano, en lo alto de una colina que domina los dos monaste-

rios de la ciudad y las montañas circundantes. Es una impresionante exhibición de equitación tibetana.

Julio

Los tifones que azotan las costas de Guǎngdōng y Fújiàn pueden desbaratar los itinerarios de los viajes en el sur. Las precipitaciones son abundantes en toda China; las "lluvias de la ciruela" empapan Shanghai, mientras que las praderas de Mongolia Interior y Qīnghǎi reverdecen.

Festival de las Antorchas, Dàlǐ

El día 24 del sexto mes lunar (generalmente julio), las minorías bai y yi celebran esta fiesta en todo Yúnnán. Las antorchas encendidas se llevan en procesión nocturna por calles y campos, y se cuelgan en el exterior de las tiendas. Muy fotogénico.

Celebración mongola, Naadam

Una semana de lucha mongola, carreras de caballos, tiro con arco y otros durante el festival Naadam, celebrado en las praderas de Mongolia Interior a finales de julio, cuando más verde está la hierba.

Festival Internacional de la Cerveza de Dàlián

La plaza de Xīnghǎi, en la ciudad portuaria de Liáoníng, se llena de olor a lúpulo y de carpas de cerveza en esta celebración de 12 días, con más de 400 cervezas chinas e internacionales de multitud de fabricantes.

Agosto

Los termómetros revientan en los “tres hornos” del Yangtsé (Chóngqing, Wǔhàn y Nánjīng). En Beijing hay temporales de lluvias y se alcanzan temperaturas superiores a 40°C, al igual que en Shanghái. Lo mejor es subir al Lúshān, Mògānshān, Huáng Shān o Guōliàngcūn.

Festival ecuestre de Lítǎng

En años recientes ha sufrido cancelaciones ocasionales (pueden aparecer restricciones repentinas sobre los viajes) y se ha reducido de una semana a un día. Celebrado en el oeste de Sichuān, es una impresionante exhibición de equitación tibetana, tiro con arco, etc.

Qīngdǎo International Beer Festival

Para apagar la sed del verano, nada como una ronda de cervezas y un plato de mejillones en la ciudad portuaria más bonita de Shāndōng, antigua concepción alemana y cuna de la famosa marca de cerveza Tsingtao.

Septiembre

Hay que ir a Beijing y quedarse allí: septiembre forma parte de la efímera y preciosa estación otoñal de *tiāngāo qīshuǎng* (“el cielo está alto y el aire es fresco”), un acontecimiento en sí mismo. También es un mes agradable para visitar el resto del norte.

Festival Internacional de Escalada de Tàì Shān

Se celebra cada año desde 1987 en la montaña sagrada taoísta de Tàì Shān, en Shāndōng. Atrae a cientos de corredores y ciclistas de montaña, escaladores y devotos de todas las edades y niveles.

Fiesta de Medios de Otoño

También llamada festival lunar. Se celebra devorando pasteles de luna preparados con primor, rellenos de pasta de judías, yema de huevo, nueces, etc. La luna llena crea una ocasión romántica para los enamorados y un momento especial para las familias. El día 15 del 8º mes lunar.

Fiesta internacional de observación de la marea en el río Qiántáng

La época más popular para presenciar las mareas fluviales que suben a velocidades de hasta 40 km/h por el río Qiántáng (en Yánguān) es durante la fiesta de mediados de otoño, aunque es posible ver el muro de agua a principios y mediados de cada mes lunar.

Cumpleaños de Confucio

El 28 de septiembre, el templo de Confucio en Qūfū celebra el nacimiento del filósofo.

Octubre

La primera semana es infernal para viajar: empieza la semana de

vacaciones de la Fiesta Nacional y todo está abarrotado. Es mejor ir a mediados de mes, cuando los sitios están desiertos.

Cangrejos de Shanghái

Es tiempo de probar deliciosos cangrejos en Shanghái. Están en su mejor momento – machos y hembras acompañados de licor de arroz tibio de Shàoxīng – entre octubre y diciembre.

Año Nuevo miao

Hay que cargarse de licor de arroz y dirigirse a Guizhōu para participar en las celebraciones étnicas del corazón del suroeste, donde abundan las minorías.

Kurban Bairam (Gǔěrbāng Jié)

La fiesta musulmana del sacrificio dura 4 días y se celebra en varias comunidades de China, pero la más animada y colorida es la de Kashgar.

