

DOLPO TREKKING

vom 22. 09. bis 19. 10. 2010 - 28 Tage - 18 Trekking - Tage

Reisebericht von Klaus Teuchert

Das **Dolpo** (auch **Dolpa**) ist eine sehr abgeschiedene und hoch gelegene Region im Nordwesten Nepals, die an Tibet grenzt und in der es keine Straßen gibt.

Das Gebiet liegt im Himalaya, die Siedlungen befinden sich in einer Höhe von 2.300 bis über 4.300 Metern. Begrenzt wird Dolpo in allen vier Himmelsrichtungen von über 6.000 Meter hohen Bergketten. Im Süden stößt es an die Dhaulagiri-Kette.

Aufgrund der Höhenlage lässt sich die Region in das **Untere Dolpo** im Süden und das nur über Pässe erreichbare obere Dolpo im Norden unterteilen. Das untere Dolpo besitzt mit Juphal einen Landeplatz für kleine Propellermaschinen und mit Dunai den Verwaltungssitz. Hier gibt es kleinere Geschäfte, Strom, Mobilfunknetze, Fernsehgeräte. Die nepalesische Bevölkerung bildet die Mehrheit.

Im abgeschiedenen, jenseits der Himalaya-Hauptkette liegenden **Oberen Dolpo** (auch inneres Dolpo genannt) verteilen sich die rein tibetischen Bewohner, die Dolpo-Pa, auf nur wenige Siedlungsgebiete. Ihre Zahl wird mit 7.000 angegeben. Von Dunai ist das obere Dolpo nur zu Fuß in vier bis fünf Tagesmärschen über 5.000 Meter hohe Pässe zu erreichen. Dieses Gebiet gehört größtenteils zum **Shey Phoksundo National Park**, der seinen Namen von dem durch einen Erdbeben aufgestauten See Phoksundo hat, der mindestens 145 Meter tief ist.

Das Dolpo ist ein sehr arides Gebiet, d. h. die potentielle Verdunstung übersteigt den Niederschlag dieser Region. Dies hat eine sehr niedrige Luftfeuchtigkeit zur Folge. Es wird vom Sommermonsun kaum berührt. Deswegen gibt es eine lange Trockenperiode von September bis Mai. Die Vegetation reicht von lichten Wäldern über alpine Matten bis zu wüstenhaften Steppen in den hochgelegenen Gebieten. Die Siedlungen liegen häufig an Flüssen, die zur Bewässerung der terrassierten Felder dienen. Angebaut wird meist Gerste sowie etwas Buchweizen und Gemüse. Da der Anbau für die Ernährung nicht ausreicht, spielt neben der Viehzucht (Yaks, Schafe, Ziegen, Pferde) der Tauschhandel eine große Rolle.

Verwaltungsgliederung

Der nepalesische Verwaltungsdistrikt Dolpa hat eine Größe von 7.889 km² und etwa 30.000 Einwohner. Er liegt in der Mittelwest-Region und gehört mit vier weiteren Distrikten zur Zone Karnali. Dolpa wird im Osten vom ehemaligen Königreich Mustang, im Süden von den Distrikten Myaghdhi, Rukum und Jajarkot sowie im Westen von den beiden Distrikten Jumla und Mugu umgeben. Im Norden grenzt die Region an das Autonome Gebiet Tibet der Volksrepublik China.

Dolpo gehörte entsprechend seiner geographischen Lage bis in das 18. Jahrhundert zu westtibetischen Königs- und Fürstentümern. Deswegen ist das Gebiet stark tibetisch und vom Buddhismus geprägt. Im 16. Jahrhundert wurde Dolpo eine Provinz des Königreichs Mustang und verblieb dort, bis es 1769 durch Annexion der Gurkha-Könige zu Nepal kam. Bis 1993 war das innere Dolpo Sperrgebiet und kann erst seitdem von Ausländern besucht werden.

Quelle: Wikipedia

Wir sind diesmal 13 Nepal- und Bergfreunde aus Sachsen, meist aus Chemnitz, Dresden und

Umgebung, viele kennen sich bereits, die Neuen werden schnell in die Gruppe integriert. Unter uns befinden sich 8 Bergsteiger, die sich als Ziel die Erklímmung dreier ca. 6000 m hoher Berggipfel im Unteren Dolpo vorgenommen haben, die „Dolpo Triple Expedition“ von Ingo Röger.

Den **Treck ins Obere Dolpo** habe ich als Reiseveranstalter von **Adventure Geo Treks Deutschland** organisiert.

Die Expedition haben Ingo und seine Kletterfreunde vor Ort in Kathmandu organisiert, bei unserem langjährigen guten Freund und Trekkingveranstalter Niru Rai und seiner **Adventure Geo Treks**.

21. 09. Gegen 22 Uhr 30 kommt Uwe mit dem Taxi aus Burgstädt zu mir nach Hause in Chemnitz.

22. 09. 0 Uhr 30 fahren wir mit dem Sixt-Leihwagen Marke VW Golf Kombi, den ich am gestrigen Nachmittag abgeholt hatte, zum **Hauptbahnhof Chemnitz**. Wir treffen Anke Fiedler und Kerstin Hoppman aus Dresden. In 4 Std. fahre ich mit ihnen zum **Flughafen Frankfurt am Main**. Stelle das Auto im Parkhaus ab und werfe den Schlüssel in den Briefkasten der Verleiherfirma. Danach laufen wir im Terminal 2 zum Check-In-Schalter der Air India. Dort treffen wir unseren letzten Teilnehmer, Robert Teich aus der Schweiz, ein ehemaliger Dresdner. Gemeinsam geben wir 6 Uhr unsere Rucksäcke bzw. Trekkingsäcke ab. Allerdings schafft es die Angestellte nicht, unsere Gepäckstücke nach Kathmandu durchzuchecken. Bei einigen nachfolgenden Reisenden klappt das besser. So müssen wir uns in Delhi darum selbst kümmern. Am Gulf Air-Schalter warten wir 1 ½ Std. auf unsere Expedition, die lassen sich aber nicht sehen. Wir reihen uns in die lange Schlange ein, die zum Transitbereich an die Gates will, Geduld ist gefragt, die Beamten nehmen es supergenau. Wir besteigen am Gate B 54 den Bus zur Boeing 777-200 nach New Delhi. Abflug 9 Uhr 45. Von den ca. 360 Sitzplätzen sind gerade einmal ein Drittel besetzt. So können wir uns auf den Dreiersitzplätzen zu einem Schläfchen nach der Nachtanreise ausstrecken. Nach 8 Stunden erreichen wir den **Flughafen Delhi in Indien** um 21 Uhr 25 Ortszeit, die Uhr stellen wir 3 ½ Std. vor. In Nepal dann noch einmal 15 min. Im Transitraum kümmere ich mich um die Bordkarten nach Kathmandu sowie um unser Gepäck, dass es auch in unseren Flieger umgeladen wird. Die Angestellten werden das Gepäck selbst weiterleiten, wir dürfen den Schalter mit dem Gepäckband nicht betreten. Schließlich können wir es uns noch auf dem weichen Teppichboden des Delhier Flughafens bequem machen zum Schlafen, Liegen gibt es auch einige.

23. 09. Um 7 Uhr 40 fliegen wir von **Delhi** nach Kathmandu weiter mit der A 320 der Indian Airlines, die aber wiederum von Air India gemanagt wird. 9 Uhr 10 **Landung in Kathmandu** (1300 m) **in Nepal**. Unsere Säcke erscheinen am Gepäckband und wir verlassen nach Ausfüllen der Einreisezählkarte und nach dem Einkleben des nepalesischen Visums den Flughafen. Am Ausgang erwartet uns unser strahlender Agenturchef Niru Rai mit den obligatorischen orangenen Blumenketten. Herzliche Begrüßung und Fahrt im Kleinbus zu unserem **Hotel Harati** in Chhetrapati. Hier ist inzwischen der große grüne Garten hinter einer hohen Mauer verschwunden bzw. hat sich in eine Wildnis verwandelt. Ein Bruder des Hotelbesitzers will ein weiteres Hotel in dem Gelände errichten, ein Road Show Restaurant Apartment Hotel, schade. In Nepal und Kathmandu hat es in den letzten Monaten sehr geregnet, alles aufgeweicht, der Himmel ist grau und diesig. Man schreibt das nepalesische Jahr 2067. Niru sammelt von uns das Reisegeld und die Passbilder für die Besorgung der Permits ein. 1000 NPRupees kostet das Shey Phoksundo National Park Reservat Permit, 20 US\$ das Untere-Dolpo-Permit und 500 US\$ das Obere-Dolpo-Permit. Wir beziehen unsere noblen Zimmer, ich teile mir mit Uwe das Zimmer und später auch das Zelt. Niru teilt uns noch mit, dass alle großen Flieger (20-30 Sitzplätze), die Nepalgunj mit Jumla und Juphal verbanden, kurzfristig nach Lukla und Jomson abgezogen wurden, da dort viel mehr Touristen sind und mehr Geschäfte gemacht werden können, als mit den spärlichen Dolpo-Besuchern. So müssen wir von Surkhet aus das kleine Fracht-Flugzeug (8 Sitze) der Air Kasthamandap chartern, 1.750 US\$ kostet die Maschine für einen Flug, das ist der zweieinhalbfache Preis der gecancelten Yeti Airlines Flüge, sie muss für uns jetzt zweimal

fliegen. Adventure Geo Treks zahlt also insgesamt für 14 Teilnehmer plus 2 Guides ca. 3.500 US\$ drauf deswegen. Bei den Rückflügen kommen noch 130 US\$ pro Trekker und 65 US\$ für unseren Guide und den Koch, sowie 120 US\$ für Stephan Schmiergeld dazu. Nochmals 900 US\$, zu zahlen an den süffisant lächelnden Hotelbesitzer, der abends mit dem Sicherheitschef von Air Kasthamandap bei uns erscheint und uns klar macht, wenn wir nicht zahlen, werden wir auch in einigen Tagen noch hier sitzen und warten. Der Hauptteil des Expeditions- und Trekkinggepäcks sowie der Essenvorräte wird auf dem Landweg von Kathmandu zum Ausgangsort nach Juphal gebracht. 17 Std. mit dem Bus und ca. 9 Tage Fußmarsch sind die Küchenleute, Träger und Assistent Guides hierher unterwegs. Expeditions Guide ist Sanga Rai, unser Trekking Guide ist mein langjähriger Freund Phadindra Rai. Am Abend begleiten Sie und Niru's großer Sohn Milan uns ins noble **Thamel House Restaurant** im newarischen Stil, wo wir ein feines newarisches Welcome Dinner in mehreren Gängen vorgesetzt bekommen. Dazu Bier, Cola und Local Rakshi, der gekonnt in hohem Bogen in die braunen Tonschalen eingeschenkt wird.

24. 09. Kathmandu. 8 Uhr Frühstück im Hotelrestaurant. Ein Abgesandter von Elizabeth Hawley, die seit vielen Jahren alle Bergbesteigungen in Nepal für die Nachwelt akribisch notiert, sitzt mit den Expedlern zusammen und schreibt sich die zu besteigenden Dolpo-Gipfel samt Routen auf. Unsere Kletterkünstler haben sich die Berge **Norbung Kang** (6005 und 6085 m), **Kanta Gatan** (5910 m) und **Kagmara** (5978 m) nacheinander vorgenommen, wir wünschen ihnen dazu viel Erfolg und Berg Heil.

Heute stehen Besichtigungen in der Umgebung Kathmandus auf dem Programm. Als erstes fahren wir zum 18 km östlich auf einem 1541 m hohen Berg liegenden Tempel **Changu Narayan**, 4 km von Bhaktapur entfernt. Die Sonne scheint und seit vielen Wochen endlosen Regens ist wieder einmal schönes Wetter in Nepals Hauptstadt. Der hinduistische Changu Narayan Tempel ist im 3. Jahrhundert gebaut worden und damit der älteste im Kathmandu Tal, voller künstlerischer, religiöser, kultureller, historischer und archäologischer Höhepunkte. Gott Vishnu wird von den Hindus hier als Narayan angebetet und die Buddhisten beten Harivahan Lokeshwor an. Wir erfahren, dass es im Hinduismus 46 Billionen Gottheiten, Götter und Göttinnen gibt. Bei dem großen Erdbeben der Stärke 8,4 im Jahr 1934 ist der aus dem 3. Jahrhundert stammende steinerne Gott Garuda von seinem Sockel gestürzt, jetzt sitzt er unten. Ebenso alt sind einige Säulen mit einer nicht lesbaren teilweise unentschlüsselbaren Sanskritschrift. Die Statue des Chanda Narayan oder Garuda Narayan aus dem 7. Jh. ist auf der nepalesischen 10-Rupees-Note abgebildet. Viele weitere Gottheiten wie Sridhar Vishnu, Vaikuntha Vishnu, Vishworup, Vishnu Vikrant und Narasimha sind in Steine gemeißelt und werden von den Gläubigen mit roter Farbe bemalt. Auch erotische und andere Holzschnitzereien können wir bewundern.

Anschließend besuchen wir die Königstadt **Bhaktapur**, auch Stadt der Frommen genannt. Sie ist neben Kathmandu und Patan bzw. Lalitpur mit über 78.000 Einwohnern die dritte und kleinste der Königsstädte des Kathmandutals in Nepal. Bhaktapur liegt am Fluss Hanumante und wie Kathmandu an einer alten Handelsroute nach Tibet, was für den Reichtum der Stadt verantwortlich war. Das Bild der Stadt wird bestimmt von der Landwirtschaft, der Töpferkunst und besonders von einer lebendigen traditionellen Musikerszene. Wegen seiner über 150 Musik- und 100 Kulturgruppen wird Bhaktapur als Hauptstadt der darstellenden Künste Nepals bezeichnet. Die Einwohner von Bhaktapur gehören ethnisch zu den Newar und zeichnen sich durch einen hohen Anteil von 60 Prozent an Bauern der Jyapu-Kaste aus. Die Bewohner sind zu fast 90 Prozent Hindus und zu zehn Prozent Buddhisten. Vom 14. Jahrhundert bis zur zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts war Bhaktapur Hauptstadt des Malla-Reiches. Aus dieser Zeit stammen viele der 172 Tempelanlagen, der 32 künstlichen Teiche und der mit Holzreliefs verzierten Wohnhäuser. Zwar verursachte das große Erdbeben 1934 viele Schäden an den Gebäuden, doch konnten diese wieder so instand gesetzt werden, dass Bhaktapurs architektonisches Erbe bereits seit 1979 auf der UNESCO-Liste des Weltkulturerbes steht. Wir betreten die alten Plätze, den Durbar Square, den Taumadhi Square, den Dattatraya Square, bestaunen die Tempel und die hohe fünfstöckige Pagode. In einer entfernten Seitengasse sehen wir das in Nepal wohl berühmteste geschnitzte Holzfenster **Mayur Jhyal** mit dem großen Pfau und den vielen kleinen Vögeln.

Ein Bestandteil des religiösen Verständnisses der nepalesischen Newari ist die **Kumari**, die als Inkarnation der hinduistischen Göttin Durga verehrt wird. Sie wird aus der Shakya-Kaste der buddhistischen Newar ausgewählt und gilt bis zu ihrer ersten Menstruation den Hindus und den nepalesischen Buddhisten als „Lebende Göttin“. In Nepal gibt es mehrere Kumaris, so auch hier in Bhaktapur.

Am **Pashupatinath** Tempel ist ein großer Menschaufmarsch, hier werden heute einige verstorbene reiche Leute am Ufer des Flusses verbrannt. Auch die wild aussehenden buntgewandeten und mit Asche eingeriebenen Sadhus (*1) aller Couleur sind reichlich vertreten und halten die Hände auf für ein Foto. Pashupatinath ist eine der wichtigsten Tempelstätten des Hinduismus. Hier wird Shiva als Pashupati (Herr der Tiere) verehrt. Die Tempelanlage liegt am heiligen Fluss Bagmati, etwa sechs Kilometer östlich von Kathmandu. Der eigentliche Tempel ist nur für Hindus zugänglich, der äußere Tempelbezirk darf hingegen von jedermann betreten werden. Der Pashupati-Tempel wurde erstmals im 5. Jahrhundert errichtet und dann unter der Malla-Dynastie erneuert, er bildet eine Pagode mit zwei Dachebenen, die mit vergoldetem Kupfer bedeckt sind. Die vier Eingangstüren sind mit Silberplatten bekleidet. Im Inneren des Tempels befindet sich eine Statue von Shiva. Sie darf lediglich von vier Priestern berührt werden, die immer aus dem Süden Indiens stammen müssen. Für viele Shivaiten gehört der Tempel zu den wichtigsten Verehrungsstätten Shivas. Tausende von Hindus, die von weither anreisen, feiern hier jedes Jahr im Frühjahr das Fest Shivaratri. Der Bagmati teilt die Anlage in zwei große Bereiche. Am linken Ufer des Bagmati liegen der Pashupatinath-Tempel und die Verbrennungsstätten, die Arya Ghats (Verbrennungsstätten der höheren Kasten) und die Surya Ghats (Verbrennungsstätten der niederen Kasten). Dieser Ort hat für viele Gläubige als Platz für die 'letzten Riten' besondere Bedeutung, es gilt als erstrebenswert, seinen Körper hier verbrennen zu lassen. Die meist in gelbe Tücher gehüllte Leiche wird zu den Verbrennungsstätten getragen, wo ein Scheiterhaufen errichtet wird. Vor der Verbrennung bespritzt man den Toten mit dem Wasser des heiligen Flusses oder wäscht die Füße im Wasser. Der Leichnam wird dann von oben mit feuchtem Stroh bedeckt. Wenn die Familie es sich leisten kann, verwendet man zur Verbrennung neben normalem Holz zusätzlich das kostbare, duftende Sandelholz. Der älteste Sohn umschreitet dann den Scheiterhaufen fünfmal im Uhrzeigersinn, entsprechend der heiligen Zahl fünf, die im Hinduismus die fünf Elemente Erde, Wasser, Feuer, Wind und Akasha, den Äther, repräsentiert. Danach zündet er (ersatzweise die älteste Tochter oder ein Priester) mit einem mit Butter getränkten Strohbüschel den Scheiterhaufen an, das er dazu in den Mund des Toten steckt. Die Beine des Toten stehen zunächst etwas über den Scheiterhaufen hinaus und werden dann bei fortschreitender Verbrennung auf den Holzstapel geklappt. Nach etwa vier Stunden ist der Verstorbene zu Asche verbrannt, die dann in den Fluss gekehrt wird.

Die abendliche Fahrt zurück ins Hotel durch die verstopften Straßen Kathmandus dauert ewig, an manchen Kreuzungen geht gar nichts mehr. Abends gemeinsames Abendessen im teuren **Third Eye Restaurant**.

25. 09. Kathmandu. 8 Uhr 30 Frühstück. Danach schlendere ich mit Uwe in 20 Minuten zum **Königspalast**, der jetzt ein Museum ist. Da es heute erst 11 Uhr öffnet, verzichten wir auf eine Besichtigung und gehen zurück zum Hotel. 12 Uhr muss unser Zimmer geräumt sein. Sanga lädt uns alle zu einem kräftigen Mittagessen ins **Everest Steak House Restaurant** gleich um die Ecke ein, zu Steaks und Bieren. Danach im Hotel packen wir unsere Sachen, was beim Treck nicht benötigt wird, bleibt im Hotel. Wir fahren zum **Domestic Airport Kathmandu**. Checken ein zum Flug nach Nepalgunj mit der Yeti Airline, jetzt Tara. Pünktlich um 16 Uhr 15 laufen die Propeller unseres 30-sitzigen Flugzeuges an, eine Stunde lang fliegen wir in den Westen des Landes. Unterwegs sehen wir rechts die Großen Weißen des Himalaya im Sonnenuntergang leuchten. Himalaya: alaya = Wohnstätte des hima = Schnee.

Wir laufen in **Nepalgunj** (145 m) angekommen in wenigen Minuten zum nahen **Hotel Karnali**, warten auf unseren Bus nach Surkhet (Birendranagar). Sanga telefoniert pausenlos mit dem Busunternehmer, der verspricht zwar den Bus zu schicken, dessen Fahrer weigert sich aber zu fahren. Es wird gestreikt, weil vor kurzem ein Bus ein Kind überfahren hat und die Leute den Busfahrer kurzerhand gefesselt in einen Sack steckten und in den Fluss warfen. So streikt also die Gewerkschaft der Busunternehmen. Sollte es doch ein Fahrer wagen, zu fahren, würde er

verprügelt und ihm der Bus umgekippt und angezündet. Die Warterei dauert, es ist sehr heiß, ca. 35 Grad. Eine Polizei-Eskorte will uns durch die Streikposten bringen, aber ohne Bus geht nichts.

Schließlich beschließen wir 20 Uhr, hier zu übernachten. Im 4 km entfernten, eigentlich noch geschlossenen noblen **Hotel Siddhartha** bekommen wir Unterkunft. Die hilfsbereiten Polizisten fahren unser gesamtes Gepäck zum Hotel. Ein spätes Abendessen im eisgekühlten Restaurant bestehend aus Hühnchen-Massala, Hammelcurry, Momos, Paneer, Garlic Nan, dazu Tuborg, Carlsberg und Everest Bier beschließen den anstrengenden Tag. Die Preise sind in Nepal stark gestiegen, das Bier kostet das Mehrfache wie in Deutschland, im Laden von 140 bis 250 NP Rupees. Meist muss zu den Preislisten in den Restaurants noch ein Servicezuschlag von 10 % und die Mehrwertsteuer von 13 % dazugerechnet werden, was alles noch komplizierter macht. Wir schlafen gut in unseren neuen guteingerichteten Zimmern.

