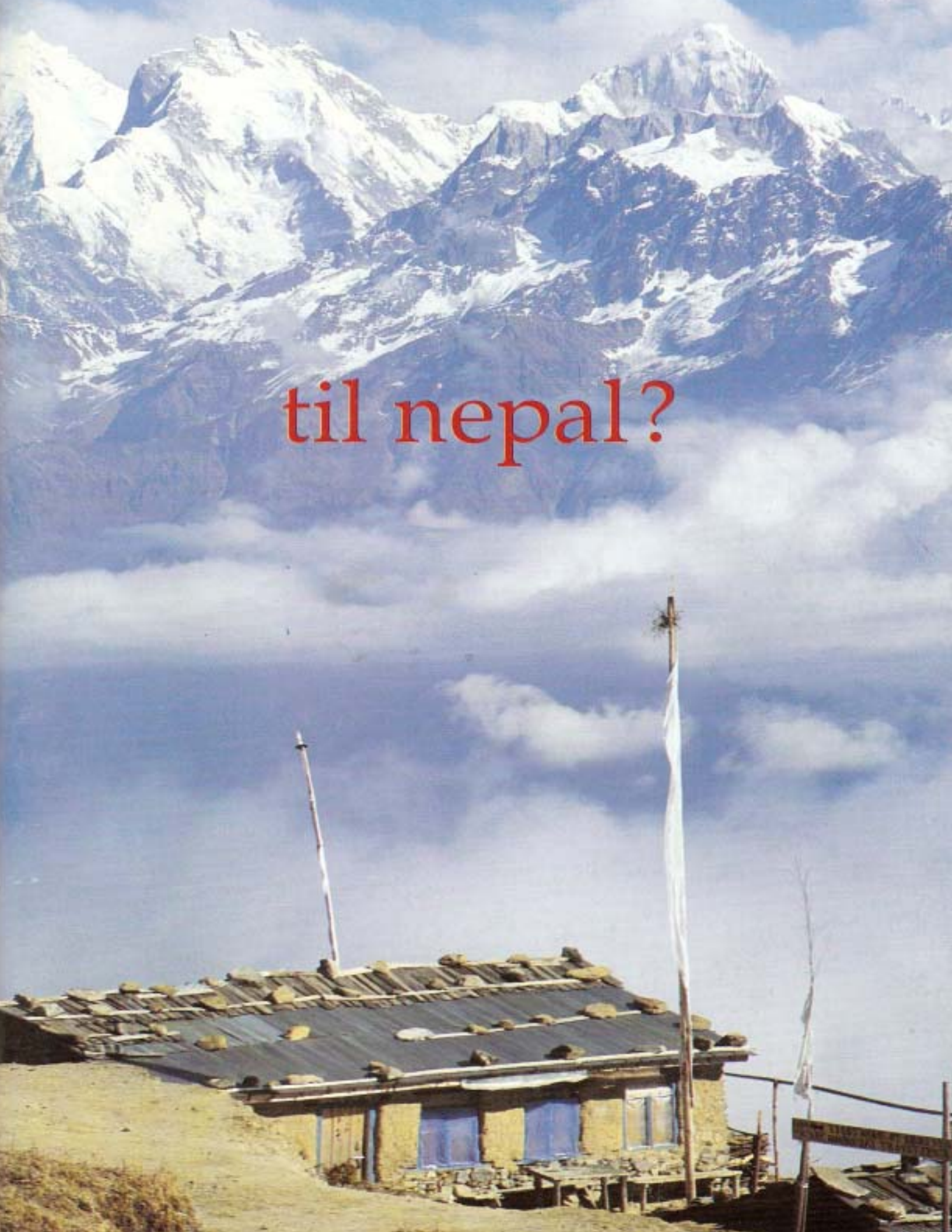
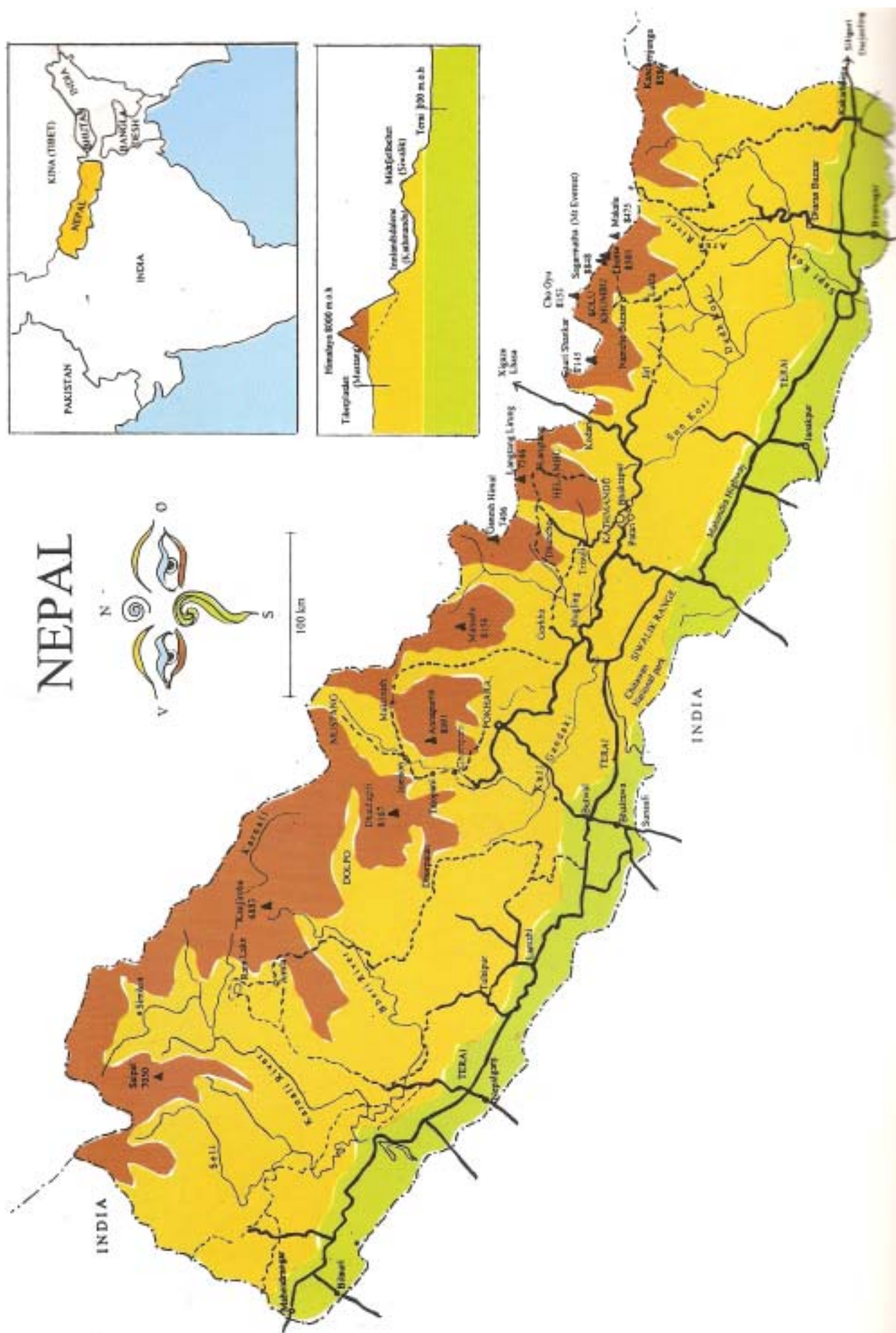
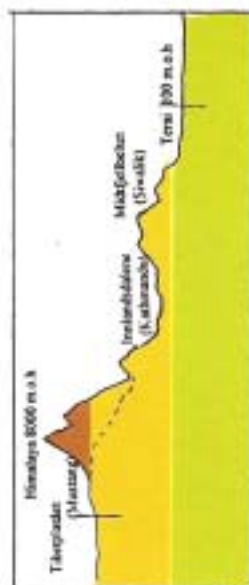


A photograph of a mountainous landscape. In the foreground, a small, single-story building with a dark, corrugated metal roof is visible. The building has yellowish walls and blue window coverings. A tall, thin pole with a white flag stands next to it. The background features large, rugged mountains with significant snow cover under a blue sky with scattered clouds.

til nepal?



til nepal?

Dette er ingen turistbrosjyre som skal friste deg til å besøke Nepal. Men hvis du likevel skal den veien, vil du her finne fakta om landet, noen praktiske råd, og fremfor alt; en oppfordring til å forberede deg godt! – dels for at du selv skal få større glede av besøket, dels for at gleden skal bli gjensidig for den du besøker.

NORGE – NEPAL FORENINGEN

Utgitt av Norge-Nepal Foreningen, Oslo 1996,
med utgangspunkt i et informasjonshefte utgitt av foreningen i 1987.

Redaktør: Kirsten Ingeborg Greiner
Medarbeider: Dyre Vaa Sætre
Grafisk produksjon: Sogn videregående skole
Fotografier: Vibeke Eikås, Kirsten I. Greiner, Marit Kleppa,
Olav Myrholt, Dag Norling, Hilde Sundt-Hansen,
Dyre Vaa Sætre, Sigrun E. Ødegård
Forsidefoto: Olav Myrholt.
(Fotografiet viser Ganesh-massivet fra Lauribina Yak i Langtang Himal.)

Utgitt med støtte fra Norad.

Forord

Nepal er rikt, men fattig. Vakkert, men grimt. Sentralt, men bortgjemt. Varmt, og bitende kaldt. Rikt på biologisk mangfold, men erodert og avskoget. Her er fattigdom i kroner og øre, men stor annen rikdom. Innen rammen av en brosjyre som denne, er det umulig å gi et fullstendig bilde av dette mangfoldige og sammensatte landet. Norge-Nepal Foreningen håper brosjyren skal hjelpe deg til å få større utbytte av besøket, og gi deg forståelse for deler av Nepals natur, geografi, historie, samfunnsutvikling, tradisjoner og skikker. Mye av denne informasjon finner du vanligvis ikke i ellers gode turisthåndbøker. I Nepal er du gjest - og en velbeslått sådan. Det kreves kunnskap og omtanke fra din side om du skal huskes som en god gjest og reise hjem med varme minner om et rikt og annerledes land.

Det er andre gang Norge-Nepal Foreningen utgir et hefte om Nepal. Foreningen mottar gjerne forslag til rettelser og tilføyelser med tanke på senere utgaver.

Innhold

<i>Landet</i>	<i>side</i> 5
<i>Klima</i>	<i>side</i> 6
<i>Historien</i>	<i>side</i> 6
<i>Dagens styresett og politiske hverdag</i> ...	<i>side</i> 6
<i>Et utadrettet land mellom stormakter</i> ...	<i>side</i> 12
<i>Folkegrupper, religion og kultur</i>	<i>side</i> 14
<i>Et fattig land i utvikling</i>	<i>side</i> 18
<i>Miljøproblemer</i>	<i>side</i> 24
<i>Turismen</i>	<i>side</i> 27
<i>Nepal til fots</i>	<i>side</i> 29
<i>Vis respekt for natur og livsgrunnlag</i> ...	<i>side</i> 30
<i>Vis respekt for kultur og tradisjon</i>	<i>side</i> 33
<i>Praktiske tips</i>	<i>side</i> 38
<i>Norge-Nepal Foreningen</i>	<i>side</i> 42
<i>Mer om Nepal?</i>	<i>side</i> 43

Landet

Nepal er et utpreget fjelland. Åser og fjell dekker hele tre fjerdedeler av landområdet, men samtidig er det store landskapsmessige variasjoner. Geografisk kan man grovt dele landet «på langs» i tre soner: lavlandet, midtfjellbeltet og høyfjellet.

Det lave slettelandet mot India, Terai, ligger bare 100-200 m.o.h.. Området er delvis myrlendt og med tropisk flora og fauna. Tidligere regnet man med at her var nærmest ubeboelig for andre enn tharu-folket som har klart å leve i de malaria-infiserte traktene i århundrer. Hånd i hånd med moderne malaria-bekjempelse er Terai blitt Nepals «kornkammer» – det viktigste område for jordbruk, nydyrking og ny bosetting. Omtrent halvparten av landets befolkning er nå bosatt i Terai og stadig flere flytter hit fra åsene og fjellene og over grensen fra India. I dette sørlige beltet, og sentralt i landet, ligger turistattraksjonen Chitwan nasjonalpark med sitt rike dyreliv.

Det bratte åslandskapet innenfor, midtfjellbeltet, er et bølgende lappeteppe av tett urskog, stupbratte terrasserte åkerflekker, landsbyklynger og frodige dalsletter. Her er noe av verdens tetteste landsbygd-bosetting.

Høyfjellsområdet strekker seg langs grensen mot Tibet. I Himalayas fjellsider, i dalene og på høyslettene finner vi jordbruk og bosetting opp til 4000 m.o.h. og fedrift (yak) enda 1000 meter høyere. Over 6000 m.o.h. er det evig snø og is. Hele åtte av verdens fjell over 8000 meters høyde ligger i Nepal, deriblant også det aller høyeste – Mt. Everest, i Nepal kalt Sagarmatha og for tibetanerne kjent som Chomolungma, på 8848 m.o.h..

I geologisk målestokk er Himalaya en ung fjellkjede, hvis dannelse tok til for 40-50 millioner år siden. Prosessen pågår fremdeles ved at det indiske subkontinent, en av verdens mange tektoniske plater, årlig beveger seg omlag to centimeter nordover. Den indiske platen brøt seg en gang løs fra et afrikansk urkontinent. Nå støter den mot Asia-platen, og går hovedsakelig under den. Dermed presses den asiatiske sammen og opp til fjellkjeden Himalaya. Trykket som bygges opp, og som forsterkes av at platene har låst seg i hverandre ved grensen til Nepal, fører ikke bare til at landet hever seg, men også at jordskjelv utløses. Opplever du at jorden bever litt under et besøk i Nepal, er du vitne til det urgamle fenomenet geologene kaller kontinental drift.

Hele Nepal tilsvarende omlag en tredjedel av Norge, og fra jungelen i Terai til Himalayas høye fjell er det bare 10-12 mil i luftlinje. En rekke elver med utspring i breene skjærer gjennom landet og samles opp av de store flodene i India. Nepal dreneres av tre elvesystemer, hvorav hovedelvene er Karnali i vest, Gandaki sentralt i landet og Kosi i øst. Ingen steder i verden finner man større landskapsrelieffer enn langs elvene i Nepal. Med fjellene Annapurna (8078 m.o.h.) på den ene siden og Dhaulagiri (8176 m.o.h.) på den andre, renner elva Kali Gandaki i verdens dypeste dal.

Klima

Nepal ligger på omlag samme breddegrad som Kanariøyene, men er et land med enorme klimaforskjeller. Fra høyfjellet med evig snø er ikke veien lang til lavland med tropeklima. Klimaet varierer dessuten sterkt med årstidene.

Sommermonsunen når Nepal i slutten av juni og skaper et varmt fuktig vær med tunge skyer og voldsomme regnskyll. Storflom i elvene tar hvert år med seg broer, og store jordskred ødelegger veier og åkerland. I oktober har folk fått nok og barna i Kathmandu jager monsunskyene bort med tusenvis av papirdrager fra hustakene. Nå følger en kjøligere årstid. Man kan oppleve nattefrost, men når sola har løst opp morgentåken er himmelen skyfri og sola varmer som på en god norsk sommer. Utpå vinteren kan det imidlertid bli ganske kjølig også innendørs. Romoppvarming er luksus. Det fine klare været gjør høsten til viktigste turistsesong, men mange besøker også Nepal i den fargerike blomstringstiden om våren. Fra april blir det gradvis varmt og etterhvert ganske trykkende, ofte med tordenvær om kvelden – til de første regnskurene varsler om en ny monsun i anmarsj.

Historien

Nepals eldste historie løper sammen med legenden om den gang Kathmandudalen var en turkisblå sjø der den første Buddha, i en lysende lotus' skikkelse, trakk til seg pilegrimer langveisfra. I en annen legende kløyver Hindu-guden Parashuram fjellet så sjøen renner ut, og befolker dalen med Gopala-folket.

En rekke andre folkegrupper av forskjellig opprinnelse dukker opp, fortrenger sine forgjengere og blir selv fortrent i historiens løp. Den eneste gruppen som har vært i dalen «bestandig», og som man egentlig ikke helt vet hvor kommer fra, er newarene.

Newar-samfunnet nådde sitt høydepunkt under de buddhistiske Malla-kongene. Særlig var 1500-tallet en kulturell gullalder da newarene ble berømte for sitt kunsthåndverk over store deler av Asia. Men politisk var Malla-tiden ustabil, med press utenfra og indre splittelser. En tid satt tre Malla-brødre som overhoder for hvert sitt kongedømme i Kathmandudalen.

Det islamske presset fra vest fikk ikke så store direkte følger i Nepal som i India, der Moghul-herskere fulgte hverandre i over 300 år. Men hinduer som ble fortrent fra det islamske Nord-India søkte tilflukt i Midt-Nepal, der de opprettet kongedømmet Gorkha. Det var Gorkha-kongen Prithvi Narayan Shah som i 1768 invaderte Kathmandudalen, gjorde slutt på 500 års Malla-styre og samlet Nepal til ett rike. Shah-kongene hadde imidlertid større ambisjoner. De fortsatte med et mislykket felttog mot Tibet, men Kashmir i nordvest og Sikkim i sørøst ble erobret. I 1810 var Nepal dobbelt så stort som i dag og strakte seg fra Bhutan i øst

til Sutlej-elven i vest. Men snart oppsto en konflikt om grensen i Terai. Nepal tapte den følgende krigen (1814-16) mot det britiske styret i India, og dagens grenser ble etablert. Etter nederlaget stengte landet i 1816 sine grenser, og var så godt som isolert fra omverdenen til 1951.

