



*„Vor drei Monaten bin ich von meinem dreimonatigen Nepal-aufenthalt zurückgekommen. Ich blicke auf eine intensive, schöne, aber auch anstrengende Zeit zurück, und frage mich immer wieder, wie es den Kindern geht. Kocht Didi gerade schon wieder Dal Bhat? Liegen schon wieder so viele Federbälle versehentlich auf dem Hostelvordach? Ist die Luft in Kathmandu um diese Jahreszeit auch so staubig? Frage mich, wie gut die Sicht auf die Berge des Himalayas ist? - Vermisse Nepal.“*

## NAMASTYA

Ich bin Paula Schaufelbühl, 19 Jahre alt und wohne mit meiner Familie in der Schweiz. Im vergangenen Sommer habe ich das Gymnasium abgeschlossen. Seit 12 Jahren bin ich im Jugendverein Blauring und Jungwacht, bei welchem Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 25 Jahren zusammen Spielen, Basteln, Wandern, Sport machen, Singen und Zelten. Ich spiele gerne und oft Basketball und wenn mir noch etwas Zeit bleibt, zeichne ich sehr gerne.

Über meine Grosseltern, die in Oberkirch wohnen, kenne ich Josef und Uta. Immer wieder haben ich von der ASHA Schule gehört, Bilder gesehen und Erlebnisberichte gelesen. Vor ziemlich genau einem Jahr stand fest, dass ich nach Nepal gehen werde.

Am 30. September war es dann soweit. Ich sass im Flugzeug nach Nepal. Drei Monate durfte ich im ASHA Hostel mit den Kindern leben und in der ASHA Schule unterrichten. Schnell habe ich mich an den neuen Alltag gewöhnt:

Der Tag startet mit einer Tasse Tee um 6.30 Uhr, drei mal täglich gibt es ein Reisgericht mit Linsen, genannt Dal Bhat, von 9 Uhr morgens bis 16 Uhr nachmittags gehen wir alle zusammen in die Schule. Die schönste Zeit am Tag war für mich die Zeit nach der Schule, wenn alle Hostelpbewohner gemeinsam spielen und Hausaufgaben machen.

Auf den nächsten Seiten erzähle ich von einigen Erlebnissen, schönen Begegnungen und auch Schwierigkeiten meines Nepalaufenthalts.

## OKTOBER IN NEPAL

Ich hatte das grosse Glück, dass bei meiner Ankunft schon drei Volontäre in Nepal waren. Johanna, Hanna und Jule haben mich herzlich empfangen, mir vieles gezeigt und mir das Einleben in Nepal nicht nur erleichtert, sondern wirklich schön gemacht! Im Oktober hatten die Kinder der ASHA Schule Ferien und waren zuhause bei ihren Familien. So hatten wir Zeit, zu dritt Kathmandu zu erkunden. Die Stadt ist laut, staubig, gross, farbig, aber irgendwie hat sie mir von Anfang an gefallen. Da sich Johanna, Hanna und Jule schon gut in und um Kathmandu auskannten, konnten wir in diesen Wochen viel zusammen unternehmen.



Wir wurden zu einer hinduistischen Hochzeit eingeladen und durften an einer buddhistischen Beerdigung teilnehmen. Nach ein paar Tagen in der staubigen Innenstadt von Kathmandu mit viel Verkehr und vielen Menschen, war es eine willkommene Abwechslung, in die Natur ausserhalb Kathmandus zu kommen. Wir haben eine Fahrradtour und verschiedene Wanderungen unternommen. Zusammen mit Johanna bin ich in acht Tagen zu den Gosainkundaseen gewandert. Diese liegen auf 4300 m.ü.M und der Trek war sicher einer meiner Höhepunkte während der Zeit in Nepal. Josef hat uns geraten, in den Seen zu baden, da dies zu ewiger Schönheit, Gesundheit und Jugend führt. Eine solche Gelegenheit konnten wir uns nicht entgehen lassen und so stiegen wir nach einer anstrengenden Tagestour in die eiskalten Seen. Bei der Gosainkundaroute waren wir betroffen über das Ausmass der Zerstörung, welche das grosse Erdbeben von 2015 angerichtet hat. Neben den vom Erdbeben komplett zerstörten Lodges standen neu aufgebaute Unterkünfte, die aus zerstörten Bauteilen und Wellblechen teilweise nur notdürftig aufgebaut waren. Manchmal hatten wir ein mulmiges Gefühl in diesen stark vom Erdbeben betroffenen Regionen zu wandern. Gleichzeitig weiss man, dass die Region stark auf den Trekkingtourismus angewiesen ist, weil ihre Bewohner überwiegend vom Tourismus leben.



Zeichnung:

Diese Frau haben wir auf einer Wanderung im Kathmandutal getroffen. Sie trägt Holz über die Champi Bridge.

Foto:

Johanna, Jule und ich haben uns schick gemacht für eine hinduistische Hochzeit. Die Tochter des Schulleiters Anupendra hat geheiratet.



