China

Hénán

Christopher Pitts



PDF

Capítulos incluidos en la guía
China 5

geoPlaneta



Hénán

94 MILLONES HAB.

Incluye »

Zhèngzhōu 442
Nánjiēcūn 445
Sōng Shān y Dēngfēng 445
Luòyáng 449
Alrededores de Luòyáng 452
Guōliàngcūn 453
Kāifēng 455
Zhūxiān Zhèn 460

Los mejores restaurantes

- Mercado nocturno del casco antiguo de Luòyáng (p. 451)
- Mercado nocturno de la plaza de Xīsī (p. 457)
- Hé Jì (p. 443)

Los mejores alojamientos

- Courtyard & Sunlight Inn (p. 457)
- Luòyáng Yìjiā International Youth Hostel (p. 450)
- Kungfu Hostel (p. 448)
- Sofitel (p. 443)

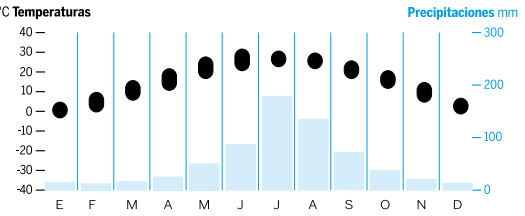
Por qué ir

Quizá los chinos adinerados pongan los ojos en blanco al oír el nombre de Hénán (河南), una provincia empobrecida y sin salida al mar que, sin embargo, posee un patrimonio que se remonta a los primeros tiempos de la Antigüedad china. En el norte de la provincia surgieron y cayeron viejas capitales, y el río Amarillo (Huáng Hé) alimentó el nacimiento de una gran civilización.

Hénán contiene el templo budista más antiguo que se conserva en China y una de las colecciones más increíbles de tallas budistas del país, las grutas de Lóngmén. También alberga el templo de Shàolín, la legendaria institución donde las artes marciales y el budismo formaron una insólita pero poderosa alianza. La incapacidad de la provincia para seguir el ritmo al resto del país explica quizá por qué el pueblo de Nánjiēcūn aún ve futuro al colectivismo maoísta. Hénán también alberga la población amurallada de Kaīfēng y el arte milenario de la xilografía en Zhūxiān.

Cuándo ir

Zhèngzhōu



Abr Luòyáng se llena de color durante la fiesta de la Peonía.

Jun Excursiones al fresco Guōliàngcūn, en las montañas de los Diez Mil Inmortales.

Sep y oct Aprovechar el breve y bonito otoño del norte de China.

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta



Imprescindible

1 Templo de Shàolín (p. 446) Desentrañar los misterios de la lucha Shàolín y hacer excursiones por la montaña.

2 Cuevas de Lóngmén (p. 452) Admirar el arte de los bodhisattvas tallados hace 1500 años.

3 Guōliàngcūn (p. 453) Descubrir el paisaje de las montañas de los Diez Mil Inmortales desde un pueblo sobre un precipicio.

4 Kāifēng (p. 455) Viajar en el tiempo hasta la antigua capital de la dinastía Song del Norte.

5 Templo del Caballo Blanco (p. 453) Explorar el vasto recinto del templo budista más antiguo de China, en las afueras de Luòyáng.

6 Zhūxiān (p. 460) Conocer el antiguo arte de la xilografía china.

7 Nánjiēcūn (p. 445) Redescubrir el comunismo con características chinas.

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

PRECIOS

Dónde dormir

Precios de una habitación doble:

$ menos de 200 CNY

$$ 200-500 CNY

$$$ más de 500 CNY

Dónde comer

Precios de una comida para una persona:

$ menos de 35 CNY

$$ 35-100 CNY

$$$ más de 100 CNY

Historia

Se cree que la primera capital Shang, fundada quizá hace 3800 años, se encontraba en Yǎnshī, al oeste de la actual Zhèngzhōu. A mediados del s. XIV a.C., la capital se habría trasladado a Zhèngzhōu, cuyas antiguas murallas aún son visibles.

Hénán volvió a adquirir protagonismo durante la dinastía Song (960-1279 d.C.), pero el poder político la abandonó cuando el Gobierno huyó al sur desde la capital, Kāifēng, tras la invasión yurchen del s. XII.

La Hénán moderna se ha visto sacudida por la pobreza y los conflictos. En 1975, la presa de Bānqiáo se derrumbó tras unas lluvias torrenciales y produjo fallos en cadena en otras presas, lo que causó la muerte a 230 000 personas. En los años noventa, un escándalo relacionado con la venta de sangre contaminada por el VIH condujo a una elevada incidencia del sida en varios pueblos de Hénán.