Noviembre

Hace bastante frío en la mayor parte del país. El turismo cae y se dirige principalmente hacia el sur, en busca de sol y las últimas temperaturas agradables.

Surf en Hǎinán

La temporada alta de surf empieza en la bahía de Rì Yuè (del Sol y la Luna) en Hǎinán, donde entran las mejores olas de la isla. Multitud de chinos huyen del frío hacia este clima más cálido.

Itinerarios



4
SEMANAS

Circuito por el norte

El filón más rico de antigüedad se hallará en el árido norte. Esta ruta abarca los puntos de interés clásicos, desde Beijing y la Gran Muralla hasta la Ruta de la Seda en el lejano noroeste, pasando por los Guerreros de Terracota.

Beijing es fundamental en este circuito: se deben dedicar cinco días a visitar la Ciudad Prohibida, la Gran Muralla, el palacio de Verano y los *hútòng*. El esplendor de las **cuevas de Yúngāng**, en las afueras de la ciudad antigua reconstruida de Dàtóng, introduce al viajero en el ambiente budista, que se intensifica con unas noches en el monástico **Wútái Shān**. Tras una parada de tres días en la ciudad amurallada de **Píngyáo**, se visita la también histórica y amurallada **Kāifēng** en Hénán, hogar tradicional de la pequeña comunidad de judíos chinos. Hay que continuar a **Luòyáng** y al espectáculo budista de las cuevas de Lóngmén y el templo de Shàolín. Cuatro días en **Xī'ān** permiten ver de cerca el ejército de Guerreros de Terracota y dejan tiempo para la montaña taoísta de **Huà Shān**. Xī'ān señalaba tradicionalmente el inicio de la Ruta de la Seda, que se puede seguir a través de la provincia de Gānsù hasta la ciudad-oasis de **Dūnhuáng** y más allá.



Circuito por el río Yangtsé

Este épico circuito sigue el río Yangtsé desde las estribaciones del Himalaya hasta la bulliciosa Shanghái.

Tras explorar la antigua ciudad naxi de **Lǐjiāng**, en Yúnnán, hay que seguir la ruta del Jinshā (río de la arena dorada, que baja del Tíbet y crece hasta convertirse en el Yangtsé) haciendo una excursión de varios días a lo largo de la **garganta del Salto del Tigre**. Conviene descansar las piernas antes de descubrir los pueblos y ciudades antiguas dispersos alrededor de Lǐjiāng, como **Shāxī** y **Shùhé** en la antigua Ruta del Té, y pasarse ante las magníficas vistas del Yúlóng Xuěshān. Solo en los meses cálidos, se puede realizar una excursión hacia el noreste de Lǐjiāng hasta Sichuān occidental y el **lago Lúgū**, en la frontera provincial, donde se pueden pasar unos días de relax en la orilla. En invierno, la zona queda aislada por la nieve y quizá haya que tomar un avión para salir de Lǐjiāng. Unos minibuses realizan diariamente el trayecto de 7 h entre Lúgū Hú y **Xīchāng** (Sichuān), desde donde se puede ir a **Yībīn** y luego a **Chóngqīng**; la alternativa es regresar a Lǐjiāng y tomar allí un avión a Chóngqīng, cuna de la *fondue* china y puerta de acceso a las Tres Gargantas. Hay que desviarse en autobús hasta los maravillosos paisajes y la belleza natural de **Chīshuǐ**, en la frontera de Guìzhōu, para relajarse y explorar la región antes de regresar en autobús a la urbe de Chóngqīng. Se necesitarán unos tres días en Chóngqīng para ver los puntos de interés de la ciudad, hacer una excursión a las cuevas budistas de **Dàzú** y visitar el pueblo de **Sōnggài**, a orillas del Yangtsé, para poner en perspectiva la China histórica rural. Luego hay que subir a un crucero o barco de pasajeros (o incluso a un autobús seguido de un hidroplano) hasta **Yíchāng**, en Húběi, a través de las **Tres Gargantas**. Después se viaja de Yíchāng a la ciudad de **Wūhàn**, en la ribera del Yangtsé, pasando por la población amurallada de **Jīngzhōu**, donde vale la pena hacer noche. Tras dos días en Wūhàn, hay que tomar un autobús a **Lúshān** (provincia de Jiāngxī), desde donde se puede llegar a **Nánjīng** o dirigirse a **Huáng Shān**, en la provincia de Ānhuī a orillas del Yangtsé. Otra opción es ir directamente a Nánjīng y poner rumbo a **Shànghǎi** a través de una serie de ciudades con canales: Sūzhōu, Tónglǐ, Tónglǐ, Lùzhí y Zhūjiājāo. Hay que explorar Shanghái y, quizá, emprender el circuito por pueblos del este al suroeste (p. 44).



