

# Die Länder des Himalaya verstehen

## Ladakh

Das Ladakh-Tal liegt im nördlichsten Zipfel Indiens auf einer Höhe von 3'000 Metern und wird von über 7'000 Meter hohen Karakorum-, Zaskar- und Transhimalaya-Gipfeln überragt. Es umfasst eine Fläche von 113'390 km<sup>2</sup> und wird wegen seiner Topographie und Bevölkerung auch klein Tibet genannt. Seine rund 250'000 Bewohner sind vorwiegend Bauern. Sie sprechen einen tibetischen Dialekt, denn der tibetische Buddhismus ist die Religion Ladakhs. Jedes Dorf besitzt ein buddhistisches Kloster (Gompa), welches einen grossen Einfluss auf das alltägliche Leben der Ladakhi ausübt. In den Dörfern und in der Hauptstadt Leh sind die Häuser im traditionellen tibetischen Stil gebaut.

Ladakh war lange Zeit ein unabhängiges buddhistisches Königreich. Um sich im 17. Jh. gegen Angriffe der Armee des fünften Dalai Lamas aus Zentraltibet zu wehren, ging es mit Kaschmir ein Bündnis ein. Es folgte eine Annektion durch Kaschmir, welches wiederum vom Britischen Kolonialreich einverleibt wurde. Als 1947 der indische Subkontinent in ein hinduistisches Indien und muslimisches Pakistan geteilt wurde, stand Kaschmir zwischen den Fronten und wurde zum Zankapfel dieser Nationen. Heute untersteht die nördliche Hälfte Kaschmirs Pakistan, der Süden mit Ladakh ist Teil des

indischen Bundesstaates Jammu und Kaschmir; und China kontrolliert die Hochlandregion Aksai Chin im Nordosten. Pakistan erhebt aber nach wie vor Anspruch auf den indischen Teil Kaschmirs einschliesslich Ladakh.

Die Gesellschaft Ladakhs setzt sich aus Bauern und Nomaden zusammen. Die Täler des Flusses Shyok und dessen Nebenfluss Nubra sind sehr fruchtbar und erlauben eine vielseitige Landwirtschaft: Hafer, Gerste, Erbsen, Bohnen, Hirse, Raps und Rüben werden angebaut. In tieferen Lagen bauen die Ladakhi ebenfalls Aprikosen, Nüsse und Brombeeren an. Gepflügt wird mit Hilfe von Dzos, einer Mischrasse aus Yaks und Kühen. Der Eigentumbesitz ist ein wichtiger Bestandteil der Gesellschaft Ladakhs, denn bewirtschaftetes Land ist rar und kostbar. Die meisten Ladakhis besitzen eigenes Land, das sie selbst bewirtschaften und weitervererben. Nur die Klöster sind Grossgrundbesitzer. Sie verpachten das Land an Bauern, die als Pachtzins 20-25% des Ertrags an das Kloster abliefern müssen.

