

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	12
-------------------	-----------





Die roten Seiten: Highlights, Supertips und Warnungen

SRI LANKA

1. ALLGEMEINER ÜBERBLICK	14
Die Naturschönheiten 14 • Die Lehre des Erleuchteten 14 • Spannungsfeld: singhalesische Löwen/tamilische Tiger 15 • Die ideale Kombination 15 • Sri Lanka auf einen Blick 16	
2. GESCHICHTLICHER ÜBERBLICK	18
2.1 Zeitgenössische Quellen	18
2.2 Blick in die Vor- und Frühgeschichte	19
2.3 Altsinghalesische Königreiche und ihr Niedergang	20
Die wundersame Geschichte von den Löwenmenschen 20 • Die Anuradhapura-Periode 21 • Die Polonnaruwa-Periode 25 • Der Niedergang des altsinghalesischen Königtums 26	
2.4 Die Kolonialzeit	27
Die portugiesische Periode 27 • Die holländische Periode 30 • Die britische Periode 31	
2.5 Von der Unabhängigkeit bis in die Gegenwart (ab 1948)	33
2.6 Zeittafel	36
3. DIE HAUPTRELIGIONEN	38
3.1 Der Hinduismus	38
Der Ursprung 38 • Die Wesenszüge des Hinduismus 39 • Die wichtigsten Gottheiten auf Sri Lanka 40 • Die wichtigsten hinduistischen Heiligtümer 41	
3.2 Der Buddhismus	41
Gautama Buddhas Leben und Wirken 41 • Die Lehre Gautama Buddhas 43 • Gemeinsamkeiten mit dem Hinduismus 44 • Entwicklung des Buddhismus 46 • Der Volksbuddhismus in Sri Lanka 48	
3.3 Der Islam	48
Mohammeds Leben und Wirken 48 • Lehre des Islam 49 • Spaltung des Islam in Sunniten und Schiiten 49	
4. VÖLKERKUNDLICHER ÜBERBLICK	50
4.1 Die Singhalesen	50
4.2 Die Tamilen	51

	Die Ceylon- oder Jaffna-Tamilen 52 • Die Indien- oder Kandy-Tamilen 52	
4.3	Die Moors (Muslime)	53
4.4	Die Burghers	53
4.5	Die Weddas	53
5.	GEOGRAPHISCHER ÜBERBLICK	55
5.1	Die Lage und Größe	55
5.2	Geologische Entwicklung	55
5.3	Landschaftsgliederung	57
	Zentrales Bergland und Vorberge 57 • Tiefländer 57 • Küstenstreifen 58	
5.4	Das Klima	58
6.	DIE TIERWELT SRI LANKAS	61
6.1	Wildtiere im tropischen Regen- und Monsunwald	61
6.2	Kleines Tierlexikon	62
	Axishirsch 62 • Bengalenwaran 63 • Blauer Pfau 63 • Brahminenweih 63 • Einfarbhäubenadler 64 • Fischuhu 64 • Goldschakal 65 • Hulman oder Hanuman 65 • Indischer Elefant 66 • Indischer Flughund 67 • Indischer Nimmersatt 67 • Leopard 68 • Lippenbär 68 • Rhesusaffe 69 • Sambar 70 • Schlammpringer 70 • Schlangenhalsvogel 71 • Schützenfisch 71 • Sumpfkrokodil 72 • Weißbauchseeadler 72 • Wilder Wasserbüffel 73 • Winkerkrabbe 73	
7.	DIE PFLANZENWELT SRI LANKAS	74
7.1	Die Waldarten	74
	Der Monsunwald 74 • Der tropische Regenwald 75 • Der Bergregenwald 75 • Der Nebelwald 76 • Die Mangroven 76	
7.2	Kleines Baumlexikon	77
	Betelpalme 77 • Bodhi-Baum oder Pappelfeige 77 • Brotfruchtbaum 77 • Feuerbaum 78 • Frangipani oder Pagodenbaum 78 • Indischer Banyanbaum 78 • Indischer Goldregen 79 • Indischer Rosenapfel 79 • Indischer Seidenwollbaum 79 • Kanonenkugelbaum 79 • Kokospalme 80 • Palisander oder Jacaranda 80 • Palmyrapalme 80 • Tamarinde 81	
8.	WIRTSCHAFT	82
8.1	Land- und Forstwirtschaft, Fischerei	82
	Tee 82 • Kautschuk 83 • Kokospalme 84 • Palmyra- oder Borassupalme 85 • Kitul- oder Toddypalme 85 • Betelnußpalme 85 • Kakao 85 • Reis 85 • Gewürze 86 • Edelhölzer 86 • Viehzucht 87 • Forstwirtschaft 87 • Fischerei 87	
8.2	Bodenschätze und Industrie	88
	Bodenschätze 88 • Industrie 88 • Projekt Mahaweli 88	
8.3	Tourismus	89