5
SEMANAS

Circuito de la Ruta de la Seda

Este espectacular recorrido comienza con los imprescindibles Guerreros de Terracota, continúa con el patrimonio budista de Gānsù y llega a las enormes distancias desérticas de Xīnjiāng y la remota Kashgar.

Partiendo de **Xī'ān**, en el extremo sur de la Ruta de la Seda, se descubre uno de los vestigios más icónicos de la China imperial: el ejército de Guerreros de Terracota. Para hacer ejercicio, se puede ascender la empinada montaña taoísta de **Huá Shān**. De vuelta en Xī'ān, hay que explorar el barrio musulmán para degustar especialidades hui –una de las experiencias culinarias más destacadas de China– y subir a las murallas. Luego se toma el tren a **Lánzhōu**, pero hay que bajar en **Tiānshuǐ**, en el sureste de Gānsù, para ver las grutas budistas de Màiījī Shān. Desde Lánzhōu, se puede separarse temporalmente de la Ruta de la Seda para pasear por la periferia del mundo tibetano en los asentamientos monásticos budistas de **Xiàhé** y **Lángmùsì**. El corredor del Hèxì lleva a **Jiāyùguān**, un antiguo puesto de avanzada de la Gran Muralla, pasando por **Wǔwēi**, una escala de la Ruta de la Seda, y el Gran Templo de Buda con su enorme efigie recostada de Sakyamuni en **Zhāngyè**. Hay que subir a las murallas del fuerte de Jiāyùguān, última fortaleza importante de la China imperial, y caminar junto a los restos occidentales de la Gran Muralla. El oasis de **Dūnhuáng** es una de las poblaciones más agradables y cuidadas de China, con grandes dunas cantoras que empujan desde el sur, un puñado de lugares de interés en el desierto circundante y comida excelente. También es el punto de partida hacia el tesoro de arte budista de las grutas de Mògāo. Desde Dūnhuáng, se puede acceder a la provincia uigur noroccidental de Xīnjiāng por la ciudad de **Hāmì** antes de continuar hacia **Turpan** y **Ürümqi**; existe la opción de hacer noche en una yurta o acampar en la orilla del montañoso **Tiān Chí**. Luego se puede atravesar en tren una serie de poblaciones de la Ruta de la Seda hasta **Kashgar**, en Asia Central, o bien llegar a esta remota ciudad uigur por la Ruta de la Seda del sur, bordeando el desierto de Taklamakán. Desde Kashgar, se puede planear la conquista de la carretera del Karakórum o, en sentido opuesto, decidir la forma de volver a China propiamente dicha.



4

SEMANAS

China costera

Este circuito recorre la mayor colección de patrimonio chino de la época de la concesión, así como importantes ciudades portuarias.

Desde **Beijing**, hay que pasar por **Tiānjīn** de camino a **Shānhǎiguān**, plaza fuerte de la dinastía Ming en el borde de Manchuria. Más allá de la antigua ciudad portuaria de **Xīngchéng**, bordeando la costa, se halla la urbana **Dàlián**, desde donde se puede hacer un viaje a **Dāndōng**, en la frontera con Corea del Norte, o cruzar en ferri a **Yāntái** y pasar dos días alrededor de **Qīngdǎo**. Visitar **Shanghái** es crucial; calcúlense cinco o seis días para ver los puntos de interés, incluida una excursión a la antigua capital de la dinastía Song del Sur: **Hángzhōu**. Después hay que bajar al sur por la costa hasta **Xiàmén** (Amoy) para captar la magia de **Gūlàng Yǔ**, empleando la ciudad portuaria como base para explorar las casas redondas en torno a **Yǒngdìng**. Para terminar, hay que darse un festín de *dim sum* y conectar con los ritmos de **Hong Kong** antes de rendirse al encanto portugués de **Macao**, o seguir por la costa hasta el puerto de **Běihǎi** (Guǎngxī) y embarcar hacia la volcánica **isla Wéizhōu**.

2

SEMANAS

Grandes éxitos

Este variado circuito recorre los principales puntos de interés y abarca antigüedades, paisajes espectaculares y el atractivo moderno de Hong Kong.

