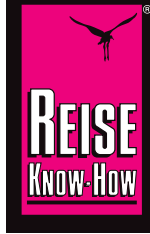


Rainer Krack

Handbuch für individuelles Entdecken



Kathmandu Valley Nepal



TIPPS

Die faszinierendste Stadt im Kathmandu Valley:

das mittelalterlich anmutende Bhaktapur | 160

Das wichtigste hinduistische Heiligtum:

der von zahllosen Pilgern besuchte Pashupatinath-Tempel in Kathmandu | 63

Das überwältigendste buddhistische Heiligtum:

die riesige Stupa von Bodhnath in Kathmandu | 61

Der erstaunlichste Kult:

die Verehrung der Kumari, der „Kindgöttin“, in Kathmandu | 44

Der atemberaubendste Sonnenaufgang:

der morgendliche Ausblick von Nagarkot | 187

Das beeindruckendste Waldgebiet:

die dicht bewachsene Nagarjun Forest Reserve | 146

Der älteste Tempel des Kathmandu Valley:

der idyllisch gelegene Changu-Narayan-Tempel | 182



REISE Know-How Verlag Peter Rump Bielefeld

Unterwegs mit REISE Know-How: Mehr wissen, mehr sehen, mehr erleben



km278rk

Umrunden der Stupa von Bodhnath

Die überwältigend große Stupa von Bodhnath ist Nepals **wichtigstes buddhistisches Heiligtum**, und man könnte ihr keinen besseren Tribut zollen, als sich den Massen an Pilgern anzuschließen und mit ihnen die Stupa im Uhrzeigersinn zu umwandeln und dabei die zahllosen Gebetsmühlen zu drehen. Das unablässig aus Lautsprechern klingende Mantra „Om Mani Padme Hum“ befeuert die Schritte zusätzlich. Um die Stupa herum hat sich eine kleine tibetische Siedlung gebildet, und man kann viele Stunden damit verbringen, die einzigartige Atmosphäre des Ortes in sich aufzusaugen. Entspannen kann man in einem der zahlreichen Dachrestaurants mit Blick auf die Stupa.



www.fotolia.de ©cobessietravel

Bergpanoramen, direkt vom Hotelzimmer aus

Die kühle Jahreszeit bringt nicht nur annähernd europäische Temperaturen, sondern auch eine **freie, faszinierende Aussicht auf die schneebedeckten Berggiganten** des Himalaya, umrahmt von beinahe unwirklich scheinendem strahlend blauem Himmel. Es verwundert nicht, dass der Himalaya allgemein als der **Sitz der Götter** angesehen wird. Speziell in den Orten **Dhulikhel** und **Nagarkot** kann man die unvergesslichen Ausblicke direkt vom Hotelzimmer, der Terrasse oder dem Balkon aus genießen – sei es als Gast in einem preiswerten kleinen Guest House oder einer Luxusanlage wie Dwarika's Resort (siehe Seite 202), dem vielleicht besten Hotel Nepals.



km277rk

Schlemmen in Thamel

Kathmandus beliebtes Touristenviertel Thamel ist ohnegleichen auf dem indischen Subkontinent: Nirgendwo sonst gibt es so zahlreiche **fabelhafte Restaurants** der unterschiedlichsten Küchen auf so engem Raum beieinander. Ob nepalesisch, thailändisch, indisch, mediterran, westeuropäisch, vorderasiatisch, vegetarisch oder vegan – für alles ist gesorgt und meist von hoher Qualität. Ein weiteres Plus ist das stets freundliche, fröhliche und redlich um seine Kunden bemühte Personal.

SKURRILES

Nägel gegen Zahnschmerzen

Warum Geld für einen Zahnarzt ausgeben, wenn man auch einfach einen Nagel einschlagen kann? Am „**Zahnschmerzschrein**“ (s. S. 50) in der Altstadt von Kathmandu tun Zahnschmerzgeplagte genau das. Der Nagel wird durch die Mitte einer kleinen Münze in ein Stück Holz eingeschlagen, das als Manifestation des Gottes *Vaisha Dev* gilt. Dieser soll Zahnschmerzen heilen können. Der Glaube daran ist z.T. immer noch verbreitet, und mittlerweile ist das Holz flächendeckend mit einer Nagel-Münzen-Kombination übersät. Falls man keine freie Stelle findet, oder *Vaisha Dev* gerade Pause macht, kann man zur Not auch bei den in Nähe des Schreins angesiedelten Zahnärzten um Linderung ersuchen.



kim272/k

Die Kumari: Göttin wie sie leibt und lebt

„Kumari“ bedeutet „Jungfrau“ oder „unverheiratetes Mädchen“, im Kathmandu Valley meint man damit aber vor allem die sogenannte „Lebende Göttin“ – ein Mädchen, das von Priestern auserwählt und bis zum Eintritt ihrer Menstruation als **lebendige Inkarnation der Göttin Kali** betrachtet wird. Untergebracht ist sie während ihrer „Amtszeit“ im **Kumari Bahal** in Kathmandu. Ein *Bahal* ist ein für das Kathmandu-Tal typisches Wohnhaus samt Innenhof. Dort zeigt die Kumari sich gelegentlich am Fenster und blickt genauso staunend auf die versammelten Touristen und Einheimischen wie diese auf sie (s. S. 44).