Palassintriger som utspiltes i det lukkede landet endte i 1846 ved at den unge general Jung Bahadur Rana grep makten i et blodig kupp, omorganiserte hele styresettet og satte sine egne slektninger i alle viktige posisjoner. Tross visse sosiale reformer regnes Rana-tiden som en nedgangstid for landet, ikke minst økonomisk og kulturelt. Kongefamilien, Shahene, satt på den tid i husarrest, men kong Tribhuvan klarte i 1950 å unnsnippe til India. Der samlet den landflyktige politiske opposisjonen seg omkring kongen og utfordret Ranaene. Etter indisk megling kunne Tribhuvan i 1951 vende tilbake og overta ledelsen av regjeringen. Med dette var Shah-dynastiet gjenetablert og Nepal åpnet igjen sine grenser mot verden.

Etter Rana-styrets fall ble det gjort forsøk på å innføre parlamentarisk flerpartisystem etter indisk og vestlig forbilde. Etter valgene i 1959 grep imidlertid kong Mahendra, sønn av Tribhuvan, inn og stoppet denne utviklingen. Utenlandske politiske modeller passet ikke i hans Himalaya-kongedømme. I 1962 etablerte man isteden panchayat-styret bygget på lokale 5-manns landsbyråd, panchayater. Disse sendte representanter til distrikts-panchayater som igjen valgte det nasjonale panchayat. Statsminister og regjering ble utpekt av kongen selv og politiske partier forbudt.

Det kom til omfattende politiske uroligheter over hele landet på slutten av 1970-tallet. Den unge kong Birendra, som arvet tronen av sin far Mahendra i 1972, så seg i 1980 nødt til å løslate politiske fanger og gjennomføre en folkeavstemning om landets konstitusjon. Valget sto mellom flerpartisystem og panchayat. Panchayat-styret vant med liten margin, men man vedtok at et knapt flertall av nasjonalforsamlingens medlemmer skulle velges direkte av folket. I praksis fungerte Nepal som en ettpartistat og den politiske opposisjonen hadde svært begrensede arbeidsmuligheter. Men det fantes flere politiske partier og det var mye lettantennelig sprengstoff skjult under den politiske overflaten. Samtidig så man tegn til en viss oppmykning, f.eks. i adgangen til fagorganisering.

Dagens styresett og politiske hverdag

Nepal er verdens eneste hinduistiske kongedømme og kongen oppfattes av mange som en inkarnasjon av hindu-guden Vishnu. Tidligere hadde kongen svært mye makt. I dag er han fremdeles høyt ansett, men hans formelle stilling er betraktelig svekket.

Revolusjon i 1990

1990 var året da Nepal igjen opplevde store politiske omveltninger. Foranledningen var forsøkene på å reforhandle eksisterende avtaler om handel og transitt mellom India og Nepal. I 1989 besluttet India å ikke fornye avtalene. De krevde at spørsmål om handel og transitt skulle forhandles sammen og reguleres av én felles avtale. Nepal insisterte på å behandle de to spørsmålene separat, og henviste til at transitt er en anerkjent rettighet for land uten tilgang til hav. Nepals kjøp av et mindre parti våpen fra Kina skapte misnøye i India, som også anklaget Nepal for å støtte separatistiske grupper i India. Da nepaleserne økte tariffene på indiske varer og framsatte krav om arbeidstillatelser for utenlandsk arbeidskraft, reagerte India blant annet med å stenge transitt-havner for Nepal, blokkere så og si alle grenseovergangene og gjennomføre omfattende økonomiske sanksjoner. Snart gikk Nepal inn i en lang periode med alvorlig knapphet på mat, drivstoff og andre varer. Denne krisen, kombinert med en global demokratiseringsbølge, forente nepaleserne til felles kamp. De første månedene av 1990 bar preg av landsomfattende streiker, opptøyer og demonstrasjoner med krav om innføring av demokratisk flerpartisystem. Høyre- og venstresiden i det forbudte politiske liv sto samlet både før og under revolusjonen som endte i april 1990. Da falt regjeringen og nepaleserne kunne feire opphevelse av forbudet mot politiske partier og gjeninnføring av demokratiet.

Demokratisk flerpartisystem

Den nye grunnloven av november 1990 omformet Nepal til et konstitusjonelt monarki med flerpartiordning og et parlamentarisk politisk system etter britisk mønster. Fra å være allmektig gudekonge gikk Birendra mer eller mindre frivillig over i rollen som symbolsk samlingspunkt. Han må nå godkjenne grunnlovsendringer hvis forslag til slike presenteres ham for andre gang. Nepals lovgivende myndighet ligger hos Parlamentet som består av Representantenes Hus (Pratinidhi Sabha) og National Council (Rashtriya Sabha), hver med lik rett til å fremme lovforslag. Den utøvende myndighet ligger hos Ministerrådet, bestående av noen fra Representantenes Hus og ledet av statsministeren som er fra det største partiet i Huset. Høyesterett med sine underordnede organer har den dømmende myndighet.

National Council, parlamentets «overhus», omfatter 60 medlemmer som hver sitter i seks år. Ti av dem er såkalte nasjonalt anerkjente personer som anbefales av statsministeren, mens femti velges av et kollegium med nasjonale og lokale politikere. Representantenes Hus, parlamentets «underhus», har 205 medlemmer som velges direkte av folket hvert femte år. Alle over atten år har stemmerett. Fra hver av Nepals 205 valgkretser velges det én representant til Huset. Nepal opererer ikke med utjamningsmandater eller noen form for proporsjonalt

valgssystem slik vi kjenner fra Norge. Valgsystemet er flertallsvalg (simpelt flertall) i enmannskretser; det partiet som får flest stemmer i en valgkrets, får mandatet fra denne kretsen. Et slikt «winner takes it all» system bidrar vanligvis til få og store partier fordi de små partiene sjelden vinner en valgkrets selv om de har forholdsvis god oppslutning på landsbasis. Unntaket er imidlertid der et nasjonalt sett lite parti har spesielt stor oppslutning i en eller få valgkretser og vinner disse. Under utarbeidelse av grunnloven og valgsystemet satte man hensynet til stabilitet i høysetet; man ville unngå et parlament sammensatt av mange små partier og preget av politisk instabilitet.

Nepals politiske liv preges av to store partier. Communist Party of Nepal – United Marxist and Leninists (CPN–UML, men kalt kun UML på folkemunne) er en samling av partier på venstresiden og har stor oppslutning i Kathmandudalen, i de østlige delene av landet og blant mange etniske- og minoritetsgrupper. Til tross for navnet, må CPN–UML betraktes som mer sosialistisk/sosialdemokratisk enn kommunistisk. CPN har eksistert siden 1940-tallet og har opp gjennom årene vært gjenstand for utallige splittelser. Sammenslåingen med UML fant sted ved inngangen til 1991. Nepali Congress (NC), etablert i 1947, er det andre dominerende partiet. NC ligger noe til høyre for sentrum i det politiske liv og har tilslutning spesielt i områder dominert av høykaster, i det vestlige og sentrale midtfjellbeltet og i store deler av Terai. NC oppfattes ofte som storbøndenes og borgerskapets parti. Under valget i 1959 vant NC med to tredjedeler av stemmene. Partiet spilte senere en sentral rolle i det forbudte politiske liv og kan tilskrives en del av æren for demokratiets framvekst i Nepal. Det mellomstore National Democratic Party (NDP), eller Rashtriya Prajatantra Party (RPP), plasseres på høyresiden, er monarkistisk, dominert av panchayat-politikere og har nasjonalistisk preg. Blant de mindre partiene finner vi Nepal Workers and Peasants Party, samt Nepal Sadbhavana Parishad (NSP, også kalt Goodwill Party) som er Terai-basert og har regionalt tilsnitt. Også noen uavhengige er representert i nasjonalforsamlingen.

Valg og politiske strømninger

Nepals første frie valg til nasjonalforsamling fant sted i mai 1991, etter et drøyt år med midlertidig koalisjonsregjering. 65% av de stemmeberettigede møtte fram og ga NC 110 av de 205 setene i Representantenes Hus. Partiet dannet dermed en flertallsregjering, men fikk en sterk opposisjon av den politiske venstresiden mot seg i parlamentet. NC's politikk omfattet privatisering og deregulering av industrien, og man inngikk handels- og transittavtaler med India. Statsministeren ble kritisert for å være India-vennlig og sette Nepals diplomatiske balansegang overfor Kina og India i fare. Ennå manglet det mye på full institusjonalisering av demokratiske prosesser og praksis. Etter tre års NC-styre ble parlamentet oppløst

da regjeringen tapte en budsjettavstemning i juli 1994. Årsaken var snarere NC's interne konflikter enn nasjonale politiske motsetninger.

I november 1994 gikk nepaleserne igjen til stemmeurnene. Før valget var 60 partier registrert og godkjent, mot 44 tre år tidligere. Denne gangen kjempet i realiteten tjuefire partier om representasjon i nasjonalforsamlingen og valg-deltakelsen var sunket til 58%. CPN-UML ble det største partiet i Representantenes Hus med 88 seter, mot NC's 83. Husets sammensetning avspeilet bare delvis folkets røst nasjonalt sett. Med 33,4% av stemmene hadde NC størst støtte blant nepaleserne, men valgsystemet ga CPN-UML flest seter med bare 30,9% oppslutning. Systemet favoriserte de to store partiene som begge fikk adskillig flere mandater enn velgeroppslutningen på landsbasis skulle tilsi. Mellomstore RPP (17,9% av stemmene) ble kraftig underrepresentert med 20 mandater, og det lille NSP led samme skjebne. Fire seter gikk til Nepal Workers and Peasants Party og uavhengige representanter ble tildelt syv mandater.

Partier på venstresiden hadde gått sammen i konstellasjonen CPN-UML som, i fravær av støtte fra andre partier eller fraksjoner i disse, dannet en mindretallsregjering. Mens kommunismen var avskaffet i resten av verden, hadde Nepal fått en «kommunistisk» regjering. I sin regjeringstid skulle CPN-UML «tjene folkets interesser», men regjeringen viste seg ikke istand til å innfri valgløftene. CPN-UML satset på flere populistiske tiltak; de tok for seg problemer med jordeierskap og sørget for at en del ble tildelt skjøte på land. Man etablerte en landsomfattende «Build Your Village Yourself»-kampanje og bestemte årlig overføring av en sum til hver av Nepals VDCer - Village Development Committees - som er landets minste politiske administrative enhet. Dette innebar desentralisering av beslutningstakingen og var dermed et skritt i retning av økt lokalt selvstyre. Økonomisk sett har pengene neppe avgjørende betydning, men de kan bidra til å igangsette viktige politiske og økonomiske prosesser lokalt.

CPN-UML beholdt regjeringsmakten kun et halvt år. I juli 1995 fikk statsministeren kongens godkjenning til å oppløse parlamentet. Idet nepaleserne forberedte seg til nyvalg, erklærte Høyesterett oppløsningen for grunnlovsstridig og parlamentet ble gjeninnsatt. CPN-UML måtte gi fra seg regjeringsmakten da partiet tapte et mistillitsvotum høsten 1995. NC, RPP og NSP dannet en koalisjonsregjering mange betegner som skjør, men som likevel har overlevd sitt første regjeringsår.

Et relativt nytt trekk i Nepals politikk er venstreradikale maoistiske gruppers terrorhandlinger og geriljalignende virksomhet som startet høsten 1995. CPN er gjennom årenes løp splittet i utallige fraksjoner, hvorav Bhattarai's ekstreme maoistiske gruppe er én. Gruppen og dens tilhengere er ansvarlige for alvorlige angrep på politistasjoner, bistandsorganisasjoners lokaler, politiske opponenter, lokalbefolkning og deres familier. Virksomheten er konsentrert i den vestlige, og fattigste, delen av Nepal, men det er rapportert om lignende voldelige hendelser

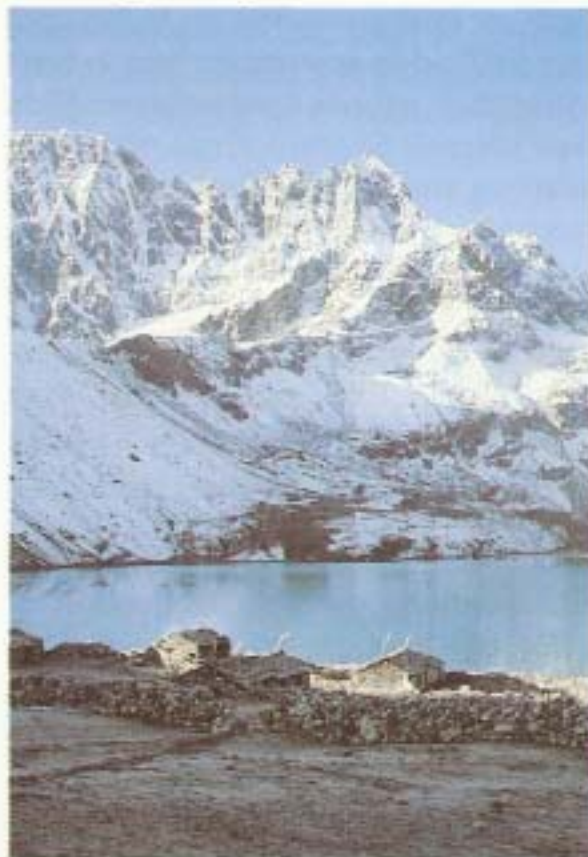


Sherpa-landsby, 3900 m.o.h., nord for Namche Bazar i Khumbu. Ama Dablam på 6856 m.o.h. bak.

Foto: Dag Norling

Gokyo 4750 m.o.h. i Khumbu, sørvest for Mt. Everest; seterhus ved vannet Dudh Pokhari ("Melkesjøen").

Foto: Dag Norling



Seks år gamle Passang ("fredag") Sherpa med leseboken sin. Landsbyen Phakding, nord for Lukla, i Khumbu.

Foto: Marit Kleppa



sørøst for Kathmandu. Vinteren 1996 erklærte gruppen «folkets krig» mot styret og den sittende regjering. Utenlandske investeringer skal ut av Nepal i den hensikt å berede grunnen for revolusjon. Målet er å avskaffe demokratiet, styrte kongen og etablere en kommunistisk republikk.

Partiene representert i nasjonalforsamlingen tar alle avstand fra maoistgruppens voldelige handlinger. Den seneste utviklingen viser likevel at Nepals demokrati foreløpig er en skjør konstruksjon. Landets politikk har fremdeles innslag av renkespill, personlig maktkamp, korrupsjon og taktiske ansettelse og utnevnelser. Men Nepals styresett er ungt, og det tar tid før demokratiske prosesser får feste i befolkningen.

Et utadrettet land mellom stormakter

Nepals selvstendighet er avhengig av hårfin diplomatisk balansegang. Landet ligger inneklemt mellom de to folkerikeste stormaktene i verden, og Himalaya er et ustabilt område politisk sett. Både i nordvest (Kashmir) og i sørøst (Assam) har det vært regelmessige sammenstøt på grensen mellom India og Kina. Den regionale stormakten India ønsker Nepal som en lojal grensestat og buffer mot Kina. Nepals militære forsvar er lite, og prisen for landets selvstendighet har vært økonomisk underordning under India. Den mektige naboen i sør influerer både utenriks- og innenrikspolitisk beslutningstaken i Nepal. Så sent som på midten av 1970-tallet ble kongedømmet Sikkim invadert og innlemmet i India, noe Kina aldri har godtatt. Nepal opprettet diplomatiske relasjoner med Kina i 1955 og året etter anerkjente man kinesisk suverenitet i Tibet. Kina har gitt mye bistand til Nepal, inkludert motorveien som forbinder Kathmandu med Tibet.

Tibet ble invadert av kineserne i 1950 og inkorporert i Kina. Nepal tok imot et stort antall flyktninger etter opprøret mot kineserne i 1959, men har ikke tillatt tibetanerne å ha geriljabaser rettet mot kineserne på nepalesisk område. På 1990-tallet har Nepal hvert år latt et par tusen tibetanske flyktninger få tilgang til Røde Kors-kontoret eller en representant for FN's Høykommissær for Flyktninger (UNHCR) i Kathmandu, hvorfra de fikk reise videre til India som innvilget asyl. Fra 1995 er imidlertid mange flyktninger anholdt på grensen og overgitt til kinesiske myndigheter og politi, til tross for protester fra UNHCR, USA og Australia.

Nepal har et flyktningeproblem også i forhold til Bhutan. Flyktningeleirene i Sørøst-Nepal huser idag over 100.000 bhutanesere av nepalesisk avstamning. Nepali-bhutaneserne innvandret til Bhutan hovedsakelig på 1800-tallet, de fikk etterhvert statsborgerskap og utgjorde i 1950 en tredjedel av befolkningen. Noen

har i senere tid også entret Bhutan som illegale økonomiske immigranter. Fra slutten av 1980-tallet forlangte Bhutan at innbyggerne skulle ha bodd i landet siden 1950 for å kvalifisere til statsborgerskap. Folk skulle gå i bhutanesisk nasjonaldrakt, følge landets tradisjoner og leve etter buddhistiske prinsipper. Nepali ble fjernet som undervisningsspråk i skolen og straffbart å snakke. Denne «en nasjon, ett folk»-politikken gjorde i praksis mange nepali-bhutanesere statsløse. Statsborgerskapspapirene måtte leveres ved grensen da regjeringen nærmest utviste dem. Hendelsene har bidratt til en protestbevegelse blant etniske nepalesere i Bhutan og blant de mange og politisk viktige etniske nepaleserne over grensen i Nordøst-India. Bevegelsen inneholder enkelte voldelige elementer rettet mot mål i Sør-Bhutan.

Nepali-bhutaneserne oppfattes som en potensiell trussel for den tibeto-bhutanesiske ledelsen i Thimphu som frykter at de etniske nepalesernes bevegelser kan føre til utvidelse av den nepalesiske nasjon. Thimphu husker Stor-Nepal på begynnelsen av 1800-tallet selv om Nepal ikke har felles grense med Bhutan i dag. Ikke minst minnes de Sikkim, der nepalesiske innvandrere gjorde sikkimeserne til en minoritet i sitt eget land og der den nepalesiske majoriteten støttet innlemming av Sikkim i India. Mange av flyktningene i Nepals leire ønsker å vende tilbake til Bhutan. India har nektet dem å reise tilbake over indisk territorium, men ga dem fritt leide da de flyktet til Nepal. Slik sett er India første mottaks- og asylland. Etter år med resultatløse forhandlinger, er ingen løsning i sikte. Nepal ønsker flyktningene tilbake til Bhutan, Bhutan ønsker dem der de er i dag, mens India distanserer seg og mener saken er et bilateralt anliggende mellom Nepal og Bhutan.