Hay que dedicar cuatro días a los sitios obligatorios de **Beijing** y, después, atravesar el norte de China en un veloz tren de clase G hasta **Xī'ān** para ver los Guerreros de Terracota, pasear por las murallas de la dinastía Ming y ascender la montaña taoísta de granito **Huá Shān**. Luego se toma el coche cama nocturno de alta velocidad, que entra en **Shanghái** antes de las 8.00. Después de tres días de turismo, museos, compras y visitas a los rascacielos de Pǔdōng, hay que desviarse un día a la antigua capital de la dinastía Song del Sur, **Hángzhōu**, y luego volar desde Hángzhōu o Shanghái hasta **Guilín** para ver uno de los panoramas más apacibles e intemporales de China: los paisajes kársticos de **Yángshuò**. El final más adecuado para el viaje es volar directamente de Guilín a **Hong Kong**, o bien a Guǎngzhōu o Shēnzhèn para cruzar la frontera del sur hasta el antiguo territorio británico. Conviene reservar un día para explorar **Macao** y añadir un toque portugués al itinerario.

BĪNLÍNG SÌ

Tomar un bote a este remoto templo de la Ruta de la Seda donde un Buda de 27 m de altura fue tallado en un acantilado sobre las aguas turquesas de la Reserva Liújixiá. (p. 866)

KHARA KHOTO

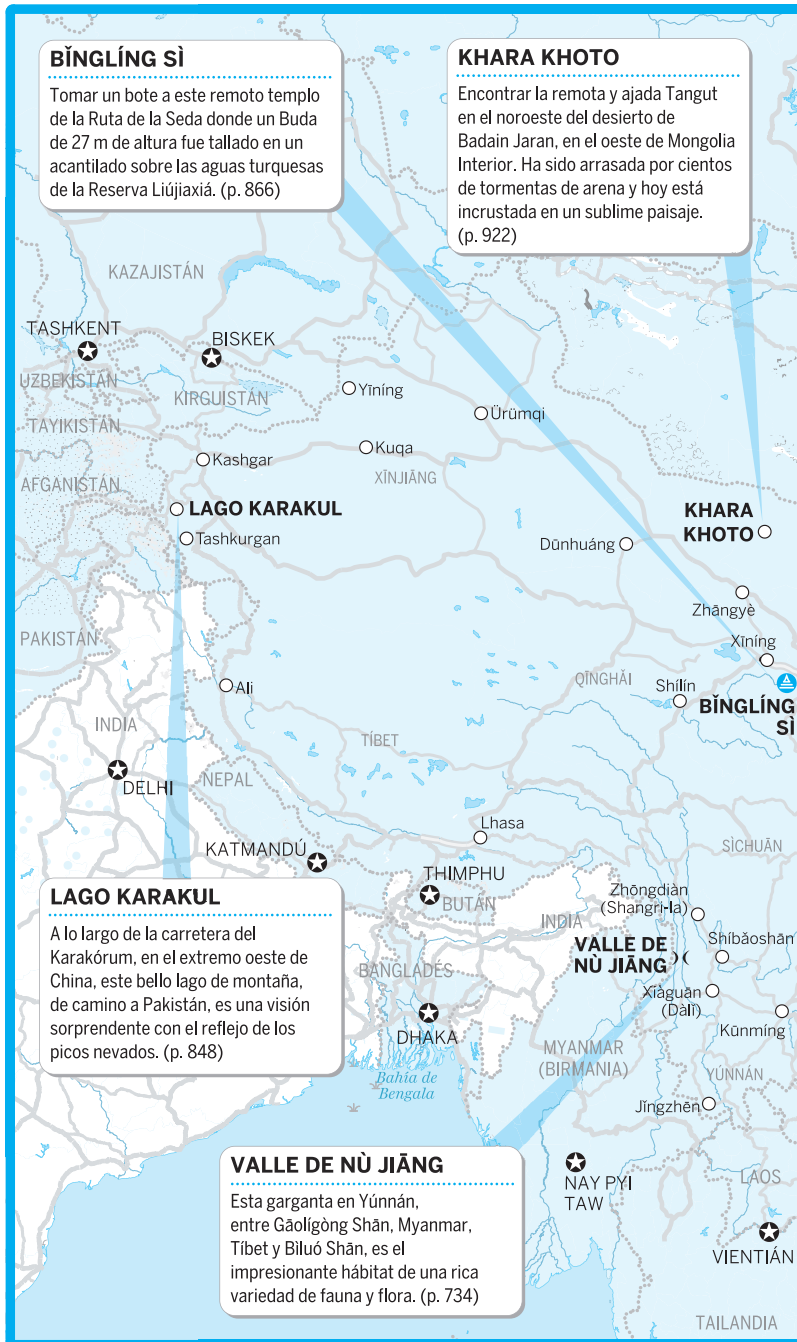
Encontrar la remota y ajada Tangut en el noroeste del desierto de Badain Jaran, en el oeste de Mongolia Interior. Ha sido arrasada por cientos de tormentas de arena y hoy está incrustada en un sublime paisaje. (p. 922)

