



5 Monate in Nepal

Oktober 2024 - Februar 2025

Leben und Arbeit an der Asha-Primary- School in Kathmandu

Ein Bericht von Lena Brommer.

Ein paar Eckdaten zu mir:

Ich bin am 26.10.2000 in Oberkirch geboren und nach dem Abitur zum Studieren nach Berlin gezogen.

Mittlerweile habe ich das Studium abgeschlossen, wohne wieder in der Heimat und mache eine Ausbildung zur Psychotherapeutin.

Josef Erdrich kannte ich durch meinen Vater und später auch persönlich, aufgrund unseren gemeinsamen Interesse für Nepal, über das wir uns bei dem ein oder anderen Kaffee austauschten, bevor ich meine Reise antrat.

Vor einem Monat kam ich von meiner 11-monatigen Reise zurück nach Berlin. Elf Monate war ich insgesamt unterwegs. Indonesien, Malaysia, Thailand, Vietnam, Indien und fünf Monate in Nepal. Ich liebte das Gefühl umherzureisen, mich im Rhythmus jedes Landes treiben zu lassen. Diese elf Monate waren eine Zeit der bedingungslosen Hingabe, was leicht klingt und doch einen so großen Kontrast zu dem darstellte, was ich davor kannte. Doch ich traf die bewusste Entscheidung mich vom Fluss dieser Reise mitnehmen zu lassen. Ich liebte das Gefühl, in ein neues Land, in eine neue Stadt zu kommen, als würde ich in die Hände von etwas Großem und Unsichtbarem treten. Ein Ort, der mich noch nicht geformt hat, wo ich noch weich bin, ungebrannter Ton auf der Drehscheibe des Werdens.

In jedem neuen Ort sind die Straßen wie Bildhauerhände, die sanft in mein Sein greifen. Jeder Klang, jedes Gesicht, jeder unerwartete Moment ein feiner Druck, der unbekannte Linien zieht.

Ich fragte mich:

Wer wird seinen Abdruck auf meiner Oberfläche hinterlassen? Welches Gespräch wird eine Kante glätten, von der ich nicht wusste, dass sie scharf ist? Welcher Duft, welche Morgensonne wird etwas Uraltes und Ungesagtes aus mir hervorholen?

Welche Ecken dieses Ortes werden sich so tief in mich einprägen, dass sie bleiben, selbst wenn ich längst fort bin?

Welche Form ich auch annehme ich werde mich den Händen nicht widersetzen.

Ich werde mich hingeben, diesem Ort erlauben, mich zu formen, zu dem, was ich werden soll.

An dieser Stelle möchte ich auch auf meinen Film verweisen, den ich über meine Zeit in Nepal, mit meiner Super8 Kamera, gefilmt habe. Du findest den Film auf YouTube unter:

<https://youtu.be/Ur7s2ZjksYM?si=3vxGAmZiAb3EQN1s>

oder manuell unter dem Account: **lenamarion_**, Video: **“Nepal on Super8”**.

Falls du noch mehr Bilder und Eindrücke aus Nepal sehen möchtest, kannst du auch bei Instagram vorbeischauchen. Da habe ich auch viel dazu gepostet! Mein Account ist dort:

@lenamarion_

Auch möchte ich hier meinen Dank für Josef Erdrich und Anupendra Archaya aussprechen, die mir auf meinem Weg stets zur Seite standen!

