



von Sylvia Bieber

Kerala – „Gottes eigenes Land“

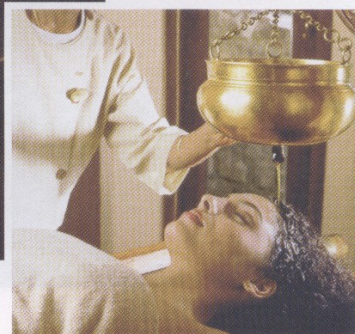
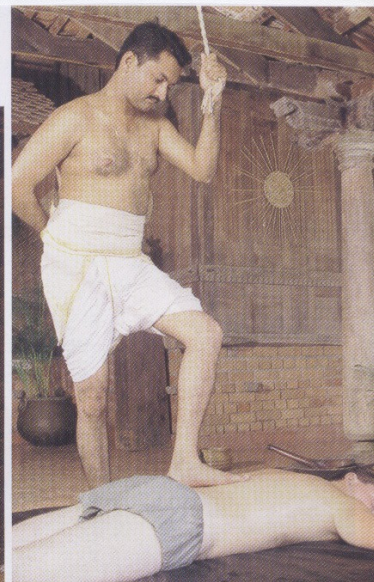
So nennen die Einheimischen ihren wunderschönen Landstrich, der zwischen dem Arabischen Meer und den bewaldeten Bergen der bis zu 2000 m hohen Westghats eingebettet liegt. Der Legende nach hat Parsurama, eine Inkarnation Vishnus, das Gebiet Keralas geformt, indem er eine Streitaxt ins Arabische Meer warf, woraufhin sich das fruchtbare Land aus dem Meer erhob. Es ist ein Paradies, das seinesgleichen sucht: Wundervolle Strände säumen den Westen des Landes mit einer glitzernden Girlande aus weißem Sand, Fels und Kieselsteinen. Hier holen Fischer im Rhythmus von zeitlos uralten Gesängen ihre Netze ein, während die Sonne langsam über der grünen, tropischen Fülle von Baumhainen, Kokosplantagen und Betelnusspalmen aufgeht. Unvergesslich die glutvollen Sonnenuntergänge, die sattgrünen Reisfelder, üppigen Regenwälder, die Weite der Tee- und Kaffeeplantagen und die duftenden Gewürzgärten.

Wir können es kaum erwarten, diese Region zu erobern. Per Taxi fahren wir nach Varkala, einem alten keralischen Pilgerort, 54 km nordwestlich von Trivandrum, der Hauptstadt Keralas. Dort, am Ortsrand, soll ein herrlich weißer Sandstrand, Papa Nashini (=Sünden-Vernicht-

er), direkt unterhalb der roten Klippen, liegen. Das Cliff von Varkala zieht immer mehr Touristen an. Mit seinen steilen roten Felsen im Hintergrund und den an den Strand schwappenden Wellen ist es ein landschaftlich zauberhafter Flecken. Es ist der richtige Ort, um dem Alltag zu entfliehen. Schnell haben wir uns eingelebt und genießen das bunte Treiben auf der Klippe: Da reihen sich Shops mit Waren aus Kashmir neben Buden aus dem Bundesstaat Karnataka, die Wandbehänge mit kleinen Spiegelchen, bunte Lungis und Fußkettchen anbieten. Dazwischen – palmengedekte Restaurants, kleine Hotels oder Guesthouses. „Hello Madam, Mister how are you? Come and look!“ Ja, wir schauen – es gefällt uns, was wir sehen. Wunderschöne Menschen, die uns mit großen Augen ihre Schätze anbieten: Farbenfrohe Tischdecken, duftende Räucherstäbchen, seidene Schals und goldene Götterstatuen. Eine Promenade, die sich mit nichts in Europa vergleichen lässt.

