



Eine Reise mit bleibenden Eindrücken

Über den 6. German-Nepalese International Doctors and Psychologists Conference – Hypnose, Schmerz, Trauma, Rehabilitation, Ayurveda & Schamanismus - in Kathmandu und Pokhara, Nepal

Auf diese Kongressreise nach Nepal gingen wir – Antje als Referentin mit dem Thema „Arzt-Patient-Kommunikation, angereist aus Rosenheim, und Sabine als Teilnehmerin, angereist aus der Nähe von Marburg, mit einer bestimmten Erwartung, Spannung und großen Vorfreude.



In der ersten Mai-Woche 2011 waren ca. 160 Teilnehmer und ca. 40 Referenten aus deutschsprachigen Ländern und ca. 50 nepalesische Teilnehmer, ein Teilnehmer aus China, zwei aus Indien, vier aus Ungarn, einer aus Polen und sechs aus Amerika nach Kathmandu, einer sehr faszinierenden Stadt, gereist. In der zweiten Woche auf dem Nachkongress in Pokhara, sehr idyllisch am Rande des traumhaft schönen Annapurnagebietes gelegen, genossen noch insgesamt ca. 150 Teilnehmer die stimmungsvolle Atmosphäre und die hochkarätigen Workshops. Hier waren die westlichen TeilnehmerInnen unter sich.

Landschaftlich lag unser Hotel sicher an einem der schönsten Orte der Welt mit Blick auf den Himalaya. Uns fiel es dabei nicht schwer, über den teils großen Kontrast der äußeren Schönheit des Landes zu organisatorischen Mängeln des Hotelpersonals hinweg zu sehen. Westlicher Standard ist dort nun einmal nicht gegeben.

Wir waren wohl die größte Touristengruppe, die 2011 in Nepal unterwegs gewesen sein wird. Bedingt durch diesen Umstand begleitete uns am Tag der Rückreise von Pokhara nach Kathmandu eine Polizeieskorte durch das Gebirge und Land, damit wir trotz Streik, Straßenblockaden und Fahrverbot für öffentliche Busse, LkWs, Autos, etc. ohne größere Komplikationen Kathmandu erreichen würden. Hintergrund des Streiks: Am 28. Mai 2011 sollte eigentlich die neue Verfassung stehen. Man hat den Politikern ein Jahr zusätzlich Zeit gegeben, also ist der Stichtag der 28. Mai 2011. Da nicht viel passiert ist, macht die Bevölkerung jetzt Druck auf die Politiker. Die Bevölkerung ruft zum Streik auf und nicht eine der politischen Gruppen-

Veranstalter des Kongresses war der Förderkreis Hilfe für Nepal e.V. - <http://www.hilfe-fuer-nepal.de/>. Die Idee, diesen Kongress gemeinsam in Nepal zu organisieren, entstand, als B. Rana, Gründer des Fördervereins Hilfe für Nepal e.V. und nepalesischer Arzt, mit der deutschen Psychologin Renate Rana verheiratet, seine Hypnoseausbildung bei B. Trenkle machte. B. Trenkle war dann ab dem 3. Kongress als Organisator mit dabei.

Die Vorbereitungen für den Kongress begannen vor ca. zwei Jahren.

Mit den Einnahmen dieser Tagung werden Hilfsprojekte – ein Altenheim in der Nähe von Kathmandu, eine Reha-Klinik in Bhaktapur und eine Association of the Blinde (Blindeneinrichtung) – in Nepal unterstützt. Zum Ende der Reise konnten wir dann noch die Hilfsprojekte besichtigen, die bereits seit Jahren – u.a. auch durch diese Kongresse – vor allem von deutschen und nepalesischen Kollegen/innen gegründet und unterstützt werden. Wir waren extrem beeindruckt von diesen Projekten, freuen uns sehr, dass die Gelder aus dem Kongress dorthin fließen und werden auch eine Patenschaft für die Schulausbildung eines Kindes übernehmen. Wir konnten einem Treffen vieler Patenkinder mit ihren Paten beiwohnen und uns aus erster Hand berichten lassen, dass dort ohne Bürokratie Hilfe direkt geleistet wird. Jeder unser Cent der 30 Euro Spende monatlich kommt dem Kind zu Gute.