Cómo llegar y desplazarse

Hénán es una rareza en China: una provincia en la que los viajeros pueden entrar, salir y desplazarse con facilidad. Zhèngzhōu es el principal eje ferroviario; hay trenes de alta velocidad entre Zhèngzhōu, Luòyáng y, en menor medida, Kāifēng.

Aunque Luòyáng cuenta con un pequeño aeropuerto, el principal punto de entrada y salida de Hénán por avión es Zhèngzhōu.

Zhèngzhōu 郑州

0371 / 6,4 MILLONES HAB.

La capital provincial de Hénán es una metrópolis llena de niebla y humo, que está modernizándose con rapidez y conserva pocas reliquias de su largo pasado (debido a los bombardeos japoneses durante la II Guerra Mundial). Es una ciudad por la que se puede pasar rápidamente; sirve como eje de transportes y punto de acceso al templo de Shàolín y el colectivo maoísta de Nánjiēcūn.

Puntos de interés

Pese a que su pasado se remonta a los primeros capítulos de la historia china, hoy la ciudad tiene pocos puntos de interés para el viajero.

Templo de Chénghuáng TEMPLO TAOÍSTA

(城隍庙, Chénghuáng Miào; Shangcheng Lu, 商城路; 9.00-18.00) GRATIS El templo del Dios de la Ciudad tiene 600 años y rebosa de fieles que decoran los árboles con cintas rojas y perfuman las entradas con incienso. Autobús nº 2 desde la estación de trenes.

Museo de Hénán MUSEO

(河南博物院, Hénán Bówùyuàn; http://english.chnmus.net; 8 Nongye Lu, 农业路8号; 9.00-17.30 ma-do, horario reducido resto del año) GRATIS Está cerrado por reformas (hasta el 2018 según los cálculos) y solo se muestran exposiciones temporales en un edificio lateral. Hay **audioguía** (20 CNY, depósito 200 CNY) en inglés. Se debe presentar el pasaporte para entrar. Está aprox. 2 km al norte de Jinshui Lu; un taxi cuesta unos 20 CNY. Un tramo considerable de Nongye Lu se hallaba cortado por obras al elaborar esta guía, por lo que no llegaba ningún autobús.

Murallas de la ciudad Shang RUINAS

(商代城墙遗址, Shāngdài Chéngqiáng Yízhǐ) GRATIS La periferia del este de Zhèngzhōu está señalada por unos largos y altos montículos de tierra, restos de la antigua muralla. Se puede subir para explorarlos.

Dónde dormir

En el momento de elaborar la guía, tan solo las cadenas internacionales y unos pocos hoteles nacionales admitían a extranjeros.

Jǐnjiāng Inn MOTEL **$$**

(锦江之星, Jǐnjiāng Zhīxīng; 0371 6693 2000; 77 Erma Lu, 二马路77号; d desde 200 CNY; ❄ 🛜) Una cadena moderna con habitaciones muy cuidadas (escritorios, televisores de pantalla plana), cerca de la estación de trenes. Las más baratas carecen de ventanas; probablemente el personal asigne al viajero una mejor en el nivel medio. Actualmente es el único hotel de precio medio de la ciudad que admite a extranjeros.

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

Zhèngzhōu



Hilton Zhèngzhōu

HOTEL **$$$**

(希尔顿酒店, Xīěrdùn Jiǔdiàn; 0371 8996 0888; www3.hilton.com; 288 Jinshui Lu, 金水路288号; d desde 688 CNY; Minhang) Combina la elegancia y el estilo con un exigente nivel de servicio y varios restaurantes e instalaciones de cinco estrellas en una torre de Jinshui Lu. Las habitaciones son contemporáneas, espaciosas y completamente equipadas. Está cerca del distrito financiero.

Sofitel

HOTEL **$$$**

(索菲特国际饭店, Suǒfēitè Guójì Fàndiàn; 0371 6595 0088; www.sofitel.com; 289 Chengdong Lu, 城东路289号; d desde 600 CNY; Yanzhuang) Las habitaciones de este cinco estrellas, que en el 2016 terminó una renovación de varios años, son excelentes. Los suaves tonos dorados y marrones ponen un contrapunto relajante a las caóticas calles, y las habitaciones más lujosas están equipadas con muchas comodidades modernas, como cafeteras Nespresso y televisores giratorios. Entrada por Jinshui Lu.