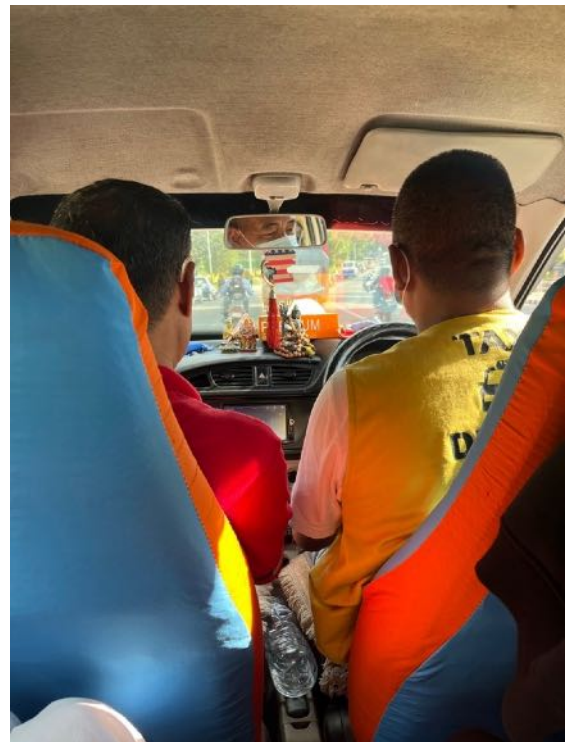
1. Oktober 2024 - Ankunft in Kathmandu

Es war Anfang Oktober 2024. Voller Sehnsucht und Vorfreude auf meine kommende Zeit in Nepal steig ich aus dem Flugzeug von Bangkok und machte meine ersten Schritte in Kathmandu, eine Stadt, die so anders von allem war, was ich kannte... so voller Leben, bunten Eindrücken, Geschichte und Kultur. Eine Stadt, die ich für die nächsten fünf Monate mein Zuhause nennen durfte.

Ich studierte zu dieser Zeit im 5. Semester Soziale Arbeit an der Alice-Salomon-Hochschule in Berlin und erhielt durch mein Studium und die Verbindung zu Josef Erdrich die Möglichkeit ein Praktikumsemester in Nepal, an der Asha-Primary-School zu absolvieren. Dadurch ging ein Traum in Erfüllung. Ein so fernes Land bereisen und es durch eigene Arbeit besser kennenlernen zu dürfen – eine solche Möglichkeit wollte ich mir nicht entgehen lassen.

Und so kam ich am 06. Oktober 2024 aufgeregt am Flughafen in Kathmandu an und bahnte meinen Weg zum Ausgang, wo Anupendra (Schuldirektor der APS) bereits auf mich wartete und liebevoll begrüßte.

Die ersten Momente in einem neuen Land bleiben mir immer besonders klar in Erinnerung. Der Rhythmus des pulsierenden Lebens, all die neuen Geräusche, Gerüche und das Murmeln einer noch unbekanntem Sprache... und so versuchte ich durch das verstaubte Taxifenster – auf meinem Weg zum Asha-Hostel – alles wahrzunehmen, während vom Monsun gezeichnete bunte Hausfassaden, wie blasse Aquarelle, verschnörkelte Tempel, Menschen in bunten Kleidern und dutzende Motorroller ratternd und hupend an mir vorbeizogen.



Nach etwa 30 Minuten kamen wir im Hostel an. Ich schulterte meinen blauen Reiserucksack, der mich schon durch so viele Länder begleitet hat und trat zum ersten Mal vorsichtig durch das eiserne Eingangstor. Dahinter warteten bereits die Schüler*innen auf mich. Aufgereiht in zwei Reihen, links die Mädchen, rechts die Jungen, dahinter die Lehrkräfte. Alle standen da, sahen mich erwartungsvoll an und ich blickte womöglich genauso zurück. Alle begrüßten, umarmten mich und hingen mir rote Schals, als Willkommensgeschenk, um den Hals. Ihre Herzlichkeit war überwältigend und, obwohl ich noch nie zuvor hier war, seit Monaten mit dem Rucksack von Ort zu Ort reiste, fühlte es sich zum ersten Mal wieder nach

Heimkommen an. Mir wurde mein Zimmer gezeigt und anschließend das erste von (hundertern) Dal Bhat serviert ☺...



2. Pokhara und Poon Hill Trek

Bevor mein Praktikum in der APS begann, hatte ich noch etwas Zeit, um mir vorher mehr von Nepal anzusehen und eine kleine Trekkung-Tour zu machen.

In den darauffolgenden Tagen lebte ich mich im Hostel ein, erkundete unsere Nachbarschaft und Thamel (ein beliebter Stadtteil in Kathmandu) und buchte mir ein Busticket nach Pokhara – von dort sollte meine erste Trekking-Tour starten.





Früh morgens begleitete mich Roshan (einer der Lehrkräfte) zur Bushaltestelle in Patan. Nach 10h und einer der ruckligsten und längsten Busfahrten meines Lebens kam ich endlich in Pokhara an, wo ich bereits durch das Busfenster die Berge am Horizont, wie ein leises Versprechen, wachsen sah.

Im Vergleich zu Kathmandu ist es hier sehr ruhig. Das kleine Städtchen liegt direkt an einem See und ist umgeben von den Bergen des Himalayas. Während die weißen Gipfel von Kathmandu aus noch sehr weit entfernt erscheinen, ragen sie sich hier über den Dächern wie eine riesige weiße Wand, die einerseits große Demut entfacht, andererseits flüsternd, herausfordernd einlädt und mein Herz mit Neugierde und Sehnsucht füllte.

