

Bericht Asha Schule Nepal

नमस्ते मेरो नाम Madeleine हो र मेरो नाम Hannes हो

Namaste mero naam Madeleine ho ra mero naam Hannes ho

N E P A L
never end peace and love

Guten Tag, wir sind Madeleine und Hannes. Wir sind 20 und 22 Jahre alt, haben beide im Sommer 2023 unser Abitur bestanden und verbrachten drei Monate unserer insgesamt sechsmonatigen Reise in Nepal.

Für uns beide war schon lange klar, dass wir die Welt außerhalb von Europa entdecken und kennenlernen wollen. So verbrachten wir mehrere Stunden damit, uns eine Reiseroute auf der Weltkarte zusammenzustellen, was sich bei den vielen fremden Ländern gar nicht so einfach gestaltete. Als es sicher war, dass es eine Rucksackreise im asiatischen Raum werden soll, wurde zunächst das auf der Weltkarte recht klein abgebildete Nepal, unberechtigtweise, kaum von uns beachtet.

Uns war es beiden wichtig, dass wir nicht „nur“ reisen, sondern uns an einem sozialen Projekt beteiligen. An diesem Punkt zog das kleine Land, angrenzend an Tibet und Indien, unsere volle Aufmerksamkeit auf sich.

Ich (Madeleine) erinnerte mich daran, dass ich vor vielen Jahren mit zwei Freundinnen kleine Basteleien verkauft habe und von dem verdienten Geld, nach Absprache mit Josef, Sandspielzeug für die Kinder der Asha Schule kauften. Josef lud uns daraufhin zu sich nach Hause ein und erzählte uns viel von der Asha Schule und dem Land Nepal. Jetzt, ca. 10 Jahre später kontaktierte ich Josef erneut mit der Anfrage, ob Hannes und ich das Asha Projekt vor Ort in Nepal unterstützen können. Schon bald kam es zu einem ersten Treffen und wir begannen mit der genaueren Planung.

Am 10.01.2024 saßen wir endlich im Flugzeug und begaben uns auf den langen Weg nach Kathmandu. Zu diesem Zeitpunkt konnten wir noch gar nicht ahnen, welch' wundervolle, unvergessliche und prägende Zeit Nepal für uns werden wird.

Ankommen in Kathmandu

Erschöpft und voller Vorfreude liefen wir am Flughafen an unzähligen Menschen vorbei Richtung Ausgang, wo wir Anupendra direkt an seiner uns zuvor beschriebenen Cap, mit dem Aufdruck A.P.S. und einem herzlichen Grinsen erkannten. Wir bekamen jeweils einen Schal zur Begrüßung. Der Schal wird dem Gast als Zeichen für Ehre und Segen um den Hals gelegt.

Dann wurden unsere Rucksäcke auf das Dach eines kleinen, klapprigen Taxis gespannt und los ging die Fahrt zu Roshana, in deren Zweitwohnung wir für die kommenden zwei Monate wohnen durften. Die „Straßen“, teilweise einfache Schotterwege, sind überfüllt und Verkehrsregeln scheint es nicht zu geben. Alle versuchen sich durch das dichte Gedränge zu schlängeln, was meist mit viel Gehepe verbunden ist. Dies bedeutet so viel wie „Achtung ich bin da und überhole“. Bei Roshana fühlten wir uns direkt wohl. Wir tranken zur Begrüßung einen Tee zusammen und haben viel geredet.



Nachdem wir unsere Wohnung gezeigt bekommen haben, gingen wir mit Roshana für ein gemeinsames Abendessen einkaufen. Beim Abendessen lernten wir den Sohn von Roshana kennen und aßen zum ersten Mal das Nationalgericht Dal Bhat. Dal Bhat besteht aus Reis (Bhat) und einer würzigen Linsensuppe (Dal), wozu normalerweise verschiedene Gemüsesorten oder Fleisch serviert werden. In den ersten Tagen waren wir ziemlich erschlagen von den vielen neuen Eindrücken: Der starke und laute Verkehr, die neue Kultur und schlimme Armut, total vermüllte Plätze, verschmutzte Luft, usw. Zu Beginn weiß man gar nicht so recht, wie man mit all dem umgehen soll.