9.	REISEHINWEISE FÜR SRI LANKA	107
9.1	Allgemeine Reisetips von A - Z für Sri Lanka	107
9.2	Regionale Reisetips von A-Z für Sri Lanka	163
9.3	Reiserouten	213
	3- bis 4-wöchiger Reisevorschlag im Mietwagen 213 • 2-wöchiger Reisevorschlag im Mietwagen 214 • 1-wöchiger Reisevorschlag im Mietwagen 215 • Entfernungstabelle 216	
	Die grünen Seiten: Das kosten Sie Sri Lanka und die Malediven	
	Die blauen News-Seiten: Neuigkeiten aus Sri Lanka und von den Malediven	
10.	REISEN IN SRI LANKA	219
10.1	Colombo – die Metropole	219
	Überblick 219	
10.1.1	Geschichte Colombos	220
10.1.2	Sehenswürdigkeiten	221
	Fort 221 • Pettah 223 • Nördlicher Stadtteil 225 • Südlicher Stadtteil 225 • Nationalmuseum Colombo 227 • Naturhistorisches Museum 228 • Dutch Period Museum Colombo 229	
10.1.3	Ausflüge in die Umgebung Colombos	229
	Dehiwala-Zoo 229 • Pilgerort Kelaniya 230 • Fischerort Negombo 232 • Negombo 234	
10.2	Colombo - Adam's Peak	236
10.2.1	Unterwegs zum Adam's Peak	236
	Sri Jayewardanepura (früher Kotte) 238 • Homagama 239 • Hanwella 239 • Avissawella 240 • Karawanella 240 • Kitulgala 241 • Serodaya 241 • Ginigathena 241	
10.2.2	Adam's Peak	242
	Religionsgeschichte des „Heiligen Berges“ 242	
10.2.3	Unter Pilgern zum Gipfel des Adam's Peak	244
10.3	Adam's Peak - Ratnapura	246
10.3.1	Unterwegs nach Ratnapura	246
10.3.2	Ratnapura, "Stadt der Edelsteine"	247
	Überblick 247 • Schürfen von Edelsteinen seit dem Altertum 248 • Maha Saman Devala 251 • Museen 251	
10.4	Ratnapura - Bergregenwald Sinharaja Forest - Ratnapura	253
10.4.1	Unterwegs in den Bergregenwald Sinharaja Forest	254
	Ganagama 254 • Pelmadulla 254 • Welandura und Madampe 254 • Rakwana 255 • Weddagalla 255	
10.4.2	Zu Fuß durch den tropischen Bergregenwald Sinharaja Forest	256

