

EDGAR FAGUNDES

Trilhando Caminhos

Quando não houver
um caminho, faça um

Brasília – 2025

© Copyright 2025 by Edgar Fagundes

Criativo: Joyce Rocha

Revisão: Aline Rosenbaum

Ilustração e Diagramação: Ednea Fagundes

Todas as fotografias utilizadas nesta obra foram capturadas durante expedições e trilhas realizadas pelo autor e seus companheiros de jornada. Caso alguma pessoa se reconheça em uma imagem e deseje solicitar sua remoção em futuras edições, o autor se coloca à disposição para atender o pedido com respeito e prontidão.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Fagundes, Edgar

Trilhando caminhos : quando não houver um caminho, faça um / Edgar Fagundes, -- Brasília, DF :
Ed. do Autor, 2025

ISBN 978-65-01-64234-5

1. Andes 2. Aventuras 3. Montanhismo 4. Natureza
5. Relatos de viagens 6. Superação - Histórias de vida
7. Trilhas – Guias I. Título

25-297636.0

CDD-910.4

Índices para catálogo sistemático:

1. Relatos de Viagem 910.4

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

Minha gratidão aos amigos de jornada, companheiros de caminhadas e de sonhos, que estiveram presentes no cansaço dos percalços e na alegria das conquistas.

Meu reconhecimento aos colegas, guias de turismo na natureza, condutores, colaboradores e às agências que acreditaram no poder das trilhas como ferramenta de transformação — cada palavra deste livro carrega algo de vocês.

Agradeço às pessoas que se dispuseram a ler estas páginas com olhar crítico e generoso. Suas observações foram fundamentais, ajudando a lapidar o texto e a clarear o caminho desta obra.

Agradeço também a você, leitor, que aceitou este convite. Sem a sua presença, estas páginas seriam apenas silêncio. Que elas sejam para você um convite a trilhar, descobrir e se encantar.

Dedico este livro a minha família, que sempre foi abrigo e raiz, confiança e carinho, certeza de um chão seguro na volta de cada jornada.

SUMÁRIO

PREFÁCIO	8
INTRODUÇÃO	11
QUANDO NÃO HOUVER UM CAMINHO, FAÇA UM	13
A imprevisibilidade é uma constante	13
A incerteza permeia os sonhos.....	15
Imprevistos que moldam caminhos	18
No meio do caminho tinha um caroço	20
CAMINHOS DE APRENDIZAGEM E CONEXÃO	26
A natureza educa	29
A CAMINHO DE MACHU PICCHU	32
Chacaltaya	34
Pelo Lago Titicaca	35
Cusco	38
Caminho Inca	39
Huayna Picchu	42
O DESAFIO DE TRILHAR EM ALTITUDES ELEVADAS	45
Cordilheira dos Andes.....	46
Trilhas no Parque Nacional de Huascaran	49
Glaciar Pastoruri	50
Laguna Parón	53
Laguna 69	55
DE VOLTA A MACHU PICCHU	60

Montanha Colorida.....	60
Salkantay: uma alternativa a Machu Picchu.....	63
CORDILHEIRA DE HUAYHUASH.....	67
Aclimação	68
Huayhuash - dez dias de altitude e superação	71
A CAMINHO DO EVEREST	79
Uma trilha aérea – rumo ao ponto de partida	80
Rumo ao teto do mundo	82
CAMINHO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA	93
O desapego	97
O peso dos outros.....	97
Encontros e solidariedade	99
No ritmo do Caminho	102
História no Caminho	106
A chegada que não é o fim	107
GIGANTE PELA PRÓPRIA NATUREZA	111
Pico da Neblina	111
Monte Roraima.....	114
Pico da Bandeira	123
NOSSAS TRILHAS DE LONGO CURSO	126
Caminhos do Planalto Central	128
Caminho dos Veadeiros	133
Caminho de Cora Coralina	137
Caminho da Fé.....	140
Caminho das Ararunas.....	145

Caminho de Caravaggio	147
Surpresa na Serra do Espinhaço	150
Transcarioca – caminho de verde e pedra	153
Vale do Pati.....	155
Cachoeira da Fumaça	159
O Caminho do Sertão	163
Lençóis Maranhenses – entre o céu e a areia	167
EPÍLOGO.....	171
Qual é a próxima?.....	171
Ah, sim, e aquele caroço?.....	174