Dónde comer

Un corto paseo al norte de la estación de trenes lleva a la concurrida **plaza 7 de Febrero** (二七广场; Èrqī Guǎngchǎng), también llamada plaza de Erqī, en cuyas inmediaciones hay tiendas, restaurantes y un **mercado nocturno.** Búsquese la gran pagoda blanca.

Hé Jì

HENAN **$**

(合记; 3 Renmin Lu, 人民路3号; noodles 14-25 CNY; 10.30-22.00; Renmin) Este veterano local ha cosechado numerosos premios con los años y, a juzgar por el gentío que lo llena, no ha perdido aptitudes. Solo hay una cosa en la carta: sopa de fideos con caldo de cor-

Zhèngzhōu

Puntos de interés
1 Templo de Chénghuáng D2

Dónde dormir
2 Jīnjiāng Inn A3
3 Sofitel D1

Dónde comer
4 Hé Jì C1
5 Hénán Shífǔ B2

Dónde beber y vida nocturna
6 Target Pub C1

Transporte
7 Autobús del aeropuerto A3
8 Estación de autobuses de larga distancia de Zhèngzhōu A3

dero (烩面; *huìmiàn*). Hay que pedir en la ventana: básico (普通; *pǔtōng*) o deluxe (特优; *tèyōu*), con un poco más de carne. Se puede añadir cilantro y chile al gusto; el ajo encurtido se come aparte.

Hénán Shífǔ HENAN **$$**
(河南食府; ☎0371 6622 2108; 25 Renmin Lu, 人民路25号; platos 22-98 CNY; ⏲10.00-14.00 y 17.00-21.30; Ⓜ Renmin) Un restaurante bien conocido, oculto en un patio junto a Renmin Lu. La carta fotográfica está llena de especialidades regionales, como *dumplings* de tofu (锅贴豆腐; *guōtiē dòufu*) o ternera hakka (客家牛肉粒; *Kèjiā niúròu lì*) encerrada en una pared circular de arroz. Al final de la carta hay bollos al vapor y platos de fideos poco corrientes.

Dónde beber y vida nocturna

Jingliu Lu y Jingqi Lu, bocacalles de Jinshui Rd, contiene varios bares acogedores.

Target Pub PUB
(目标酒吧, Mùbiāo Jiǔbā; ☎0371 6590 5384; 10 Jingliu Lu, 经六路10号; ⏲17.00-3.00) Un veterano despliegue de banderas, billetes antiguos, sillas de mimbre y medio coche sujeto al techo. Ofrece una música excelente, una sobresaliente selección de licores, cócteles originales y ambiente distendido.

Información

Se agrupan varios cibercafés (网吧; *wǎngbā;* 3-5 CNY/h) cerca de la estación de trenes.

Oficina de Air Ticket (航空售票, hángkōng shòupiaò; ☎0371 6677 7111) Venta de billetes de avión en la oficina del autobús del aeropuerto, junto al Zhèngzhōu Hotel.

Bank of China (中国银行, Zhōngguó Yínháng; 8 Jinshui Lu, 金水路8号; ⏲9.00-17.00 lu-vi) Al norte del Sofitel, en Jinshui Lu.

Correos de China (中国邮政, Zhōngguó Yóuzhèng; ⏲8.00-20.00) En el extremo sur de la explanada de la estación de trenes.

Hospital de la Ciudad nº 1 (市一院, Shì Yīyuàn; Dong Dajie, 东大街) Al oeste del templo de Confucio.

Administración de Aviación Civil de China (CAAC, 中国民航, Zhōngguó Mínháng; ☎0371 6599 1111; 3 Jinshui Lu, en Dongmin Lu, 金水路3号) Al este del centro urbano. Venta de billetes de avión.

Farmacia de Hénán (河南大药房, Hénán Dàyàofáng; ☎0371 6623 4256; 19 Renmin Lu, 人民路19号; ⏲24 h)

Industrial & Commercial Bank (ICBC, 工商银行, Gōngshāng Yínháng; Renmin Lu, 人民路; Ⓜ Renmin Rd) Cajero automático 24 h.

Departamento de Seguridad Pública (PSB, 公安局出入境管理处, Gōng'ānjú Chūrùjìng Guǎnlǐchù; ☎0371 6962 5990; 66 Huanghe Nanlu, 黄河南路66号; ⏲9.00-12.00 y 14.00-17.00 lu-vi) Extensiones del visado; en el norte de la ciudad.