Da zum Zeitpunkt unserer Anreise noch Schulferien in der Asha Primary School waren, hatten wir noch einige freie Tage, um die Gegend zu erkunden. Wir waren viel zu Fuß unterwegs, ließen uns durch die engen Gassen Kathmandus treiben, besuchten den Durbar Square von Kathmandu, die Buddha Stupa in Bodnath, den Garden of Dreams, machten eine Wanderung im Nagarjun-Nationalpark und gingen mit Roshana zum Swayambhunath Tempel.

Schon bald fühlten wir uns immer mehr angekommen und wurden vertrauter mit dem Land und den Leuten. Roshana und Anupendra waren von Anfang an für uns da, erkundigten sich nach uns, und wir konnten uns jederzeit an sie wenden



Die Zeit in der Asha Primary School

Der erste Tag

Aufgeregt und voller Vorfreude begaben wir uns schließlich zum ersten Mal auf den Weg zur Asha Primary School. Roshana begleitete uns am ersten Tag, um uns den Weg zu zeigen. Ein paar Minuten zu Fuß ging es zur Ring Road. Man muss es sich so vorstellen: Kathmandu und Patan sind kreisförmig von einer großen Straße umringt, auf welcher die Busse den ganzen Tag im Kreis fahren. Die Busfahrt dauerte je nach Verkehr um die 20 Minuten und kostete 20 nepalesische Rupien (14 Cent) pro Person. Es folgte nochmals eine kurze Strecke zu Fuß und schon standen wir vor der Asha Schule.

Wir wurden herzlich empfangen und waren gerührt, wie alle Kinder in einer Reihe standen und einzeln zu uns kamen, um uns einen Schal, eine Blumenkette und viele einzelne Blumen zu überreichen. Es war eine wunderschöne und liebevolle erste Begegnung mit den Kindern und auch mit den Lehrerinnen. Alle waren direkt offen, freundlich und sehr hilfsbereit. Diese Offenheit und Freundlichkeit ist uns bei den Menschen in Nepal sehr schnell aufgefallen und wir fanden das total schön.



Wir wurden durch die Schule geführt und bekamen von einigen Klassen ein Willkommenslied vorgesungen. Nachdem für die Kinder der Unterricht begann, nahm uns Anupendra mit in ein Restaurant, um Tee zu trinken. Er erzählte uns viel über die Asha Schule und das Leben in Nepal. Die Perspektive für junge Menschen in Nepal ist leider nicht so gut und es ist heutzutage für viele das Ziel, dass sie ihr Heimatland Nepal verlassen, um einen guten Job im Ausland zu bekommen. Auch die von der Familie arrangierte Heirat und das Privileg, welches man hat, wenn man als Junge geboren wird, sind noch aktuelle Themen.

„Innere Zufriedenheit und inneres Glück stehen an oberster Stelle. Hast du dies, kannst du andere Menschen glücklich machen“. Diesen Satz bekamen wir nicht nur von Anupendra zu hören, sondern von vielen verschiedenen Leuten aus Nepal, die wir kennen lernen durften. Uns wurde in dieser Zeit bewusst, wie unwichtig die meisten materiellen Dinge sind und wie wichtig es ist, verschiedene Werte wie Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Dankbarkeit, Zufriedenheit, etc. zu vertreten. *„Schenkt jedem Kind ein Lächeln, dann sind alle glücklich, anstatt z.B. nur euren*

eigenen Klassen Schokolade mitzubringen“. Dies war Anupendra besonders wichtig und wir durften es selbst genau so erfahren. Die Kinder waren überglücklich, wenn sie uns beim Vorbeigehen in die Hand einschlagen durften, wir mit ihnen ein schnelles Klatschspiel machten oder eine kurze Unterhaltung führten.

Nach diesem langen, sehr spannenden Gespräch ging es wieder zurück zur Schule und wir bekamen unseren Stundenplan. In den kommenden Wochen werden wir täglich für jeweils eine Schulstunde die dritte und vierte Klasse unterrichten. Freitags und samstags hatten wir frei. Die Woche beginnt hier nämlich nicht montags, wie es bei uns der Fall ist, sondern am Sonntag.

Zunächst waren wir etwas überrumpelt, dass wir nun geradewegs vor einer fremden Klasse stehen werden und diese direkt selbstständig unterrichten sollen. In der Unterrichtsgestaltung waren wir frei. Uns wurde lediglich gesagt, dass wir den Klassen etwas Sinnvolles vermitteln sollen und wenn es zu Schwierigkeiten kommen würde, was zum Glück nicht vorkam, hätten wir uns jederzeit einen Rat oder Hilfe bei einer Lehrerin holen dürfen.