Zeitig werden wir am Morgen vom hungrigen Kreischen der jungen Krähen geweckt, die fast gierig nach ihrem Frühstück verlangen. Da wir nun schon wach sind, wollen wir die frühmorgendliche Arbeit der Fischer beobachten, die mit den ersten Sonnenstrahlen einlaufen. Jeweils ein Ende des ausgeworfenen Netzes rudern sie im Abstand von ca. 300 m ans Ufer.

Von dort aus ziehen es zwei Mannschaften langsam an den Strand, während sie immer näher aufeinander zugehen, bis es zum Schluss wie ein überdimensional großer Sack am Ufer liegt und – so Gott, Shiva, Mohammed oder Buddha, will, sich die schweißtreibende und stundenlange Arbeit gelohnt hat. Vielleicht können wir den einen oder anderen Fisch heute Abend vor einem der Restaurants in der Auslage sehen? Dann fällt uns die Auswahl auch leichter, denn wir essen uns durch die Speisekarten der unterschiedlichsten Restaurants. Versuchen alles, was wir nicht kennen und sind beeindruckt von der Vielfalt der verwendeten Gewürze. Diese sollen vor allem das Eigenaroma der Speisen verstärken. In der indischen Küche spielt auch die Lehre von den sechs rasas – den Geschmacks-Charakteren – die in jeder Mahlzeit vollständig vertreten sein müssen, eine große Rolle: süß, salzig, bitter, herb, sauer und scharf. Jedes rasa hat eine bestimmte Wirkung auf den Körper und zusammen tragen sie zum Wohlbefinden des Menschen bei. Unser absoluter Favorit ist Malai kofta ein Gemüsekebab (Lotuswurzelnbällchen), welcher in einer Kokosnuss-Sahnesauce, gewürzt mit Ingwer, Nelken, Kardamon und Rosinen, angerichtet wird. Dazu essen wir Reis oder Chapati, das indische, ungesäuerte Brot aus Vollkornmehl, von dem wir nie genug bekommen können.



Wohltuende Entspannung mit Ayurveda-Anwendungen z.B. mit Sirodhara (Stirnguss)

Ayurveda in Varkala

Überall auf dem Cliff werden ayurvedische Behandlungen angeboten und zum Glück lernen wir Renate kennen, eine seit neun Jahren in Varkala lebende, deutschstämmige Amerikanerin. Um den Tod ihres Sohnes zu überwinden, kam Renate, zusammen mit einer Freundin nach Indien. Eigentlich wollten sie nur zwei Wochen in Varkala bleiben. Doch sie verlor ihr Herz zuerst an dieses Fischerörtchen und dann an Vijay, ihren Lebensgefährten. Sie empfiehlt uns Dr. Manoj, der sehr einfühlsam und seriös wäre. Ein Termin ist schnell vereinbart. Nein, krank sind wir nicht, wir haben nur so unsere kleinen Wehwehchen. Na ja, meine Migräne plagt mich die letzten Monate schon sehr häufig und der Blutdruck meines Mannes dürfte auch nicht höher werden. Doch wie staune ich, als Dr. Manoj mich nach der Pulsdiagnose fragt, ob ich Beschwerden im Knie hätte. Ja, stimmt, das habe ich ganz vergessen! Seit einem Verkehrsunfall vor über einem Jahr kann ich nicht mehr ohne Schmerzen knien. Nach vielen weiteren Fragen in jegliche Richtung legt er unsere Behandlungen fest, die hauptsächlich einer Linderingstherapie (Shamana Chikitsa) entsprechen. Dabei wird Kräutermedizin intern und extern verabreicht, um Funktionsstörungen zu behe-

ben und die Immunität des Körpers zu stärken. Außerdem sollen in Zellen und Geweben eingelagerte Schadstoffe gelöst und ausgeschieden werden. Dies geschieht durch eine Öltherapie (Snehana Karma), bei der Kräutermedikamente auf Öl- oder Ghee-Basis extern aufgetragen oder intern eingenommen werden.