LAGO KARAKUL

A lo largo de la carretera del Karakórum, en el extremo oeste de China, este bello lago de montaña, de camino a Pakistán, es una visión sorprendente con el reflejo de los picos nevados. (p. 848)

VALLE DE NÙ JIĀNG

Esta garganta en Yúnnán, entre Gāolígòng Shān, Myanmar, Tíbet y Bilúo Shān, es el impresionante hábitat de una rica variedad de fauna y flora. (p. 734)



BĀ TÁIZI

Un corto viaje en autobúas desde Dàtóng lleva al pináculo en ruinas de la iglesia de Santa María, del siglo XIX, erigida sublimemente junto a un tramo deteriorado de la Gran Muralla, que se adentra más allá de las colina de Shānxī. (p. 381)

LUGARES KOGURYO

Diseminadas fuera de Jǐ'ān, las ruinas, pirámides de piedra y tumbas del antiguo reino coreano de Koguryo subrayan un notable paisaje de remotos campos, terrazas y verdes colinas. (p. 189)

LUGARES KOGURYO

LEÓN DE HIERRO DE CĀNGZHŌU

Se alza orgulloso, pero maltrecho (con la estatua de Buda que lo montaba desaparecida); el león de hierro de Cāngzhōu (la escultura de hierro más antigua de China) fue concebido para calmar los mares en esta esquina alejada de la provincia de Hébēi. (p. 150)

XĪNYÈ

Un tranquilo retrato de la armonía geomántica y el equilibrio arquitectónico, el bello pueblo de Zhèjiāng de Xīnyè es un delicioso retiro del caos de la China moderna. (p. 294)

VALLE DE BĪNGLÁNG

Tomar un autobús desde Zhāngjiājì al asombroso valle de Bīngláng, un bello y panorámico entorno con una cueva de 1 km, arcos naturales, acantilados altísimos y vistas salvajes. (p. 508)

NÁNJIÈCŪN

Descubrir China con características marxistas-leninistas en este modelo de pueblo y santuario de la utopía colectiva es una vuelta a la década de 1950. (p. 445)



Mar de la China meridional

Mar de la China Oriental

OCEANO PACÍFICO



2

SEMANAS

Pueblos del este al suroeste

Este circuito rural abarca algunos de los pueblos y ciudades con canales más bonitos de China, además de zonas pintorescas y panoramas sublimes.

Desde **Shanghái**, hay que dirigirse a **Zhūjiājǎo** para disfrutar de su encanto ribereño y, después, a los pueblos y ciudades con canales de Jiāngsū y norte de Zhèjiāng, como **Tónglǐ**, **Lùzhí** y **Wūzhèn**. En **Sūzhōu** o en **Hángzhōu** se toma un autobús a **Túnxī** para pasar unos días explorando los pueblos antiguos huǐzhōu de Hóngcūn, Xìdì en **Yìxiàn** y **Shèxiàn**, y para escalar Huáng Shān. De nuevo se sube a un autobús para cruzar a la provincia de Jiāngxī y pasar dos o tres días por el paisaje rural alrededor de **Wùyúan**. Se va en autobús a **Nánchāng** y luego en tren de alta velocidad a **Chángshā**, capital de Húnán, donde se puede tomar un avión o tren hasta los panoramas kársticos de **Zhāngjiājìè**. Otro autobús lleva a la ciudad ribereña de **Fènghuáng**, desde donde un corto trayecto en autobús y tren vía Huáihuà entra en Guìzhōu y llega a la población de **Zhènyuǎn**. **Kǎilǐ** y el resto de la provincia vienen después.