## DIE ASHA SCHULE

Ende Oktober hat sich das Hostel wieder gefüllt und die Schule hat für mich begonnen. Ich habe in der ASHA Schule jeden Tag 2-3 Lektionen unterrichtet. Mit den Kindern habe ich gezeichnet, gesungen, Sport gemacht oder ihnen Geschichten vorgelesen. Das Unterrichten in den höheren Klassen, in denen Kinder zwischen 10 und 13 Jahren sind (Klasse 4-5), hat mir von Anfang an Spass gemacht und ist mir leicht gefallen. Sie sprachen die Unterrichtssprache Englisch sehr gut und waren motiviert und neugierig. Sehr gerne habe ich mit den Kindern Sport im Freien gemacht: Basketball, Fussball, Tanzen, Rennen.



Da ich aber einen Sari - die traditionelle Kleidung für Lehrerinnen - anhatte, konnte ich im Sport leider nicht alles mitmachen. Die Schüler zwischen 7 und 10 Jahren (Klasse 1-3) zu unterrichten war anfangs eine grosse Herausforderung. Sie verstehen und sprechen noch nicht sehr gut Englisch. Sie sind zwar motiviert, aber oft auch verträumt, ein wenig chaotisch und vor allem sehr laut. Ich habe zu Beginn wirklich nicht gedacht, dass das Unterrichten der jüngeren Kinder so anstrengend sein kann. Als ich mit den Lehrerinnen der ASHA Schule darüber gesprochen habe, haben sie mir ein paar wertvolle nepalesische Wörter beigebracht. Und ich habe schnell gemerkt, dass die Schüler der jüngeren Klassen viel mehr auf nepalesische Befehle hören als auf Englische. Durch diese drei kurzen Ausdrücke wurde das Unterrichten in den letzten Wochen für mich einfacher:

Halla Nagara → Seid still  
Chhup laga → Ruhe  
Bosne → Setzt euch



Zeichnung:

Zwei Kinder aus der Spielgruppe sitzen auf der Türschwelle und warten darauf, dass die Schule beginnt. Das jüngste Kind der ASHA Spielgruppe ist noch nicht einmal drei Jahre alt.

Foto:

Im Kindergarten wird den Kindern neben dem Schreiben und Rechnen auch das Tanzen beigebracht. Jeder muss sich frei zur Musik bewegen und tanzen. Die ganze Schulzeit hindurch ist das Tanzen ein fester Bestandteil des Stundenplans der ASHA Schule.

## ASHA HOSTEL

Ich durfte für drei Monate mit den 30 Kindern, mit Anjana und den Hosteleitern Didi und Dai im Hostel leben. Anjana ist so alt wie ich und arbeitet als Lehrerin in der Schule und lebt mit den Kindern im Hostel. Sie ist sehr hilfsbereit und hat wesentlich dazu beigetragen, dass ich mich nicht fremd fühlte. Die Kinder wurden sehr schnell zutraulich. Immer nach der Schule und am Samstag spielten alle zusammen oder wir machten Ausflüge. Die Kinder sind interessiert und motiviert, und für viele Aktivitäten zu begeistern. So fiel es mir leicht mit den Kindern altbekannte aber für sie auch ganz neue Spiele zu machen. So haben wir Fussball und Federball gespielt, Laternen gebastelt und dann einen Umzug veranstaltet, Fotoshootings gemacht, einen Advents-



kalender gebastelt, Armbändchen geknüpft, uns mit Tattoos geschmückt und vor allem haben wir viel getanzt. Die Hosteleitern Didi und Dai (auf Nepali Schwester und Bruder) haben sich um alle Hostelbewohner gekümmert. Nebst dem Kochen, Putzen und Waschen haben sie sich darum gekümmert, dass wirklich niemandem etwas fehlt. Didi und Dai konnten kein Wort Englisch sprechen, weshalb es anfangs sehr schwierig war sich mit ihnen zu verständigen und es ab und zu auch zu Missverständnissen kam. Didi hat so ein wertvolles, herzliches Lachen, dass man sich in ihrer Nähe einfach wohl fühlt, auch wenn man sich mit ihr nicht verständigen kann. Didi und Dai waren immer mit voller Motivation dabei, wenn wir etwas mit den Kindern unternommen haben - von den Spaziergängen bis zum Armband knüpfen. Gegen Ende meines Aufenthaltes konnte ich mit ein paar einfachen nepalesischen Wörtern auch mit Didi und Dai „sprechen“. Ihre Freude über

malae khana man parcha —> Das Essen schmeckt gut  
Malae bhok lagyo —> Ich habe Hunger  
dherai man parcha —> sehr fein  
piro —> scharf  
dhanyabad —> Danke



Zeichnung:

Sobald ich im Hostel zeichnete, war die Lust bei den Kindern auch etwas zu zeichnen gross. Auf diesem Papier hat jedes Kind aus dem Gedächtnis einen Kopf gezeichnet.

