



Eine Perle im Indischen Ozean



Seit der Bürgerkrieg 2009 zu Ende gegangen ist, boomt der Tourismus in Sri Lanka. Kein Wunder – die Insel hat viel zu bieten: grossartige Natur, weisse Sandstrände, buddhistische Kulturstätten, eine liebenswürdige Bevölkerung und hervorragende ayurvedische Kuren.

■ Text: Sandra Memmo

Es war heiss, laut und chaotisch, als ich vor 17 Jahren erstmals in Colombo eintraf. Alle nur erdenklichen Verkehrsmittel waren unterwegs: Autos, Busse, Lastwagen, Fahrräder, Mopeds, Tuc Tuc und vor allem Ochsenkarren. Wir fuhren mit dem Reisebus mitten durch die Stadt, und ich wunderte mich, dass wir in dem Getümmel keinen Radfahrer oder Fussgänger mitnahmen. Alles wirkte sehr einfach und oft sprang uns die Armut geradezu an. Überall standen Holzbaracken, umgeben von Müll und quirligen Menschenmengen.

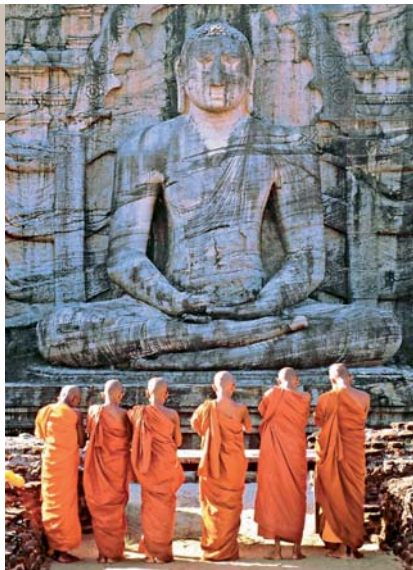
Wie heute dank dem Ende des Bürgerkrieges, boomte 1994 der Tourismus, und etliche Gruppen aus aller Herren Ländern waren unterwegs. Unsere Tour führte uns nach **Anuradhapura**, 210 km von Colombo entfernt in der nördlichen Zentralprovinz. Die Fahrt über die holprigen Strassen des damals noch nicht ausgebauten Strassennetzes dauerte ewig. Doch die Landschaft war bezaubernd, die Menschen strahlend und freundlich. Nichts wirkte aufgesetzt. Wo wir auch hinkamen, schienen die Menschen mit dem Wenigen, das sie hatten, zufrieden. Sie ruhten in sich und strahlten Liebenswürdigkeit aus.

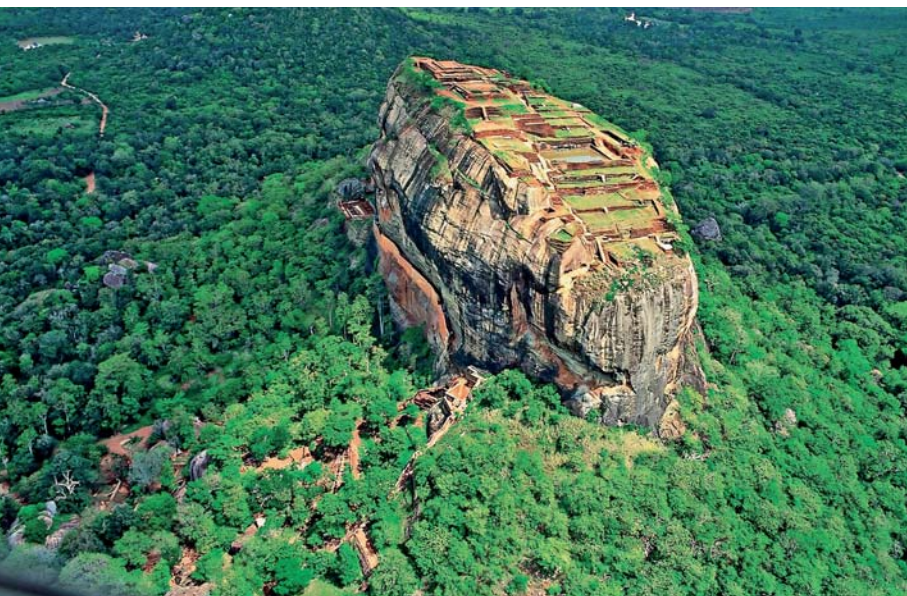
Die Wiege des Buddhismus

Anuradhapura ist die Wiege des Buddhismus in Sri Lanka. Im 3. Jahrhundert v. Chr. brachte der Mönch Arihath Mahinda den Buddhismus nach Sri Lanka. Seitdem hat er hier Fuss gefasst und sich zur Hauptreligion entwickelt. Der Bo-Baum, unter dem Buddha erleuchtet wurde, ist als Symbol in jedem Tempel zu finden und wird bei jedem Tempelbesuch besonders gewürdigt.

Am gleichen Tag lernten wir die einheimische Küche kennen: Reis und Curry. Damals kannte ich Curry nur als Gewürz und wusste nicht, dass es sich um Gemüsearten, Fisch, Papadam und Fleisch handelte. Landessitte ist, mit den Fingern der rechten Hand zu essen.

Unsere Rundreise führte uns weiter Richtung Süden über Polonnaruwa zum bekannten **Sigiriya-Felsen**. Dieser





einzigartige Kulturschatz wurde 1982 von der Unesco zum Weltkulturerbe erklärt. In der tropischen Hitze zog sich der Aufstieg – 1200 Stufen – in die Länge. Doch der Aufstieg lohnt sich: Das Gipfelplateau des mächtigen Felsens bietet eine umwerfende Aussicht.

