

Eine Frau radelt um die Welt – Teil 3

# Auf dem Dach der Welt



Im dritten Teil unserer Serie geht es für Heike Pirngruber ganz hoch hinaus: Im Alleingang überquert sie das Tibetische Plateau.

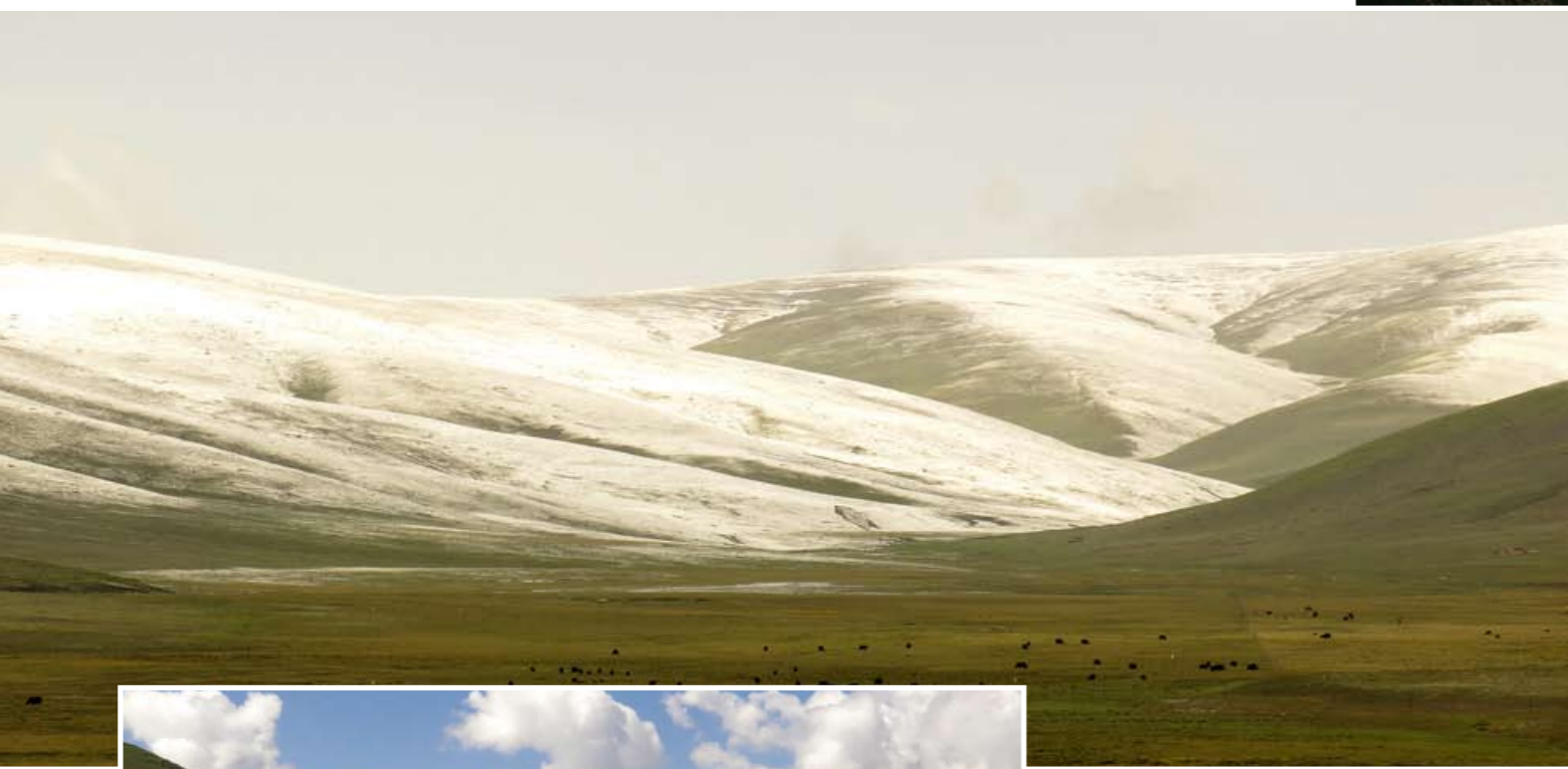
TEXT UND BILDER:  
HEIKE PIRNGRUBER

China, das Land der Extreme und Kontraste. Ein riesiges Fleckchen Erde voller unterschiedlicher Landschaftsformen und Kulturkreise. Und ich mittendrin. Die Wege ziehen sich ins Endlose. Der Kampf mit den Bergen, der Hitze, dem Gegenwind und der Einsamkeit könnte kaum heftiger sein. Doch genau das macht eine solche Radreise so spannend. Die Wahnsinns-Vielfalt der Welt erleben zu dürfen, sich zudem auf langen, öden Passagen mit sich selber auseinanderzusetzen und über Grenzen zu gehen.

China fasziniert mich vom ersten Augenblick an, wenn es auch keinen Tag gibt, der mir einfach so in den Schoß fällt. Doch finde ich, erst wenn man sich etwas hart erarbeitet hat, wird es zu etwas Besonderem, Herausragendem, zu etwas, was man nie wieder vergessen wird. Man wächst mit seinen Aufgaben und ich werde jeden Tag bestärkt, dass ich mehr schaffen kann als ich je gedacht hätte. Die ganze Reise ist mir vom ersten Tag an nicht leicht gefallen, aber ich lerne jeden Tag dazu, wachse über mich selber hinaus.