Voller Motivation starteten wir nun am kommenden Tag in unseren ersten richtigen Schultag an der Asha Primary School.

Ein typischer Schultag

Die Kinder kamen nach und nach in die Schule. Die 30 Kinder, die im Asha Hostel wohnen, wurden gemeinsam mit einem kleinen Schulbus zur Schule gefahren. Wir wurden jeden Morgen von den zahlreichen schon über den Schulhof springenden Kindern, als auch von den Lehrerinnen, welche am Eingangstor standen, um die kommenden Kinder zu empfangen, herzlich mit einem „Namaste“, „Good Morning“ oder „Hello Miss, Hello Sir“ begrüßt.

Nach der zweiten Schulwoche bekam ich (Madeleine) meinen eigenen Sari. Bis zum Schluss brauchte ich morgendliche Unterstützung beim Umwickeln dieses langen Stoffs zum Rock.



Um 9:30 Uhr wurde durch die „Pausenklingel“ (zwei Eisenstücke, die aufeinandergeschlagen werden) der Schulstart angekündigt.

Alle Schülerinnen und Schüler stellten sich nach Klassen sowie der Größe nach geordnet in eine Reihe. Sie sangen alle zusammen die Nationalhymne, sowie auch das schuleigene Asha-Lied. Dies wurde am Nachmittag um 15:30 Uhr zum Schulsekular wiederholt.

Anschließend gingen die Kinder in ihre jeweiligen Klassenzimmer und der Schulunterricht begann. Wir sind morgens, bevor es mit unseren eigenen Stunden losging, meistens mit den jüngeren Kindern mitgegangen. Dort wurde zu Beginn viel gesungen, das Alphabet durchgesprochen und gemeinsam gezählt. Bei den ganz Kleinen in der Playgroup wird zwar noch viel gespielt, aber auch diese lernen schon die Zahlen zu schreiben oder mit einer Schere zu schneiden.

Die Kinder werden schon sehr früh in der englischen Sprache unterrichtet, wodurch es uns möglich war, auch schon mit den jüngeren Kinder Unterhaltungen zu führen.



Zwischen unseren beiden eigenen Stunden fand die tägliche Teatime für alle Lehrerinnen und für uns statt.

Mittags gab es für alle ein frisch gekochtes Mittagessen. Der Essensplan wiederholte sich wöchentlich und die Kinder bekamen so viel Nachschlag wie sie wollten. Drei Mal die Woche gab es Dal Bhat, einmal Rice Pudding und einmal Beaten Rice mit einer Hülsenfrüchtensoße. Auch wir durften jeden Tag mitessen und halfen anschließend die kleineren Kinder zu füttern. Danach wurden die Zähne geputzt und anschließend gingen die Kinder der Playgroup in den Schlafraum zum Mittagsschlaf und bei den größeren Kindern ging der Unterricht weiter.



Jede Klasse hatte einmal die Woche Tanzunterricht, eine Spielestunde, eine Zeichenstunde und die fünfte Klasse noch ein zusätzliches Scout-Training. Diese Stunden bereiteten den Kindern besonders große Freude. Auch wir hatten unseren Spaß, beim Tanzen zuzuschauen oder auch mal mitzutanzen und in den Spielstunden Fangspiele, Volleyball, Federball, usw. mitzuspielen. Was uns besonders gut gefallen hat, war, dass die Lehrerinnen nicht nur am Rand dabeistanden, sondern immer mittendrin im Geschehen zu finden waren.



Die weitere Zeit in der Asha Primary School

Nachdem ein, wie zuvor beschriebener Tag in der Schule vorbei war, gingen wir wieder zurück zu unserer Wohnung. Dort erledigten wir dann Dinge wie einkaufen, Wasser holen, Wäsche waschen oder unterhielten uns mit Roshana.

Das Leitungswasser in Nepal ist sehr verschmutzt und kann nicht zum Kochen, Trinken und Zähneputzen verwendet werden. So kann man bei unterschiedlichen kleinen Straßenläden, die von Familien betrieben werden, 20-Liter-Kanister mit gefiltertem Wasser kaufen. Zum Waschen bot uns Roshana an, dass wir ihre Waschmaschine nutzen dürfen, doch da solch ein Besitz in Nepal eine Seltenheit ist, machten auch wir es wie die große Mehrheit und wuschen unsere Kleidung von Hand.