Foto:

Die Kinder sind sehr fasziniert von Fotokameras und wollen auch immer fotografiert werden. Am besten gefallen ihnen die Bilder auf denen sie so hoch wie möglich in die Luft springen.



## ANUPENDRA UND BINA

In der zweiten Hälfte meines Aufenthalts war ich als einzige Volontärin an der ASHA Schule und im ASHA Hostel. In diesen sechs Wochen war ich den ganzen Tag mit den Kindern zusammen, in der Schule und im Hostel. Ich habe sechs Wochen kein Wort Deutsch gesprochen, ausser ab und zu am Telefon. Es ging mir im Hostel und in der Schule wirklich gut und ich genoss die intensive Zeit mit den Kindern, jedoch hatte ich immer mehr das Bedürfnis mit jemandem ausführlich zu sprechen und zu diskutieren.



Ich war sehr froh, dass ich in dieser Zeit viel Kontakt mit dem Schulleiter Anupendra und seiner Frau Bina hatte. Sie können beide gut Englisch, sind sehr offen und herzlich und schauen, dass es uns Volontären wirklich an nichts fehlt. Bina kam jeden zweiten Morgen um 6.30 Uhr ins Hostel zum Tee trinken. Ich konnte mit ihr über sehr vieles sprechen, auch über die Stellung der Frauen in Nepal und darüber, was die Nepalis über die westlichen Kulturen denken.

Nebst dem ASHA Hostel und der ASHA Schule unterstützt ASHA auch private Familien. Ich durfte Anupendra bei mehreren Familienbesuchen begleiten. Es waren sehr arme Familien, die teilweise zu siebt in einem Raum leben müssen. Die Kinder von diesen Familien haben oft einen Platz in unserem Hostel gefunden. Diese Familienbesuche waren sehr eindrücklich. Wenn man die Kinder in unserem Hostel miterlebt, vergisst man schnell, dass sie oft aus armen oder schwierigen familiären Verhältnissen kommen. Die Kinder im ASHA Hostel habe ich zumeist offen und unbekümmert erlebt.

Anupendra und Bina machen unglaublich viel für die Schule, das Hostel, die Lehrerinnen, die Volontäre - für ASHA!



Zeichnung:

Diesen nepalesischen Jungen haben wir auf unserer Wanderung zu den Gosainkundaseen angetroffen. Es war ein Moment, an den ich mich gerne erinnere. Johanna und ich sind nach einer strengen Etappe bei den Seen angekommen. Da kam dieser kleiner Junge und trank auf 4300 M.ü.M. genüsslich eine Cola.

Foto:

Bina und ich bei einem gemeinsamen Mittagessen.





## WEIHNACHTEN

Eigentlich feiert man Weihnachten in Nepal nicht, da die meisten Nepalesen Buddhisten oder Hinduisten sind. Im ASHA Hostel wird Weihnachten aber jedes Jahr auf nepalesische Weise gefeiert. Den ganzen Dezember hindurch pflanzen Anjana, die Kinder und ich diese spezielle Feier. Für die grosse Tanz- und Singshow am Weihnachtstag wurde fast jeden Tag nach der Schule geprobt.

Als es dann soweit war, die Tänze und Lieder einstudiert waren, die Kinder die schönsten Kleider angezogen haben, der Baum geschmückt war, Muffins gebacken und Momos gekocht waren, konnte die Feier am Weihnachtstag beginnen. Alle hatten Freude, alle waren aufgeregt und alle waren vor allem mit dem Essen beschäftigt. So war die Show recht spontan, mit vielen Patzern und klappte nicht halb so gut wie bei den Proben, was aber keinen von uns störte. Es war einfach eine heitere, laute und ausgelassene Stimmung. Den Abend liessen wir beim Lagerfeuer ausklingen.

Ein Weihnachten mit nepalesischer Musik und Tanz, mit Momos zum Essen und einer Palme als Weihnachtsbaum war für mich einfach neu, unvergesslich und wunderschön!





## DANKE - DHANYABAD

Ich wäre ohne das ASHA Projekt nicht auf die Idee gekommen nach Nepal zu reisen. Ich wusste nicht viel mehr über das Land, als dass es das Land vom Mount Everest ist und viele Trekkingtouristen anzieht.

Aber diese einfache Art zu leben, die Kinder und die Lehrerinnen, das ungewohnte aber doch so leckere Essen, die hohen Berge und vieles mehr hat mich begeistert. Ganz bestimmt werde ich schon bald wieder nach Nepal gehen. Ich bin sehr dankbar, dass ich die Möglichkeit hatte in diesem Land mit diesen Menschen zu leben!

## DANKE - DHANYABAD...

...Josef und Uta, der ganzen ASHA Familie, Anupendra und Bina, Johanna, Hanna und Jule, den ASHA Kindern, den Lehrerinnen, Anjana, meiner Familie und meinen Freunden,

Namaste Paula

April 2017