Lhasa, die Hauptstadt Tibets, ist seit ein paar Tagen mehrsprachig entlang der Autobahn ausgeschildert. Sie bleibt für mich allerdings aus politischen Gründen tabu. Stattdessen biege ich nach meinem ersten 4700 Meter hohen Pass, an einer völlig unscheinbaren Kreuzung, auf die Schotterpiste S308 Richtung Yushu ab. Eine Piste im Herzen der Provinz Qinghai, die landschaftlich und kulturell stark tibetisch geprägt ist, in der ich mich aber als Ausländerin frei bewegen darf.

Schon am Abzweig zur Piste nach Yushu sehe ich die ersten tibetischen Gesichter. Eine wunderschön, edel gekleidete Frau, mit pechschwarzen, langen, geflochtenen Haaren öffnet mir die Türe zu ihrem kleinen Restaurant. Es riecht nach Yakbutter. Der Dalai Lama hängt in allen Variati-



Endlose Weiten auf dem Tibetischen Plateau.



Dazu eine Schlaglochpiste, die es in sich hat. Doch die Zeit drängt, ich muss weiter, mein kurzes Visum gibt mir kaum Möglichkeiten für Verschnaufpausen.

Immer wieder komme ich an schäbigen Zelten von han-chinesischen Straßenarbeitern vorbei und werde dort von den oftmals strafversetzten Männern und Frauen neugierig zum leckeren Essen eingeladen. Chinesen können richtig gut kochen und hier in der kalten Einöde schmeckt so ein simples Mahl besser als jede Weihnachtsgans aus Muttis Ofen. Tagelang regnet es nun schon und will einfach nicht mehr aufhören. Die Piste wird zur Qual. Der Wind tobt jeden Tag heftiger. Endlich ein Dorf, nachdem ich einen weiteren 4700 Meter hohen Pass hinter mir habe. Yaks grasen auf den riesigen endlosen Weiden und sehen irgendwie wie nicht von dieser Welt aus, sind aber ganz liebe und auch sehr ängstliche Tiere.