Nepal skal passe seg vel for ikke å trække sine store naboer på tærne, men i kontrast til Rana-tidens isolasjon og stagnasjon, satser landet nå på å utvikle en stor kontaktflate mot verden som garanti for fred, selvstendighet og utvikling. Nepal er medlem av FN, spiller en viktig rolle i samarbeidet mellom de alliansefrie stater og er fast hovedsete for SAARC, den sør-asiatiske regionale samarbeidsorganisasjonen. Landet ønsker velkommen utenlandske investeringer og frister med gunstige skatteordninger, liberal politikk i forhold til eierskap, samt andre insentiver. Under den kalde krigen tiltrakk Nepals strategiske posisjon konkurrerende makter som Kina, USA og Sovjetunionen. Dette sikret kongedømmet finansiell assistanse. Med 1970-årenes avspenning og bedrede relasjoner mellom Kina og USA, minket Nepals globale viktighet betraktelig. Et tegn på at Nepal har lyktes godt i å føre en troverdig alliansefri politikk, ser man i at bistandsrepresentanter fra «hele verden» likevel er på plass i landet. Nepal er imidlertid ikke uten press fra de rike donorene; det internasjonale samfunnet påvirker Nepals politikk bl.a. via u-hjelpen. Dette kan illustreres ved at støtten fra visse bistandsorganisasjoner og finansinstitusjoner ble halvert de månedene CPN-UML satt ved makten.

Folkegrupper, religion og kultur

Fra den tidligste historie har Nepal virket som en bro for økonomisk og kulturell utveksling mellom India og Sentral-Asia. Landet har mottatt og formidlet impulser utenfra, men har også av egen kraft hatt stor innflytelse på sine naboer. Etnisk er Nepal som en mosaikk med mer enn tjuefem forskjellige folkegrupper. De har kommet til landet i ulike historiske epoker, og noen har gjennom tidene smeltet sammen og dannet nye kulturer.

Religiøs smelting

Nepals tradisjoner og sosiopolitiske forhold er sterkt forankret i religionen. Den «historiske» Buddha, Siddharta Gautama, ble født i Lumbini i dagens Nepal. Men buddhismen, som etter hvert preget Nord-India og Nepal, og derfra spredte seg over hele Asia, ble i sitt kjerneområde absorbert av hinduismen. I dag regnes majoriteten av landets befolkning som hinduer, men man finner både buddhister, muslimer, kristne og animister. Om hinduismen er mangfoldig i seg selv, er den ikke blitt mindre fargerik i den religiøse smeltingen Nepal er. Praktisk religionsutøvelse er ofte en blanding av ritualer og tanker fra ulike trosretninger. Det er derfor vanskelig å lage korrekt statistikk over hvor stor andel de forskjellige gruppene utgjør. Med så mange religiøse retninger og tradisjoner absorbert i hverandre, er det heller ikke lett å vite hva som er hva i dagliglivets utallige seremonier. Midt oppe i et ganske rigorøst hinduistisk kastesystem, der også buddhistene er plassert, får man imidlertid inntrykk av et samfunn med høyt utviklet religiøs toleranse. Religiøse helligdommer og kulturminner møter man overalt. Mer enn femti store religiøse festivaler feires hvert år med stor oppslutning.

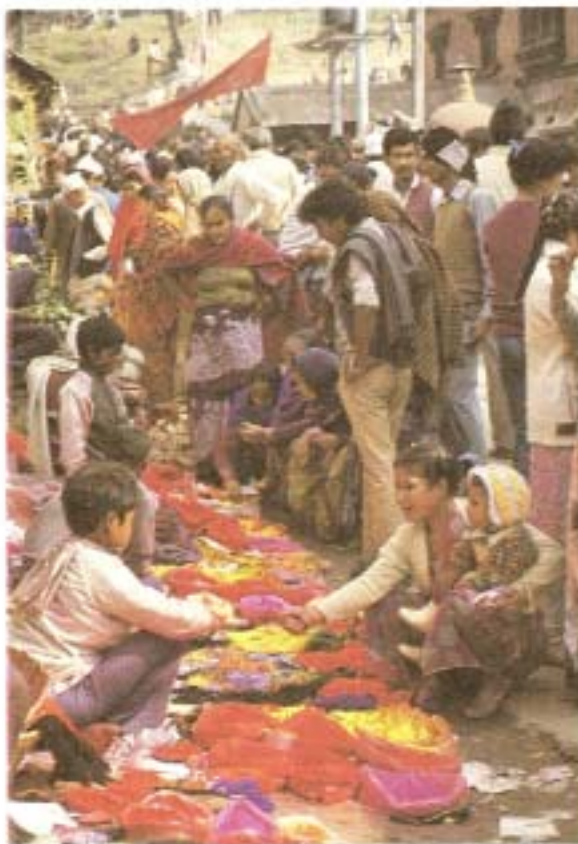
Etnisk mosaikk

Befolkningsgruppene i Nepal kan svært grovt deles i to etniske kategorier: indo-ariske, som omfatter majoriteten av nepaleserne, og tibeto-burmanske. Nepaleserne bruker selv betegnelsene ariske og mongolske. Generelt kan man si at de indo-ariske nedstammer fra ariske folk som innvandret til India. Senere forflyttet de seg nordover og ankom Nepal for mange hundre år siden. Tibeto-burmanske grupper har røtter i nord og anses å ha bodd lenger i Nepal. Det er problematisk å fastslå hvilke etniske grupper som faller inn under hver av de to hovedkategoriene. Man har få historiske fakta og identitet kan skifte med sosiopolitiske omskiftninger, endringer i myndighetenes fordelingspolitikk og personlige strategier. I nepalesisk folketelling defineres folk etter språklige kriterier. Under indo-ariske språk-/folkegrupper listes gjerne Brahmin, Chhetri, Thakuri, Pahari og de av indisk opprinnelse (Madhesi). Magar, Newar,



Nyatapola-tempelet (buddhistisk i formen) i byen Bhaktapur som har bevart mye av sin gamle arkitektur og karakter.
Foto: Kirsten I. Greiner

Newar-kvinner handler tika-pulver i det viktige hinduistiske tempelområdet Pashupatinath nær Kathmandu.
Foto: Olav Myrholt



Toppen av Swayambhunath-tempelet i Kathmandu. Innen 1200-årene var tempelet et viktig buddhistisk senter.
Foto: Dag Norling

Tharu-mor i en landsby nær Chitwan, sør i Nepal.
Foto: Hilde Sundt-Hansen/Utviklingsfondet



Tamang, Gurung, Rai, Limbu, Sherpa, Thakali og Bhote beskrives ofte som tibeto-burmanske. Men en slik kategorisering blir sjelden korrekt. For eksempel er tharuspråket indo-arisk, men man er ikke enige i om folkegruppen er indo-arisk eller mongolsk. En newar-talende newar, kan samtidig være chhetri. Avstamning, felles historie, gruppetilhørighet, språk og kaste kombineres til et omfattende sosialt system som for oss virker intrikat og kaotisk. Det etniske mangfoldet kommer også til uttrykk gjennom språket. Riksspråket nepali brukes av omlag halvparten av befolkningen, men mange er to- eller trespråklige. Nepali er et indo-arisk språk og ikke så vanskelig å lære litt av om du skal være i landet en stund. I tillegg finnes det elleve større språkgrupper, og mer enn tredve forskjellige språk, med tilhørende dialekter, i daglig bruk.

Hinduismens sterke stilling i samfunnet har medført en gradvis hinduisering av en del folkegrupper, bl.a. de fleste tibeto-burmanske, som fra gammelt av var buddhister og animister. Blant dem finner vi newarene, det «opprinnelige» folket i Kathmandudalen. Deres makeløse kulturelle tradisjoner forfalt sterkt under Rana-styret, men det som er bevart av arkitektur og kunsthåndverk gjør ennå dalen til et kulturelt skattkammer. Tamangene utgjør en tallrik gruppe i Sentral- og Øst-Nepal. I deres skikker holdes ennå tradisjoner fra tibetansk før-buddhistisk shamanisme levende. I øst dominerer rai- og limbu-folket, mens gurungene befolker områdene under Annapurna midt i landet. Sentralt og videre vestover finner vi også magarene, mens lavlandet i Terai fra gammelt av har vært befolket av urfolket tharuene.

For jordbruksfolkene i Terai og åsene har verving til indiske og engelske militære Gurkha-regimenter vært en velkjent og ikke ubetydelig næringsvei. Ghurkaer er imidlertid ingen folkegruppe, slik ofte antatt. Mange av dem er derimot gurunger. I høyere karrigere områder, og langs de naturlige ferdselsårene til India og Tibet, har handel spilt en viktig rolle. Både thakuriene i Kali Gandakidalen og sherpaene i Khumbu har vært aktive handelsfolk. Forbindelsen med Tibet har holdt liv i felles kulturelle tradisjoner. Sherpaene praktiserer ennå tibetansk lama-buddhisme nærmest upåvirket av all hinduisering. I turist-brosjyrer framstilles de ofte som utholdende bærere som frakter turistenes utstyr høyt i Himalaya. Navnet Sherpa er imidlertid ingen orientalsk fellesbetegnelse på en bærer, men betyr «folket fra øst». Sherpaene innvandret fra Tibet for omtrent 400 år siden, men antas å ha mongolsk opprinnelse. De utgjør i dag under 100.000 i Nepal, hvilket gjør dem til en av landets minste offisielt registrerte folkegrupper.

Kastesystemet

I kjølevannet av britenes kolonisering av India, søkte Nepal under Rana-perioden å markere seg som en uavhengig kulturell og politisk enhet. Som del av

nasjonsbyggingsstrategien, utformet man i 1854 kasteloven Muluki Ain. Alle landets etniske grupper ble plassert innenfor et hierarkisk sosialt system av fem klasser med mange undergrupper, basert på grader av rituell renhet. Kasteloven forsterket ytterligere høykastenes politiske og religiøse hegemoni, og selv straffereaksjoner varierte etter hvor man befant seg i systemet. Muluki Ain ble erkjent ugyldig i grunnloven av 1959, men formelt forbudt først i 1963. Nepaleserne har imidlertid levd såpass lenge under kastemodellen at den i stor grad har gjennomtrengt deres samfunnsoppfatning. Kastesystemet var likevel ikke så strikt som vi kanskje får inntrykk av; det var rom for å endre status. Noen valgte å distansere seg helt fra systemet, andre å tilskrive seg høyere kaste når de flyttet til nye steder. Kollektiv «kasteklatring» kunne oppnås ved å følge høyere kasters vaner eller omdefinere sin bakgrunn og skape en mer gloriøs opprinnelsesmyte som ga større status.

Religion og etnisitet – grobunn for konflikt

Religion og etnisitet er i ferd med å bli et hett tema i det tolerante Nepal, der folk tidligere er domfelt og gitt fengselsstraffer for forkynnelser og konvertering.

Folkegrupper av indo-arisk opprinnelse danner toppsjiktet i det hinduiske kastesystemet; brahminer og chhetrier spiller en helt dominerende rolle, ikke bare i religiøse forhold, men også innen offentlig styre og stell. Både kongefamilien, (Shah) og ranaene er chhetrier, men det finnes også fattigfolk av høy kaste. Etter gjeninnføring av demokratiet har Muluki Ain fått stor betydning for de etniske gruppenes politiske organisering. Flere slike grupper har gått sammen i en etnisk paraplyorganisasjon, hvis hovedmål er å få Nepal erklært som en sekulær stat. Kategoriene i Muluki Ain var en tilskreven status fra styresmaktenes side; buddhister ble klassifisert som hinduer og kun den lille minoriteten muslimer og utlendinger som ikke-hinduer. Stadig flere understreker nå sin buddhistiske identitet i hindu-kongedømmet. Offisiell statistikk gir heller intet korrekt bilde av folkegruppernes størrelse.

Klassifiseringen baseres på språklige karakteristika, snarere enn avstamning, fysiske trekk eller hvilken etnisk gruppe individene selv føler de tilhører. Flere grupper mener seg «underestimert» og betviler det høye antallet kategorisert som brahmin/chhetri. Misnøyen med det man anser som Bahunbad (Brahmin-rike) er utbredt. Mange mener demokratiet er kidnappet av brahminene og krever mer rettferdig fordeling av de ulike kastenes og etniske gruppenes tilgang til offentlige verv og stillinger. De fleste relasjoner i dagliglivets Nepal påvirkes av plassering på kastestigen. Etnisk påkledning kan bety å måtte vente i dagevis på å få utført et ærend på et offentlig kontor, mens det går glatt på noen timer for de i hinduistisk sari.

Kvinners stilling

Nepal er et land med store sosiale forskjeller også med tanke på forholdet mellom kjønnene. Generelt har kvinner lav status i samfunnet og begrenset bevegelsesfrihet både sosialt og økonomisk. De har ikke rett til å eie land, bortsett fra i Kathmandu-dalen. Tilgang til land og arv fås via giftermål eller avkom, men man vurderer nå å innføre arverett for kvinner. Deres underordnede stilling kan spores til bl.a. lav utdanning, store kommunikasjonsbarrierer og landsbyområdets og den etniske gruppens religion og tradisjoner.

Kvinners status gjenspeiles i prostitusjonsproblemet, såkalt «trafficking» over grensen i sør. Minst 200.000 nepalesiske jenter arbeider nå på bordeller i India og hvert år rekrutteres tusenvis nye og stadig yngre. Jentene selges av familiemedlemmer, de svikes av lokalsamfunnets voksne som de repekterer, og de lures av løfter om godt arbeid og skikkelige ektemenn. Via mellomledd leveres jentene til bordeller, hvor de tilbringer en ufrivillig slavelignende tilværelse med mishandling, trusler, voldtekt og HIV-smitte på dagsorden.

I Nepal varierer ekteskapsinngåelse, bryllupsfeiring og samlivsformer etter kaste og etnisk tilhørighet, men generelt gjelder det vi kanskje oppfatter som strikt og gammeldags holdning til sosialt samkvem mellom kjønnene. Arrangerte ekteskap er vanlige, spesielt blant høykaster. Ofte bidrar familiens engasjement og avgjørelser til gode ekteskap, men det ligger også mange ulykkelige skjebner, hovedsakelig kvinners, i kjølevannet av slike. Det mer selvbestemte kjærlighetsekteskapet finnes også i Nepal, og blir stadig mer vanlig spesielt blant relativt velstående utdannede. Skilsmisse og samboerskap hører derimot ikke med til dagliglivet, men her finnes unntak. Skilsmisse, omgifte og før-ekteskapelig graviditet er akseptert hos flere etniske grupper (f.eks. hos kirantiene i Nepals østlige åser), men det er langt fra normen i Nepal.

Et fattig land i utvikling

Jordbruk og fattigdom

Nepal er et av de mest typiske jordbruksland man kan finne i verden i dag. Omtrent 85% av befolkningen bor på landsbygda, i tusenvis av små landsbyer, og de aller fleste er sysselsatt i et jordbruk dominert av matproduksjon for landets egen befolkning. I tillegg er det et begrenset antall arbeidsplasser innen tradisjonelle håndverksyrker og turistnæringen. En del nepalesere jobber i India

og Tibet perioder av året. Den industrielle sektoren er liten, men det finnes en viss bygningsindustri og virksomhet basert på bearbeiding av jordbruksprodukter som jute, sukkerrør, tobakk og korn.

Nepals infrastruktur preges av den jordbruksdominerte selvbergings-økonomien og krevende topografiske forhold. Transporten foregår i stor utstrekning til fots eller med kløvdyr på bratte stier. Det finnes en langsgående bilvei gjennom Terai i hele landets lengde, forbindelse mellom de større byene, som f.eks. Kathmandu og Pokhara, samt veiforbindelse til India og Tibet. Småfly trafikkerer i godt vær viktige knutepunkter, og Kathmandu har dessuten flyforbindelse med flere utenlandske storbyer.

Med et brutto nasjonalprodukt (BNP) tilsvarende tre Lillehammer OL-budsjetter og et BNP per innbygger på godt under kr. 1300 (over kr. 200.000 i Norge), må Nepal regnes som et utpreget u-land. Betegnelsen gir imidlertid lett inntrykk av noe mindreverdige og bør brukes med reservasjon, ikke minst overfor et land med så stor grad av tradisjonell jordbruksøkonomi. Deler av produksjonen blir aldri registrert og den store sosiale og kulturelle rikdommen som er så typisk for dagliglivet i Nepal, skjules helt bak den rent økonomiske statistikken. Det er likevel ingen tvil om at fattigdommen preger hverdagen. Store deler av befolkningen får ikke dekket det daglige minimumsbehovet for mat, klær og brensel. Inntektsfordelingen er skjev. De fattigste 20% av nepaleserne mottar mindre enn 5% av inntektene i landet, mens halvparten av inntektene går til en privilegert tiendedel av befolkningen. De regionale forskjellene er også betydelige. Vest-Nepal regnes som en av de fattigste delene av landet. Folk i fjellene møter vårknipa nesten årlig, samtidig som det kan være matvareoverskudd i Terai.

Jordbruket står for omlag halvparten av Nepals BNP (ca. 1,5% i Norge). Det meste av produksjonen foregår i Terai og de fruktbare dalene i midtfjellbeltet. Her dyrkes ris, sukkerrør, mais, korn, poteter og hirse, og det produseres melk og bøffelkjøtt. Med over to tredjedeler av landets kultiverte areal, bidrar Terai til godt over halvparten av jordbruksproduksjonen og BNP. Jordbruket er nøkkelsektoren i Nepals økonomi – økonomisk vekst, sysselsetting og levekår avhenger av framgang i denne sektoren. Produktiviteten er lav blant annet grunnet overbefolkning, kultivering av stadig mer marginalt land, jorderosjon, enkle dyrkningsmetoder, minkende fruktbarhet flere steder og ensrettet satsing på tradisjonelle avlinger. Til tross for investeringer i irrigasjon er Nepals jordbruk hovedsakelig basert på naturlig vanntilførsel (regn), og produksjonen dermed i stor grad avhengig av gunstige værforhold. Tørke, og derav dårlig avling, er ingen sjeldenhet. Fullførte irrigasjonsprosjekter lider ofte under mangel på økonomiske midler til drift og vedlikehold.