Auch planten wir jeden Abend unsere Schulstunde für den kommenden Tag. In unseren Stunden sangen wir zu Beginn immer einige Lieder und sprachen ein Gedicht, was bei den Kindern für eine große Freude sorgte. Wir brachten ihnen deutsche, als auch englische Lieder bei und besonders spannend war für sie das Singen im Kanon, was sie zuvor nicht kannten und teils in einem wilden Durcheinandersingen endete.

Insgesamt brachten wir ihnen einige Grundlagen der deutschen Sprache bei. Zum Beispiel konnten sich die Kinder am Ende unserer Zeit in der Asha Schule auf Deutsch vorstellen. Sagen wie sie heißen, wie alt sie sind, wo sie wohnen, wann sie Geburtstag haben, aber auch die Wochentage, die Farben und das Zählen wurden fleißig geübt. Nachdem wir feststellten, dass die Kinder nicht wussten, was ein Land, eine Hauptstadt oder ein Kontinent ist, setzen wir uns zur Aufgabe, die sieben Kontinente und einen allgemeinen Überblick über die Welt in Form einer Weltkarte zu vermitteln. Wir zeichneten gemeinsam eine Weltkarte und bastelten ein kleines Büchlein aus Papier, in welches wir zu jedem Kontinent einige Merkmale aufschrieben.

Da die Kinder mit viel Frontalunterricht konfrontiert werden und bis auf die eine Spiel- und Tanzstunde pro Woche fast den ganzen Tag im Klassenzimmer sitzen, war das große Wochenhighlight der Mittwoch. Mit beiden unserer Klassen verbrachten wir die jeweilige Schulstunde draußen auf dem Pausenhof und spielten unterschiedliche Teamspiele.

Außerhalb von unseren zwei eigenen Schulstunden waren wir immer in den anderen Gruppen und Klassen dabei und konnten auch dort gut unterstützen.

Von Anfang an bereitete uns das Unterrichten, als auch das dabei sein in anderen Klassen große Freude.



An einem Tag wurden Jasmin, die zur gleichen Zeit als Volontärin an der Asha Schule war, und wir nach unserem Unterricht von Anupendra abgeholt und zum Essen eingeladen. Danach nahm er uns mit ins Girls-Hostel, wo einige Mädchen der weiterführenden Schule (SDP School) wohnen dürfen. Dort lernten wir nicht nur einige Mädchen der SDP School kennen, sondern auch Anupendra's Schwester und seine Frau Bina. Wir unterhielten uns und wurden durch das ganze Hostel geführt. Danach ging es noch in das Asha-Hostel, welches direkt nebenan ist. Es war spannend die Kinder so „privat“ zu treffen und ohne Schuluniform zu sehen.

Am 14.02. wurde das Fest zu Ehren der Göttin der Bildung in der Asha Schule gefeiert. Alle Kinder durften ohne Uniform zur Schule kommen, wodurch die Schule besonders bunt wirkte. Am Tag zuvor hieß es, dass an diesem besonderen Tag kein Unterricht stattfinden wird, sondern „we just dance, have fun and enjoy a lot“. Jede Klasse tanzte etwas vor. Die Lehrerinnen, wir beide sowie Jasmin studierten kurzer Zeit einen Tanz ein. Der Tanz von uns drei Volontären sorgte für gute Stimmung und

alle Kinder grölten laut Hals mit. Dieser Tag war ein ganz besonderer Tag, mit viel Spaß und guter Laune.



Ein weiteres Highlight war das Basteln von Masken aus Papptellern mit den Klassen drei bis fünf. Wir bereiteten gemeinsam mit Jasmin alles vor. Legten für jedes Kind einen Pappteller und jede Menge farbiges Papier, Stifte, Kleber und Wasserfarben bereit. Es war so schön, die Kinder dabei zu beobachten mit wie viel Mühe, Kreativität und Freude sie ans Werk gingen. Nach dem Maskenbasteln durften wir die Kinder noch schminken. Pokémon war sehr beliebt und fast jedes Kind wollte einen Pikachu auf die Wange gemalt bekommen. Zum Abschluss machten wir ein Klassenfoto mit den Masken zur Erinnerung.