3

SEMANAS

Suroeste de China

Colorido étnico, paisajes, ciudades y pueblos antiguos, toda la magia de Hong Kong y muchas posibilidades de senderismo por las fronteras del suroeste de China.

Cuatro días comiendo y bebiendo en **Hong Kong** y **Macao** abrirán el apetito antes de dirigirse tierra adentro hasta **Guilin** y **Yangshuo**, donde hay que sumergirse tres días en sus paisajes kársticos. Luego hay que apuntarse a un viaje organizado desde **Yangshuo** al encantador **Huangyao**. Regresando a Guilín, se sale en dirección norte para llegar a los **bancales de arroz de Longji** y a los puentes del viento y la lluvia y las tonalidades étnicas de **Sānjiāng**. Cruzando la frontera pueden explorarse los pueblos ricos en minorías del este de Guìzhōu, como **Lónglǐ**, **Bāshā** y **Zhàoxīng**, antes de continuar a **Guiyang** y tomar el tren a la capital provincial de Yúnnán, **Kūnmíng**. Tras unos días en Kūnmíng, hay que dirigirse al norte para explorar **Dālǐ**, **Lǐjiāng** y **Shangri-la**. Se puede explorar la zona de la frontera con Sichuān en el remoto **lago Lúgū**. En dirección opuesta, la fértil región de **Xishuangbanna** se halla en el sur de la provincia.



10
DÍAS

De Qīnghǎi a Sìchuān

Este épico viaje por la periferia de la China han atraviesa una región fuertemente teñida de cultura tibetana. Itinerario colosal desde Xīníng hasta Chéngdū.

Solo se debe realizar en verano y hay que llevar mucha comida y dinero en efectivo. Además, se debe contar con averías de autobuses, alojamientos muy sencillos y altitudes elevadas. El trayecto en autobús desde Xīníng hasta Sharda, en el antiguo reino tibetano de Nangchen, donde esperan monasterios y paisajes, dura entre 20 y 24 h. Desde Sharda, se puede continuar hasta Sìchuān regresando a la ciudad comercial tibetana de Yùshù. También se puede tomar un vuelo directo (o autobús) de Xīníng a Yùshù y continuar a Sìchuān desde allí. De Yùshù salen autobuses que atraviesan parajes espectaculares y llegan a Mǎnìgāngē (con una fantástica excursión secundaria a Dégé y Yarchen Gar) y a la ciudad tibetana de Gǎnzī (consúltese antes si está abierta), y continúan pasado Tǎgōng hasta Kāngdìng por la carretera Sìchuān-Tíbet. Desde allí se puede seguir hacia el Tíbet al oeste o hacia Chéngdū al este. También hay autobuses directos de Yùshù a Chéngdū.

3
SEMANAS

Circuito por los alrededores del Tíbet

Ir al Tíbet es una empresa ardua en el mejor de los casos y periódicamente la región es inaccesible para los extranjeros.

Solo debe realizarse en los meses cálidos de verano. Desde Lánzhōu, en la provincia de Gǎnsù, hay que ir hacia el suroeste hasta Lángmùsì y Xiàhé. Después, se atraviesan paisajes increíbles en autobús o taxi hasta Qīnghǎi, pasando por la ciudad monástica de Tónggrén. Se compra un tanka (arte sacro tibetano) y se continúa en autobús hasta Xīníng. Luego se toma un avión a Chéngdū (Sìchuān) y un autobús a Kāngdìng, o se vuela a Kāngdìng vía Chéngdū. También es posible ir de Xīníng a Kāngdìng por vía terrestre en una larga ruta de autobús que pasa por Yùshù, en el sur de Qīnghǎi (implica una semana extra). Desde Kāngdìng, se puede ir al oeste en autobús hasta los magníficos paisajes alrededor de Lítáng, donde hay excursiones espectaculares, o al sur en furgoneta hasta Xiāngchéng y continuar hasta Shāngri-la y la hermosa región tibetana del norte de Yúnnán. En Shāngri-la hay que tomar un autobús a Dégqīn, envuelto en un bello paisaje de montaña de gran altitud.

10
DÍAS

Circuito del noreste

Bellos paisajes, poblaciones fronterizas, ciudades modernas y elegantes e interesantes vestigios del pasado imperial manchú.