Handel og bistand

Geografisk beliggenhet er en sentral faktor for handelen. Nepal må benytte indiske havner og de fleste varer fraktes landeveien over grensen i sør. Indiske varer utgjør omlag 30-50% av Nepals import - en andel som riktignok har minket betraktlig fra 1970-tallet, men som likevel gir India stort økonomisk maktpotensiale overfor Nepal. Kjøretøy, maskiner, medisiner, bomullstekstiler og sukker er blant de viktigste varene som kjøpes fra India. Fra andre land - spesielt Singapore, men også Japan og New Zealand - importeres mye olje og oljeprodukter, samt endel råull, maskiner, kjøretøy og kunstgjødsel. Voksende samhandel med andre land enn India har ikke minket de økonomiske bindingene, idét Nepal opplever økt avhengighet av indiske investeringer og teknologi-import fra «kjempen i sør».

Utenriksøkonomien preges i stort monn av handelsunderskudd. Nepaleserne importerer to-tre ganger så mye som de eksporterer, og underskuddet øker raskt. I handelen med India er imidlertid underskuddet adskillig mer alvorlig; importen er sju ganger større enn eksporten. Vest-Tyskland framstår som klar hoveddestinasjon for nepalesiske eksportartikler (ca. 40% av Nepals eksport - mest tepper). En god del selges til USA, noe til India (jordbruksprodukter som jute og ris), og litt kjøpes av Sveits og Sri Lanka. Tepper og klær utgjør størsteparten av Nepals eksport til land utenom India. Fordi få produkter dominerer eksportsektoren, er den svært sårbar overfor endrede markedsbetingelser. Produksjonen av tibetanske håndvevne tepper for salg, har rot i sveitsiske u-hjelpsprosjekter på 1950-tallet. Teppe-eksport er Nepals viktigste kilde til utenlandsk valuta, noe som viser hvilken positiv effekt bistandsprosjekter kan ha. Eksporten er imidlertid redusert fra midten av 1990-tallet, da vestlige land begrenset sin import i protest mot barnearbeid i Nepals teppefabrikker. Kleseksporten har også minket etter at den største enkeltimportøren, USA, innførte kvoterestriksjoner.

I tillegg til teppe-eksport og turisme er bistand en sentral kilde til utenlandsk valuta. Bistand i form av gaver og lån utgjør omtrent en tredjedel av statsbudsjettet, og tidlig i 1990-årene tilsvarte Nepals utenlandsgjeld over halvparten av BNP. Blant de viktigste bidragsyterne står USA, EU, India, Kina og Sveits. Gjennom årene har bistanden skiftet karakter fra bilaterale gaver i retning av multilaterale lån, ofte med betingelser om innenriksøkonomiske endringer. Fra 1970 vokste Nepals offentlige utgifter raskere enn inntektene, noe som medførte mange år med underskuddsfinansiering. Med støtte fra Det Internasjonale Pengefondet (IMF), iverksatte myndighetene på midten av 1980-tallet et «stabiliseringsprogram». Dette er senere etterfulgt av flere såkalte strukturelle tilpasningsprogrammer med nedskjæring i offentlige utgifter og økonomisk liberalisering på menyen.

Omtrent 50 millioner bilaterale bistandskroner er hvert år signert Norge. Med

støtte fra utenriksdepartementet, foregår det omfattende norsk-nepalesisk samarbeid gjennom FN, forskjellige private organisasjoner og misjon. Bistandssamarbeidet vil imidlertid styrkes betraktelig fra 1996 da Norge har besluttet å gi Nepal status som «programland» (tidligere «hovedsamarbeidsland»). Det nye bilaterale forholdet innebærer kanalisering av bistandskroner og utviklingsprosjekter til Nepal, og vil innvirke på handel og diplomatiske relasjoner.

Energibruk og vannkraftpotensiale

I teorien har Nepal store vannkraftressurser. Utnytting av dem er i startfasen, men landet mangler en industriell base som avtager for kraften. Dagens energikilder er hovedsakelig véd (ca. 90%). Det brukes endel dyre- og jordbruksavfall (gjødsel og planterester), litt olje og minimalt med kull og elektrisitet. Et titalls større vannkraftverk produserer nå 200-300MW, mens behovet i perioder er langt høyere. Kun 10% av befolkningen har tilgang til elektrisitet. Flere vannkraftprosjekter er under konstruksjon og vil gi økt kapasitet i løpet av få år. Utenlandsk bistand kreves for å bygge dammer og kraftverk av noen størrelse og Nepal ligger stadig i forhandlinger med mulige donorer om ytterligere utbygging. På papiret er potensialet anelig (over 80.000MW), men de geologiske forholdene er vanskelige og utbygging i stor skala har betydelige miljømessige, økonomiske og sosiale konsekvenser. Mange frykter at det biologiske mangfoldet vil reduseres, at dammer bryter sammen ved jordskjelv eller storflom, og man er skeptisk til flytting av mange mennesker hvis kultur dermed kan stå i fare. I tillegg kommer de finansielle investeringene og gjeldsbyrdene. Slike betraktninger lå til grunn da utenlandske donorer nylig kansellerte et forventet lån til det planlagte og omdiskuterte prosjektet Arun 3 (200MW).

Strømprisene er allerede stive og med realisering av planlagte store prosjekter, vil de bli for høye for den vanlige nepaleser. På grunn av landets beliggenhet er eksportmulighetene begrenset til det indiske markedet. India som eneste importør gjør Nepal avhengig av salg til stormakten i sør og sårbar overfor de priser India måtte kreve. Installasjon av små kraftverk (under 100 kW) som kan forsyne en landsby, er i emning, men utlandet viser generelt liten interesse for slike prosjekter. Unntak finnes dog. I 1964 startet United Mission to Nepal et utviklingsprosjekt i landsbyen Butwal i Terai. Under dyktig ledelse av nordmannen Odd Hoftun vokste prosjektet til å bli et av de mest omfattende i Nepal. Med basis i vannkraft og utrangerte maskiner fra Norge, er Butwal gjennom årene blitt en raskt voksende by og senter for industrireiseing.

Befolkningsvekst og bosetting

Nepals bosettingsmønster er i rask forandring, med stadig urbanisering. Byene vokser og man regner at over 20.000 flytter til Kathmandu hvert år. Hovedstadens innbyggertall oppgis noen ganger å være i underkant av en halv million, andre ganger over én. Dette illustrerer en generell trend i Nepal; statistikken er ofte ufullstendig, sprikende og ganske misvisende. Med landets høye befolkningsvekst opplever selv rurale områder en moderat økning av innbyggertallet, men de regionale forskjellene er store. Fraflytting preger mange landsbyer i midtfjellbeltet, mens det blir trangere om plassen i Terai som snart huser halvparten av alle nepalesere. Undersysselsetting er fremtredende både her og i andre områder. Kathmandu lider under kombinasjonen av stor tilflytting og rask vekst i bil-, moped- og trehjulingsparken som gir stadig verre forurensningsproblemer.

I dag teller nepaleserne omlag 22 millioner - en dobling de siste trede årene - og folketallet øker med ca. 2,4% i året. Man regner med nesten trede millioner nepalesere innen 2010 og stabilisering av folketallet først i 2030. Mens Norge preges av eldrebølge og problemer med å finansiere eldreomsorgen, sliter man i Nepal med å forsørge alle barna. Nesten halvparten (43%) av nepaleserne er under 15 år og gjennomsnittsalderen i landet 19 år! Det sier seg selv at den yngre garde vil bidra til fortsatt rask befolkningsvekst, hvilket betyr enda knappere utkomme for den store delen av folket som allerede lever under den såkalte fattigdomsgrensen. Selv om dagens unge bestemte seg for å sette til verden færre barn, ville befolkningen likevel øke dramatisk p.g.a. alderssammensetningen i landet. Fattigdom, lav utdanning og kvinners stilling, samt religiøse og sosiale tradisjoner, kan forklare mye av de høye barnetallene (hver kvinne får gjennomsnittlig 5,3 barn, mot 1,9 i Norge). Mange barn kan imidlertid være rasjonelt for den enkelte familie. Barna betyr arbeidskraft til familiejordbruket. I tillegg fungerer de som et sosialt og økonomisk sikkerhetsnett: med fravær av pensjon, dårlig helsetilbud og ingen offentlig eldreomsorg, blir det barna som må sørge for foreldrene i alderdommen.

Helse og skolegang

Nepal er et av de ytterst få land i verden der kvinner har kortere gjennomsnittlig levealder enn menn, henholdsvis 53 og 54 år (opp fra bare 30 år i 1960). I Norge er levealderen nesten 81 for kvinner og 75 for menn. Kvinnene i Nepal har generelt hardere arbeid og lengre arbeidstid enn menn, og mange dør i barselseng. Statistikk basert på gjennomsnitt skjuler imidlertid mye. Gjennomsnittlig levealder påvirkes sterkt av dødsfall i ung alder. I Nepal dør minst ett av ti spedbarn (under ett år) - i Norge ett av etthundreogfemti. Spedbarnsdødeligheten i Nepal er omtrent slik den var i Norge rundt århundreskiftet. Halvparten av alle nepalesiske barn dør før femårsdagen, men

hvis et barn først overlever de kritiske barneårene, vil personen antakelig bli adskillig eldre enn det statistiske gjennomsnitt tilsier. Kvinnenes lave statistiske levealder kan være spesielt påvirket av barne- og spedbarnsdødeligheten. Sannsynligvis er dødeligheten høyere blant jentebarn enn guttebarn: med kvinners underordnede status, kan vi anta at det skal mer til før legehjelp og medisiner når et sykt jentebarn.

Fattigdom, manglende skolegang og kjønnetes ulike stilling illustreres også av lesekyndigheten som nå er omlag 33% for de over femten år (13% i 1970). Imidlertid kan bare en knapp femtedel av kvinnene lese, mot nesten halvparten av mennene. For de fleste er grunnskolen gratis, men ikke alltid tilgjengelig. Så og si alle nepalesiske gutter, og nesten halvparten av jentene, tilbringer en tid i skolen. Helsetilstanden i Nepal er generelt dårlig – kanskje ikke så rart med tanke på at litt under halvparten av befolkningen har tilgang til rent drikkevann (10% i 1980). I gjennomsnitt skal en lege betjene 17 000 nepalesere og det finnes en sykehusseng pr 4 000 innbyggere. Kapasiteten på hotellene er adskillig bedre med en seng pr 1 500 nepalesere - som antakelig aldri har råd til slik overnatting. Det er store regionale forskjeller. Kun en femtedel av befolkningen tilbys helsetjenester, hovedsakelig i urbane strøk. Tilbudet i midtfjellbeltet og fjellene er svært begrenset.

Barn i arbeid

Fattigdom, manglende utdanning og migrasjon til byer har bidratt til betydelig økning av antall barnearbeidere (under 14 år). Det antas faktisk at hele fem millioner nepalesiske barn er direkte eller indirekte engasjert i ulike typer arbeid. Bak tallene skjules mang en slavelignende oppvekst, men de aller fleste er landsbybarn som hjelper til i familiens jordbruk og husdyrhold, slik spesielt de eldre generasjonene i Norge gjorde i sin barndom. For hundre år siden var det nesten like mange barn som voksne i vår tobakks- og fyrstikkindustri. Barn jobbet i fiskeforedling, som tomtearbeidere, de var bud og drev med torghandel. Tjenestejente er intet gammelt fenomen hos oss. Mange lærte ett yrke, ikke på skolebenken, men ved å arbeide sammen med voksne.

Barna i Nepals fabrikker har ingen god oppvekst etter dagens norske standard, og internasjonale konvensjoner fordømmer barnearbeid. I Kathmandus teppeindustri alene regnet man med titusener av barn. Etter vestlige lands boikott er de fleste fabrikkene stengt. Boikott fungerer, men hvem rammes mest på kort sikt? Det overveiende flertall av ansatte i teppeindustrien er voksne. De er ofte dyrere arbeidskraft enn barna og dermed mer økonomiske å si opp i nedgangstider. Og når familiefaren mister jobben, står alle barna hans uten forsørger. Kanskje er det nettopp hans barn som må slutte skolen og som rekrutteres til arbeid, eller endog tar farens plass på teppefabrikken? Kanskje er

det hans sønn som tigger deg om noen kroner utenfor turistattraksjonen i Kathmandu? I fattige Nepal er barna ledd i en familieøkonomisk strategi. De er arbeidskraft om nødvendig - og dette er vanskelig å komme til livs så lenge nepaleserne mangler tilstrekkelige alternative inntektskilder og tilgang eller råd til skolegang for den oppvoksende generasjonen. Slik brytes vår moderne norske oppfatning av barnearbeid med den nepalesiske hverdagens virkelighet. Håpet er at internasjonal påvirkning og støtte på sikt vil bidra til en nepalesisk barndom i lek og skolegang.

Miljøproblemer

Truet ressursgrunnlag

Mange utviklingsland sliter med store miljøproblemer og Nepal er intet unntak. I mangel av sanitæranlegg benyttes elver og bekker som toaletter, noe som gjør vann til en stor infeksjonskilde i Nepal. De bynære elvene forurenses av kloakk, utslipp fra fabrikker og avfall fra dyreslakt langs elvebredden. I Terai er det store utslipp fra papir- og sukkerfabrikkene. Biler, sementfabrikker, støv langs veiene og vedfyring i boliger bidrar til at hovedstadens luftkvalitet i perioder er blant verdens dårligste. Luftveissykdommer er et alvorlig helseproblem i hele landet. Røykfylte og støvete kjøkkener gjør kvinner og barn spesielt utsatt. Effekten av sprøytemidler i jordbruket er et begynnende problem nær byer og veier. I urbane strøk og langs ferdselsårene i fjell og åser er forsøpling svært synlig. Nepals dyreliv trues av ulovlig jakt og innskrenkning av de ulike artenes naturlige leveområder.

Blant de mest alvorlige miljøproblemene i Nepal er imidlertid økologisk degradering i form av avskoging, skadeflommer, uttørking av vannkilder og jordsmonn, utarming av dyrkingsjord, erosjon og jordras. Problemene er dels menneskeskapte. Dels er de såkalt naturlige, hvilket vil si at årsakene ikke kan spores til menneskers inngripen. Ni tideler av erosjonen i Nepal regnes som naturlig. Himalaya er et sensitivt område økologisk sett; fjellkjeden stiger fremdeles og jordskjelv og ustabile fjellmasser fører til erosjon. Jo brattere og høyere, jo sterkere virker tyngdekraften og jo mer og raskere vil jord og vann trekkes nedover. Hverken gradvis jordsig eller voldsomme jordskred er uvanlig. Det er lite beskyttende vegetasjonsdekke i bratt terreng høyt over havet, og monsunklimaet med kraftig nedbør forårsaker nødvendigvis sesongbetont flomvannføring. Vann, vind og frost eroderer landet og skaper løsmasser som vannet transporterer nedover. Over tid formes dype elvekløfter.

Naturens prosesser kan utløses og forsterkes av menneskelig påvirkning.

Nepalesernes søken etter mat, bolig, brensel, dyrefór, tømmer, veisamband og forbruksvarer skaper miljøproblemer. Trekking-turister og fjellklatrere bidrar ytterligere på toppen av økt lokalbefolkning. Det er nettop forholdet mellom natur og menneske som er nøkkelen til å forstå dagens miljøproblemer i Nepal. Som turist har du et ansvar for å skjønne hvilke konsekvenser dine handlinger kan ha.

Nepal har mistet omtrent halvparten av skogen siden 1950-årene. Bare de siste femten årene er 15% borte og i dag er kun 18% av landet skogdekt. I tillegg til å produsere oksygen, ta opp i seg karbondioksid fra luften og tjene som skjul for ville dyr, er skogen kilde til byggematerialer, dyrefór, brensel, gjødsel og matvekster. Ikke minst viktig er skogens evne til å holde på jorda, både via bladverket som demper slagkraften i det voldsomme monsunregnet og via rotsystemets forgreininger og fuktighetssugende evne. Ved hogst blottlegges jorda og regnet treffer direkte på løse jordpartikler. Det fruktbare jordsmonnet transporteres bort med avrenningen, noe som gir dårligere vilkår for gjenvekst og jordbruk, samt sedimentering av innsjøer i lavere områder. Skogen suger også opp vann og frigjør det sakte til vannspeilet. Når skogdekket fjernes, renner vannet for raskt til å trekkes inn i jordmonnet. Vannkilder tørker opp og jorda tørker inn. Mer av regnvannet renner nedover åssidene og kan føre til skadeflommer i lavlandet.

Avskoging og erosjon – prosessene bak

Hvorfor avskoges Nepal når det skaper slike miljøproblemer? Svaret er å finne i en intrikat kombinasjon av fattigdom, befolkningsvekst, selvforsyningsjordbruk i rask forandring, hogst for salg, få kommersielle alternativer og ustabil forvaltning. Gjennom århundrer så nepalesiske bønder landsbyskogen som en forlengelse av jordbruksarealet. Skogen var en kollektiv eiendom og ressurs. Man hadde oversikt og kontroll over den, og la vekt på å bevare økosystemet. Landsbyen drev fellesforvaltning med regler for hogst, jakt, vannutnytting, védsanking og uttak av matvekster. Men det gamle systemet ble erstattet av statlig styring på 1970-tallet og myndighetene erklærte skogene for åpne ressurser. Bøndene mistet sine nære bånd til skogen, som snart ble skruppelløst utnyttet for jordbruk, beite og kommersiell hogst. Nepal hadde lenge solgt trevirke til byggematerialer og brensel, samt eksportert til India, men nå fikk kommersielle interesser utenfra større adgang. Tilgang til et marked og anlegging av veier, bidro til kraftig opptrapping av hogsten. Med atter ny lovgivning gikk imidlertid skogen gradvis tilbake til kommuner og landsbyer. Den følgende kollektive forvaltningen har minket avvirkningen, men det hogges fremdeles mye til brensel og byggematerialer nær byer, veier og trekking-stier. I Terai er en stor del av den gjenværende skogen vernet eller privateid. Her fører tilflytting og økt befolkningspress til

fortsatt avskoging for bosetting og jordbruk. I Nepal bygges det forøvrig nye veier i et forrykende tempo. Veien blir nærmest synonymt med «utvikling» og mulighet for bedre levekår. Men medaljens bakside er avskoging og erosjonsproblemer langs ferdselsårene.