26. 09. Nepalgunj. Busfahrerstreik. Sanga ist sehr gut drauf, er schafft es immer wieder, die Leute mit seiner positiven freundlichen Ausstrahlung zu motivieren, auch wenn unser geplanter Flug heute wieder verschoben werden muss. Wir erfahren, dass alle Flugzeuge der Linien Nepalgunj-Simikot sowie Nepalgunj-Jumla und Nepalgunj-Juphal abgezogen wurden und nach Jomoson und Lukla überführt wurden, da dort viel mehr Geld zu machen ist mit den Everest- und Annapurna-Touristen. Uns bleibt nichts anderes übrig, als von Surkhet aus eine Frachtmaschine zu chartern, 1750 US\$ pro Flug. 8 Personen gehen in die Minimaschine der Air Kasthamandap rein, sie ist samt Pilot aus Neuseeland eingeflogen worden.

Vormittags besuchen wir einen ländlichen Ortsteil von Nepalgunj, **Lagdaur**, besichtigen einige Wohnhütten und betrachten das ärmliche Landleben der freundlichen frohen Menschen hier. Phadindra führt uns und übersetzt zu den Einheimischen. Wir besuchen eine Reismühle, die die Reiskörner entspelzt und dann noch einmal feinschält und poliert. Mittagessen in einem gekühlten Erdgeschossraum im Hotel. Danach steige ich wieder in den herrlichen Swimming Pool des Hotels, 25 Grad frisches klares Wasser, ein Genuss in der 40-Grad-Hitze. Einige beleibte großkotzige jugendliche Gäste mit Goldkettchen versuchen sich über Wasser zu halten. 17 Uhr soll unser Bus endlich kommen, es wird allerdings 19 Uhr, als Sanga im Ort einfach einen anderen Bus chartert und unser Gepäck aufs Dach geladen wird. Unter der großen Last bricht der 13-sitzige Minibus Toyota Hiace bald zusammen. Tapfer quält er sich in der Dunkelheit die 100 km über einige Pässe und durch den Bardia Nationalpark bis nach Surkhet. Es ist schon lange stockfinstere Nacht. Die Straße ist bis auf einige Erdrutsche asphaltiert, wenn auch einspurig mit breitem Sandrand, wenig Verkehr. Wir passieren einige Polizeikontrollposten, die uns kurz mustern und weiterwinken. Wir überqueren einige Pässe im Bardia Nationalpark. Nach 22 Uhr erreichen wir das Surkhet Valley, eine flache Bergebene, kommen durch einige Dörfer zur großen Stadt Birendranagar oder besser **Surkhet** (675 m) mit breiten Straßen, Kreisverkehren und mehrstöckigen Häusern. 22 Uhr 30 erreichen wir unser **Namaste Hotel** und Restaurant, werden schon vom Personal erwartet, unser Gepäck wird abgeladen und ins Foyer gebracht. Für uns ist noch ein spätes Abendessen vorbereitet, Hühnchen-Curry mit gebratenen Kartoffeln, gedünstetem Gemüse und scharfen Pickles. Die Biertrinker unter uns erleben eine Überraschung, als beim Kassieren 4 Flaschen zuviel angerechnet werden, aber gemeinsam und mit Humor wird auch diese Mehrausgabe schließlich bezahlt. Einige bleiben hier im Hotel, die andere Hälfte läuft zu dem nahen **Hotel Teesta** zum Übernachten. Es ist schließlich 0 Uhr 30, als jeder sein Zimmer bekommt, wir haben fast alle Einzelzimmer mit WC, Dusche, Klima, TV und Telefon. Kurze Dusche und dann schlafen bis ½ 6 Uhr.

27. 09. Surkhet. Ein zeitiger Tee und 7 Uhr fahren wir im Taxi zum kleinen **Flughafen in Surkhet**. Hier stehen einige kleine Hubschrauber und drei große russische Mi-8 Hubschrauber herum. Wir haben gutes Flugwetter. Mit einer ein Jahr alten aus Neuseeland eingeführten 8-sitzigen einmotorigen P-750 XSTOL-Maschine der Air Kasthamandap fliegen wir inklusive dem mit Flip-Flops, kurzen Hosen und T-Shirt bekleideten neuseeländischen Pilot und dem nepalesischen Co-Pilot hoch in die Berge nach Juphal. Und zwar zweimal hintereinander. Sanga und Phadindra als unsere Guides fliegen mit uns. Die Flüge sind sehr ruhig, der Pilot hat alles im Griff. Wir durchfliegen steile sattgrüne Täler und haben manchmal nur wenige Meter Platz zu den Bergen. Links liegt direkt am Phoksundo See der Kanjeluwa (6612 m), hier wird er auch

Kang Jeralba genannt, in anderen Karten auch als Kanjirowa Himal bezeichnet. Weiter oben im Nordwesten gibt es noch ein anderes weitläufiges Kanjirowa Himal mit einigen Sechstausendern, der höchste der Kanjirowa South mit 6883 m. Beim Landeanflug sehen wir noch die Kagmara Peaks.

Auf 2475 m Höhe liegen die oberen Häuser des Dorfes **Juphal** auf einer schmalen Hochebene, die oben noch etwas für die Landebahn eingeebnet wurde. Wir erreichen es nach 40 min. Flug und die Landung auf der Graspiste des **Dolpo Airport** ist vom Feinsten. Die auf dem Landweg hierher gelangten Träger, Küchenhelfer und Guides erwarten uns am Zaun der Flugpiste. Zwei von Ihnen kenne ich von vorhergehenden Besuchen in Nepal, Sonam Rai, den Porterführer und Dipak Rai, unseren Koch. Wir begrüßen uns herzlich. Das Gepäck wird von den Trägern nach unten in den Hof des **Mount Putha Hotels** getragen, der größten Lodge am Platze. Wir bekommen aus unserer eilig errichteten Küche Tee und heiße Milch, dazu essen wir die früh für uns vorbereiteten Frühstücksbeutel mit gekochtem Ei, Wurst und Chapatis. Das Mittagessen wird schon vorbereitet. Die restlichen Teilnehmer unserer Tour kommen 1,5 Std. später zu uns, auch ihr Flug war vom Feinsten. Ingo erzählt mir, dass Ihre Rucksäcke erst mit Strick festgebunden werden mussten, damit sie beim Flug nicht rausfallen. Und dass der Pilot, ein lustiger Typ, bei seinen ersten Flügen hier vor einem Jahr immer höhenkrank wurde und Kopfschmerzen bekam. Gemeinsam nehmen wir in einem offenen blauen Pavillon unser Mittagessen ein, Pommes frites, Gemüse, Ölsardinen, Weißbrot. Danach packen wir die Trekkingsäcke für unsere Träger und die Maultiere. Wir haben in Surkhet 15 Maultiere (*2) mit Ihren Treibern, den Muli-Pilots angeheuert.

12 Uhr 30 starten wir unser **Trekking**. Der Weg führt uns hinunter durch das Oberdorf zum großen Hauptdorf Juphal mit den vielen eng stehenden Häusern mit begehbaren Dächern tibetischer Bauart. Es gibt einige große Schulen. Weiter durch Felder mit Mais und durch Wildnis hinunter zum breiten **Thuli Bheri Fluss, tibetisch Barbung Tsangpo**. Nach zwei Std. erreichen wir über Ruggad den Ort **Sulighat**, den Eingang zum **Shey Phoksundo National Park** (SPNP) an einer großen Hängebrücke, wo der Weg über den Fluss zum Phoksundo See hochführt. Hier sind große Armeekasernen und ein Büro, wo man für 1000 Rupees das Permit für den Nationalpark bekommen kann. Es ist aber unbesetzt, so dass wir mit unseren superteuren Permits unbehelligt vorbeiziehen. Wir durchschreiten eine wunderbar weiß und orangefarben angemalte Tor-Chörten. Es erinnert mich sofort an Mustang, wo die gleichen Farben anzutreffen sind. Auf dem breiten Weg geht es allmählich rechts am Fluss aufwärts. Dicke Stromleitungen begleiten uns. Hier sehe ich erstmals kleine geschnitzte hölzerne Götzenfiguren vor den Häusern, die es so nur hier gibt. Ich unterhalte mich mit Santos, der in Kathmandu gerade Intermediate studiert und einmal Englisch-Lehrer werden will, auch deutsch möchte er lernen. Auch einige andere Guides wie Sanga und Yogesh, den wir später treffen werden, wollen jetzt deutsch lernen. Prima. Das ist sehr wichtig, da Adventure Geo Treks ca. 50 % deutsche Kunden hat. Sogar Wikinger Reisen schickt uns Kunden und führt mit uns Treks durch. Am heutigen Trekkingziel **Dunai** (2140 m) werden wir im Hof der **Blue Sheep Lodge** unsere nagelneuen roten geodätischen Zelte der Art Sherpa Dome Plus errichten. Deren Gestänge ist jetzt aus Aluminium mit Gummizug, nicht mehr aus den einzelnen schwarzen schweren Glasfaserstangen. Auch Küchen-, Speise-, Dusch- und Toilettenzelt sind neu, sowie die Tische und Alu-Klappstühle. Es sind bereits zwei andere kleinere Reisegruppen im großen Hof der Lodge anwesend. Der größere Ort Dunai ist die **Distrikthauptstadt von Dolpo** mit mehreren Tempeln, Polizeistation, Hotels und Post. Kurz nach 18 Uhr geht die Sonne unter. Unsere Leute haben sich in den Zelten eingerichtet, ich weise alle noch einmal auf den Gebrauch des Baumwoll-Inlets als Schlafsack-Schoner hin. Kerstin kommt aufgeregt zu mir, ein Maultier hat gleich am ersten Tag ihren nagelneuen Ortlieb-Packsack samt Innensack an einem scharfkantigen Felsen ca. 4 cm aufgeschlitzt, sie ist außer sich. Schreibt in großen Buchstaben ihren Namen darauf und verlangt, dass dieser Sack zukünftig nur noch auf einem Porterrücken transportiert werden darf. Was ich und Phadindra ihr auch versprechen. Der Kunde ist König. Jana sieht das buddhistisch gelassener, ihr wäre das schon öfter hier in Nepal passiert, damit müsse man rechnen, meint sie lakonisch. Unser Abendessen nehmen wir in einem dunklen Raum der Lodge ein. An den Wänden gemalte buddhistische Motive, war das mal ein Kloster früher, wer weiß? Sanga hält seine professionelle große Begrüßungsansprache, erklärt allen den Ablauf eines Trekking-Tages und stellt uns alle Mitglieder unserer nepalesischen Begleitmannschaft vor. Er

bittet uns, auf unsere Wertsachen zu achten, nachts keine Schuhe oder andere Sachen außerhalb der Zelte zu lassen, da es hier schon einmal zu Diebstählen kommen könnte. Nachts sind es 11 Grad im Zelt.

+ 115 / - 450 m in 3:15 Std. (15 min. Pause)

28. 09. Dunai. Der Himmel ist fast wolkenlos mit kleinen Wölkchen und bleibt es auch an allen nachfolgenden Tagen des Trecks. 6 Uhr 30 bekommt jeder eine Schüssel mit warmem Wasser zum Waschen ans Zelt gestellt. Expeditionsmitglied Stefan Hermannspahn beschließt für alle völlig überraschend, aus persönlichen Gründen umzukehren und nach Hause zu reisen. Wir verabschieden uns von ihm, wünschen ihm für die Heimreise alles Gute. Ein Träger begleitet ihn zurück nach Juphal. Kurz nach 8 Uhr. Wieder in kurzen Hosen und Teva-Sandalen beginnt für mich der zweite Trecktag. Kurz nach Dunai queren wir ans linke Ufer des Thuli Bheri River. Der Weg verläuft in südöstliche Richtung leicht bergan. In einem **Schulhof nahe Byasgar** ist die zweistündige Lunchpause, wir sitzen wie die Hühner auf der Stange. Unsere Küchencrew hat in einer verrauchten, 50 m entfernten Hütte Stellung bezogen und ist fleißig für uns am Kochen. Die einheimischen armselig gekleideten Kinder und Schüler streichen um uns herum, geben uns Blumen und bewerfen uns mit toten Hühnerteilen. Jana flickt einigen staunenden Knirpsen ihre zerrissene Kleidung. Im engen Flusstal gibt es nur wenig Flächen zum Anbau von Getreide und Gemüse, an den Häusern sehen wir kleine Felder mit Chili, Tomaten und Mais. Die Wände ziehen sich steil hinauf links und rechts des ca. 1 m breiten, abenteuerlichen Weges, der auf der Sonnenseite in schwindelnder Höhe ausgesetzt über dem gewaltig strömenden Fluss durch die malerische Landschaft entlang führt. Ein Fehltritt würde hier den sicheren Tod bedeuten, alle müssen trittfest und schwindelfrei sein. An Engstellen und abgerutschten Hängen müssen wir uns konzentrieren. An einigen Passagen ist der Weg in die Felsen hineingehauen worden und gut mit Steinen belegt und teilweise sind Treppenstufen errichtet. Eine Meisterleistung der einheimischen Wegebauer. Eine Passage ist neu, man sieht noch die alte Umgehung hoch oben in die Hänge verschwinden. Manche felsige oder Engstellen werden von den Maultieren und ihren Treibern am Steilhang umgangen. Im wilden, ohrenbetäubend rauschenden, hellgrüngrauen Fluss liegen riesige Felsen, Baumstämme, Schwellen, Wasserfälle, das Wasser tost, strudelt und pilzt. In der Ferne sind jetzt bereits einige weiße Schneeberge zu sehen. Auf den Grashängen blühen vereinzelt rote und hellblaue Herbstblumen, stehen massenhaft die brutal auf der Haut brennenden nepalesischen Brennnesseln, die mit den Stacheln auch am Stängel und der Blattunter- und oberseite, und es wächst feinstes Marihuana in allen Größen hier. Steffen passt nicht auf, wird von einem Maultier in eine Brennnesselhecke geschubst, sein Arm schwillt an, er hat mehrere Tage heftige Schmerzen durch eine allergische Reaktion. Halb vier erreicht uns der Schatten des Berghanges, es wird kühler. Wir erreichen unterhalb des Dorfes **Tarakot** (2537 m) unseren Campingplatz kurz nach der Brücke am rechten Ufer des Thuli Bheri River in **Lingdo** oder Tarabagar (2391m). Meist haben die Dörfer im Dolpo mehrere Namen, in nepalesisch, dann in der jeweiligen Stammessprache und in tibetisch. Ebenso weichen die Höhenangaben in den verschiedenen Dolpo-Karten mit denen auf Schildern vor Ort oder den von uns gemessenen GPS-Werten teilweise mehrere 100 m voneinander ab. Abends stellt sich heraus, dass der Rucksack von Ingo verschwunden ist. Er stellte seinen Rucksack für die Porter früh in Dunai an einen falschen Platz und so hat er heute Abend keinen Schlafsack. Er bekommt heute dafür meinen warmen. Mir reicht noch der leichte Sommerschlafsack. Sanga telefoniert lange herum, wir denken, dass unser Heimkehrer Stefan den Sack in seinem Gepäck hatte, und schließlich wird das fehlende Teil im letzten Camp in Dunai aufgetrieben, er stand früh noch einsam herum. Zwei Träger werden zurückgeschickt, den Rucksack zu holen. Er trifft am nächsten Tag beim überglücklichen Ingo ein. Reichliches Trinkgeld belohnt diese Aktion.

+ 530 / - 240 m in 7:45 Std. (3 Std. Pause)

29. 09. Lingdo. 6 Uhr wecken. Unsere verbliebenen 13 Leute quälen sich aus den Zelten. Frühstück. Das Speisezelt ist bereits abgebaut, das heißt, es ist warm, schönes Wetter und kein Wind. Wir sitzen auf unseren neuen leichten Alu-Stühlen mit Lehne. Gegenüber den robusten Eisenstühlen eine große Gewichtseinsparung für die Träger. Auch zwei Tische haben jetzt eine faltbare Tischplatte aus Kunststoff bekommen. Auch die Kerosinlampen mit den täglich zu wechselnden Glühstrümpfen sind jetzt durch kleine LED-Leuchten ersetzt worden, die zwar ihr Licht geben, aber das Zelt nicht aufheizen können wie ihre großen schweren Vorgänger. 8 Uhr Start. Nach 2 Std. Marsch auf der rechten Flussseite überqueren wir bei **Laisicap** auf einer

eisernen Brücke den Thuli Bheri. Mitten durch eine riesige Ziegenherde, die sich nicht im geringsten von uns stören lässt, führt der Weg, erreichen wir das Flusstal des **Tarap Khola**, das uns jetzt in nördliche Richtung hinauf ins Obere oder Innere Dolpo nach Dho Tarap führt. Am Zusammenfluss stehen Ziegen-Korale aus Steinmauern, sowie einige Sommer-Teehütten, blaue Plastplanen auf Stahlgerüsten über Grundmauern verspannt. Hier kann man essen und trinken und übernachten. Unsere Küchenjungs haben die auf dem langen Landweg aus Kathmandu mitgebrachten in einem eisernen Drahtgestell eingepackten Hühnereier ausgepackt, einige sind zerbrochen, sorgfältig werden sie aussortiert, alles gereinigt und neu verpackt. Im Dolpo gibt es nämlich keine Hühner und so müssen unsere Eier eben eingeführt werden. An der ca. 150 m langen und 100 m über dem reißenden Fluss entlang führenden Hängebrücke in 2620 m Höhe nehmen wir unser Lunch ein. In der Nähe stehen mehrere Stupas und eine begehbare Tor-Chörten.

Eine **Stupa** ist ein heiliger Kultbau oder Reliquienschrein, dessen Form auf das Grabmal Buddhas zurückgeht. Über einem viereckigen roten Unterbau (das Symbol der Erde) erhebt sich eine große weiße Kuppel (Wasser) mit einer konischen Spitze (Feuer), darauf sitzt eine Mondsichel (Luft) und eine Sonnenscheibe (Raum). Solche Monumente findet man im Himalaya überall als Schutz an den Einfahrten von Dörfern und Städten. Die größeren Stupas haben im Inneren einen Raum, der als Andachtsstätte dient und der mit Mandalas und Fresko-Gemälden geschmückt ist. So ist zum Beispiel die Westwand in der Stupa von Tarakot mit den Bildnissen von drei Bodhisattvas bemalt, während die Ostwand drei Buddha-Abbildungen trägt: den Buddha des vergangenen Weltzeitalters (Dipankara), den historischen Buddha (Shakyamuni) und als dritten den kommenden Buddha (Maitreya).

Im grünen, mit hohem Gebüsch bewachsenen **Tarap Tal** wachsen riesige Zedernbäume, der weithin sichtbare Weg schlängelt sich am rechten schattigen Ufer des ca. 10 m breiten Tarap River ca. 200 m über dem Fluss an steilen Felsen und Hängen entlang bergauf, teilweise gibt es Treppenstufen. 16 Uhr erreichen wir auf einer Höhe von 3200 m eine Hochebene, die Wacholderbäume und Kiefern sind immer noch 15 m hoch. Später führt der Weg direkt am Flussufer entlang, wir müssen uns anschreien, um einander zu verstehen. In 3370 m Höhe erreichen wir unser heutiges Camp **Laina Odar** oder **Lahini**. Auch hier einige Teezelte für die einheimischen Reisenden. Im Zelt ist es kühler, nachts 7 Grad. Da ein Küchenhelfer mit Fieber erkrankt ist und zurückgeschickt wird, muss Santos bis Dho Tarap einspringen und auch den schweren Küchenkorb tragen.

+ 1140 / - 265 m in 8:25 Std. (2,5 Std. Pause)

30. 09. Laina Odar. 8 Uhr beginnt unser Trek. Auf 3525 m Höhe überqueren wir einen kleinen Pass, danach geht es kurz wieder hinab. In der Sonne ist es heiß, wir achten darauf, uns gründlich einzucremen. Immer noch dichte Vegetation, Wacholder mit Beeren, Kiefern mit Zapfen. Stachelige Büsche und Gras werden von den uns begleitenden Maultieren gern gefressen, am Abend und morgens bekommen sie einen Sack mit Maiskörnern umgehängt, alle sind wohlgenährt. An einem über den Weg rinnenden Wasserfall eine kurze Rast. Die Mulis überholen uns, die Sicht vom Panoramaweg ist einfach traumhaft. Kurz nach einem Seitental erreichen wir um 11 Uhr 30 einige schöne Uferbänke direkt am linken Ufer des Tarap Khola Flusses, auf einer hat sich unsere Küche eingerichtet, Isomatten als Windschutz. Der Platz liegt in 3441 m Höhe, trägt den Namen **Chhyugar** und ist auch als Campsite ausgewiesen. Für uns wird eine große Plane ausgelegt, auf die wir uns beim Lunch setzen und auf der auch unser Essen auf einer Tischdecke serviert wird. Als ich die Beine in den Fluss hänge, sind sie in wenigen Sekunden abgestorben, Mann ist das kalt. Wir sehen gemischte Ziegen- und Schafherden, 20 kg Ziegenfleisch, also eine normale Ziege kostet um die 8-10.000 Rupees. Weiter geht es bequem am rechten Ufer. Gegen 15 Uhr erreichen wir in einer Flussbiegung unser Tagesziel **Nawarpani** oder **Pibuk Cave** (3475 m). Die rotleuchtenden Zelte sind bereits nahe der kleinen Felsenhöhle aufgebaut. Einige von uns waschen sich im letzten Sonnenlicht von oben bis unten im eiskalten Fluss.