Comenzando en **Beijing**, se pasan unos días explorando las ciudades costeras amuralladas de **Shānhǎiguān** y **Xīngchéng** de camino a **Dàlián**. Se necesitarán varios días para ver los puntos de interés de Dàlián, incluido el puerto histórico de **Lúshùn**. Se puede ir a **Dāndōng**, en la frontera con Corea del Norte, para hacer un circuito en barco por el río Yǎlù, probar comida norcoreana y visitar la Gran Muralla de la Montaña del Tigre. Considere un viaje en tren y autobús al **lago del Cielo** en **Chángbái Shān** (la mayor reserva natural de China) pasando por **Tōnghuà**. El impresionante lago volcánico (accesible solo de mediados de junio a septiembre) se extiende a ambos lados de la frontera. Otra opción es ir en tren a **Shěnyáng** y visitar el Palacio Imperial de los Qing y la tumba de Huang Taiji. Luego se toma un autobús o tren a **Harbin** para maravillarse de su patrimonio ruso y judío. Se puede continuar al “pueblo del Polo Norte” de China para intentar ver la aurora boreal o el sol de medianoche en **Mòhé**.

1
SEMANA

De Beijing a Mongolia

Para asomarse a las praderas de Mongolia Interior y a sus templos esotéricos, ruinas imperiales y tierras fronterizas con Rusia, hay que dirigirse hacia Mongolia.

Tras hacer turismo, comer y beber en **Beijing**, hay que tomar un tren a **Hohhot**, en Mongolia Interior. Si se llega a finales de julio, se coincidirá con la celebración del Naadam en Gegental, al norte. Se visitan las lamaserías y templos de Hohhot y se hace una excursión a las praderas de las afueras para conocer este magnífico paisaje de Mongolia Interior. De Hohhot salen trenes directos a la capital mongola, **Ulán Bator**. Una ruta alternativa para ir a Mongolia es viajar en autobús de Hohhot a **Zhènglǎnqí** y **Shàngdū** –donde se encontraba el célebre palacio de Xanadú de Kublai Kan– y luego continuar hasta **Hǎilā'ěr**, en el norte de Mongolia Interior, hacia la frontera con Mongolia y Rusia. Las praderas situadas en el exterior de Hǎilā'ěr son una maravilla; hay que pasar la noche en una yurta bajo las estrellas. Quienes se dirijan a Rusia pueden entrar al país por la cercana ciudad fronteriza de **Mǎnzhōulǐ**. La alternativa es tomar un avión a **Choibalsan**, en el este de Mongolia.

Puesta a punto

Comida y bebida

Las opciones culinarias son amplias, desde comida callejera hasta alta cocina. Muchas veces, las cartas tienen fotografías para ayudar a quienes no sepan chino. En casi todas las zonas es posible encontrar deliciosas especialidades de otras regiones.

Experiencias culinarias

Manjares económicos

Los tentempiés son una buena forma de probar los diferentes sabores de China. Casi todas las ciudades tienen un mercado callejero o nocturno (夜市; *yèshì*) con comidas a buen precio, para llevar o tomar sentado en un taburete con una cerveza.

Los mercados, como el nocturno de Kāifēng, ofrecen abundantes opciones que no siempre se encuentran en los restaurantes. Los ruidosos vendedores intentarán colocar al viajero sus sabrosas creaciones, pero también se puede ver qué están comprando los demás y qué se está cocinando; basta con ponerse en la cola y señalar.

Para valientes

- ➔ Tofu maloliente (*chòu dòufu*), variedad de tofu fermentado.
- ➔ Sopa cantonesa de serpiente (*shé gēng*), servida en **Ser Wong Fun** (蛇王芬; ☎852 2543 1032; 30 Cochrane St, Soho; comidas 70 HK\$; 🕒11.00-22.30; 📍Central, salida D1) en Hong Kong.
- ➔ Cuencos de sesos de cerdo (脑花; *nǎohuā*), servidos como guarnición en las barbacoas *shāokǎo* de Chóngqing (p. 815).
- ➔ Ciempiés fritos, comida callejera en Hángzhōu (p. 283).
- ➔ Brochetas de escorpión, puestos de comida de Wángfǔjǐng (p. 104) en Beijing.
- ➔ Pan hojaldrado relleno de carne de burro (驴肉火烧; *lǘròu huǒshāo*), especialidad de Héběi (p. 137).