10.5	Ratnapura - Hikkaduwa	258
10.5.1	Unterwegs nach Hikkaduwa	258
	Kalutara 258 • Payagala 260 • Die Toddy-Zapfer von Beruwala 260 • Alutgama 261 • Bentota 261 • Kosgoda 262 • Ahungalla 262 • Ambalangoda 262 • Hikkaduwa 263	
10.5.2	Badefreuden an der Südwestküste Sri Lankas	264
10.6	Hikkaduwa - Galle - Matara	265
10.6.1	Hikkaduwa - Matara	265
10.6.2	Galle 266 Überblick 266 • Geschichte 267 • Fort 267 • Hafen 270	
10.6.3	Galle - Matara	271
	Unawatuna 271 • Koggala 271 • Die Stelzenfischer von Ahangama 271 • Kustarajagala 272 • Weligama 272 • Matara 274	
10.7	Matara - Tissamaharama	276
10.7.1	Unterwegs nach Tissamaharama	276
	Dondra, zerstörte „Stadt der Götter“ 276 • Dickwella 279 • Das Blasloch „Hoo-aaniya“ 279 • Tangalla 280 • Geschichtsträchtiger Berg Mulgirigala 281 • Hungama 281 • Hambantota 282	
10.7.2	Tissamaharama	283
10.7.3	Ausflug nach Kirinda	284
	Kirinda 284	
10.8	Yala Nationalpark - Bundala Nationalpark - Uda Walawe Nationalpark	286
10.8.1	Yala Nationalpark	286
	Überblick 286 • Pirschfahrt 286	
10.8.2	Bundala Nationalpark	290
	Überblick 290 • Pirschfahrt 290	
10.8.3	Uda Walawe Nationalpark	291
	Überblick 291 • Pirschfahrt 292	
10.9	Yala Nationalpark - Wallfahrtsort Kataragama - Ella	294
10.9.1	Yala Nationalpark - Kataragama	294
10.9.2	Wallfahrtsort Kataragama	296
	Überblick 296 • Besichtigung der Tempelanlage 298 • Festlichkei- ten 300	
10.9.3	Kataragama - Ella	301
	Sella Kataragama 301 • Dichter Dschungel 301 • Buttala 302 • Wellawaya 302 • Abstecher zu den Diyaluma-Wasserfällen 302 • Ella 303	
10.9.4	Abstecher von Ella zu den Bambarakanda-Wasserfällen	304
10.10	Ella - Nuwara Eliya	305
10.10.1	Unterwegs nach Nuwara Eliya	305

	Der kleine Bahnhof Demodara 307 • Bandarawela 308 • Welimada 309 • Keppitipola 309 • Botanischer Garten Hakgala 310 • Sita Eliya 310	
10.10.2	Nuwara Eliya	311
	Überblick 311 • Geschichte Nuwara Elias 311 • Besonderheiten Nuwara Eliyas 312	
10.11	Ausflug zu den Horton Plains	314
	Überblick 314	
10.11.1	Unterwegs zu den Horton Plains	314
10.11.2	Naturwunder World's End	316
10.12	Nuwara Eliya - Kandy	319
10.12.1	Unterwegs nach Kandy – nur Tee, Tee, Tee	319
	Weiterfahrt nach Kandy 325	
10.12.2	Kandy – die schönste Königsstadt	326
	Überblick 326 • Geschichte Kandys 327 • Redaktions-Tips 327	
10.12.3	Ausflüge in die Umgebung Kandys	345
	Zum Elefanten-Waisenhaus nach Pinnawella 345 • Mawanella 346 • Pinnawella Elephant Orphanage 347 • Die Tempel von Gadaladeniya 347	
10.13	Kandy - Habarana	350
10.13.1	Unterwegs nach Habarana	350
	Akurana 350 • Matale 351 • Der berühmte Felsentempel von Aluvihare 351 • Gewürzgärten 353 • Nalanda Gedige 357 • Felsentempel von Dambulla 358	
10.13.2	Habarana	359
	Überblick 359	
10.13.3	Tagesausflug nach Trincomalee	360
	Trincomalee 362 • Überblick 362 • Sehenswürdigkeiten 363	
10.14	Ausflug zur Felsenfestung von Sigiriya	364
	Überblick 364	
10.14.1	Geschichtlicher Hintergrund	364
10.14.2	Besichtigung der Felsenfestung Sigiriya	366
	Die Lustgärten 366 • Die Wolkenmädchen 366 • Die Galerie 368 • Die Löwenpforte 368 • Die Palast-Plattform 368 • Das Südtor 369	
10.15	Habarana - Polonnaruwa	370
10.15.1	Unterwegs nach Polonnaruwa	370
	Minneriya Giritale Sanctuary 370 • Die Minneriya-Seen 371 • Hingurakgoda 372 • Der Tempel Mediri Giriya 372	
10.15.2	Die Königsstadt Polonnaruwa	373
	Geschichte Polonnaruwas 374 • Sehenswürdigkeiten 374	

