

DIES &amp; DAS • Einblicke ins Königreich Sikkim

# Helen Kämpf kämpft in Sikkim

**Sikkim ist ein vergessenes Königreich und Helen Kämpf aus Auenstein die einzige dort lebende Europäerin. Jetzt lüftet sie ein paar Geheimnisse dieses Paradieses im Himalaja.**

Derzeit fegt der Monsunregen über das Orchideenland Sikkim im Himalaja und lässt die Landschaft in saftigem Grün erleuchten. Helen Kämpf (26) lebt dort seit 1999 als Frau eines Sikkimesen – und als einzige Europäerin. Derzeit weilt sie in der Schweiz und berichtet in Dia- und Videovorträgen über Land, Leute, Kultur und Reisemöglichkeiten in diesem für Westler unbekanntem Land.

Sikkim gilt als die Perle des östlichen Himalajas. Das ursprünglich eigenständige buddhistische Königreich wurde 1975 durch Indien annektiert und ist seither dessen 22. Bundesstaat. Die Befugnis des Königs Wangchuk Namgyal beschränkt sich auf religiöse Angelegenheiten und Rituale.

Lange galt Sikkim als einer der unerreichbarsten Orte der Welt. Das Land ist einzig durch eine Hauptstrasse mit dem Flachland Indiens verbunden. Es bietet eine Klimavielfalt von der subtropischen Hitze der Täler bis zu den alpinen Zonen der Bergwelt. Über 600 Orchideenarten wachsen in den Wäldern. Auch für Vogel- und Schmetterling-Freunde ist Sikkim ein Paradies. Doch auch heute noch benötigt man für die Einreise eine spezielle Genehmigung.

Sikkim ist ein mystisches Land, dessen Geschichte von sagenhaften Legenden durchzogen ist und wo Gurus meditieren. Helen

Kämpf gefällt vor allem die Freundlichkeit, Einfachheit und Unbeschwertheit der Menschen. Begeistert ist sie von der Landschaft: «Es ist wie im Paradies.» Daneben interessiert sie sich für den Buddhismus, Schamanismus und die tibetanische Naturheilkunde – alles Dinge, die in Sikkim gelebt werden.

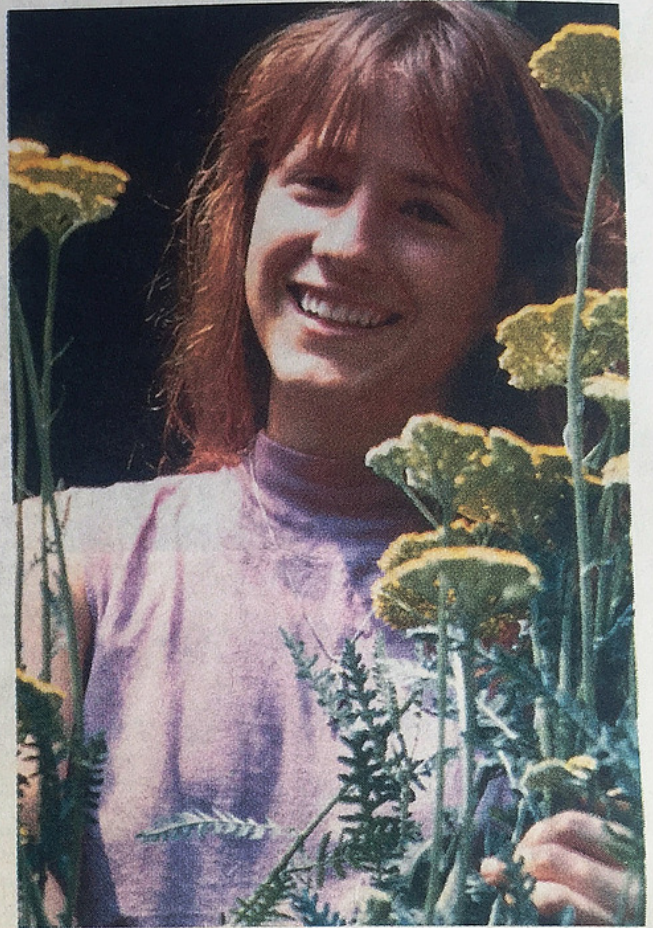
In der Hauptstadt Gangtok hat dagegen der Materialismus Einzug gehalten. Dennoch hat Helen Kämpf den Eindruck, es werde lieber Tee getrunken, geschwätzt und getratscht als gearbeitet – vor allem in den Regierungsbüros. Sonderbar findet sie zudem die Gleichgültigkeit der Menschen gegenüber Korruption und den fehlenden Sinn für Sauberkeit vieler Einwohner. So gleichen die meisten Bäche der Hauptstadt einer Abfalldeponie.

Derzeit verwirklicht Helen Kämpf mit ihrem Ehemann eine Vision: Ein Ferien- und Kurszentrum samt biologischer Farm. Das in typisch sikkimesischer Klosterarchitektur geplante Feriencenter soll ein Ort des Lernens, des Heilens und des Innehaltens werden. Dazu gehört ein eigenes Reiseunternehmen für Trekkings und Kulturreisen im Land.

Die Vorträge über Sikkim führt Helen Kämpf zusammen mit dem schweizerischen Kinder-

hilfswerk «Children of Sikkim Foundation» durch. Diese Non-Profit-Organisation unterstützt bedürftige und mittellose Kinder in Sikkim in der Ausbildung und setzt sich für die Bewahrung der gefährdeten sikkimesischen Kultur, Tradition und Religion ein.

René Moor



Helen Kämpf lebt als einzige Europäerin in Sikkim.

**AARAU Hotel Aarauerhof** Sa, 24. Juni,  
14 Uhr und 15.30 Uhr. [www.sikkim.ch](http://www.sikkim.ch)

**SUHR Hotel Bären** So, 25. Juni,  
14 Uhr und 15.30 Uhr. [www.sikkim.ch](http://www.sikkim.ch)