Gemeinsam mit Anupendra ging es für uns noch einen Tag in die SDP School. Das ist die fortführende Schule für die Kinder nach der fünften Klasse. Auch dort wurden wir herzlich mit einem Willkommensschal empfangen und von Schülerinnen und Schülern durch die ganze Schule geführt. Im Anschluss luden uns Bina und Anupendra erneut zum Abendessen ein.



Die zwei Monaten in der Asha Primary School vergingen sehr schnell und so kamen unsere zwei letzten Schultage schneller als gedacht auf uns zu. An diesen zwei letzten Tagen wurden nochmals all unsere gemeinsam gelernten Lieder und das Gedicht rauf und runter gesungen und gesprochen. Ganz viel auf dem Pausenhof gespielt und Klassenfotos mit uns gemacht.

Für unseren letzten Tag bereiteten wir Plakate mit vielen Fotos von den Kindern und uns vor und hängten sie in den jeweiligen Klassenzimmern auf. Von den Kindern bekamen wir zu unserer Freude viele kleine selbstgebastelte Abschiedsgeschenke überreicht. Außerdem erhielten wir zur Verabschiedung erneut einen Schal. In diesem Fall steht dieser als Symbol für eine sichere Reise und Rückkehr.

Die Kinder sind uns schnell ans Herz gewachsen und es war sehr schön erleben zu dürfen, wie viel Vertrauen all die Kinder in uns hatten und wie herzlich wir vom ersten Tag an, in diese besondere Schulgemeinschaft aufgenommen wurden. Wir werden diese besondere und berührende Zeit in der Asha Schule nie vergessen und hoffen sehr, einige Kinder und Lehrerinnen bei unserem nächsten Besuch in Nepal, den es ganz sicher geben wird, wieder sehen zu können.

Nach vielen Umarmungen und einigen Tränen liefen wir zum letzten Mal durch das blaue Tor der Asha Primary School in Nepal. Es war ein schwerer Abschied und ein bedrückendes Gefühl, zu wissen, dass wir gerade zum letzten Mal an der Schule waren. Gleichzeitig spürten wir auch eine tiefe Dankbarkeit, für das, was wir hier alles in den letzten zwei Monaten erleben durften.



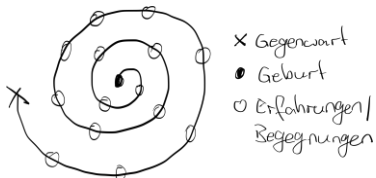
Was wir an unseren freien Tagen machten

Für zwei Tage sind wir gemeinsam mit Jasmin nach Bhaktapur gefahren. Obwohl diese Stadt nur 13km von Kathmandu entfernt liegt, brauchten wir mit dem Bus ca. 1,5 Stunden dorthin. Die Stadt beeindruckte uns direkt. Es ist so viel ruhiger als in Kathmandu und die vielen in der Stadt verteilten Tempel sehen sehr schön aus, besonders in der Dunkelheit, wenn sie alle beleuchtet werden.



Am nächsten Tag sind wir auf Empfehlung von Josef und Roshana, zum Atelier des weltbekannten Mandala Malers Madhu gegangen. Er lud uns ein reinzukommen und wir verbrachten drei Stunden bei ihm. Wir saßen mit Kissen auf dem Boden und tranken Tee. Madhu erzählte uns viel und wir hatten jede Menge interessante Gesprächsthemen. Er hat uns nicht nur sein breitgefächertes Wissen mitgeteilt, sondern uns auch ganz viele Denkansätze mit auf den Weg gegeben.

So soll man laut ihm das Leben als eine Spirale sehen. Ganz in der Mitte wurde man geboren. Mit dem Lauf des Lebens entfaltet sich diese Spirale nach außen. Man soll



zwar im hier und jetzt leben und sich vor allem mit niemandem vergleichen, aber dennoch soll man auf keinen Fall all das, was vor dem Jetzt geschehen ist vergessen. Im Hinterkopf soll einem immer bewusst sein, dass uns all die vergangenen Erfahrungen und begegneten Menschen zu dem gemacht haben, wer wir heute sind.

Das Leben verläuft so:



doch macht man Yoga, verläuft es so:



Yoga ist für viele Menschen, die uns begegneten ein sehr wichtiger Bestandteil im Leben.

