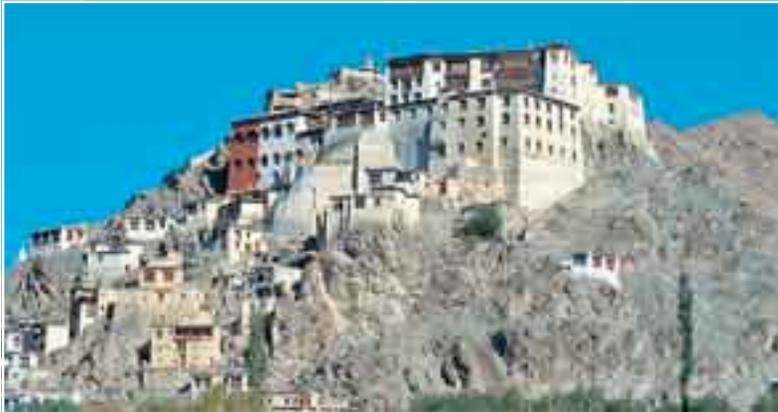


Im Tempel von Thiksey dürfen die Besucher beim Morgengebet der Mönche dabei sein.



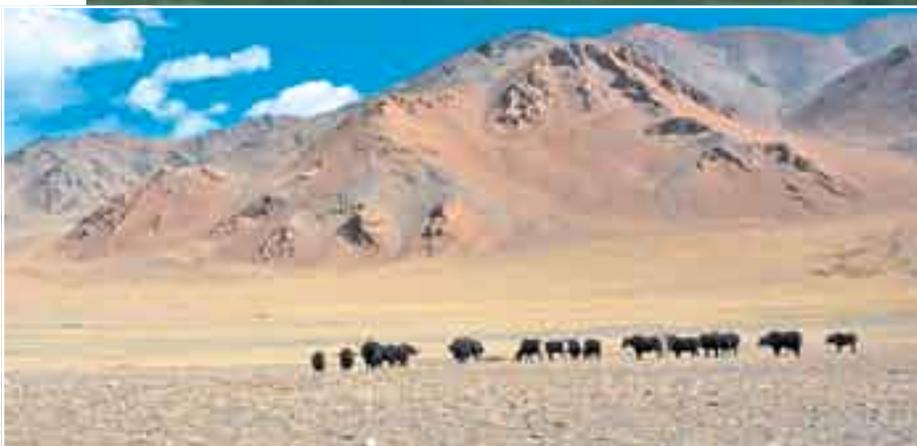
Auf einen Hügel gebaut: Im über 800 Jahre alten Tempel von Thiksey leben heute 115 Mönche.



Mit einer Landwirtschaft wie vor Hunderten von Jahren ist das Leben für die meisten Bewohner von Ladakh immer noch sehr beschwerlich.



Der Buddhismus ist in Ladakh die dominante Religion. In vielen Tempeln befinden sich riesige Buddha-Figuren aus Ton.



Die Landschaft in dieser hoch gelegenen Region rund um Leh ist karg und trocken. Doch für das Vieh der Bauern, die Yaks, ist es ein ideales Klima.

MARJORIE SPART

Die Touristen auf dem frühmorgentlichen Flug von Delhi nach Leh kleben förmlich an den Flugzeugfenstern, um sich keine Sekunde des atemberaubenden Anblicks entgehen zu lassen: auf den verschneiten Gipfeln des Himalaja-Gebirges die ersten Sonnenstrahlen, und dann, vor der Landung, Ladakhs Hauptstadt Leh wie eine grüne Insel, umgeben von kahlem Gebirge. Die nur 13 000 Einwohner zählende Hauptstadt in einem der bevölkerungsärmsten Distrikte Indiens hat sich um die zahlreichen Nebenflüsse des Indus entwickelt. Die Häuser der Stadt sind niedrig, die Strassen eng. Es herrscht grundsätzlich Linksverkehr – wenn die Autos nicht gerade im Zickzack fahren, um den wild umherstreu-

nenden Kühen und Hunden auszuweichen, denen der buddhistische Glaube fast schon den Status der Unantastbarkeit verleiht. Auf den Anhöhen erhebt sich der imposante königliche Palast oder das, was von ihm übrig ist. Er erinnert daran, dass Leh jahrhundertlang die Hauptstadt eines Königreichs war, welches das westliche Tibet umfasste. Unterhalb liegt das Kloster Somar Gom-

Fortsetzung auf Seite 79.

