

Bericht über eine Kulturrundreise im Herzen Nepals vom 11.11.17 – 26.11.17

Anlässlich des Bestehens der **Kinderhilfe Nepal e. V. Mainz** beschloss der Verein vor weit über einem Jahr, dem von ihm betreuten und finanziell unterstützten Kinderheim Parizat Nestling Home (PNH) in Kathmandu einen Besuch abzustatten und diesen Besuch mit einer 14-tägigen Kulturrundreise im Herzen Nepals zu verbinden. Aus dieser Kulturrundreise ist eine faszinierende und unvergessliche Nepalreise geworden.

Als meine Frau und ich vor fast eineinhalb Jahren von Mettmanner Freunden eingeladen wurden, an dieser Reise teilzunehmen, sagten wir spontan zu und hatten damit die einmalige Gelegenheit, einen lang gehegten Traum, Nepal zu besuchen und den Himalaja einmal mit eigenen Augen sehen zu können, in die Tat umzusetzen. Mit großer Dankbarkeit gegenüber dem Verein, besonders aber auch gegenüber dem Leiter des Kinderheims, Herrn Singh B. Moktan, seiner Frau und seinem Hausteam und ganz besonders natürlich gegenüber den im Heim wohnenden Mädchen, die uns so großartig empfangen und uns ihr Können gezeigt haben, möchte ich diesen Bericht schreiben.

Ich dachte, diesen Bericht nicht chronologisch dem jeweiligen Tagesablauf entsprechend abzufassen, was den Rahmen des Berichts sprengen würde, sondern unter folgenden drei Erlebniskreisen anzugehen.

1. Erlebniskreis: „**Namasté**“

2. Erlebniskreis: **Hinduistische und buddhistische ‚Weltdeutung‘** in Nepal

3. Erlebniskreis: **Landschaft und Natur** in Nepal

4.

1. Erlebniskreis: „**Namasté**“

Leider beherrsche ich die Sprache Nepali nicht, aber trotzdem ahne ich den Bedeutungsinhalt dieses Klangwortes „**Namasté**“. Im Reiseführer las ich: Namasté = Guten Tag / Auf Wiedersehen (besonders höflich). Als aber unsere Reisegruppe (23 Personen) am Sonntagnachmittag (12.11.) nach unserer Landung von einer Mädchenschar des o.g. Kinderheimes begrüßt wurde, wurde jeder Person einzeln dieses „**Namasté**“ mit einer leichten Verbeugung und mit wie zum Gebet zusammengelegten Händen ‚zugesprochen‘.

„**Namasté**“ – da klingt mehr mit als nur ein sprödes Guten Tag oder Auf Wiedersehen. Kein ‚Wort‘ habe ich so oft gehört wie dieses „**Namasté**“, immer untermalt mit leichter Verbeugung und in Gebetshaltung. Es sagt mir: *„Ich habe Achtsamkeit vor dir und ich verneige mich vor dir als einem Gast dieses Landes, dieses Hauses, der etwas Göttliches und Unantastbares in sich trägt.“* (Gebetsgestus)

Inzwischen habe ich mich etymologisch kundig gemacht: „Nama“ bedeutet verbeugen, „as“ heißt ich und „te“ meint du. So höre ich in diesem unvergesslichen

Wortklang „**Namasté**“: *„Ich verbeuge mich vor dir – du hörst mein Wort und nimmst meinen Gestus wahr. In der Sinntiefe unserer Existenz ahnen wir das Göttliche (Atman). Deine Würde ist auch meine Würde – das macht uns unantastbar.“*

Herr Moktan, seine Frau, jedes einzelne Mädchen, jeder Angestellte eines Hotels, eines Geschäfts, jede Frau auf dem Markt, jeder Wächter im Tempel, im Museum etc. sprach mir dieses „**Namasté**“ zu mit einem konstanten wohltuenden Klang. So hörten und sahen wir gleichsam dieses „**Namasté**“ bei unserem Besuch des Kinderheims am 4. Tag unserer Reise.