Skogen er alfa omega for Nepals jordbruk og bosetting. Véd brukes til matlaging og oppvarming, og er eneste tilgjengelige energikilde for flertallet av den fattige nepalesiske befolkningen. Trærne hogges selv om andre nødvendige ressurser dermed går tapt. Ville dyr jaktes og skogen er kilde til grønnsaker, frukt og urter. Løv benyttes som dekke og kompost på åkrene. Viktigere er imidlertid dets rolle som dyrefór. Tradisjonelt har man hatt dyr på stall, men gressing krever store beiteområder og derfor lauves skogen. I tillegg til melk og kjøtt, gir dyrene verdifull gjødsel som spres på åkrene. Befolkningsvekst bidrar til økt press på skogen og for lite utkomme i jordbruket. Skogen høstes hardere, og mange steder avskoges og kultiveres stadig mer marginalt land. Her er jorda mindre fruktbar, noe som delvis kan forklare dårligere avling for de fleste matprodukter, bl.a. mais og ris, i Nepal. Mindre skog for flere folk gjør at selv greiner og løv brennes. Det blir knapt med fór, færre dyr og mindre gjødsel. Samtidig minker mengden løvvirke som får gjennomgå en naturlig nedbrytningsprosess i skogbunnen, og boniteten i skogsområdene kan dermed bli dårligere. Marginale områder preges ofte av brattere terreng og mer sårbart miljø. Her vil mennesker og dyr i økt grad bidra til – og være utsatt for – skred, erosjon og utarming av jorda.

Den nepalesiske bonden får dårlig betalt når han selger sine produkter til mellomledd. Det er billigere å importere f.eks. ris. Foreldre som har råd, sender barna på skole så de kan tjene penger i bedre betalt arbeid og kjøpe risen. De som ikke har råd, dyrker risen sin selv fordi de ikke har andre alternativer. Barnas tradisjonelle oppgave er å passe buskapen og samle fór. I enkelte åslandsbyer nær veier og byer ser man nå tendens til lavere barnetall og fraflytting. Med tilgang til medisiner og skolegang fødes det generelt færre barn i Nepal og de unge fristes av utsikten til et bedre liv i urbane strøk eller Terai. Det arbeidsintensive jordbruket i bratte strøk kan vanskelig mekaniseres, og de gamle som blir igjen i landsbyen kan ikke opprettholde husdyrbestanden eller dyrkingsarealet. Resultatet ser man i form av gjenvekst; skogen gror til på koller og terrasser rundt landsbyene. Men det er ikke den generelle trenden i Nepal, og skogdekket minker fremdeles der marginale grupper er bosatt i åser og høyfjell.

Kanskje er ikke miljøets tilstand så voldsomt forverret de senere år, men stadig flere mennesker mister livsgrunnlaget eller livet på grunn av jordskred, flom og degradering av dyrkingsjord. Mange rammes fordi de bor mer utsatt til – tettere, nærmere elver eller i brattere terreng. For en turist som skuer ut over nakne gulbrune terrasser i den tørre årstiden, ser nok situasjonen verre ut enn den egentlig er. Jordbruksprosjekter med utenlandsk finansiering og ekspertise kan bidra positivt, men man har også eksempler på det motsatte. Nepaleserne kjenner

naturen og vet hvordan de bør utnytte den – generelt holder faktisk risåkeren like mye vann som skogen. De vet også at jordtypen enkelte steder ikke kan holde på vannet. Da et velment bistandsprosjekt skulle samle opp regnvann i en dyrket åsside, visste nepaleserne at jorda ville få suppelignende konsistens. Hele dalsiden raste ut. Eksempelet viser viktigheten av kommunikasjon mellom utenlandske eksperter og lokalbefolkningen. Mange nepalesiske organisasjoner arbeider for å motvirke miljøproblemene og enkelte steder har det gitt betydelige resultater. Man har sett at nyplanting, kombinert med bedre beskyttelse av skogen, kan snu utviklingen i områder der man virkelig satser.

Turismen

Nepal har «alt» en blasert globetrotter med sans for det storslagne og eksotiske kan ønske seg: mektig natur, verdens høyeste fjell og en mangfoldig og fargerik kultur. Etter at landet åpnet sine grenser har turisttrafikken økt fra år til år. I 1994 mottok Nepal 326 000 besøkende. Åtte av ti er registrert som turister og to av hundre er pilegrimer. I «turist»statistikken inngår også forretningsreisende og offisielle tjenestefolk, og mange av de 100 000 indiske gjestene tilhører den kategorien. Tyske besøkende er den nest største gruppen, mens briter inntar tredjeplassen. De fleste turistene deltar i gruppereiser med høystandard-innkvartering i Kathmandu; de besøker templer og markeder i noen få hektiske dager og avslutter kanskje med en times sightseeing langs Himalaya i fly. Mange kommer for å gå fotturer i fellet. Et stort utvalg av enkle overnattings- og spisesteder betjener turister med lavt eller middels reisebudsjett. De siste årenes turist-boom synes imidlertid å ha nådd metningspunktet og endog være på nedadgående mot slutten av 1990-tallet. Reisemålet Nepal har fått sterkere konkurranse fra andre land. En annen medvirkende årsak er Kathmandus forurensning som gjør at turistene oppholder seg kortere tid i hovedstaden.

Hippiene satte Nepal på turistkartet i 60- og 70-årene. Blomsterbarna kom for å «finne seg selv» og mange søkte innover i narkosen på små mørke kaféer i «Freak Street» i Kathmandu. Marihuana vokste som ugress. Nepal midt på 70-tallet var fredelig. Fra tid til annen var det var mangel på det meste selv for «turistene» og i Thamel (Kathmandu's turiststrøk i 80- og 90-årene) fantes bare et par spisesteder. Man så ingen gatebarn eller selgere, og bare en og annen ryggsekkтуриist. På 80-tallet kom forandringen med stormskritt; hoteller, gjestehus og restauranter florerte. Tomteprisene i hovedstaden steg til det mangedobbelte, spesielt i turiststrøk, og et stort antall unge nepalesere ble brukere av narkotika. Borte er de fleste hippiene og søken etter sjelefred. Freak Street ligger i dag tilbake kun som en hvilken som helst gate.

Turismen er blitt en viktig næringsvei og valutakilde for Nepal, men virkningene av den er flere enn som så. Debatten om sol- og skyggesider er forlengst i gang. Mange kritiserer landets store satsing på fortsatt utbygging av turistindustrien og hevder f.eks.

- at Nepals kultur er skadelidende; at den forfaller til overfladisk dekor og folkløse for å imøtekomme turistenes krav til komfort, underholdning og suvenirer, og at mye av det som tilbys allerede er av tvilsomt opphav og dårlig kvalitet.

- at turistinntektene i for liten grad kommer landet og folket til gode; at mye av turistenes penger går til utenlandske investorer som bygger hoteller og importerer både arbeidskraft, byggematerialer og forbruksvarer. Og hvor mye blir igjen i lokalsamfunnene – i landsbyene i åser og fjell? Trekking-turistenes penger havner for det meste i lommene på en liten økonomisk elite (trekking-byråer) i Kathmandu, noe som forsterker de sosiale klasseskillene i landet.

- at inntektene, i den grad de når ut i distriktene, fører til at tradisjonelle næringsveier utkonkurreres, vanskjøttes og forfaller. Dessuten gjør folk seg avhengige av turistene.

- at belastningen på naturen i mange områder har ført til økologiske krisetilstander. Den økte trafikken sliter på ferdselsårer og vegetasjon. Mange steder er nærmest avskoget etter védsanking til utallige ekspedisjoners leirbål. Dermed får erosjonen tak og dyrebare jord går tapt. I tillegg bidrar turistene til forsøpling.

Andre hevder at Nepal tross alt har hatt flere fordeler enn ulemper av turismen, at problemene kan løses og at det ennå ligger uutnyttede muligheter innenfor næringen. De forsvarer turismen med

- at forbindelsene med omverdenen, og den interessen som turistene viser, har ført til økt selvtillit, stolthet og bevissthet om Nepals egen kultur. Kunsthåndverks-tradisjonene står f.eks. sterkere i dag enn på 1950-tallet og en del kulturelle tradisjoner holdes i hevd delvis takket være turistenes interesse.

- at det ikke er turismen som er hovedårsak til økologisk krise, men naturforholdene, den eksplosive befolkningsveksten og fattigdommen i fjelldalene. Naturen er uansett for hardt belastet. Folk overbelaster økosystemet for å overleve på kort sikt og ødelegger dermed livsbetingelsene for seg selv på lang sikt. Dette problemet krever helhetlig planlegging der også turismen kan fylle en rolle.

- at det skapes alternative inntektskilder og nye arbeidsplasser der jordbruket gir dårlig utkomme for en voksende befolkning. Riktig tilrettelagt kan turismen styrke økonomien lokalt.

Om det blir turismens negative eller positive sider som dominerer, vil avhenge av hva slags turisme man legger til rette for. Det er hovedspørsmålet i debatten, og det Nepals myndigheter må avgjøre når turistpolitikken fastlegges. Den enkelte turist kan i liten grad påvirke de store linjene i denne utviklingen, – men

det spiller en rolle, om ikke annet så lokalt og i møte med den enkelte nepaleser, hvilke holdninger du bringer med deg...

Nepal til fots

«Det virkelige Nepal» oppdager du kanskje bare om du tar deg fram til fots - på egen hånd eller i organiserte grupper. Myndighetene prøver å holde et øye med fotturismen og du må derfor innhente en spesiell tillatelse, «trekking permit», som utstedes av «Immigration office» i bl.a. Kathmandu og Pokhara (ta med passbilder). Om du deltar i en organisert gruppe, vil ditt trekking-byrå ordne slike formaliteter. Trekkingtillatelser gjelder for et begrenset tidsrom og område. De fleste utstedes i realiteten til 7-8 områder i det sentrale Nepal og mesteparten av turistene følger de vanlige ferdselsårene. Store deler av Nepal er stengt for utenlandske turister. Ønsker du å besøke politisk «følsomme» områder som f.eks. fjellpassene mot Tibet, skal du ha svært gode grunner og enda bedre forbindelser.

De fleste turistene legger turen utenom monsuntiden. Været er en viktig årsak, men også blodiglene som er omtrent umulige å gardere seg mot. De trosser både paraplyer og skigamasjer og kan være en sann plage i, og i etterkant av, monsuntiden – men de er ikke farlige.

Turutstyr og påkledning må du velge etter område og årstid. Vanlig norsk fjellutstyr (vindtøy, ulltøy og gode støvler) er som regel tilstrekkelig opp til 5000 meters høyde. Det kan kjøpes eller leies fjellutstyr, nytt eller brukt, fra tallrike boder og forretninger i Kathmandu og Pokhara. Mye stammer fra velutrustede ekspedisjoner. Nytt utstyr koster omlag det samme som tilsvarende i Norge. Privat lakenpose anbefales.

De organiserte trekking-gruppene stiller ofte med et stort oppbud av bærere som bringer telt, kjøkkenutstyr og mat med seg. Langs de mest beferdede rutene er det tett mellom te- og gjestehusene, der du får et rimelig måltid og tak over hodet. Du kan derfor fint gjennomføre turer over 2-3 uker med forholdsvis lett sekk. Utenom allfarvei skal du imidlertid ikke regne med at folk har noe matoverskudd å selge.

De fleste turister fra vår kant av verden vil ha sunne motforestillinger mot å leie folk til å bære ryggsekken for seg, men i et land som Nepal ville transport-apparatet bryte sammen om det ikke var for bærerne. For mange er bæring et yrke. Det er selvfølgelig naturlig at en ung og frisk turist tar sekken sin selv, men se ikke bort fra at du kan komme i situasjoner, f.eks. ved sykdom eller i stor høyde, da det er godt å få hjelp av en bærer. Du trenger jo ikke anlegge koloniherre-holdninger av den grunn. Alle skal behandles med respekt. Som medmenneske og besøkende har du også et ansvar for å se til at «dine» arbeidsfolk er like godt rustet mot sykdom og ulykker som deg selv. De skal ha

tilstrekkelig varme klær, sko, mat, førstehjelpsutstyr, medisiner og forsikring. Deres klatreutstyr skal være av like høy kvalitet som ditt.

Å bevare helsa er essensielt når du befinner deg mange dagsmarsjer fra nærmeste lege. Et godt råd er å ikke legge ut på trekking alene. Husk uansett på å registrere deg hos det norske konsulatet i Kathmandu. De må kjenne reiseruten din om hjelp eller søk skulle bli nødvendig. I kapittelet «Praktiske tips» gir vi generelle helseråd, men høydesyke krever spesiell omtale. Sykdommen er alvorlig, og man er utsatt når man ferdes i Nepals åser og fjell. Alle som kommer fra lavlandet trenger gradvis tilpasning om de skal opp i stor høyde. Mange vil ellers føle ubehag selv under 3000 m.o.h.. Hvor lett man klarer tilvenningen varierer fra person til person, men har ingen sammenheng med god eller dårlig «form». Du kan altså ikke trene opp evnen til rask akklimatisering. Mange trekking-turister med stramme tidsskjemaer overser behovet for akklimatisering og tar farlige sjanser for å nå sine «mål». I Sagarmatha nasjonalpark (Mt. Everest-området) har de fleste turister mer eller mindre ubehag av høyden, og en av tusen besøkende dør av høydesyke.

Legg ikke opp dagsmarsjer etter antall timer eller mil som i norske fjell, men etter antall høydemeter til neste overnattingsplass. Over 3000 m.o.h. kan 300 høydemeter være en passende dagsetappe. Gå langsomt. Kjenner du hodepine, søvnløshet eller manglende appetitt, har du kanskje presset deg for hardt. Legg inn hviledager. Prøv å velge overnattingssted så lavt som mulig i forhold til det høyeste punktet du når i løpet av dagen. Får du likevel problemer med høyden, sørg for å komme deg ned i lavere luftlag umiddelbart. Dette er i praksis eneste botemiddel, og det kan være livsviktig. Se ikke på trekking som en idrettsøvelse, men som en sjelden mulighet til store opplevelser på mange plan. Hold sansene åpne og ta deg tid til ettertanke...

Vis respekt for natur og livsgrunnlag

Noen av de mest populære trekking-områdene er blitt nasjonalparker med ganske strenge regler for alle besøkende. Den voksende ferdselen har i noen tilfeller ført til så stor slitasje på natur og miljø at det er nødvendig å frede alle planter, fugler og andre dyr. Der turistene vandrer, ligger søppelet som visittkort. Man blir bedt om å bære med seg all søppel eller sørge for at den brennes eller graves ned. Det er forbudt å ta véd fra busker og trær, og man er pålagt å bringe med seg eget brennstoff ved leirslåing. Men også folk kan trenge beskyttelse. I minst en av nasjonalparkene anmodes man spesielt om å slutte å gi barna søtsaker. Der turistene ferdes følger tannråten etter, og man har ingen tannhelsetjeneste.

Som tidligere nevnt er Himalaya et økologisk sårbart område og Nepals miljøproblemer har delvis naturlige årsaker. Dette betyr ikke at vi som turister

ikke kan gjøre noe fra eller til, men at vi nettopp derfor skal gjøre alt vi kan for å innvirke minst mulig negativt. Og er vi riktig bevisste, kan vi totalt sett bidra positivt til lokalbefolknings ressursgrunnlag. Regler og anmodninger som kan beskytte natur og miljø, skal respekteres av alle som ferdes i nasjonalparkene og bør følges også utenfor dem. Se på en anmodning som en regel og bruk sunn fornuft. Som en hjelp på veien, kan du legge deg disse rådene på minnet:

- *Ikke skad, forstyrr eller fjern trær, planter, dyr eller dyreprodukter.

- *Trå varsomt og hold deg til hovedstiene for å unngå erosjon. Mange av stiene er steinsatte og de går ofte i sikksakk på toppen av åser, noe som gjør dem lite erosjonsfremmende.

- *Begrens varmdusj og ta det kun når vannet er varmet av drivstoffbesparende ovn eller ovn som ikke benytter trevirke. Vaskevann kan varmes i kjele samtidig med matlaging.

- *Alle i gruppen (trekkere, guide, kokk, bærere) bør spise samme type mat samtidig. Dette for å redusere brennstoffbruken.

- *Individuelle trekkere bør bestille lik mat som andre trekkere – og bestille den samtidig.

- *Spis daal bhaat (bl.a. ris, linse«saus» og grønnsaker) fordi det krever mindre brennstoff å lage.

- *Bring med deg eget brennstoff, f.eks. parafin (kerosene), om du skal slå leir. Se til at bærerne har parafin eller kokt mat.

- *Ta med tilstrekkelig varme klær for ikke å være avhengig av bålvarme. Se til at alle i gruppen er skikkelig utrustet med varme klær.

- *Bruk ikke véd for kosebål.

- *Hvis mulig, bo på gjestehus som bruker parafin, varmeovner og brennstoff-effektive védovner.

- *Sigaretter og fyrstikker må ikke kastes der de kan forårsake skogbrann. Ta helst med deg sigarettene eller grav dem ned når de helt sikkert er slukket.

- *Istedenfor å kjøpe vann eller annen drikke på flasker under trekking, kan du bruke en vannflaske og tilsette rensemiddel (f.eks. jod om du tåler det) for å behandle drikkevannet.

- *Ta med deg søppel som plast, metall, glass og andre ikke biologisk nedbrytbare produkter tilbake. Ha en egen pose til dette formålet.

- *Papirprodukter (røykpakker, kjekspakker, innpakningspapir o.l.) brennes eller graves ned. Brenn alt toalett-papir diskret.

- *Bruk toaletter der de finnes. Hold deg ellers minst 20 meter fra vannkilder og ha med en liten spade til å grave ned restene. Unngå religiøse steder ved toalettbesøk.

- *Se til at guide, kokk og bærere dekker toalettgroper og anbringer søppel skikkelig.