10.16	Polonnaruwa - Anuradhapura	383
10.16.1	Unterwegs nach Anuradhapura	383
	Vogelparadiese 383 • Ritigala Strict Natural Reservat 383 • Gane- walpola 384 • Mihintale – die Geburtsstätte des Buddhismus in Sri Lanka 384	
10.16.2	Die Königsstadt Anuradhapura	388
	Überblick 388 • Geschichte Anuradhapuras 388 • Sehenswürdig- keiten 390	
10.17	Anuradhapura - Colombo	397
10.17.1	Unterwegs zu den Buddhastatuen von Aukana und Sesseruwa	397
10.17.2	Weiter nach Colombo	401
	Südlich von Dambulla 401 • Kurunegala 402 • Polgahawela 402	
10.17.3	Alternativstrecke Polgahawela - Colombo	402
	Warakapola 402 • Radawdunne 403 • Cadjugama 403 • Nittabuwa 403	

DIE MALEDIVEN – GIRLANDE IM INDISCHEN OZEAN

11.	ALLGEMEINER ÜBERBLICK.....	404
	Aus der Vogelperspektive 404 • Auf den Inseln 404 • Wunderwelt unter Wasser 404 • Die Malediven auf einen Blick 405	
12.	GESCHICHTLICHER ÜBERBLICK	407
12.1	Frühgeschichte.....	407
12.2	Buddhistische Spuren	407
12.3	Islamisierung	408
12.4	Europäische Vormachtstellung auf den Malediven	409
	Portugiesische Gewaltherrschaft 409 • Holländische Schutzherrschaft 411 • Französisches Intermezzo 412 • Britische Schutzherrschaft und Protektorat 412	
12.5	Der junge selbständige Staat (ab 1965)	414
12.6	Zeittafel	417
13.	VÖLKERKUNDLICHER ÜBERBLICK	418
13.1	Sprache und Schrift	418
	Dhivehi, die maledivische Landessprache 418 • Die Schriften: EVELA Akuru, Dhives Akuru und Thaana 418	
13.2	Islam als Staatsreligion	419
14.	GEOGRAPHISCHER ÜBERBLICK	420
14.1	Lage und Größe	420
14.2	Bildung der Atolle	420
14.3	Klima	423
	Temperaturen 423 • Niederschläge 423 • Klimatabelle 425	
15.	TIER- UND PFLANZENWELT	426
15.1	Leben über Wasser	426
	Fauna 426 • Flora 427	
15.2	Kleines Tierlexikon	428
	Feenseeschwalbe 428 • Glanzkrähe 428 • Graureiher 429 • Halsbandsittich 429 • Indischer Flughund 429 • Koel 430 • Maledivisches Sumpfhuhn 430 • Paddyreiher 430	
15.3	Kleines Pflanzenlexikon	431
	Betelpalme 431 • Indischer Banyanbaum 431 • Kokospalme 431 • Mangroven 431 • Pappelblättriger Eibisch 432 • Schraubenpalme 432	
15.4	Unterwasserwelt	432
	Korallen 433 • Muscheln und Wasserschnecken 434 • Seesterne 434 • Tintenfische 434 • Fische 435	
15.5	Kleines Fischlexikon	435
	Anemonenfische 435 • Barrakudas 435 • Doktorfische 435 • Drückkerfische 435 • Falterfische 435 • Fliegende Fische 436 • Füseliere	

436 • Kaiserfische 436 • Kugelfische 436 • Lippfische 436 • Muränen 436 • Papageienfische 437 • Riffbarsche 437 • Riffhaie 437 • Rotfeuerfische 437 • Schnapper 437 • Skorpionsfische 437 • Soldatenfische 438 • Rochen 438 • Zackenbarsche 438