Ich war in meiner Zeit in Nepal mehrfach in Pokhara und schlief jedes Mal im „*Pokhara Backpacker Hostel*“. Es liegt zentral, direkt am See, das Personal ist jung und superfreundlich

und es ist der perfekte Ort, um andere Reisende zu treffen und sich für Trekking-Touren zusammenzuschließen (Falls du, lieber Leser, liebe Leserin mal dort sein solltest – richte Anup an der Rezeption meine liebsten Grüße aus 😊). Und so schloss ich mich mit drei anderen Trekkern zusammen und startete wenige Tage danach den Poon-Hill Trek (4 Tage, 3 Nächte).

Nachdem wir in Pokhara alles für die Tour vorbereitet hatten (Trekking-Permit, Kleidung, Wasser, Medikamente, Bargeld, Snacks,...), beschlossen wir noch eine Sache von der Bucket-List zu streichen: Bungee Jumping!



An der Rezeption meines Hostels hing Werbung dafür und wir buchten uns ein Ticket.

„Bungee Nepal“ hieß die Organisation, mit der wir 120m ins Nichts gesprungen sind – falls du dir das auch vorstellen könntest 😊.

Am nächsten Morgen ging es mit Frühstück gestärkt und voller Vorfreude los. Zuerst teilten wir uns ein Taxi zum Startpunkt, von dort waren wir auf uns gestellt. Wir benutzten eine Trekking-App und Landkarten zu Orientierung, wobei die Wege auch sehr gut ausgeschildert waren.



Unterwegs traf man viele andere Trekker, ständig lief man durch kleine Dörfer und vorbei an Snack-Ständen. Aber auch über wunderschöne Hängebrücken, vorbei an Wasserfällen und Reisfeldern, während die Berge vor uns nach und nach immer größer wurden.

Pro Tag sind wir zwischen 4-6h gewandert, geschlafen haben wir immer in den Hütten – so genannten Tea-Houses – auf dem Weg. Hier funktioniert das meist so, dass man die Nacht „umsonst“ dort schlafen kann, wenn man Abendessen und das Frühstück am nächsten Tag bezahlt. Aber das ist immer individuell mit den Gastfamilien abzusprechen.





Am dritten Tag wanderten wir zum Sonnenaufgang zum Poon-Hill Aussichtspunkt. Die Sterne waren so hell, dass wir fast keine Taschenlampen benötigten... Auch wenn der Poon-Hill Trek als der leichteste Trek in Nepal gilt, empfand ich ihn doch teilweise sehr anspruchsvoll – vor allem wenn es stundenlang Treppen bergauf ging. Doch die Bilder sprechen für sich... die Aussichten waren Belohnung genug.





3. Arbeit in der Schule und Leben im Heim

Nach der Tour fuhr ich zurück nach Kathmandu. Alle Busverbindungen habe ich immer über die App „12GoAsia“ gebucht.

Die Tage begannen immer früh. Um 5:30Uhr hörte ich die Kinder bereits im Hof ihr Gebet sprechen, um 6:00 Stand ich meist auch auf. Während die Kinder morgens vor dem Frühstück bereits lernten oder ihre Hausaufgaben machten, ging ich auf das Dach des Hauses, um dort zu meditieren und Yoga zu machen. Dort verbrachte ich viel meiner freien Zeit. Man hatte Blick auf die Stadt, die Hügel und in der Ferne konnte man sogar die Himalaya Gipfel sehen. Abends sah ich mir dort auch oft den Sonnenuntergang an – es war mein kleiner Ruheort.

Gegen 7:30 Uhr trafen wir uns alle zum Frühstück. Dal Bhat natürlich. Das Essen war sowohl im Hostel, als auch in der Schule immer sehr gut, nach ein paar Monaten spürte ich jedoch die körperlichen Auswirkungen von der einseitigen Ernährung. Dreimal Dal Bhat am Tag – und das jeden Tag – das war mein Körper nicht gewöhnt. Deshalb begann ich mir irgendwann mein eigenes Frühstück zuzubereiten und kaufte mir dafür im nächsten Supermarkt ein bisschen Joghurt und von den Frauen der Nachbarschaft frische Früchte, die sie vor ihren Häusern verkauften. Dadurch sind auch schöne Begegnungen entstanden: In Patan, dem südlichen Stadtteil Kathmandus, wo ich wohnte und arbeitete, war ich die einzige weiße, europäische Frau. Ich wurde daher oft neugierig angesehen und darauf angesprochen, wo ich denn herkomme und was ich hier in Kathmandu mache. Irgendwann kannten mich die Menschen dort und grüßten mich immer freundlich, wenn ich durch die Straßen lief, oder gaben mir Rabatte, wenn ich bei ihnen Obst oder Gemüse kaufte. Auch mit den Café Besitzern des „Jabez-Café“ – wo ich viel Zeit für meine Bachelorarbeit verbrachte, züber ich in Nepal