FOTOS: THOMAS ZWAHLEN, MARJORIE SPART

Nach Ladakh auf den Spuren des Dalai-Lama

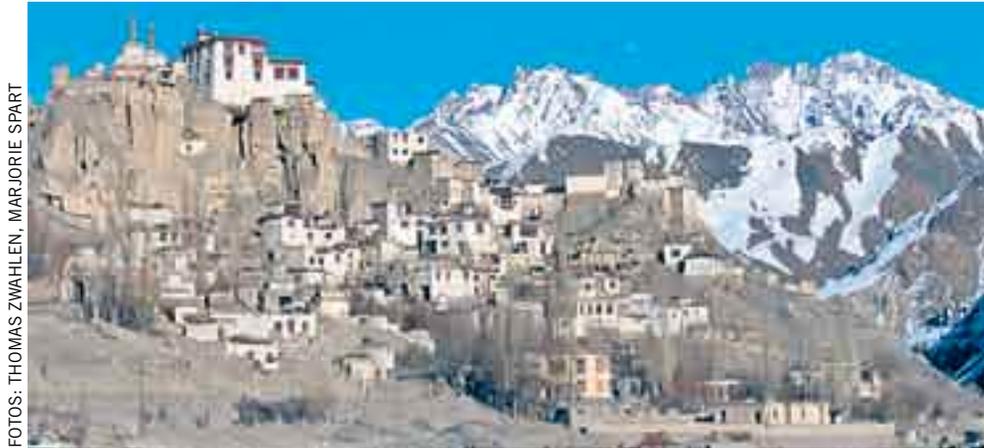
Bekannt für seine Schönheit und die tibetisch-buddhistische Kultur, wird Ladakh auch als Klein-Tibet bezeichnet. Einst ein unabhängiges Königreich, ist es heute ein Teil Indiens.



Lächeln für Ladakh: In diesem Gebiet leben nur 100 000 Menschen.



Junge Mönche beim Kloster von Lamayuru. Sie werden ihre Ausbildung im Süden von Indien beenden.



FOTOS: THOMAS ZWAHLEN, MARJORIE SPART

Das Kloster von Lamayuru befindet sich 4500 Meter über Meer und dominiert das neue Dorf. Die alten Häuser wurden noch in den Berg hinein gebaut.

Fortsetzung von Seite 76.

pa, jene Stätte, in der man in den tibetanischen Buddhismus eintauchen kann, der den eigentlichen Reichtum dieser Region ausmacht.

Ein wichtiger Hinweis für Reisende: Auf dieser Höhe – 3500 Meter – sind Sonnenbrille und Sonnencreme ein unbedingtes Muss. Ausserdem sollte für die Gewöhnung an das sauerstoffarme Klima ein

ganzer Ruhetag einkalkuliert werden, bei dem jegliche Anstrengung vermieden wird.

Beim Besuch des Thiksey-Klosters lohnt es sich jedoch, sehr früh aufzustehen. Dieses 17 Kilometer von Leh entfernte Heiligtum ist eines von wenigen, in denen die Besucher dem Gebet beiwohnen dürfen. «Ein Augenblick intensiver Spiritua-

lität, der mir sehr nahe gegangen ist», erzählt ein beeindruckter französischer Tourist beim Verlassen des Morgengebets. Dieses Kloster wurde auf dem Gipfel eines kleinen Hügels errichtet und verfügt über eine imposante Architektur. Wie auch bei anderen Klöstern Ladakhs ist der Tempel mit zahlreichen Fresken, die das Leben Buddhas erzählen, dekoriert und mit mehre-

ren Gebetsräumen und einem riesigen Tonbuddha ausgestattet.

In dieser Region befinden sich mehr als dreissig Klöster, die häufig an Orten gelegen sind, an denen man am allerwenigsten damit rechnen würde. Sie sind Stätten des Gebets und der religiösen Ausbildung und beherbergen zwischen 30 und 200 Mönche. Der Grossteil dieser Mönche rekrutiert sich aus gerade einmal Sechsjährigen, die am Anfang ihrer Klostersausbildung stehen.

Fährt man tiefer in das Tal hinein, gelangt man zum Tempel von Lamayuru, der gar auf einer Höhe von 4500 Metern thront.

Der tibetische Buddhismus wird in Ladakh seit dem 10. Jahrhundert praktiziert. Derzeit gehören 70 Prozent der örtlichen Bevölkerung dieser Glaubensrichtung an. Zahlreiche Tibeter, die auf der Flucht vor der chinesischen Besatzung ihr Land verlassen mussten, haben sich in dieser Region niedergelassen. Es wurden rund zehn Camps errichtet, und Nichtregierungsorganisationen bemühen sich um die Rettung der tibetischen Sprache und Kultur.

Dazu zählt natürlich der Buddhismus mit seiner Philosophie, das Leben zu respektieren und Toleranz wie geistige Offenheit zu pflegen. Dorjey, ein lokaler Reiseführer, ist immer wieder von Neuem erstaunt, auf wie viel Interesse seine Kultur bei den Ausländern stösst, und sagt: «Es macht mir auch besondere Freude, andere daran teilhaben zu lassen.»

Leserreise-Programm: Seite 81.

LAGE UND KLIMA

Das Himalaja-Land zwischen China und Pakistan

Ladakh liegt im äussersten Norden Indiens, im Himalaja, und ist der grösste Distrikt des indischen Bundesstaates Jammu und Kaschmir. Er verfügt über gemeinsame Grenzen mit China (früher Tibet) und Pakistan. Seine Höhe schwankt zwischen 3500 Metern in den Tälern und 6000 Metern auf den Berggipfeln. Die Bevölkerung (100 000 Einwohner) siedelt

hauptsächlich im Industal. Die Region ist niederschlagsarm. Daher ist das Klima trocken und die Berge verfügen über einen wüstenartigen Charakter. Es wird wegen der angenehm warmen Temperaturen empfohlen, Ladakh zwischen Mai und September zu bereisen. Die Temperaturen liegen zwischen 30° C am Tag und 10° C in der Nacht.