Oficina de reservas de tren (火车预售票处, huǒchē yùshòupiàochù; ☎0371 6835 6666; Zhengxing Jie esq. Fushou Jie, 正兴街与福寿街路口; ⏲8.00-20.00)

Cómo llegar y salir

AVIÓN

El **aeropuerto de Zhèngzhōu** está 37 km al sureste de la ciudad. La **oficina de venta de billetes** está en la agencia del autobús del aeropuerto, junto al Zhèngzhōu Hotel.

Hay vuelos a:

Beijing 840 CNY, 2 diarios
Guǎngzhōu 900 CNY, 9 diarios
Guilín 925 CNY, 2 diarios
Hong Kong 1021 CNY, 2 diarios
Shanghái 400 CNY, frecuentes

AUTOBÚS

La **estación de autobuses de larga distancia** (郑州长途汽车站, Zhèngzhōu chángtú qìchēzhàn) está enfrente de la de trenes.

Dēngfēng 28 CNY, 1¾ h, cada ½ h
Kaīfēng 19 CNY, 2 h, cada ½ h
Línyīng 40 CNY, 2¼ h, cada ½ h
Luòyáng 57 CNY, 2 h, cada ½ h
Templo de Shàolín 29 CNY, 2 h, 6 diarios (7.00-11.00)
Xīnxiāng 25 CNY, 2 h, 6 diarios (6.00-18.30)

TREN

Zhèngzhōu es un importante eje ferroviario en la intersección de varias líneas importantes. Hay dos estaciones principales, con conexiones parecidas: la **estación principal de trenes** (火车站; *huǒchē zhàn*) y la **estación este de trenes** de alta velocidad (郑州东站; Zhèngzhōu dōngzhàn), ambas en la línea 1 del metro.

Por una comisión de 5 CNY, es posible evitar las colas y comprar billetes en la **oficina de reservas anticipadas.**

Beijing Este Tren G 315 CNY, 2½-4 h, frecuentes
Guǎngzhōu Sur Tren G 653 CNY, 6 h, frecuentes
Kāifēng Tren C/D 19 CNY, 30 min, frecuentes
Luòyáng Lóngmén Tren G 60 CNY, 40 min, frecuentes
Nánjīng Sur Tren D 204 CNY, 5½ h, 5 diarios
Shanghái Tren D 237 CNY, 7 h, 4 diarios
Xī'ān Norte Tren G 229 CNY, 2½ h, frecuentes

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

Cómo desplazarse

El **autobús del aeropuerto** (飞机巴士, fēijī bāshì; 20 CNY, 90 min, cada ½ h, 6.30-20.30) sale de la acera al lado del Zhèngzhōu Hotel (郑州大酒店; Zhèngzhōu Dàjiǔdiàn). Un taxi cuesta aprox. 100 CNY y tarda 50 min.

El autobús nº 26 sale de la estación de trenes, pasa por plaza 7 de Febrero, Renmin Lu y Jinshui Lu y llega a la oficina de la CAAC. Los autobuses urbanos cuestan 1-2 CNY.

La línea 1 del metro (billetes desde 2 CNY) discurre este-oeste y pasa por la estación de trenes, Renmin Lu y Jinshui Lu, llega al Central Business District (CBD, distrito financiero) y finalmente pasa por la estación este de trenes. Nótese que la parada de metro de la estación principal de trenes solo tiene salida por el lado oeste y no es fácil acceder desde la parte delantera.

La línea 2 norte-sur, que va por Zijingshan Lu, está en construcción y deberá terminarse para el 2017. Las líneas 3 y 5 abrirán en el 2018 como muy pronto.

Los taxis cobran a partir de 8 CNY (10 CNY de noche).

Nánjiēcūn 南街村

0395 / 3180 HAB.

Se trata del último colectivo maoísta *(gōngshè)* que queda en China. Visitarlo constituye un viaje al pasado, a la China revolucionaria de la década de 1950, cuando el presidente Mao estaba convirtiéndose en un ser supremo, el dinero era cosa del ayer y la amenaza del karaoke no era ni una lejana profecía.

El primer indicio de haber llegado a un mundo completamente distinto son las calles: relativamente limpias y bordeadas de árboles, discurren en línea recta con una suerte de austera belleza socialista, pasando junto a fábricas de fideos, escuelas e hileras de bloques de viviendas de trabajadores, decorados con eslóganes comunistas de color bermellón. No hay vallas publicitarias, pero sí retratos de Mao contemplando a todos desde lo alto.

Puntos de interés

Para llegar a la comuna desde la localidad de Línyǐng, hay que bajar por la calle principal, Yingsong Dadao (颍松大道), hasta la plaza El Este Es Rojo, adornada con un arcoíris. Un corto paseo hacia la izquierda lleva a la plaza de la puerta de Cháoyáng.