forschte – habe ich mich angefreundet und bin manchmal noch immer mit ihnen in Kontakt ☺.

Zurück zum Tagesablauf:

Nach dem Frühstück machten sich die Kinder fertig für die Schule. Zähneputzen, Schuluniform anziehen, Schuhe polieren, Rucksack schultern und in einer Reihe im Hof aufstellen. Gegen 9:00 Uhr kam der Bus und fuhr die Kinder und Lehrkräfte zur Schule. Ich bin den Weg gerne gelaufen, da es nur ca. 15min waren und ich den Kontakt zur Nachbarschaft so genoss. Nach und nach freundete ich mich auch mit einer Gruppe von Nachbarskindern an. Sie gingen nicht zur Asha-Schule, doch jeden Tag warteten sie bereits auf mich, bis ich auf dem Heimweg an ihrem Haus vorbeilief. Wir unterhielten uns ein wenig, spielten Fußball oder tanzten zu nepalesischer Musik, die sie mir auf meinem Handy zeigten. Ab und zu kaufte ich ihnen Süßigkeiten.



Der Unterricht in der Schule begann gegen 9:30 Uhr. Jeden Tag durfte ich zwei Stunden in Klasse 3 und 4 unterrichten. Meist unterrichtete ich Englisch, Kunst oder Sport. Die restliche Zeit verbrachte ich damit den Unterricht für den nächsten Tag vorzubereiten, den anderen Lehrkräften zu helfen oder schälte Kartoffeln mit den Köchinnen in der Küche.

Nach dem Mittagessen um 13:00 Uhr ging ich meist in das bereits genannte „Jabez-Café“, um dort an meiner Bachelorarbeit zu arbeiten. Die Schule ging weiter bis 15:30 Uhr, dann wurden die Kinder von ihren Eltern abgeholt oder fuhrten mit dem Bus zurück ins Asha-Hostel.

Gegen 16:00 Uhr war ich meist auch wieder zuhause und aß mit den Kindern den nachmittags-Snack: Masala-Tea und eine kleine Süßigkeit.

Anschließend half ich bei den Hausaufgaben oder ruhte mich ein wenig in meinem Zimmer aus.

Abendessen gab es gegen 19:00 Uhr, danach machten sich die Kinder Bettfertig, sprachen ihr Abendgebet und sagte uns Lehrkräften Gute Nacht!

Trotz großer Sprachbarriere habe ich mich meist sehr wohl gefühlt. Die Herzlichkeit der Kinder war entwaffnend und meine anfänglichen Zweifel und Ängste lösten sich schnell auf. Zusammen mit den Kindern, Anupendra, den Nachbarsleuten aus Patan und den Freundschaften, die ich in Kathmandu schloss, machte sich bald ein Gefühl von „Zuhause“ breit – das ich mittlerweile sehr vermisse ☺.







4. Freizeitgestaltung

An den Wochenenden und in den Schulferien hatte ich frei. Neben dem Weiterschreiben und Forschen für meine Bachelorarbeit, nutze ich diese Zeit, um mir Kathmandu und Umgebung anzusehen. Ein paar der Orte habe ich hier dokumentiert – für alle würde das den Rahmen hier wohl sprengen... Es mag vielleicht seltsam klingen, aber am meisten genoss ich die Rollerfahrten durch die Stadt. So konnte ich unfassbar viel von dem bunten, pulsierenden Leben in allen Ecken der Stadt sehen.