+ 770 / - 415 m in 7:15 Std. (2 Std. Pause)

01. 10. 6 Uhr Nachtruhe beenden, draußen sind es wohlige 5 Grad. 7 Uhr 30 sind wir bereits auf dem Treck, nach 20 min. gehen wir an einer großen Höhle über eine Brücke auf die rechte Flussseite. Die Sonne hat uns noch nicht erreicht auf dem schönen Weg Richtung Dho Tarap.

Nach einer weiteren Gehstunde laufen wir bei **Toltol** über eine Holzbrücke wieder an das linke Ufer des Tarap, hier steht ein neues chinesisches Armeezelt, das als Teehaus, Restaurant und Unterkunft fungiert. Unser Koch kauft hier etwas Reis und Rakshi für unsere nepalesischen Begleiter ein. Nach der nächsten Biegung erreichen uns 9 Uhr 20 auch die wärmenden Strahlen der Morgensonne. Der Himmel azurblau und wie gesagt an allen Treck-Tagen fast wolkenlos. Ab und zu überqueren wir Erdrutsche, der Fluss ist schmal und kurvig, viele Steine liegen in seinem Bett. 10 Uhr gelangen wir wieder über eine Brücke ans rechte Ufer zu einer schmalen Schlucht, die wir rechts oberhalb überqueren. In **Ghyamgar** (3756 m) weitere kleine Teezelte. Wir erreichen in 3800 m Höhe über einer weißgelben Mondlandschaft von Steinsandformationen den kleinen **Kesila Pass**. Oben eine Chörten, wo wir ein Püschchen einlegen und die Umgebung genießen. Die Ansicht auf die Landschaft ist fantastisch, oben der Azurhimmel, in dem die blasse Sichel des abnehmenden Halbmondes komisch mit der Rundung nach oben hängt. An den Hängen wachsen immer noch Bäume, hier meist zierliche bis 3 m hohe Birken, die alle schon buntes Laub haben. Am Himmel fliegen kleine schwarze Dohlen. Es geht auf der anderen Seite wieder steil nach unten, der Fluss schäumt 100 m wie wild unter uns und verschwindet hier in ein enges felsiges Tal, welches der Pass umgeht. Auf der rechten Flussseite an einer weiteren Brücke ein Wasserfall. Wir erreichen das linke Seitental **Sisaul Khola** mit einer hölzernen Mini-Brücke und einem talaufwärts führenden Weg, der weit durch die Flusstäler und über die Berge des Rajenta Danda (5985 m) nach Shyanta und zurück nach Dunai führt. Davor hat unser Küchenteam die Kocher angeworfen. Wir lassen uns auf unserer Plastplane mit Tischdecke in der Mitte nieder, ziehen die Schuhe oder Sandalen aus, genießen die heiße Limonade und erwarten entspannt, was es denn heute zum Mittag gibt. Auch ein Schläfchen ist möglich. Bis Dho Tarap haben wir noch 2/3 der Strecke vor uns. Wir sehen hier die ersten Yak-Rind-Mischlinge, die Dzopkyos, kurz darauf die echten Yaks, gewaltige zottelige Tiere. Zwei Hirten aus Dho bringen die Tiere nach hier unten, um für den Winter Futtergras zu schneiden. Wir begegnen einer Maultierkarawane, die Reis von Tibet nach Dunai bringt. Der Wechselkurs des Yuan zur Rupie ist zur Zeit 1:10. Die Tiere können bis zu 80 kg tragen, je nach Beförderungsgut bekommt der Mule-Man 60-80 Rupees pro kg transportiertes Gepäck. Weiter oben wird die Landschaft flacher, der Weg ist angenehm zu gehen, niedrige Wacholderbüsche bewachsen die Hänge. Ich erfahre, unser Muletreiber Dal Bahadur Karki oder einfach Karki Takuri hat 3 Jahre in Malaysia gearbeitet und sich für den Verdienst Maultiere gekauft, eins der großen starken Tiere kostet ca. 95.000 Rupees, ein Yak 100.000 Rupees, also ein Lak, wie man hier sagt. Auch ein Koch unserer Agentur arbeitet jetzt für 3 Jahre in Malaysia, ebenso wie mein junger Freund Pasang Tamang, der in Japan ist und später seine Frau und Kinder nachholen wird. Schade, dass viele Nepalesen ihr Glück in fremden Ländern suchen müssen, im eigenen Land ist es sehr schwer, sich am Leben zu halten. Es ist 16 Uhr, in der Ferne sehen wir vor einem markanten Berg die erdfarbenen tibetischen Mauern von **Dho Tarap** (3944 m) vor uns auftauchen. Niemand glaubte, in dieser kurzen Zeit die auf der Karte endlos erscheinende lange Strecke zu schaffen. Aber der Weg hierher ist sehr eben und leicht zu gehen. Er ist durch die Trockenheit mit dickem feinsten Staub bedeckt, ich habe weiß gepuderte Füße in den Sandalen. Alles erinnert mich ganz an Tibet, die typische freie weite Landschaft mit den bunten Bergen, die kargen Felder, die klassischen tibetischen Häuser, die Chörten und Mani-Mauern, die Yaks und Ziegenherden, der Geruch nach verbranntem Wacholder-Weihrauch und Yakdung-Herdfeuern und natürlich die freundlichen tibetischen Einwohner. Wir schlagen am seichten Flussufer unser Lager auf, diesmal für 2 Tage, morgen gibt es den ersten Ruhe- und Akklimatisationstag. Ich krieche abends mit dem Baumwoll-Inlet in den leichten und damit in meinen Winterschlafsack. Die Temperaturen erlauben mir, nur mit Unterhose und T-Shirt bekleidet zu schlafen.

+ 1060 / - 480 m in 9 Std. (2,5 Std. Pause)

02. 10. Dho Tarap. Erster Ruhe- und Akklimatisationstag. Morgens um 7 sind es 2 Grad im Zelt, draußen ist alles bei minus 4 Grad bereift und gefroren. Die aufgehende Sonne leckt die Eiskristalle von den Zelthäuten. In der Luft liegt Rauch von Yakdung und frischen Muli-Äpfeln. Schlecht geschlafen, da die Maultiere die ganze Nacht direkt hinter unseren Zelten mit ihren Glocken bimmeln, mit den Hufen herumscharren, wiehern und pupsen. ½ 8 bekommen wir unser warmes washing water ans Zelt. Bald bemerken wir, dass ein Yak eines unserer nagelneuen roten Zelte an einer Naht von oben bis unten aufgeschlitzt hat, weil deren Bewohner

die als Wäscheleine umfunktionierten Schnüre zwischen den Zelten nachts nicht entfernt haben. Und ein Yak lässt sich durch solchen Pillepalle wie eine Zeltschnur natürlich nicht in seinem einmal gewählten Weg aufhalten. Nun ist guter Rat teuer. In Dho gibt es keine Nähmaschine und keinen Schneider. Sanga setzt sich mit dem Zelt hin und beginnt Stich für Stich die Bahnen wieder zusammenzunähen. Ich bitte unsere „Expeditionsschneiderin“ Jana, ihm die Arbeit abzunehmen, sie setzt sich zu der Sysyphusarbeit hin, braucht einige Stunden, um das Zelt wieder zusammenzunähen. Dann kommt noch gewebeverstärktes Klebeband darüber. Die Improvisation hält bis zum letzten Tag vom feinsten. Danke Jana. In der Höhe hat mich ein leichter Schnupfen erwischt, ebenso eine höhenbedingte leichte Übelkeit im Magen, die sich erst nach einigen Tagen richtig legt. Einige Paracetamol lindern die Beschwerden. Mit Kopfschmerzen werde ich auf dieser Reise glücklicherweise verschont, was ich bei meinen anderen Nepal-Trekkingtouren nicht immer behaupten konnte. Auch Lippenherpes ist in dieser Höhe bei einigen von uns problematisch. Alles heilt hier oben nur sehr langsam ab.

Nach dem Frühstück wollen die Trekker nach einem kurzen Klosterbesuch den nahen niedrig erscheinenden **Hügel mit den Gebetsfahnen** über dem Kloster besteigen. Nach 200 Höhenmetern Aufstieg kehren wir um, nur Uwe zieht unbeirrt seine Bahn hinauf, der niedrige Hügel ist 600 m höher als unser Camp. Wir aber genießen die Aussicht auf Dho Tarap und das herrliche Tal, dann steigen wir seitlich hinab, um dem Dorf einen Besuch abzustatten. Einige arbeitende Frauen erwarten uns schon, sie dreschen Gerste, binden dann die leeren Halme zu Garben zum Trocknen zusammen. Sie wollen fotografiert werden, um sich dann ihre Bilder auf dem Display der Kameras anzusehen. Kein Problem. Wir besuchen ein Hotel mit einem Laden, trinken reichlich Buttertee, der immer auf dem eisernen Herd in der Raummitte warmgehalten wird. Werden dazu von der freundlichen Hausfrau eingeladen ohne ihn bezahlen zu müssen. Das ist in den meisten Gegenden Nepals mit vielen Touristen schon lange nicht mehr Brauch. Vielen Dank dafür. Wir dürfen auch gegen ein Entgelt unsere Kamera-Akkus aufladen, das Haus hat auf dem Dach eine große Solaranlage. Auch zwei große Gebetsfahnenketten kaufen wir hier, die eine befestigen wir auf unserem ersten Pass, die andere bekommt die Expedition für einen Gipfel. Kerstin und Robert kaufen einen Riesenbeutel Bonbons für die vielen Kinder unterwegs. Unsere Träger schlachten vormittags eine große Ziege für alle. Zum Mittag gibt es dann Ziegenleber und abends jede Menge leckersten Ziegen-Curry mit Dal Bhat, dem typischen nepalesischen Essen, Reis mit leicht gesalzenen Linsen. Es mundet allen bestens. Nach dem Lunch ist ausruhen angesagt, der Körper braucht endlich einmal seine Ruhe zum Erholen. Es wird das neue gelbe Duschzelt mit zwei Kammern errichtet. Ich hole mir meinen Eimer mit heißem Wasser und Schöpftopf aus der Küche. Bert mault herum, er hätte es schon vor mir bestellt. Ist doch nicht so schlimm, mein Guter, dann duschst du eben nach mir. Es kommen doch alle dran. Am Fluss wasche ich T-Shirt und Unterhose, Socken hatte ich noch keine an, hänge sie auf zum Trocknen, was hier oben sehr schnell geht. Am Himmel ziehen malerische zerfaserte Wolken entlang, wird sich das Wetter halten? Aber ja. Es ist kalt jetzt, eine warme und winddichte Jacke sollte man immer griffbereit haben, da der Wind am Nachmittag zunimmt. Die Küchenjungs haben unsere gesamten Nahrungsvorräte auf Planen vor sich ausgebreitet. Mensch, was die alles so mitschleppen, haufenweise Gläser und Büchsen, Zwiebeln, Knobi, Äpfel, Kohl, Kartoffeln, Nudeln, Mehl, Beutelsuppen, Öl, Gewürze und viele, viele Eier. Diese sind hier nicht zu bekommen, stimmt, Hühner sehen wir auf der gesamten Tour keine, was sich auch auf unseren Tellern nachteilig zeigt oder eben nicht zeigt. Ingo mosert augenzwinkernd herum, dass die Trekker die ganzen Expeditions-Nudeln wegessen würden. Die schmecken aber auch lecker. Das Expeditionsgepäck in den blauen Tonnen wird jetzt auch gründlich gecheckt und einsortiert, jeder muss wissen, wo welche Ausrüstung für ihn bereitliegt. Eine Exped-Schokolade ist explodiert und hat alle anderen mit einem braunen Fettfilm überzogen. Auch Kerstin und Steffen schrubben stundenlang ihre Schokoladentafeln sauber. Unserem Exped-Uwe ist eine Fischbüchse im großen Flieger aufgegangen, armer Kerl, er wird den ekligen Geruch tagelang nicht mehr los, alles was er berührt, stinkt nach altem Fisch.

+ 200 / - 200 m in 1 Std. (o. Pause)

03. 10. Dho Tarap. 20 Jahre Tag der Deutschen Einheit, was hier oben aber keine Sau interessiert. 8 Uhr 30 laufen alle gemeinsam in der grünbraunen tibetischen Landschaft weiter leicht bergauf am **Thakchiu Khola** Fluss entlang in nordwestliche Richtung. Unterwegs sehen wir eine große Primary School, die **Crystal Mountain School**, die Kinder stehen in Reih und Glied zu ihrem Morgenappell angetreten. Wir laufen an vielen Mani-Mauern und an kleineren Chörten vorüber. Im Ort **Thaksi bei Tokyu** (4209 m), den wir 10 Uhr 30 erreichen, verabschieden wir uns herzlich von der Expedition, die jetzt Richtung Numala Bhanjyang und Norbung Kang weitermarschiert. Sind von nun an eine kleine Trekkinggruppe von 5 Touristen sowie 9 nepalesischen Begleitern.

Es geht über den Thakchiu Fluss hinauf nach **Tungyalaphu Odar**, wo sich **Chhoila Khola** und **Jyanla Khola** vereinen. Wir gehen letzteres Tal flussauf in nordwestliche Richtung. Uns kommen Trekker entgegen, eine Frau sitzt auf einem Pferd, 150 US\$ kostet der Luxus pro Tag, ein kostspieliges Vergnügen. Später treffen wir den 60-jährigen Günther, der die Schule in Saldang sponsort, er hat sich kurzerhand gleich ein Pferd gekauft für 120.000 Rupees, reitet damit den kompletten Dolpo-Treck. Am Ende wird er es verkaufen und den Erlös für die Schule verwenden. Ca. 200 m links über dem Fluss verläuft unser allmählich aufwärts führender schmaler Pfad. Uns wehen eiskalte Windböen entgegen. 15 Uhr erreichen wir auf 4615 m unseren heutigen malerischen Zeltplatz **Murjung** auf einer 60 m hohen Moräne in einem windgeschützten Tal mit kleinen Bächen, von hohen Felsen und steilen Felsschutt-Halden umgeben. Rückblickend sehen wir unten im Tal um die schneebedeckten hohen weißen Berge dicke Wolken aufziehen. Unser Lager wird eingerichtet, alle Zelte aufgebaut und eingeräumt, 2 Isomatten, darauf das Baumwoll-Inlet und das Kopfkissen. Wir helfen manchmal dabei mit. Unser Muli-Mann sattelt seine Tiere ab, bringt sie auf die steilen Weiden in einem fernen nicht sichtbaren Hochtal zum Fressen. Spät am Abend wird er einen Strick im Boden fixieren und die Mulis über Nacht daran in gleichen Abständen an den Beinen festmachen. Kurz darauf verschwindet die Sonne hinter den hohen Berghängen für heute. Kälte macht sich breit. Aber nicht für lange, dann ist Teatime, wir bekommen heißen Tee, heißes Wasser für Kaffee oder Tee und heiße Milch für den Kakao, dazu Kekse. Gute Zeit, den Tag Revue passieren zu lassen, sich Notizen zu machen, in der Karte den Tagesverlauf nachzuvollziehen und schon mal auf den morgigen Weg zu schauen. + 635 / - 90 m in 6:15 Std. (2 Std. Pause)

04. 10. Murjung. Nachts minus 2 Grad im Zelt. Draußen einige Grad darunter, der kleine Bach neben unseren Iglus ist fast komplett eingefroren. Ebenso ist im Wascheimer und in den Wasserbehältern der Küche Eis. Kurz vor 8 geht die Sonne am absolut wolkenlosen Himmel auf. Es wird warm, der von der Morgen-Katzen-Wäsche gefrorene Waschlappen am Rucksack taut wieder auf. Alles wird zusammengepackt, unsere Zelte, das Küchen-, Speise- und das Toilettenzelt. Die Kücheneinrichtung kommt in die Baskets der Küchenhelfer, schwere Sachen auf die Muli-Rücken. Karki Takuri hat früh schwer zu tun, allen das Tragegeschirr aufzulegen und festzuschnallen, was nämlich einigen der Tiere absolut nicht gefällt und sie dann auch ausschlagen, er muss vorsichtig sein. Auch unsere beiden Träger Kami und Utra packen ihr oder besser unser Zeug zusammen und sich auf den Rücken. Vor dem Gehen löschen sie gründlich das Feuer, an dem sie abends das Essen gekocht, das Wasser erhitzt und früh sich gewärmt haben. Vor uns liegt ein Aufstieg von 600 Metern über unseren ersten Pass, „gehn mer langsam“. Es ist wieder heiß, nur der Wind ist eisig, man muss höllisch aufpassen, sich nicht zu erkälten. In Serpentinaen geht es eine steile Schuttmoräne hoch, dann auf feuchter brauner Erde, wo vor kurzem noch Schnee lag. Wir merken die Höhe bei jedem Schritt. Wir sehen kurz vor dem Pass links den **Dhaulagiri I** und II, den **Sita Chuchura**, den **Hongde Peak** und den **Tukuche Peak**. In 4900 m kommen wir auf eine Hochalm, ein High Camp, zum übernachten geeignet. Weiter oben pfeift uns der orkanartige eisige Wind um die Ohren, von der Sonne merken wir nichts, Schritt für Schritt quälen wir uns hoch. Einatmen, ausatmen. Es gibt nur noch Steine, gefrorenes Geröll und mickriges braunes Moos, dass aber von unseren Maultieren gern gefressen wird. Die spärlich rinnenden Bäche sind halbgefroren. In der Ferne blinkt ein kleiner Bergsee. Endlich sehen wir die Gebetsfahnen des Passes. 10 Uhr 30 stehen wir oben auf dem 5221 m hohen **Pass Jyanta Bhanjyang**, wir haben es geschafft, gratulieren und drücken uns gegenseitig. Wir legen einen Stein auf die Gipfelpyramide und befestigen die mitgebrachte Gebetsfahnenkette daran und an einer weiteren Holzstange. Hoffen, dass deren vom Wind

fortgetragenen Gebete uns auch weiterhin alles Gute bringen werden. Im Windschatten geht es auf der anderen Seite steil hinunter. Zum Glück liegt kein Schnee, das hätte schwierig werden können. Unter uns liegt ein herrliches braunes Tal, man sieht den winzigen Weg weit, weit unten, glaubt in Tibet zu sein, was ja auch gleich hinter den nächsten Bergen liegt. Phadindra sagt, dass das nepalesische Königreich Mustang genauso aussieht wie diese Gegend hier, nur ist es etwas flacher mit mehr Dörfern. Weiter unten dann Bewuchs mit Wacholderbüschen und einigen innen zartgrün sprießenden und außen schwarzgefrorenen Brennesselstauden. Das nördliche Tal liegt eindeutig wärmer als die Südseite. Kurz unterhalb des Passes ein weiteres kleines High Camp. 500 m steigen wir ab zu dem am rechten Ufer gelegenen weiträumigen Weideplatz **Chang La Phedi** mit den langen Steinmauern, gesammeltem Brennholz und riesigen Mengen an Yakdung, das auch entsprechend duftet. Wir machen eine Pause am schwarz aussehenden Flüsschen. Normal wäre hier unser Camp, wir beschließen aber, noch ein Stück weiter zu einer besseren und geruchlosen Stelle zu gehen. Bald danach kommt von rechts ein Fluss aus einem wunderschönen Tal, Phadindra, unser Guide überlegt kurz, er war nur einmal hier gewesen und das war vor ca. 11 Jahren. Kurzer Blick auf die Karte, dann weist er die richtige Richtung nach Norden flussabwärts über eine Brücke ans linke Ufer ins malerisch gelegene **Dachun Khola**. In diesem Tal wachsen mannshohe grüne, gelbe und rote stachelige Büsche, es ist schwer, einen Weg hindurch zu finden, meist mogeln wir uns seitlich an den steilen Felshängen entlang. Die meisten Handlungsreisenden nach Saldang laufen über den Phoksundo See, nicht diesen, unseren schwierigeren Weg. Unterhalb einiger Nomadenzelte, in den Ziegen- und Yakhirten ihren Sommer verbringen und ihre Herden in der Nähe auf die steilen abgelegenen hohen Weiden führen, schlagen wir am rechten Flussufer unser heutiges Lager auf. Laut den Yakhirten heißt der Ort **Samdo** (4620 m). Die Küche zelebriert uns heißen Tee und eine heiße Maggi-Nudelsuppe, da es heute unterwegs nur packed lunch, also gepacktes Mittagessen gab. Mit Phadindra steige ich hoch zu den Zelten der Nomaden. Wir werden von einigen älteren verrunzelten Frauen in ihr Zelt eingeladen. Später kommt noch ein alter Mann dazu. Alle tragen verdreckte dicke schwarze Kleidung. Gewaschen haben sie sich wahrscheinlich diesen Sommer und Herbst noch nicht. Unterhalten uns mit ihnen, wo sie herkommen und wo wir zu Hause sind. Sie kommen aus der Umgebung von Saldang, wo sie auch den Winter verbringen, Ende Oktober brechen sie hier ihre Zelte ab und kehren mit ihren Herden und deren Produkten nach Saldang in ihr festes Haus heim. Sie backen auf einem winzigen Eisenöfchen Fladenbrote aus Gerstenmehl, die wir mit echter Yakbutter probieren dürfen, dazu Buttertee. Es ist rauchig im Zelt, oben dient eine kleine ovale Öffnung dem Rauchabzug. Fast alle haben Probleme mit den Augen oder den Zähnen. Sie fragen nach Medizin, später bekommen sie von uns Augensalbe im Camp. Davon kann man in Dolpo für die Tibeter nie genug dabei haben. Ich verteile ihnen kleine Geschenke von Kerstin und Uwe wie Stifte und Haargummis, mit denen sofort die grauen fettigen Haare zusammengebunden werden. Phadindra überreicht ihnen zum Schluss noch 100 Rupees. Zurück unten im Lager. Unser Muleman hat starke Kopfschmerzen, ich gebe ihm 2 Aspirin, wir legen ihn auf eine Isomatte ins Speisezelt, decken ihn mit 2 Schlafsäcken zu, bald danach geht es ihm wieder viel besser.

