

lautes Gewusel, aber zunehmend zeigt Sri Lankas Hauptstadt auch ein modernes Gesicht. Zum Baden und Surfen, Kiten und Segeln geht es an die kilometerlangen Strände, die von Palmen und Fischerdörfern gesäumt sind. >

2. GALLE UND DIE SÜDKÜSTE

Die Spuren der portugiesischen Kolonialherren sind an der Küste und in der Altstadt von Galle allgegenwärtig. Von den Festungswällen schweift der Blick über den Indischen Ozean: ein Strand nach dem anderen, an dem die Palmen Spalier stehen – so weit das Auge schauen kann. >

3. KANDY UND DAS HOCHLAND

Wo sonst als in Kandy kann der Reisende einem Zahn des Buddhas begegnen? Aber nicht nur die Anhänger des »Erleuchteten« kommen in Scharen hierher. Das

wunderschöne Bergland verspricht faszinierende Fotomotive, großartige Wanderungen und viel Kolonialflair. >

4.

KULTURDREIECK/KÖNIGSSTÄDTE

In den Ausgrabungsstätten Polonnaruwa und Anuradhapura steht man staunend vor den Überresten einer bis zu 2000 Jahre alten Hochkultur: Tempelbauten und buddhistische Heiligtümer, Paläste und gigantische Stauseen. >

5. JAFFNA-HALBINSEL UND DIE OSTKÜSTE

Jahrzehntelang lagen wegen des Bürgerkriegs die Pläne für den Tourismus an der Ostküste in der Schublade. Jetzt sind an den Traumstränden nagelneue Hotels entstanden, und man kann auch wieder die tamilisch geprägte Halbinsel Jaffna

besuchen. Ein spannendes Stück Sri Lanka
im Aufbau. >

MEIN SRI LANKA

Unsere Autorin hat auf Sri Lanka die heiligsten Berge im Pilgerstrom bestiegen und versteckte Höhlenbuddhas besucht, wandelte im Meditationskloster in den Fußstapfen des »Erleuchteten« und nahe Kandy auf den Spuren Hermann Hesses. 30 Jahre hält die Insel sie jetzt schon in ihren Bann.

Eine Woche in einem Meditationscenter in den sri-lankischen Bergen. Punkt 4 Uhr 45. Dumpf dröhnen die Schläge der hölzernen Glocke über die Teeplantagen und reißen jedes Lebewesen gnadenlos aus dem Schlaf. Außerhalb der spartanischen Unterkunft, dem Kuti-Holzverschlag, ist es stockduster, kalt und feucht. Die Meditationshalle ist schwach erleuchtet vom

Schein dreier winziger Kerzen. Sie flackern zu Füßen des weißen Buddhas auf dem Altar und geben dem Erleuchteten tatsächlich ein erleuchtetes Antlitz. Der betörende Geruch von Sandelholz streift meine Nase, während ich wie die anderen Teilnehmer Kissen unter Knie und Pobacken stopfe, bis die bequemste Position für die Vipassana-Meditation gefunden ist.



© HUBER IMAGES: James Lawman
Fischerboot an der langen Sandbucht von Weligama. Der Name des Ortes im Süden der Insel bedeutet so viel wie »Sanddorf«.