Madhu erzählte uns, sowie es später auch Dendi tat, (diesen werden sie im Folgenden noch kennenlernen, falls sie ihn nicht sowieso schon kennen), wie wichtig innere Zufriedenheit und inneres Glück ist und lehrte uns, dass wir lernen sollen, bestimmte Situationen zu akzeptieren. Ganz besonders dann, wenn man sowieso nichts daran ändern kann.

Natürlich lernten wir auch einiges über Mandalas und kauften uns später eines. Dieses Treffen war unfassbar inspirierend und Madhu kennen lernen zu dürfen eine Ehre. Falls sie einmal nach Bhaktapur kommen sollten, legen wir ihnen ans Herzen, Madhu zu besuchen und sich viel Zeit für das Treffen zu nehmen. Es ist eine so wunderbare Begegnung und bewundernswert, wie er seine Gedanken und sein Wissen mit einem teilt.



An einem weiteren freien Tag besuchten wir den Pashupatinath Tempel. Dies ist die größte hinduistische Tempelanlage die es gibt und es reisen auch viele Menschen aus z.B. Indien an, um einmal dort gewesen zu sei.

Auch Roshana unternahm gerne etwas mit uns. Sie führte uns durch die Stadt Patan und erzählte uns zu den verschiedensten Tempeln und Orten etwas. Sie brachte uns die Kultur näher und gab uns nochmal einen anderen Einblick in das Leben in Nepal. Auch nach Kirtipur nahm sie uns mit. Eine kleine Stadt, die am Rande Kathmandus auf einem Höhenzug liegt. Kirtipur ist vor allem für die gut erhaltene Altstadt und einige schöne Tempel bekannt. Auf unserem Weg durch die Stadt blieb Roshana mit uns vor einem wunderschönen, riesigen alten Baum stehen und meinte „Es gibt viele großartige Architekten, doch die beste Architektin ist die Natur“.

Auch der Abschied von Roshana war schwer. Wir haben sie schnell in unser Herz geschlossen und fühlten uns sehr wohl bei ihr.



Trekkingtour

Vorbereitungen

Da wir beide gerne wandern und in den Bergen sind, durfte eine Trekkingtour im Himalaya Gebirge natürlich nicht fehlen. Bereits während wir noch in der Asha Schule waren, kontaktierten wir Dendi Sherpa. Er ist ein von Roshana und Josef empfohlener Guide und einer der inspirierendsten und liebevollsten Menschen, den wir kennen.

Von unserem ersten Treffen an, verstanden wir uns total gut und wir wurden von ihm mit auf das tibetische Neujahrsfest genommen. Dort konnten wir viele kulturelle Tänze und Gesänge kennen lernen.



Wir standen nun in engem Kontakt und planten die gemeinsame Tour. Dendi versuchte uns zu überzeugen, dass wir einen Porter mitnehmen. Wir konnten uns dies nicht vorstellen und uns überhaupt nicht mit dem Gedanken anfreunden, dass jemand für uns einen Großteil unseres Gepäcks tragen muss. Doch Dendi erklärte uns die Situation der Porter. Sie warten das ganze Jahr über auf die Trekkingsaison, welche genau zweimal im Jahr stattfindet. Drei Monate im Frühjahr und drei Monate im Spätjahr. Sie verdienen also auch nur ca. sechs Monate pro Jahr Geld, von dem sie die jeweiligen Familien ernähren und Mieten bezahlen müssen. Da das verdiente Geld eigentlich in keinem Fall für das ganze Jahr reicht, müssen sich die Porter noch einen anderen Job suchen, teils sogar im Ausland, also weg von ihren Familien. Nach einem langen Gespräch mit Dendi entschieden wir uns also dafür, mit Guide und Porter trekken zu gehen und was sollen wir sagen, es war die beste Entscheidung, die wir hätten treffen können. Unser Porter Lapka ist ein so liebenswerter, dauerhaft gutgelaunter Mensch, der einen ständig zum Lachen bringt. Wir bewundern seine positive Art voller Lebensfreude sehr, denn später durften wir viel über sein Leben erfahren und wie viele Menschen in Nepal, hat auch er es nicht leicht.

Ein paar Tage bevor die Tour losging, lud uns Dendi zu sich nach Hause ein und wir kochten gemeinsam mit seiner Frau Momos (gefüllte Teigtäschchen). Diese zu falten, ist gar nicht so einfach!