Bemerkenswert war bereits im Vorfeld die hervorragende Initiative und Organisation durch Bernhard Trenkle und sein Team. Trenkle ist Hypnotherapeut mit eigenem Institut in Rottweil und war bis 2003 Vorsitzender der Milton –Erickson-Gesellschaft für Klinische Hypnose in Deutschland (M.E.G.).

Bereits Monate vor Reisebeginn bekamen wir über Rundmails, -briefe und eine ständig auf den neuesten Stand gebrachte Internetseite sämtliche Informationen, die wir zur Planung des Kongresses, der Reise an sich und eventueller Ausflüge brauchten. Da wir erstmals in Nepal waren, kamen uns diese Unterstützungen sehr entgegen.

Die erste Woche in Nepals Hauptstadt Kathmandu verging wie im Flug. Durch die Anwesenheit vieler nepalesischer Kollegen/innen und hochkarätigen Referenten aus aller

Welt kam es zu sehr intensiven Diskussionen der verschiedenen Kulturen. Das Feld der Psychologie ist in Nepal noch jung. Eine Podiumsdiskussion zum öffentlichen Austausch – „Meet the Expert“ - von sehr erfahrenen Referenten aus Indien, Nepal, China, Deutschland – B. Trenkle, Klaus Hüllemann, Susy Signer-Fischer, Mita Rana, Shanta Niraula - am nepalesischen Tag trug dem Wunsch Rechnung, die unterschiedlichen Erfahrungen auf einer wissenschaftlichen Basis auszutauschen, sich weiterzuentwickeln und von einander zu lernen in beide Richtungen und voneinander zu profitieren. Dieser Austausch war ein wunderbares Forum, wo Synergien und neue Projekte entstanden sind. Signifikant für den Kongress die Diskussionen und der gemeinsame Austausch in diesem exotischen Land bei jeder sich bietenden Gelegenheit in Kaffee- und Mittagspausen sowie gemeinsamen Abendveranstaltungen. Es gab keinerlei Berührungsängste der Nepalesen, die uns gerne Fragen stellten und ebenso freundlich mitteilten, wie sie in diesem Land arbeiten. Im Rahmen des Kongresses fand auch Supervision statt.

Die intensiven Workshops, Hauptvorträge und Vortragsschienen (tlw. parallel) in deutscher und englischer Sprache an insgesamt 10 Kongresstagen stellten ein breites Angebot aus den Bereichen Schmerz- und Traumatherapie, Arbeit mit Kindern mit Susy Signer-Fischer speziell zum Lernen für nepalesische Teilnehmer, Hypno-systemische Konzepte und Methoden für konstruktive Wege aus Leistungs-Engpässen, Burn-Outdynamiken und dem Erhalt psychischer Gesundheit, Hypnotherapie bei chronischen Schmerzen, Teamcoaching, Medizinische Hypnose, Kommunikation, Nephrologie uvm. dar. Stellvertretend für die Referenten möchte ich hier Prof. Markowitsch, einer der führenden Hirnforscher der Welt, Prof. Tianjun Liu, der ärztliche Direktor der Akupunkturschule der Peking Universität (TCM) und Leiter des Chi-Gong-Laboratoriums der Peking Universität, aus Indien Dr. med. Tajni Vyas, ehemalige Präsidentin der indischen Hypnose-Gesellschaft sowie ihren Mann Dr. med. Bhaskar Vyas, die sich beide intensiv mit westlichen und östlichen Philosophien bezüglich Bewusstsein auseinandergesetzt haben, und Burkhard Peter nennen. Uns fiel es bereits vor der Anreise schwer, eine Auswahl zu treffen, was nach Kennenlernen der anderen

Dozenten/innen nicht einfacher wurde. Wir hatten einfach die Qual der Wahl und wurden für unsere Entscheidung nur sehr selten zu „schwänzen“ reichlich belohnt.

Ein unvergessliches Erlebnis auch das Tagungsfest im „Dreams of Garden“, früher Teil des königlichen Palastes, mit der berühmtesten nepalesischen Musikgruppe Sur Suddha, die auch in Deutschland auftritt.

