



Fotos im Uhrzeigersinn: Transporte sind beschwerlich in Nepal (o. li.). Temba Gyalbo Tamang brachte nach dem Erdbeben Lebensmittel zu den Menschen. Sabine und Temba vor dem heute völlig zerstörten Dorf Bumati. Bewohner von Brabal heißen Besucher am Ortseingang willkommen.

# Was aus Liebe wachsen kann

Von Sylke Heun

Die Erde bebte und ließ ein Trümmerfeld zurück. Dann kam die Regenzeit. Jetzt beginnt in Nepal der Wiederaufbau. Mitten drin Sabine und Temba. Sie helfen, wo sie können – und brauchen Unterstützung

Die Liebe machte den Anfang. Sabine Pretsch hatte zwar die Warnung im Reiseführer gelesen: „Achtung, Touristinnen verlieben sich nicht selten in ihre nepalesischen Guides!“ Aber sie war sich sicher: „Das wird mir nicht passieren.“ Da war nur diese seltsame Gewissheit, dass die Reise nach Nepal ihr Leben verändern würde. Und ein Gefühl, so als würde sie das Land schon kennen. Es war im März 2007. Und dann kam Temba Gyalbo Tamang.

### Beim Trekking verliebt

Gemeinsam wanderten sie durch die Langtang-Region. Danach noch ein paar gemeinsame Tage, schon war es passiert und ließ sich nicht mehr leugnen. Was folgte, war gewaltig: Sabine kündigte innerhalb weniger Monate den Job bei der Bank und die Wohnung, verkaufte das Auto, packte die wichtigsten Dinge in drei Kisten und einen Koffer und ging nach Nepal. Heute sagt sie:

„Es war eine Herzensentscheidung. Hätte sich mein Kopf eingeschaltet, hätte ich es nicht gewagt.“

### Sunaulo Sansar wird gegründet

Gemeinsam leben Sabine und Temba seitdem in Kathmandu. Sie stieg bei der Reiseagentur ihres Mannes „Tembas Nepal Trek & Expedition“ ein, lernte das Land und die Menschen kennen, fand schnell Freunde. Sie begegnete großer Herzlichkeit, aber auch bitterer Armut, schlechten Wohnverhältnissen, kranken Kindern. Diese Erlebnisse ließen die Idee reifen, eine Hilfsorganisation zu gründen. In Nepal, für Nepal, mit einem Namen auf Nepali: Sunaulo Sansar – Goldene Welt. Weil goldene Dinge leuchten und unsere Welt und alle Menschen so wertvoll wie Gold sind. Sabine und Temba begannen sofort mit der Arbeit. Sie organisierten Medikamente und Arzteinsätze in entlegenen Regionen. Sie bauten im Dorf von Tembas Eltern ein Duschhaus für die Bewohner. Sie

übernahmen die Patenschaft für einen jungen Mönch aus dem Upper Mustang Gebiet und brachten ihm und seinen Mitschülern Fleecejacken und Rucksäcke. Sie setzten eine Schule instand, versorgten andere mit Schuluniformen und Arbeitsmaterial. Sie halfen bei der Sanierung eines Klosters. Soweit die Vorgeschichte.

Als am 25. April 2015 die Erde bebte, ist Sabine Pretsch in Deutschland, und Temba Gyalbo Tamang besucht seine Eltern in dem kleinen Dorf Brabal, 130 Kilometer nördlich von Kathmandu. Abends hatten die beiden noch telefoniert. Als morgens keine Nachricht kommt, ahnt sie, dass etwas passiert sein muss. Um kurz nach neun endlich ein Anruf: „Ein Erdbeben! Wir sind sicher, aber das Haus ist zerstört.“ So wie fast alle anderen auch in dem kleinen Dorf, wo die Mauern der Häuser aus einfach aufeinander geschichteten Steinen bestehen. In der Ferne kann Sabine Pretsch es kaum glauben. Wo bleiben die Nachrichten? Fernsehen, Internet, nichts. Als erstes vermeldet das Seismologische Institut das Beben: Stärke 7,9.