Im März ging dann unsere Tour schließlich los. Wir kombinierten den Mardi Himal Trek mit dem bekannten Poonhill Trek und waren insgesamt für zwölf Tage unterwegs. Doch zunächst mussten wir nach Pokhara kommen, von wo aus die Tour startete. Die Busfahrten sind generell jedes Mal aufs Neue ein Abenteuer für sich, doch diese Fahrt war nochmal ganz anders im Vergleich zu den bisherigen Fahrten. Eine 200km lange, schmale, sehr kurvige Schotterstraße mit viel Verkehr. Wir benötigten 10 Stunden! Vielmehr muss man zur Fahrt eigentlich gar nicht erwähnen. Pokhara ist zwar eine wunderschöne Stadt und die dortige Ruhe tat nach den zwei Monaten im trubeligen, lauten Kathmandu sehr gut, doch gleichzeitig ist auch das authentische Nepal verloren und alles auf den Tourismus ausgelegt.



Voller Vorfreude gingen wir am kommenden morgen zum Treffpunkt unserer Gruppe. Wir möchten vorab schonmal sagen, dass wir die beste Gruppe hatten, die wir uns nur hätten wünschen können. Dendi, Lapka, Devashish (Sohn einer Bekannten von Dendi) und wir.

Lapka war überrascht, dass wir nur einen Rucksack zum Tragen für ihn hatten. Wir waren nach den vorherigen Erzählungen geschockt, was manche Leute den Portern alles zum Schleppen zumuten und haben so gepackt, wie wir auch gepackt hätten, wenn wir all unsere Sachen selbst getragen hätten und haben jeweils noch einiges in unsere Tagesrucksäcke zum selber tragen gepackt.

Während der Trekkingtour

Wir beschlossen die Zeit in den Bergen offline zu verbringen und das Handy blieb für die folgenden zwölf Tage aus. Jeden Morgen sind wir zum Sonnenaufgang aufgestanden und waren immer wieder aufs Neue von der besonderen Stimmung, dem Blick auf die Berge und dem Moment, wenn die Sonne beginnt durch die Gipfel zu strahlen, berührt.



Wälder blühender Rhododendronbäume, Teile des Dschungels, sehr heiße Temperaturen, viel Schnee und Eiseskälte, stundenlanges Bergauf sowie Bergab und unzählbar viele Stufen haben wir auf unserem Weg erlebt. Ja, es war teils anstrengend, aber nein, wir haben es keine Sekunde bereut. Ganz im Gegenteil, unser großer Wunsch ist es, solch eine Tour nochmal zu machen. Neben dem Erleben der vielseitigen Natur, dem täglichen Wandern und draußen sein, lernten wir auch ganz neue Lebensbedingungen kennen.

Durften erfahren, wie die Menschen dort oben in den Bergen ihr Leben verbringen, und waren immer wieder fassungslos, wenn wir sahen, wie alle Lebensmittel und sonstige benötigten Sachen von Menschen und Eseln zu den Lodges und Teehäuser geschleppt wurden.



Trotz der Anstrengung, die solch ein Leben in den Bergen häufig mit sich bringt, waren die Menschen offen und strahlten Lebensfreude aus. Abends saßen wir alle zusammen, redeten, erzählten und lachten.

In den Lodges und Teehäusern, in welchen wir zum Mittagessen eine Pause machten und abends zum Abendessen und Schlafen blieben, gibt es mittlerweile Speisekarten mit einer Vielzahl von verschiedenen Gerichten. Wir wollten uns auf der Tour jedoch so ernähren, wie es die Einheimischen auch tun. Also gab es mittags als auch abends Dal Bhat für uns.



Dendi teilt gerne sein Wissen und egal, ob es um Naturheilung, Yoga, Meditation, die Natur, das Trekken, Politik oder die Gesellschaft geht, Dendi weiß einfach alles und hat auch zu jeder Sache einen Rat und seine eigene Meinung. Er hat wohlgemerkt keine Schulbildung erfahren, sondern erarbeitete sich sein ganzes Wissen selbst. Dass er seine Lebensgeschichte mit uns teilte und uns tiefe Einblicke in sein Leben gewährte, schätzen wir sehr.

Jeden Abend besprachen wir kurz den Tag und bekamen eine kurze Erläuterung über die Bedeutung des Ortes, wo wir uns gerade befanden und die jeweiligen kulturellen Besonderheiten.