+ 650 / - 740 m in 6:15 Std. (2 Std. Pause)

05. 10. Samdo. Früh ist alles gefroren draußen. Durch das viele in der Höhe notwendige Trinken bestimmt 2 Liter des Nachts gepinkelt. Das ist auch gefroren. Wir gehen weiter flussab, sehen fern an beiden Hängen große Ziegenherden weiden, die Hirten singen, schreien und pfeifen fröhlich vor sich hin, winken uns zu. Wie unser musikalischer Koch Dipak, der meist schon 5 Uhr in der Früh wie eine jubelnde Heidelerche sein Liedchen trällert. Wir gehen weiter flussab, erreichen nach einer Stunde bei **Darsumna Dhobhan** (4310 m) das große Quertal **Nagon Khola**. Hier müssen wir den relativ wenig Wasser führenden Fluss durchwaten auf die linke Seite. Eine kleine Holzbrücke bringt uns später wieder ans rechte Ufer. Der gut instandgehaltene Weg führt unterhalb von malerischen gelben Steinsandformationen und roten Büschen entlang. Wir kommen zu einem mauerumgrenzten Dorf mit einigen grünen Gerste- und vertrockneten Kartoffelfeldern, schönen Steingärten und einem einsamen hohen grünen Baum. Hier machen wir unsere Lunchpause. Phadindra und ein Küchenhelfer bauen derweil für uns eine Holzbrücke über den Fluss um, die Brücke wird nicht mehr an ihrem Standort gebraucht, da der Fluss sein Bett verändert hat. Es geht links in Kehren den Hang hoch zu einem schönen

Panoramaweg ca. 100 m über dem Tal. Von hier herrliche Aussicht auf die Felsen und Seitentäler, sowie die hohen Berge in Tibet. Der Weg wird breiter, es folgen Terrassenfelder, Mani-Mauern, viele Chörten. Am anderen Ufer rechts ein in die Felsen gebautes Bergkloster. Das ist der malerische Ort **Rakyo** (4160 m). Im Ort sehen wir mit der Ernte beschäftigte Tibeter, einige Männer bauen ein Haus, die Kinder bekommen Bonbons und Stifte von Robert und Kerstin. Ab hier wird der Panoramaweg breiter. Im nächsten Ort durchlaufen wir eine weißgekalkte, mit rötlichen Punkten und Streifen versehene Tor-Chörten, ich sitze ergriffen davor, bin gerührt und kämpfe mit den Tränen, alles erinnert stark an Tibet und Mustang. Es ist der Ort **Namdo oder Chagaon oder Sibü** (4100 m).

Wir zelten oberhalb der Primary School auf einem Stück abgeerntetem Maisfeld. Hier gibt es 62 tibetische Schüler und 6 tibetische Lehrer, die bis Ende Oktober hier bleiben, dann ein halbes Jahr in den tibetischen Stadtteil Boudhanath nach Kathmandu zurückkehren. Das heißt 6 Monate Ferien für die Kinder, nun, sie werden sich freuen. Allerdings dürfte der lange harte Winter hier oben auch nicht von Pappe sein. Es gibt die Klassenstufen 1 bis 5, in den nepalesisch und tibetisch gelehrt wird, sowie die Klasse 6, die extra noch Englisch unterrichtet bekommt. Der bereits hier in Nepal geborene tibetische Hauptlehrer und dessen Frau, ebenfalls Lehrerin, deren beider Eltern aus Tibet emigriert sind, laden uns in ihre praktisch eingerichtete spartanische Einraumwohnung im Schulgebäude ein. Er zeigt und erklärt uns ein naturkundliches Phänomen und mit Abstand die größte Einnahmequelle der Tibeter. Den **tibetischen Raupenpilz Yartsa Gunbu** (*3). Er hat einige große dunkelbraune Exemplare da. Auch einer unserer nepalesischen Küchenhelfer zeigt uns davon welche. Mit Robert besichtige ich eine ehemalige Gompa auf der anderen Flussseite, die jetzt aber privat bewohnt wird. Da keiner zu Hause ist, forschen wir ein bisschen herum, entdecken in einem kleinen dunklen Raum eine riesige abgewetzte steinalte Gebetstrommel, die man an einem Strick drehen kann. Oberhalb der Gompa klettern wir noch ein bisschen in den Felsen herum. Inzwischen ist das Abendessen fast fertig, wir werden in die Küche der Lehrer eingeladen, am mit Holz und Yakdung gefütterten heißen eisernen Ofen Platz zu nehmen, bekommen Tee gereicht. Wohlige Wärme durchströmt unsere ausgekühlten Leiber. Es leben auch einige von den Lehrern betreute Waisen- oder Internatskinder hier, die sich um uns drängen. Da sie Englisch lernen, frage ich ein junges Mädchen der 6. Klasse etwas in englisch, es ist aber sehr schüchtern und getraut sich nicht zu antworten. Dann werden wir zum heißen Abendessen gerufen ins kalte Speisezelt.

+ 285 / - 655 m in 7:40 Std. (2 Std. Pause)

06. 10. Namdo oder Chagaon oder Sibü. Kurz vor 9 verlassen wir den gastlichen Schulplatz von Namdo, nachdem wir dem Lehrer noch eine kleine Spende von 1.000 Rupees überreicht haben. Nach ungefähr der halben Entfernung bis Saldang, die wir am linken Flussufer zurücklegen, überqueren wir auf einer Holzbrücke ein von links kommendes schmales grünes Flusstal mit einem wasserreichen Flüschen. An den vielen Manisteinen mit dem

ཨོཾ་མ་ཎི་པ་ལྷེ་ཨུྌ

eingemeißelten Spruch Om Mani Padme Hum

gehen wir links vorbei, wie es der buddhistisch-hinduistische Glaube verlangt. Ein in der Karte eingezeichneter Kontrollposten ist ebenfalls unbesetzt, die staatlichen nepalesischen Truppen und Beamten haben sich, scheint es, vollkommen aus dem Dolpo zurückgezogen. Nachdem wir links das **Dinjung Khola**, das **Sagar Khola** und das große **Namgung Khola** überquert haben, öffnet sich plötzlich nach einer Biegung wie von Zauberhand vor uns der Anblick auf den großen, auf mehreren Berghängen liegenden weiträumig auseinander gezogenen Ort **Saldang** (3770 m). Die massiven großen Häuser erdfarben, trutzig in traditioneller tibetischer Bauweise mit den begehbaren Dächern, den Gebetsfahnen und viel Knüppelholz darauf, die Fenster und Türen ebenfalls tibetisch und bunt. Wir bleiben in der Nähe des Flusses, da oben an der Schule das Trinkwasser knapp ist. Im Lodge-Grundstück des immer leicht angetrunkenen, gehbehinderten, sonnenbebrillten Lebemannes und ehemaligen Dorfchefs schlagen wir unser Lager auf. Dipak kümmert sich um das Trinkwasser, er rennt rigoros mit den schwarzen PVC-Wasserschläuchen durch die Gegend, bis irgendwann endlich frisches Quellwasser aus dem unteren Ende läuft. Da wir bereits 11 Uhr ankommen, haben wir genügend Zeit und Muse, nach unserem Mittagessen den Ort anzusehen. Vorher durchlaufen wir alle wieder einmal unser

blaues Duschzelt, ich niese, bekomme dabei durch die Höhe Nasenbluten und das Wasser am Boden färbt sich entsprechend. Der Himmel ist mittags etwas bewölkt, später zeigt sich aber Klara wieder in voller Gänze.

Endlich gehen wir uns das Kloster und den Ort ansehen, Phadindra begleitet uns. Am Kloster erfahren wir vom tibetischen Arzt, dass der Lama weiter oben wohnt und nur er den Schlüssel zum Kloster besitzt. Wir laufen auf diversen Wegen zwischen den Häusern und am Rande der Terrassenfelder weiter hoch ins Dorf, werden von den einheimischen Menschen auf den Feldern neugierig beäugt und wir beäugen und fotografieren sie ebenso neugierig. Schließlich sehen wir weit oben Phadindra wieder, er führt uns zum Privatkloster und Wohnhaus von **Labrang Thondup**, dem Lama von Saldang. Dieser lädt uns zu einem Buttertee in seine geräumige Küche ein, kredenzt wird der Labetrunk von seiner Frau. Er zeigt uns ein dickes Buch, in dem er als junger Mann mit langen Haaren auf einigen Fotos abgebildet ist: Caravans of the Himalaya von Eric Valli und Diane Summers. Wie sich später in Kathmandu herausstellt, das einzige erhältliche gute Fotobuch über das Dolpo mit fantastischen Aufnahmen. Auch einen gleichnamigen Film gibt es darüber. Mir scheint, dass Labrang Thondup auch den Schlüssel zur Gompa in Shey Gompa verwahrt. Dann dürfen wir sein **Privatkloster** besuchen, reich ausgestattet mit wertvollen Reliquien, Buddhastatuen und den in rote oder gelbe Stoffbahnen eingeschlagenen Gebetsbüchern, reich geschmückt mit Wandbehängen und Malereien. Ein mächtiger Mann.

Dann gehen wir gemächlich gemeinsam hinunter zur großen goldenen **Saldang Gompa**, werden zuvor noch mit dem traditionellen **tibetischen Arzt** in seinem mit schamanistischer Naturmedizin vollgestellten Ärztehaus bekannt gemacht, spenden diesem einen kleinen Betrag für die Anschaffung neuer Medizin. Er beklagt sich, dass die nepalesische Regierung immer Medikamente geschickt hat, erstmals dieses Jahr ist die Lieferung ausgeblieben. Auch das fast jedes zweite Kind bei der Geburt hier stirbt, erfahren wir erschüttert. In einem gelben Nebengebäude stehen zwei riesige drei Meter hohe bunte Gebetszylinder, die mit Symbolen bemalt sind, mit dem Rad des Asoka, der Kugel des Erbarmens, mit Schlangen, Blumen und dem Mantra Om Mani Padme Hum. Dann schließt uns Labrang das Kloster auf, wir besichtigen es im Uhrzeigersinn, spenden ebenfalls für die Erhaltung einen kleinen Betrag an den Lama. Saldang ist eine Gompa der Sakyapa, hier werden die Bodhisattvas Manjusri und Tschenzig verehrt neben dem historischen Buddha Shakyamuni und dem kommenden Buddha Maitrea. Auf den leuchtenden Fresken ist der allgegenwärtige starke Padmasambhava abgebildet, der gerade ein himmlisches Fest mit einem greulichen blauen Herrscher des Totenreiches feiert. Dieser hält uns eines Tages den Spiegel vor, vor dem wir uns nicht verbergen können, und wiegt für uns die weißen Steine der guten Taten gegen die schwarzen der bösen Taten ab. Das schöne Kloster kann vom Flussufer unten nicht eingesehen werden, erst 100 m weiter oben beginnt sein goldenes Dach zu funkeln. Schließlich kommen wir wieder zu unserem Camp. Abendessen mit leckerer Rakshi-Verkostung und Nachtruhe.

+ 135 / - 235 m in 2:15 Std. (o. Pause)

07. 10. Saldang. Kurz nach 8 Uhr laufen wir noch einmal das Dorf Saldang hinauf. Wir kommen an der Schule vorbei, gelangen schließlich 300 m höher in ein schmales Flusstal, wo auch die schwarzen Wasserrohre zum Dorf beginnen, ihr kostbares Nass nach unten fließen zu lassen. In Kehren geht es in südliche Richtung immer höher über das Dorf auf einen Bergrücken hinauf. 4200 m, das Herz pocht, die Nase läuft. Habe mir gestern einen Schnupfen eingefangen durch zu wenig Kleidung und den eisigen Wind. In 4600 m Höhe erreichen wir nach 2½ Std. einen **ersten kleinen Pass**, verschnauften etwas an der langen Mani-Mauer. Weiter gerade auf dem mit stacheligen Grasbüscheln und Wacholderbüschen bewachsenen Bergrücken, gegenüber sehen wir das gezackte Felszinnenschloss, das uns noch weit überragt, sowie einige weiße Bergspitzen in der weiten tibetischen Landschaft. Auch unten im **Namgung Khola** geht ein Weg entlang, dieser ist aber länger als unsere Abkürzung über den Berg. In 4650 m Höhe erreichen wir bald darauf den **zweiten mit Gebetsfahnen drapierten Pass**, tief unter uns gurgelt der Fluss. 30 Minuten Mittagspause. Nun geht es auf gerölligen Serpentina bergab nach **Namgung oder Luri Gompa** (4430 m). Von ferne erkennen wir, dass schon ein erstes rotes Zelt unseres Lagers aufgebaut ist. Rings um das Dorf gelbgrüne feldsteinbegrenzte Felder, auf denen Getreidepuppen aufgestellt sind. Die grauschwarzen Berghänge sind erodiert wie in einer

Vulkangegend. Drei nepalesische Lehrer überholen uns, wollen von Saldang heute noch nach Shey weiter. Auf halber Strecke kommt uns der stets hilfsbereite Küchenhelfer Bragas entgegengeeilt mit einem Tablett voller Tassen und heißem Ananassaft. Der gute Service von Adventure Geo Treks lässt grüßen.

Vom Camp aus können wir in Ruhe eine Herde von 15 Blauschafen, auch Bharals genannt, beobachten, die sich auf dem Hang über uns nicht stören lassen. Nach kurzem Verschnaufen besichtigen wir die **Gompa von Namgung**, der ältere Kloostervorsteher mit Frau und Enkelkind zeigt uns das Innere, Masken, kleinere Metallbuddhas und viele Schriften. Dieses Kloster ist die Hauptwirkungsstätte des 1981 geborenen und als Wiedergeburt des vorherigen Tulku erkannten **Dolpo Tulku Rinpoche Sherap Sangpo**. Seine weiteren Klöster sind in Tokyu und Saldang. 2010 kam der Film „Dolpo Tulku – Heimkehr in den Himalaya“ von Martin Hoffmann heraus, er beschreibt den Weg des Hirtenjungen Sherap Sangpo zum hochstehenden geistlichen Oberhaupt im tibetisch geprägten Dolpo. Zum direkt in eine steile Felswand gebauten **Bergkloster** balancieren wir auf einem unscheinbaren Pfad durch ein steiles Grundstück. Leider ist es in erbärmlichem Zustand, teilweise verfallen und das Betreten sollte nur mit äußerster Vorsicht geschehen. Im dunklen Inneren eine große drehbare Gebetstrommel. Am Hauptkloster bekommen wir von der Frau des Lamas Buttertee mit echter Yakbutter ausgeschenkt, Phadindras Geld weist sie entschieden zurück. Am Fluss liegt ein Riesenstapel Bretter für das Kloster, einige davon tragen wir hoch zum Kloster. Wir bekommen unseren Five-O-Clock-Tee auf der Terrasse mit den Chörten, die neben unseren Zelten stehen. Die Sonne verschwindet 16 Uhr 20 schnell hinter den steilen Berghängen und es wird sofort kalt. 18 Uhr Abendessen und halb acht sind wir in unseren Zelten heute verschwunden.

+ 805 / - 260 m in 4:50 Std. (1 Std. Pause)

08. 10. Namgung oder Luri Gompa. 6 Uhr 30 aufstehen, kurz vor acht marschieren wir los, den Berg 600 Höhenmeter hinauf zum **Sela oder Shey Bhanjyang Pass** (5010 m). Wir durchschreiten ein gerölliges Flusstal, das vielfach noch von Eis überzogen ist, gelangen in das nächste ebenso mit Geröll bedeckte Flusstal. Mein Schnupfen und Nasenbluten machen mir zu schaffen. 10 Uhr 30 erreichen wir den Pass. Vor uns im Süden ragt der nahe weiße Koloss des **Kanjelaruwa oder Kanjirowa** (6612 m) auf. Die obligatorischen Gipfelfotos, denen man sich leider nicht entziehen kann, werden geschossen. Wir treffen die sportliche Beatrix aus Bern, die sich mit unseren Guides perfekt in nepalesisch unterhält, sie verbringt 3 Monate in Nepal, einen davon unterrichtet sie Englisch in Kathmandu. Ihre Begleiter hängen ca. 2 Std. hinterher. Auf einem Flusstein sehe ich die Losung eines Schneeleoparden, höchstens 2 Tage alt. In 4700 m Höhe nehmen wir in einem schönen grünen windstillen Seitental unser Lunch ein. Ebenso lassen es sich unsere Maultiere vom saftigen Gras schmecken. Abwärts geht es in ein dunkelgrünes Flusstal mit stachligem Wacholder bewachsen. Wir kommen am Klosterkomplex vorbei, es ist verschlossen. **Shey Gompa** (4160 m) mit unserem herrlich gelegenen Zeltplatz an einem kleinen Flüschen ist einer der schönsten Orte auf unserem Treck. Einige qualmende Sommerhütten der Hirten stehen unterhalb. Die Bewohner treiben Ihre gemischten Ziegen- und Schafherden auf die Berghänge der Umgebung auf die Weide. Es gibt auch viele Yaks hier. Unsere Begleiter kaufen sich den nahrhaften knochenartigen weißen Yakkäse, den sie gern knabbern. Am Klosterhang sind richtige massive tibetische Häuser zu sehen, die auch im Winter bewohnt bleiben. Unten im Tal ragt ein schroffes Felsmassiv auf, das mich an die Cadini-Spitzen in den Dolomiten erinnert. Neben uns zelten vier spanische Touristen. Auf der Wiese lagern etliche handgesägte Bretter und Balken, die auf den Weitertransport auf einem Yakrücken zum Kloster nach Saldang und Luri Gompa warten. Nachmittags nehme ich für meinen Schnupfen ein Dampfbad über einer Schüssel mit kochendheißem Wasser, in das Phadindra einige Tropfen eines hochexplosiven Öles tropft. Mir nimmt es unter dem Handtuch den Atem, es zieht mir bald die Gesichtshaut ab und es beizt mir die Augen aus, aber ich zwingen mich, 10 Minuten diese Qualen zu erdulden. Hinterher geht es mir und meinem Schnupfen viel besser. Der gutschmeckende Local Rakshi, den uns Phadindra bei den Dorfbewohnern besorgt, mundet uns nach dem Abendessen vortrefflich.

+ 750 / - 780 m in 7:25 Std. (2,5 Std. Pause)

09. 10. Shey Gompa. Nachts schneit es leicht, wovon aber früh nichts mehr zu sehen ist. Nur das Kanjellaruwa-Massiv ist noch von dicken Wolken umgeben, bei uns aber scheint wie immer die Sonne. Heute ist unser **zweiter Ruhetag**. Eigentlich unser dritter, aber einen Tag haben wir ja durch den Zwangsaufenthalt in Nepalgunj verloren. Nach dem Frühstück wandern wir gemütlich zum Tsakhang Kloster, es liegt auf einem Berg in einem nahen Seitental. Von Shey Gompa aus gibt es wie am Heiligen Mount Kailash in Tibet eine richtige **Kora, die um den 5478 m hohen Kristall-Berg oder Crystal Mountain führt**, auch einen **Drölma La Pass** gibt es. Wir erfahren, dass diese Runde ca. 9 Std. dauern würde und über den sehr steilen gerölligen Anstieg zum Drölma La eine Passhöhe von ca. 5400 m zu überwinden ist. Deshalb verzichten wir auf dieses zusätzliche Abenteuer. Auch unser heutiges Ziel liegt auf dieser Kora. Unterwegs sehen wir wie am richtigen Mt. Kailash einige buddhistische Reliquien, zum Beispiel eine Chörten mit einem Fersenabdruck von Buddha und eine kleinere überdachte Stupa mit beiden Knieabdrücken und dem Handabdruck Buddhas. Wir durchlaufen zwei Seitentäler, bewachsen mit gelben und grünen Büschen, an denen meterlange Stacheln wachsen und gelbe bis orange Früchte hängen, bis wir 270 m höher das rot-weiße **Tsakhang Bergkloster** wie ein Nest unter einer Felswand kleben sehen. Links über uns der berühmte Kristallberg, der Crystal Mountain. Von hier sieht er am unteren Ende aus wie ein Totenkopf und auch wie ein sitzender Tibeter. Noch müssen wir ein drittes Tal mit einem Bach mit einer kleinen Steinbrücke darüber am Talgrund und mit einigen Chörten mit weißen Gebetsfahnen und Mani-Mauern passieren, bis wir an die rote Bergwand kommen. Auf dem Weg kreuzt eine scheue Herde Blauschafe, die aber nicht blau, sondern beigebraun aussehen, unseren Weg und zieht im Bachtal hinauf hoch zum Crystal Mountain. Direkt an der Felswand angekommen sehen wir, dass die Wand eigentlich grauschwarz ist, aber von einer gleichmäßigen rötlichen Kalkschicht, die das Wasser auf dem Fels hinterlassen hat, überzogen ist. Endlich gelangen wir in den Hof des Tsakhang Klosters. Die Mutter des Lama aus Shey, die uns begleitet hat, schließt uns das Kloster auf. Drinnen entzündet sie einige Butterlampen. Wir erfahren, dass die Gompa ca. 500 Jahre alt ist. Alles ist sehr gut erhalten. Die Mauern des Klosters wurden in die Felswand eingepasst. Die Klosterwände sind mit weißer und hellbrauner Erdfarbe, Clay genannt, bemalt. Ein einsamer Mönch nur wohnt in der Zeit des langen Winters in dieser Einöde. Einmal im Jahr im August findet hier ein großes Festival statt, zu dem alle Tibeter aus nah und fern zusammenkommen, um zu feiern. Der erste Karmapa Rang Yung Dorje lebte hier von 1284-1339, der sechzehnte Karmapa Rangche Rikpe Dorje lebte von 1923-1981. Auch alle weiteren Karmapas sind an den Wänden aufgezählt. Der derzeitige Klosterchef ist demnach 29 Jahre alt und könnte der **Rinpoche Sherap Sangpo Dolpo Tulku** sein. Über eine Leiter aus einem Baumstamm gelangen wir in die geräumige Küche und auf das Dach des Klosters. Im weißen Gästehaus befinden sich ebenerdig einige Vorratsräume u. a. mit Yakdung für die Küche und Wacholder für den Weihrauch. Im Hof des Gebäudes eine Art Brunnen, von der Decke tropft das Wasser in Auffanggefäße.