“A vida não é só trabalhar. É preciso deixar um capítulo para as loucuras que cada um tem. Você é livre quando gasta o tempo de sua vida com as coisas que o motivam, que você gosta. Ter uma causa, ter uma paixão. Isso é uma filosofia de vida. Mas a filosofia não está na moda porque não custa dinheiro. E, para sentir as coisas, é preciso dedicar-lhes tempo. A questão é: em que você gasta o tempo de sua vida? Em que gasta o milagre de ter nascido? Se você não se fizer essa pergunta, não se preocupe, o mercado vai fazer isso por você, e você vai passar a vida toda pagando contas e comprando coisas, até que seja um velho destruído. E você não compra coisas com dinheiro; compra com o tempo de sua vida que gastou para ter esse dinheiro. E o tempo da vida não se repõe. A vida é uma aventura.”

(José Alberto Mujica Cordano, Pepe Mujica, político uruguaio, ex-guerrilheiro e agricultor, presidente do Uruguai de 2010 a 2015).

PREFÁCIO

Pedro da Cunha e Menezes¹

Quando fui nomeado Coordenador-Geral de Uso Público e Negócios do ICMBio em 2016, eu, que já era frequentador da Floresta Nacional de Brasília, decidi que transformaria em prioridade a implementação de um sistema de trilhas naquela unidade de conservação localizada em Taguatinga. Para fazer isso, logo pensei em usar a mesma estratégia que havia empregado, anos antes, com sucesso na implementação da Trilha Transcarioca, no Rio de Janeiro, isto é, mobilizando voluntários.

A Flona, como a Floresta é carinhosamente conhecida, já era muito frequentada pelo pessoal das bicicletas, que adorou a ideia, quando a expus a eles. Logo formamos um Grupo de Trabalho e pusemos mãos na massa para implementar uma rede de 55 km de trilhas para *Mountain Bike*, que logo ficaram prontas. Mas era pouco. E os caminhantes? Não havia muita gente que palmilhava as trilhas da Flona. Como então mobilizar voluntários para, de baixo para cima, implementar um circuito de caminhadas lá?

Foi nesse contexto que conheci Edgar Fagundes. Depois de escarafunchar a *internet*, descobri que um coletivo, denominado Grupo de Caminhadas de Brasília, costumava se

¹ Pedro da Cunha e Menezes é diretor de Áreas Protegidas do Ministério do Meio Ambiente e Mudança do Clima e Diretor da Rede Brasileira de Trilhas. Fundador da Trilha Transcarioca e da Rede Brasileira de Trilhas, Diretor-executivo do Parque Nacional da Tijuca e representante permanente do Brasil junto ao Programa Mundial das Nações Unidas para o Meio Ambiente. É Presidente do Grupo de Especialistas da UICN para Trilhas de Longo Curso e Diretor da *World Trails Network*.

encontrar em um bar no Plano Piloto. Acompanhado da minha esposa Paula, me desloquei até lá e nos juntamos à reunião. Um chope para cá, castanhas de caju para lá, conversa vai, conversa vem, fui me aproximando das lideranças. Edgar era uma delas.

Calmo, maduro, com senso prático, experiência, muito idealismo, paixão por trilhas e visão estratégica, ele logo me chamou a atenção. É gente que faz. Ali começou uma relação de respeito e admiração. No ICMBio desenhamos a estratégia, retiramos algumas travas que pré-existiam, mobilizamos apoio e demos capacitação. Enquanto isso Edgar e outras lideranças mobilizaram os trilheiros. Juntos desenhamos completamente do zero o traçado de 4 trilhas, incluindo uma travessia de 35 km com pernoite, no coração do Distrito Federal.

Mexe daqui, maneja dali, sinaliza de lá e pronto: entregamos para Brasília um grande circuito que virou referência nacional. Achei o resultado maravilhoso e a população concordou com seus pés, fazendo a visitação na Flona aumentar de 3 mil para 66 mil visitantes por ano, logo no primeiro ano após a inauguração.

Para Edgar, entretanto, não foi suficiente. Ele não parou por ali. Com seu grupo, se juntou a nós na batalha de abrir as trilhas do Parque Nacional de Brasília para a visitação pública e participou do desenho e da criação dos Caminhos do Planalto Central, ambos realidade hoje.

Edgar é gente que faz, nunca é demais repetir. Faz agregando, escutando e somando. Todo seu trabalho voluntário, é preciso reconhecer, vem da vontade que ele tem de proporcionar a outros brasileiros o imenso amor que devota à natureza. Prazer que lhe é proporcionado pelas trilhas que,

afinal, são a melhor ferramenta para exercer esse delicioso desfrute.