Die nächsten zwei Wochen sind wir nun gut beschäftigt. Reena, Dr. Manoj's Frau, beginnt meine Behandlung mit einer entspannenden Kopfmassage. Die ersten Minuten gehen mir noch tausend Gedanken durch den Sinn, doch schon bald verflüchtigen sich diese, wie Wassertropfen in der Sonne. Ich gebe mich ganz ihren Händen hin, die mal sanft, mal kräftig, mal klopfend, mal kaulend meine Kopfhaut bearbeiten. Die anschließende Gesichtsmassage und Abreibung mit heißen Tüchern bewirkt, dass meine angespannten Gesichtszüge von Tag zu Tag weicher und glatter werden. Die Heilöle, die mir Reena täglich in die Nase träufelt (=NASYAM), sollen meine Nasen- und Stirnhöhle reinigen. Am meisten genieße ich die tägliche ABHYANGAM, die Ganzkörpermassage. Reena und ihre Schwester Leena bearbeiten meinen Körper rhythmisch und synchron von den Zehenspitzen bis zur Halskrause. Da wird geklopft, gestrichen, gezogen und gezupft und

speziell den Gelenken schenken sie besondere Aufmerksamkeit. Meine Gedanken finden längst keinen Halt mehr und meine äußeren, körperlichen Grenzen scheinen sich aufzulösen. Beim SIRODHARA, dem Stirnguss, sinke ich in einen wohligen Dämmer Schlaf, während ich den PIZZICHILLI, das ist der „Königsguß“ (Reena und Leena gießen mir dabei literweiße warmes Öl über den Körper), einfach nur genieße.

KIZHI heißt eine Kräuterbeutelmassage, die mir Dr. Manoj zusätzlich verordnet, weil ich extreme Muskelschmerzen im rechten Oberarm habe und deshalb meinen Arm nicht mehr über Kopf führen kann. Mit sieben Kräutern, Kokosnuss und medizinischem Salz gefüllte Beutel werden dafür in Kräuteröl aufgeheizt und synchron über den Körper gestrichen. Und siehe da, wo unsere Physiotherapeuten zu Hause nichts bewirken konnten, erlebe ich nach nur fünf Behandlungen ein kleines Wunder. Ich kann den Arm wieder schmerzfrei heben und führe Bewegungen aus, die ich schon abgeschrieben hatte. Und beim Yoga macht mein Mann mich dann darauf aufmerksam, dass ich kniend Übungen durchführe! Auch er fühlt sich wie neu geboren. Wir sind von dieser Ayurveda-Kur einfach nur begeistert.

Ein Kaleidoskop für die Sinne –

die Backwaters

Ein Kaleidoskop für die Sinne – die Backwaters

Es wird Zeit, weiter zu reisen. Die Backwaters stehen auf unserem Reiseplan. Ein 75 km langes, Kuttanad genanntes Gebiet, welches im Westen vom Meer und im Osten von den Bergen eingerahmt ist. Ein Labyrinth schimmernder Wasserflächen, gesäumt von tropischer Vegetation. Per Zug und Boot erreichen wir unseren Ausgangspunkt für die Backwaters – Alappuzha.

Im „My Dream Touristic Service-Büro“ von Hashim B. in Alappuzha lassen wir uns eingehend beraten. Nahe bei den Menschen und im Geschehen wollen wir sein. Deshalb schlägt er uns eine Kanufahrt durch die Kanäle und die an deren Ufern verstreuten kleinen Dörfer vor. Karticke, unser Bootsmann, macht uns während der Fahrt mit vielen Bewohnern dieser Region bekannt. Wir lachen und schäkern mit Scharen von Schulkindern, die uns immer wieder umringen und uns mit ihren großen dunklen Augen anstrahlen. Wohin wir auch kommen, immer werden wir freundlich angelacht und mit hello begrüßt. Drei Sätze englisch können fast alle und diese müssen natürlich angewandt werden. Deshalb antworten wir unermüdlich