- *Ikke bruk såpe eller shampo i elver, bekker eller varme kilder. Om nødvendig,

ta klesvask og bad der såpevannet ikke vil strømme direkte inn i elver og kast såpevannet bort fra bekker. Bruk biologisk nedbrytbar såpe.

Inntekter fra turistene kan høyne folks levestandard og bidra til mindre press på naturressursene. Imidlertid har lokalbefolkningen ofte lite utbytte av mange trekkere. Organiserte gruppereiser, ikke sjelden med agenter fra Kathmandu, bringer vanligvis med seg egne bærere, telt og mat, og de overnatter stort sett på leirplasser. Individuelle trekkere gir ofte mer inntekter til området fordi de bor og spiser lokalt, men en stor del av disses forbruk må importeres eller fraktes fra andre steder i landet. Du finner mineralvann på mange tusen meters høyde fordi turistene kjøper det uten større refleksjoner. Brusflasken blir kanskje importert for dyrebar valuta, transportert landeveien i en bil som bruker kostbar bensin, og deretter fraktet av en bærer til gjestehuset i åsene. Kostnadene innkalkuleres i prisen. Turisten betaler dyrt for leskedrikken og bidrar slik til å skape inntekter og arbeidsplasser. Men prisen dekker neppe lokale negative effekter på helse og miljø; hverken eksosutslippene fra bilen, støvet den virvler opp til landsbyene nær veien, eller ekstraslitasjen på stiene. Barn og unge fristes av den ofte tannråtefremkallende drikken, og når turisten har drukket innholdet, havner kanskje flasken som ikke biologisk nedbrytbar søppel i naturen. På den annen side kan muligheten for diaré minke når man holder seg til drikke på kjøpeflasker, og Nepal er lite tjent med vanninfiserte turister.

La din reise bli til nytte på en riktig måte; la den komme folk på stedet til gode ved at du putter penger inn i lokalsamfunnet. Spis og drikk det samme som de lokale så langt det lar seg gjøre. Mange områder har egne komitéer som setter standard priser på mat og overnatting for å sikre et rimelig utkomme. Det er uansett billig, så betal rikelig (ingen pruting) for mat, innkvartering og tjenester. Kjøp lokale produkter som kommer økonomien i åsene til del. Inviteres du til sang og dans, er det ikke uvanlig å se «kollektbøssen» framme. Dette er ingen tigging av deg som turist, men en tradisjon der de som har mulighet bidrar. Pengene går til finansiering, og dermed bevaring, av kulturelle tradisjoner og til andre nyttige formål i landsbyen.

Stikk innom Travellers Information Centre i Tridevi Marg, Thamel, (P.O.Box-9178, tlf. (+ 977 1) 41 03 03, faks. (+977 1) 41 15 33) i Kathmandu og få råd om hvordan ditt opphold kan bli til nytte både for nepaleserne, landets natur og deg selv. Senteret drives av Kathmandu Environmental Education Program (KEEP) med det mål for øyet å bevisstgjøre turister, og spesielt trekkere, om hvordan de kan innvirke på Himalayas sårbare miljø. KEEP arbeider for å lære opp turistnæringen og besøkende til økonomisk, sosialt, kulturelt og miljømessig riktig turisme. På senteret får du råd om alt fra fjellsikkerhet til hvordan du kan hjelpe fram lokaløkonomien og bevare kultur og natur. Her tilbys foredrag, lysbildekvelder og relevant lesestoff. Trekking-effekter som førstehjelpsutstyr, biologisk nedbrytbar såpe og vannrensetabletter fås kjøpt, og du kan møte folk fra alle

verdenshjørner i senterets kafé. KEEP kan også formidle kontakt til andre miljøvernorganisasjoner i Nepal.

Vis respekt for kultur og tradisjon

Det er stor forskjell på turister og det er slett ikke uten betydning hvordan du selv opptrer om du ønsker å få kontakt med nepalesere og forstå mer av landet du besøker. Du skal imidlertid ikke vente at du på noen få uker eller måneder skal klare å føle deg hjemme «på innsiden» av nepalesisk dagligliv. Både hos deg selv og hos dem du møter er det store barrierer å overvinne. Hovedrådet er å følge nepalesisk skikk og bruk i antrekk og atferd. Les om landet på forhånd, spør heller for mye enn for lite og observer hva nepaleserne selv gjør.

Fattig og rik

Den som er opptatt av økonomiske og sosiale forskjeller innenfor den rike verden, glemmer lett at for en fattig nepaleser er forskjellen mellom en ryggsekk turist og en som tar inn på Kathmandu Sheraton tross alt marginal. De har begge «ferie», noe i seg selv ganske uforståelig. De kan bruke penger og tid til hva de vil og har – hvor enkel livsstil de enn legger seg på i Nepal - sikkerhetsnettet spent ut under seg i de fleste tilfeller. Reiseforsikringen dekker alle medisiner og den beste legehjelp landet kan gi. I lommen ligger returbilletten tilbake til den rike verden. De bærer rundt på klokker, kikkerter og fotoutstyr verdt mer enn mang en nepaleser kan tjene i et helt liv. Du bør ikke bli forundret om du møter en smule reservasjon.

Prøv å være litt diskret med all din rikdom; strø ikke penger omkring deg i tips og gaver. Det bidrar ikke til gjensidig kontakt og forståelse om man sprer inntrykket av turister som upersonlige pengebinger. Dette gjelder ikke minst utover landsbygda der gjestfriheten ennå ikke er kommersialisert. Gi ikke til tiggende barn. Tigging er en negativ beskjeftigelse startet av velmenende turister. Betal isteden rikelig for varer og tjenester du kjøper.

Hensyn og uforstand

Turistene framkynder endring av kulturelle verdier og bevirker til å forandre de unges aspirasjoner. Ungdommen søker i mindre grad å følge tradisjonelt jordbruksliv og migrerer til urbane strøk. Arbeid i gjestehus og restauranter lokker mer enn videre skolegang. Nepal har en unik kulturell variasjon og dybde som er viktig å bevare for nepaleserne selv, og kulturen er samtidig en del av grunnlaget for turistnæringen. Dette gir oss og nepaleserne et dilemma: bevaring av turistnæringen er delvis avhengig av de kulturelle tradisjonene turistnæringen

bidrar til å erodere. Som turist bør du være bevisst på å oppmuntre unge nepalesere til å være stolte av sin kultur. Se til at du ikke forstyrrer religiøse steder og aldri skader eller fjerner religiøse kunsthåndverk eller symboler. Du bør heller aldri kjøpe kunst eller antikviteter fordi slik handel frarøver landet sin kultur. Stjeling av f.eks. antikke religiøse statuer har blitt et utbredt problem.

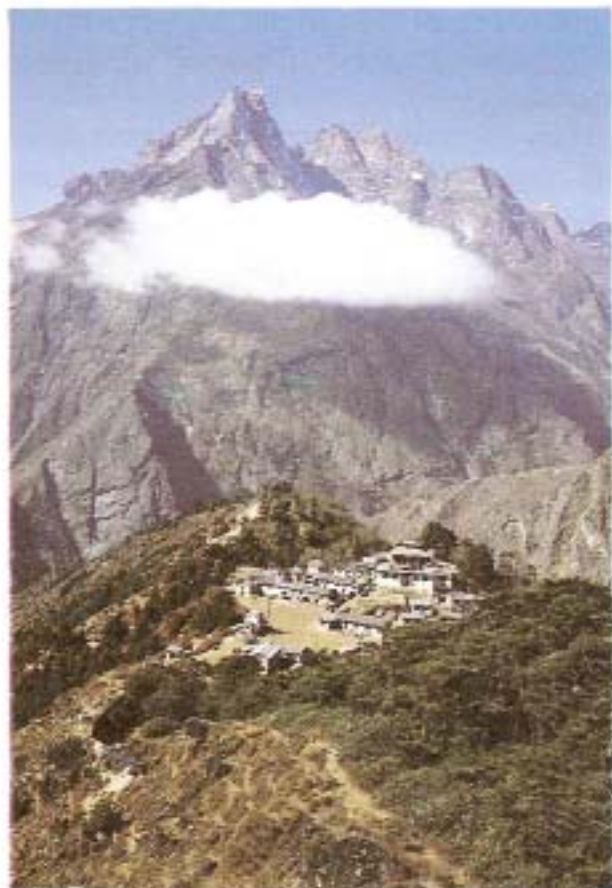
Noen besøkende lar seg friste av det illegale narkotikamarkedet som har fulgt med turisttilstrømningen. De bør tenke over konsekvensene: titusenvis av nepalesisk ungdom har mistet fotfestet i sin egen kultur og går til grunne i narkotika og kriminalitet. Alkoholmisbruk er også et økende problem. Landet har hverken noe offentlig sosialt hjelpeapparat eller ressurser til å ta seg av slike problemer.

Nepal byr på fantastiske fotomotiver, men mange turister viser en utrolig uforstand. Nepalesere liker selvsagt ikke å få store objektiver stukket opp i ansiktet bedre enn vi gjør. Ta aldri bilde av folk uten å spørre først - om det ikke gjøres svært diskret og på lang avstand. Prat litt med dem du ønsker å og etabler en vennlig atmosfære. Lag ikke nye turistproduserte uvaner folk penger for å posere, men noter gjerne navn og adresse så du kan biletet når det er fremkalt – og hold løftet! Spør først og vis hensyn ved fotografering av religiøse steder og seremonier.

De følelser vi har for hverandre, og for skikk og bruk hos hverandre, har dype røtter i vår egen livsbakgrunn. Dette gjelder like mye for nepaleserne. De fleste vil oppleve nepalesere som meget vennlige, blide og gjestfrie mennesker med høy toleranseterskel overfor tilreisende. Nepals befolkning har i større grad enn oss trening i å leve i samfunn med etnisk og kulturelt mangfold. Men nepalesere flest har også en sterk forankring i sin egen religion og tradisjon, noe som preger alle sider av dagliglivet. Følelser og vaner vi bringer med oss til Nepal fra en helt annen virkelighet, kan virke uforståelige for en nepaleser og i verste fall direkte støtende. De kan helt utilsiktet bli kilde til misforståelser og konflikter.

Generelt råder det vi oppfatter som streng og gammeldags holdning til samkvem mellom kjønnene. Kvinner har i stor grad sine egne sfærer sosialt sett, og menn har sine. Hos mange folkegrupper opererer man imidlertid med såkalt «utvidet familie» som mildner skillet mellom sfærene og «ufarliggjør» samkvem. Via enkle ritualer tas naboer, venner og fjernere slektninger opp i den utvidede familie; de blir bror eller søster, og kan dermed omgås hverandre uten de vanlige strikte reglene. I Nepal ser man jenter som går hånd i hånd og gutter som holder hender. Det er en naturlig væremåte venner imellom og har intet med kjærsteri å gjøre. Som turist bør du huske at kjærsteri for åpen scene vil støte nepaleserne. Unngå uttrykk for fysisk hengivenhet, selv bare å holde din utkårede i hånden.

Vår individualisme og vårt behov for privatliv – tid og sted for bare oss selv – har nepalesere flest vanskelig for å forstå. Det kan være en hard påkjenning for en sliten turist å oppdage at hennes private sfære er sterkt innskrenket og at hun ustanselig må forholde seg til folk som vil henne noe – som om det var den mest



Tengbocheklosteret ligger 4000 m.o.h., sør-sørvest for Mt. Everest.
Foto: Dag Norling

Tengboche er det største buddhistiske munkeklosteret i Khumbu-området. Det gamle klosteret på bildet brant ned i 1989, men er nå bygget opp igjen.
Foto: Dag Norling



Terrassert åslandskap nær Kakani i Nuwakot-distriktet, 1900 m.o.h., nordvest for Kathmandu. Her dyrkes hirse, ris, reddiker (mola) og poteter.
Foto: Olav Myrholt

Lal Maya fra landsbyen Mohoriya på Rupalekh øst for Pokhara.
Foto: Olav Myrholt



naturlige ting i verden. Eller vår måte å forholde oss til tid på: nepalesere kan ha vondt for å forstå vår vane med å måle alle dagens gjøremål i timer og minutter. Regn ikke med at klokkeslett-avtaler overholdes helt.

Rent og urent

For en turist som vil holde seg frisk, er det viktig å være ekstra nøye med personlig hygiene og hva man spiser og drikker. Men du må samtidig være oppmerksom på at nepalesere ikke betrakter seg som mindre renslige enn oss. Hva som er renslighet og urenslighet, er i større grad enn vi er vant til å tro et spørsmål om konvensjoner, både hos oss og i Nepal. Mange nepalesere ville aldri drømme om å bade i et badekar, bruke tørt toalett-papir eller dra omkring på et skittent lommeterkle. Vi forundres over nepalesiske toaletter som vanligvis bare er et hull i gulvet, mens nepaleserne forundres over at vi vil bruke en toalettskål som mange har sittet på før oss. Det er dessuten flere faktorer enn de rent sanitære. Rent og urent har religiøse aspekter som påvirker dagliglivet med et sett av regler. Mange av disse reglene kan virke uforståelige, inkonsekvente eller direkte inhumane på oss. Bak ritualene kan det imidlertid skjule seg en rasjonell opprinnelse som vi har vanskelig for å få øye på. Hvis du ikke forstår bakgrunnen for ritualene, velg da å se dem som eksempler på kulturens nesten ufattelige mangfoldighet og tilpasningsevne.

Respekt for alt liv er ett aspekt ved hinduismen. For det ortodokse mindretallet av hinduene vil det være utenkelig å drepe et dyr. Like fullt slaktes dyr i tusentall i store religiøse festivaler og kjøttet spises, om ikke akkurat av høykaste-folk. Ofringen av dyr forsvares ut fra læren om gjenfødelse; man hjelper en sjel videre på den pinefulle veien mot et «evig liv» fritt for gjenfødelse. Slaktingen er altså en religiøs barmhjertighetshandling. Likevel tilhører slakteren laveste kaste i samfunnet og det samme gjelder håndverkeren som bearbeider skinnen til belter og sko. Selv sko er urene, om aldri så blankpussede. Sleng aldri bena på bordet, vend ikke engang sålen mot et annet menneske. Ta alltid av skoene før du går inn i et tempel og helst også før du entrer dagligrom i nepalesiske hjem.

Nepali mat, bordskikk og «renhet»

Nepal har stort utvalg i matveien, spesielt i turiststrøkene i Kathmandu og Pokhara. Hamburger, biff, kaker, is krem – her mangler intet og det er slett ingen svimlende priser. Men antakelig har du reist halve kloden rundt for å oppleve Nepal, og da spiser du nepalesisk mat. Våre sarte smaksorganer synes nok krydderbruken er vel generøs, men man setter snart pris på et sterkt måltid og endel av rettene er faktisk svært forsiktig krydret. Ris, brød og yoghurt mildner kryddersmaken, mens vann ofte har motsatt effekt. Brød finnes i mange

forskjellige varianter. Ris er hovedingrediens i det nepalesiske kjøkkenet og du finner et rikholdig utvalg av grønnsaker. Nepaleserne bruker mye linser, poteter, blomkål, spinat, neper, reddiker, bønner og erter. Kjøtt er ikke dagligkost for det store flertallet, men det spises en del kylling, og både sau, geit, svin, bøffel og fisk ender innimellom på matbordet. Tross religionen har mange nepalesere et pragmatisk forhold til å spise dyrekjøtt: det ofres først og kan spises etterpå, eller det spises når det er slaktet av andre.

Den vanlige retten i Nepal er daal bhaat som betyr «linse» og «ris». Linsene kokes til de får sauslignende konsistens og «masseres» inn i risen mens du spiser. Vanligvis serveres en grønnsaksgryte til, og kanskje litt kjøtt. For de som har råd, er to måltider daal bhaat om dagen den vanlige kosten. Daal bhaat ser ikke alltid like innbydende ut for turisten (det gjør neppe lutefisk, smalehovud eller fiskeboller i hvit saus for en nepaleser heller), men det smaker godt. Spør om hva retten består av og du overvinner raskt din eventuelle skepsis. Nepaleserne har nok ofte, og med god grunn, humret over turistenes forsøk på å spise uten bestikk. Her følger bruksanvisningen: bruk ytterste del av fingrene på høyre hånd til å samle og fiske opp litt ris med tilbehør, snu den lett krummede håndflaten opp, krok tommelen mot håndleddet og la den ligge som støtte bak maten, før hånden til munnen og skyv maten inn ved hjelp av tommelen. Det tar litt tid å utføre med elegance, men fortvil ikke; blant nepalesere flest er ikke smatting og søling tegn på dårlig bordskikk. Nepaleserne drikker forøvrig mye te – omtrent som vi drikker kaffe og vel så det. Te før maten, til maten, etter den, mellom måltidene og i sosiale lag.

Hinduer er spesielt vare for at mat skal bli berørt av folk fra andre kaster eller religioner. Hold derfor hendene unna all mat du ikke skal spise selv. La verten forsyne deg om du blir invitert til et måltid i en nepalesisk familie og bus ikke inn i kjøkkenet uten at du er invitert spesielt til det. Bruk høyre hånd når du spiser med fingrene, gir bort eller mottar ting. Venstre hånd blir ansett som uren, forståelig nok ettersom den brukes – sammen med vann – som vi bruker toalett-papir. Å kaste snyte-papir i ovnen er slett oppførsel fordi maten lages nettopp der. Blant hinduer blir kvinner ansett som «urene» under menstruasjonen. De deltar derfor ikke i noe sosialt liv, lager ikke mat, og unngår i det hele tatt å berøre planter, dyr og mennesker i denne perioden. Menstruasjon kan også være tabu-emne i en samtale, og man må ikke presse en mann for detaljer om han sier at hans kone føler seg uvel.