Zurückgekehrt von diesem erfrischenden Ausflug bekommen wir unser Mittagessen. Dipak hat heute für uns schwimmend gebackene Kartoffelspalten, gedünstetes feingehobeltes Gemüse, T-Momos, die wie Pilze aussehen, sowie gebratene Büchsenwurst gezaubert. Nachmittags relaxen und Ortsbesichtigung. + 355 / - 355 m in 3:00 Std. (1 Std. Pause)

10. 10. Shey Gompa. Früh ist wieder alles gefroren, die Zelte, die Pfützen und die Wäsche, die wir zum Trocknen an den Rucksäcken befestigen. Im Zelt minus 1 Grad, draußen mindestens minus 5 Grad. 8 Uhr verlassen wir unser Lager in Shey Gompa in südliche Richtung. Über grüne und braune Flächen gehen wir das breite **Hubaiung Khola** Tal hoch. Wir haben einen langen Tag vor uns, wollen noch bis ins Phoksundo Tal absteigen. Allerdings wäre der Zeltplatz oben im High Camp nach dem Nangdalo Pass bessere Wahl gewesen wegen der gleichmäßigeren Streckenaufteilung. So haben wir heute über 8, morgen aber nur leichte 3 Std. zu gehen. Nach einer Stunde gehen kommt von links ein breites Tal zu uns herab, wir gehen aber gerade aus zum einzeln stehenden riesigen steilen Bergmassiv. Nach 1 Std. 20 Minuten erreichen wir auf 4700 m den Zugang zur **Kora um den Crystal Mountain**, viele Steinmännchen, Gebetsfahnen und kleine Stupas weisen den Weg nach oben, es sieht äußerst steil aus, der Pfad führt zwischen schroffen Felswänden empor. Wir laufen auf der rechten Schuttmoräne oberhalb des Flusses entlang, passieren das auch von Shey aus gut zu sehende einzelstehende große

Bergmassiv. Nach der Moräne wieder auf der rechten Flussseite hoch. Die Berge treten etwas zurück und wir gehen mit einem Tempo von 4-6 Meter pro Minute hoch. Im Schatten der Berghänge ist es sehr kalt, wo uns die Sonne erreicht, aber recht heiß. Man muss aufpassen, sich nicht zu erkälten, was bei mir nicht greift, da ich es schon bin. 12 Uhr 15 erreichen wir auf 4950 m Höhe nach einer zehnmütigen Pause einen Steilaufstieg, einige Träger gehen auf der rechten Seite des Wasserfalls hinauf. Der richtige Weg aber führt zum Bachbett unter dem Fall und weiter auf dessen linker Seite zu dem schneeüberpuderten Felsmassiv hoch. Dahinter vermute ich einen kleinen Bergsee. Phadindra meint oben, dass der Passweg rechts hoch geht nach Nordwesten. Wir schauen gemeinsam auf die Karte und mit Hilfe des Kompasses erkläre ich ihm, dass der richtige Pass sich links im rechten Winkel zum bisherigen Aufstieg befinden muss, genau in südlicher Richtung. Wir begegnen tschechischen Trekkern, die gerade ihr Nachtlager zusammenpacken und die alles Gepäck und Essen selbst auf dem Rücken tragen. Wir unterhalten uns kurz mit ihnen, sie sind diesen Weg über den Kangla Pass schon herzu vom Phoksundo See gegangen, weisen uns auch in die südliche Richtung.

Auf 5000 m Höhe auf einem Hochplateau kurz vor dem letzten Steilaufstieg zum Pass begegnen wir einem österreichischen Paar, das ebenso mit **Adventure Geo Treks** von Juphal über den Phoksundo See nach Shey Gompa und zum Hidden Valley und nach Jomsom unterwegs ist. Wir begrüßen Sonam, den Träger, sowie die anderen Begleiter, ein herzliches Wiedersehen gibt es mit dem sympathischen 22-jährigen **Yogesh Rai**, der jetzt Trekkingführer und ein richtiger Mann geworden ist. Gemeinsam waren Uwe und ich 2008 am Dhaulagiri und anschließend im Kali Gandaki Tal mit Yogesh unterwegs. Wir erfahren, dass zwei angeworbene Träger aus Juphal nach einem Tag wieder das Weite gesucht haben. Deshalb werden von unserer Agentur ja die Träger aus Kathmandu hierher beordert. Diese müssen nun das Gepäck unter sich aufteilen, Mulis haben sie nicht dabei. Vor uns türmt sich der letzte Steilaufstieg, in Kehren geht es einen schwarzen Hang aus sandigem Schiefergeröll hinauf. Es kostet mich noch einmal große Anstrengung, die letzten Meter in dieser Höhe aufzusteigen, oft muss ich stehenbleiben, durchatmen und Luft schnappen. Bibash kommt uns entgegen, will uns auf den letzten Höhenmetern unsere Tagesrucksäcke abnehmen, Kerstin, Anke und Robert weigern sich standhaft, ich gebe nach und er trägt mir meinen Rucksack nach oben. Dann eilt er wieder hinab zu Uwe, der sich aber standhaft weigert, den Rucksack herzugeben, man merkt, was echte harte Bergsteiger sind. Schließlich quäle ich mich die letzten Meter zum Pass hoch.

Der mit Gebetsfahnen geschmückte **Sehula Bhanjyang oder Nangdalo oder Kangla Pass** ist 5360 m hoch und liegt auf der **Chhurang Lek Bergkette**. Oben ruhen wir uns eine Weile aus, alle sind glücklich. Wir haben eine weite Sicht nach allen Richtungen, sehen viele Schneeberge, können weit bis nach Tibet hineinsehen und unsere Aufstiegsroute betrachten. Jetzt sehen wir auch den türkisblauen Bergsee im Tal hinter uns schimmern. Die Berge hier sind aus schwarzem Schiefer, der in der Sonne glänzt. Einer der fernen sieht aus wie das Matterhorn. Es ist stürmisch am Pass. Lange können wir nicht verweilen. Steil geht es den weichen erdigen Schiefergeröllabhang hinunter, wir können in riesengroßen Schritten den Berg abfahren, legen ein irres Tempo vor. In wenigen Minuten sind wir auf 5050 m angelangt. Vor uns sehen wir den einzelstehenden dick verschneiten und vereisten Kanjeluwa mit seiner Gletscher-Nase immer noch in Wolken vor der türkisen Sichel des Phoksundo Sees. Seine Nachbarberge und er sind bis zum Fuß eingeschneit, das waren die dicken Wolken des vorletzten Tages, die wir von Shey aus sahen. Es hätte auch unseren Pass mit erwischen können, wir haben wieder einmal Glück. Wir verspeisen mit Genuss unser Lunchpaket. Unter uns entspringt ein kräftiger Bach, auf dessen linker Seite wir ein abschüssiges schmales Gerölltal von hohen braunen Felswänden umgeben nach unten steigen.

In 4690 m Höhe befindet sich eine schöne **Campingwiese** mit einigen ebenen Flächen für die Zelte. Darüber in einem steilen Geröllhang ein schöner Wasserfall. Gestern hat die Yogesh-Gruppe hier übernachtet. Normalerweise wäre dies ebenfalls unser heutiger Übernachtungsplatz. Wir beschließen aber, in diesem **Tuk Kyaksa Khol** genannten Tal weiter nach unten abzustiegen, somit das Obere Dolpo endgültig zu verlassen. Allerdings wissen wir vorher noch nicht, wie weit es nach unten sein wird, denn das in der Karte eingemalte Camp **Lar Tsa** auf 4120 m gibt es nicht oder haben wir übersehen. Wir stellen erneut fest, dass von der Gegenrichtung aus alle drei Pässe schwieriger zu besteigen wären. Das heißt, die Laufrichtung unserer Dolporunde im Gegenuhrzeigersinn ist eindeutig die bessere Wahl als anders

herum. Nach über 1000 m Abstieg vom Pass beginnen sich in 4250 m Höhe die ersten bis 15 m hohen Birken an den Hängen anzusiedeln. Wir laufen kontinuierlich über teils kipplige großblöckige Steine im mit Felsbrocken aller Größen übersäten Tal abwärts, später in der Mitte des Tales zwischen den einzelnen Bachläufen entlang. Auch schöne Badebecken gibt es. Rechts und links fließen kleine Wasserfälle von den steil aufragenden Felswänden und kleinen Seitentälern herab. Wir kommen an einer Bofe mit Sitz- und Schlafplätzen vorbei, vielleicht ist hier das Camp Lar Tsa von der Karte.

Phadindra erzählt mir ganz nebenbei, was inzwischen in den Trekking-Lodges in Nepal u. a. die Getränke kosten: 2 Liter heißes Wasser kosten 700 Rupees, dasselbe kostet auch schwarzer Tee, ein Bier 350 Rp., Cola 150 Rp. Diese hochgepuschten Preise und viele andere ähnlicher Dinge haben die Touristen der maoistischen Young Communist League (YCL), den roten Horden der Jugendorganisation der Communist Party von Nepal (den Maoisten) zu verdanken. Wenn ein Porter denkt, zu wenig Lohn erhalten zu haben, geht er zu den Maoisten, diese verprügeln dann den Guide. So einfach ist das. Die YCL führt öfter in ganz Nepal ihre berüchtigten Prügelattacken durch, ganz nach dem Vorbild ihres großen roten chinesischen Bruders.

Inzwischen sind wir wieder am rechten Ufer auf einem kleinen Weglein unterwegs. Die Landschaft ist nicht mehr kahl, sondern mit Bäumen und Büschen und verschiedenfarbigen Gräsern zugewachsen. Weiter oben scheint die Sonne, wir aber sind bald am Fuß des Kanjalaruwa angelangt. Der Weg schafft es trotz der manchmal bis in den Fluss hineinragenden senkrechten Felswände immer, sich irgendwo vorbeizumogeln, es gibt auch mehrere Brücken und Steine, die bei der ständigen Flussüberquerung am unteren Ende dieses schönen Tales helfen. Schließlich erreichen wir in 3850 m Höhe das **Phoksundo Khola**, das Quertal, nach weiteren wenigen hundert Metern liegt links unser wunderschönes **Phoksundo Corner Camp** (3825 m), die rotleuchtenden Zelte mitten zwischen den Bäumen direkt am weißen feinsandigen Phoksundo Fluss-Badestrand des reißenden Zuflusses zum Phoksundo See. Da die Wassertemperatur sich mit der Außentemperatur um die tiefsten Werte streitet, verzichten wir lieber auf ein Bad. Auf beiden Flussseiten hohe Felsenwände, oben mit Birken und Tannen bestanden. Um unsere Zelte stehen verknerzelte Bäume, meist Birken, es gibt genug Holz, um ein kleines Lagerfeuer in Gang zu halten. Darauf kochen unsere Träger in Schnellkochtöpfen ihr Essen, Dal Bhat, Reis mit Linsen und bringen auch unser Wasser zum Kochen. Ist zwar hier im Nationalpark nicht ganz legal, spart aber das teure Kerosin. Mit unseren Begleitern sitzen wir abends noch um das Feuer zusammen. + 1030 / - 1630 m in 8:45 Std. (2 Std. Pause)

11. 10. Phoksundo Corner Camp. Nachts minus 5 Grad trotz der niedrigeren Höhe. 8 Uhr 30 gehen wir los, ich habe erstmals kalte Füße. Wir laufen links des glasklaren graublauen Flusses auf schmalen Weg, teilweise aus Steinplatten gelegt, manchmal auf Baumstämmen über dem Wasser balancierend. Vor uns öffnet sich ein breites sonnendurchflutetes Tal mit grünbraunen herbstlichen Wiesen und einer herrlichen Aussicht auf den nahen Kanjalaruwa auf der rechten Talseite. Es wachsen stark verästelte Birken, manche bis 2 Meter Stammdurchmesser, große Wacholderbüsche, nur wenig Blümchen sowie buntfarbene stachelige Büsche hier. Durch die Büsche sehen wir die zarten pastellgrünen, dünnen Kiefern in der Sonne leuchten. Oben auf den Felsen wachsen große Kiefern und hohe Tannen. Darüber die schneebedeckten Ausläufer des eisbedeckten Kanjalaruwa. Der Fluss wäre hier sehr gut mit einem Kajak befahrbar. Fische gibt es darin keine. Es kommt uns eine Trekkinggruppe sowie Maultiere mit Gepäck entgegen, auch die Tschechen sitzen feuermachend unterwegs in einer Bofe.

Auf 3800 m Höhe kommen wir an einer schönen Zeltwiese vorbei mit einem großen Stein in der Mitte, darauf die Jahreszahl 2062, also 5 Jahre alt. Das könnte unser geplantes **Silver Forest Camp** sein, in dem wir ursprünglich übernachten wollten, heute aber bis kurz vor dem Phoksundo See weitergehen. Wir kommen durch Waldstücke auf eine weitere breite Wiese, wo es eine Brücke über den Fluss weggespült hat. Wir müssen diesen überqueren. Ziehen unsere Sandalen für einige Zeit an und durchwaten erst einmal zwei Flussarme, die nur knietiefes aber dafür eiskaltes Wasser führen. Auch danach kommen noch einige flache Stellen im weit mäandernden Fluss, die wir durchwaten müssen. Uwe läuft wie ein Mann mit seinen Goretex-Bergschuhen durch das spritzende Wasser. Kurz vor unserem Camp sehen wir vor uns einen Berg, der aussieht wie die Ama Dablam mit der dünnen Sichel des Mondes darüber. Die rechte

Waldseite vor dem Kajirowa Massiv hat vor Jahren einmal gebrannt, einige Bäume sind noch verkohlt. Es folgt ein dichter asiatischer Kiefernwald, der Boden mit dickem Kiefernadelteppich belegt. 11 Uhr 30 erreichen wir auf 3765 m unseren heutigen Campingplatz **Silver Forest Lake Camp** 30 Minuten vor dem See. Eine kurze Etappe.

Das **Phoksundo Khola** ist sehr flach und sandig und sicher einen Kilometer breit, der Fluss hat sich in einzelne Bachläufe aufgeteilt und es wachsen überall niedrige scharfstachelige Büsche. Phadindra hat den Ort mit Bedacht gewählt, er liegt hinter einem Hügelrücken, geschützt vor den eisigen Winden, die uns am Seeufer um die Ohren bzw. Zelte pfeifen würden. Wir genießen den Tag, pilgern nach dem Essen schon einmal vor an den riesigen **Phoksundo See** (3650 m), den zweitgrößten See Nepals nach dem fernen Rara See, der ebenfalls im Oberen Dolpo liegt. Seine einmalige tieftürkismilchige Farbe hat er nur, wenn ihn die Sonnenstrahlen erreichen. Der Anblick des Sees verschlägt uns den Atem, wir schlendern an seinem mit allerlei skurril geformtem Schwemmholz bedeckten Ufer entlang und träumen. Wir begegnen einem ca. 60-jährigen belgischen Pärchen, beide mit großen Rucksäcken, eigenen Zelten, Ausrüstung und Kocher, aber auch mit zwei nepalesischen Begleitern unterwegs. Eine abgespeckte minimale Tourvariante für ein kleines Budget. + 25 / - 95 m in 3 Std. (o. Pause)

12. 10. Silver Forest Lake Camp. Früh sind es draußen immer noch minus 5 Grad, im Zelt ein Grad. Nach unserem Frühstück laufen wir zum **Phoksundo See**, der Wind ist kalt, aber die Sonne wärmt das Tal auf. Auf der rechten Seeseite führt der Weg allmählich am Hang hinauf. Wir kommen ins Schwitzen. Von oben bieten sich uns immer wieder Ausblicke auf das leuchtende türkisblaue Wasser. Deshalb machen wir ab und zu ein Päuschen, müssen auch unsere Mulis vorbei lassen. Kurz nach dem höchsten Punkt, einem 500 Meter über dem Seespiegel liegenden Pass mit Gebetsfahnen, trotteln vor uns einige Yaks, lassen sich von uns nicht stören, wollen auch nicht beiseite gehen und vom Hauptweg abweichen. Phadindra führt uns vorsichtig im steilen Gelände unterhalb der Tiere vorbei. Abwärts geht es auf einer zentimeterdicken hellgelben feinen weichen Staubschicht. Im farblichen Gegensatz dazu das kräftige Dunkelgrün der Wacholderbüsche, die sich die Hänge hinunterziehen, das leuchtende Rot spitzstacheliger Sträucher, das gescheckte Weiß der vom Winde zerrupften Birken, die ihre Arme nach allen Richtungen in das perfekte Azurblau des komplett wolkenlosen Himmels ausstrecken und die glänzendbraunen Felsen über dem milchigen Türkis des Sees. Wir brechen in Lobeshymnen aus. Wir queren ein Seitental, in dem uns Bibash mit heißer Limonade erwartet. Alle sind begeistert, als Robert noch eine Tafel Schokolade aus seinem Rucksack dazu zaubert, kennt die Freude keine Grenzen. Am anderen Seeufer sehen wir bereits die Häuser der Ortschaft Phoksundo. Kurz vor dem Ort führt der Weg ca. 20 Meter oberhalb des Sees auf einem wunderschönen sehr schmalen Panoramaweg an ausgehauenen engen senkrechten Felsen entlang, hier müssen die Maultiere entladen und das Gepäck von den Treibern selbst auf dem Rücken transportiert werden. Vor drei Wochen erst ist an dieser Stelle ein Tier mit Gepäck abgestürzt und ertrunken. Wenn einem hier Yaks entgegenkommen, wird es braun (evtl. auch weiß oder schwarz, je nach Fellfarbe). Auf der rechten Seite des natürlichen Abflusses des Sees liegt auf Terrassen unser bereits sichtbares Camp. Links ein verlassenes Armeegelände und dahinter ein großer Wald.

13 Uhr erreichen wir **Phoksundo oder Ringmogaon** auf 3733 m Höhe. Der See liegt laut einer Infotafel 3650 m hoch, ist 5,5 km lang, max. 800 m breit und nimmt eine Fläche von 4,5 qkm ein. Rückblickend sehen wir gegenüber unseren Weg, der sich steil den Berghang hinunterzieht. Die Küche hat in einem gemauerten Kabuff mit Holzdach Stellung bezogen, die beiden Kocher rattern schon eine Weile. Später nur noch einer, da der andere seinen Geist für den restlichen Treck aufgibt, auch stundenlange Reparaturversuche schlagen fehl. Dipak muss schon sehr zirkeln mit nur einem Kocher. Bald gibt es das Mittagessen. Danach steht das Duschzelt der Reihe nach für uns zur Verfügung.

Am Nachmittag besuchen wir den Ort, verköstigen an einem Restaurant endlich wieder einmal ein Bierchen. Wir laufen zwischen den hohen tibetischen Wohnhäusern mit ihren holz- und strohbedeckten Dächern entlang zur Dorf-Chörten, die auch als Lagerraum dient. Auch einige einfache Lodges, die stolz die Namen „Sherpa Hotel and Lodge“ und „Trekkinghotel“ tragen, gibt es. Unsere TrekkerInnen feilschen noch um einige Ketten mit Türkis, Xi-stein und Korallen, die die Hotelbesitzerinnen Ihnen anbieten. Kurz vor der Dunkelheit laufen wir auf einer Holzbrücke

über den aus dem See entstehenden Fluss. An der weitläufigen Bucht gehen wir am Seeufer bis zur gegenüber liegenden altherwürdigen **Tsova oder Thasung Tsoiling Gompa**, einem der raren Bön-Kloster. Ein älterer und ein jüngerer Mönch begrüßen uns. Eintritt kostet 200 Rupees. Die Buddhas heißen bei den Bön anders und sehen etwas anders aus als in den tibetisch-buddhistischen Gompas. Nach dem normalen 500 Jahre alten Kloster schließt uns der Mönch noch die Tür zu einem Schatzkästlein auf, einem noch viel älteren winzigen Schrein mit originalen alten Utensilien, u. a. einem weißen Buddha und einem grünen Holzbuddha mit 18 Armen und 9 Köpfen. In der Klosterküche sitzen einige Frauen und Männer beim Buttertee. In der einbrechenden Dunkelheit ist von der türkisen Farbe des Sees nichts mehr zu sehen. In der verlassenen Armeestation untersucht nur ein einsamer Yak die für ihn zu enge Inneneinrichtung eines Plumpsklos. Da er nicht wenden kann, hat er Schwierigkeiten, den Rückwärtsgang zu finden. Neben den verlassenen leeren Häusern Schützengräben, Stacheldraht und MG-Nester mit Sandsäcken. Unterhalb ein neues Haus, die Post von Rigmo, wie auf einem Schild zu lesen ist. Auch eine mit Steinen ausgelegte Rubbish-Grube gibt es.