1. Swayambhunath Temple:



2. Durbar Square:





3. Pashupatinath Tempel:



Auszug aus dem Beobachtungstagebuch: Kathmandu, 10. Januar 2025, ca. 17:00Uhr: Auf dem Nachhauseweg vom Besuch am Pasupatinath-Tempel:

Der Fahrtwind strich mir kühl über das Gesicht, während ich auf dem Rücksitz eines Rollertaxis, die Hände locker am Griff, durch die staubigen Straßen der Stadt fuhr. Das Wummern der Stadt – das Hupen, das Rufen, das rhythmische Knattern des Rollers – verschwammen mit einem dumpfen Hintergrundrauschen. Häuser bunt bemalt und vom Monsun gezeichnet zogen an mir wie blasse Aquarelle vorbei, denn in meinem Kopf herrschte noch die Stille des Pasupatinath-Tempels [eine heilige, hinduistische Tempelstätte in Kathmandu, zur Bestattung/Einäscherung von Verstorbenen]. Der Geruch der buttrigen Ghee-Lampen hing noch immer in meinem Haar, die rote Tikka auf meiner Stirn, die mir diese alte Frau im Tempel aufgelegt hatte, als wolle sie mir einen stillen Auftrag geben. Ein Gesicht, das man nicht so schnell vergisst. Tiefe Falten umzogen ihre eingefallenen grauen Augen. Grau wie der Rauch, der vom Flussufer des Bagmati emporsteig. Die Bilder der aufgereihten toten Körper waren in mein Gedächtnis eingebrannt, wie die rußbefleckten Mauern der jahrhundertealten Tempelgebäude. Noch immer hörte ich die Stimmen der Priester, ihr endloses Murmeln, die Schreie der Vögel und das flackernde Licht der Feuer, die Leben und Tod gleichermaßen ehren.

Plötzlich wechselte die Straße. Der Roller bog in eine andere Welt. Vor mir erstreckten sich meilenweit Wellblechdächer, lose zusammengefügt, als würde der nächste Monsun sie fortspülen. Menschen saßen dicht aneinander. Frauen kochten auf offenem Feuer. Männer schlugen Metall. Kinder balancierten auf Steinen.

Es drückte mir die Kehle zu. So viel Leben auf so wenig Raum.

Dann rollte ein Ball zwischen den Hütten hervor. Einfach, abgenutzt, ein grauer Schatten seiner selbst. Zwei Jungen rannten ihm nach. Sie lachten. Nicht leise, nicht gezwungen, sondern laut, offen, aus vollem Herzen. Für einen Moment zerschnitt ihr Lachen das Gewicht des Ortes.

Ich spürte meine Hände am Griff des Rollers kälter werden. Ich war ihnen so nah, ein paar Meter vielleicht. Aber zwischen uns lagen Welten. Ihre Armut, ihr Lachen, ihr Leben - und ich. Eine weiße Frau aus einem fernen, leichteren Leben. Ich sah zu und wusste, dass es kein echtes Dazugehören gab. Nur ein stilles Beobachten.

Der Roller fuhr weiter. Der Ball rollte zurück ins Labyrinth der Dächer. Und ich ließ die Jungen und ihren Moment des Glücks hinter mir, unfähig zu ergründen, warum ein Ort der Geburt über Glück und Entbehrung entscheiden kann, als wäre Gerechtigkeit ein ferner, verschwommener Traum.

Auszug aus dem Beobachtungstagebuch, Lalitpur Kathmandu, 12. Dezember 2025, 21:00Uhr:

Es war kurz nach acht, als wir durch die dunklen Gassen von Lalitpur liefen. Der Winter hatte die Stadt in kühle Schatten getaucht, die Luft roch nach Staub, Holzrauch und dem fernen Klang von Motorrädern. Meine beiden Schüler – Bruder und Schwester – gingen vor mir her. Sie sprachen leise, lachten manchmal, als wäre der Abend für sie ein Fest.

Ich war neugierig, freute mich sogar ein bisschen. Aber als wir das Haus betraten, blieb mir fast der Atem weg.

Von außen: ein ganz normales Haus, wie alle anderen auch. Von innen: etwas, das ich nicht erwartet hatte.

Keine Türen, nur alte Vorhänge, die matt im Luftzug schwangen. Die Wände feucht, schimmelig, überall dunkle Wasserränder. Es roch nach modrigem Mauerwerk, Staub und Essen. Die Familie - Vater, Mutter, Kinder und wohl noch Cousins oder Cousinen - lebte in nur zwei Räumen.

Im ersten standen drei Betten, aneinandergedrängt, kaum Platz zum Gehen. Die Mutter hockte auf dem Boden, kochte über einem kleinen Gasherd. Im zweiten Zimmer dasselbe: drei Betten, zwei Mädchen saßen am Boden und bereiteten schweigend Dal Bhat zu.