Sari eller shorts – gangsyn for skikk og bruk

Selvsagt er folk forskjellige, i Nepal som alle andre steder. Det er derfor umulig å gi absolutte regler for hva som sømmer seg i alle situasjoner. Om du viser litt omtanke, kan du til gjengjeld regne med en god porsjon overbærenhet. Som regel

vil man med en smule gangsyn skjønne omtrent hvor grensen går. Avvent situasjonen hvis du er usikker, spør, observer nepaleserne og følg deres atferd. Når vestlig «frigjort» ungdom bader nakne i nepalesiske sjøer, tramper de klart over alle grenser og ødelegger for mange flere enn seg selv. Kvinner kan bade i loongi (stort tørkle/sjal) som dekker dem fra bryst til knær. Generelt bør kvinner gå i løse bukser eller legglengt skjørt. Unngå shorts og avslørende bluser, og husk at skuldrene skal være dekket. Menn kan bruke knelang shorts, men ta på bukse ved tempelbesøk, visitt i privathjem, på offentlige kontorer og i kontakt med myndighetspersoner. T-skjorte er et minimum av påkledning oventil for menn. Nepaleserne husker hippie-tiden da ofte sjuskete og lite velkledde blomsterbarn myldret i Freak Street. Hull i buksen og flortynne gevanter minner om hippienes narkotikabruk og utsvevende livsstil – et inntrykk dagens turist helst ikke vil gi av seg selv. Om du er skikkelig i klesveien, blir barrieren mellom deg og nepaleserne mindre, og imøtekommenheten større. Generelt kler nepaleserne seg pent og du skor deg på å gjøre det samme.

En reise til Nepal kan være en helt uansvarlig, overfladisk og eksotisk opplevelse. For mange blir den helst bare det. Men besøket kan også være en sjelden sjanse til å oppleve og forstå litt av en annen virkelighet. Om du lykkes med dette vil du også oppdage nye sider ved deg selv – oppleve å se deg selv og din egen bakgrunn med nye øyne.

Praktiske tips

Praktiske reisetips vil du finne mange av i de fleste guidebøker for Nepal. Her nevner vi bare noen få poenger som ikke alltid er like godt behandlet.

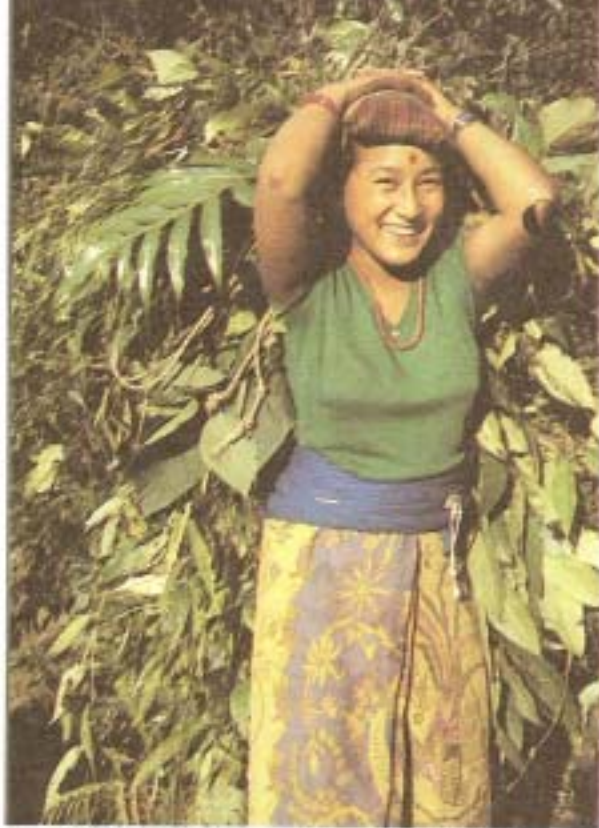
Konsulat: Norge har eget konsulat i Kathmandu, men Nepal sorterer ellers under ambassaden i New Delhi. Tilsvarende finnes et nepalesisk konsulat i Oslo, mens nærmeste ambassade er i London. Kanskje etableres en norsk ambassade i Nepal ettersom Nepal nå får status som «programland» og det bilaterale samarbeidet styrkes.

Nepals konsulat i Norge: Generalkonsul Bjørn Frode Korsvoll, Haakon VII's gt. 5B, 0161 Oslo (åpningstid 10-15), tlf. 22 83 55 10, faks 22 83 04 43.

Norges konsulat i Nepal: Royal Norwegian Consulate 4/91 Jawalakhel, Lalitpur, Kathmandu, tlf. (+997 1) 521646/521720/522868, faks (+997 1) 521720.

Visum: Visum er nødvendig og fås fra Nepals konsulat i Norge (noe som anbefales) eller fra ambassader og konsulater f.eks. i Nepals naboland.

Du kan velge mellom turistvisum med gyldighet i 15, 30 eller 60 dager (kr 200-

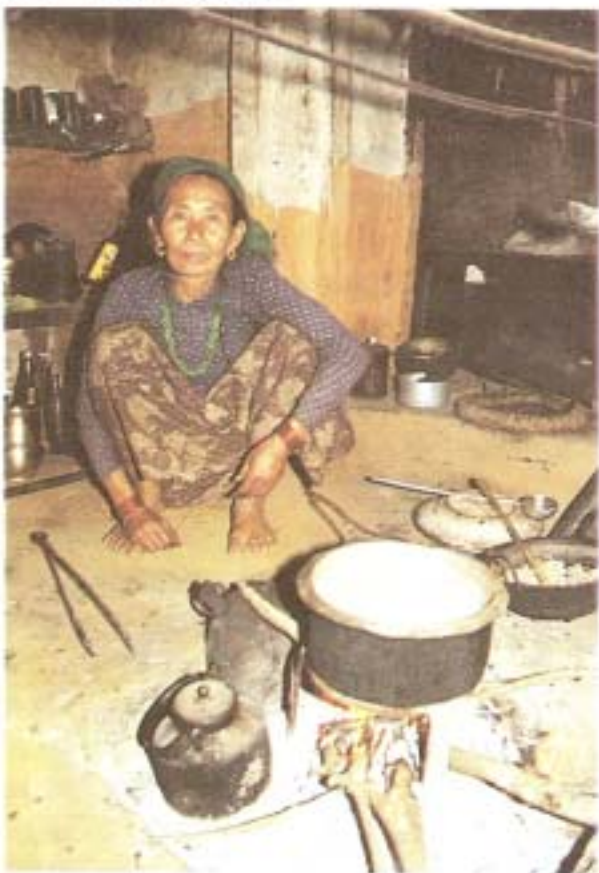


Devi Gurung bærer hjem løv til geite- og bøffelfór, Mohoriya.
Foto: Olav Myrholt

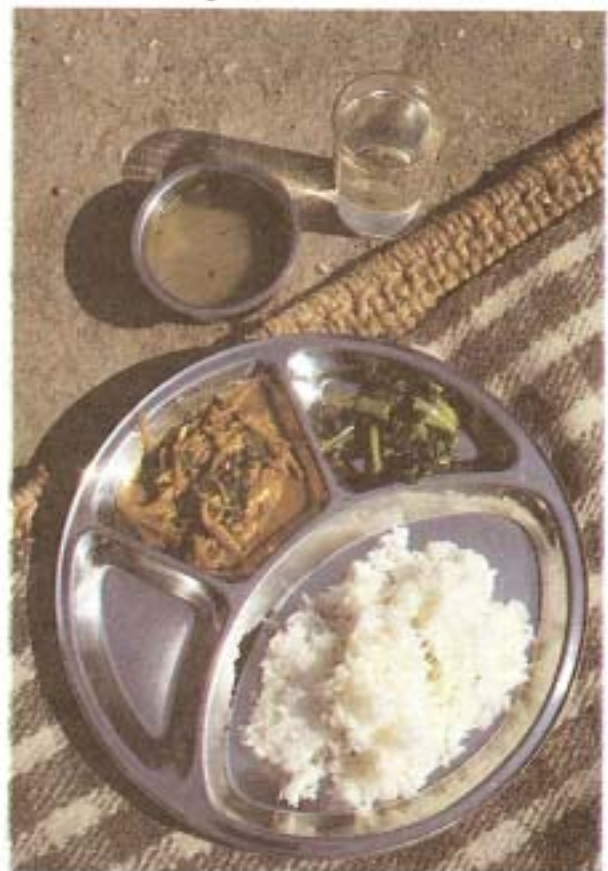


Tung bær i åsene nordvest for Pokhara.
Foto: Kirsten I. Greiner

Ama (mor), gurung, koker skyller til familiens bøffel.
Foto: Olav Myrholt



Daal bhaat machha saag - linser (sausens), ris, fisk og spinat.
Foto: Olav Myrholt



600 i 1996) og behandlingstiden er normalt 1-2 dager. Turistvisum kan også ordnes ved ankomst til Nepal (ta med passbilder), da til litt over halvparten av norsk pris – men du risikerer køståing. I Nepal kan visumperioden forlenges en viss tid utover de seksti dagene.

Adkomst: De fleste turister kommer til Nepal med fly, men det er fullt mulig – og svært interessant – å ta seg fram over land fra India. Her er flere alternative kombinasjoner av tog og buss. Opplysninger fås lett i New Delhi eller Calcutta. Du kan også komme med buss fra Tibet via grensebyen Kodari, en tur som neppe er mindre interessant enn den sørfra.

Fly i Nepal: Innenriks har Royal Nepal Airlines flyvninger til omlag førti steder. For flyvninger til Pokhara, Lukla og Bharatpur, kontakt Tourist Sales Head Office, Kantipath, tlf. (+977 1) 22 65 74/22 07 57. For innenriksflyvninger andre steder, kontakt Domestic Sales Office, Tebehal, New Road, Kathmandu, tlf. (+977 1) 22 34 53/22 44 97. Mange små flyselskaper opererer innenriksrutene i tillegg til Royal Nepal Airlines.

Penger: Reisesjekker fungerer bra, men bør suppleres med litt kontanter (US \$) i tilfelle du blir sittende fast et sted hvor reisesjekkveksling er vanskelig. Kredittkortet får du neppe bruk for utenfor urbane strøk. Utstyr deg med mange små sedler på trekking – det kan være vanskelig å få vekslet større beløp.

Kriminalitet: For tjue år siden kunne du glemme igjen fotoapparatet og en nepaleser ville komme løpende etter deg med det. I dag er situasjonen en annen, spesielt i de typiske turistområdene. Pass på tingene dine, bær penger og verdipapirer spent inntil kroppen og lås gjerne fast bagasjen når du eventuelt mister den av syne under transport. Men sammenlignet med mange andre land er Nepal en fredelig plass med lite kriminalitet. Du går trygt de aller fleste steder, og med en viss påpasselighet er det liten sjanse for at du frastjeles eller utsettes for noe.

Helse: Pass godt på helsa – mange blir syke i Nepal. Gå aldri barbeint, da det er lett å få infeksjoner og småkryp i sår og rifter. Vær oppmerksom på rabies som er relativt utbredt i Nepal. Unngå enhver direkte kontakt med aper og vær forsiktig med hunder. Diaré kommer man sjelden utenom på et lengre besøk, og dysenteri er ingen sjeldenhet. En vanlig infeksjonsårsak er urent drikkevann, noe som kan forhindres ved konsekvent å drikke bare vann som er kokt eller kjemisk behandlet. Drikk aldri vann direkte fra elver og bekker uansett hvor innbydende det ser ut. Vannsteriliseringstabletter fås på apoteket i Nepal og her hjemme. Eller du kan bruke noen dråper jod-alkohol eller jod-oppløsning i vannflasken og la det

virke en time før du drikker. Jod fungerer også bra som legemiddel mot hudinfeksjoner. Du må imidlertid forsikre deg om at du tåler jod; enkelte kan få voldsomme allergireaksjoner, også dødelige.

Vær nøye med maten, men la ikke utseendet eller graden av vestlig meny avgjøre hva du tør spise. Tenk heller på grunnleggende hygiene-regler. Helt varm mat, forutsatt at den er kokt eller stekt skikkelig, er som regel trygg. Det er også naturlig «emballert» mat som du får skrelle selv, f.eks. kokte egg og poteter, frukt og grønnsaker. I en restaurant er ikke dette så lett å få til, men bruk sunn fornuft og regn ikke uten videre med at de «fineste» stedene har best hygiene. Sørg for rikelig væsketilførsel ved diaré og drikk gjerne vann det har vært kokt bygg eller ris i. Hold deg til lett mat i noen dager – kokt ris, ristet brød, yoghurt... Et godt middel mot diaré er «Glukose-elektolyttmikstur», som kalles «Gem Nycomed Pharma» på norske apoteker og selges under navnet ORS (Oral Rehydration Salt) i Nepal. Vitamin- og kalktabletter er nyttige tilskudd, og «yoghurt»tabletter (Paraghurt) kan hjelpe mot uvant kosthold. Mange mener saltabletter forebygger væsketap og slapphet, men de skal brukes med forsiktighet i stor høyde (nedsatt nyrefunksjon). Ikke bagatelliser en diaré; noen er farlige og krever legebehandling. Det vi oppfatter som en uskyldig diaré, kan også være sykdom av adskillig mer alvorlig karakter.

Insektspredte sykdommer er en utbredt plage i denne delen av verden. Benytt myggnetting der det finnes, ha eventuelt med din egen. Myggspiral eller insektspray kan holde farlige og irriterende nattmygg unna. Ha på bukser og langermede overdelar om kvelden og tidlig på morgenen når insektene er mest aktive. Bruk også myggolje i tillegg til malariatabletter der det er mye insekter, f.eks. i Terai. Her finnes også malariamygg som er resistent mot klorokin og andre malariamidler. I Kathmandu og i fjellene er malariatabletter unødvendig om de ikke inngår i en kur før eller etter opphold i Terai. Forhør deg hos en lege om tablettenes bivirkninger og anvendelsesområde. Man må ta flere vaksiner før reisen til Nepal. Du får opplysninger og vaksiner på ditt lokale helseråd eller legekontor. I Oslo kan du også henvende deg til Statens Institutt for Folkehelse, Legekontoret for sjømenn i Oslo eller Ullevål sykehus.

Språk: Litt kjennskap til nepali vil utvilsomt øke utbyttet av turen. Kanskje kan nepalesere i Norge gi deg et startgrunnlag. Ellers arrangeres det intensivkurs for turister i Kathmandu.

I bagasjen: I guidebøker for Nepal finnes råd om hva man bør ta med seg. Skal du på trekking, kan du pakke som til en tur i norske fjell. Her nevner vi noen essensielle ting som ikke er innlysende å ta med eller lette å glemme under pakkingen. Mange hoteller i lavere prisklasse er basert på at gjestene bruker egen lås i slåen. Ta derfor med en hengelås som, i kombinasjon med en tynn kjetting,

også er nyttig for å låse fast bagasje under transport (f.eks. på busstak). Bring med deg passbilder hvis du skal søke om visum i Nepal eller ha trekkingtillatelse. Husk solhatt, -briller og krem med høy faktor til trekking. For oppbevaring av søppel og møkkete klær eller sko, trenger du noen plastposer. Nok varme klær (ull og vindtett) er nødvendig på trekking, og kommer godt med selv i dalene på fuktige kalde netter. Laken- eller sovepose anbefales. Lommelykt får du bruk for, likeledes en kniv med mange funksjonsmuligheter. Ikke glem medisiner og førstehjelpsutstyr. Kvinner må ta med i beregningen at bind eller tamponger ikke er tilgjengelig utenfor byer og tettsteder. En kikkert gir deg mulighet til å beskue fjellene nærmere og en refleks kan forhindre at du blir overkjørt i mørke gater på kvelden. Ta med plast-slippers så du ikke blir stående barbeint på møkkete dusj- og badegulv. Vaskene i Nepal er ofte uten propp – en universaltype i plast kan være nyttig om klær må gjøres rene. Ikke ta med for mye bagasje; det meste kan skaffes i Nepal. Hold av plass og vekt til interessante og vakre ting du helt sikkert fristes til å kjøpe med hjem.

Til Nepal?: Vent ikke «vestlig» standard på hoteller, restauranter og transportmidler. Regn dessuten med at alt tar lenger tid enn du er vant til. Hvis du primært er ute etter komfort og effektivitet kan du kanskje finne det, men dette er ingen grunn til å legge turen akkurat til Nepal. Skal du først reise så langt, prøv heller å oppleve det som er landets egenart – på godt og vondt.

Norge – Nepalforeningen

Norge-Nepal Foreningen ble stiftet i 1984, og har per november 1996 i overkant av 150 medlemmer. Foreningens formål er å fremme forståelse og samarbeid mellom det norske og det nepalesiske folk ved:

- å arbeide for kulturutveksling mellom Norge og Nepal og utbre kjennskapet til Nepals kultur og tradisjoner blant nordmenn,
- å arbeide for økt norsk bistand til Nepal og bidra til koordinering av utviklingshjelp og forskningssamarbeid,
- å fungere som et forum for folk med interesse for Nepal.

Foreningen arrangerer 4-5 møter i året i Oslo. Her byr vi på foredrag, vanligvis akkompagnert av lysbilder, og vi lærer mer om landet som er vår fellesnevner. Temaene på møtene varierer fra Nepals kultur, historie, folkegrupper, økonomi, sosiale forhold og politikk, til utviklingsarbeid, klatreekspedisjoner, økologi osv. På møtene knyttes kontakter, gamle kjente treffes igjen og nye vennskap etableres mellom nordmenn og mellom nepalesere og nordmenn.

Foreningen har også sin egen medlemsavis, «Hamro Patrika» («Vår avis»), som utkommer 4-5 ganger i året. Avisen bringer nyheter fra Nepal, artikler om

land og folk, klipp fra andre publikasjoner og informasjon om foreningens arbeid.

Medlemskap i foreningen er åpent for alle og koster (1996) kr 100,- pr. år for enkeltmedlemmer, kr 150,- for familier og kr 300,- for organisasjoner. Ved å betale til postgiro nr. 0802 420 2438, vil du få tilsendt Hamro Patrika og innkalling til foreningens møter (som vanligvis også annonseres i U-landstavla). Alle er velkomne på møtene, der medlemmer går gratis og ikke-medlemmer betaler en symbolsk inngangspenge.

Kontakt gjerne oss i Norge-Nepal Foreningen hvis du har spørsmål, ønsker råd, vil lære om landet eller ønsker å treffe nepalesere og Nepal-interesserte. Per 1996 kan vi i foreningens styre nås via Postboks 155, 3001 Drammen. Nepals konsul i Norge videreformidler også kontakt til foreningen.

Mer om Nepal?