Plaza El Este Es Rojo PLAZA

(东方红广场, Dōngfānghóng Guǎngchǎng) Los guardias velan 24 h al pie de una estatua de Mao y en los cuatro costados se elevan retratos de los líderes comunistas Marx, Engels, Stalin y Lenin. Detrás del conjunto, un arcoíris tricolor proclama "El pensamiento de Mao Tse Tung brillará eternamente". Todos los días a partir de las 6.15, los altavoces inundan la plaza de propaganda al más puro estilo de los años cincuenta.

Plaza de la Puerta de Cháoyáng PLAZA

(朝阳门广场, Cháoyángmén Guǎngchǎng) No lejos de la plaza El Este Es Rojo, es conocida principalmente por la arquitectura tradicional reconstruida de la **puerta de Cháoyáng** (朝阳门; Cháoyáng Mén).

Información

No es necesario pasar por el **Centro de Servicios Turísticos** que hay cerca de la entrada (junto al extremo occidental de Yingsong Dadao), ya que allí piden a los viajeros comprar una entrada (80 CNY) que no es realmente necesaria para visitar Nánjiēcūn. En caso de aceptar la oferta, esta incluye un guía que habla chino y un recorrido por la localidad en cochecito eléctrico.

Cómo llegar y salir

De la estación de autobuses de Zhèngzhōu, salen servicios en dirección sur (40 CNY, 2¼ h, cada hora, 6.20-18.20) hasta la estación de autobuses de Línyǐng (临颍), donde hay que tomar un *sānlúnchē* (bicitaxi, 5 CNY) hasta Nánjiēcūn, al sur.

Sōng Shān y Dēngfēng 嵩山、登封

0371 / 650 000 HAB.

En el taoísmo, **Sōng Shān** (嵩山) se considera la montaña central (中岳; *zhōngyuè*) de los cinco picos sagrados. Simboliza la tierra (土; *tǔ*) entre los cinco elementos y ocupa el eje situado directamente bajo el cielo. Pese a su relación con el taoísmo, las montañas también albergan uno de los templos budistas zen (禅; Chán) más famosos y legendarios de China: el templo de Shàolín. Hay dos montañas principales en la zona: **Tàishì Shān** (太室山), de 1494 m de altura, y **Shàoshì Shān** (少室山), de 1512 m, cuyos picos componen el Sōng Shān aprox. 80 km al oeste de Zhèngzhōu.

Al pie del Tàishì Shān, 12 km al sureste del templo de Shàolín y a 74 km de Zhèngzhōu,

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

se halla la pequeña localidad de **Dēngfēng** (登封). Aunque está bastante destartalada en algunas partes, los viajeros la usan como base para ir a los puntos de interés cercanos o hacer senderismo por la montaña.

Puntos de interés

En Dēngfēng, Zhongyue Dajie (中岳大街) es la calle principal este-oeste; Shaolin Dadao (少林大道) va paralela por el sur.

Templo de Shàolín TEMPLO BUDISTA
(少林寺, Shàolín Sì; 0371 6370 2503; 100 CNY; 6.30-17.30 mar-sep, horario reducido resto del año)
El templo está reconstruido en gran parte y es una víctima comercializada de su propio e increíble éxito. La cuna del *wǔshù* fue blanco frecuente de las guerras y sufrió su último incendio en 1928; hoy, las salas supervivientes –en muchos casos de construcción reciente– son asaltadas por grupos de turistas. El motivo de fama del templo es el *gōngfū* (kung-fu), basado en los movimientos de animales, insectos y algunas figuras mitológicas, que garantiza peregrinaciones incesantes por parte de clubes de artes marciales de todo el mundo.

BODHIDHARMA Y SU ÚNICO ZAPATO

Bodhidharma, llamado Damo (达摩) por los chinos, fue un monje indio del s. V que viajó al templo de Shàolín e introdujo el budismo chán (禅; zen) en China. Ha sido venerado tradicionalmente por crear los ejercicios de respiración y meditación que sentaron las bases de la lucha Shàolín. La seria faz de Bodhidharma, con barba y cejas pobladas, aparece en templos de toda China, sobre todo en los chán. En torno a su nombre giran hazañas y leyendas: se dice que permaneció nueve años sentado en una cueva, mirando en silencio la pared.

Damo aparece representado con frecuencia llevando un zapato en un palo. Según el folclore, en una ocasión lo vieron vagando por las montañas del Pamir sujetando un único zapato. Cuando la noticia llegó al templo de Shàolín, causó consternación, pues Bodhidharma había fallecido y yacía enterrado cerca. Al exhumar su tumba, descubrieron que estaba vacía excepto por un zapato solitario.