Vor langer Zeit waren die unmittelbare Umgebung des Felsens sowie sein Gipfel besiedelt gewesen, wovon noch heute historische Ruinen und Gemälde auf einer Steilwand mit den berühmten Fresken der Wolkenmäd-

chen zeugen. Später war es dem «gemeinen Volk» nicht gestattet gewesen, diesen Teil der Festung zu betreten. Hier hatte der König residiert – erhaben über seine Untertanen.

Ein Waisenhaus für Elefanten

Weiter ging es in sehr liebliche Gefilde – nach **Pinnawala**, zum Elefanten-Waisenhaus. Dieses wurde 1975 erbaut, um die Elefantenbabys zu retten, die von ihren Müttern verstossen oder deren Mütter von Wilderern getötet worden waren. Höhepunkt ist das tägliche Bad im Fluss Maha Oya. Es ist unglaublich beeindruckend, wenn die Elefantenherde Richtung Fluss trottet und man diese Würde und Schönheit der Tiere hautnah erleben darf.

Nächste Station war **Kandy**. Die Stadt liegt quasi in der Mitte von Sri Lanka im zentralen Bergland. Kandy ist die dritte und letzte Königshauptstadt und bekannt durch den Zahn-Tempel. Die Legende erzählt, dass eine Prinzessin aus Nordindien im 4. Jahrhundert v. Chr. einen Zahn Buddhas nach Sri Lanka brachte. Sie schmuggelte ihn versteckt in ihrem Haar nach Anuradhapura, der damaligen Hauptstadt. Der König liess den ersten Zahnrelikttempel bauen und im Verlauf der Geschichte wurde der Zahn in jede neue Hauptstadt mitgenommen.

Der Zahn-Tempel steht am Ufer des Sees in Kandy und ist **eine wichtige Pilgerstätte für die Einheimischen**. Im



The Spirit of OM®

Feng Shui zum Anziehen®



die bio-energetische
Wellness-Kleidung

biologisch • ganzheitlich
energetisch • fair

- lichtvolle Yoga-Kleidung – ein neues Wohlgefühl
- harmonisiert den Energiefluss in Ihrem Körper
- schützt und stärkt Ihre Aura



Info-Telefon: 044 466 96 96

Gerne senden wir Ihnen einen Katalog zu.

www.vitabuch.ch

Dessauer – Räfelstrasse 32 – 8045 Zürich

Vertriebspartner gesucht

Juli/August findet eine religiöse Prozession statt, bei der das Zahnrelikt auf einem geschmückten Elefanten in Begleitung von Volkstänzern durch die Stadt geführt wird.

Kandy hat allerdings mehr zu bieten: Traditionelle Handwerkskunst, Seidenschneidereien, Folkloreschau mit den Kandytänzern, eine der grössten Universitäten und den Botanischen Garten in Peradeniya.

Gerüstet für die Touristen

17 Jahre später hat mich mein Lebensweg wieder nach Sri Lanka geführt. Das Land hat in der Zwischenzeit viel durchlebt: schreckliche Jahre des Bürgerkrieges, die von Angst und Attentaten geprägt waren, und den verheerenden Tsunami. Nach über 30 Jahren ist der Bürgerkrieg im Mai 2009 zu Ende gegangen.

Die Regierung hat grosse Pläne: **2,5 Millionen Touristen** will die Insel im Jahr 2016 anlocken. Entsprechend viel wurde getan – das Strassennetz ist ausgebaut, die Hauptstadt Colombo wurde mit ihren modernen Gebäuden und Geschäftshäusern zu einem «Klein-Singapur». Zurzeit wird ein Teil der ersten Autobahn zwischen Colombo und Galle fertiggestellt und seit Anfang 2004 bieten die Fluggesellschaften wieder Inlandflüge ab dem Bandaranaike International Airport und ab Ratmalana an. Wo früher nur Dschungelgebiet war und man haupt-

sächlich auf Bananenplantagen und Reisfelder traf, entstehen heute grosse Tourismuszentren.

Wenn ich mit Einheimischen spreche und frage, was sich in den letzten 20 Jahren verändert habe, bekomme ich nur positive Rückmeldungen. Die Menschen sind glücklich darüber, sich wieder frei bewegen zu können und keine Angst vor Anschlägen haben zu müssen. Die Nachrichten, die Gespräche untereinander und die Gedanken der Einzelnen, die sich zuvor immer um den Krieg drehten, haben schöneren Themen Platz gemacht. Heute haben die meisten Sri Lanker Pläne für die Zukunft, können arbeiten und hoffen auf eine positive Entwicklung ihres Landes.

Als negativ bezeichnen viele die Lebenshaltungskosten, die enorm gestiegen sind. Die Auswahl sei zwar gross, aber die Preise manchmal unerschwinglich. Ein eigenes Auto zu fahren ist Luxus und eine gute Schulbildung für die Kinder ist teuer.

Mich hat im letzten Jahr der Zauber dieser Insel und das einfache Leben wieder sehr berührt. Deshalb entschloss ich mich, Sri Lanka etwas zurückzugeben. Denn ich verdanke dieser Insel und ihrer Kultur einen Grossteil meines ayurvedischen Heilwissens. Nach 16 Jahren als Ayurveda-Spezialistin in Deutschland habe ich endlich meinen Platz gefunden, wo ich authentische und sehr persönliche Ayurvedakuren anbieten werde.