Unser Koch Dipak hat heute für unsere gesamte Trekkinggruppe eine kleine 15 kg schwere Ziege für 5.000 Rupees gekauft, wir freuen wir uns schon auf das leckere Abendessen. Inzwischen sind auf unserem Camp noch drei Touristen aus München eingetroffen, sie werden die Dolpo-Tour bis Jomson laufen. Der 60-jährige Günther sponsert die Schule in Saldang, hat zum jährlichen großen DAV-Summitclub-Treffen in Berchtesgaden einen eigenen Stand. Er reitet auf seinem für 120.000 Rupees am Touranfang gekauften Pony den gesamten Weg ins Obere Dolpo. Dirk, ein sympathischer, 1984 dem Osten Deutschlands den Rücken gekehrter ehemaliger Meißener und eine Deutsch-Kalifornierin, die schon 20 Jahre in München wohnt, begleiten ihn. Auf unserem Zeltplatz steht ein grünes chinesisches Armeezelt, das ein Restaurant beherbergt. Wir besuchen es abends, verkosten den guten einheimischen Chang und den Rakshi, unterhalten uns mit den tibetischen Besitzern und den anderen Gästen. Der Grundstücksbesitzer bekommt pro Touristenzelt 250 Rupees Campinggebühr. Phadindra begleitet uns, passt auf, dass wir uns nicht zu viel des Guten eintun. Bringt uns dann vorsorglich wieder an unser Zelt. Nachts wache ich halb 2 auf, im Rakshizelt wird immer noch unkontrolliert gesungen und gegrölt.

+ 530 / - 510 m in 5 Std. (1 Std. Pause)

13. 10. Phoksundo. Exakt 4 Uhr 54 beginnt unser Koch Dipak mit lautem Singen seinen heutigen Tag. Da unsere Küche in einer Art Musikpavillon untergebracht ist, verstärkt dieser noch den Klang. Die Maschinerie unseres Trosses läuft an. 5 Uhr 45 wird es hell, 6 Uhr bringt uns Bibash heißen Tee ans Zelt. Mit Blick auf den Phoksundo See schlürfen wir das erwärmende Getränk. In den Nachbarzelten beginnen die Insassen sich zu räkeln und zu quatschen. Der Chang gestern war vom Feinsten, ich habe keine Nachwehen. Ich würde gern früh im Heiligen See schwimmen gehen, mein Schnupfen sagt aber rigoros nein dazu, schade. Aber verabschieden tue ich mich noch auf Tuchfühlung mit ihm. Unser Muleman bekommt beim morgentlichen Satteln von einem der Tiere einen Hufschlag ans Knie, der ihn den ganzen Tag humpeln lässt. Kein gutes Omen. Dann beginnt unser Marsch weiter nach unten. Wir sind noch im Schatten, die Temperatur knapp über dem Gefrierpunkt. Alle haben dicke Jacken und Wintermützen an. Aber die Berge oben sind schon im Sonnenschein, der uns auch etwas später erreicht. Phadindra liefert im Dorf noch das abgezogene Ziegenfell beim ehemaligen Besitzer ab, dann laufen wir am rechten Flussufer des Phoksundo Abflusses das gleichnamige **Phoksundo Khola** Tal entlang. Müssen sogar noch einmal 150 m aufsteigen, um zu einem neuen mit Gebetsfahnenketten und vielen Sprüchen geschmückten offenen blauen Holzpavillon zu kommen, der uns von einem Felsvorsprung eine fantastische Aussicht auf den 200 m hohen mehrstufigen mächtig brüllenden Wasserfall des Phoksundo Khola bietet. Ein schöner Picknickplatz. Gegenüber oben sind die Berge **Norbung Kang** (6085 m) und **Kanta Gatan** (5910 m) zu sehen, den einige Bergsteiger unserer Expedition bestiegen haben. Jetzt geht es steil abwärts, auf den seitlichen Hängen sind die Frauen dieser Region damit beschäftigt, Grasfutter für ihre Tiere für den nahen Winter zu schneiden. Es geht mehrere hundert Meter abwärts, gegenüber im **Maquwa Khola** liegt das langgezogene Dorf **Maduwa**, von vielen Terrassenfeldern umgeben. Auf den Berghängen wachsen schon wieder viele Tannenbäume. Die Steinsandhänge links davon erinnern mich etwas an das Bryce-Canyon in den USA. **Polam** mit seinen winzigen Häuschen, aber einem riesigen Marihuanafeld liegt auf 3397 m, direkt auf

der anderen Flussseite sehen wir ein von den Maoisten zerstörtes Armeecamp. In 3110 m kommen wir an einem Dorf vorbei, das nur aus Lodges besteht. Eine davon das Jharana Hotel. Danach sehen wir das Dach einer neuen Gompa auftauchen. Wir überqueren auf einer stabilen Holzbrücke mit einem Geländer, das mich sofort an die polnischen Pferdewagen erinnert, den Phoksundo Fluss auf die linke Seite. Wir kommen zum Kloster und auf den Hof der großen 1994 gebauten **Taprizia Secondary School**, der wir einen kurzen Besuch abstatten. Die 175 Schüler sind hier im Internat untergebracht, da die Wohnorte der Schüler oft mehrere Tagesmärsche entfernt liegen. Uwe wird seine letzten Stifte reißend los. Wir laufen weiter in leichtem Auf und Ab auf einem Waldweg links oberhalb des Flusses, das Tal ist sehr eng und seine felsigen Flanken ziehen sich hunderte Meter steil über uns in die Höhe. Bald kommt von rechts ein riesiges Seitental mit einer Brücke, das **Pugma Khola**. Es ist die Strecke des **Kagmara Bhanjyang Trecks**, der von hier weiter bis zum zweiten Dolpo-Flugplatz nach Jumla und wenn man will nördlich zum Rara See führt. Mehrere Male müssen wir senkrechte Felswände auf schmalen rutschigen Treppenstufen im Wald oberhalb umklettern, teilweise bis 65 m hoch. Direkt am Flussufer befindet sich ein Sägewerk, wo dicke Bretter und Balken von den nepalesischen Arbeitern in mühevoller langwieriger Schwerstarbeit aus den gefällten Urwaldriesen von Hand gesägt werden. Wir überqueren einige Male auf Holzbrücken teilweise ohne Geländer den inzwischen breit und reißend gewordenen Phoksundo Fluss.

In **Rechi** (2940 m) erreichen wir unseren Lunchplatz am linken hier etwas breiteren Ufer, das Dorf Rechi liegt ein Stück weiter vorn rechts am Hang. Normalerweise wäre hier unser Camp, aber wir haben uns vorgenommen, einen Tag herauszulaufen, um zum Abflug in Juphal einen Tag eher dort zu sein. Phadindra bringt uns aus einem Haus von einer Einheimischen eine Blechbüchse mit frisch gekochten leckeren Pellkartoffeln, als er merkt, wie gut es uns schmeckt, holt er noch eine. Unter großen wilden Walnussbäumen liegen die reifen hellbraunen Früchte, die sich unsere Träger aufschlagen und schmecken lassen. Oft ist der Weg direkt am oder im Fluss aus Steinen errichtet, die manchmal mit Drähten zusammengehalten werden.

Das Tal öffnet sich jetzt ein bisschen, die Hänge werden flacher, die Felsen treten zurück. An einer Schäferhütte mache ich mit Robert und Phadindra ein Päckchen, die anderen sind weit voraus geeilt, wir aber haben uns vorgenommen, den Weg und die einmalige schöne Landschaft zu genießen. Der Uferweg beruhigt sich langsam, keine steilen Steigungen mehr. 16 Uhr 15 erreichen wir unseren neuen vorletzten Übernachtungsort **Chhepka** (2838 m). Als erstes sehen wir das Laligurance Hotel, im Hof des zweiten, des **Yak Hotel and Lodge** sind unsere Zelte errichtet, im dunklen Speisezimmer der Lodge bekommen wir unser Abendessen. Das uns aber im Hals stecken bleiben wird. Wir sind gerade beim Zelte einräumen, als unser immer freundlich und gut aufgelegter Mulimann Dal Bahadur Karki laut heulend an uns vorbei und zu unserer Mannschaft läuft. Wir ahnen Schlimmes. Erfahren, dass eines seiner Maultiere an einem Steilhang vor dem Dorf abgestürzt und dabei noch ein weiteres mit in den Tod gerissen hat. Alle sind tief betroffen, wir versuchen, ihn irgendwie zu trösten. In seinem Schock möchte er sofort mit seinen restlichen drei Tieren nach Hause laufen. Wir schaffen es aber im Laufe der nächsten Stunden gemeinsam, ihn zum Hierbleiben zu überreden. Vor allem Kerstin kümmert sich ganz lieb um ihn, tröstet und streichelt ihn. Er telefoniert vom Hotel nach Hause, kann seine Angehörigen über das Unglück informieren. Für ihn und seine Familie ist das ein unersetzlicher Verlust, ein Muli kostet ca. 95.000 Rupees, ein Verdienst von vielen Monaten. Wir versuchen, ihn bei uns Trekkern zu halten, geben ihm Tee und von unserem Abendessen ab. Er schläft zusammen mit unseren Nepalesen in einem Raum, sie versprechen mir, auf ihn aufzupassen. Wir beschließen, ihm von uns aus etwas Geld extra zu geben morgen am Abschiedstag. Eine Versicherung gibt es für Tiere in Nepal nicht. + 535 / - 1415 m in 9:20 Std. (3 Std. Pause)

14. 10. Chhepka. Unser letzter Trekkingtag bricht an. 7 Uhr 20 laufen wir los. Unser Muleman sattelt mit Hilfe zweier junger Männer aus seinem Heimatdorf seine restlichen drei Maultiere mit unserem Gepäck, nicht auszudenken, wenn er gestern Abend einfach heimgelaufen wäre. Er bricht den ganzen Tag immer wieder herzerreißend in Tränen aus. 8 Uhr erreichen wir den kleinen Ort **Shyanta** auf 2520 m Höhe, was fast der Höhe unseres Zieles Juphal entspricht. 9 Uhr kommt die Sonne auf unsere Seite in unser jetzt flach und sehr grün gewordenes Tal. Die baumlosen braunen Geröllhänge und die großen steilen Felswände sind weit hinter uns zurück geblieben. Wir sind wieder in der Region der Brennesseln und übermannshohen Marihuana-

Büsche angelangt. Das Tal nennt sich jetzt **Suli Khola**. Uns kommen schon relativ modern gekleidete Nepalesen entgegen. Nach einer kurzen Pause erreichen wir auf der linken Flussseite den tibetisch gebauten Ort **Raktang** (2260 m) mit Unterküften und Restaurants. In **Sulighat** (2282 m) erreichen wir den ersten geöffneten Checkpoint der nepalesischen Regierung im Shey Phoksundo National Park (SPNP). Wir bekommen von einem freundlichen Beamten in Zivil Stühle hingestellt und hier werden das erste Mal unsere drei Permits in ein dickes Buch eingetragen. Im Nachbargrundstück nehmen wir unser Lunch ein. Es ist sehr heiß, die Füße glühen und freuen sich, dass sie zur Mittagspause aus ihren engen, mehr oder wenig wohlriechenden Leder-Gehäusen raus an die frische Luft dürfen. Sulighat liegt direkt vor dem Haupttal des breiten **Thuli Bheri River**, der sich vor uns mit dem Abfluss des Phoksundo Sees vereinigt. Wir erreichen ein stacheldrahtumgrenztes Militärgelände auf beiden Flussseiten, überqueren unseren **Suli Fluss** erst nach rechts und danach die 99 m lange Bhim Hängebrücke über den Bheri wieder nach links. Unser Kreis schließt sich hier, wir haben den breiten Weg erreicht, den wir auf dem Hinweg schon einmal Richtung Dunai gelaufen sind. Ein wahnsinnig gutes Gefühl durchströmt mich. Geradeaus geht es auf dem staubigen Fahrweg, nach einer Weile dürfen wir den steilen schmalen Aufstieg 400 Höhenmeter durch die Felder hoch nach Jupal und zu unserem Flugplatz nicht verpassen, nicht wahr Anke, Kerstin und Robert.

Wir kommen durch den großen Ort **Jupal** unterhalb des Flugplatzes, viele Häuser schmiegen sich hier dicht an dicht. Dann noch vorbei an den oberen Feldern, bis wir die Häuser unmittelbar unterhalb der Flugpiste erreichen. Ich erkenne das blaue Holzrondell unseres Hotels, höre und sehe unsere nepalesischen Freunde, mir läuft es den Rücken runter und ich könnte jubeln vor Glück. Wir fallen uns um den Hals. Endlich geschafft unseren Treck. Endlich ausruhen. Nicht mehr jeden Tag laufen müssen. Irgendwann richtig duschen. Unsere Zelte sind heute das letzte Mal im Hof des **Mount Putha Hotels** aufgebaut.

Bevor wir unser Abschiedsessen serviert bekommen, gibt es noch eine unschöne Sache zu klären. Der aalglatte arrogante unsympathische Hotelbesitzer kommt mit dem Sicherheitschef der Air Kasthamandap zu mir: wenn wir morgen beim ersten, um einen Tag vorgezogenen Flug unsere 7 Plätze haben wollen, sollen wir pro Person 130 US\$ berappen, Phadindra und Dipak die Hälfte. Was bleibt uns übrig? Wenn wir fliegen wollen, müssen wir das Schmiergeld bezahlen. Immerhin hatten wir ja von Kathmandu aus für den 16.10., nicht für morgen den 15.10. gebucht. Also übergebe ich ihm freundlich, aber innerlich kochend insgesamt 555 Euro für uns Touristen. Er stellt mir sogar eine Quittung dafür aus. Wir legen das Geld aus und bekommen es in Kathmandu von Niru wieder, was er eigentlich nicht machen müsste. Die Expedition hat Glück und braucht kein Extrageld zu bezahlen. Beim Abflug am nächsten Tag fragt der Hotelier mich zuletzt noch rotzfrech, ob ich ein Taschenmesser für ihn hätte. Ich muss mich zusammenreißen, ihm nicht an die Gurgel zu springen. Teuchi, immer lächeln, OM.

Aber dann gibt es heute Abend unser Abschiedsdinner vom Feinsten. Wir laden unseren unglücklichen Mulemann Dal Bahadur und seine inzwischen hier eingetroffene hübsche scheue Frau ein, unsere Gäste zu sein, gemeinsam sitzen wir im Pavillon und dinnieren. Dipak hat für uns noch einmal Ziegenfleisch gekauft, dass er gut durchgebraten mit dicker brauner Soße und mit Reis und Gemüse zubereitet hat. Danach noch die obligatorische leckere Abschieds-Schokotorte mit Schrift aus Eischnee, von Phadindra eigenhändig geschlagen: "Happy Nice Upper Dolpo Trek 2010". Anschließend sitzen unsere nepalesischen Begleiter mit uns zusammen, ich bestelle auf unsere Rechnung für alle Rakshi und Cola. Wir stoßen an und feiern die gelungene Dolpo-Trekkingtour mit vielen "Kusi Kusi", "Ramro" und "Liu". Kusi heißt glücklich, Ramro gut und Liu Prost. Durch das Unglück mit den beiden Mules ist die Stimmung etwas gedämpft. Kein Gesang heute. Ich übergebe allen die mit ihren Namen versehenen Briefumschläge, sie enthalten jeweils 3.000 Rupees, das Trinkgeld für die schwere geleistete Arbeit für uns. Dal Bahadur bekommt von uns 3.000 Rupees Trinkgeld und 10.000 Rupees für seine verlorenen Tiere. Auch Uwes Stirnlampe, Handtücher und Schuhe bekommt er. Ein Tropfen auf den heißen Stein, Niru zahlt ihm kulanterweise auch noch einmal 10.000 Rupees. Gegen 22 Uhr macht er sich mit seiner Frau in der stockdunklen Nacht auf den Heimweg in das kleine Dorf Durgaum 1000 m oberhalb von Jupal. Wir verabschieden uns herzlich von ihm, versprechen, ihn bei weiteren Dolpo-Touren mit unserer Agentur stets als ersten zu benachrichtigen.

+ 715 / - 875 m in 8:00 Std. (2,5 Std. Pause)

15. 10. Juphal. Der Himmel ist heute erstmalig von einer durchgehenden Wolkenschicht in ca. 10 km Höhe bedeckt. Das heißt, die uns umgebenden 6000er Berge sind noch wolkenfrei und Flüge werden heute stattfinden. 7 Uhr. Im Hof des Hotels in Juphal warten wir nach unserem letzten Campfrühstück und dem Zusammenpacken des Camps auf das Zeichen zu unserem Abflug. Einige Kleidungsstücke und Schweizer Taschenmesser wechseln noch die jeweils gegenseitig strahlenden Besitzer. 8 Uhr 40 kommt der späte Anruf für uns, uns bereit zu machen, das Charterflugzeug hatte heute vorher noch einen Flug nach Jumla. Unser Gepäck und das Küchengepäck wird letztmalig von unseren Leuten die wenigen Meter hoch zur **Flugpiste** gebracht. Wir erreichen die grasige Schotterpiste in 8 bis 10 Minuten. Durch die windschiefen Bretter des Abfertigungs-Gestells und das klapperige, mit Maschendraht verhängte Ausgangstor, Abflughalle und Gate kann man es ja nicht nennen, bringen wir unser Gepäck auf die Rollbahn. Alles wird mit einer Federwaage vom zipfelbemützten kleinsten Mann des Platzes gewogen. Die Küchenpakete dürfen nicht mit, müssen komplett wieder rausgebracht werden und dürfen nun von unseren Trägern und Küchenhelfern auf dem Rücken die vielen Tage nach Kathmandu geschleppt werden. Obwohl wir den Flieger mit 7 Plätzen gechartert haben, wird noch fremdes Gepäck zu unserem Flug dazugeladen. Trotzdem muss Phadindra 1.500 Rupees für Übergepäck bezahlen, komischerweise an den aalglatten Hotelchef, meinen Freund. Ob das wohl unser freundlicher neuseeländischer Pilot alles mitbekommt, was hier so läuft? 9 Uhr 20 kommt unser Flugzeug an, zwei noch weißhäutige neugierige Touristen steigen aus. Wir aber verabschieden uns herzlich von unseren nepalesischen Trägern und Küchenleuten, die auf dem Landweg nach Kathmandu zurückkehren werden. Nur Phadindra und Dipak fliegen mit uns nach Surkhet. Dipak fährt von Nepalgunj dann ebenfalls mit dem Bus über Land nach Kathmandu zurück, während Phadindra komplett mit uns zurückfliegt.

9 Uhr 40, der Pilot dreht sich zu uns um, fragt, ob alles ok. ist und startet dann den Frontpropeller seines Minifliggers. Wir benötigen 30 Minuten von Juphal nach **Surkhet**. Dort werden wir schon von dem Fahrer eines 12-sitzigen Minibusses erwartet, der uns ab 10 Uhr 30 nach Nepalgunj bringt. Einem netten behinderten Gepäckträger mit Ausweis, der krampfhaft versucht, eines unserer Gepäckstücke an sich und zum Bus zu bringen, drücke ich meinen Rucksack in die Hand, er freut sich wie ein Schneekönig, packt eifrig unsere Säcke mit aufs Dach. Ich gebe ihm 50 Rupees, drücke ihm lange die Hand, er strahlt mich glücklich an, und diesen Blick werde ich mein Lebtag nicht mehr vergessen können, es geht mir durch und durch. Auch ein Junge auf langen Stelzen verdient sich durch seine Kunst ein paar Rupees von uns. Ein Stück fahren wir durch das Gebiet des Bardia Nationalparks. Unterwegs halten wir in **Babaya** am nepalesischen **Little Sukhumeli Restaurant** zum Mittagessen, Dal Bhat Takari mit Fisch und Hühnchen. Dazu gekühltes Wasser aus der versiegelten Flasche. Beim Tanken bezahlt unser Fahrer für einen Liter Diesel 65,50 Rupees.

14 Uhr erreichen wir die heiße Stadt **Nepalgunj**. Verabschieden uns von Dipak, den wir aber bald in Kathmandu wiedertreffen werden. Niru ruft mich an und gibt mir unsere für heute neu gebuchten Flugticketnummern nach Kathmandu durch. Es ist ja ein Tag eher, normalerweise hatten wir die Flüge erst für morgen gebucht. Inzwischen gibt es zum Abschied noch ein kühles Blondes im nahen Restaurant. Im Flughafengebäude am Yeti-Schalter ist derweil der Teufel los. Der Flug für morgen 6 Uhr nach Jumla ist überbucht, lautstark versuchen einige Fluggäste ihr vermeintliches Recht und doch noch ein Ticket zu bekommen, Kinder werden gewogen, es wogt hin und her. Endlich können auch wir unser Gepäck einchecken und erhalten unsere Tickets. Die Kontrollen halten sich in Grenzen. 17 Uhr geht unser Flug 1½ Stunde nach Kathmandu, wir sitzen links, können aber die Schneeberge im schwindenden Abendlicht nicht mehr sehen.

18 Uhr 30 landen wir im dunklen **Kathmandu**. Niru holt uns vom Flughafen ab, bringt uns zum Hotel Harati. Es ist Hochsaison Mitte Oktober, viele Touristen, es scheint ausgebucht zu sein. Wir bekommen von ihm die 130 US\$ in Rupees wieder. Zimmer beziehen, ungerade Nummern gehen zum ruhigen Hof hinaus. Rucksack auspacken. Endlich gründlich Duschen, eine Wohltat. Gemeinsames Abendessen im Hotelrestaurant. Übernachtung im Hotel. Schlafen.