Ich möchte diesen 4. Tag nicht im Detail nachzeichnen, aber exemplarisch das Tun der Mädchen hervorheben. Die 60 Mädchen im Alter von 6 bis 16 Jahren, die uns mit ihren Tänzen aus hinduistisch-buddhistischer Tradition, mit ihren wie kleine Göttinnen geschminkten Gesichtern und ihren farbenprächtigen Gewändern so in ihren Bann zogen, entwickeln m. E. im Tanz, im Erlernen von Sprachen, einschließlich Sanskrit, in der Aneignung von vielen Handwerkskünsten ein tiefes Selbstvertrauen und eine ansteckende Lebensfreude. – Alle 23 Teilnehmer dieser Kulturrundreise spürten am Abend dieses Besuchstages den umfassenden Bedeutungsklang von „**Namasté**“. Für viele von uns durfte es nicht bei diesem einen Besuchstag bleiben (s.u.). Dass wir alle bei der ersten Begrüßung einen Schal erhielten und eine kleine bronzene Figur eines Shiva, eines Vishnu oder eines Buddha, untermalte die Bedeutungsdimension von „**Namasté**“. Als die größeren Mädchen neben ihren Tänzen auch noch ihre Karate-Übungen zeigten – sie hatten bereits in dieser Kampfsportart mehrere überregionale Preise gewonnen, kam mir der Gedanke, dass diese Mädchen einmal ihre Zukunft selbstbewusst selbst in die Hand nehmen würden entgegen aller kulturbedingten Rollenzuweisung der Frau in Nepal. Brigham Young hat recht: *„You educate a man, you educate a man. You educate a woman, you educate a generation.“* –

Immer, wenn wir uns in das Verkehrschaos von Kathmandu begaben, sei es zu Fuß durch die engen Gassen, durch die mehr Mopeds fahren als Fußgänger gehen, sei es mit dem Bus oder mit einem Taxi, wunderten wir uns über die Freundlichkeit der Menschen. Ohne Ampel, fast ohne jede Verkehrspolizei, regelte sich der Verkehr, wie von Geisterhand gesteuert. Non verbal mit einem kleinen Wink oder einem winzigen Fingerzeig gewährte man sich die Vorfahrt. Während unser Bus an einem entgegenkommenden Bus vorbeifuhr, lächelten uns die Menschen durchs Fenster an. Die gleiche Erfahrung machten wir auf der Hauptverkehrsader Nepals von Ost nach West. Jede enge Kurve zwang die LKW-Fahrer, Meter für Meter selbst zu regeln, wie man aneinander vorbeikommen konnte, wobei die entstehenden Lücken auch noch von durchhuschenden Mopedfahrern ausgenutzt wurden. Kein lautes Wort, kein Wutausbruch, sondern ein Lächeln, ein Fingerzeit oder ein Wink aus dem Seitenfenster. Ich habe in den zwei Wochen nicht einen Unfall auf den zum Teil unasphaltierten Straßen gesehen. Immer wieder dachte ich an den Klang von „**Namasté**“ oder auch an Buddhas Lehre vom achtfachen Weg, dessen 7. Variation lautet: *„Rechte Achtsamkeit.“* Allein diese Erfahrung macht Nepal zu einem faszinierenden und bewundernswerten Land, erst recht, wenn man sich bewusst macht, dass in Nepal 28 Millionen Menschen in 23 unterschiedlichen Ethnien mit je eigener Sprache wohnen. In jahrhunderte-langer Selbstbehauptung lebten und leben

die Nepali ‚eingerahmt‘ zwischen Tibet, China und Indien und haben eine Religionskultur entwickelt, die hinduistisch und buddhistisch zugleich ist.

2. Erlebniskreis: Hinduistisch-buddhistische Weltdeutung im Spiegel der Pagoden und Stupas in Nepal

Unser Reiseleiter, Herr Sushil Kumar Kshatri, war ein ausgesprochener Glücksfall für unsere Reisegruppe, nicht nur, weil er ein am Goetheinstitut erlerntes gutes Deutsch sprach und genaueste Kenntnis in hinduistischen und buddhistischen Mythologien besaß und die Ätiologien aller von uns besuchten Tempel und Stupas zu erzählen verstand, sondern auch, weil alles in ihm von einem tiefen Humor geprägt war und er uns alle nach wenigen Stunden mit Vornamen kannte und ansprach. Ich erfuhr von ihm, als ich ihn nach der Bedeutung seines Namens fragte, dass „sush“ gut heißt und „il“ Charakter bedeutet; Sushil also mit „guter Charakter“ zu übersetzen ist. Er schaute mich bei dieser Erläuterung humorvoll lächelnd an. – Da eine chronologische Aufzählung aller hinduistisch-buddhistischen Tempel und Stupas den Rahmen dieses Berichtes sprengen würde, möchte ich exemplarisch einige Besichtigungen besonders hervorheben. –

