



AUF DER SUCHE NACH DEM NEUEN ICH IN MYANMAR

VON NATALIE GABLER

Noch nie zuvor war ich in Asien unterwegs. Warum also ausgerechnet Myanmar? Weil ich von seiner Ursprünglichkeit, Vielfalt und der Herzlichkeit der Burmesen erfahren hatte und weil ich hörte, man könne dort am besten mehr über den Buddhismus erfahren. Es kam für mich nicht in Frage, mit einem Veranstalter zu reisen. Wenn man allein reist, erschließen sich einem Land und Leute auf eine unvergleichliche Weise. Man bekommt gnadenlos die eigenen Stärken, Schwächen und Grenzen gezeigt. Ich wollte raus aus der Komfortzone, rein ins Abenteuer! Außerdem war es seit langem mein großer Wunsch, tiefer in den Buddhismus einzusteigen. Für mich eine so faszinierende Religion, die mir beigebracht hatte, achtsamer und bewusster zu leben, und mich mein Leben mehr hinterfragen ließ. So standen vor dem Flug nach Yangon nur ein paar Zielorte fest, mit unklarer Reiseroute, einem mulmigen Gefühl und genügend zeitlichem Puffer, zu finden und mich finden zu lassen.

Und dann stand ich dann da, barfuß und völlig überwältigt vor der Shwedagon Pagode. Am Abend zuvor mit dem Flieger in Yangon angekommen, hatte ich einiges über Myanmars Wahrzeichen gelesen, aber niemals hätte ich mir diesen imposanten Anblick träumen lassen! Es hatte geregnet, der Marmorboden war nass und rutschig. Mit Einbruch der Dunkelheit erstrahlte die riesige Pagode in goldenem Licht. Tausende Öllämpchen brannten entlang der Shwedagon und der Geruch von Räucherstäbchen hing in der Luft. An mein Ohr drangen monotoner Gesang, leise gemurmelte Gebete und das melodische Klingen

der Glöckchen, die an allen Stupas hängen. Zwischen knieendbetenden Menschen und in Meditation versunkenen Mönchen hielt ich inne und sog die ruhvolle Atmosphäre ein. Obwohl ich niemanden kannte, fühlte ich mich beschützt, wie ein zugehöriger Teil all der Menschen hier. Eine tiefe Harmonie breitete sich in mir aus, und dann schaffte es dieses völlig fremde Land gleich am ersten Tag, dass mir vor Ergriffenheit die Tränen liefen!

Bagan, die Königsstadt, war die nächste Station. Mit einem klapprigen Fahrrad holperte ich einen Tag über staubige Pfade und Straßen, sah mir die wunderschönen Bauten mit Buddhas im Inneren an und ließ mir von Einheimischen ihre Geschichten der Tempel erzählen. Die Burmesen nehmen sich gerne Zeit für einen Plausch und schaffen es mit Leichtigkeit, dass man sich willkommen fühlt. Jeder Blick in ihre interessierten und freundlichen Gesichter freute mich so sehr. Ich machte eine Tour zum heiligen Berg Mount Popa und stieg – eng zusammengepfertcht mit Gläubigen und Touristen – die steilen Stufen zum Gipfel des Mount Taung Kalat hinauf, einer wichtigen buddhistischen Wallfahrtsstätte und der Heimat der Nats, den Schutzheiligen und Geistern Myanmars. Der Pilgerort wirkte durch den Trubel und Lärm abschreckend und verstörend auf mich. Hier zeigte sich zudem eine andere Seite Myanmars; unterhalb der Straßenabhängen lagen große Plastik- und Müllberge. Die Einheimischen werfen hemmungslos Abfälle aus Autofenstern und Müllsäcke an Straßenecken. Ich verstand die Gleichgültigkeit gegenüber ihrer Natur nicht, wo sie doch auf der anderen Seite voller Ehrfurcht

die Nats als gute Geister des Waldes, Wassers und der Luft achten. Aber es ist ihnen einfach nicht bewusst, dass sie damit ihre Umwelt zerstören. Ein weiterer verstörender Anblick sind die roten Pfützen auf den Straßen, wie kleine Blutlachen. Die Burmesen zelebrieren das Betelnusskauen. Ständig sieht man kauende Gesichter, rote Münder mit wenigen oder gar keinen Zähnen. Der von der Droge stark angeregte, blutrote Speichel wird überall lautstark auf die Straßen gespuckt. Taxi- und Busfahrer spucken in Plastikflaschen, die aus dem Fenster geworfen werden.