16. 10. Kathmandu. Ausschlafen. Vormittags gehe ich nach **Asan Chowk** und später **Thamel** einkaufen, starken Nepaltee, Räucherstäbchen, Gebetsfahnen, Hose und Hemd, Kalender. Das Dolpo-Buch von Valli ist zu schwer für den Flieger und zu teuer, werde ich mir zu Hause im Internet bestellen. Es ist **Dashain-Fest** (*5) und es regnet in Kathmandu, um diese Jahreszeit und zu diesem Fest selten, wie mir Einheimische verraten, so viel Regen wie dieses Jahr hätte es noch niemals gegeben. Niru erzählt, dass viele Flüge in diesen Tagen nach Lukla wegen dem Wetter gestrichen und verschoben wurden, einige Touristen mussten bis zu fünf Tage auf ihren Flug warten. Auch von Juphal sind die Flüge heute früh gestrichen worden, das bedeutet, wenn wir wie geplant, heute hätten zurückfliegen wollen, wäre dies nicht möglich gewesen. Hatte uns also doch etwas gebracht mit unseren Gebetsfahnen am ersten Pass.

Die Einwohner schmücken zum **Dashain-Fest** ihre Wohnungen, Schreine, ihre Autos und Motorräder mit orangen Blumen, Reiskörnern, rotem Farbpulver und kleinen Opfergaben. Sich selbst gegenseitig mit der Tika, dem meist roten Zeichen auf der Stirn, Überall werden Tieren wie Hähnen und Ziegenböcken die Köpfe abgesäubelt und mit dem Blut Stupas, Statuen und Heiligenbilder, aber auch die Nummernschilder und die mit Opfergaben bedeckten ausgebreiteten Ersatzteile der blank gewienerten Motorräder und Autos bestrichen. Zu den Feiertagen sind kaum Autos auf den Straßen unterwegs. Was mich aber seit einiger Zeit in Kathmandu stört, sind die vielen neuen Motorräder, die laut hupend und oft rücksichtslos schnell durch die Gassen preschen, sich drängelnd vor die Autos schieben. Abends treffen wir uns wieder zum Abendessen im Hotel. Ein Kellner fragt Uwe nach einer Vorsuppe, aber der meint nur gutgelaunt: Everest Beer is my soup! Gute Antwort. Übernachtung im Hotel.

17. 10. Kathmandu. Heute steht eine Besichtigungstour auf dem Programm. Mit Phadindra, Anke und Uwe fahre ich in einem Minibus mit Fahrer zum etwa 5 km nordwestlich von Kathmandu gelegenen kleinen **Ichangu Narayan Tempel**, einem der vier Haupttempel des Narayan aus dem 18. Jahrhundert. Man kommt von der Ringstraße unmittelbar am Swayambhunath Tempel auf eine Schotterstraße über einige Hügel und vorbei an einem Steinbruch zum Dorf Ichangu im gleichnamigen Tal.

Danach besuchen wir zu Fuß die neue weitläufige **Druk Amitabha Mountain Gompa** (*4). Unterwegs treffen wir Nonnen, die versuchen, die weggespülte Straße zu reparieren. Sie schütten Erde auf und beseitigen Geröll. Hier leben jetzt 250 Nonnen, die alle ihrem Glauben an die seit 1206 bestehende Drukpa Linie und Seiner Heiligkeit, dem Guru **Gyalwang Drukpa** dienen. Am Eingangsbereich ein riesiges Tor mit Buddhastatuen, wir bekommen unsere Besucherausweise. Gehen die breite Treppe mit den steinernen und messingnen großen Buddhafiguren hinauf. Überall an den Mauern sind buntbemalte buddhistische Reliefs aufgebracht. Oben eine riesige Kongresshalle, davor feine gepflegte Steingärten mit kleinen Palmen auf feinstem englischen Rasen. Die riesige Villa des 12. Drukpa Gyalwang ist wie eine Burg von Stacheldraht eingezäunt. Die junge 16-jährige Nonne Ming Kio aus Ladakh zeigt uns das Innere des an den Potala-Palast in Lhasa erinnernden Haupttempels mit den goldenen Dachfiguren wie vom Jokhang Tempel in Lhasa. Vor dem Eingang stehen vier braune Wächter aus Kupfer und Messing. Da es 12 Richtungen in der Sekte gibt, stellen diese Statuen die vier Hauptrichtungen dar. Fotos sind leider innen verboten. Ein Fotobuch über diesen neuen Tempel gibt es noch nicht. Schuhe ausziehen! Über die polierten Treppen und braunen Marmorplatten des Eingangsbereiches gelangen wir in den Tempel hinein. Vorn große Buddhas und der Haupt-Buddha, reich geschmückt mit edlen Steinen. 1000 kleine geschnitzte Holzschrankchen mit Glastürchen rings an den Wänden enthalten jeder einen kleinen Messingbuddha. Dicke runde reliefgeschnitzte Säulen und viele heilige Reliquien schmücken den großen Gebetssaal. Alles ist bunt bemalt. In langen Reihen schöne Sitzmatten und Holzbänke, auf denen Deckchen mit Glocke und Vajra liegen. Zuletzt besuchen wir noch das Klostercafe. Phadindra lädt uns ein zu Chowmein, gebratenen Nudeln mit Zwiebel- und Salatstreifen. Im Klosterladen gibt es einen mit dem Wappen des Klosters bestickten schönen Türvorhang, den ich meiner Tochter Marie kaufen möchte, Phadindra kommt mir zuvor und bezahlt ihn für mich, danke mein Freund. Auf dem Rückweg kürzen wir die Fahrpiste etwas ab, treffen unterhalb des Klosters wieder auf unseren Fahrer, die Straße nach oben ist noch immer nur mit dem Jeep zu befahren. Wir nehmen wegen des mittags einsetzenden Regens eine Gruppe Kinder eines von Europäern betreuten Kinderdorfes bis zur Ringstraße auf einer anderen Strecke mit.

Zuletzt fahren wir noch 10 km südlich von Patan zum kleinen im 16. Jh. gegründeten Newar-Ort **Bungamati**. Den Mittelpunkt des Ortes bildet der **Rato-Machendranath-Tempel**. Hier wollen wir die Kumari sehen, die Gute ist aber nicht da, zeigt sich nur einmal im Monat der Öffentlichkeit. So besichtigen wir abschließend den kleinen Tempel, in dem beim Dashain-Fest viel Blut armer unschuldiger Tiere vergossen wurde.

Zum **Abschieds-Abendessen** sind wir eingeladen in Nirus großem Haus in Kathmandu-Dhapasi, seine Frau und Dipak haben für uns ein wunderbares Menü gekocht. Leider ist Niru selbst nicht anwesend, da er eine thailändische Reisegruppe im Thamel House Restaurant betreuen muss. Phadindra und Kiran holen uns mit dem Toyota Hiace unserer Agentur ab. Es ist bereits für uns eingedeckt. Es gibt gebratene Hühnerstückchen mit Pommes frites, fein gedünstetes bissfestes Gemüse, Möhren, Bohnen und Blumenkohl, gut gewürzte kräftige Hühnerschenkel mit einer dicken würzigen Tomatensoße, gekochte Momos mit Fleischfüllung, leckere Lasagne mit Fleisch und Käse überbacken. Es schmeckt allen ausgezeichnet. Zum Setzen der Speisen gibt es neben dem San Miguel Bier starken Rakshi sowie eine Flasche original Apple Brandy aus Marpha. Alles wird reichlich nachgelegt und nachgeschenkt. Auch Nirus Tochter Sunita legt uns Speisen vor. Es hat allen wunderbar geschmeckt und alle sind sehr satt und sehr zufrieden. Vom Toyota-Fahrer werden wir gegen 21 Uhr 30 gutgelaunt zurück ins Hotel gebracht. Übernachtung im Hotel.

18. 10. Kathmandu. Letzte Einkäufe. 13 Uhr sollen wir zum Heimflug gebracht werden. 12 Uhr 30 bereits holt uns der Agenturfahrer Krishna ab und bringt uns zum internationalen **Flughafen Kathmandu**. Wie wir hinterher erfahren, sind Dipak und Kiran ebenfalls zu uns ins Hotel unterwegs, verpassen uns aber leider. Ich gebe Krishna noch einen Brief mit meinem restlichen Geld für Phadindra mit, Uwe und ich geben dem Fahrer zuletzt jeweils 100 Rupees. Nun gibt es die Katta-Schals zum Abschied eben zu Hause. Nach dem Einchecken haben wir noch genug Zeit bis zum Abflug 16:15 Uhr mit einem Airbus A 319 nach Delhi. Ankunft in **Delhi** 17:30 Uhr. Hier stellen wir uns an die Transit-Schlange an, bekommen dann am Air India-Schalter unsere neuen Bordkarten und neuen Gepäckscheine und unser Gepäck wird wohlbehalten nach Frankfurt weitergeleitet. Nun haben wir lange Zeit, die ich am Abflugschalter auf einer bequemen Liege mit der Lektüre eines in Kathmandu erworbenen Himalaya-Fotobuches und mit Schlafen verbringe.

19. 10. Von **Delhi** 01:20 Uhr Abflug mit einer Boeing 777-200 in 8,5 Std. nach **Frankfurt**, Ankunft 6:30 Uhr. Das Flugzeug ist mäßig besetzt, wir haben Platz und können gut schlafen. In Frankfurt am Bahnsteig nehmen wir Abschied von unserem Robert, der in die Schweiz heim reist. Ich hole für uns den bestellten Leihwagen Ford Focus Kombi ab, 7 Uhr 30 fahren wir vom Flughafen im strömenden Regen ab. Wir sind wohlbehalten in der Kalten Heimat angekommen. Ankunft nach 430 km in **Chemnitz-Schönau** um 12 Uhr. Ich fahre Uwe, Kerstin und Anke auf den Hauptbahnhof, sie fahren mit der Bahn nach Dresden bzw. nach Burgstädt heim. Wir verabschieden uns alle herzlich voneinander. Danach volltanken und den Leihwagen zurückbringen. Eine schöne und einmalige Reise ist zu Ende gegangen. Wir werden uns aber bald treffen, auch mit unseren Dolpo-Triple-Expeditionsleuten. Es gibt viel auszuwerten.

Unteres und Oberes Dolpo Trekking

Übersicht

vom 22.09. bis 19.10.2010 (28 Tage - 18 Trekkingtage)

Tag/Trektag – Datum – Orte – Höhenmeter - Gehzeit inkl. Pausen

- 1/- 22.09. 1 Uhr Abfahrt von Chemnitz mit dem Leihwagen nach Frankfurt-Flughafen. Flug 09:45 - 8 Std. nach Delhi, Ankunft 21:25
- 2/- 23.09. Flug 07:40 von Delhi nach Kathmandu. Ankunft in Kathmandu 09:10. Transfer ins Hotel. Ausruhen, Besichtigungen, Einkäufe und Freizeit. Willkommens-Abendessen im Thamel House Restaurant
- 3/- 24.09. Besichtigungen in Kathmandu: Changu Narayan, Bhaktapur, Pashupatinath
- 4/- 25.09. Flug 16:15 von Kathmandu nach Nepalgunj. Ankunft 17:15. Übernachtung im Hotel Siddhartha.
- 5/- 26.09. Nepalgunj Besichtigung und Swimming Pool. Busfahrt 19:00 - 3 Std. nach Surkhet (Birendranagar). Übernachtung im Hotel in Surkhet.
- 6/1 27.09. Flug 07:30 von Surkhet nach Juphal (2475 m). Ankunft 08:10. Trekstart von Juphal nach Dunai (2140 m)
+ 115 / - 450 m in 3:15 Std. (15 min. Pause)
- 7/2 28.09. Dunai nach Lingdo bei Tarakot (2391 m)
+ 530 / - 240 m in 7:45 Std. (3 Std Pause)
- 8/3 29.09. Lingdo bei Tarakot nach Laina Odar / Lahini (3370 m)
+ 1140 / - 265 m in 8:25 Std. (2,5 Std Pause)
- 9/4 30.09. Laina Odar / Lahini nach Nawarpani / Pibuk Cave (3475 m)
+ 770 / - 415 m in 7:15 Std. (2 Std Pause)
- 10/5 01.10. Nawarpani / Pibuk Cave nach Dho Tharap (3944 m)
+ 1060 / - 480 m in 9 Std. (2,5 Std Pause)
- 11/6 02.10. Ruhe- und Reservetag in Dho Tharap.
Besteigung des Hügels und Besichtigungen im Ort
+ 200 / - 200 m in 1 Std. (o. Pause)
- 12/7 03.10. Dho Tharap nach Murjung (4620 m)
In Thaksi verabschieden der Expedition
+ 635 / - 90 m in 6:15 Std. (2 Std Pause)
- 13/8 04.10. Murjung über den Jyanta Bhanyang Pass (5221 m) nach Samdo (4620 m)
+ 650 / - 740 m in 6:15 Std. (2 Std Pause)
- 14/9 05.10. Samdo nach Namdo / Sibub / Chagaon (4100 m)

+ 285 / - 655 m in 7:40 Std. (2 Std Pause)

- 15/10 06.10. Namdo / Sibru / Chagaon nach Saldang (3770 m)
+ 135 / - 235 m in 2:15 Std. (o. Pause)
- 16/11 07.10. Saldang nach Namgung / Luri Gompa (4500 m)
+ 805 / - 260 m in 4:50 Std. (1 Std. Pause)
- 17/12 08.10. Namgung / Luri Gompa über den Shey Bhanjyang Pass (5010 m) nach Shey
Gompa (4460 m)
+ 750 / - 780 m in 7:25 Std. (2,5 Std. Pause)
- 18/13 09.10. Ruhetag in Shey Gompa. Besichtigung Tsakhang Gompa
+ 300 / - 300 m in 3 Std. (1 Std Pause)
- 19/14 10.10. Shey Gompa über den Sehula Bhanjyang / Nangdalo / Kangla Pass
(5360 m) nach Phoksundo Corner Camp (3825 m)
+ 1030 / - 1630 m in 8:45 Std. (2 Std Pause)
- 20/15 11.10. Phoksundo Corner Camp nach Silver Forest Lake Camp (3765 m)
+ 25 / - 95 m in 3 Std. (o. Pause)
- 21/16 12.10. Silver Forest Lake Camp nach Phoksundo (3650 m)
+ 530 / - 510 m in 5 Std. (1 Std. Pause)
- 22/17 13.10. Phoksundo nach Chhepka (2745 m)
+ 535 / - 1415 m in 9:20 Std. (3 Std. Pause)
- 23/18 14.10. Chhepka nach Juphal (2475 m)
+ 715 / - 875 m in 8 Std. (2,5 Std. Pause)
- 24/- 15.10. Flug 10:25 von Juphal nach Surkhet. Ankunft 11:00.
Busfahrt 3 Std. von Surkhet nach Nepalgunj.
Flug 17:00 nach Kathmandu. Ankunft 18:30
- 25/- 16.10. Kathmandu. Einkaufen.
- 26/- 17.10. Kathmandu Besichtigungen: Ichangu Narayan, Druk Amithaba
Mountain Gompa, Bungamati Rato-Machendranath-Tempel.
Abschieds-Abendessen.
- 27/- 18.10. Kathmandu. Abflug 16:15 nach Delhi. Ankunft in Delhi 17:30
- 28/- 19.10. Abflug 01:20 von Delhi nach Frankfurt in 8:30 Std.
Ankunft in Frankfurt 06:30
Fahrt 07:30 mit Leihwagen nach Chemnitz. Ankunft 12 Uhr

Höhenmeter auf	+ 10.210 m
Höhenmeter ab	- 9.635 m
Gesamthöhenmeter	+/- 19.845 m
Gesamtgezeit (ohne Pausen)	79 Std.
Gesamtgezeit (mit Pausen)	108 Std.

(Höhenangaben - nach Nepal Map Publisher "Upper and Lower Dolpa"
und nach Expeditions-GPS-Messung – bitte mit Vorsicht genießen!)

Organisation und Teilnehmer

Organisation Trekking

Adventure Geo Treks Deutschland
Klaus Teuchert

Teilnehmer Trekking

Klaus Teuchert	Reiseleiter Adventure Geo Treks Deutschland	Chemnitz
Uwe Trenkmann	Unternehmensberater	Burgstädt
Anke Fiedler	Justiziarin	Dresden
Kerstin Hoppmann	Besitzerin zweier Catering-Gaststätten	Dresden
Robert Teich	Architekt, z. Zt. Erzieher behinderter Kinder	Bern, Schweiz

Begleitmannschaft Trekking

<i>Guide</i>	Phadindra Rai (42) (Trekking) aus Basa
<i>Assistent Guide</i>	Bibash Rai, Neffe von Nirus Frau
<i>Koch</i>	Dipak Rai (24), Neffe von Ganesh Rai aus KTM
<i>Assistent Köche</i>	Ekha Rai aus Solukhumbu Bragas Tamang aus Solukhumbu Mangale Tamang aus Solukhumbu
<i>Träger</i>	Kami Tamang aus Trisuli bei Kathmandu Utra Tamang aus Trisuli bei Kathmandu
<i>Mule Man</i>	Dal Bahadur Karki aus Juphal-Durgaum - mit 5 Mulis

Organisation Dolpo Triple Expedition

Ingo Röger mit der Adventure Geo Treks in
Kathmandu, Niru Rai

Teilnehmer Expedition

Ingo Röger	Chemnitz	Hanna Hilsberg	Chemnitz
Jana Bogatin	Chemnitz	Hans-Jörg Pade	Chemnitz
Uwe Erkelenz	Chemnitz	Georg Beierlein	Mittweida
Bert Gust	Chemnitz	Steffen Klassert	Dresden

Begleiter Expedition

<i>Guide</i>	Sanga Rai
<i>Assistent Guides</i>	Santosh Basnet Sachin Rai, Bruder von Dipak
<i>Koch</i>	Purna Rai, Neffe von Ganesh Rai
<i>Assistent Köche</i>	Robin Basnet Krishna Rai Ganesh Rai Dil Bahadur Khaling Chhiri Mlal
<i>Träger</i>	Buddhiman Tamang Subha Tamang Subha Syangba Jane Tamang Nima Tamang Pasang Lama Urners Tamang Chhiring Tamang
<i>Mule Men</i>	Bishnu Buddha Mothi Buddha - mit 10 Mulis

Reisekosten

Reisekosten pro Person

Flug	750 Euro
Leihwagen + Benzin	90 Euro
Reisepreis	2.500 Euro
Visum Nepal	35 Euro
Trinkgelder + Spende Muli Man	80 Euro
Taschengeld für Spenden, Geschenke u. ä.	265 Euro

Gesamtkosten *3.720 Euro*

Trinkgelder:

Alle Begleiter je 3.000 NP-Rupees
 Muli Man 13.000 NP-Rupees
 plus weitere private Spenden, eine Spende an eine Schule

Kurse

1 Euro = 92 – 96 NP-Rupees
 1 US \$ = 72 – 75 NP-Rupees

1 US \$ = 0,78 Euro
 1 Euro = 1,29 US \$

Einige Preise:

Flugzeug nach Jupal chartern	1.750 US\$
Klangschale	ab 550 NP-Rupees
Baumwollhose und Hemd	2.500 NP-Rupees
Gebetsfahnen	250-500 NP-Rupees
Bester Nepaltee 1 k g	800 oder 1200 NP-Rupees
Tageslohn für 1 Träger	ca. 700 NP-Rupees

Klaus Teuchert am 18. 11. 2010

Quellen: *Internet*
Wikipedia
Peter Matthiessen: Auf der Spur des Schneeleoparden

Weiterführende Erläuterungen:

***1:** Ein **Sadhu**, wörtl. „Guter“ ist im Hinduismus ein Oberbegriff für jene, die sich einem religiösen, teilweise streng asketischen Leben verschrieben haben, besonders bezeichnet es die Mönche der verschiedenen hinduistischen Orden. Ein Sadhu, der das weltliche Leben völlig aufgegeben hat, asketisch lebt und sich in der vierten und damit letzten Phase des vedischen Ashrama-Systems befindet, ist ein Sannyasin, ein „Entsagender“. Es gibt aber auch Sadhus, die heiraten und Familien gründen, wie etwa die *Baul*, Angehörige eines Reform-Ordens im Osten von Indien. Diese ziehen umher, singen in Dörfern und Städten ihre typischen religiösen Lieder und bestreiten mit den Spenden ihren Lebensunterhalt. Sie besitzen bescheidene Wohnungen. Andere Sadhus bilden Gemeinschaften in Ashrams oder leben in Wohnräumen, die mit Tempeln verbunden sind. Hier widmen sie sich dem spirituellen Leben, studieren und lehren die heiligen Schriften. Viele Sadhus beschäftigen sich neben spirituellen Aktivitäten auch mit philanthropischen sowie humanitären Aufgaben, sie organisieren Hilfe für Arme und arrangieren Katastrophenhilfe. Manche umher wandernde, besonders asketische Sadhus, die *Sannyasins*, begnügen sich auch mit irgend einem Platz in der Nähe eines Tempels; andere leben in Höhlen oder sind völlig heimatlos auf ständiger Wanderschaft. Viele Sadhus rauchen Ganja (Marihuana) zum Zwecke der Meditation. *Sannyas* ist auch die letzte der vier Stufen eines idealen Hindu-Lebens, das der Dharma, die hinduistische Ethik, als wünschenswert vorsieht. Im letzten Abschnitt des Lebens ist es demnach angemessen, sich von allem Weltlichen zu lösen und sich heimatlos, von milden Gaben ernährend, der Suche nach Erlösung zu widmen. Viele Männer entscheiden sich jedoch schon in jungen Jahren zu einem Leben als Sadhu. Nach dem Entschluss zur Entsagung schließt sich der Suchende einem Guru an, der ihn in die spirituelle Lehre sowie in Techniken der Askese und Meditation einführt und dem er als Schüler dient. Anschließend legt er ein persönliches Gelübde ab, das je nach den Vorschriften des jeweiligen Gurus verschiedene Anforderungen auferlegt. Das kann Heimatlosigkeit sein, Armut, sexuelle Enthaltsamkeit, Fasten sowie völlige Bedürfnislosigkeit. Nicht wenige Sadhus leben in völliger Nacktheit. Neben den Sadhus, die sich der spirituellen Entwicklung widmen, gibt es aber auch einige, die sich „verrückt“ gebärden, um ihre völlige Unabhängigkeit zu demonstrieren, oder die als extreme Askese bizarre Leistungen vollbringen: So haben Einzelne Weltrekorde aufgestellt, z. B. „17 Jahre stehen“ oder „einen Arm seit 25 Jahren in die Luft halten“.