Für einen gläubigen Hindu ist die Welt nur verstehbar in einer „Rita“, in der rechten Korrespondenz zwischen dem Diesseits und dem Jenseits, zwischen der Alltagswelt und dem Unverfügbaren, zwischen Erde und Himmel, zwischen existenzieller Vorläufigkeit und unauslotbarer Sinntiefe. So wundert es nicht, dass es kaum eine Straße, eine Kreuzung oder einen Marktplatz in Kathmandu oder anderswo gibt, wo nicht ein Shiva-, ein Vishnu-, ein Ganesha-Tempel oder eine meist große, den Stadtteil beherrschende buddhistische Stupa steht. Wir alle waren erstaunt, wie viele Tempel nach dem verheerenden Erdbeben von 2015 wieder aufgebaut waren und wie oft an den abgestützten Pagoden das Hämmern der Nerwa (einer Volksgruppe, deren Handwerker und Künstler schon seit Jahrhunderten die wunderbaren Holzschnitzereien an den Fenstern und Dachträgern der Tempel durchführen) zu hören war. – Nach einem ersten Besuch der Altstadt Kathmandus und des Durbar Square, des ehemaligen Königspalastes besuchten wir Swayambunath, eine buddhistisch-hinduistische Tempelanlage, die auf einem Hügel liegt und ganz Kathmandu beherrscht. Die dort lebenden Affen hatten mir zwei Äpfel, die an meinem Rucksack hingen, sofort stibitz. Man erreicht den Hügel über eine lange Treppe, geht an vielen Gebetsmühlen vorbei, in denen sich auf Papier geschriebene Mantras befinden, die die Gläubigen in eine Drehung versetzen – Symbol eines wortlosen Wortes an den vergöttlichten Buddha, dessen Stupa mit den 13 sich verjüngenden goldenen Ringen auf der Spitze wie ein Turm den gesamten Hügel überragt. Die Stupa zeigt Buddha, der in alle vier Himmelsrichtungen schaut, nach Norden, Süden, Westen und Osten ist er identisch symbolisiert. Man sieht zwei Augen (keine Ohren), auf der imaginären Stirn ein drittes Auge, das die Weisheit symbolisiert und eine Nase, die aber keine Nase ist, sondern ein „ek“, eine stilisierte in Nepali geschriebene 1.

Für mich symbolisiert dieses ‚Gesicht‘ eine sich meditativ erschließende Einheit des Kosmos. Auf vielen Mandalas ist in ganz Nepal dieses ‚Stupa-Bild‘ als Tiefen-Mitte zu sehen. Buddhistisch gedeutet, entzieht sich Buddha jeder Berührung und jeder

Anbetung, sein Weg erfüllt sich im Nirvana, in der absoluten ‚Leidlosigkeit‘; Buddha verweist auf den Weg, das Gehen dieses Weges überlässt er den Menschen. Hinduistisch gedeutet, ist Buddha eine Inkarnation von Brahma. So pilgern gläubige Hindus ebenso wie Buddhisten zu dieser über Kathmandu wachenden Stupa, die von Gebetsfahnen umgeben ist, wie an ganz vielen Orten im Land. Die kleinen Gebetsfahnen sind fast immer in der Reihenfolge folgender Farben angeordnet: Das Weiß steht für den Himmel, das Blau für die Luft, das Gelb für die Erde, das Grün für das Wasser und das Rot für das Feuer. Da das Nepali-Wort ‚swayambu‘ soviel bedeutet wie ‚das aus sich selbst Entstehende‘, sah ich hier eine spirituelle Integration des ‚Unverfügbaren‘ in beiden Nepal prägenden Religionen. Bei unseren weiteren Besuchen der beiden weiteren Königstädte Patan und Baktapur machten wir ähnliche interreligiöse Entdeckungen zwischen Hinduismus und Buddhismus, so dass wir oft rätseln mussten, ob wir uns in einem Hindu-Tempel oder in einem Buddha-Heiligtum befanden. Die in Jahrhunderten in Nepal gewachsene Integration hinduistischer und buddhistischer Weltdeutung ist ein Spezifikum Nepals, das erheblich zu einem friedlichen Miteinander der vielen Ethnien beiträgt.