Una visita satisfactoria al templo, más que conferir mentalidad zen, requiere poseerla de antemano (para soportar las muchedumbres y las grabaciones emitidas en bucle por los altavoces). No obstante, si el viajero se aleja de las zonas principales, podría pasar uno o dos días enteros visitando templos más pequeños, explorando los picos circundantes y rebañando migajas de soledad.

Al acceder por la entrada principal, se pasará junto a varias escuelas de *wǔshù*. A la derecha, a unos 500 m, se encuentra el Centro de Entrenamiento de Wŭshù (p. 448), que ofrece espectáculos con novicios dando volteretas y rompiendo palos y barras metálicas sobre sus cabezas: parte esencial de la experiencia Shàolín.

El templo principal está 600 m más allá. Muchos edificios, como la **sala de Dàxióng** (大雄宝殿, Dàxióng Bǎodiàn; reconstruida en 1985), ardieron en 1928. Aunque, según parece, el templo se fundó alrededor del año 500 (las fuentes difieren), algunas salas solo datan del 2004. Entre las estructuras más antiguas se cuentan los arcos decorativos y los leones de piedra situados en el exterior de la puerta principal.

En la parte trasera, la **sala Orientada al Oeste** (西方圣人殿; Xīfāng Shēngrén Diàn) contiene frescos de colores y unos famosos surcos en el suelo que, según se dice, habrían sido producidos por generaciones de monjes al practicar sus posturas. Siempre hay que buscar al ubicuo Damo (Bodhidharma), cuyo barbudo semblante indio asoma en las estelas o las salas.

Frente a la entrada del templo, dentro del **Shífāng Chányuàn** (十方禅院), la **sala de los Arhats** contiene legiones de toscos *luóhàn* (monjes que han alcanzado la iluminación y accedido al nirvana tras la muerte). Pasado el templo principal, a la derecha, se halla el **bosque de las Pagodas** (少林塔林; Shàolín Tălín), un cementerio de 248 pagodas de ladrillo que contiene las cenizas de monjes ilustres; vale la pena visitarlo.

Después del bosque de las Pagodas, unos caminos suben al **pico Wŭrŭ** (五乳峰; Wŭrŭ Fēng). Para huir del bullicio de los turistas, hay que dirigirse hacia el pico para ver la **cueva** (达摩洞, Dámó Dòng) donde Damo meditó durante nueve años; es una subida de 4 km. Desde la base, quizá se divise el pico y la cueva, señalada con una gran figura de un bodhisattva. De camino a la cueva, un desvío lleva al **templo de Chūzŭ** (初祖庵; Chūzŭ Ān), que pone un silencioso y ruinoso contra-

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

punto al templo principal. Su estructura es la más antigua de madera que se conserva en la provincia (c. 1125).

A 1512 m sobre el nivel del mar, el **Shàoshì Shān** (少室山 es la cumbre más alta de la zona; se puede subir con el **teleférico de Sōngyáng** (嵩阳索道; Sōngyáng Suǒdào; ida y vuelta 50 CNY). La zona que se extiende tras el teleférico alberga el pico y el **convento de Erzǔ** (二祖庵; Erzǔ Ān; 2 CNY), con cuatro pozos cuyas aguas de distintos sabores (agrio, dulce, picante y amargo) se pueden probar.

La excursión más famosa quizá sea la que va al cercano **Sānhuángzhài** (三皇寨), que dura unas 6 h (ida y vuelta) y recorre 9 km por trayecto (¡y 7398 escalones!). El camino pasa junto a escarpados precipicios a lo largo de una ruta que sube y baja, aferrada con frecuencia a la pared de roca estriada, hasta el **puente de Cuerda** (连天吊桥; Lián Tiān Diào Qiáo) de 782 escalones. El paisaje es magnífico.

Los primeros 3 km pueden cubrirse con el **teleférico Shàolín** (少林索道; Shàolín Suǒdào; ida/ida y vuelta 50/80 CNY), que permite subir sin esfuerzo al inicio del tramo más espectacular. En cualquier caso, siempre hay que empezar la excursión temprano y contar con algo de ruido: es muy popular y los ecos son una gran atracción. Después del primer puente colgante (1 h) habrá bastante menos gente, ya que muchos se dan la vuelta.