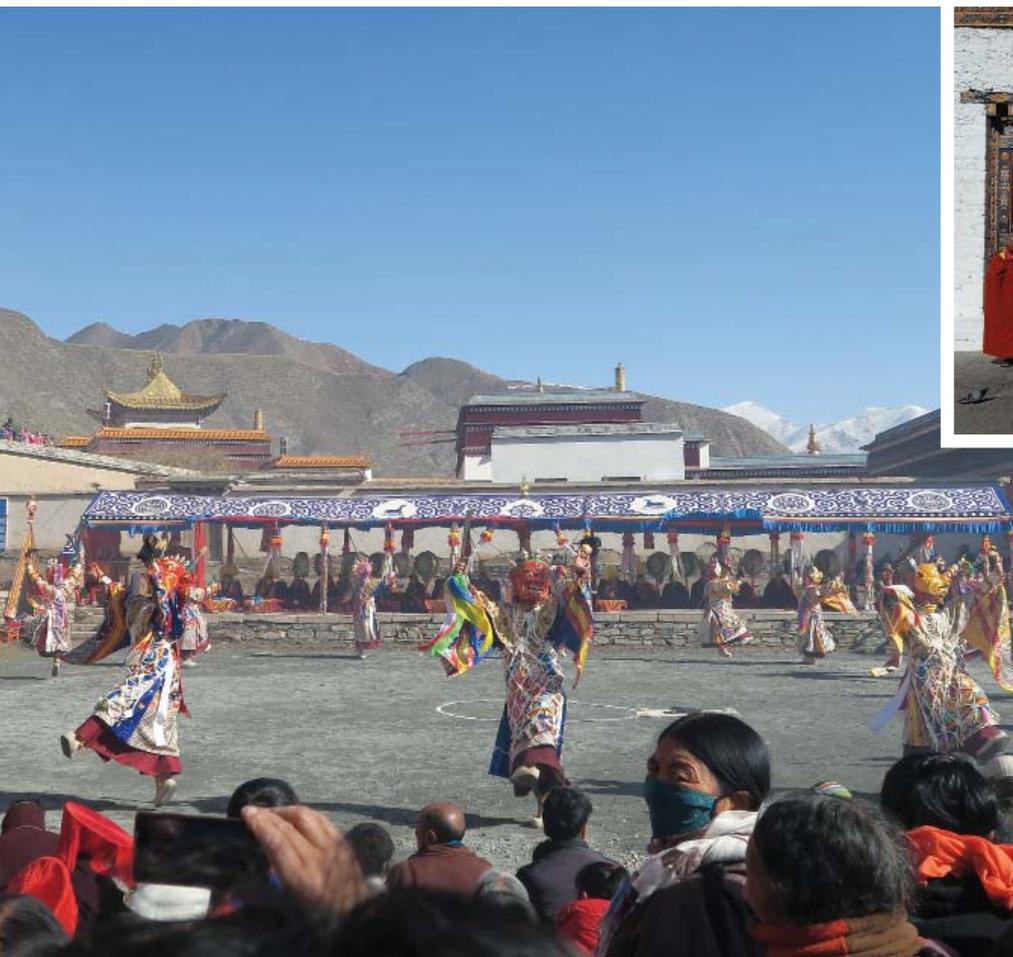
## spiti & kinnaur

Das Spiti Tal bildet zusammen mit dem Gebiet Lahaul einen Distrikt innerhalb des Bundesstaates Himachal Pradesh. Lahaul-Spiti erstreckt sich auf einer Fläche von

12'000 km<sup>2</sup> und beherbergt rund 35'000 Einwohner. Im Osten grenzt diese Region an Tibet, im Süden an die Distrikte Kinnaur und Kulu und im Westen an Chamba. Imposante Bergketten mit 6000 bis 7000 Meter hohen Schneegipfeln bilden im Süden und Norden die natürlichen Grenzen dieser Region. Die meisten Dörfer liegen in der Talsohle entlang des Spiti, einige thronen wie Festungen auf den steilen Berghängen oder verstecken sich in den kleinen Tälern der Nebenflüsse. Wegen seiner hohen Lage und besonderen morphologischen Eigenarten hat Spiti ein einzigartiges Klima: Geschützt von den Monsunregen erhält die Region eine jährliche Niederschlagsmenge von durchschnittlich nur 177 mm. In dieser abgelegenen Wüste aus Fels und Bergen haben Menschen das Land mit Terrassenfeldern bebaubar gemacht, ihre Kultur entwickelt und imposante Klöster errichtet. Die Bevölkerung von Spiti ist tibetischen Ursprungs; so hat sich auch dessen lamaistisch-buddhistische Glaube mit lokalen Schamanistischen Bräuchen vermischt.