Das Neydo-Kloster im Mittelgebirge südlich von Kathmandu, wo wir im Klosterhotel für zwei Nächte blieben, erschien uns nach dem Lärm und dem schmutzig-gelben Staub von Kathmandu (ein Großteil der einheimischen Bevölkerung trug ständig Mundschutz) wie eine Oase, wie ein Meditationsort zum Auf- und Durchatmen. Unsere zweistündige Teilnahme an einer Meditationseinführung durch einen Mönchslehrer und seinen Schüler, der uns die Ausführungen seines Meisters ins Englische übersetzte, ließ mich an Buddhas Lehre von ‚den vier Wahrheiten und den achtfachen Weg‘ denken. Der entspannte Lotos-Sitz der beiden Mönche fand unsere Bewunderung; uns hätte er erhebliche Schmerzen bereitet und war einfach nicht nachvollziehbar, was beide wohlwollend tolerierten.

Ein weiterer Höhepunkt im Erlebniskreis hinduistisch-buddhistischer Weltdeutung war m. E. der Besuch und die Beobachtung einer Verbrennungszeremonie in Pashupatinat, einer riesigen Tempelanlage des Gottes Shiva, der als Gott der Zerstörung und zugleich der Erneuerung gilt. Wir beobachteten die Einäscherung eines Familienvaters von der gegenüberliegenden Seite des Bagmati-Flusses aus, an dem der Tempel Pashupati liegt. Ich verzichte hier im Bericht auf Detailbeschreibung, sondern äußere nur meine Gedankenwahrnehmungen. Die Verbrennung eines Verstorbenen am Shiva-Tempel bedeutet für den Hindu, die ‚Seele‘, das ‚Innerste‘, ‚Atman‘ freizusetzen ins Samsara, in den ewigen Seelenkreislauf, in die Ermöglichung einer neuen Reinkarnation. Im Platzen des Schädels während der Verbrennung hört ein Hindu gleichsam den Befreiungsvorgang der ‚Seele‘. Ich dachte an das mittelalterliche Bildwort: „Media vita in morte sumus“ – „mitten im Leben sind wir vom Tod umfassen“. Die selbstverständliche Hineinnahme des Todes in den Lebensvollzug vor aller Augen hatte etwas Beeindruckendes und machte einige von uns nachdenklich und ließ nach der Erinnerungskultur in unserer eigenen sgn. westlichen Welt fragen. – Ich erfuhr noch, dass während der Verbrennung Shiva selbst nach Hindu-Glauben dem Verstorbenen ein Mantra ins Ohr flüstert.

Es ließe sich noch eine Fülle von Eindrücken aus der hinduistisch-buddhistischen Kultur erzählen; nur auf eine immer wiederkehrende Symbolik möchte ich noch

aufmerksam machen. An allen Pagoden verlief von der Spitze bis zum untersten Dachvorsprung ein breites vergoldetes Band, auf dem die Götter vom Diesseits ins Jenseits und umgekehrt schreiten konnten. Die ‚Rita‘, die rechte Korrespondenz zwischen ‚hier‘ und ‚dort‘, zwischen ‚oben‘ und ‚unten‘, Alltag und Unverfügbarem wird für den Hindu in jedem Tempel präsent. Es gibt keinen Bereich des Lebens, in dem nicht eine Inkarnation (Awatar) von Brahman, Shiva oder Vishnu ‚zuständig‘ wäre. Hierzu gehören auch die erotischen Spiele, die auf die schrägen Dachbalken eingeschnitzt sind, die das unterste Dach der Pagoden abstützen. Richtig wahrnehmbar werden diese erotischen Fantasien, wenn man sie mit der Kamera ‚heranzoomt‘.