Eine schwache Glühbirne hing von der Decke. Das Licht war warm, aber es reichte kaum aus, um die Dunkelheit aus den Ecken zu vertreiben.

Trotz allem - oder vielleicht gerade deswegen - waren sie so herzlich. Sie lachten, freuten sich aufrichtig, mich zu sehen. Setz dich, sagten sie, iss mit uns. Ihre Gastfreundschaft war so groß wie ihr Zuhause klein war.

Und ich? Ich lächelte, redete, tat mein Bestes, um nicht zu zeigen, wie sehr mich der Anblick traf. Wie sehr mir der Kloß im Hals saß. Es tat mir so leid. Diese Enge. Diese Armut. Und doch schämte ich mich gleichzeitig. Für mein Mitleid und für das Wissen, dass ich später in mein sauberes, helles Zimmer zurückkehren würde

4. Bhaktapur:



5. Wanderungen in Nagarkot:



6. Zehn Tage in einem Buddhistischen Kloster – Kopan Monastery in Kathmandu:



5. Weihnachten

Und dann kam Weihnachten....

Bis zum 24. Dezember hatte ich von der warmen, fröhlichen, gemütlichen Weihnachtsstimmung nichts mitbekommen. Tagsüber war es noch immer sehr warm und da in Nepal die meisten Menschen Hindus oder Buddhisten sind, sah die Stadt auch unverändert aus. Dennoch fand das Fest seinen Platz an der APS. Der Tag verwandelte sich in ein buntes Schauspiel. Manche Kinder verkleideten sich als Weihnachtsmann, andere schlüpfen in schöne Kleider und führten einstudierte Tänze auf, in der Schule und im Hostel wurden manchen Schneeflocken oder Schneemänner auf die Wangen gemalt. Es erinnerte weniger an das stille Weihnachten von zuhause – eher an ein buntes Faschingstreiben. Ich liebte es, es war so voller Farben und Leben und irgendwie genau das, was ich an diesem Tag brauchte.



6. Deutschunterricht für Rabita und Deepesh

Zwei Geschwister, Rabita und Deepesh, sind ehemalige Schüler*innen der APS und haben den Wunsch bald nach Deutschland zu kommen, um hier eine Ausbildung zu Krankenpfleger*innen zu starten. Durch Anupendra wurden wir einander vorgestellt und sie baten mich um Hilfe deutsch zu lernen. Wir verstanden uns auf Anhieb sehr gut und trafen uns 1-2-mal pro Woche, lernten gemeinsam Vokabeln, lasen einfach deutsche Texte und übten Small-Talk. Auch wenn ich zuvor noch nie deutsch unterrichtet habe – und das auf höherem Niveau auch sicher nicht geschafft hätte – hatten wir immer große Freude daran die Basics der Sprache zu ergründen. Meist saßen wir dafür auf dem Dach des Hostels und während die Sonne langsam, groß und orange hinter den Hügeln verschwand, saßen wir oft noch länger mit Taschenlampen und Decken dort oben, redeten über unsere Träume und Sorgen und lachten über die oft sinnfreie deutsche Grammatik. Rabita, Deepesh und ich sind noch heute regelmäßig in Kontakt und ich freue mich schon sie bald (hoffentlich) hier in Deutschland wiederzusehen!



7. Abschied und Mardi Himal Trek

Nachdem mein Praktikum an der APS zu Ende ging und ich mich von dem schweren, beinahe schmerzhaften Abschied erholt hatte, blieb noch etwas Zeit. Genug, um noch ein letztes Mal den Rufen der Berge zu folgen, bevor meine Reise mich weiter nach Indien tragen sollte. Die Monate in Kathmandu waren wie im Flug vergangen und doch hatte jede Stunde ihre Spuren in mir hinterlassen. Der Abschied traf mich wie eine Welle, gegen die ich machtlos war. Ich hatte die Kinder, Lehrkräfte, Nachbarn und meine neu gewonnenen Freunde hier tief ins Herz geschlossen. Und so fühle sich jeder Schritt in die Ferne, wie ein schweres Lebewohl an, obwohl ich wusste, dass es an der Zeit war für mich weiterzuziehen. Ich

schwankte hin und her zwischen der Vorfreude auf meine nächste Trekking-Tour und die bevorstehende Zeit in Indien und dem zarten Wehmut, der sich wie ein Schleier um mein Herz legte. Es war dieses eigenartige Gefühl aus Trauer und Dankbarkeit, das aufkommt, wenn etwas sehr Schönes, sehr Besonderes zu Ende geht.