immer das Gleiche: „Wir heißen Sylvia und Joachim. Wir kommen aus Deutschland. Uns geht es gut“. Wie einfach es doch ist, Freude zu bereiten und zu empfinden. Und die Natur trägt das Ihre dazu bei. Das satte Grün der Pflanzen hebt sich scharf von dem makellosen Hellblau des Himmels ab. Palmen, Häuser und Menschen spiegeln sich auf der glatten Oberfläche des tiefblauen Wassers. Den schönsten Kontrast verursachen die bunten Saris der attraktiven keralischen Frauen, die in kerzengerader Haltung, die Wäsche oder Einkäufe auf dem Kopf balancierend, auf den schmalen Dämmen dahinschreiten. Das Wasser ist die Lebensader. Dort wird gewaschen und gebadet, das Geschirr gespült und das Huhn gerupft, während Fischer ihre Schleppnetze in Ufernähe ins Wasser werfen oder von winzigen Kanus aus fischen.

Total fasziniert von diesem Kaleidoskop für die Sinne, hängen wir noch einen Tag in den Backwaters an und buchen für Silvester ein Kettuvallam, ganz für uns alleine. Diese einstigen Lastkähne wurden zu komfortablen Hausbooten umgebaut und sind nun wunderschöne schwimmende Bungalows. Vom Logenplatz unseres Bootes aus genießen wir die traumhafte Lagunenlandschaft und lassen die Seele baumeln. Längst fühlen wir uns wie Maharani und

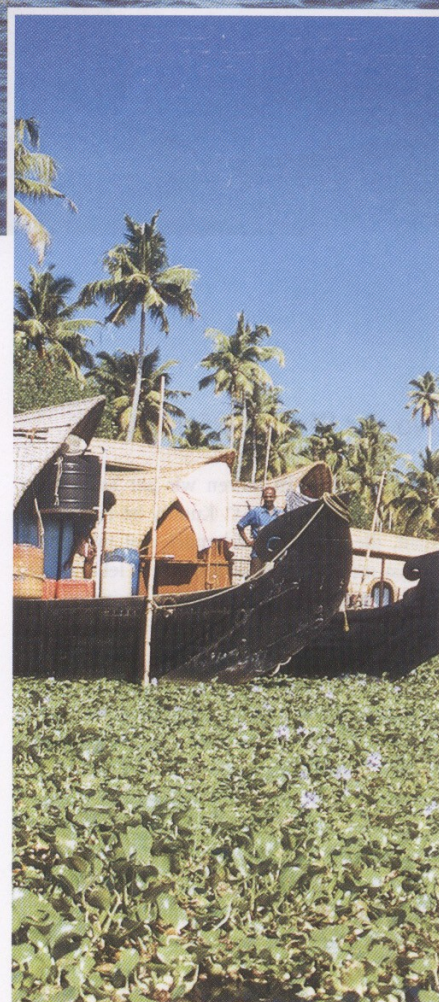


Photo: Sylvia Beher

Maharadscha während wir uns das leckere Dinner im „Millionensternen-Restaurant“ schmecken lassen. Das mitternächtliche Feuerwerk dringt nur verhalten in unsere Träume, so dass wir das neue Jahr erst gegen sieben Uhr, mit der aufgehenden Sonne begrüßen.



Wo der Pfeffer wächst

Ausgeruht und fit fahren wir per Taxi dahin, „wo der Pfeffer wächst“. Kumily ist eine Kleinstadt, die vom Gewürzhandel und mittlerweile fast mehr noch vom Tourismus lebt. Zurzeit sind Schulferien und viele der Touristen sind Inder aus Delhi, Rajasthan oder Bombay. Immer wieder werden wir angesprochen: „Hello, where do you come from? Are you married? What's your profession?“ Offen sind diese Menschen, herzlich und kommunikativ. Wir tauschen kulturelle Verschiedenheiten aus und lachen gemeinsam über die Späße der in den Bäumen turnenden Affen. Ein Spaziergang durch die pulsierenden, bunten Straßen Kumilys ist ein Fest für die Sinne. Die Düfte und auch die Geräuschkulisse sind unbeschreiblich.