La comida de tu vida

- ➔ Jīngzūn Peking Duck (p. 107), Běijīng
- ➔ Georg (p. 106), Běijīng
- ➔ Luk Yu Tea House (p. 541), Hong Kong
- ➔ António (p. 570), Macau
- ➔ Ultraviolet (p. 333), Shànghǎi
- ➔ Fú Hé Huì (p. 338), Shànghǎi
- ➔ Green Tea Restaurant (p. 284), Hángzhōu
- ➔ Taste of Tibet (p. 783), Kāngdīng

Especialidades regionales

Beijing y el norte

En Beijing están los mejores restaurantes de pato pekinés auténtico (北京烤鸭; *Běijīng kǎoyā*).

Para encontrar los *jiǎozi* (*dumplings* o bolas de masa) más sabrosos, hay que ir al norte y noreste. Si gustan crujientes, se deben pedir *guōtiē* (fritos). La deliciosa variedad de Shanghai son los *xiǎolóngbāo*, al vapor y muy calientes.

En el norte también se puede degustar un rico plato de *húntún* (*wontons*) rellenos de puerro y carne picada de cerdo, o *Méngǔ huǒguō* (*fondue china*), un sustancioso estofado de cordero, cebolla y col.

Shaanxi

En Xī'ān se puede probar una ración caliente de *yángrou pàomó* (caldo de cordero con trozos de pan plano).

También hay que buscar *ròujiāmó* (肉夹馍; carne frita de cerdo o ternera en pan de pita, a veces con pimiento verde y comino), *ròuchuàn* (肉串; kebabs) y delicioso *yángròu pàomó* (羊肉泡馍; caldo de cordero vertido sobre migas de pan).

Gānsù

La exportación más famosa de la provincia son los fideos con ternera de Lánzhōu (牛肉拉面; *niúròu lāmian*) –fideos estirados a mano en sopa picante–.

Xīnjiāng

Para degustar la gastronomía uigur al completo, Kashgar ofrece mucha comida callejera y mercados nocturnos para elegir.

La fruta es importante, desde las *tawuz* (sandías) de Hāmì hasta las *uzum* (uvas) y *yimish* (pasas) de Turpan. Los mercados rebosan de frutas de julio a septiembre.

Shanghái

Si apetece dulce, Shanghái ofrece deliciosa *mìzhī xūnyú* (carpa ahumada a la miel). También hay bocados más salados de humeantes bolas de masa *xiǎolóngbāo*; requiere una destreza considerable consumirlos sin que los jugos de la carne salten por todas partes.

Los caracteres 本帮菜 (*běnbāngcài*) en las fachadas de los restaurantes y en los

menús hacen referencia a la cocina shanghaiana auténtica de estilo casero.

Sìchuān

Pocas cosas hay más picantes que los sabores de Sichuān. Se puede comenzar por el *mápó dòufu* (plato de tofu picante) y continuar con el *gōngbǎo jīdīng* (pollo picante con cacahuets). Si aún no sale humo por las orejas, el *shuǐzhǔ yú* (pescado cubierto de chile) hará exhalar fuego.

Chóngqìng

El caldero (estofado) de Chóngqìng es ideal para combatir el frío invernal en el norte, aunque en su ciudad natal –uno de los “tres hornos” del río Yangtsé– los ancianos devoran las *fondues* chinas más picantes en verano sin importarles el sofocante calor.

Yúnnán

Entre las especialidades se cuentan el *qìgōujī* (汽锅鸡; pollo a las hierbas cocinado a fuego lento), *guòqiáo mǐxiàn* (过桥米线; fideos que cruzan el puente) y *rùbǐng* (辱饼; queso de cabra).

Téngchōng es famoso por el jamón curado, llamado *huǒtuǐ* (火腿), y por ofrecer todas las verduras y setas de Yúnnán.

En Lǐjiāng, hay que probar la gastronomía de la minoría naxi, mientras que Shangri-la es un buen sitio para conocer la cocina tibetana.

Húnán

No es provincia para paladares delicados. La Xiāngcài (湘菜; cocina de Húnán) es uno de los estilos culinarios más potentes de China, pues hace amplio uso del chile y las hierbas picantes. En lugar del ardor entumecedor de la cocina de Sichuān, opta por un picante intenso y lleno de sabor.

Hong Kong, Macao y Guǎngzhōu

El *dim sum* se prepara en toda China, pero al igual que el dialecto cantonés, quienes mejor lo dominan son los maestros del sur. Hong Kong, Macao y Guǎngzhōu deberían ser las primeras paradas.

En Macao, hay que probar el plato macaense *porco à alentejana*, un suculento guiso de cerdo y almejas.