### Die Erde erschüttert Nepal

Die Sorgen sind groß in den nächsten Stunden. Nicht nur um die Familie und die Freunde. Es sind auch fünf Reisegruppen im Land unterwegs. Als endlich alle erreicht werden, >



**2014. Temba Gyalbo Tamang verteilt Rucksäcke und Fleecejacken an junge Mönche. Seit die Erde bebte, leben manche Kinder noch einfacher als zuvor.**

können Sabine und Temba aufatmen. Niemand wurde verletzt. Sie organisiert nun von Deutschland aus die Soforthilfe. Säcke voller Reis, Decken und Plastikplanen für Notunterkünfte. Ununterbrochen sitzt sie vor dem Computer, führt unzählige Telefonate, sichtet Bilder, wartet auf Nachrichten. „Meine Seele war in Nepal“, sagt sie. Einen Monat später fliegt sie hin, sieht zum ersten Mal selbst das Ausmaß der Zerstörung. Manche Orte, wie der Königsplatz in Kathmandu, sind nicht wiederzuerkennen. An anderen Stellen scheint nichts passiert zu sein. „In unserer Wohnung ist nicht mal ein Glas runtergefallen“, sagt sie, nicht weit entfernt liegt eine Straße in Schutt und Asche.

### Plastikplanen, Decken und Reis

Sabine Pretsch kommt nicht ohne Hilfsgüter nach Nepal. Sie konnte orangefarbene Plastikplanen und warme Decken organisieren, die nun mit einem 4-Tonner ins Langtang-Gebiet gebracht und von dort aus mit Mulis und Trägern in drei Dörfer weitertransportiert werden. Temba Gyalbo Tamang hat in den vier Wochen seit dem großen Beben – inzwischen hatte die Erde am 12. Mai noch ein zweites Mal gebebt – bereits gewaltige Ladungen Reis, Linsen, Öl, Salz und Zucker als Soforthilfe in elf zerstörte Dörfer geschafft. Die Not ist riesengroß. „Die Menschen lebten vorher ja schon sehr einfach“,

sagt Sabine Pretsch, nun haben Tausende gar nichts mehr. In Brabal, dem Dorf ihrer Schwiegereltern, sind von 31 Häusern 87 Prozent komplett in sich zusammen gefallen. Wer dorthin will, muss von Kathmandu aus sechs Stunden mit dem Jeep fahren und weitere zweieinhalb Stunden laufen. Als Sabine und Temba dort mit ihren Hilfsgütern eintreffen, ist die Freude groß. Sie kommen gerade noch rechtzeitig vor der Regenzeit, die sich in diesem Jahr gnädig nach hinten verschiebt und erst Ende Juni einsetzt.

Die Plastikplanen werden dringend gebraucht. Die Bewohner bauen sich aus Bambus, alten Türen und den Steinen ihrer früheren Hausmauern ein Gerüst und bespannen es mit Bambusmatten und den Planen. Jeder hilft mit, auch beim Bau der Behelfstoiletten für das ganze Dorf. Während das gerade erst renovierte Kloster nur noch ein Trümmerhaufen ist, blieb wenigstens das von Sunaulo Sansar gebaute Duschhaus stehen. Eine gute Nachricht in der Katastrophe. Den Zement dafür hatten Sabine, Temba und ihre Helfer eigens aus Kathmandu ins Hinterland geschleppt.

### Drei Millionen Obdachlose

Die Erdbeben zerstörten 600.000 Häuser, drei Millionen Menschen wurden obdachlos. Seit fünf Monaten harren die Menschen in Nepal in Notunterkünften aus und hoffen

nicht vergessen zu werden. Sie warten auf das Ende der Regenzeit. Erst dann kann mit dem Wiederaufbau begonnen werden. Auch Sabine und Temba haben Pläne. Viele ihrer Gäste meldeten sich und boten ihre Hilfe an. Einige sogar sehr konkret. Sunaulo Sansar hat ein Team aus Architekten, Ingenieuren und Handwerkern zusammengestellt, die in diesen Wochen nach Nepal reisen und dort beim Wiederaufbau helfen. „Wir sind immer noch überwältigt von den vielen Emails und Spenden“, sagt Sabine Pretsch. Die Soforthilfe und die Anteilnahme aus der ganzen Welt können aber nur der Anfang gewesen sein. Es gibt noch viel zu tun in diesem Land, das zu den ärmsten der Erde zählt. Nach ihren Ideen gefragt, wissen Sabine und Temba gar nicht, wo sie anfangen sollen. Auf jeden Fall wollen sie weitere Duschhäuser in abgelegenen Dörfern bauen. „Weil Hygiene wichtig ist“, sagt Sabine. Jeden Tag, ganz besonders aber in Katastrophenzeiten wie in diesem Frühjahr und Sommer. Für das Dorf