kim249/k

Opfergaben an Musikinstrumente

Viele Hindus erachten die Werkzeuge ihrer Zunft als „göttliche“ Objekte, da sie ihnen die Ausübung ihres Berufes und damit das Geldverdienen ermöglichen. Genauso ist es bei Musikern. Der indische Sitar-Maestro *Ravi Shankar* äußerte sich einst entsetzt, als er mit ansehen musste, wie *Jimi Hendrix* bei einem Auftritt seine Gitarre in Brand setzte – für einen indischen Musiker kommt dies der **Gotteslästerung** gleich. Im Kathmandu Valley bringen Musiker zu einigen religiösen Festtagen ihren Instrumenten **Opfergaben** dar – da wird Reis vor ihnen abgelegt und symbolisch Wasser gereicht.



kim273/k



km274k

Kiffen erlaubt, Sex nicht

Offiziell sind in Nepal Cannabis-Gebrauch und -Besitz **verboten**, bei einer Bevölkerungsgruppe aber werden aus religiösen Gründen beide Augen zugedrückt: bei den **Sadhus** oder „heiligen Männern“ (s. S. 63). Gemäß der hinduistischen Überlieferung war Gott Shiva Cannabis-Produkten äußerst zugetan, und da die Sadhus in der Regel Shiva-Anhänger sind, bietet sich das Ganja- oder Charas-Rauchen so natürlich an (*Ganja* und *Charas* siehe Glossar). Am Pashupatinath-Tempel kann man beobachten, wie Sadhus das Rauschmittel mit Hilfe eines sogenannten **Chillums**, eines länglichen Rauchinstruments, inhalieren und damit ihrem Gott Shiva nachahmen. Vor oder nach dem Inhalieren wird oft „Bom Shankar“ geäußert, eine Art Dankesformel an Shiva – etwa so, wie man bei uns in weniger spirituellem Zusammenhang „ Prost“ sagt. Nicht erlaubt ist den Sadhus gemäß ihres Regelkatalogs allerdings **sexuelle Aktivität** – und damit sie auch nicht in Versuchung geraten, tragen manche Sadhus einen eng anliegenden **Eisenering** um ihren Penis. Dieser „Keuschheitsring“ verhindert jedwede Erektion.

Homo non-erectus: der Lastenträger

Weltweit bekannt sind die Männer aus dem Volk der **Sherpa** (s. S. 316), untersetzt-kräftige Bergbewohner, die schon so manchen westlichen Bergsteiger quasi zu seinem glorreichen Gipfelsieg getragen haben – und dafür nichts von dessen Ruhm miternten konnten. Lastenträger, (Nepali: *bharya*) die **ungeheure Gewichte** auf ihren Rücken tragen, gibt es auch im Kathmandu Valley, überall dort, wo Märkte oder Geschäfte sind. Sie ersetzen den Lieferwagen. Oft sieht man die Träger unter den Riesenpaketen, die sie tragen, kaum hervorstechen. So mancher schleppt locker einen wuchtigen Kühlschrank mehrere Kilometer bis zu seinem Empfänger; andere beliefern Unternehmen mit industriellen Gaszylindern, die auch mal eben über 80 kg schwer sein können. Mehr als sein eigenes Gewicht zu tragen – für einen Lastenträger ist das Alltag, viele Stunden am Tag. Wer einen Träger anheuern will, sollte sich diesen Satz merken: *Bharya kaha paincha?* = Wo kann ich einen Träger bekommen?



km275k

Einleitung | 21

Adressen und

Telefonnummern, Wichtige | 109

Ankunft auf dem

Tribhuvan Airport Kathmandu | 24

Bevölkerung | 26

Geschichte | 25

Hotels, Weitere | 101

Informationen | 28

Orientierung | 27

Restaurants, Weitere | 104

Sehenswertes am Stadtrand | 57

Sehenswertes in der Stadt | 32

Stadtteile, Wichtige | 76

Unterhaltung/Nachtleben | 106

Verkehrsmittel | 29

Weiterreise | 111





km17/k

1 Kathmandu

Kathmandu – der Name beflügelt die Fantasie und weckt Assoziationen von geheimnisumwobenen alten Kulturen und verschlungenen, über viele Generationen weitervererbten Mythen. Heute ist die Hauptstadt Nepals aber nicht nur ein verschrobenes Relikt aus vergangenen Jahrhunderten, sondern auch eine der dynamischsten Städte auf dem indischen Subkontinent.



☒ Die meisten Sadhus am Pashupatinath-Tempel lassen sich nur allzu gerne fotografieren