Ein ganz besonderes Geschenk war die Anwesenheit während der gesamten Zeit eines ganz besonderen Lehrers unter uns - Dolpo Tulko, ein hoher Lama aus dem Dolpo (Region im Nordwesten Nepals an der Grenze zu Tibet, eine der abgeschiedensten Gegenden der Welt, umgeben von den Gebirgsketten des Himalaya). Dolpo braucht Schulen, Krankenhäuser, Altersheime.

www.dolpotulko.de.

Er lehrte uns morgens um 7 Uhr Yoga – ohne „akrobatische“ Anteile des Yogas -, teilte uns seine eigenen Weisheiten mit und suchte jede Gelegenheit zum Austausch. Und wir sahen zu



seinem Werdegang einen besonderen und preisgekrönten Dokumentarfilm. „Der Film Dolpo Tulko ist eine dichte Beobachtung des Konfliktes eines jungen Buddhisten, eine Reise in die Zukunft und in die Vergangenheit des Dolpo Tulko zugleich. Gedreht in atemberaubenden Landschaften vermitteln die Reflexionen über Glauben, Autorität und Altruismus ein differenziertes Bild einer Religion, die sich – vielleicht nicht ohne Grund – global einer stark wachsenden Faszination erfreut.“ (aus einem Infobrief, Autor: Bernhard Trenkle)
Mittags gab es immer die Möglichkeit, an einer Trance mit Anita Jung mit Live-Musik von Oliver Rajamani teilzunehmen. Und in Pokhara konnte man morgens auch im Garten Tai Chi erlernen.

Das Tagungsteam um B. u. A. Trenkle hat Enormes geleistet. Trotzdem wirkte die Stimmung locker und freundlich. Auch die verpflichtete Treckingfirma der Nepali, über die wir eigenständig neben dem Kongress Touren bis hin zu Tibet- oder Dschungelreisen buchen konnten, war sehr bemüht und machte Vieles durch Engagement möglich. Wir hatten uns auf kürzere Trips beschränkt und waren mit insgesamt 15 bzw. 18 Reisetagen auch so schon „randvoll mit Eindrücken“. Neben dem inhaltlich tollen Kongress mit vielen netten Kollegen/innen hat uns Nepal sehr beeindruckt. Ein an landschaftlichen Eindrücken reiches Land mit seinen mehr als beeindruckenden Bergen, welches andererseits von großer Armut, Kindersterblichkeit im Himalaya, Wasser für die breite Bevölkerung nur aus Brunnen, dem Kastenwesen, das es zwar offiziell nicht mehr gibt und Dreck geplagt wird. Viele Bilder werden uns in Erinnerung bleiben! Die Gesichter der Menschen waren sehr freundlich und glücklich und das typische westliche Jammern blieb bei den Nepalesi aus. Wir haben selten so viele ausgeglichene Kindergesichter gesehen!

Auf unseren Ausflügen konnte ich z.B. die Natur vom Fluss aus bei einer fantastischen 3.5 stündigen Rafting-Tour bewundern, einen Schamanen bei seiner Arbeit beobachten und erleben, die Himalayaberge aus nächster Nähe spüren, wunderbare Tempel besuchen, sowie ganz alleine als Frauen durch die Städte spazieren, ohne Angst haben zu müssen. Es war einfach alles anders als sonst – insgesamt sehr anstrengend, auch aufgrund der fast alle Teilnehmer quälenden Magen-Darm-Probleme mit Durchfällen und Erbrechen, aufgrund der Ernährung und aufgrund des subtropisch anmutenden Klimas (starke monsunartige Regenfälle). Der Kongress war ein Beitrag unserer Persönlichkeitsentwicklung und brachte uns an unsere körperlichen und geistigen Grenzen. Eigentlich bräuchten wir jetzt erst mal Erholung. Insgesamt eine einzigartig lockere und einfach überwältigende Atmosphäre!

Insgesamt habe ich in kurzer Zeit sehr viel gehört, gesehen, gelernt und erlebt! Ich habe viele nette Menschen kennen und schätzen gelernt und werde noch lange von dieser Reise zehren!

Mal sehen, ob eine Fortsetzung geben wird und wann?!

Sabine Fruth und Antje Heimsoeth, www.gesundheitscoachings.eu