Zusammen mit meinem Freund Dipen, den ich aus der Nachbarschaft kannte und dessen Eltern hier eine Bäckerei führten, kauften wir für alle 180 Kinder der Schule Kekse. Für die Kinder und Lehrkräfte kaufte ich eine Torte – ein letztes, süßen Zeichen der Dankbarkeit, ein letztes Zusammenkommen, bevor sich unsere Wege trennen sollten.

An meinem letzten Tag in der Schule durfte ich eine kurze Rede vor allen Schüler*innen und Lehrkräften halten, in der ich mich bei allen bedanken konnte. Bei den Lehrer*innen, dass sie mich so herzlich in ihre Arbeit und ihr Leben aufnahmen, den Köchinnen, die jeden Tag stundenlang frisches Essen zubereiteten und mich mit Masala-Tea versorgten, Anupendra, mit dem ich unzählige tolle Gespräche führen durfte und natürlich den Kindern, deren Lachen, Wärme, gute Nacht Küsschen, Tänze und Geduld mir mein Herz öffneten. Denn eigentlich... war ich nicht die „Lehrerin“, sondern vielmehr die Schülerin hier!

Ich schrieb Abschiedskarten für meine Freunde, für Anupendra, für die Hostel-Kinder und für die Jabez-Café Besitzer und kaufte den Nachbarskindern ein letztes Mal Schokolade und tanzte mit ihnen vor ihrem Haus.





Allen künftigen Volontär*innen, die ihren Weg an die APS finden, möchte ich nur ans Herz legen: Sehr in jedem Tag das Einzigartige, auch dann, wenn sich der vermeintliche Alltag eingeschlichen hat. Sprecht mit den Menschen, geht auf sie zu, lernt die Basics der Sprache. Ob in der Schule, in der Nachbarschaft, beim Erkunden der Stadt,... fragt nach ihren Geschichten, lauscht ihren Träumen und spürt die stille Magie, die sich in den Ecken dieser Stadt verbirgt.

Und vergesst nicht euch zu verabschieden – von den Kindern, von der Stadt, von diesem wunderschönen Land und von der Version eurer selbst, die ihr hier hinterlassen werdet.

Eine letzte Trekking-Tour:

Ich fuhr also ein letztes Mal nach Pokhara, um dort meine letzte Trekking-Tour zu starten. Ich blieb – wie immer im „Pokhara Backpacker Hostel“ und wollte zusammen mit Anup (einem Freund, den ich bereits von der Rezeption kannte), planmäßig den 14-Tage Trek „Anapurna Circuit“ beginnen.

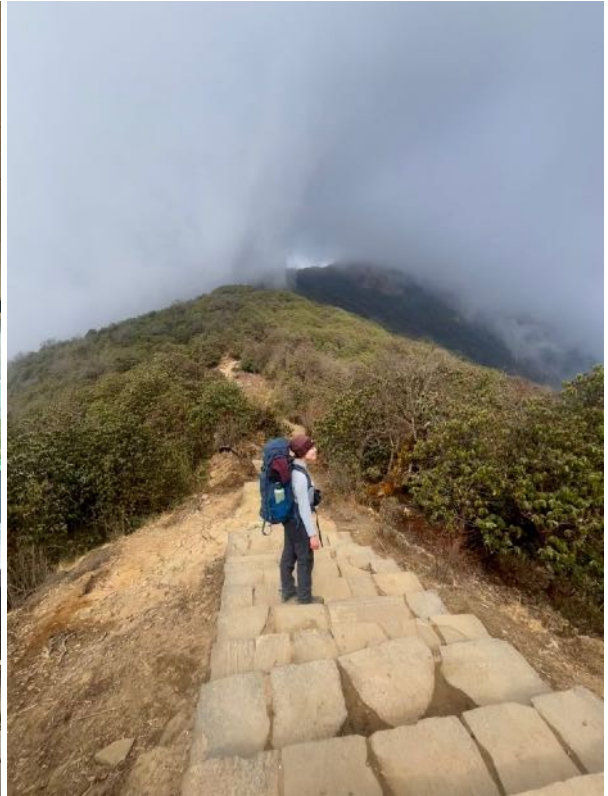
Leider hatte ich zu diesem Zeitpunkt meine dritte Lebensmittelvergiftung und war körperlich sehr schwach, sodass auch die Ärzte mir abrieten eine solch anspruchsvolle Tour auf 5.500m auf mich zu nehmen. Dort oben wäre hätte mir niemand helfen können. Ich war natürlich sehr niedergeschlagen und überlegte mir tatsächlich die Tour trotzdem zu machen. Nach einem weiteren Krankenhausbesuch war jedoch klar: ich muss mich erst ausruhen und wieder zu Kräften kommen. Also blieb ich ca. eine Woche im Hostel und ruhte mich aus.