16.	WIRTSCHAFT	439
16.1	Fischerei	439
	Fischfangmethoden 439 • Verwertung 439	
16.2	Landwirtschaft	440
	Haupterzeugnisse 440 • Bodenbeschaffenheit 440 • Kokospalmen 441 • Probleme der Landwirtschaft 441	
16.3	Handwerkskunst	442
	Bootsbau 442 • Schmuckherstellung 442 • Flechtwaren 443	
16.4	Tourismus	443
	Entwicklung des modernen Tourismus 443 • Infrastruktur der Hotelinseln 444	
17.	REISEHINWEISE FÜR DIE MALEDIVEN	447
17.1	Allgemeine Reisetips von A - Z für die Malediven	447
17.2	Regionale Reisetips für die Malediven	467
17.2.1	Male	468
17.2.2	Ferieninseln	469
	Kaafu (Male) Atoll 470 • Arif (Ari) Atoll 473 • Vaavu Atoll 475 • Baa Atoll 475 • Lhaviyani Atoll 475 • Male Hotels 475	
18.	UNTERWEGS IN DER INSELWELT DER MALEDIVEN	479
18.1	Male	479
	Überblick 479 • Sehenswürdigkeiten 480	
18.2	Die Hotelinseln	485
	Steckbrief der Ferieninseln (in alphabetischer Reihenfolge) 486	
18.3	Mit Maske und Schnorchel	498
	Vorsichtsmaßnahmen 498	
18.4	Wenn Tauchen zur Sucht wird	499
	Tauchgefahren 499 • Tauchvorschriften 500 • Sind Haie wirklich so gefährlich? 501 • Warum kann Tauchen süchtig machen? 501 • Unsere Verantwortung für das Paradies 502	
	Literaturverzeichnis	503
	Stichwortverzeichnis	505

Außerdem weiterführende Informationen zu folgenden Themen:

... Kautschuk	239	... die Geschichte des Heiligen	
... Toddy-Gewinnung		Zahns	328
und -Weiterverarbeitung	260	... Captain W. F. Dawson	346
... Maskenschnitzerei	262	... der "Robin Hood Sri Lankas" –	
... Monarawilla Keppitipola	309	Saradiel	346
... die Horton Plains	316	... Batik	353
		... Gewürze	354

Verzeichnis der Karten und Grafiken

Fremdherrschaft in Sri Lanka	27	Ella - Nuwara Eliya:	
Hauptsiedlungsgebiete	51	Streckenübersicht	305
Eisenbahn- und Busnetz	118	Nuwara Eliya - Kandy:	
Flugrouten von Colombo	128	Streckenübersicht	320
Historisches Kulturdreieck	139	Kandy	331
Colombo: Stadtplan	222	Botanischer Garten Peradeniya	341
Colombo - Adam's Peak:		Kandy - Habarana:	
Streckenübersicht	237	Streckenübersicht	351
Adam's Peak - Ratnapura:		Habarana - Trincomalee:	
Streckenübersicht	246	Streckenübersicht	361
Ratnapura - Sinharaja Forest:		Felsenfestung Sigiriya	367
Streckenübersicht	254	Habarana - Polonnaruwa:	
Ratnapura - Hikkaduwa:		Streckenübersicht	371
Streckenübersicht	259	Ruinenfeld Polonnaruwa	375
Hikkaduwa - Matara:		Polonnaruwa - Anuradhapura:	
Streckenübersicht	265	Streckenübersicht	384
Fort Galle	268	Mihintale – die Geburtsstätte des	
Matara	275	Buddhismus in Sri Lanka	385
Matara - Tissamaharama:		Ruinenfeld Anuradhapura	389
Streckenübersicht	277	Anuradhapura - Colombo:	
Yala Nationalpark - Ella:		Streckenübersicht	398
Streckenübersicht	295	Atolle der Malediven	420
Kataragama	299	Male: Stadtplan	481