3. Erlebniskreis: Landschaft und Natur in Nepal

Dass in den zwei Wochen unserer Nepalreise ständig die Sonne schien und wir bei sommerlichen Temperaturen unsere Exkursionen und Wanderungen machen konnten, war ein Geschenk des Himmels. Ein einstündiger Rundflug am 4. Tag mit der Air Buddha von Kathmandu aus bleibt für alle Reiseteilnehmer, die sich diese Möglichkeit nicht entgehen ließen, unvergesslich, zumal die überaus freundlichen Stewardessen uns einzeln die ‚Achttausender‘ der Himalaja-Kette zeigten, vom Mount Everest im Osten mit dem vorgelagerten Lhotse bis zum Langtang-Massiv im Norden von Kathmandu. Dass wir einzeln auch noch ins Cockpit der Propellermaschine eintreten durften, war eine besondere Überraschung und ließ mich im Anblick der Berge an den Schöpfungspсалm, Ps 8, denken, den ich am liebsten gesungen hätte.

In besonderer Erinnerung wird uns auch die Wanderung über das Haatiban Resort bis zum Aussichtsgipfel Champa Devi (2287m) bleiben, den wir über 1364 Treppenstufen erklettern mussten bei einem Höhenunterschied von 800m. Beim Aufstieg hatten wir ständig den Himalaja auf der rechten Seite vor Augen mit dem Ganesh-Himal, dem Langtang-Massiv und dem Manaslu und auf der linken Seite die Mittelgebirgslandschaft südlich des Kathmandutales mit ihren Reisterrassenfeldern. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass uns der Himalaja emotional noch tiefer berühren könnte. Aber unsere Fahrt nach Nagarkot (2175m) mit einer Übernachtung im dortigen Panoramahotel ließ uns den Sonnenuntergang über dem Himalaja-Hauptkamm und den Sonnenaufgang über den Bergspitzen des Himalaja erleben. Ich dachte, wenn jemand im Laufe seines Lebens das Staunen verlernt hat, hier müsste er es zurückgewinnen, was sich im Schweigen aller spiegelte, als sich die schneeweißen Bergspitzen in der Morgensonne zeigten. Diese tiefen Überwältigungen wiederholten sich, als wir am 13. Reisetag am frühen Morgen vom Aussichtspunkt Sarangkot oberhalb von Pokhara den Macchapuchare (6997m) im Sonnenlicht leuchten sahen und die westliche Bergkette des Himalaja bis zum Daulagiri (weißer Berg) bestaunten.

Unvergessen bleibt die lange Busfahrt nach Pokhara, auf der o.g. Ost-West-Verbindung. Wir sahen Frauen auf den Flachdächern der kleinen Bauernhäuser beim Dreschen von Hirse, beim Trocknen von Mangoldblättern und beim Wenden von Reis-, Maiskörnern und Kichererbsen, die sie mit nackten Füßen von Zeit zu Zeit hin- und herschoben. Unvergessen bleibt auch der Besuch von Bandipur, einer ehemaligen Handelsstadt (1030m) der Nerwa, wo wir in einem Hotel übernachteten, dessen Fenster und Türen geschnitzte Ornamente schmückten. Bei der

Verabschiedung am Morgen erhielt jeder einen Schal und eine ‚Tika‘, einen roten Segenspunkt auf die Stirn gedrückt mit dem Zuspruch ‚Namasté‘. Ein anstrengendes Erlebnis auf der Fahrt nach Pokhara war der Besuch der Siddha-Höhle, die einige von uns an die Grenze der Belastbarkeit führte. Wohltuend und äußerst erholsam war unsere kleine Bootsfahrt auf dem herrlichen Begna-See in der Nähe von Pokhara.

Der Rückflug von Pokhara nach Kathmandu erlaubte uns noch einmal einen langen Abschiedsblick auf die Himalaja-Kette. Der Nachmittag dieses vorletzten Tages in Kathmandu war Bodhnat gewidmet mit der wunderbaren Stupa, die am Abend angestrahlt war und an die Stupa von Swayambunath erinnerte. Mich faszinierte der Besuch einer Mandala-Mal-Schule dort, die ahnen ließ, was Buddha mit der 8. Variation des achtfachen Weges meinte, ‚Rechtes Sich-Versenken‘, als ich mich auf die Tiefe der Bildmitte der Mandalas gedanklich einzulassen suchte. Das feierliche Abendessen im Restaurant gegenüber der Stupa und die Verabschiedung unseres Sushil bleiben emotional unvergessen.