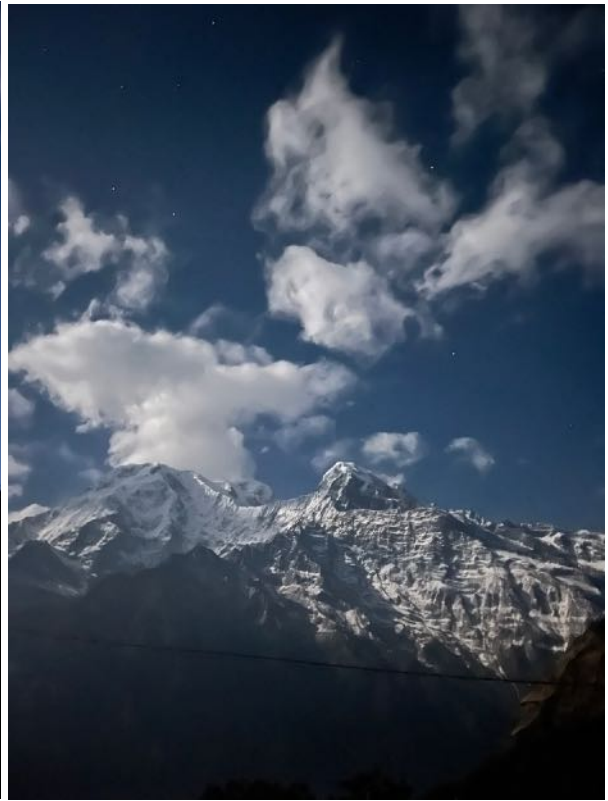
Bei meiner ersten Lebensmittelvergiftung war ich noch im Hostel in Kathmandu, und hatte zum Glück große Unterstützung von Anupendra, Didi und Roschan, die mich zum Krankenhaus begleitet, für mich übersetzt oder mich mit Suppe versorgt haben.

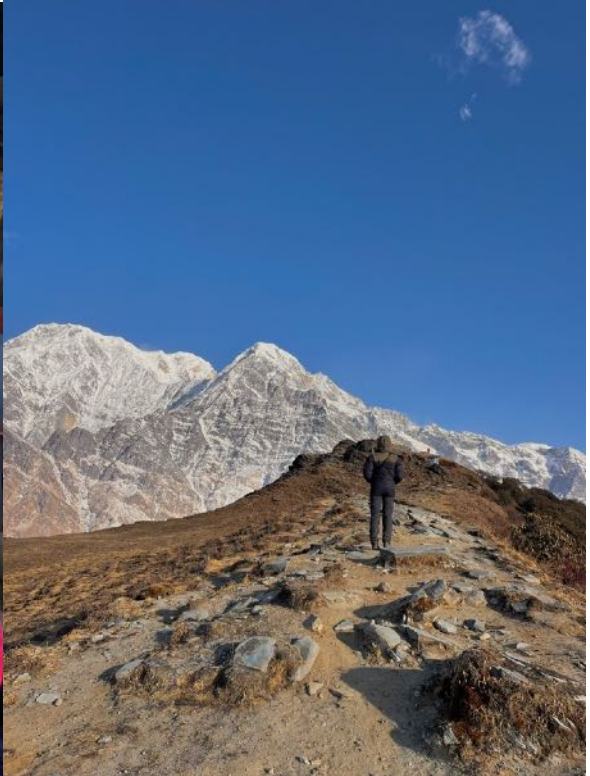
Anschließend war nicht mehr genug Zeit für eine 14-Tage Tour, also entschlossen wir (Anup und ich) und für den Mardi-Himal Trek, welcher nur 4-5 Tage gehen soll.

Wie auch beim ersten Trek besorgten wir uns die Permits, Verpflegung und starteten die Reise wenige Tage danach:









Auf dem Rückweg nach Kathmandu habe ich noch für ein paar Tage im Chitwan-Nationalpark verbracht:



Vielen Dank fürs Lesen!