Probablemente, la forma más satisfactoria de realizar esta excursión sea hacer solo un trayecto, empezando por el final (hay que tomar un taxi a Sānhuángzhài desde Dēngfēng; aprox. 30 CNY) y caminando hacia Shàolín desde allí. Se puede hacer en sentido inverso, pero al terminar se estará a merced de los conductores (suponiendo que haya alguno). Nótese que el puente cierra a veces por obras o mal tiempo. Hay comida abundante en la parte más cercana a Shàolín.

Para llegar al templo de Shàolín desde Dēngfēng, hay que tomar un autobús (15 min) en la estación oeste de autobuses (3,50 CNY) o la estación principal (5 CNY). Un taxi desde Dēngfēng cuesta 30 CNY (tarifa no oficial, sin taxímetro). Otra opción es tomar un microbús en Luòyáng (19 CNY, 1½ h) o Zhèngzhōu (29 CNY, 2 h).

Desde la taquilla, quedan 20 min andando hasta el templo propiamente dicho (el camino pasa por el Centro de Entrenamiento de Wǔshù). Hay cochecitos eléctricos (ida/ida y vuelta 15/25 CNY, 7.30-18.00) desde la taquilla hasta la entrada principal del templo y más allá.

¿'WǓSHÙ' O 'GŌNGFÙ'?

Cuando uno se plantea estudiar artes marciales chinas, lo primero que debe preguntarse es: ¿aprendo *wǔshù* (武术) o *gōngfù* (功夫)? Son muy semejantes, pero existen diferencias cruciales.

Wǔshù es un término de cuño más reciente, asociado en gran medida a las exhibiciones atléticas de artes marciales y a patrones o formas pensados para las competiciones. El *gōngfù* (kung-fu), en cambio, está relacionado con el desarrollo de habilidades interiores más esotéricas, y no tanto con la destreza física o el atletismo.

Si el viajero tiene la suerte de ver a un maestro de las artes marciales romper un trozo de cerámica de un cuenco y reducirlo a polvo con la única fuerza de sus dedos, se trata de *gōngfù*, no *wǔshù*.

Las entradas para la zona pintoresca (incl. todas las excursiones) tienen una validez de 10 días, excepto para el templo en sí, que puede visitarse solo una vez el mismo día que se compre la entrada.

Monte Tàishì MONTAÑA
(太室山, Tàishì Shān; 50 CNY; ⊙6.30-17.30) Es posiblemente la mejor excursión de la zona y sirve de contrapunto silencioso al templo de Shàolín. Como en todas las montañas de China, las escaleras suben rectas y, en este caso, ascienden 1000 m de altitud antes de alcanzar el **pico Jùnjí** (1492 m). La ruta pasa por paisajes fantásticos y varios templos arrasados, siendo el más interesante la **cueva Lǎojūn,** donde, según la leyenda, Lao-Tsé vivió seis años mientras escribía el *Tao Te Ching*.

Para completar el día, se puede hacer un circuito bajando por el **templo de Fǎwáng** (法王寺; Fǎwáng Sì) y la **pagoda Sōngyuè** (嵩岳塔; Sōngyuè Tǎ), construida en el 509, en el trayecto de vuelta. Hay que pedir indicaciones en el templo de Tiānyé. En caso de no realizar este circuito, calcúlense 4-6 h andando (ida y vuelta).

La entrada está en la academia de Sōngyáng, a la que llegan los autobuses nº 6 y 2. No hay que olvidar hacerse con un mapa (地图; *dìtú*) junto con el tique.

Templo de Zhōngyuè TEMPLO TAOÍSTA
(中岳庙, Zhōngyuè Miào; Shaolin Dadao, 少林大道; 30 CNY; ⊙8.00-17.00) Unos kilómetros al

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta

este de Dēngfēng, el vetusto Zhōngyuè Miào es un colosal monasterio taoísta en activo cuyo origen se remonta al s. II a.C. El complejo –engastado en un fondo montañoso, con monjes ataviados con trajes tradicionales y moños– es menos visitado y emana un aire de reverencia más palpable que su hermano budista, el templo de Shàolín (p. 446).

Academia de Sōngyáng EDIFICIO HISTÓRICO
(嵩阳书院, Sōngyáng Shūyuàn; 30 CNY; ⊙7.30-17.30) Al pie del Tàishì Shān se halla una de las academias más antiguas de China. El opulento y bien cuidado complejo data del 484 y sube por la ladera en una serie de terrazas. En el patio crecen dos cipreses que se cree tienen más de 4500 años.

Los autobuses nº 2 y 6 (1 CNY) van a la academia de Sōngyáng.