Ich bin patschenass, mir ist eiskalt und das Wasser tropft mir nur so von der Stirn. Der Weg und die Grasflächen stehen überall unter Wasser und in meiner Verzweiflung klopfte ich an einem Haus in der Hoffnung, eine trockene Nacht in irgendeiner Ecke des Hauses verbringen zu dürfen. Eine kräftig gebaute Tibeterin öffnet mir die Türe und ich versuche ihr zu erklären, was ich gerne hätte. Die beiden Töchter adoptieren

onen an der Wand und überall flackern die Butterkerzen. Mit „Tashi Delek“ werde ich herzlichst begrüßt und bin wie verzaubert. Die Atmosphäre ist unbeschreiblich schön. Die Tibeter begegnen mir so sehr warmherzig, es berührt mich unheimlich und lässt mich alle Anstrengung des Tages vergessen.

Es gibt Momos, eine Art Raviolis, und ich liebe Momos. Die Tochter des Hauses schreibt mir sowohl auf Tibetisch als auch auf Chinesisch die verschiedenen Versorgungspunkte entlang der Strecke auf. Schließlich habe ich mehr als 600 Kilometer Piste im absoluten Niemandsland vor mir. Von dem Mädchen bin ich total beein-

druckt. Obwohl es in dieser abgeschiedenen Gegend keine Schule weit und breit zu geben scheint, kann sie in zwei völlig unterschiedlichen Schriften schreiben. Seit vielen Monaten bin ich es gewohnt, dass die Leute meistens nur den Weg zum nächsten Nachbarn kennen, alles was weiter als fünf Kilometer entfernt ist, haben sie noch nie gesehen. Dieses Mädchen hingegen weiß auf den Kilometer genau, wo ein Laden auf der gesamten Strecke bis Yushu liegt.

Meine Kopfschmerzen sind heftigst. Ich habe keine Energie mehr und bin total schlapp und kraftlos. Der Sauerstoffmangel auf über 4000 Metern Höhe macht mir schwer zu schaffen.



mich vom ersten Augenblick an und ich bin die Sensation des Abends. Es sind arme Leute, doch wie immer, sind die armen Leute die nettesten und vor allem die lockersten. Sie haben nichts zu verlieren, es gibt nichts zu klauen, die Türe steht meilenweit für alle offen. Ein einfaches Leben, doch machen sie mir alle einen glücklichen und ausgeglichenen Eindruck.

Herrlich, wenn man soviel Gastfreundschaft immer wieder erleben darf. Es gibt einem soviel Kraft und es macht einen so dankbar. Die kleinen Dinge auf dem Weg sind die Würze einer Radreise und genau solche Begegnungen sind unbeschreiblich und so wichtig und vor allem so wunderschön. Es gibt Tsampa, das tibetische Standardessen. Gerstenmehl wird mit Yak-Tee angerührt und mit Zucker und knochentrockenen Yak-Käsebrocken verfeinert. Ewig lange knetet man es in der warmen Hand und tunkt es dann in salzigen Yak-Tee. Was mir aber trotz den Entbehrungen auf der Radtour einfach ganz und gar nicht schmecken will. Der ranzige Geschmack der Yak-Butter liegt mir jedesmal noch Stunden auf der Zunge und ich esse es mit richtigem Widerwillen.

Ich bedanke mich wie immer mit meiner Visitenkarte, auf der ich Bilder abgedruckt habe, damit die Leute eine kleine Erinnerung an mich haben.



Je weiter ich nach Südosten komme, desto enger und spektakulärer wird die Landschaft.

Trachten und Schmuck der Tibeter faszinieren mich jeden Tag aufs Neue.





nicht mehr fern, und das gibt mir Kraft. „Tashi Delek“ rufen die Tibeter mir immer wieder herzlich zu, wenn ich zur Abwechslung mal wieder an einem Haus vorbei komme oder ein Mopedfahrer mich überholt. Die Mopeds sind mit riesigen Lautsprechern ausgestattet und die melodisch klingende tibetische Musik bringt kurz Abwechslung in meinen Radlalltag.

Yushu, eine vor einigen Jahren durch ein Erdbeben komplett zerstörte Stadt, ist im modernen chinesischen Stil neu aufgebaut worden. Das Stadtbild passt überhaupt nicht zu den vielen Tibetern, die weiterhin an ihrer traditionellen Lebensweise festhalten. Außerhalb der Stadt bewundere ich die riesige Manimauer, an der Tibeter ihre „Om mani padme hum“-Steine niederlegen und den Tempel im Uhrzeigersinn umlaufen und ihre Gebetsmühlen drehen.

