

Inhalt

12

**„Ayubowan!“ –
Willkommen im
Tropenparadies!**

26

**Colombo und die
Strände der Westküste**
Seite 32

**Curry, Kokos, Chili, Zimt –
Sri Lankas Küche**

48

**Zu den Wurzeln der
Geschichte – das
„Kulturelle Dreieck“**
Seite 58

**Buddhismus –
das Geheimnis der
strahlenden Seelen**

78

**Kandy, das Hochland
und der Osten**

Seite 84

**„Ceylon Tea“ –
Sri Lankas Grünes Gold**

104

**Ländliche Tropen-
idyllen – der Süden**
Seite 120

**Ayurveda – 5000 Jahre
zum Heil der Menschen**

134 Register

135 Karte

136 Impressum