Ist man in Bagan, sollte man sich den grandiosen Sonnenauf- und Untergängen nicht entziehen. Auf dem höchsten Hügel oder einer begehbaren Pagode trifft man sich, um das Spektakel zu bestaunen. Ich ergatterte kurzfristig noch ein Ticket für die meist ausgebuchten Ballonfahrten. Bevor es losging, wurden in der Morgendämmerung ca. 20 Ballons aufgeheizt, die sich langsam nacheinander aufrichteten. Über hunderte von Pagoden schwebten wir in den Sonnenaufgang. Zwischen den uralten Tempeln hing mystisch der Nebel. Umgeben von Stille, nur unterbrochen durch das stetige Fauchen des aufheizenden Gases. Das Tempelareal schien kein Ende zu nehmen. Ich fühlte mich wie in eine andere Zeit versetzt.

Meine Reise führte weiter nach Mandalay, dem religiösen Zentrum Myanmars. Auf dem Mandalay Hill, hatte ich erstmals die Gelegenheit, mich mit buddhistischen Mönchen zu unterhalten. In ganz Myanmar sieht man sie täglich mit ihren Almosenschalen für Essensspenden durch die Straßen ziehen. Eines Morgens saß ich beim Frühstück, als ein Mönch für seine Essensspende zu meinem Hostel kam. Ich hielt den Atem an, so beeindruckt war ich. Es war von Anfang an mein großer Herzenswunsch, einmal mit Mönchen in Kontakt zu treten. Ich hatte immer die Bilder im Kopf, aber als plötzlich einer real vor mir stand, weinrote Robe, den Kopf kahlgeschoren und barfuß, fühlte sich das schon sehr unwirklich an. Jedes Mal, wenn ich ihnen in den Straßen begegnete, war das für mich etwas Besonderes. Mit der Ruhe, die sie ausstrahlen, schien es, als würden sie über allen Dingen stehen. Die Mönche sind aus dem Stadtbild nicht wegzudenken, man sieht sie überall. Dennoch erschienen sie mir unnahbar. Umso nervöser war ich, als ich mit ihnen ins Gespräch kam und sie nach ihrem Leben fragen konnte. Ein 24-jähriger Mönch erklärte mir, dass sie um 4 Uhr früh mit ihren Almosenschalen durch die Straßen gehen. Danach meditieren sie bis zum Frühstück. Sofern sie ausreichend Essen haben, gibt es gegen 11 Uhr einen letzten Lunch, danach ist ihnen keine weitere Mahlzeit für den Tag mehr erlaubt. Fast jeder Junge geht einmal in seinem Leben in ein buddhistisches Kloster. Meist, weil die Eltern nicht für ihre Kinder sorgen können. Manche sind nur einige Wochen dort, andere lassen sich ab dem 20. Lebensjahr ordinieren und bleiben. Die Mönche folgen der Theravada-Linie, sie studieren Pali-Schriften, geben ihr Wissen weiter und leben nach 227 Regeln. Auf meine Frage hin erklärte er mir, dass ihnen – da es ja eine Spende ist – Fleischverzehr erlaubt sei. Allerdings nur, wenn



klar ist, dass das Tier nicht extra für sie getötet wurde. Lustig fand ich, dass alle Mönche Flipflops tragen (oder barfuß laufen), handybegeistert sind und manche sogar einen Facebook-Account haben. Wir scherzten und redeten lange, bis nach Sonnenuntergang die Pagode schloss und wir gemeinsam zurückgingen. Man begegnet den Mönchen hier mit großem Respekt, aber unnahbar sind sie tatsächlich nicht.

Ein weiteres Highlight war der Trek von Kalaw zum Inle Lake. Drei Tage und 64 Kilometer wanderte ich mit einer geführten Gruppe durch einsames Hinterland, vorbei an Reisfeldern, Sesam-, Chili- und Knoblauchplantagen. Die erste Nacht blieben wir in der Hütte eines älteren Ehepaares in einem kleinen Bergdorf. Wir schliefen auf Matten, nachts zog eisige Luft durch die dünnen Bambuswände, Strom kam aus einem Generator. Auf einer rauchigen Feuerstelle im Haus kochten sie uns ein leckeres, traditionelles Essen. Die zweite Nacht verbrachten wir in der Gebetshalle eines buddhistischen Klosters. Waschen konnte man sich an einem Steintrog im Freien. Das Wasser war allerdings so trüb, dass wir uns dagegen entschieden. Der Trek gab mir viel Zeit zum Nachdenken. Mit dem Rucksack alleine durch ein Land zu reisen entschleunigt, schärft den Fokus und setzt Prioritäten neu. Mir wurde wieder deutlich, dass wir keine Wahl haben, wo wir geboren werden und aufwachsen. Nicht jeder hat das Glück, in einem relativ sicheren Land zu leben, ohne täglichen Überlebenskampf. Myanmar zählt zu den zwanzig ärmsten Ländern der Erde. Die Menschen besitzen so wenig, trotzdem sie sind glücklich. Ich traf Einheimische, die sich in Flüssen oder öffentlichen Brunnen waschen, weil sie kein Wasser haben. Umstände, die für uns undenkbar wären. Man begegnete mir hier mit solcher Herzenswärme und Fürsorge,