Eine beeindruckende Atmosphäre und nur strahlende und herzliche Menschen. Vor allem viele alte Leute, die besonders raffinierte Gewänder tragen, obwohl die meisten der Kleidungsstücke längst zerfetzt und vergilbt sind. Tibeter legen sehr viel Wert auf ihr Aussehen. Wenn sie es sich

Das kleine Mädchen drückt die Karte an ihre Brust, strahlt mich an, rennt zum Nebenraum und platziert es am buddhistischen Altar direkt neben dem Bild des Dalai Lamas. Ein besseres Kompliment hätte sie mir wirklich nicht machen können. Die Familie winkt mir noch lange nach und ich bin traurig, dass ich mich schon wieder von so netten Menschen verabschieden musste und weiß im Stillen, dass ich sie nie wieder sehen werde.

Mutterseelenallein geht es weiter. Nichts als endlose Weite liegt vor mir und ich kämpfe an diesem Tag ganz besonders mit dem Matsch, dem Wind und meinem inneren Schweinehund, der heute so gar nicht weiter will. Doch das höchste Hochplateau der Welt ist noch lange nicht zu Ende, es liegt noch ein weiter Weg vor mir. Doch Yushu, mein nächstes Etappenziel, ist

In Serxu mache ich mehrere Tage Pause. Das prächtige Kloster und der hautnahe Kontakt zu den Mönchen begeistern mich.



Tibetische Pilger auf der Khora, dem Pilgerweg, der um das Kloster führt.

Mädchen in Serxu.

Religiöse Texte auf Schriftrollen.



leisten können, tragen sie pompösen Schmuck in allen Farben und Formen. Von weitem sehe ich sie nun schon, die goldene Kuppel von Serxu Klosteranlage. Eine der größten Anlagen im gesamten tibetischen Kulturraum. Es kommt mir vor wie das gefundene Paradies und die Belohnung für alle Strapazen der letzten Wochen.

Die Anlage ist überwältigend und wunderschön zugleich. Mönche soweit das Auge reicht. Unzählbar viele Tibeter, die wie immer im Uhrzeigersinn den Pilgerweg ablaufen und pausenlos ihre Gebete vor sich her murmeln. Ich komme aus dem Staunen nicht heraus und gönne mir einige Tage zur Erholung in einem kleinen ti-

betischen Hotel und sauge die Atmosphäre in Ruhe auf. Ein Wahnsinns-Erlebnis, die Mönche bei ihren täglichen Gebetsstunden zu beobachten. Der Duft der Butterkerzen begleitet mich von einem Gebetsraum in den nächsten und ich fühle mich einfach nur pudelwohl und herzlich willkommen.

Die Hunde sind in dieser Gegend leider sehr aggressiv und auch gefährlich. Immer wieder werde ich von großen Hunden verfolgt und versuche sie dann mit Steinen zu bewerfen, um sie in Schach zu halten. Doch zweimal ist es sehr knapp. Ein Hund springt direkt aus einem Hoftor auf mich zu und beißt in meine Vordertasche. Vor lauter Schreck falle ich vom Rad. Doch ein Glück ist der Besitzer sofort zur Stelle und pfeift den Hund in seine Schranken. Das andere Mal bin ich in einer Klosteranlage zu Fuß unterwegs und werde dort von fünf großen, zähnefletschenden Hunden angegriffen. Die Hunde sind nur ein paar Zentimeter von meinen Beinen entfernt und ich habe Todesangst. Ein Glück taucht kaum später ein Mönch auf, der sie mit einer Ladung Steine vertreibt.