“Trilhando Caminhos” conta a história de vida e de superação desse grande trilheiro candango ao longo de algumas das mais belas e significativas caminhadas do Brasil e do Mundo. Com linguagem fluida e frases expressivas que nos transportam para outro plano, entre o real e o imaginário, onde somos companheiros do autor em sua jornada, sentimos o frescor do ar, a beleza do fim da tarde, a vivacidade das cores do Cerrado e de terras longínquas, o cansaço das pernas, a felicidade do espírito e a paz da alma.

Há alguns anos tive o privilégio de o acompanhar em uma travessia com pernoite, quando exploramos juntos o Arco Cafuringa dos Caminhos do Planalto Central. Foi uma experiência memorável que todos deveriam vivenciar pelo menos uma vez na vida. Por isso mesmo, convido vocês a palmilharem com ele outras jornadas inesquecíveis nas páginas que se seguem.

Boa leitura e boas trilhas.

INTRODUÇÃO

Nas trilhas da vida, encontramos mais do que meros caminhos de terra ou pedra. Descobrimos algo profundo que nos conecta com o âmago da natureza. *Trilhando Caminhos* reúne memórias da experiência de caminhar na natureza e é um convite para explorar jornadas que vão muito além das aventuras físicas, pois permitem profundas reflexões, mexendo com emoções e sentimentos.

É uma narrativa de experiências contadas na primeira pessoa, do singular ou do plural, destacando aventuras vividas pela prática do *trekking*, associadas a reflexões e *insights*. Reúne informações sobre a importância e a necessidade de caminhar, especialmente na natureza, seja por trilhas ecológicas, caminhos de longo curso ou nas chamadas peregrinações.

São relatos da mais primitiva e natural arte de se locomover e se exercitar, que proporciona qualidade de vida por meio da interação com o meio ambiente e do convívio social. Também é uma reflexão sobre o quanto nossos caminhos são imprevisíveis, o quanto temos que estar atentos a cada passo e o quanto temos a aprender com eles.

Ao longo das páginas deste livro, convido você a embarcar em uma jornada por trilhas que moldaram meu estilo de vida. Cada passo, cada respiração, cada vislumbre da paisagem é uma peça do quebra-cabeça que compõe memórias que considero preciosas.

Este livro também é fruto da cobrança afetuosa das amigas e dos amigos trilheiros que fazem parte dessas histórias - muitos aqui citados nominalmente e que devem se sentir coautores.

Pessoas maravilhosas que me acompanham desde as florestas exuberantes até as montanhas majestosas, ou mesmo nos parques do nosso “Quadrado”, o Distrito Federal. Além dos muitos aprendizados sobre *trekking* e de vida, nossos laços de amizade tornaram-se ainda mais sólidos. Foi da inspiração de duas dessas amigas, Márcia² e Maki³, que recebi, como presente, o título deste livro.

Cada trilha tem uma história para contar, uma lição para ensinar, amizades a compartilhar. Encontramos belezas naturais, mas também desafios a superar. Apreciamos as paisagens, reverenciamos a natureza e reconhecemos o impacto transformador que essas experiências provocam.

Espero que essas vivências sirvam como uma trilha para sua própria jornada, inspirando você a explorar, descobrir e se conectar com o mundo natural que nos cerca.

Por fim, este é um relato de aventuras por trilhas como a do *Everest Base Camp* no Himalaia, a Cordilheira dos Andes, o Monte Roraima, o Caminho de Santiago de Compostela e muitas outras, seja no exterior, no Brasil ou mesmo pertinho de casa, em Brasília, contadas sem uma ordem cronológica, com o propósito de transmitir as sensações provocadas pelas longas caminhadas.

Então, ajuste suas botas, respire fundo o ar puro da natureza e vamos explorar juntos caminhos que nos enriquecem. E, ao final, se essa leitura despertar ou reforçar sua vontade de caminhar na natureza e lutar por um meio ambiente equilibrado, convide-me para trilhar ao seu lado.

² Márcia Bispo – Condutora de aventura, montanhista, espeleóloga e fundadora da agência Via Ecotur.

³ Maki Dutheviz - professora de yoga; guia de turismo de natureza, incluindo trekking e montanhismo, escalada esportiva, high line e resgate em high line.