**Sabine Pretsch verteilt Decken. Ein Mädchen holt sich eine der orangefarbenen Plastikplanen für eine Notunterkunft. Das Kloster von Brabal ist komplett zerstört.**



Brabal wünschen sie sich eine kleine Müllverbrennungsanlage. Der bewusste Umgang mit Müll ist ihr ein wichtiges Anliegen. „Wenn Kinder in Nepal ein Bonbon essen, werfen sie das Papier gedankenlos auf den Boden“, sagt sie. Weil sie selbst es schon als Kind anders lernte, geht sie in die Schulen und hat Mülleimer für die Klassenräume dabei. „Ich möchte meiner neuen Heimat etwas aus meiner alten Heimat mitbringen“, sagt sie, zum Beispiel das Bedürfnis, die Umwelt schützen zu wollen.

### Ihr Traum ist eine Krankenstation

Der größte Traum der beiden ist der Bau einer Krankenstation in der Langtang-Region mit einem Arzt vor Ort. Das würde den Dorfbewohnern eine kostenfreie, medizinische Erstversorgung ermöglichen. Sabine Pretsch sagt: „In wirklichen Notfällen bleibt nur der Transport im Helikopter, aber den können sich die meisten Menschen nicht leisten.“ Bis die Krankenstation steht, werden Temba und sie weiterhin versuchen, ab und zu ein „Medical Camp“ mit einem eingeflogenen Arzt zu organisieren. Organisieren und sich kümmern, über Nepal informieren, Besucher vor Ort betreuen und Partnerschaften zwischen Europäern und nepalesischen Kindern vermitteln, das ist jetzt das Leben von Sabine Pretsch.

Nächstes Jahr im Januar wird sie wieder in Deutschland sein und auf der Urlaubsmesse „cmt“ in Stuttgart für Nepal werben. „Man kann auch jetzt, trotz der Katastrophe, in das Land reisen. Und gerade jetzt sind das Geld der Touristen, aber auch das Interesse der Menschen wichtig für Nepal“, sagt Sabine Pretsch. Gibt es denn sonst noch einen Grund für eine Reise nach Nepal? „Ja natürlich“, sagt die dunkelhaarige Frau lächelnd, „weil Nepal magisch ist.“

### Eine Tür zu einer anderen Welt

Deutschland und Nepal. Sabine Pretsch fühlt sich privilegiert, in zwei so unterschiedlichen Kulturen leben zu dürfen. „Mir

hat jemand eine Tür geöffnet“, sagt sie. Die erste Reise, die Liebe am anderen Ende der Welt, der Umzug aus dem einen in das andere Leben. Sie erinnert sich noch genau, wie sich die ersten Wochen in dem fremden und doch so vertrauten Land anfühlten. Staunend betrachtete sie damals Nepal. „Diese vielen Schmetterlinge zum Beispiel“, sagt sie, „groß und farbig, wie ich sie in Deutschland noch nie gesehen habe.“ Erst viel später erfuhr sie, dass Temba und die anderen Guides ihr während der Tour einen Spitznamen gaben, so ist es in Nepal beim Trekking üblich. Sabine hieß Putali. Schmetterling.



### So kannst Du helfen

Wenn die Welt zusammenbricht, braucht es Menschen, die schnell helfen. So wie Sabine Pretsch und Temba Gyalbo Tamang. In Nepal beginnt jetzt der Wiederaufbau. Mit ihrer Hilfsorganisation „Sunaulo Sansar“ finanzieren sie den Bau von Häusern und unterstützen besonders schwer betroffene Familien. Mehr Infos gibt es im Internet unter: [sunaulosansar.org](http://sunaulosansar.org), [tembasnepal trek.com](http://tembasnepal trek.com) und [nepal-spirit.de](http://nepal-spirit.de)

Spenden bitte an: Deutsch-Nepalesische Hilfsgemeinschaft e.V., Verwendungszweck „Sunaulo Erdbebenhilfe“, Commerzbank Stuttgart, IBAN: DE03 6008 0000 0182 4971 00. Zur Koordination bittet Sabine Pretsch um eine kurze Nachricht mit vollständiger Adresse und dem Spendenbetrag an [info@sunaulosansar.org](mailto:info@sunaulosansar.org)

FOTO SABINE TEMBA (1/1), FOTOLIA (5), GETTY IMAGES (3), HUBER (2)