Die Meditation und das Yoga waren weitere feste Bestandteile unserer Trekkingtour. Dendi ist nicht nur Guide, sondern bietet auch Yoga- und Meditationskurse an. Wir hatten beide noch keine wirklichen Berührungspunkte damit und freuten uns, dass sich dies nun änderte. Früh morgens vor dem Frühstück machten wir immer wieder eine gemeinsame Yogastunde und am Nachmittag, wenn wir an der Lodge ankamen, meditierten wir mehrmals. Sehr spannend war für uns vor allem die Wassermeditation, welche wir an einem Fluss praktizierten.

Auch Devashish, mit dem wir uns auch sehr gut verstanden, war immer dabei.



Wir denken so gerne an diese wundervolle und unvergessliche Tour zurück und vermissen diese Zeit nicht selten. Es war eine sehr besondere Zeit und egal, ob das Wandern am Tag oder das gemütliche zusammensitzen am Abend, wir genossen jeden einzelnen Moment. Während wir mit Dendi die inspirierendsten und tiefgründigsten Gespräche führten und neue Denkansätze mitbekommen haben, sorgte Lapka für die beste Stimmung und brachte die ganze Gruppe regelrecht zum herzlichsten Lachen. Auch die starke Bindung die Dendi und Lapka haben war schön zu sehen und wirkte sich total positiv auf uns alle aus.

Wie jeder Abschied, war auch dieser schmerzhaft und wir werden all die gemeinsam erlebten Momente nie vergessen. Wir freuen uns sehr, dass wir zu Dendi weiterhin Kontakt haben und uns immer wieder schreiben.





Die letzten zwei Wochen in Nepal

Nun hat das Leben als Backpacker begonnen. Wir übernachteten in Hostels und lernten viele Reisende kennen. Zunächst blieben wir noch einige Tage in Pokhara, wo wir auch das Holi Festival mitfeierten. Anschließend ging es weiter nach Bandipur und später noch nach Nagarkot.



Fazit

Es scheint unmöglich zu sein, all die Eindrücke und Erfahrungen, welche wir in den drei Monaten in Nepal sammeln durften, in Worte zu fassen und hier niederzuschreiben.

Für uns war es besonders schön, dass wir durch die Asha Schule, das Leben bei Roshana und durch die Tour mit Dendi, einen so intensiven und direkten Einblick in das Leben der Einheimischen bekommen durften.

Die Offenheit und Freundlichkeit der Menschen beeindruckte uns immer wieder und hat einem das Gefühl gegeben, dass man Willkommen ist. Die Leute haben sich gefreut, wenn man mit ihnen geredet hat, Interesse an deren Leben gezeigt oder deren Fragen zu unserem Leben beantwortet hat.

Viele Menschen leben in schlimmster Armut und es ist nicht einfach, dieses Leid plötzlich so nah miterleben zu können. Es öffnet einem die Augen und zeigt, wie dankbar man für alles sein sollte. Doch das Schöne ist, die Menschen lassen sich trotz allem ihr Lachen nicht nehmen.

Wir sind Josef sehr dankbar, dass er unsere Zeit in Nepal durch all seine Kontakte zu einer so besonderen gemacht hat und dass er dafür sorgt, dass es für Kinder aus ärmsten Verhältnissen möglich ist, an Bildung zu gelangen.

Auch Roshana, Anupendra, Dendi und all den lieben Menschen, die wir kennenlernen durften und in den drei Monaten immer für uns da waren, möchten wir nochmal ein herzliches Dankeschön aussprechen.

Eine Reise nach Nepal schenkt einem viele neue Ansichten, Erfahrungen und wertvolle Bekanntschaften. Wir würden solch eine Reise aus tiefstem Herzen weiterempfehlen.

Auch Ihnen möchten wir danken, dass sie sich die Zeit genommen haben, um unseren Bericht zu lesen. Vielleicht haben sie ja nun selbst Lust bekommen nach Nepal zu reisen, die Asha Schule zu besuchen und eine Tour mit Dendi zu machen. Dadurch selbst den Kontrast des hektischen und lauten Kathmandus im Vergleich zu der Ruhe in den Bergen zu erleben und viele wunderbare Erfahrungen und Momente zu sammeln.



Herzlichst
Madeleine und Hannes