Am Vormittag unseres Abflugtages fuhren 14 Teilnehmerinnen/Teilnehmer unserer Reisegruppe noch einmal zum Kinderheim, um mit den Mädchen dort zu basteln. Die Begeisterung, mit der sich die Kinder auf ganz unterschiedliche kreative Bastelformen einließen, war ansteckend und ließ noch einmal das ‚Namasté‘ in seiner Bedeutungsbreite erfahren. Herr Moktan und seine Frau ließen es sich nicht nehmen, uns mit einem köstlichen Mittagessen zu überraschen.

Ich verbinde mit meinem Bericht, der vielleicht ein wenig meine Begeisterung für Nepal dem Leser zu verdeutlichen vermag, die Hoffnung, dass der Verein Kinderhilfe e.V. Mainz noch viele neue Mitglieder gewinnt und langfristig breite Unterstützung erfährt, so dass den Mädchen im Parizat Nestling Homes (PNH) auf lange Zeit eine positive Zukunft ermöglicht wird in einem selbstbestimmten Leben.

Nepal ist ein wunderbares Land!

Mettmann, den 09.12.17

Gregor Beckers

Samstag, 25. November, letzter Tag unserer Nepal-Reise

Auf Anregung von Ulrike Siebel, besuchte etwa die Hälfte unserer Reisegruppe zum 2. Mal das Heim für Mädchen „Parizat Nestling Home“, um mit den Kindern zu basteln und zu singen – kurz, einfach noch einmal ein bisschen Freude zusammen zu haben.

Der Samstag ist ihr einziger freier Tag in der Woche, vergleichbar mit unserem Sonntag, wo sie die Möglichkeit haben, eine von dem straff geregelten Alltagsgeschehen kleine Auszeit zu nehmen. Henny Bierhoff-Weiß organisiert unser Kommen in Absprache mit Mr. Moktan, dem Leiter des Kinderheims und bereits um 10.30 Uhr werden wir erwartet von einer großen Kinderschar (4-16 Jahre).

Wir stehen im Kreis und Gregor stimmt den fröhlichen Kanon „Viel Glück und viel Segen...“ an, dem alle Kinder gebannt lauschen... und werden gleich erneut zu einer Wiederholung desselben aufgefordert.

Begeisterung, wie man sie bei uns in Deutschland gar nicht mehr kennt!

Die folgenden 2 Stunden sind gefüllt mit interessiertem, emsigen Tun, 6-er Grüppchen arbeiten mit großer Freude und ebensolchem Improvisationstalent an mehreren Tischen unter unserer Anleitung: Es werden wunderschöne bunte Bilder aus Wachsmalkreiden-Untergrund ausgekratzt, Sterne gefaltet, lange Ketten aus Goldpapier zusammengefügt, gemalt unter fachkundiger Einführung von Ulrike, Himmel-und Hölle Gefaltetes mit Perlen dekoriert und zu länglichen Hängemobiles umgewandelt.... ..und sofort mit allen entstandenen Kunstwerken die Fenster weihnachtlich geschmückt-wunderschön!

Die Zeit verging viel zu schnell, als wir zum Lunch gerufen werden.

Ein Lied zum Abschied in einem großen Kreis, Hand an Hand – und eine stürmische Auflösung desselben!!!

Schön war's für alle.

Wie gerne würde man so etwas öfter wiederholen, wenn Nepal doch nur ein kleines bisschen leichter zu erreichen wäre.

„Wann kommst du wieder?“, hören wir immer wieder und es tut fast ein klein wenig weh, weil es keine genaue Antwort darauf gibt.

Alle Mädchen stehen wieder da, als es darum geht, uns zu verabschieden. In wenigen Stunden geht unser Flug ab Kathmandu.

Es lohnt sich weiterzumachen und die Kinder nicht zu vergessen.

Heide Braun