Selbst die Einheimischen warnen mich immer wieder, dass ich nachts auf keinen Fall raus gehen sollte, nicht mal auf Toilette, denn die Bies-ter werden nachts zu Werwölfen. In Litang treffe ich die ersten westlichen Touristen und es ist ein tolles Gefühl, sich wieder einmal unterhalten zu

können. Ich bin nun bereits einige Zeit in Sichuan und aus der ewigen Graslandschaft ist eine beeindruckende Bergwelt geworden.

Die Strasse S217 ist traumhaft. Sie schlängelt sich anfangs einem Flusslauf entlang inmitten von bewaldeten Hängen. Den Duft der Tannen sauge ich förmlich auf, so lange habe ich keinen Wald mehr gesehen. Auch die Architektur verändert sich plötzlich schlagartig von einem Tal ins nächste. Obwohl ich noch immer im tibetischen Kulturraum unterwegs bin, hat sich eigentlich alles verändert. Je weiter ich nach Südosten komme, desto spektakulärer die Landschaft. Jede Minute ein Postkartenmotiv. Auch die Trachten der Tibeter sind nicht mehr die gleichen. Manche der Frauen sind wirklich bezaubernd schön und ihr raffinierter Schmuck einfach herausstechend.

Ich baue gerade mein Zelt auf einer kleiner Wiese in einem fast schon mystischen Dorf auf, als ein junger Mönch zu mir kommt und mich zu sich einlädt. Eine schwere Holztüre verriegelt das Haus. Es ist klitzeklein und besteht aus nur einem einzigen Raum. Die Wände sind voll mit buddhistischen Symbolen und wie immer hängt überall der Dalai Lama. Ein lustiger Abend inmitten von absolutem Chaos, denn all sein Hab und Gut hat der lebenswürdige Mönch auf seinen vier Quadratmetern auf dem Boden verteilt. Wir beide liegen zusammen auf einem kleinen Teppich und versuchen zu kommunizieren.

Es liegen immer noch viele weitere hohe Pässe vor mir, doch die Landschaft ist so abwechslungsreich, dass jeder Pass zum Vergnügen wird. Die Bergwelt ist gigantisch und ich fühle mich freier und glücklicher als selten zuvor. Ich genieße jede Kurve, jeden Regenbogen, jedes Lächeln, was man mir schenkt und es geht mir so sehr gut, dass ich die Welt umarmen könnte. Jede Zeltnacht ist ein Heidenspaß, wenn ich morgens in die Weite schaue und die frische Luft der Morgenstunden genieße.

Doch kommen wieder Regentage, bei denen ich es allerdings jedes Mal schaffe, mich irgendwo in öffentlichen Gebäuden vor dem Regen zu verdrücken. Manchmal klopfe ich auch bei der Polizei an, bei der ich ein gern gesehener Gast bin und sogar noch zusätzlich gepflegt werde.

Shangri La ist nun zum Greifen nahe und als ich den letzten 4000er-Pass schaffe, rolle ich nur noch bergab. Die Vegetation ändert sich schlagartig, zudem ist es nun richtig warm. Aus den Yaks werden wieder Kühe, die Gesichter der Leute ändern sich und die Bergwelt geht in Ackerflächen über. Han-Chinesen-Siedlungen tauchen auf und die tibetische Welt liegt nun hinter mir. Ich bin nun in Yunnan und mächtig gespannt, wie es weiter gehen wird.

*Fortsetzung folgt.*

Heike Pirngruber ist Fotografin und Kamerafrau. Vor ihrer großen Reise war sie unter anderem für das ZDF tätig. Das Ende ihrer großen Reise ist offen.

**Heike Pirngrubers Blog:**  
[www.pushbikegirl.com](http://www.pushbikegirl.com)



Auf dem Tibetischen Plateau ist jeder Meter hart erarbeitet. Nicht nur die manchmal schlechten Pisten machen mir zu schaffen, auch die dünne Luft in über 4000 Metern Höhe fordert ihren Tribut.



Tibeterinnen vor einer Mani-Mauer in Yushu.



Erntezeit in Osttibet.

Spektakuläre Wolkenstimmung in der Nähe von Garze.