Fast jedes Geschäft in der Thekkady Road verkauft frische Gewürze (Gewürznelken, Kurkuma, Ingwer, Kardamom, Koriander, Muskat, Kreuzkümmel, Pfeffer, Safran, Zimt) Kaffee und Tee und die Händler bieten diese lautstark an. Immer wieder spucken Busse Massen von Pilgern aus, die barfuss und ihr minimales Gepäck auf dem Kopf balancierend, die Läden stürmen. Sie sind alle unterwegs zum Shri Ayappa-Waldtempel. Und obwohl Ayappa eine keralische Gottheit ist, wird sie jedes Jahr im

Dezember, Januar von mehr als einer Million Menschen aus ganz Südindien besucht. Die Sprechgesänge der Pilger - „Swamiyee Sharanam Ayappan“ (beschütze uns, Gott Ayappa)-, begleiten uns bis in die Gewürzgärten und Teeplantagen, die wir mit Abas, unserem 28-jähriger Führer besichtigen. Dabei fragen wir ihn auch etwas über seine Familie aus. Wie in Indien noch meist üblich, wurde er verheiratet. Seine Frau Arya durfte er vor der Hochzeit lediglich 15 Minuten sehen. „Die Liebe kommt mit dem Zusammenleben“, meint Abas. Seine zwei Töchter liebt er über alles, auch wenn diese ihn „ganz schön viel kosten werden“. Denn für die Töchter sind an die Familie des Bräutigams hohe Summen zu zahlen. Dafür spart er schon heute. Obwohl dies bei einem Tageslohn von umgerechnet einem Euro für uns fast nicht vorstellbar ist. „Riech mal, welche Pflanze könnte das sein?“ Herb, süß, pudrig, scharf – alle möglichen Gerüche steigen uns in die Nase, während Abas uns unermüdlich zerriebene Blätter, Blüten und Wurzeln darunter hält. Es ist unglaublich, welche Artenvielfalt hier gedeiht. Dass Pfeffer wie Weinreben an hohen Büschen wächst, war uns bis dato nicht klar und wenn wir nun Zimt für unseren Pudding verwenden, wissen wir, dass dieser von einer Baumrinde stammt. Wir ernten Muskatnüsse,



graben Ingwer aus, riechen an Kaffeebohnen und schmecken frischen Kardamontee.

Müde, aber glücklich packen wir am Abend unsere Koffer, um am nächsten Tag die Heimreise anzutreten. Doch eines ist sicher – wir werden wieder kommen und das spannende Indien mit all seinen Möglichkeiten weiter erforschen.



Photo: Sylvia Biber

Wissenswertes über Indien

Ankunft in Indien

Anreise

Die meisten europäischen Länder bieten Direktflüge nach Indien an, z. B. Lufthansa, Air India, LTU Charter. Die Flugzeit beträgt sieben bis neun Stunden. Die vier großen internationalen Flughäfen: Delhi, Bombay, Kalkutta und Chennai. Nach Trivandrum (der Hauptstadt der Region Kerala) reisen Sie entweder über Bombay oder ab London z. B. über Katar an. Preise ab ca. 1.000 €.

Einreise

Alle ausländischen Touristen benötigen einen gültigen Reisepaß und ein Visum, außer für Darjeeling, Assam, Meghalaya und Tripura. Visas sind erhältlich bei der Indischen Botschaft.

Adresse: Indische Botschaft, Tiergartenstr. 17, 10785 Berlin,
Tel.: +49 (0) 30 / 25795-0, Fax : +49 (0) 30 / 25795-102.