dass es mir vor Ergriffenheit und Demut die Tränen in die Augen trieb. Selten habe ich mich in einem Land so willkommen gefühlt, wie hier. Diese aufrichtige Freundlichkeit, der Umgang der Menschen miteinander – was für mich so berührend und besonders war – ist hier ganz selbstverständlich. Den krassen Gegensatz bildet unser privilegierter Lebensstandard. Für uns meist eine Selbstverständlichkeit, für die Menschen hier ungreiflich. Was wiederum ausgeblendet wird, auch unser luxuriöseres Leben hat Begleiterscheinungen und Folgeschäden. Jeder ist als Einzelkämpfer auf den eigenen Profit aus. Wir hetzen Erfolg und Geld hinterher. Leben in erster Linie zum Arbeiten, um mehr konsumieren zu können, brennen dabei aus und verlieren uns selbst. Doch wer sucht uns, wenn wir uns verloren haben? Wir hinterfragen zu wenig, halten an Oberflächlichkeiten und Materiellem fest und werden blind für die wesentlichen Dinge. Während wir uns allerdings aussuchen können, wo wir leben möchten, sind die Menschen hier an ihr Leben gebunden. Sie können nicht wählen. Dieses Bewusstsein fand ich in Myanmar und nahm es mit nach Hause. Wir alle wissen das, doch innerhalb unserer bequemen Komfortzone verlieren wir es gern aus den Augen. Schlimmer noch ist unser Anspruch, dass es uns gut zu gehen hat, und wir es als Beleidigung empfinden, wenn Dinge nicht so laufen, wie erwartet. Auch ich muss mir da an die eigene Nase packen. Wenn man mit eigenen Augen gesehen hat, unter welchen Umständen andere Menschen auf dem gleichen Planeten leben, rückt dies das eigene verschobene Weltbild ganz schnell gerade. Mein Lebensstandard ist keine Selbstverständlichkeit. Ich hatte bloß mehr Glück.

Myanmar breitete sich mit jedem Tag weiter in meinem Herzen aus. Auch im ländlichen Hpa-An und Mawlamyine kam ich mir als Deutsche vor wie ein Exot. Die Menschen waren stets interessiert an mir, wenn ich durch die Straßen oder über die trubeligen Märkte zog. Sie wollten Fotos, man zeigte mit dem Finger auf mich und Kinder winkten mir begeistert zu. Es war ein unbeschreiblich schönes Gefühl, zu erleben, wie leicht man

hier echte Freude verschenken kann, indem man den liebenswerten Einwohnern mit Interesse begegnete, eine Hand reichte, die nur ungern losgelassen wurde oder ein offenes Lächeln zurückgab. Auch die kontrastreiche Landschaft, die Höhlen und imposanten Bauten verzauberten mich. Spektakulär fand ich den 180 Meter langen und somit größten liegenden Buddha der Welt in Mudon. Dass Unsummen ausgegeben werden, um gegenüberliegend ein gleichgroßes Gegenstück zu errichten, fand ich ziemlich verrückt. Ein weiteres Gebäude zog mich mit seinem morbiden Charme ebenfalls in seinen Bann. Das 500 Jahre alte Minn Kyaut-Kloster, in dem noch einige Mönche leben. Ich durfte mich in einer der verfallenen Klosterhallen umsehen und stieß auf kleine Meditationskammern, schwere Holztüren mit filigranen Schnitzereien und zerfallende Buddhas. Zugegeben, ich habe eine Schwäche für sogenannte „rotten Places“. Die Aura dieses Platzes fesselte mich enorm. An jedem Ort, der etwas in mir berührt, bleibt ein kleines Stück von mir zurück. Diese Lücke wird durch wertvolle Begegnungen und emotionale Eindrücke stückweise neu gefüllt. Zurück daheim, fühle ich mich anfangs wie ein falsches Puzzleteil, das nicht mehr richtig in das alte Leben passt. Das erleichtert das Heimkommen nicht. Nirgendwo spüre ich meine „Selbstwirksamkeit“ so stark wie beim Reisen. Das Gefühl, mein Leben selbst zu gestalten. Es gibt mir die Zuversicht, Herausforderungen aus eigener Kraft bewältigen zu können, lehrt mich, zu vertrauen. Reisen hilft mir, meinen Gleichklang zu finden und das, was mich im Inneren zusammenhält. Ich suche nach persönlich besonderen Momenten, die mein Leben so einzigartig und kostbar machen. Eine Suche, die niemals endet. Ich versuche alltäglich, mir dieses Gefühl bewusst zu machen, es zu schützen. Man sollte niemals die Neugierde auf das Leben verlieren. Letzten Endes liegt es an uns selbst, wie wir mit unserem Umfeld und unserem Leben umgehen. Ob wir unser persönliches Glück finden, hängt auch von der Beschaffenheit unserer Gedanken ab. Es ist unsere Entscheidung.