

JANUAR 2026

Kathmandu | Nepal

Pemba Sherpa zeigte Jordan Kestle (SHL) Kathmandus Kultur, die Menschen und natürlich auch die Kulinarik.



Pemba ist ein in Nepal ansässiger Bergführer und Expeditionsleiter mit einer tiefen Verbindung zur Schweiz, wo er bis 2010 lebte. Nach seiner endgültigen Rückkehr in die Berge Nepals nach 2015 gründete er das Extreme-Climbing-Unternehmen Xtreme Climbers und begann, technische Ausrüstung lokal zu produzieren. Er ist überzeugt, dass Reisen in Nepal langsam, bewusst und untrennbar mit den Menschen sein sollten, die dieses Land prägen.

Kathmandu ist in jeder Hinsicht ein Basislager. Jede Reise in Nepal beginnt hier – ganz gleich, ob sie in ein abgelegenes Dorf oder auf eine ernsthafte Himalaya-Expedition führt. Die Luft ist staubig, der Verkehr folgt seiner eigenen Logik, und die Stadt ist von einer unaufhörlichen Dynamik bestimmt. Kathmandu führt einen nicht behutsam an Nepal heran, sondern konfrontiert einen unmittelbar damit. Man lernt schnell, dass Reisen hier Aufmerksamkeit und Geduld erfordert.

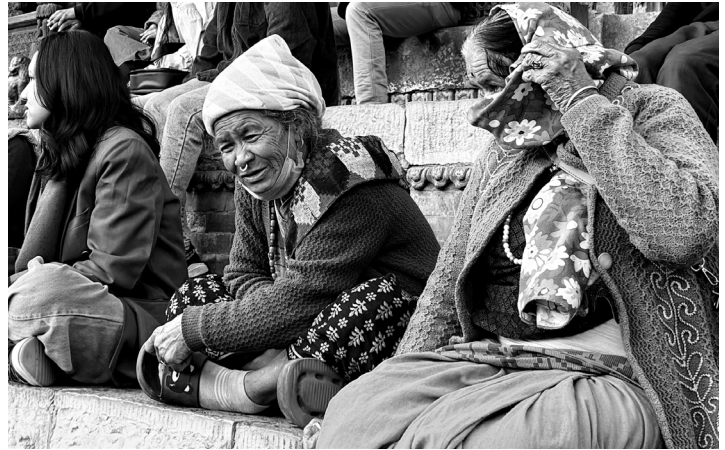
Unser Zugang führt über Pemba Sherpa. Er arbeitet an der Schnittstelle von Tourismus,

Logistik und Gemeindeentwicklung und lebte sowohl in Nepal als auch in der Schweiz. Neun Sommer- und drei Wintersaisons arbeitete er in Zermatt, das er noch heute als sein Zuhause bezeichnet. Doch es war Nepals kompromisslose Natur, die ihn zurückzog. Was er am meisten schätzt, ist nicht ein einzelner Ort, sondern Nepals seltene Verdichtung von Welten: tiefe Täler und die höchsten Gipfel der Erde, Dutzende von Kulturen auf engstem Raum oder Reisen, die von stiller Reflexion bis zu physischer Extrembelastung reichen. Er betont, dass Reisen in Nepal nur dann wirklich sinnvoll ist, wenn man sich die nötige Zeit nimmt, um zu verstehen, was und wer dieses Land und seine Kultur trägt.

Gemeinsam schlenderten die beiden während Yomari Punhi, einem Newar-Fest zum Vollmond im Dezember, durch Kathmandu. Zwischen Umzügen, rituellen Speisegaben und dicht gedrängten Quartieren wurde deutlich, dass Gastfreundschaft in Nepal nichts ist, was eigens für Reisende inszeniert wird.

SHL IN NEPAL

In Zusammenarbeit mit Swisscontact entwickelt die SHL in Pokhara, Nepal, ein nachhaltiges Ausbildungsprogramm mit Fokus auf Green Skills im Gastgewerbe, nachhaltigem Tourismusmanagement sowie einem Train-the-Trainer-Programm für lokale Hotellerie- und Tourismusschulen.



Lieblingsorte

Wenn Pemba Sherpa an einen Lieblingsort denkt, zieht es ihn westwärts zum Phoksundo-See. Abgelegen, intensiv blau und von Stille umgeben, gehört er zu den unberührtesten Orten Nepals. Erreichbar zu Fuss oder per Hubschrauber, bleibt seine Wirkung lange nach der Abreise spürbar. Kein Wunder, dass er im Oscar-nominierten Film «Caravan» zu sehen war.

Kulinarik

Für typisch nepalesische Küche gibt es nichts Besseres als Dal Bhat: Reis, Linsensuppe, Gemüse-Currys, Pickles und Gewürze, die täglich von den meisten nepalesischen Familien gegessen werden – daher der bekannte Spruch: «Dal Bhat Power 24/7». Am besten erlebt man ihn in einem traditionellen Thakali-Restaurant, wo Essen unverfälscht serviert wird – so wie es immer war. Strassenstände locken mit Pani Puri, Momos und Buff Choila.

Kaffee ist unverzichtbar – für Pemba bedeutet das Himalayan Java. Eine Marke, die einst fast scheiterte, heute aber still und erfolgreich in Nepal und darüber hinaus wächst.

Aktivitäten und Erlebnisse

Nepal belohnt jene, die über die bekannten Namen hinausblicken. Mount Everest und Annapurna sind ikonisch, aber überlaufen und zunehmend kommerziell. Pemba Sherpa lenkt behutsam den Blick auf andere Regionen – Dolpo, Makalu und Kangchenjunga – stillere, strengere und intensiver erfahrbare Gebiete. Trekkingtouren hier dauern zwei Tage bis neun Monate. Manche Routen bieten Teehäuser und Strassenanbindung, andere erfordern Guides, Genehmigungen und Geduld.

Insiderwissen

Über 140 ethnische Gruppen leben in Nepal, jede mit eigenen Sprachen, Traditionen und Regionen. Viele verstehen die Muttersprache der anderen nicht – wahre Vielfalt wird hier täglich gelebt.

Persönliche Momente

Nach 2015 kehrte Pemba endgültig in die Berge zurück. Das Führen von Touren fühlte sich wie das Zurückerobern eines Erbes an. Daraus entstanden seine Extreme-Climbing-Marke, eine lokale Ausrüstungsproduktion und Arbeitsplätze für hunderte Familien. Daher ist für ihn Reisen in Nepal niemals neutral: Jede Expedition unterstützt Bildung, versorgt Familien und erhält abgelegene Regionen. Reisende kommen, um zu erleben – und gehen, nachdem sie Teil von etwas Grösserem geworden sind.