Dónde dormir y comer

Los hoteles de lujo son inexistentes: si el viajero desea un hotel internacional con personal que hable inglés y habitaciones para no fumadores, lo mejor es que se aloje en Zhèngzhōu y vaya y vuelva de Shàolín en el día.

En el templo de Shàolín, hay puestos que venden fideos instantáneos, tentempiés y agua por todas partes. Los excursionistas también pueden comprar bolsas de cacahuetes.

En Dēngfēng, la especialidad local son los fideos gruesos caseros con sopa (烩面; *huì miàn*). En la intersección de Aimin Lu (爱民路) y Songshan Lu (嵩山路) hay una buena oferta de restaurantes.

Kungfu Hostel ALBERGUE $
(功夫客栈, Gōngfū Kèzhàn; ✆0371 6274 8889; 20 pueblo de Dujia, exteriores del templo de Shàolín, 少林景区内度假村20号院; dc/d 80/198 CNY; ❄📶) Si al viajero le apetece despertarse con el canto de los gallos, no debe perderse esta oportunidad de alojarse en el templo de Shàolín. Está en un complejo residencial en una ladera frente al templo principal y es, sin duda, el mejor lugar para empaparse de la experiencia Shàolín.

Hay que hacer la reserva con antelación. El sitio es difícil de encontrar (está a 20-30 min andando de la taquilla) y es necesario comprar una entrada antes de registrarse (salvo después de las 18.00). Ayudan a contratar clases particulares de artes marciales.

Dēngfēng Climb Hostel ALBERGUE $
(登封攀登国际青年旅舍, Dēngfēng Pāndēng Guójì Qīngnián Lǚshè; ✆138 3853 6111; Songyang Lu, 嵩阳路; dc/d 30/120 CNY; ❄📶) Sencillo y acogedor, disfruta de una ubicación envidiable con las montañas como telón de fondo, a pocos pasos de la entrada al monte Tàishì (p. 447). Está en el norte de la población y puede ser complicado encontrarlo. El autobús nº 6 llega casi hasta allí desde la estación de autobuses; hay que bajar en la última parada y pedir indicaciones.

Shàolín Hotel HOTEL $$
(少林宾馆, Shàolín Bīnguǎn; ✆0371 6016 1616; 66 Zhongyue Dajie, 中岳大街66号; d desde 238 CNY; ❄📶) El alegre personal, los buenos descuentos y las habitaciones limpias hacen de este pulcro hotel de precio medio una buena opción. Es un edificio blanco de cuatro plantas con un letrero amarillo y rojo al este del Dicos (restaurante de comida rápida). Un taxi desde la estación de autobuses cuesta 7 CNY. Descuentos de hasta 100 CNY.

Ocio

Centro de Entrenamiento de Wǔshù ARTES MARCIALES
(武术馆, Wǔshù Guǎn; ⊙9.30, 10.30, 11.30, 14.00, 15.00, 16.00) Al acceder por la entrada principal del templo de Shàolín, se pasará junto a varias escuelas de *wǔshù*. A la derecha, a unos 500 m, se halla el Centro de Entrenamiento de Wūshù, que ofrece espectáculos gratuitos a cargo de los novicios: parte esencial de la experiencia Shàolín. En temporada baja no hay función a las 9.30.

Información

Bank of China (中国银行, Zhōngguó Yīnháng; 52 Zhongyue Dajie, 中岳大街52号; ⊙9.00-17.00 lu-vi) Cajero automático 24 h y cambio de divisas.

Bank of China (186 Shaolin Dadao, 少林大道186号; ⊙9.00-12.00 y 14.00-17.00 lu-vi)

China International Travel Service (CITS, 中国国际旅行社, Zhōngguó Guójì Lǚxíngshè; ✆0371 6287 3387; www.cits.net; Dayu Lu, 大禹路)

Correos de China (中国邮政, Zhōngguó Yóuzhèng; Zhongyue esq. Wangji Rd, 中岳路与望箕路) Oficina de correos céntrica.

Hospital del Pueblo nº 2 (第二人民医院, Dì'èr Rénmín Yīyuàn; ✆0371 6289 9999; 189 Shaolin Dadao, 少林大道189号) En la vía principal.

Despacho de billetes de tren (火车预售票处, huǒchē yùshòupiàochù; 72 Shaolin Dadao, 少林大道72号; ⊙8.00-18.00)

Cómo llegar y salir

La **estación principal de autobuses** (总站; *zǒng zhàn*) está en el este de la localidad; el nº 1 (1 CNY) va a Zhongyue Dajie y el centro urbano.

978-84-08-18881-0 © Lonely Planet Publications Pty Ltd / GeoPlaneta