Quelle: Wikipedia

***2:** Das **Maultier** (auch „Muli“ genannt) ist das Kreuzungsprodukt einer Pferdestute und eines Eselhengstes. Die umgekehrte Kombination, also von Pferdehengst und Eselstute, wird Maulesel genannt.

Als Hybride sind Maultiere mit seltenen Ausnahmen nicht fortpflanzungsfähig. Maultiere sind einfacher zu züchten als Maulesel und werden aufgrund ihrer im Gegensatz zu den Pferden größeren Ausdauer und Unempfindlichkeit als Zug- und Tragtiere verwendet, eignen sich aber auch gut als Reittiere.

Quelle: Wikipedia

***3:** Der **Tibetische Raupenpilz: Yartsa Gunbu**
Cordyceps sinensis (*Ophiocordyceps sinensis*)

Der Tibetische Raupenpilz hat einen einzigartigen Lebenszyklus. Er befällt die wurzelbohrenden Larven von Motten der in Tibet endemischen Gattung *Thitarodes*, Verwandte des Hopfenspinners (*Hepialus humuli*). Nach Befall der Larve ernährt sich der Pilz vom Gewebe dieser Raupe. Im Herbst, kurz bevor der Pilz die Raupe schließlich umbringt, dirigiert der Pilz die Raupe in seine letzte Ruhestätte, ein paar Zentimeter unter die Erdoberfläche. Nicht befallene

Raupen graben sich 20-50 cm tief in den Boden ein, um den frostigen tibetischen Winter zu überstehen. Die Übernahme der Kontrolle über den Bewegungsapparat kurz vor dem Abtöten ist auch in anderen *Cordyceps*-Arten beobachtet worden. Im Frühjahr ist von der Raupe nur noch das Exoskelett vorhanden, alle inneren Organe und Gewebe sind von Hyphen, den feinen Fäden des Pilzmyzeliums, ersetzt worden. Aus dem Kopf der Raupe wächst schließlich der 5-15cm lange, sporen-produzierende Fruchtkörper des Pilzes, der an eine lang gestreckte Keule erinnert. Der dunkelbraune Pilz ragt aus dem Erdreich und ist nur für geübte und scharfe Augen auffindbar.

Seit Jahrhunderten sammeln Tibeter Pilze nicht nur für den eigenen Kochtopf, sondern auch als Medizin und speziell als Exportprodukt für den chinesischen Markt. Seit der ökonomischen Liberalisierung Chinas, seiner Integration in den Welthandel und dem daraus resultierenden Wirtschaftsboom, hat die Nachfrage nach Pilzen aus Tibet enorm zugenommen. Über verbesserte Verkehrswege sind nun die entlegensten Täler und Hochweiden in den Handel integriert worden. Der Markt wird von dem Tibetischen Raupenpilz (*Cordyceps sinensis*) dominiert, den Chinesen seit mindestens 300 Jahren tonnenweise importieren. Die jährliche Produktion im Tibetischen Hochland liegt bei ca. 100-200 t, was in etwa 300-600 Mio. Pilzen entspricht und einen Wert von etwa 3,5-7 Milliarden Yuan (¥) (350-700 Millionen Euro) in Tibet ausmacht. Tibeter kennen *Cordyceps sinensis* als Yartsa Gunbu ("Sommergras Winterraupe"). Im alten Tibet fand Yartsa Gunbu oft auch als Währung Verwendung.

Der Tibetische Raupenpilz trägt allein über 95% zum Produktionswert der Pilzindustrie in der Tibet Autonomen Region (TAR) bei, die etwa 40% des tibetischen Siedlungsgebiets umfasst. Von 1997 bis 2005 ist der Preis für *Cordyceps* in Lhasa nach einer Inflationsanpassung um 424% gestiegen, bei einem durchschnittlichen Anstieg von jährlich über 21%. Gegenwärtig werden in Shanghai bis zu 240.000 ¥ (24.000 Euro) pro kg für die beste Güteklasse bezahlt. Der Konsum des Pilzes - er wird in China traditionell gerne als Geflügelfüllung verkocht - hat sich zu einem echten Statussymbol der neureichen Elite entwickelt, die begeistert einen in China produzierten Luxusartikel aufnimmt, der viel wertvoller ist als zum Beispiel ein teurer Bordeaux oder Champagner. Der Raupenpilz, ein Verwandter der auch in Deutschland heimischen Puppen-Kernkeule (*Cordyceps militaris*), hat sich für tibetische Nomaden und Bauern zur wichtigsten Geldquelle entwickelt. 40% des Bareinkommens der ländlichen Bevölkerung - 93% der tibetischen Bevölkerung wohnt am Land, in Dörfern oder Kleinstädten - stammt vom Raupenpilz-Verkauf / -Handel in der TAR. Zum tibetischen Bruttosozialprodukt trägt der Raupenpilz etwas mehr bei wie der gesamte Sekundärsektor von Industrie & Bergbau!

Seine erste Erwähnung in der tibetischen Medizinliteratur könnte der Pilz unter dem Namen „Ta Tschi“ (*da gyid*) bereits im 8. oder 11. Jahrhundert gefunden haben, diese Interpretation ist aber nicht unumstritten. Eindeutig ist die Erwähnung des Yartsa Gunbu im 15. Jahrhundert durch Surkhar Nyamnyi Dorje, der Yartsa Gunbu als großartiges Aphrodisiakum preist; sein Traktat fängt an mit den Worten: „Von allen wunderbaren irdischen Freuden ist die Liebeslust die Essenz aller Sinnesfreuden.“ Tibetische Sammler machen im Interview allerdings deutlich, dass sie den Pilz nicht für ihre Potenz bräuchten. *Cordyceps* wird aber auch für eine Vielzahl anderer medizinischer Zwecke in der tibetischen und in der traditionellen chinesischen Medizin verwendet, wo es zum ersten Mal 1694 beschrieben wird und als Dongchong Xiacao oder kurz als Chongcao bekannt ist. Generell wird es als ein Tonikum eingesetzt, das Lebenskraft spendet, Rekonvaleszenz beschleunigt und dem Alterungsprozess entgegenwirkt. Zudem wird es gegen Leber-, Nieren- und Lungenleiden verschrieben. SARS trieb den *Cordyceps*-Preis beträchtlich in die Höhe. Im Westen wird es besonders zur Erhöhung der körperlichen Leistungsfähigkeit und als Mittel zur Stärkung des Immunsystems verwendet, was speziell zur Behandlung von Aids vielversprechend zu sein scheint. Der westliche Bedarf wird von künstlich gezüchteten Pilzen gedeckt, die auch oft für medizinische Studien verwendet werden.

Jedes Frühjahr ziehen Heerscharen von Tibetern, Männer, Frauen und Kinder, auf die Hochweiden, um diesen winzigen Pilz zu sammeln. Für den Kreis Dengchen (Chamdo Präfektur, TAR) zum Beispiel erklärte der zuständige örtliche Beamte, dass 60% der

Bevölkerung an der Suche auf den Hochweiden nach *Bu*, wie die Tibeter kurz für Yartsa Gunbu sagen, was Raupe oder Wurm bedeutet, teilnehmen. Der Pilz wird immer samt 5-10cm langer Raupe ausgegraben, daher sein Name. Der Pilz ist über das gesamte Tibetische Hochland verbreitet, das außer Tibet AR und Qinghai auch Teile von Sichuan, Gansu und Yunnan einschließt. Dort ist er auf fruchtbaren Hochweiden und Matten in Höhenlagen von 3000-5000 m anzutreffen. Die Tibeter schlagen ihre Zelte in den Sammelgebieten für 3-4 Wochen auf.

Die Suche nach dem Pilz ist der sprichwörtlichen Suche nach der Nadel im Heuhaufen sehr ähnlich. Zum Glück sind fast alle Standorte des Raupenpilzes von Yaks und Schafen im Frühjahr komplett abgeweidet. *Bu*-Sammler sind zumeist mit Familie oder Freunden unterwegs. Sie bewegen sich sehr langsam durch die schier unendlichen Weiten der tibetischen Hochweiden. Ein Sammler findet pro Tag im Durchschnitt etwa 5-15 Exemplare, aber er kann auch mal nichts finden oder deutlich mehr. Ein *Bu* kann vor Ort für 5-20 ¥ (0.5-2 Euro) verkauft werden, was speziell von der Größe, aber auch von der Farbe und der Festigkeit des Wurmes abhängig ist. Der typische Tageslohn für ungelernete Arbeiter beträgt zum Vergleich derzeit in Tibet 15-25 ¥, was deutlich macht, dass während der *Bu*-Saison sich kaum jemand finden läßt, um andere Arbeiten durchzuführen. Vielerorts gibt es spezielle Schulferien, denn Kinder haben beim Suchen den Vorteil, dass sie gute Augen haben und näher am Boden sind. Kurzum, es scheint, als ob das ganze Land genauso von *Cordyceps* befallen ist wie die Raupe selber.

Quelle: Daniel Winkler im Internet (gekürzt)

***4: Klöster des Drukpa Ordens**

TIBET - Namdruk, Ralung, Sangag Choeling

INDIA - Darjeeling: Druk Thupten Sangag Choeling

- Ladakh: Hemis

NEPAL - Kathmandu: Druk Amitabha Mountain

Druk Amitabha Mountain liegt im Westen von Kathmandu in Sitapaila, im Provinzbezirk Bagmati. Es liegt im zu Fuß erreichbaren Bereich von der Swayambhunath Stupa aus. Zusammen mit **Namo Buddha** und der **Boudhanath Stupa** werden diese 3 als die 3 heiligen Stupas in den buddhistischen Schriften genannt.

Namo Buddha oder Thrangu Tashi Yangtze Monastery liegt ca. 40 km entfernt vom Herzen der Stadt Kathmandu. Es befindet sich im District Kavre im Südosten des Tales. Mit dem Taxi dauert es 2 Std. bis nach Namu Buddha. Mit dem lokalen Bus sollten Sie zunächst zum Ratna Park Busbahnhof fahren, der auch als Old Bus Park oder Puraano Busparkplatz bekannt ist. Buchen Sie ein Ticket und einen Bus von dort nach Banepa. Der Bus fährt durch Koteshow, dann durch Bhaktapur und schließlich erreicht er Banepa. In Banepa müssen Sie umsteigen. Buchen Sie ein Ticket am Schalter für Namu Buddha, der Bus nach Dhapcha fährt über den Dhulikhel Busbahnhof und kommt durch Namu Buddha.

Wenn Sie Druk Amitabha Mountain besuchen wollen, können Sie von der Swayambhunath Stupa aus auf folgende Arten hinkommen:

1. Trekking - etwa 30-40 Minuten. 2. Jeep - etwa 15 Minuten. Ein Allradjeep wird empfohlen.

Kurze Einführung des Druk Amitabha Mountain

Druk Amitabha Mountain wurde ursprünglich Amitabha Buddha gewidmet. Es ist ein Zentrum für spirituelle Praxis und für humanitäre Angelegenheiten, mit einer 3-stöckigen Klinik im Bau, ein gut ausgestattetes Retreat Zentrum, eine reichhaltige Bibliothek, ein Verwaltungsbüro für die Drukpa Linie, Wohnblocks für Nonnen, Platz für Tiere, die von den Schlachtern im Kathmandu Tal gerettet wurden und Ackerland, um die Lebensmittelkosten auf dem Berg einzudämmen. Momentan ist Druk Amitabha Mountain das Heim der Druk Gawa Khilwa Nunnery, wo ungefähr 250 Nonnen wohnen und praktizieren. Täglich wachen sie um 3 Uhr morgens auf und beenden

ihren Tag um ca. 23 Uhr. Die jüngste Nonne ist ca. 9 Jahre alt und die älteste ca 60 Jahre. Sie kommen aus abgelegenen Orten in Tibet, Ladakh, Lahaul, Bhutan und Sikkim.

Druk Amitabha Mountain wird aktiv von Nonnen organisiert. Sie betreiben jetzt ein Café, einen Souvenirladen und bald ein Gästehaus mit ca. 27 Zimmern. Die Nonnen möchten alle finanziell unabhängig sein, damit Seine Heiligkeit die Mittel, die gegenwärtig für Druk Amitabha Mountain verwendet werden, für andere wohltätige Zwecke nutzen kann.

Die Drukpa Linie

Die Linie erhielt den Namen Drukpa im 12. Jahrhundert, als Avalokiteshvara - der große Herr des universellen Mitgefühls - die menschliche Form annahm und sich in Tibet als der herausragende Schüler von Mahasiddha Linchen Repa verkörperte. Dieses erhabene Wesen wurde Drogon Tsangpa Gyare genannt, was folgendes bedeutet: Drogon - der Beschützer von Wesen; Tsang - geboren im Land Tsang; Gya - vom edlen chinesischen Klan Gya abstammend; Re - ein Baumwoll bekleideter Yogi.

"Druk" bedeutet auf Tibetisch "Drachen" und es bezieht sich auch auf den Ton des Donners. Im Jahre 1206, genau vor 800 Jahren, sah Tsangpa Gyare Yeshe Dorje 9 Drachen vom Namdruk-Gelände aus in den Himmel aufsteigen und er nannte seine Linie "Drukpa" oder "Die Linie der Drachen" nach diesem verheissungsvollen Ereignis. Auf diese Art wurde Tsangpa Gyare der Liniengründer und war als der erste Gyalwang Drukpa bekannt geworden.

Tsangpa Gyare war in vielen Sutren und Tantren prophezeit worden und wurde als die unzweifelhafte Emanation von Naropa (1016 - 1100) anerkannt. Im Haupttantra des Manjushri (Toh. 543) sprach Buddha Shakyamuni vom kommenden Tsangpa Gyare:

"Drei tausend Jahre nach meinem Nirvana wird Soenam Nyingpo in seiner zukünftigen Wiedergeburt im Land des Schnees erscheinen. Er wird in die Hwashang (chinesische) Rasse geboren werden und den Namen Gelong Yeshe Dorje erhalten. Er wird sich der weltlichen Existenz enthalten und willentlich die wesentliche Bedeutung umfassen. Er wird fühlende Wesen zur Befreiung führen; und während er im Geist frei von den beiden Extremen verweilt, wird er meine Doktrin zur Blüte bringen."

Tsangpa Gyare's Ur-Urgroßvater war einer der zwei starken chinesischen Männer, die ausgewählt wurden, den königlichen Wagen zu ziehen, der die wertvolle Statue des Jowo Shakyamuni nach Tibet brachte, als die chinesische Prinzessin Wenchen der Tang Dynastie den berühmten tibetischen König Songtsen Gampo (617-650) heiratete. Im ersten Teil seines Lebens wurde Tsangpa Gyare "Gyaton" genannt, was wörtlich "chinesischer Lehrer" bedeutet.

Tsangpa Gyare enthüllte zu Lebzeiten viele Schätze heiliger Lehren und Objekte in Südtibet, und er entdeckte auch Tsari, ein sehr bekannter, heiliger und kraftvoller Platz in Tibet. Wegen seiner spirituellen Verwirklichungen wurde Tsangpa Gyare bekannt als Druk Tamchay Khyenpa, der allwissende Drachen, ehrerbietend genannt Je Drukpa (der Herr Drachen Meister). Er war ein berühmter Lehrer, dessen Belehrungen manchmal von bis zu 50.000 Leuten zur gleichen Zeit gehört wurden. Nach Aufzeichnungen hatte er 88.000 bedeutende Schüler, von denen 28.000 erleuchtete Yogis waren. Sein Orden wurde berühmt für die Reinheit, Einfachheit und die Askese seiner Anhänger und den Tiefgang seiner spirituellen Lehren. Er schrieb einen anerkannten Kommentar über das Chakrasamvara Tantra und lehrte vielerorts.

Als Tsangpa Gyare im Jahre 1211 starb, erschien an seinem Verbrennungstag ein Regenbogenband und ein Blumenregen fiel. Viele konnten himmlische Musik hören und ein wunderbares Aroma in der Luft riechen. Bei der Leichenverbrennung blieben sein Herz, seine Zunge und die Augen intakt. Auf seinem Schädel erschienen Bilder von Avalokiteshvara, Manjurshi und Vajrapani; die 21 Wirbel seiner Wirbelsäule verwandelten sich in 21 Ministatuen von Avalokiteshvara. Viele dieser Relikte sind in verschiedenen Drukpa Klöstern noch zur Ansicht erhalten und sind Beweis der spirituellen Realisierung von Tsangpa Gyare.

Das Königreich Bhutan, das als eines der wenigen verbleibenden buddhistischen Königreiche und als Reines Land in den Himalayas gilt, wird auch "Druk" oder "Druk Yul" genannt, was soviel heisst wie "Land der Donnerdrachen" und seine Menschen werden auch Drukpa genannt. Dies kommt daher, dass im 17. Jahrhundert einer der 4. Reinkarnationen Tsangpa Gyares, Shabdrung Ngawang Namgyal (1594-1651) die kriegsführenden Regionen Bhutans vereint hat und ihr politischer und religiöser Führer dort wurde. Während seiner Herrschaft war er verantwortlich für die Erbauung vieler Festungspaläste und Klöster und hat auch viele von

Bhutans Gewohnheiten, Traditionen und Zeremonien gebildet. Hierdurch entstand eine einzigartige kulturelle Identität, anders, als die tibetische.

Quelle: Webseite des Druk Amitabha Mountain Klosters Kathmandu Nepal (gekürzt)

***5: Dashain - Das große Fest**

Nepal ist ein Land der Feste. Denn Feste sind für Nepalesen nicht nur ein alljährliches Spektakel, sondern auch ein vitaler Teil ihres reichen Kulturerbes, die zudem die nepalesischen Völker mit ihrer unterschiedlichen kulturellen Herkunft und verschiedenen Glaubensrichtungen vereinen. Die meisten nepalesischen Feste sind buddhistischen Ursprungs oder verschiedenen Hindu-Gottheiten geweiht.

Wie das hinduistische **Dashain-Fest**, das die Nepalesen im Monat „Kartik“ von Ende September bis Anfang Oktober begehen. Dashain ist mit 15 Tagen das längste und verheißungsvollste Fest des Jahres im nepalesischen Kalender.

Nepalesen aller Kasten und Glaubensrichtungen feiern es im ganzen Land. Das Dashain-Fest fällt in die klimatisch wohltuende Periode nach der Monsunzeit, wenn der Himmel am klarsten, die Luft besonders rein und der Reis erntereif ist. Mit dem Fest wird eines großen Sieges der Götter über die bösen Dämonen gedacht. Dashain ist auch bekannt als „Durga Puja“, da das Fest den Sieg der Göttin Durga feiert. Entsprechend rühmen die Hauptfeierlichkeiten den Sieg von Gut über Böse, symbolisiert durch die Göttin Durga, welche den bösen Dämon „Mahisasur“ erschlug. Dieser hatte zuvor in Gestalt eines brutalen Wasserbüffels die Erde terrorisiert. Am zehnten Tag des Dashain-Festes wird der Erschlagung Mahisasurs gedacht. Dashain wird mit großem Jubel gefeiert, und die Göttin Durga wird im ganzen Königreich als göttliche Mutter der Götter verehrt. Dashain ist ein verschwenderisch gefeiertes Fest. Zur Vorbereitung werden die Häuser geputzt, bemalt und schön dekoriert. Dies geschieht, um die göttliche Mutter einzuladen in der Hoffnung, dass sie das Haus besucht und es mit Glück segnet. Während dieser Zeit treffen sich nahe und ferne Verwandte in allen Haushalten. Die Märkte sind gefüllt mit Kunden, die nach neuer Kleidung, Geschenken und Luxusartikeln suchen. Darüber hinaus gibt es ein reichhaltiges Angebot an Tempelopfern und Lebensmitteln für die Familienfeste. Tausende Schafe, Ziegenböcke, Enten und Hähne werden für das große Schlachtfest vorbereitet. Während der Feierlichkeiten haben für zehn bis fünfzehn Tage alle Organisationen geschlossen. Die Beschäftigten bekommen zu diesem Fest einen Extrazuschuss vom Arbeitgeber. Dashain ist aber auch ein Fest der Familienzusammenführung. So erhalten am zehnten Tag, dem „Dashami“, die Jüngeren von den Älteren Tika (orange gefärbter Reis, mit dem ein kräftiger Punkt auf die Stirn gemalt wird) und Jamara (geweihtes Gras, wird dazu auf den Kopf gelegt) sowie deren Segen. Die Älteren werden in deren Hause besucht, wo sich die Jüngeren den Segen abholen. So kommen an diesem Tag Familienmitglieder von weit her, um den Tika vom Oberhaupt der Familie zu erhalten. Dieses Ereignis dauert vier Tage und endet an einem Vollmondtag, dem 15. Tag des Festes. Der Vollmondtag wird auch „Kojagrata“ genannt, welches „der erwacht ist“ bedeutet. An diesem Tag wird auch die Hindugöttin Laxmi verehrt. Diese Göttin des Wohlstands wird eingeladen, jeden Haushalt zu besuchen. Nach dem Ende von Dashain kehrt der Alltag zurück. Die Leute sind wieder bereit zu arbeiten und sowohl Tugend als auch Macht und Wohlstand zu erlangen.

Quelle: Shrijana Khanal im Internet