Wetter und Klimatabelle

Im Oktober beginnt die beste Reisezeit mit angenehmen Temperaturen, nicht zu heiß und nicht zu kühl. Die wärmste Jahreszeit ist zwischen Mai und Juli. Im Juni setzt der Monsun an der Westküste im Süden ein, um dann nach Norden zu wandern, den er im Juli erreicht. Im Dezember und Januar kann es in den nördlichen Städten nachts recht frisch werden.

Zeit

EST + 4,5 Stunden im Winter, EST + 3,5 Stunden im Sommer

Zollbestimmungen

Alle persönlichen Gegenstände sind zollfrei: persönliche Schmuckgegenstände, Geschenke im Wert von 600 Rs., 200 Zigaretten, 50 Zigarren und 0,95l alkoholische Getränke. Professionelles Material und Artikel, die einen hohen Wert haben, können nur dann zollfrei importiert werden, wenn der Reisende eine schriftliche Erklärung abgibt, dass die Gegenstände wieder ausgeführt werden.

Geld und Währung

Trinkgeld

Es ist üblich, Portiers, Kellnern, Fahrern und Führern Trinkgelder zu geben, denn im Rechnungsbetrag sind diese nicht enthalten.

Währung

Rupee - 100 Paise.

Gesundheit

Gesundheitsbestimmungen

Für Indien sind keine Impfungen vorgeschrieben. Es wird jedoch ein Impfschutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio und Hepatitis A empfohlen und bei Langzeitaufenthalten über 3 Monate auch Hepatitis B.



Zu weiteren Fragen gibt das Indische
Fremdenverkehrsamt gerne Auskunft:

Indisches Fremdenverkehrsamt Frankfurt am Main
Basler Str. 46
D-60329 Frankfurt
Tel: +49 (0) 69 / 24 29 49-0
Fax: +49 (0) 69 / 24 29 49-77
www.india-toursim.de

Unterwegs in Indien

Inlandsflugverbindungen

Die innerindischen Fluggesellschaften - Indian Airlines, Sahara Airlines und Jet Air und weitere Airlines bieten Verbindungsflüge zwischen mehr als 70 indischen Städten an.

Bahn

Das innerindische Bahnsystem ist das größte in Asien und das zweitgrößte der Welt. Eine Bahnreise ist relativ preiswert. Am oberen Ende der Preisskala stehen die Sonderzüge The Royal Orient und Palace on Wheels.

Touristenwagen

In den bedeutenden Touristenzentren sind eine Anzahl von Touristenwagen mit Chauffeur (einige mit Klimaanlage) vorhanden. Diese Wagen ohne Zähler sind geringfügig teurer als die Taxis und vom Department of Tourism, Government of India zugelassen. Leihwagen sind zur Zeit nicht überall erhältlich. Die Autovermietung Hertz hat in verschiedenen Städten Indiens Mietstationen.

Stromversorgung

Meistens 220 Volt Wechselstrom. Eine Überprüfung der Stromspannung wird empfohlen, bevor man ein elektrisches Gerät benutzt. Die Steckdosenformen variieren ebenfalls, so dass es ratsam ist, einen Satz von Adaptersteckern mitzunehmen.

Als **Reiselektüre** wollen Ihnen unsere Autoren einige besonders interessante Bücher ans Herz legen. Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt Indiens!

Klassiker

Kim - Rudyard Kipling

Geschichten vom Leben und der Religion im kolonialen Indien.

Reportagen

Der Sadhu an der Teufelswand - Ilija Trojanow

Reportagen aus dem Alltag Indiens, Festen und Ereignissen.

Heilige Kühe und Computerchips, Indische Gegensätze - Stefan Klein
Das Leben in Indien in interessante Reportagen verpackt.

Roman

Die Quadratur des Glücks - Rohinton Mistry

Geschichte über eine Parsenfamilie, Generationenkonflikte und Vorurteile.

Des Mauren letzter Seufzer - Salman Rushdie

Eine kurzweilige Familiensaga. Grandios erzählt von Salman Rushdie.