## *In dieser abgelegenen Wüste aus Fels und Bergen haben Menschen das Land mit Terrassenfeldern bebaubar gemacht.*

Kinnaur ist ein weiterer Distrikt im Bundesstaat Himachal Pradesh. Auf einer Fläche von 6'400 km<sup>2</sup> mit 75'000 Einwohnern liegt dieses Gebiet inmitten hoher Bergketten: die Massive des Zaskar, Himalaya und Dhaulandhar umringen die fruchtbaren Täler des Sutlej, Spiti und Baspas. Der Monsunregen ergiesst sich über die südlichen Täler von Kinnaur und bewässert seine Hänge, auf denen Orchideen und Rhododendren erblühen, Terrassenfelder kultiviert und bunte Dörfer errichtet wurden. Wie Spiti wurde Kinnaur vom modernen Tourismus erst im Jahre 1989 entdeckt. Doch schaut die Region auf eine reiche Geschichte zurück, denn die alte Karawanenstrasse der Hindustan-Tibet Road und der Pilgerweg zum heiligen Berg Kailash führt durch die Täler des Sutlej und über den Shipki La Pass nach Tibet. Verschiedene ethnische Minderheiten bewohnen diese Region. Im Süden von Kinnaur pflegen die meisten Bewohner den hinduistischen Glauben während im Norden der tibetische Lamaismus überwiegt. Viele praktizieren jedoch beide Religionen.



## sikkim

Das einstige Königreich Sikkim liegt im östlichen Himalaya-Bogen. 1975 wurde es von Indien annektiert und bildet mit 640'000 Einwohnern eines seiner kleinsten Bundesstaaten. Eine imposante Bergkulisse überragt die grünen Täler Sikkims: Kanchenjunga im Westen, Tibet im Norden und die Chola Gebirgskette im Osten. In diesem Amphitheater von weissen Riesen erstreckt sich der "Balkon des Himalaya" innerhalb kurzer Distanz von 200 m.ü.M. bis zu seinen höchsten Gipfeln auf über 8'000 m.ü.M.. Der Monsun bringt während den Sommermonaten viel Feuchtigkeit und Regenfälle. In den tief gelegenen, tropischen Tälern wird Reis angebaut, während in den Regionen zwischen 1200 und 2200 Metern

ein gemässigeres Klima herrscht. Hier werden auf Terrassen Mais, Gerste, Hafer und Kardamom, in höheren Lagen Weizen und Kartoffeln angebaut. Auf 3000 bis 3600 Metern dominieren Nadelwälder das Landschaftsbild und gehen allmählich in Bergweiden über. Bis 5000 Meter weidet das Vieh auf einer Landschaft von Wäldern und Weiden. Darüber liegt ewiger Schnee und Eis.

Die ersten Bewohner Sikkims waren die Lepcha, meist Bauern oder Priester, welche eine tibeto-birmanische Sprache sprechen und einen animistisch gefärbten Buddhismus praktizieren. Einwanderer aus Tibet und Nepal verdrängten viele Ureinwohner, so dass die Urbevölkerung heute eine Minderheit darstellt. Die Geschichte von Sikkim führt ins 13. Jahrhundert zurück, als ein lamaistischer Prinz aus Tibet kam und von den Lepcha als Herrscher akzeptiert wurde. Er erhielt den Titel "Chogyal" (Priester-König), die alle Herrscher bis zur Abschaffung der Monarchie im April 1975 erhielten. Trotz reichen Ressourcen an Mineralien (Eisenerz, Kupfer, Blei, Zink etc.) ist die Wirtschaft Sikkims relativ stark von der Aussenwelt isoliert. Als strategisch wichtige Position auf der Transhimalaya-Route hat das kleine Königreich schon früh das Interesse von Weltreichen auf sich gezogen. Während der Kolonialzeit interessierten sich die Briten für Sikkim, errichteten ein Protektorat und eroberten die südlich gelegenen Hügel von Darjeeling. Sie errichteten hier Höhenkurorte und machten den hiesigen Tee weltberühmt.