Informasjonskilder og litteraturhenvisninger

Det er skrevet mye om Nepal; fra enkle turistguidebøker til spesialiserte vitenskapelige avhandlinger. Det betyr imidlertid ikke at alle sider av Nepal er godt belyst. Litteraturen om folkegruppen sherpaene kan fylle hyllemetre, mens det finnes kun få artikler og noen upubliserte avhandlinger om tamangene som er over ti ganger så tallrike. Everest er fotografert fra alle bauger og kanter, i motsetning til de fjernere områdene i Vest-Nepal. Lite av all denne litteraturen er utgitt på norsk, men i enkelte bokhandeler her hjemme kan du komme over store vakre foto-bøker om Nepal og et relativt rikt utvalg av guidebøker på engelsk og tysk. Annen litteratur må du stort sett bestille fra utgiver eller låne på biblioteket – om du da ikke skal til Kathmandu, hvor du vil finne et overraskende stort antall bra bokhandeler.

I Oslo har to bokhandeler spesielt godt utvalg i kart, guidebøker og annen litteratur om Nepal: Nomaden (Uranienborgvn. 4, 0258 Oslo, tlf. 22 56 25 30) og Gimnes Bokhandel (Nedre Vollgt. 1, 0158 Oslo, tlf. 22 41 22 14).

Hos Trondsmo (Kr. Augusts gt. 19, 0164 Oslo, tlf. 22 20 25 09) finner du mye litteratur om utvikling og forhold i den tredje verden, samt en del om kvinners rolle og levekår. Bøker kan bestilles fra utlandet via flere norske bokhandeler.

De fleste norske universiteter og vitenskapelige høyskoler har aktiviteter i Nepal. Det er skrevet mange hovedoppgaver og noen doktorgradsarbeider om Nepal ved norske læreanstalter, både av nepalesiske og norske studenter. Sentrene for miljø og utvikling ved universiteter og høyskoler kan gi opplysninger om tidligere og pågående arbeid, samt litteraturhenvisninger. En del norske organisasjoner har informasjonsmateriale, ofte i tilknytning til prosjekter de driver i Nepal.

Det finnes få engelskspråklige tidsskrifter som dekker Nepal i noen grad, men ett bør nevnes: Himal South Asia er et seriøst og gjennomarbeidet Nepal-basert månedlig magasin for Sør-Asia, inkludert Nepal. Det omfatter en rekke reportasjer og artikler som tar for seg alle aspekter av samfunnet – dagsaktuell informasjon og diskusjoner, samt grundig bakgrunnstoff. Oversikt over magasinets innhold, utvalgte artikler, abonnementsinformasjon osv. er tilgjengelig på Internett: <http://www.south-asia.com/himal>

Himal utgis av Himal Inc.Pvt.Ltd. som har adresse; PO Box 7251, Kathmandu, tlf. (+977 1) 523845/522113, faks (+977 1) 521013, og e-mail adresse; himal@himpc.mos.com.np

For abonnement (US \$ 29,50 for ett år/12 nummer), kontakt Himal i Kathmandu eller: Geobuch, Rosental 6, D-80331 München, Tyskland.

Det er ikke bare via litteratur man kan lese seg til kunnskap om andre land. På Internett har Nepal (i 1996) egen hjemmeside med adresse:

<http://www.cen.uiuc.edu/rshresth/Nepal.html> (for kun tekstversjonen benyttes samme adresse, men med liten n i Nepal). På hjemmesiden kan du velge mellom allslags informasjon om landet. I nyhetsgruppen finner du daglige utgaver av den engelskspråklige avisen Kathmandu Post, ukentlige utgaver av avisen Independent og mye annet nyttig. «soc.culture.nepal» er en åpen internasjonal «postkasse» med alt fra artikler og personlige betraktninger, til diskusjoner og sammendrag av nyheter. Kathmandu Post finner du også direkte på: <http://www.nepal-info.com/news-ktmpost.html>

Det ligger mer informasjon om Nepal på Internett enn noen kan klare å fordøye. Søk på Nepal (søkmotor yahoo gir mange «treff») og du kan velge mellom alt fra reiseskildringer til opplysninger om politiske forhold og symfonisk rock-musikk.

Guidebøker for hele Nepal:

- Bezruchka, S. 1991:** Nepali for Trekkers – Language Tape & Phrase Book. Mountaineers, Seattle. (Engelsk-Nepali. Lommemparlør og innføring i enkel nepali tale)
- Burbank, J. 1994:** Culture Shock: Nepal. A Guide to Customs and Etiquette. Kuperard, London. (En artig, lærerik og godt skrevet bok om nepali skikk og bruk. Gripende og pikant om nepalesisk kultur og væremåte – og turistens oppfatning av nepaleseres atferd. Uunværlig i møtet med nepalesere og for den som vil se sin egen kultur i et nytt lys.)
- Choegyal, Fleming, Allen, Dixit og O'Connor, 1994:** Insight Guide to Nepal. Forlag: APA Publ. (Generell guide med utsøkte bilder. Fin å lese før og etter reisen.)
- Halberg, K. og Sørensen, L. 1996:** Turen går til Nepal. Politikens Forlag, København.
- Knowles, P. 1994:** Rafting Nepal: A Consumers' Guide. Rivers Publishing UK, Surbiton. (Guidebok for kajakk og rafting.)
- Meinhold, M. og Raj, P.A. 1984:** Nepal Phrasebook – a Language Survival Kit. Lonely Planet Publ., Victoria, Australia. (Engelsk-Nepali lommemparlør)
- Wheeler, T. og Everist, R. 1993:** Nepal – A Travel Survival Kit. Forlag: Lonely Planet Publ. (Boken å lese før man reiser – og ha med som bakgrunnstoff, oppslagsverk og veiviser i Nepal.)

Guidebøker for Kathmandu:

Giambone, J. 1994: Insight Pocket Guide to Kathmandu - Bikes and Hikes. APA Publ.
Insight Guide to Kathmandu. Forlag: APA Publ.

Guidebøker for trekking:

Armington, S. 1994: Trekking in the Nepal Himalaya. A Walking Guide. Forlag: Lonely Planet Publ.
(Meget nyttig og interessant.)
Bezručka, S. 1991: Trekking in Nepal – a Travellers Guide. Forlag: Cordee. (Meget nyttig og interessant.)
Bryn Thomas, 1996: Trekking in the Annapurna Region. Forlag: Trailblazer.
McGuinness, J. 1996: Trekking in the Everest Region. Forlag: Trailblazer.
O’Conner, B. 1989: The Trekking Peaks of Nepal. Crowood Press, Wiltshire.
O’Connor, B. 1990: Adventure Treks in Nepal. Crowood Press, Wiltshire. (Detaljert beskrivelse av elleve trekkingruter. Med kart, henvisninger, reiseruter, opplysninger om utstyr og vanskelighetsgrad og god skildring av natur, folk og landsbyer man passerer.)
Reynolds, K. 1993: Annapurna – a Trekker’s Guide. Forlag: Cicerone Press.

Områder og folkegrupper i Nepal:

Boene, V.S. 1995: The Last Forbidden Kingdom. Mustang: Land of Tibetan Buddhism. Forlag: Thames & Hudson.
Brower, B. 1991: Sherpa of Khumbu: People, Livestock and Landscape. Oxford University Press.
Chhetri, R.B. 1995: Adaption of Tibetan Refugees in Pokhara, Nepal: a Study on Persistence and Change. UMI, Ann Arbor, Mich. (Forfatterens doktorgrad ved University of Hawaii, 1990.)
Fisher, J.F. 1990: Sherpas. Reflections on Change in Himalayan Nepal. University of California Press, California. (Om endringer i Sherpa-samfunnet de siste tre år, turismens innvirkning og sherpaenes framtidsutsikter.)
Mathiessen, P. 1995: East of Lo Monthang – in the Land of Mustang. Forlag: Shambhala, Singapore.
Messerschmidt, D. 1976: The Gurungs of Nepal. Aris & Phillips Ltd., Warminster, England. (Om konflikter og forandringer i et Gurung landsbysamfunn.)
Nepali, G.S. 1965: The Newars. United Asia Publications, Bombay. (En etno-sosiologisk studie av Newar-samfunnet.)
Salkeld, A. 1991: People in High Places – Mustang, Everest, and other Approaches to Tibet. Forlag: Jonathan Cape, England.
Skar, H.O. (ed.) og Gurung, G.M.: Nepal: Tharu and Tarai Neighbours. Under trykking i 1996. Utgivelse tidlig 1997; Bibliotheca Himalayica, Kathmandu.
(Antropologisk studie av tharuene. Fortid og nåtid.)
Stevens, S.F. 1993: Climbing the High Ground: Sherpas, Subsistence, and Environmental Change in the Highest Himalaya. University of California Press. (Omfattende beskrivelse av sherpaer i fortid og nåtid.)
Valli, E. og Summers, D. 1988: Honey Hunters of Nepal. Harry N. Abrams Inc., New York. (Om gurung honningsamlere. Noe tekst. Mange unike bilder av høy kvalitet.)

Nepals folkegrupper:

Gautam, R. og Thapa-Magar, A.K. 1994: Tribal Ethnography of Nepal. Kathmandu eller New Delhi.
Gurung, G.M. 1994: Indigenous Peoples: Mobilization and Change. S.Gurung, Kathmandu. (Sosiologen Gurung beskriver ulike etniske gruppers tradisjoner i lys av sosial endring, mobilitet og utvikling. Han diskuterer etnisk identitet, politikk og relasjoner mellom de etniske gruppene.)

Folkegruppers bosettingsmønster og byggeskikk:

- Alstrup, I. og Avnby, F. 1974:** Bungmati, en Landsby i Nepal. Nationalmuseet, København. (Allsidig studie av en newar-landsby; om næringsliv, sosiale forhold og kulturelle tradisjoner som ligger til grunn for bebyggelsen. Skrevet av danske arkitekter.)
- Blair, K.D. 1983:** Four Villages: Architecture in Nepal. Craft & Folk Art Museum, Los Angeles. (Om landsbyarkitektur i fire ulike etniske områder; bebyggelse hos tharuer, gurunger, panchgaoner og newarer.)

Kunst, håndverk, religion, kultur og kulturhistorie:

- Anderson, M.M. 1971:** The Festivals of Nepal. Allen & Unwin, London.
- Fisher, R.E. 1993:** Buddhist Art and Architecture. Forlag: Thames & Hudson, England.
- Hutt, M. 1995:** Nepal: a Guide to the Art and Architecture of the Kathmandu Valley. Shambhala, Boston. (Oversikt over Nepals historie og en introduksjon til religionen og arkitekturen, før mer inngående beskrivelse av en rekke steder i Kathmandudalen. Mange fotografier.)
- Kuløy, H.K. 1988:** Tibetan Rugs. White Orchid Press, Bangkok.
- Lynton, L. 1995:** The Sari Styles – Patterns – History – Techniques. Forlag: Thames & Hudson, England.
- Roberts, P. 1989:** Kathmandu, City on the Edge of the World. Abbeville Press, New York. (Om Kathmandu som kulturell smeltedigel: kunst, religiøse steder og kulturelle tradisjoner i hovedstaden og området rundt.)
- Slusser, M.S. 1982:** Nepal Mandala. Princeton. (2-binds verk om Kathmandudalens kulturhistorie.)
- Wiesner, U. 1983:** Nepal, Königreich im Himalaya. Du Mont Kunst-Reiseführer. (En guidebok til Nepals kunstsatter.)

Annen litteratur om land og folk:

- Allen, M. (ed.) 1994:** Anthropology of Nepal: Peoples, Problems and Processes. Mandala Book Point, Kathmandu. (Boken inneholder 34 bidrag med svært ulike temaer, bl.a. ressursforvaltning, kvinners makt og motstand mot undertrykking, kollektiv identitet, urbane problemer, statlig kontroll med lokale ressurser, musikk-genre og familiestruktur.)
- Donner, W. 1994:** Lebensraum Nepal: Eine Entwicklungsgeographie. Das Institut, Hamburg. (Hovedverk om Nepal med plansjer og mange kart)
- Hoftun, M. 1990:** Nepal. Et Land i Omveltning. Cappelen Forlag. (Informativ bok om land og folk. Her serveres Nepals historie, natur, folkegrupper, kultur, språk, levekår, politikk, turisme og utviklingshjelp - historisk og nåtidig. Norsk.)
- Hutt, M. 1994:** Nepal in the Nineties: Versions of the Past, Visions of the Future. Oxford University Press, Delhi.
- Sill, M. og Kirby, J. 1991:** The Atlas of Nepal in the Modern World. Earthscan Publications Ltd., London. (Ressursgeografisk. Solid beskrivelse av menneske – natur – økonomi i Nepal. Med fokus på ressursgrunnlaget og miljøproblemer, omhandles turisme, etnisitet, befolkningsvekst, bosetting og migrasjon, industri, vannressurser, energi, arealbruk, matproduksjon og forvaltning av land. Mange visuelt gode kart, figurer og illustrasjoner.)

Eldre historie:

- Sever, A. 1993:** Nepal under the Ranas. Oxford & IBH Publishing Co.PVT.LTD, New Delhi.
- Vaidya, T.R. 1994:** Advanced History of Nepal (1737-1839). Anmol Publications PVT, New Delhi.

Politisk styresett og utenrikspolitikk:

- Brown, L. 1996:** *The Challenge to Democracy in Nepal: A Political History.* Routledge, London and New York. (Beskriver de politiske forholdene fra slutten av Rana-tiden til 1990. Analyserer bakgrunnen for revolusjonen i 1990. Diskuterer demokratiet i Nepal, med vekt på manglende institusjonsbygging og Indias rolle.)
- Hoftun, M. & Raeper, W. 1992:** *Spring Awakening. An Account of the 1990 Revolution in Nepal.* Viking Penguin Books India, New Delhi.
- Martinussen, J. 1995:** *Democracy, Competition and Choice: Emerging Local Self-Government in Nepal.* Sage, New Delhi.
- Shana, R. 1995:** *New Directions in India-Nepal Relations.* Nirala Publications, New Delhi. (Om endringer i forholdet mellom Nepal og India etter innføring av demokratiet i Nepal. Diskuterer også den nye situasjonen i Nepal – at myndighetene må stå til rette for sine beslutninger.)

Politisk økonomi og utvikling:

- Bista, D.B. 1991:** *Fatalism and Development. Nepals Struggle for Modernization.* Orient Longman Ltd., Calcutta. (Om Nepals utviklingsmuligheter i lys av etniske gruppers sosiale kvaliteter og påvirkning fra andre kulturer.)
- Haaland, A. 1982:** *Bhaktapur – A Town Changing.* Bhaktapur development project, Kathmandu. (Instruktivt om kommunikasjonsgapet mellom ekspertene og klientene i et u-hjelpsprosjekt.)
- Seddon, D. 1987/88:** *Nepal – A State of Poverty.* Oxford. (Omhandler sosiologiske, økonomiske og politiske forhold – og sammenhengen mellom dem.)

Natur, miljø og utvikling:

- Ghimire, K. 1992:** *Forest or Farm? The Politics of Poverty and Land Hunger in Nepal.* Oxford University Press. (Meget godt om arealbruk, avskogingsproblematikken og prosessene bak.)
- Gill, G.J. 1995:** *Agriculture and the Environment in the Mid Hills of Nepal: a Case of Mistaken Identity.* Winrock International, Kathmandu.
- Mishra, H.R. & Jefferies, M. 1991:** *Royal Chitwan National Park Wildlife Heritage of Nepal.* Mountaineers, Seattle.
- Negi, S.S. 1994:** *Forests and Forestry in Nepal.* Ashish Publishing House, New Delhi. (Diskuterer Nepals skogtyper, utnytting, forvaltning og degradering.)
- Thompson & Warbourton (ca. 1987):** *Uncertainty on a Himalayan scale.* (Solid bok om økologisk degradering og prosessene som fører til det.)
- Watanabe, T. 1994:** *Human Impact and Landscape Changes in the Nepal High Himalaya.* UMI, Ann Arbor, Mich. (Forfatterens doktorgrad fra University of California, 1992.)

Spesielt om kvinner:

- Bennett, L. 1983:** *Dangerous Wives and Sacred Sisters. Social and Symbolic Roles of High Caste Women in Nepal.* Colombia University Press, New York.
- Human Rights Watch, 1995:** *Rape for Profit: Trafficking of Nepali Girls and Women to India's Brothels.* Human Rights Watch/Asia.

Kart:

I noen norske bokhandeler får du kjøpt en rekke kart over Nepal – og i Kathmandu er utvalget riktig bra. Nelles Maps: Nepal er visuelt godt med to oversiktskart over landet (1:1 500 000 og 1:500 000), men skal du reise rundt på egen hånd anbefales mer detaljerte kart over de enkelte områdene i tillegg. Slike fås fra 1:50 000 til 1:250 000. Et skikkelig kart over Kathmandu by (1:10 000) og Kathmandudalen (1:50 000) kommer godt med, selv om «kartene» i f.eks. Nepal – Travel survival kit hjelper deg et stykke på vei.

Norge-Nepal Foreningen takker:

- Sogn videregående skole som var ansvarlig for grafisk produksjon. Skolen har vist Foreningen stor imøtekommenhet og tålmodighet. Brosjyren er realisert i stor grad på grunn av deres imøtekommenhet og arbeidsinnsats.
- Norad, hvis finansielle støtte gjorde det mulig å gjennomføre prosjektet.
- Nomaden for titler til litteraturlisten.
- Dag Norling for utlån av bilder og for det tidkrevende og møysommelige arbeidet med å tegne landskapsrelieff og kart.
- Olav Myrholt for verdifulle kommentarer og utlån av bilder.
- Hilde Sundt-Hansen for utlån av bilder og nyttige innspill til utforming av brosjyren.
- Stein Bie for gjennomlesing av manus og forslag til rettelser og tilføyelser.
- Vibeke Eikås for utlån av bilder.

Øverst:

Hirse-terrasser mellom landsbyene Khare og Chandrakot, 1500 m.o.h. nordvest for Pokhara.

Foto: Kirsten I. Greiner

Nederst:

Rensing av ris i landsbyen Tamagi, nordvest for Pokhara.

Foto: Vibeke Eikås/Utviklingsfondet

Baksiden:

Ang Dahlie Sherpa nær Gorak Shep (5200 m.o.h.); på vei østover Khumbu-breen mot Mt. Everest Base Camp i Khumbu Himal.

Foto: Marit Kleppa