## Bhutan

Versteckt im Himalaya-Massiv zwischen Indien und Tibet, dünn besiedelt und mit 47'000 km<sup>2</sup> ähnlich gross wie die Schweiz, strahlt Bhutan einen magischen Reiz aus. Die grünen Täler im Schatten der Schneeriesen sind von nur einer Million Menschen bewohnt, wovon 60% tibetischer und 35% nepalesischer Herkunft sind. Von den höchsten Himalaya-Gipfeln an der tibetischen Grenze im Norden fällt das Gelände steil ab. Während in höheren Lagen alpine Steppen, Rhododendren, Nadelwälder und Sommerweideland dominieren, breiten sich im Süden tropische Wälder



und Felder mit Reis, Weizen, Gerste und Mais aus. Die meisten Bewohner leben von der Landwirtschaft. Ihre Dörfer sind klein und oft abgelegenen. Meist bildeten sie sich um ein Kloster (Lhakhang) oder um eine Klosterfestung (Dzong). Die buddhistisch-tibetisch-stämmige Volksgruppe "Bhotia" dominiert die höher gelegenen Täler. Ihre zahlreichen Klöster beherbergen über als 4'000 Lamas und sind reich an Ländereien. Neben der klerikalen dominierte eine weltliche Hierarchie von Freiherren das Land. Von ihnen waren Bauern lange Zeit abhängig.

*Dörfer sind klein und bildeten sich um ein Kloster oder um eine Klosterfestung.*

Die Ursprünge Bhutans sind wenig erforscht. Funde weisen darauf hin, dass im Laufe des ersten Jahrtausends Indo-Mongolischen Volksgruppen die Region besiedelten und sich in kleinen Fürstentümern organisierten. Im 9. und 10. Jh. migrierten viele Tibeter nach Bhutan, um den Unruhen und religiösen Verfolgungen auf dem Hochplateau zu entfliehen. Mit ihnen kam die buddhistische Missionierung des Landes und verschiedene Glaubensrichtungen wurden eingeführt. Im 17. Jh. entstand unter dem charismatischen Führer der Drukpa-Sekte Ngawang Namgyal erstmals ein einheitlicher Staat. Mitte des 18. Jh. marschierten die Briten in Bhutan ein, doch gelang es dem Land einen Freundschaftsvertrag auszuhandeln und seine Souveränität zu bewahren. Ende des 19. Jh. übernahm der Fürst Ugyen Wangchuk die Macht und begründete das Königreich, das derzeit durch den 5. Regenten, Jigme Khesar Nam-

gyal Wangchuk, geleitet wird. Er verfolgt das Ziel, sein Land ins 21. Jh zu führen, die Wirtschaft zu entwickeln, die Infrastruktur und das Erziehungswesen zu verbessern. Dies ohne die traditionellen buddhistischen Werte zu vernachlässigen.

Die Künste in Bhutan sind ausschliesslich buddhistischer Inspiration. Klöster, Klosterfestungen und Chörten prägen die Architektur; Skulpturen aus Stein, Lehm oder Metall stellen vorwiegend Gottheiten dar und die Wände der riesigen Gebetssäle sind mit Malereien übersät. Auch die Poesie, Musik, Tänze, Thangkas oder Masken sind Ausdruck von der lebendigen bhutanischen Kultur.

## Unterwegs in den Himalaya-Ländern...

Im Zentrum aller Himalaya-Reisen finden Sie die buddhistische Kultur und wunderschöne Landschaften mit den höchsten Bergen der Welt. Gebirgspässe führen teilweise über 5000m ü.M. Die Höhe kann im Himalaya ein gesundheitliches Risiko darstellen. Deshalb empfehlen wir Ihnen, Ihre Gesundheit medizinisch überprüfen zu lassen. Denn eine gute physische Kondition ist wichtig. Neben Natur und Kultur bietet der Himalaya aktiven Entdeckern viele Trekking-, Wander- und Begegnungsmöglichkeiten. Die Infrastruktur ist der Höhe entsprechend sehr einfach; regelmässig verhindern Erdbeben ein Durchkommen, Unterkünfte sind spärlich und Flüge können nur bei guter Sicht durchgeführt werden. Wer diese Mühen nicht scheut, trifft eine ursprüngliche, gastfreundliche und einzigartige Welt jenseits der üblichen Touristenpfade.